

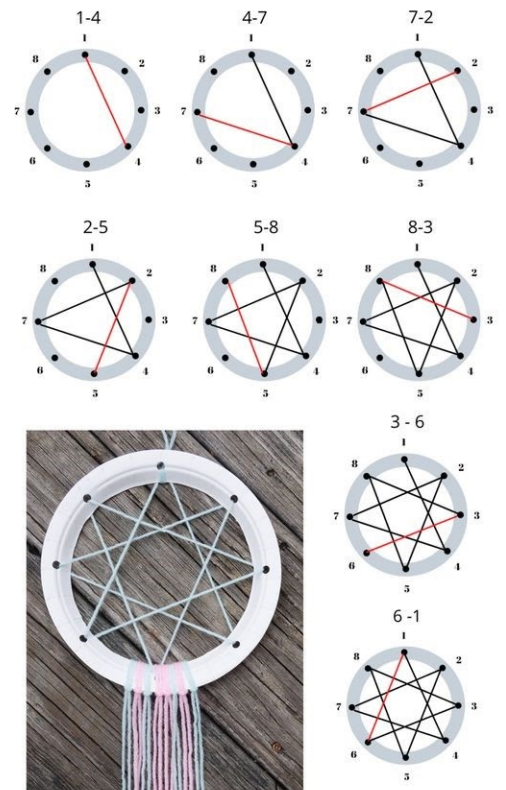


Je eigen dromenvanger maken

Knutselen is een rustgevende activiteit die helpt stress te verminderen. Slaap is ook belangrijk voor de geestelijke gezondheid. Daarom is het maken van een gepersonaliseerde dromenvanger zeker en vast een zinvolle activiteit. Om slechte dromen af te weren en om kinderen een goede nachtrust te wensen. Zeker in tijden waar kinderen extra druk ervaren.

Materiaal

- papieren bordjes waar je de binnenkant hebt uitgesneden
- of cirkels van karton, met een gat in het midden
- wol (verschillende kleuren)
- kralen (verschillende kleuren)
- veren (verschillende kleuren)
- lijm
- plakband
- schaar
- rijgnaald
- je kan kiezen om in de kartonnen basis op voorhand gaatjes te perforeren. Dan wikkelen ze



de wol niet rond het karton maar gebruiken ze de gaatjes om een patroon te vormen.

Deze knutselopdracht is makkelijk te organiseren voor een grote groep kinderen. Kinderen vinden het erg leuk om te doen en er zijn veel verschillende interpretaties mogelijk. Je kan de opdracht aanpassen aan de vaardigheden van leerlingen. Sommige kunnen de wol gewoon een paar keer door de andere wol winden, terwijl sommige kinderen kunnen kiezen om wat ingewikkeldere patronen te weven. ze kunnen ook kiezen voor veel of weinig decoratie.

Werkwijze

Kies je eerste kleur en rijg een stuk wol door het centrale gat. Wikkel het dan een paar keer om (ik heb er vijftien gedaan), zodat je 'spaken' van wol hebt die vanuit het midden naar buiten stralen. Bindt ze aan de achterkant vast.

Neem vervolgens een contrastkleurig stuk wol en wikkel een stuk plakband om het uiteinde van de wol. Zo maak je 'een stijve 'naald' voor het weven. Weef vervolgens de tweede kleur onder en over de spaken. Blijf doorgaan totdat je een derde kleur wilt toevoegen. Deze wol bind je gewoon aan de tweede en herhaal totdat je zoveel kleuren hebt gebruikt als je wilt (of genoeg van hebt). Voeg eventueel kralen toe als je wilt.

Bind een stuk wol aan één 'spaak' om een ophanglus te maken.

Knoop vervolgens losse stukken wol aan de onderkant en maak daar veren en kralen aan.

Hang hem boven je bed en alle nare dromen zijn weg!

