

de Wereld van de  
**Groente**  
**vroetels**

*Lekker Fit!*

## **Instructies:**

**Zwart** = tekst van verhaal

**Rood** = de vragen die de voorlezer tussendoor stelt

**Blauw** = de antwoorden die de kinderen kunnen geven

### **Maandag**

Wat zie je op de voorkant? (een konijn en wortels)

Heel goed. Dit verhaal gaat namelijk over een konijn dat graag wortels eet.

En waarschijnlijk gaat Konijn iemand redden, want de titel is "De dappere redding van Konijn".

### **Dinsdag**

Vandaag gaan we weer lezen over "De dappere redding van Konijn".

Wat eet Konijn ook alweer graag? (wortels)

Heel goed! Wortels, want daar wordt hij fit en sterk van!

### **Woensdag**

Ik ga het boek "De dappere redding van Konijn" voorlezen.

In dit verhaal eet Konijn graag wortels. Weet je nog waarom? (want van wortels word je fit en sterk)

### **Donderdag**

Vandaag gaan we weer lezen over "De dappere redding van Konijn".

Waarom is Konijn eigenlijk dapper? Wie redt hij in het boek? (hij redt zijn vriendinnetje)

Heel goed, zullen we beginnen...

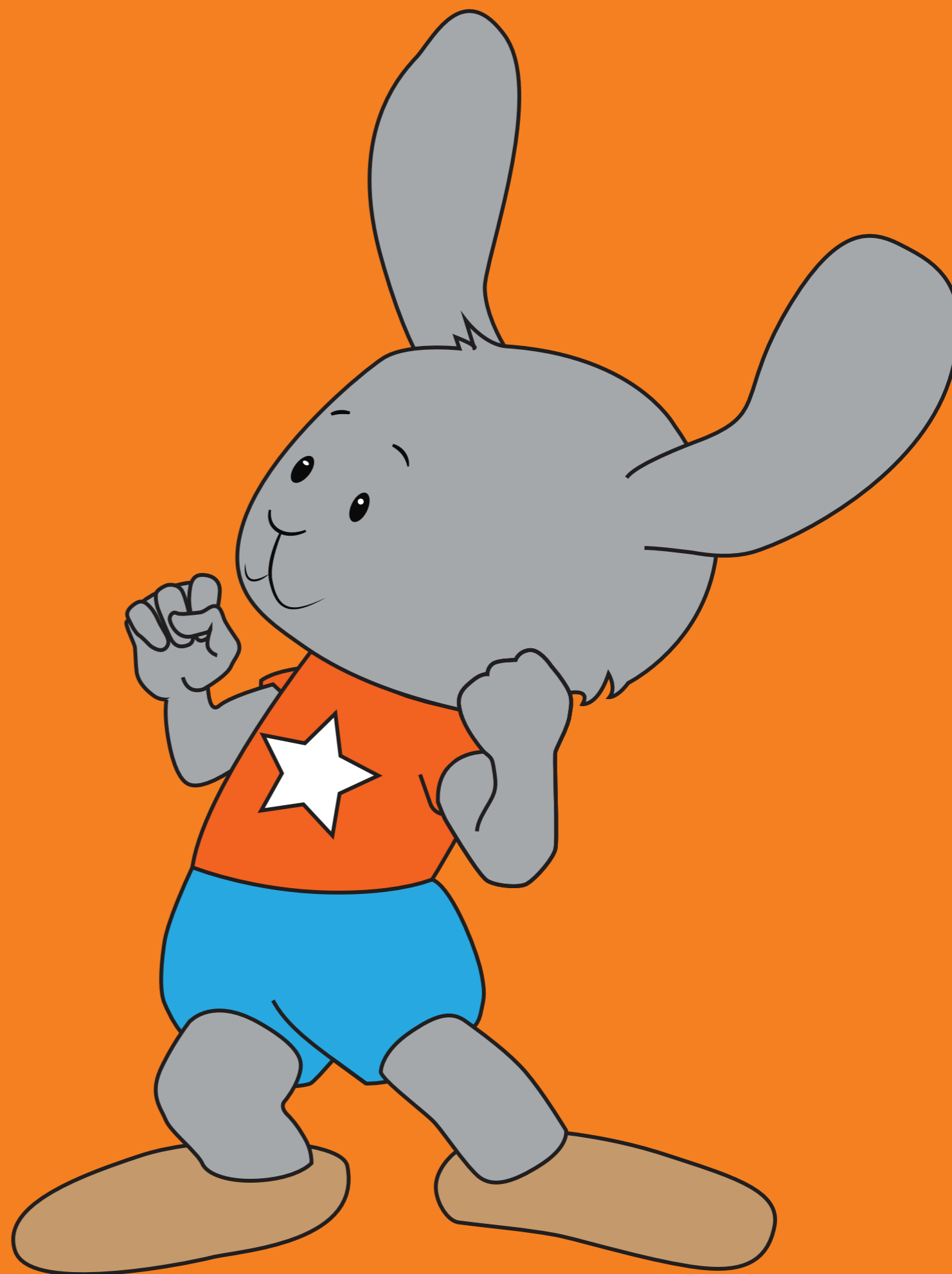
### **Vrijdag**

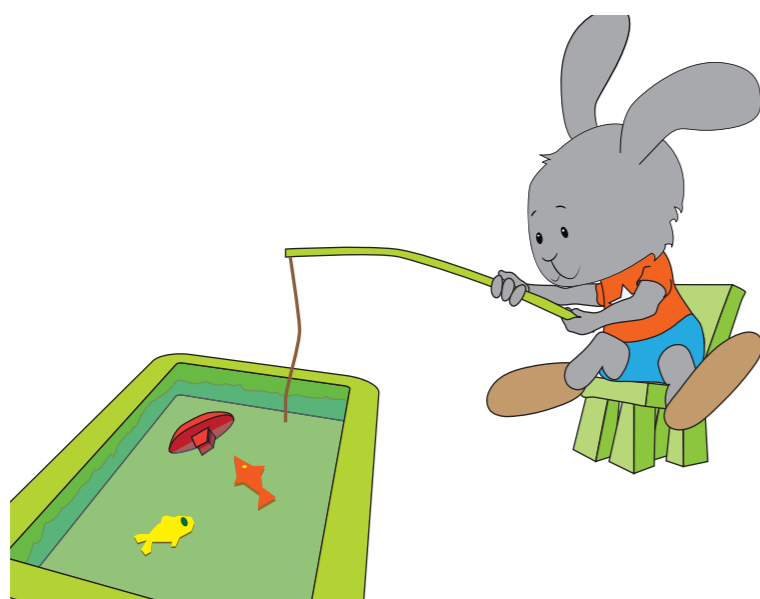
Dit is het boek "De dappere redding van Konijn".

Waar gaat dit verhaal over?

Zullen we gaan kijken of dat klopt?

*De dappere redding  
van konijn*





### **Tekst bij pagina 1:**

#### **Maandag**

Kijk daar hebben we Konijn.

Konijn is vandaag op school.

Hij zit te vissen in de waterbak en neuriet vrolijk een liedje.

“Visje, visje, in het water. Visje, visje, in de kom...”. **Ken je dit liedje?**

Maar Konijn vangt geen vis.

#### **Dinsdag**

Kijk daar hebben we Konijn.

Konijn is vandaag op school.

Hij zit te vissen in de waterbak en neuriet vrolijk een liedje.

“Visje, visje, in het water. **Visje, visje** \_\_\_\_\_ (in de kom...)”

Maar Konijn vangt geen vis.

#### **Woensdag**

Kijk daar hebben we Konijn.

Konijn is vandaag op school.

**En wat doet Konijn?** (hij vist)

**En wat nog meer?** (hij zingt een liedje)

**Inderdaad**, Konijn zit te vissen in de waterbak en neuriet vrolijk een liedje.

“Visje, visje, in het water. Visje, visje, in de kom...”

Maar Konijn vangt geen vis.

#### **Donderdag**

Kijk daar hebben we Konijn.

Konijn is vandaag op school.

Hij zit te vissen in de waterbak.

**Speel jij ook weleens met de waterbak? En vind je dat leuk?**

Tijdens het vissen neuriet Konijn vrolijk een liedje.

“Visje, visje, \_\_\_\_\_ (in het water. Visje, visje, in de kom...)”

Maar Konijn vangt geen vis.

#### **Vrijdag**

Kijk daar hebben we Konijn.

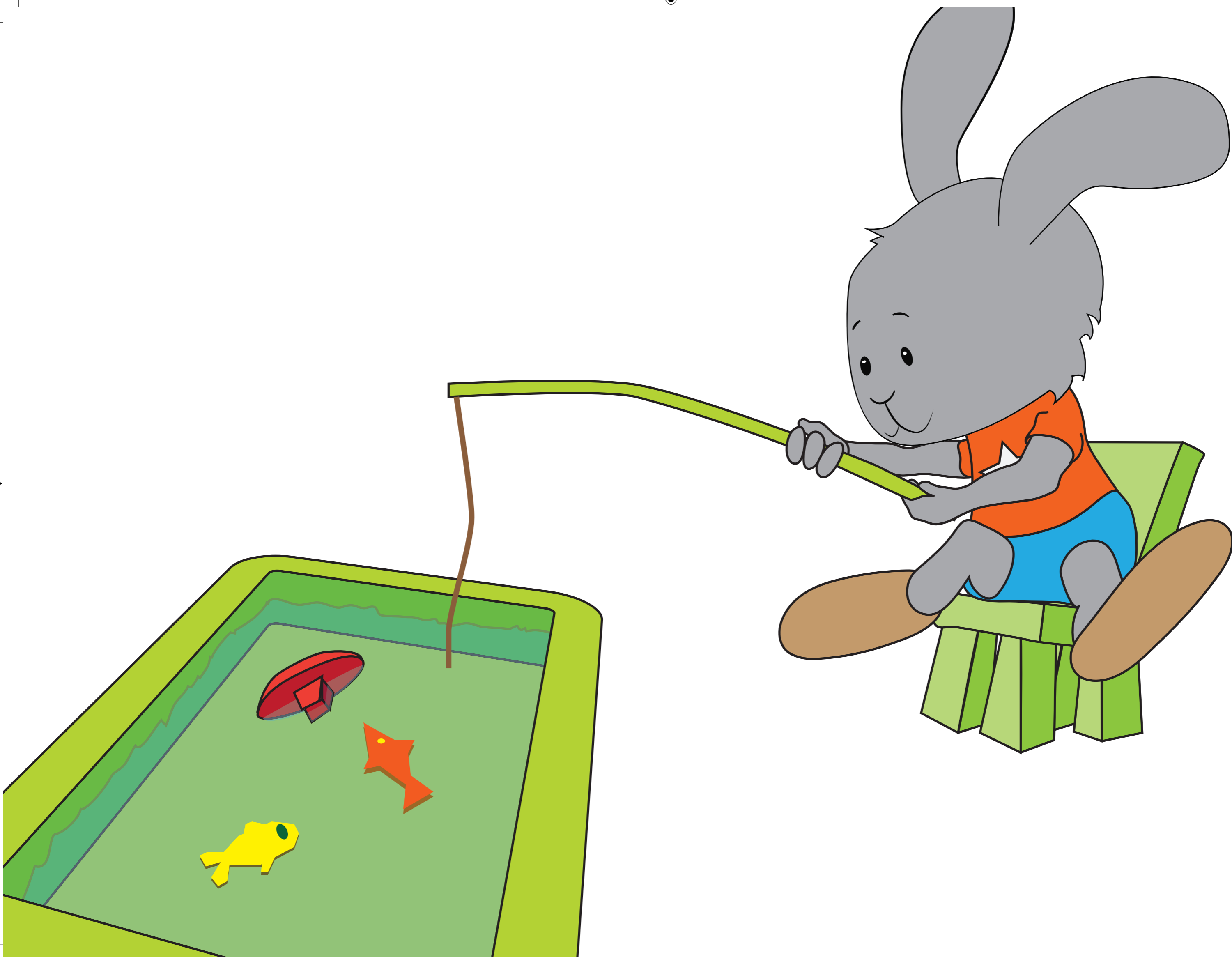
Konijn is vandaag op school.

Hij zit te vissen in de waterbak en neuriet vrolijk een liedje.

“Visje, visje, \_\_\_\_\_ (in het water. Visje, visje, in de kom...)”

Maar Konijn vangt geen vis.

**Wat gaat hij daarom doen?** (hééééél stil zijn). **Zullen we eens kijken...**





### **Tekst bij pagina 2:**

#### **Maandag**

Misschien moet ik héél stil zijn en niet bewegen, denkt Konijn.

Dus Konijn is hééééél stil. Zo stil zelfs, dat..... **Nou, wat gebeurt er?** (hij valt in slaap)

**Heel goed, Konijn valt in slaap!**

#### **Dinsdag**

Misschien moet ik héél stil zijn en niet bewegen, denkt Konijn.

Dus Konijn is hééééél stil. Zo stil zelfs, dat Konijn in slaap valt.

#### **Woensdag**

Misschien moet ik héél stil zijn en niet bewegen, denkt Konijn.

Dus Konijn is hééééél stil. **Zo stil zelfs, dat Konijn \_\_\_\_\_** (in slaap valt)

#### **Donderdag**

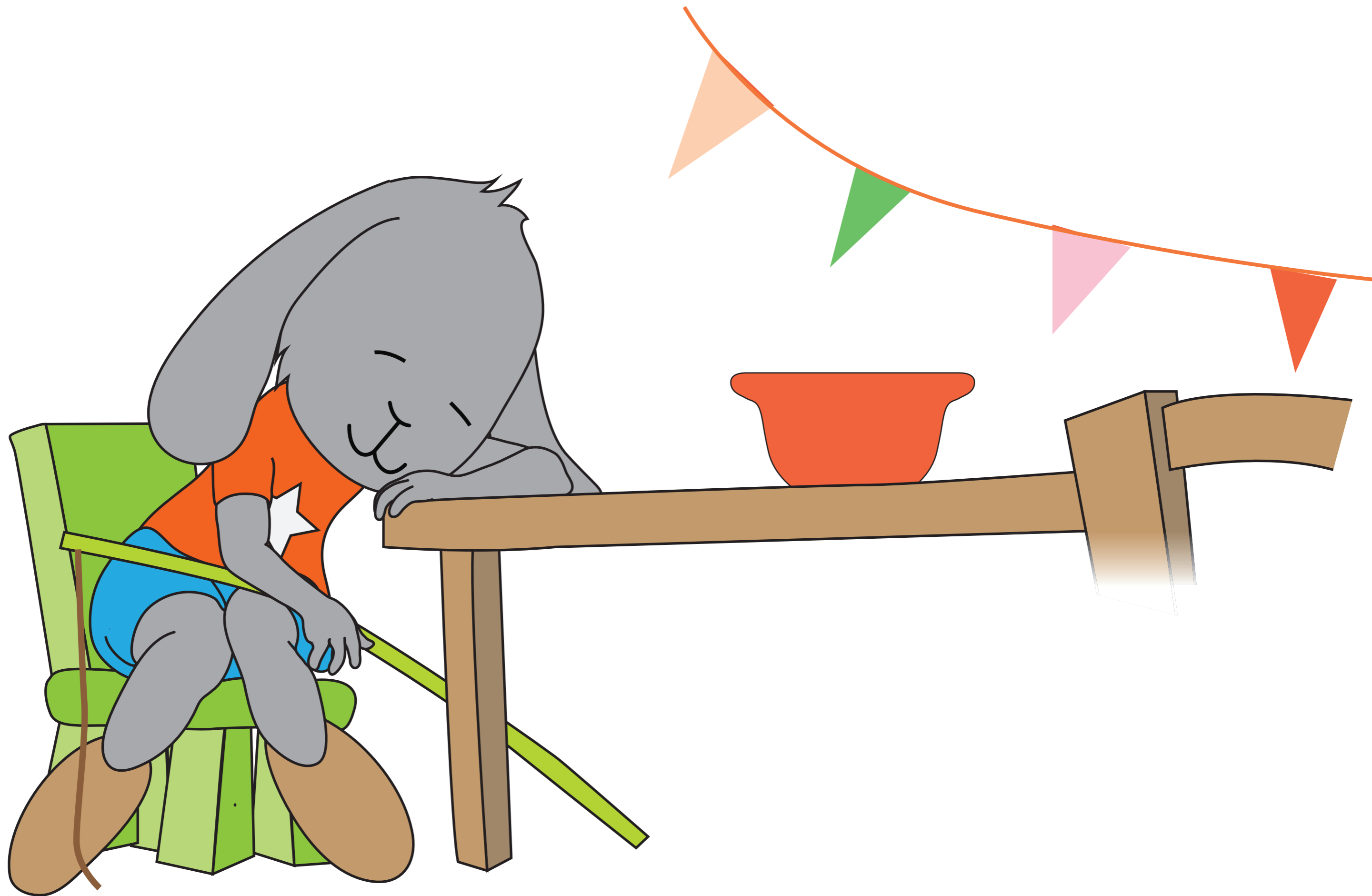
Misschien moet ik héél stil zijn en niet bewegen, denkt Konijn.

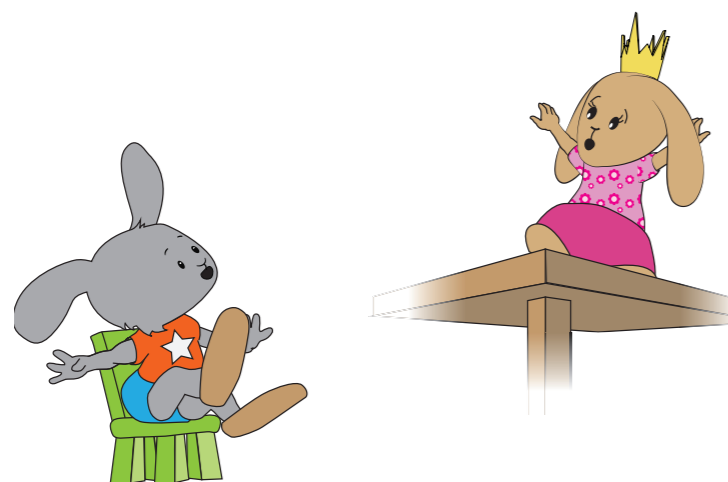
Dus Konijn is hééééél stil. Zo stil zelfs, dat Konijn in slaap valt.

#### **Vrijdag**

Misschien moet ik héél stil zijn en niet bewegen, denkt Konijn.

Dus Konijn is hééééél stil. Zo stil zelfs, dat Konijn in slaap valt.





### **Tekst bij pagina 3:**

#### **Maandag**

Plotseling schrikt Konijn wakker.

“Help, help”, schreeuwt het vriendinnetje van Konijn,  
“ik zit opgesloten in de kasteeltoren.”

Dapper roept Konijn: “Ik kom je redden”.

Maar zo gemakkelijk is dat niet.

Zijn vriendinnetje zit boven op de tafel.

**Denk je dat Konijn haar kan redden? Zullen we eens kijken wat er gebeurt....**

#### **Dinsdag**

Plotseling schrikt Konijn wakker.

**Waar schrikt Konijn van wakker? (zijn vriendinnetje roept)**

Inderdaad, het vriendinnetje van Konijn schreeuwt: “Help, help, ik zit opgesloten in de kasteeltoren”.

Dapper roept Konijn: “Ik kom je redden”.

Maar zo gemakkelijk is dat niet.

Zijn vriendinnetje zit boven op de tafel.

#### **Woensdag**

**Nu is het jouw beurt. Wat gebeurt er op deze pagina?**

(Plotseling schrikt Konijn wakker. “Help, help”, schreeuwt het vriendinnetje van Konijn, “ik zit opgesloten in de kasteeltoren.” Dapper roept Konijn: “Ik kom je redden”. Maar zo gemakkelijk is dat niet. Zijn vriendinnetje zit boven op de tafel.)

#### **Donderdag**

Plotseling schrikt Konijn wakker.

“Help, help”, schreeuwt het vriendinnetje van Konijn.

**Wat is er aan de hand met zijn vriendinnetje? (ze zit opgesloten in de kasteeltoren / zit op een hoge tafel).**

**Heel goed**, het vriendinnetje van Konijn zit opgesloten in de kasteeltoren.

Dapper roept Konijn: “Ik kom je redden”.

Maar zo gemakkelijk is dat niet.

Zijn vriendinnetje zit boven op de tafel.

#### **Vrijdag**

Plotseling schrikt Konijn wakker.

“Help, help”, schreeuwt het vriendinnetje van Konijn,

“ik zit opgesloten in de kasteeltoren.”

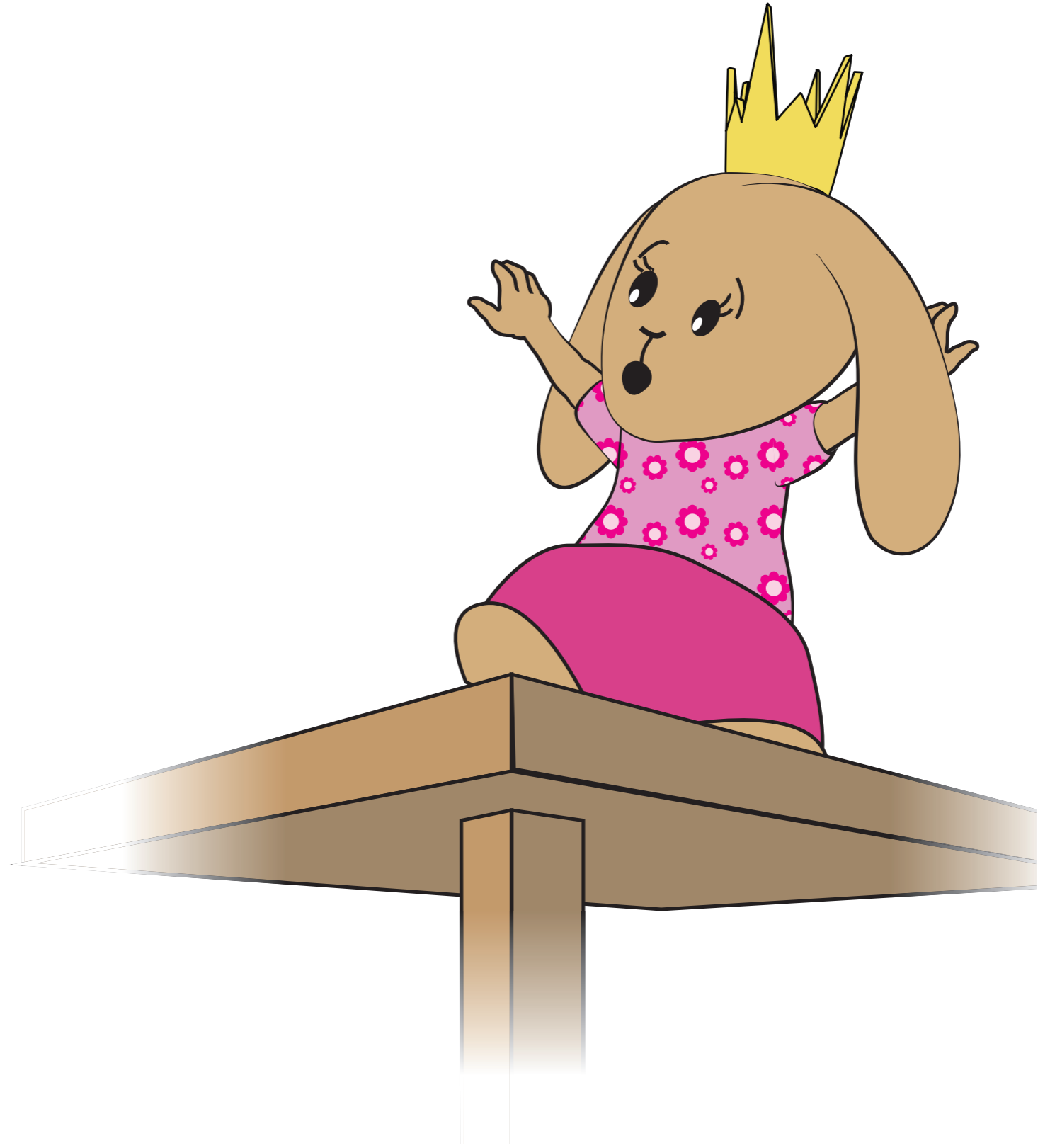
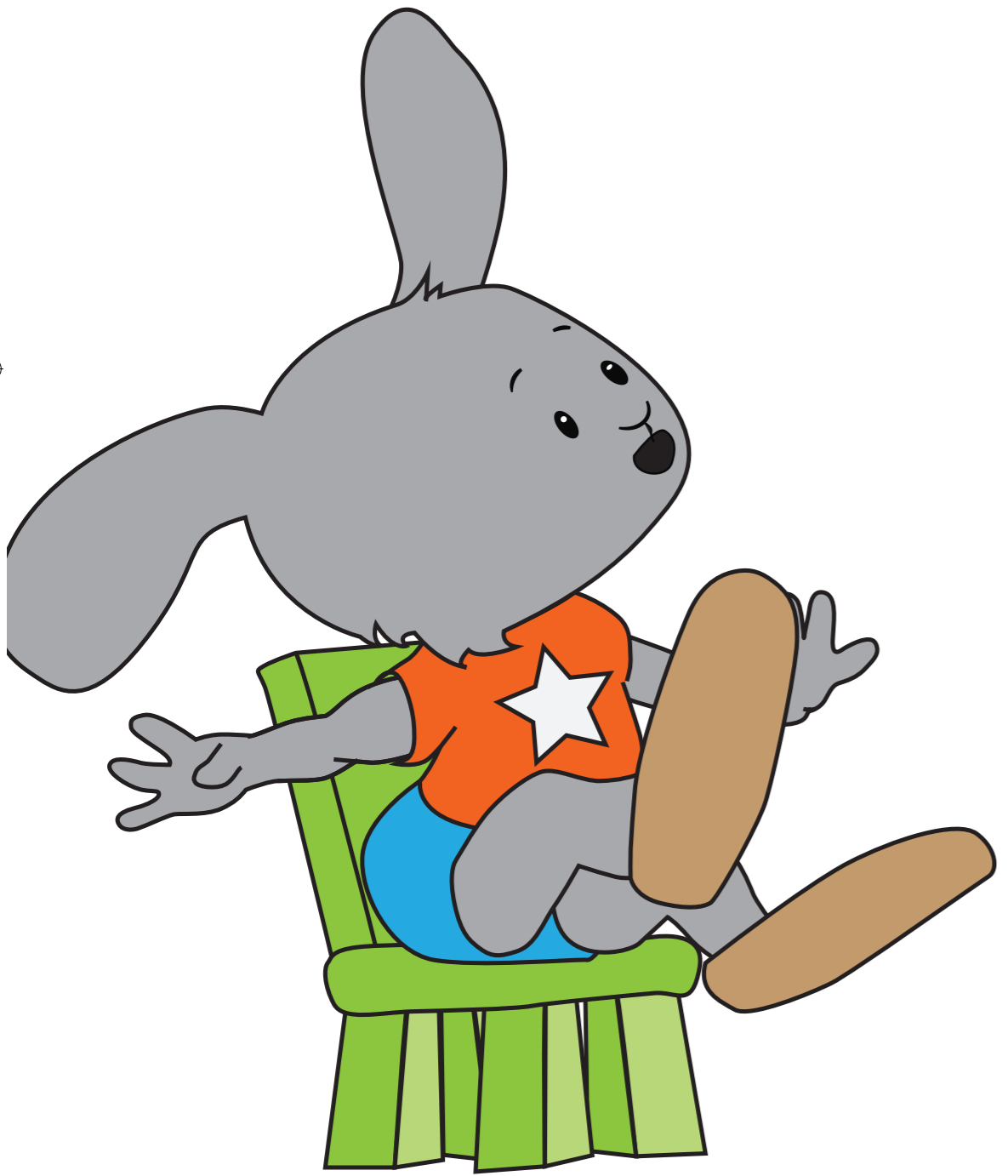
**Wat gaat Konijn doen? (hij gaat zijn vriendinnetje redden)**

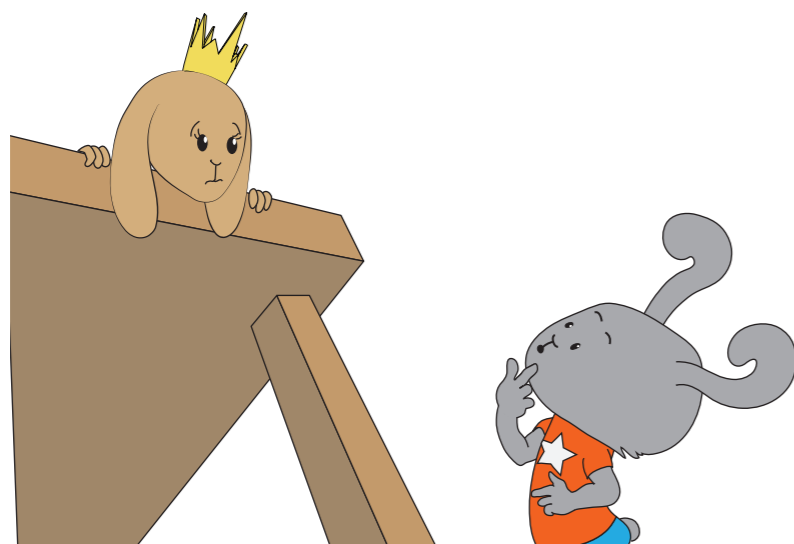
**Inderdaad**, hij gaat zijn vriendinnetje redden.

Konijn is dus heel dapper. Een echte held!

**Zou jij ook een held willen zijn?**

Het is alleen niet gemakkelijk voor Konijn om zijn vriendinnetje te redden, want ze zit boven op de tafel.





### **Tekst bij pagina 4:**

#### **Maandag**

Konijn kijkt omhoog, pfff, dat is wel een hele hoge tafel!  
“Sorry vriendinnetje, dat lukt me niet.  
Ik ben moe. Ik moet eerst wat eten.”  
KLING KLING KLING, klinkt het in de klas.  
Gelukkig, het is pauze.

#### **Dinsdag**

Konijn kijkt omhoog, pfff, dat is wel een hele hoge tafel!  
“Sorry vriendinnetje, dat lukt me niet.  
Ik ben moe. Ik moet eerst \_\_\_\_\_ (wat eten.)”  
KLING KLING KLING, klinkt het in de klas.  
Gelukkig, het is pauze.

#### **Woensdag**

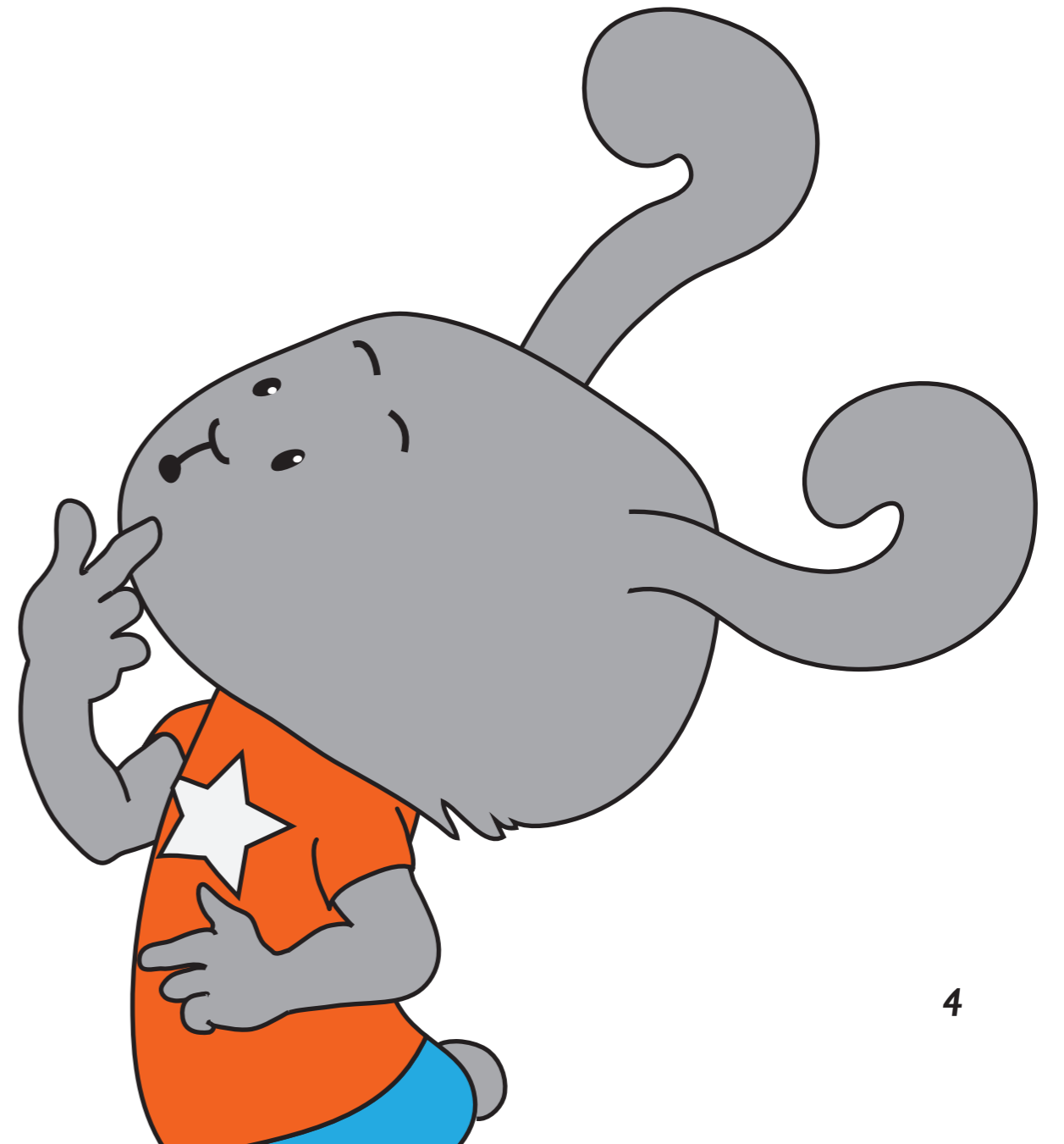
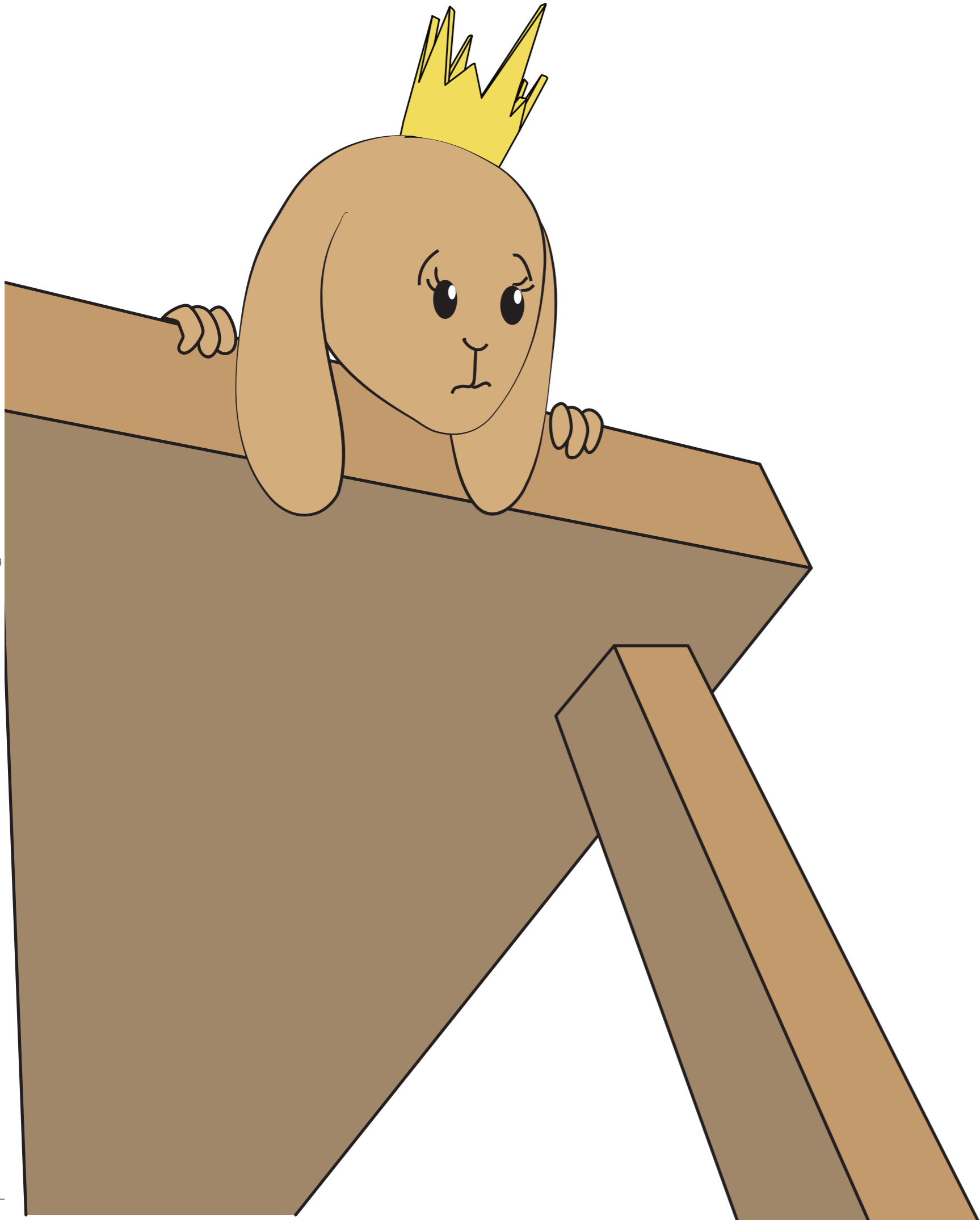
Konijn kijkt omhoog, pfff, dat is wel een hele hoge tafel!  
“Sorry vriendinnetje, dat lukt me niet.  
Ik ben moe. Ik moet eerst wat eten.”  
KLING KLING KLING, klinkt het in de klas.  
Gelukkig, het is \_\_\_\_\_ (pauze)  
Eet jij ook in de pauze? Wat eet je dan? Eet je ook weleens wortels in de pauze?

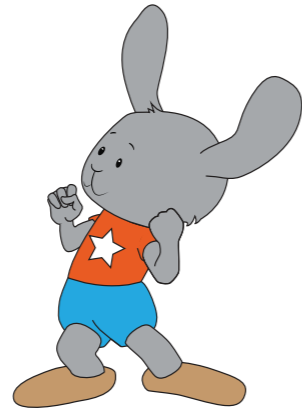
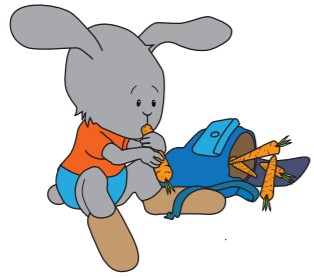
#### **Donderdag**

Konijn kijkt omhoog, pfff, dat is wel een hele hoge tafel!  
“Sorry vriendinnetje, dat lukt me niet.  
Waarom kan Konijn zijn vriendinnetje niet redden? (hij is moe, moet eerst wat eten)  
Inderdaad, Konijn moet eerst wat eten.  
KLING KLING KLING, klinkt het in de klas.  
Gelukkig, het is pauze.

#### **Vrijdag**

Konijn kijkt omhoog, pfff, dat is wel een hele hoge tafel!  
“Sorry vriendinnetje, dat lukt me niet.  
Ik ben moe. Ik moet eerst wat eten.”  
KLING KLING KLING, klinkt het in de klas.  
Wat betekent dat? Het is tijd om? (te gaan eten / pauze)





## Tekst bij pagina 5:

### Maandag

Konijn slentert naar de kraan, wast zijn handen, pakt zijn rugzak en gaat zitten.

Hij maakt zijn rugzak open. En wat ziet Konijn? (wortels)

Inderdaad, Konijn ziet wortels: mmmmmm!

Konijn begint te knagen. Dat is lekker!

Konijn voelt zich weer helemaal fit en sterk.

Weet je wat 'fit' betekent? Dat betekent dat je heel veel energie hebt.

En denk je dat Konijn nu wel zijn vriendinnetje kan redden? Zullen we eens kijken...

### Dinsdag

Konijn slentert naar de kraan, wast zijn handen, pakt zijn rugzak en gaat zitten.

Hij maakt zijn rugzak open. En wat ziet Konijn? (wortels)

Inderdaad, Konijn ziet wortels: mmmmmmm!

Konijn begint te knagen. Dat is lekker!

Eet jij ook weleens wortels? Heb je gisteren wortels gegeten?

En kijk eens naar het plaatje. Wat wordt Konijn van wortels eten? (fit en sterk)

Heel goed, Konijn is fit en sterk.

Hij zegt: "Nu kan ik je redden, vriendinnetje!"

### Woensdag

Konijn slentert naar de kraan, wast zijn handen, pakt zijn rugzak en gaat zitten.

Hij maakt zijn rugzak open. En wat ziet Konijn? Wortels!

Vindt Konijn wortels lekker? (ja)

Inderdaad, Konijn vindt wortels hééééél lekker: mmmmmm!

En hij begint te knagen.

En wat wordt Konijn van de wortels? (fit en sterk)

Heel goed, Konijn voelt zich weer helemaal fit en sterk.

"Nu kan ik je redden, vriendinnetje!"

### Donderdag

Nu is het jouw beurt. Wat gebeurt er op deze pagina?

(Konijn slentert naar de kraan, wast zijn handen, pakt zijn rugzak en gaat zitten. Hij maakt zijn rugzak open. En wat ziet Konijn? Wortels, mmmmmm! Konijn begint te knagen. Dat is lekker! Konijn voelt zich weer helemaal fit en sterk. "Nu kan ik je redden, vriendinnetje!")

Eet jij ook weleens wortels? Warm of koud?

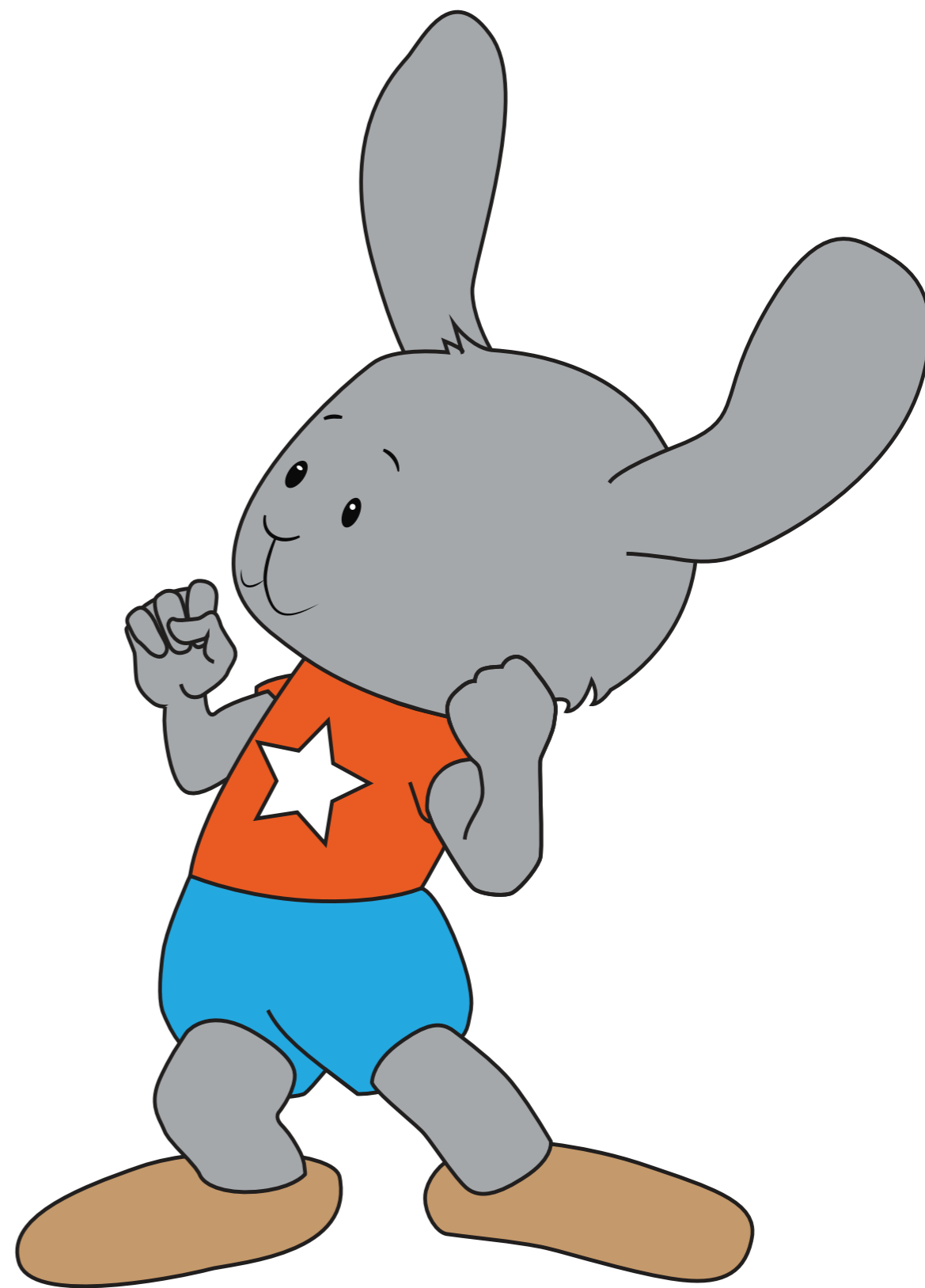
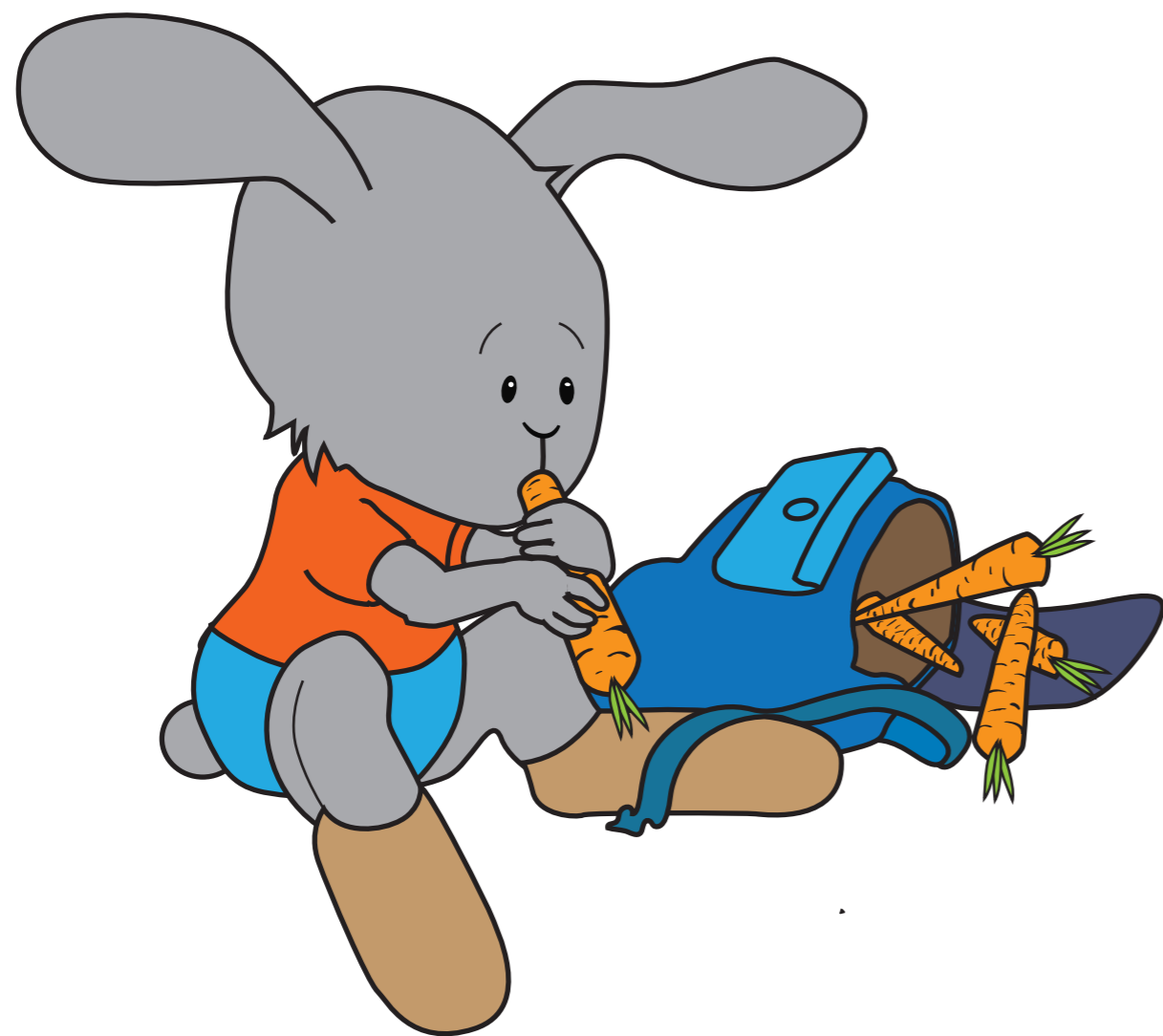
Konijn eet zijn wortels het liefst koud. Dus als ze nog knapperig zijn.

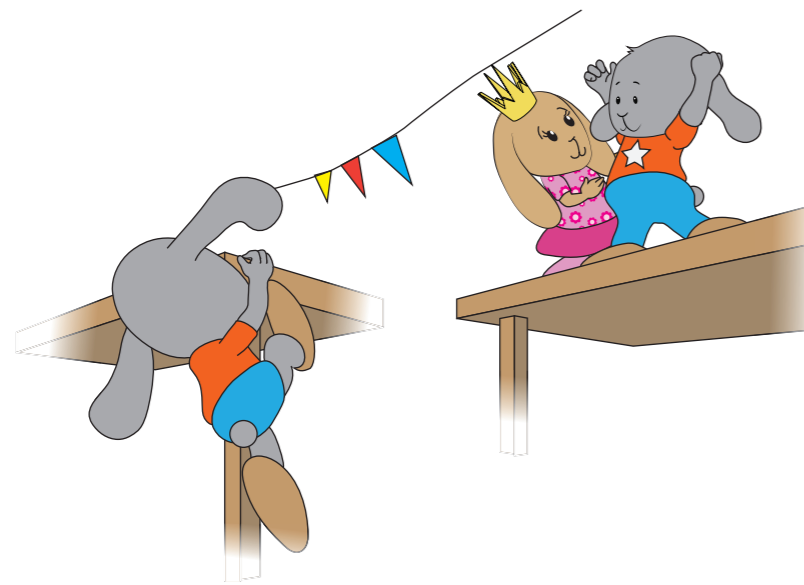
### Vrijdag

Nu is het jouw beurt. Wat gebeurt er op deze pagina?

(Konijn slentert naar de kraan, wast zijn handen, pakt zijn rugzak en gaat zitten. Hij maakt zijn rugzak open. En wat ziet Konijn? Wortels, mmmmmm! Konijn begint te knagen. Dat is lekker! Konijn voelt zich weer helemaal fit en sterk. "Nu kan ik je redden, vriendinnetje!")

Konijn wordt dus heel blij van wortels. Word jij ook blij van wortels?





## Tekst bij pagina 6:

### Maandag

En ja hoor, Konijn klimt snel op de hoge tafel.

“Tadaaaaaa!” Daar staat Konijn in de kasteeltoren.

“Ik heb lekkere wortels gegeten, dus ik ben fit en sterk.

Nu kan ik je veilig naar beneden brengen, vriendinnetje.

Kom we springen samen naar beneden.”

### Dinsdag

En ja hoor, Konijn klimt snel op de hoge tafel.

“Tadaaaaaa!” Daar staat Konijn in de kasteeltoren.

“Ik heb lekkere wortels gegeten, dus ik ben \_\_\_\_\_ (fit en sterk).

Nu kan ik je veilig naar beneden brengen, vriendinnetje.

Kom we springen samen naar beneden.”

### Woensdag

En ja hoor, Konijn klimt snel op de hoge tafel.

“Tadaaaaaa!” Daar staat Konijn in de kasteeltoren.

“Ik heb lekkere wortels gegeten, dus ik ben fit en sterk.

Nu kan ik je veilig naar beneden brengen, vriendinnetje.

Kom we springen samen naar beneden.”

### Donderdag

En ja hoor, Konijn klimt snel op de hoge tafel.

“Tadaaaaaa!” Daar staat Konijn in de kasteeltoren.

“Ik heb lekkere wortels gegeten, dus ik ben \_\_\_\_\_ (fit en sterk).

Nu kan ik je veilig naar beneden brengen, vriendinnetje.

Kom we springen samen naar beneden.”

### Vrijdag

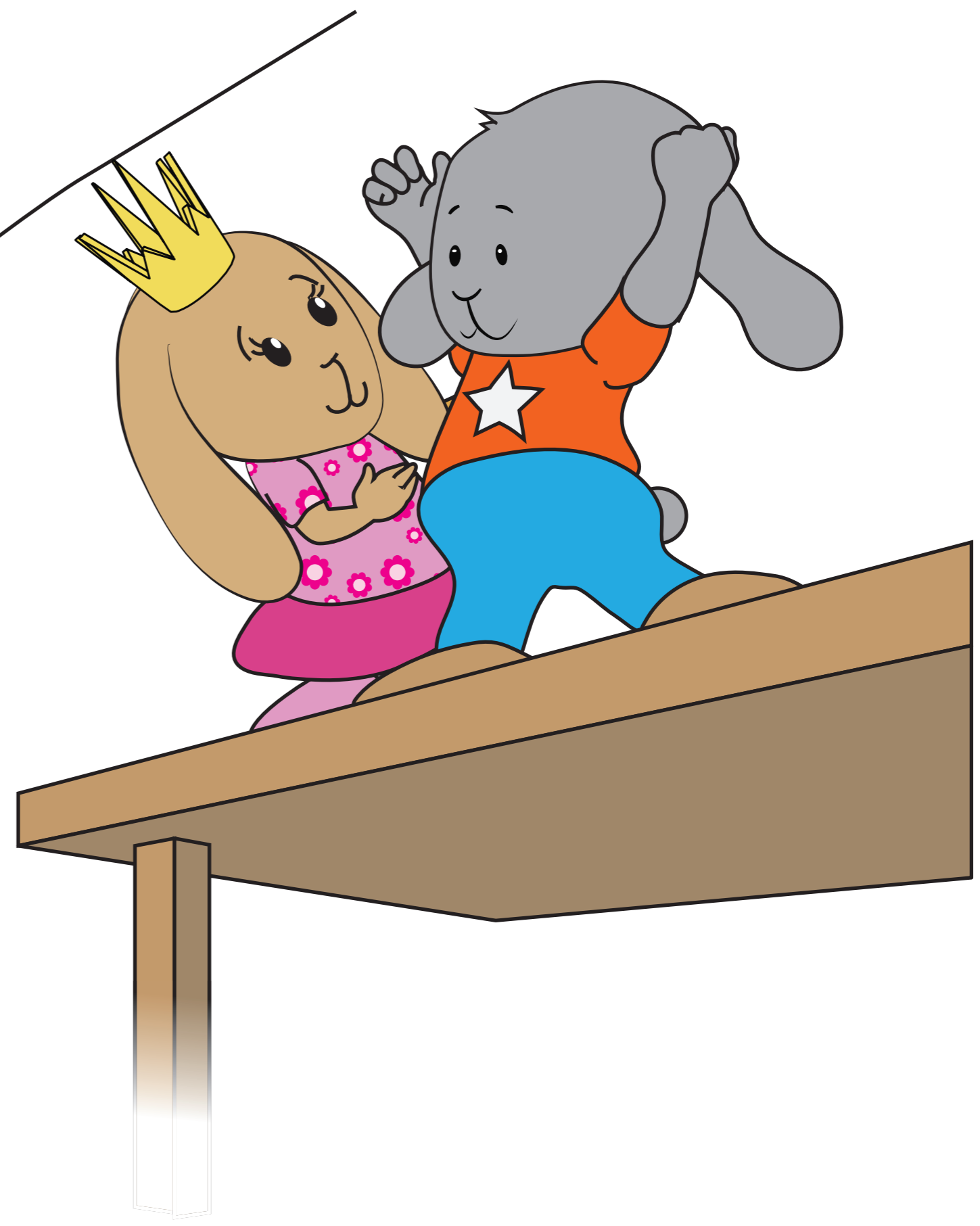
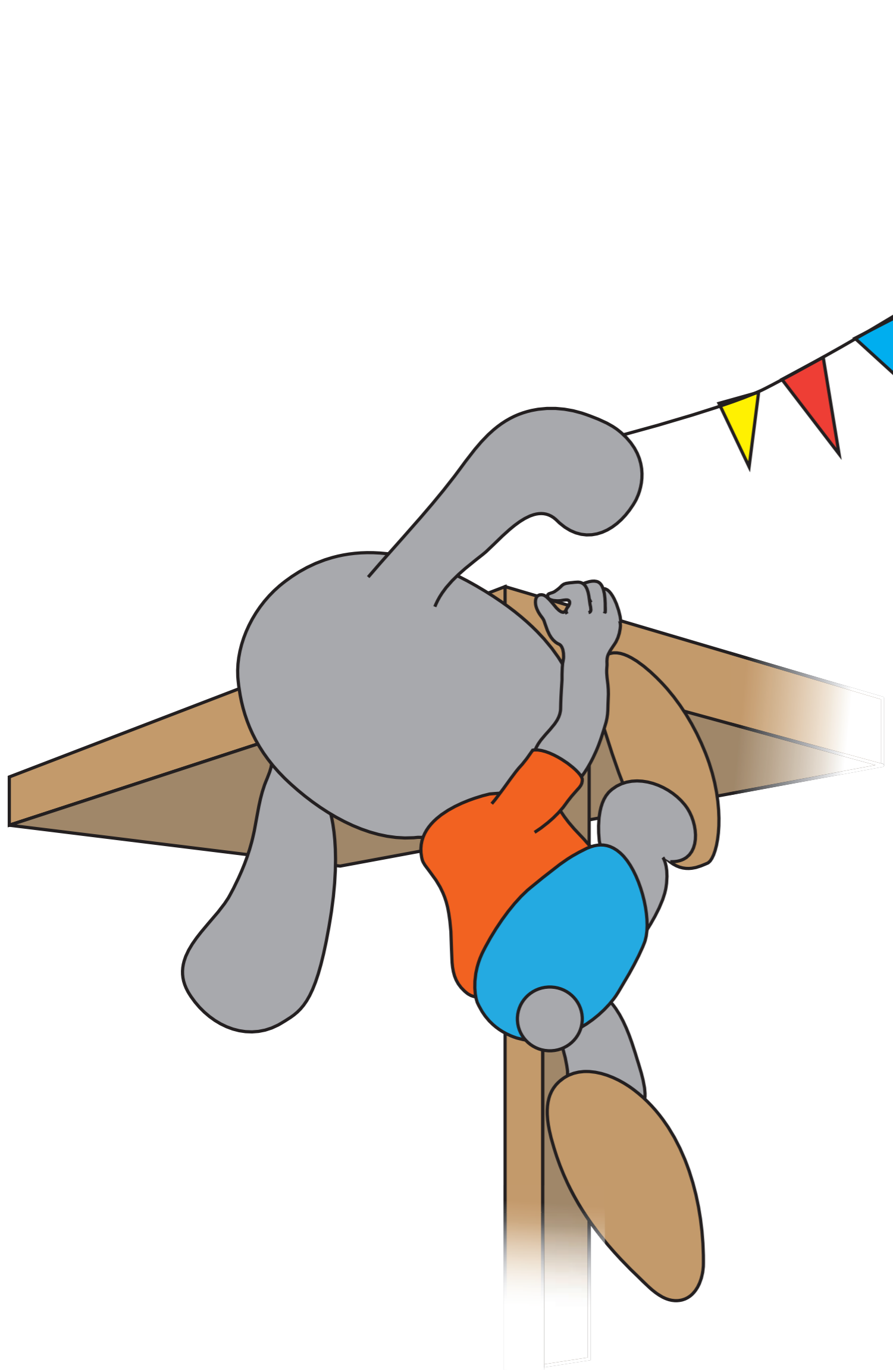
En ja hoor, Konijn klimt snel op de hoge tafel.

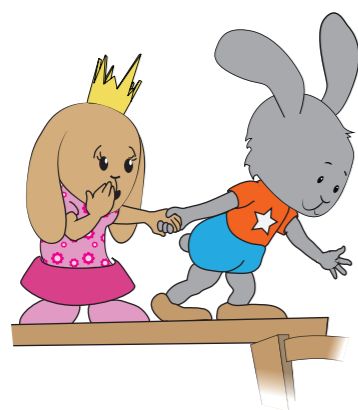
“Tadaaaaaa!” Daar staat Konijn in de kasteeltoren.

“Ik heb lekkere wortels gegeten, dus ik ben fit en sterk.

Nu kan ik je veilig naar beneden brengen, vriendinnetje.

Kom we springen samen naar beneden.”





## Tekst bij pagina 7:

### Maandag

Konijn pakt de hand van zijn vriendinnetje vast, klaar om te springen.

Denk je dat zijn vriendinnetje durft te springen? Kijk eens naar haar gezicht. Kijkt ze blij of bang? (nee, ze is bang)

Nee, ze durft niet te springen, want, zegt ze: "Jij hebt wortels gegeten, maar ik niet."

Konijn ziet dat zijn vriendinnetje bang is.

"Wacht, ik heb een idee!", roept Konijn.

### Dinsdag

Konijn pakt de hand van zijn vriendinnetje vast, klaar om te springen.

Durft het vriendinnetje van Konijn te springen? (nee)

En waarom niet? (geen wortels gegeten)

Inderdaad, het vriendinnetje van Konijn durft niet te springen, omdat zij geen wortels heeft gegeten.

Konijn ziet dat zijn vriendinnetje bang is.

"Wacht, ik heb een idee!", roept Konijn.

### Woensdag

Nu is het jouw beurt. Wat gebeurt er op deze pagina?

(Konijn pakt de hand van zijn vriendinnetje vast, klaar om te springen. "Neeee, ik durf niet", zegt het vriendinnetje van Konijn. "Jij hebt wortels gegeten, maar ik niet." Konijn ziet dat zijn vriendinnetje bang is. "Wacht, ik heb een idee!", roept Konijn.)

### Donderdag

Konijn pakt de hand van zijn vriendinnetje vast, klaar om te springen.

"Neeee, ik durf niet", zegt het vriendinnetje van Konijn.

"Jij hebt wortels gegeten, maar ik niet."

Konijn ziet dat zijn vriendinnetje bang is.

"Wacht, ik heb een idee!", roept Konijn.

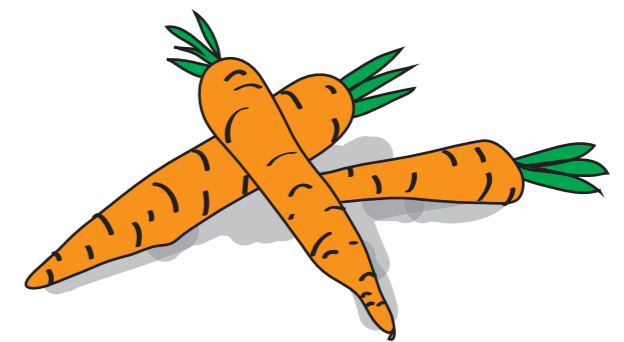
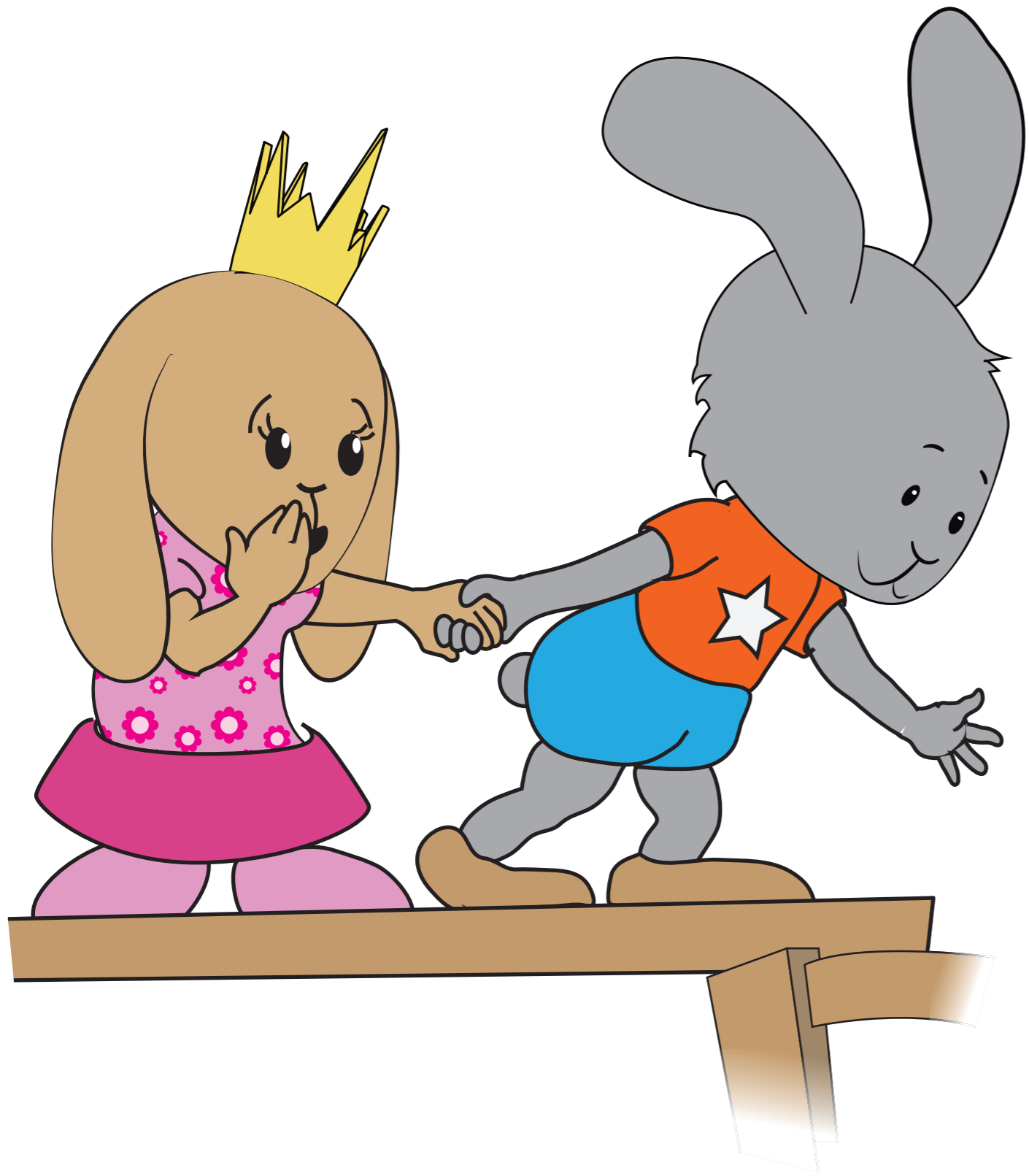
Wat voor idee heeft Konijn? (hij gaat een wortel pakken en aan zijn vriendinnetje geven)

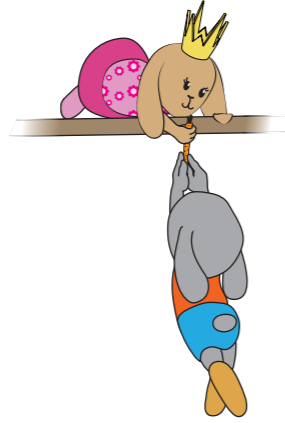
Zullen we kijken of dat klopt...

### Vrijdag

Nu is het jouw beurt. Wat gebeurt er op deze pagina?

(Konijn pakt de hand van zijn vriendinnetje vast, klaar om te springen. "Neeee, ik durf niet", zegt het vriendinnetje van Konijn. "Jij hebt wortels gegeten, maar ik niet." Konijn ziet dat zijn vriendinnetje bang is. "Wacht, ik heb een idee!", roept Konijn.)





## Tekst bij pagina 8:

### Maandag

Konijn springt naar beneden en rent naar zijn rugzak. "Kijk eens wat ik heb!"

**Wat geeft Konijn aan zijn vriendinnetje? (een wortel) Heel goed, een wortel.**

Het vriendinnetje van Konijn springt op. "Een wortel, een wortel", juicht ze.

"Als je wortels eet, voel je je fit en sterk!"

Konijn geeft de wortel aan zijn vriendinnetje.

En ja hoor, na een paar happen...

**Wat denk je dat er met het vriendinnetje van Konijn gebeurt? (ook fit en sterk)**

**Zullen we eens kijken....**

### Dinsdag

Konijn springt naar beneden en rent naar zijn rugzak. "Kijk eens wat ik heb!"

**Wat heeft Konijn gepakt? (een wortel)**

**En wordt het vriendinnetje van Konijn daar blij van? (ja)**

**Ja, ze juicht zelfs:** "Een wortel, een wortel".

"Als je wortels eet, voel je je fit en sterk!"

Konijn geeft de wortel aan zijn vriendinnetje.

En ja hoor, na een paar happen...

### Woensdag

Konijn springt naar beneden en rent naar zijn rugzak.

"Kijk eens wat ik heb!" Het vriendinnetje van Konijn springt op. "Een wortel, een wortel", juicht ze.

**"Als je wortels eet, voel je je \_\_\_\_\_ (fit en sterk!)"**

**En wat doet Konijn hier? (geeft de wortel aan zijn vriendinnetje)**

**Inderdaad,** Konijn geeft de wortel aan zijn vriendinnetje.

En ja hoor, na een paar happen...

### Donderdag

Konijn springt naar beneden en rent naar zijn rugzak. "Kijk eens wat ik heb!"

Het vriendinnetje van Konijn springt op. "Een wortel, een wortel", juicht ze.

**Waarom geeft Konijn een wortel aan zijn vriendinnetje? (dan wordt ze fit en sterk)**

**Inderdaad,** als je wortels eet, voel je je fit en sterk!

**En kijk eens naar het gezicht van het vriendinnetje van Konijn. Is ze blij dat ze een wortel krijgt? (ja)**

**Zou jij ook graag een wortel willen krijgen?**

Konijn geeft de wortel aan zijn vriendinnetje.

En ja hoor, na een paar happen...

### Vrijdag

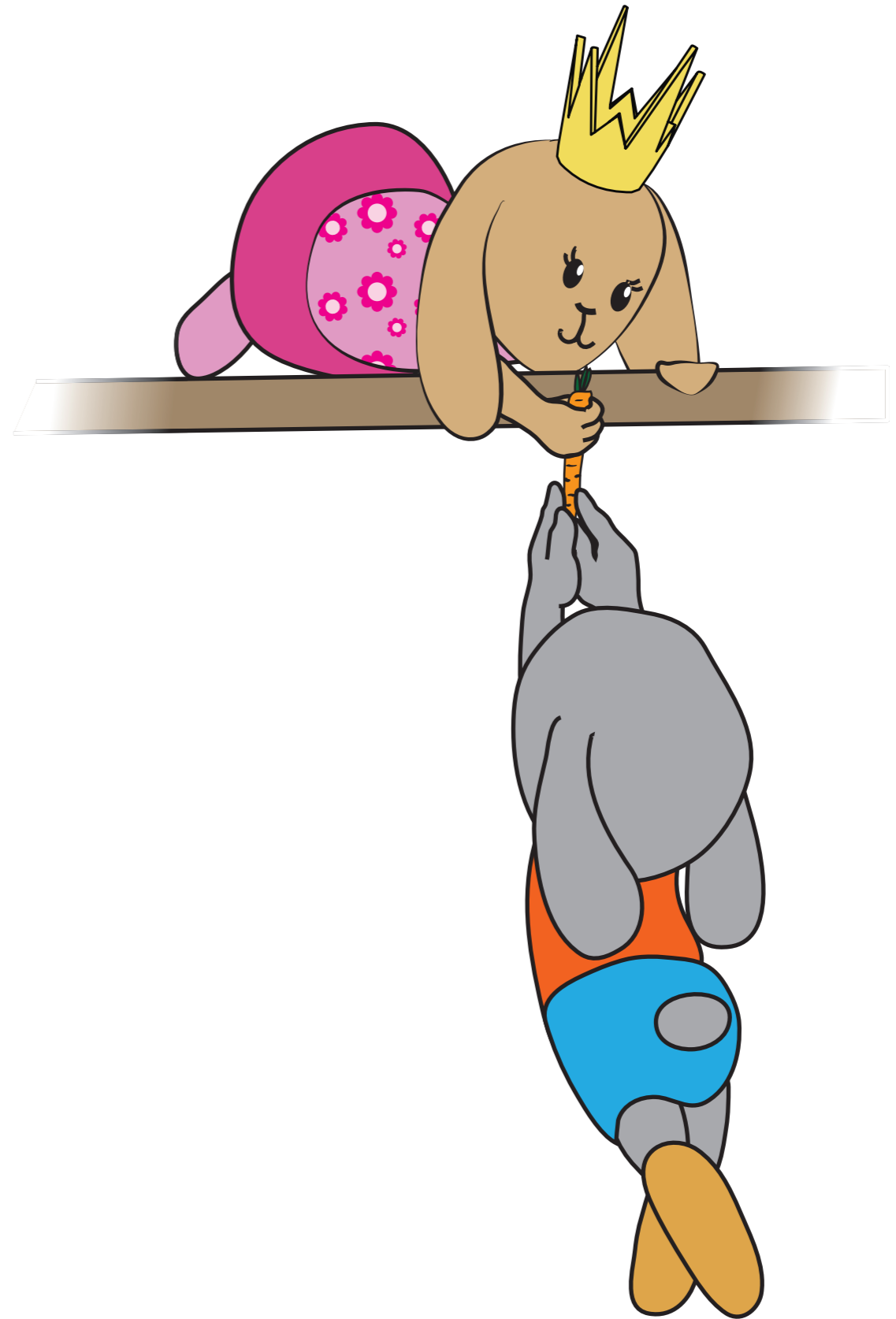
**En wat gebeurt er op deze pagina?**

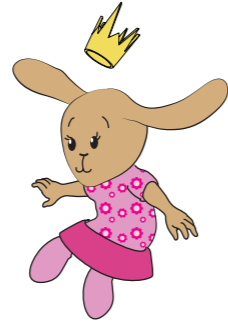
(Konijn springt naar beneden en rent naar zijn rugzak. "Kijk eens wat ik heb!"

Het vriendinnetje van Konijn springt op. "Een wortel, een wortel", juicht ze.

"Als je wortels eet, voel je je fit en sterk!" Konijn geeft de wortel aan zijn

vriendinnetje. En ja hoor, na een paar happen...)





## Tekst bij pagina 9:

### Maandag

Na een paar happen voelt het vriendinnetje van Konijn zich ook fit en sterk.

Hoepla, daar springt ze van de tafel af.

**Kijk eens naar de plaatjes. Zijn Konijn en zijn vriendinnetje blij? (ja)**

**Ja, ze juichen zelfs:** “Joehoe”, juicht Konijn. Zijn vriendinnetje is gered.

“Joehoe”, juicht het vriendinnetje van Konijn.

Konijn en zijn vriendinnetje zijn fit en sterk van de wortels.

Zelfs zo fit en sterk, dat ze nog een paar keer in de kasteeltoren klimmen.

**Konijn en zijn vriendinnetje eten dus heel graag wortels. Eet jij ook weleens wortels?**

### Dinsdag

**...voelt het vriendinnetje van Konijn zich ook \_\_\_\_\_ (fit en sterk)**

Hoepla, daar springt ze van de tafel af.

“Joehoe”, juicht Konijn. Zijn vriendinnetje is gered.

“Joehoe”, juicht het vriendinnetje van Konijn.

Konijn en zijn vriendinnetje zijn fit en sterk van de wortels.

Zelfs zo fit en sterk, dat ze nog een paar keer in de kasteeltoren klimmen.

### Woensdag

...springt het vriendinnetje van Konijn van de tafel.

**Waarom kan ze nu wel van de tafel springen? (omdat ze fit en sterk is)**

**Heel goed.** En daar zijn Konijn en zijn vriendinnetje heel blij om.

“Joehoe”, juicht Konijn. Zijn vriendinnetje is gered.

“Joehoe”, juicht het vriendinnetje van Konijn.

Konijn en zijn vriendinnetje zijn fit en sterk van de wortels.

Zelfs zo fit en sterk, dat ze nog een paar keer in de kasteeltoren klimmen.

**Ben jij ook graag fit en sterk? En wat doe je als je fit en sterk bent?**

### Donderdag

**Nu is het jouw beurt. Wat gebeurt er op deze pagina?**

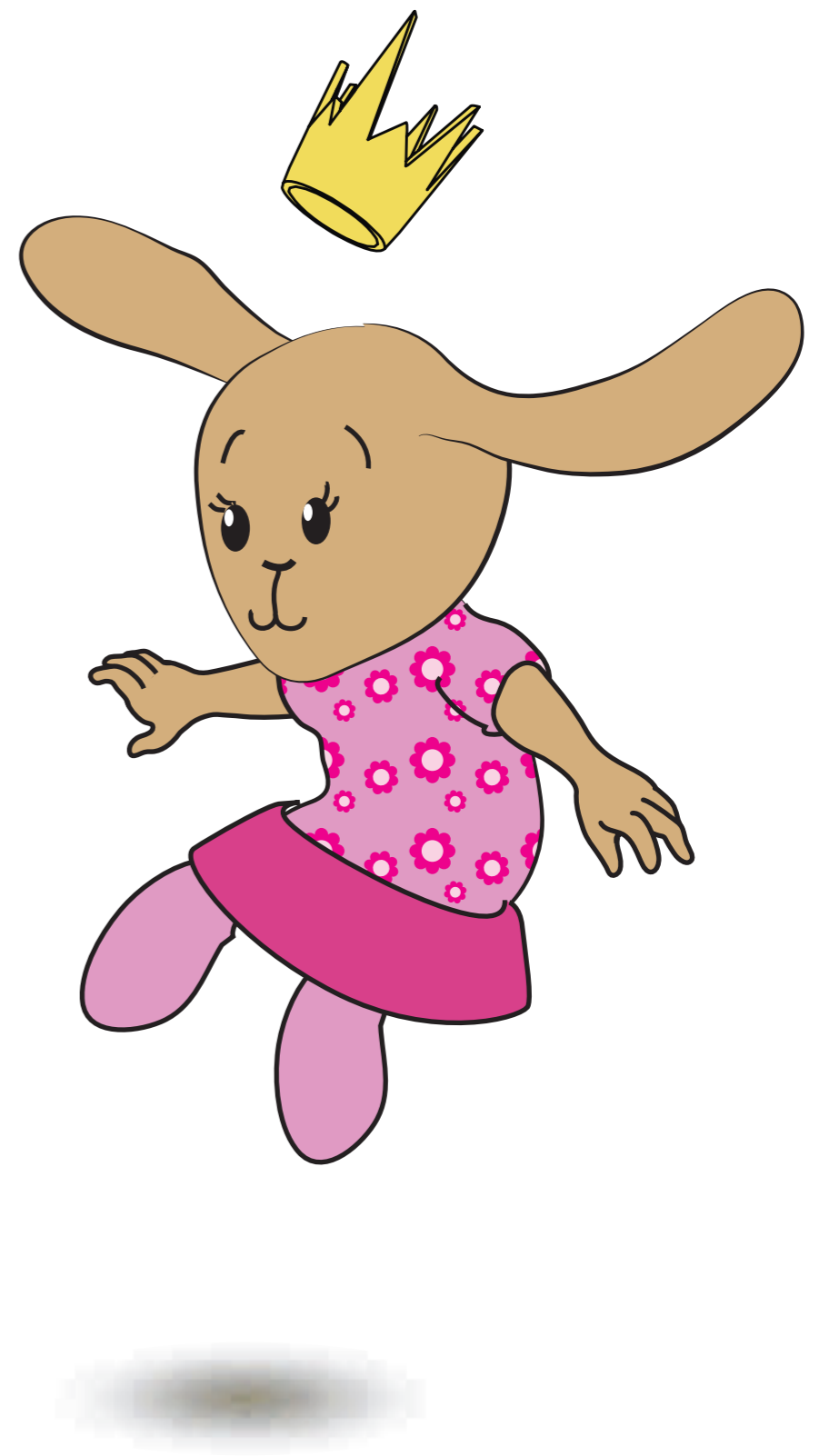
(...voelt het vriendinnetje van Konijn zich ook fit en sterk. Hoepla, daar springt ze van de tafel af. “Joehoe”, juicht Konijn. Zijn vriendinnetje is gered. “Joehoe”, juicht het vriendinnetje van Konijn. Konijn en zijn vriendinnetje zijn fit en sterk van de wortels. Zelfs zo fit en sterk, dat ze nog een paar keer in de kasteeltoren klimmen.)

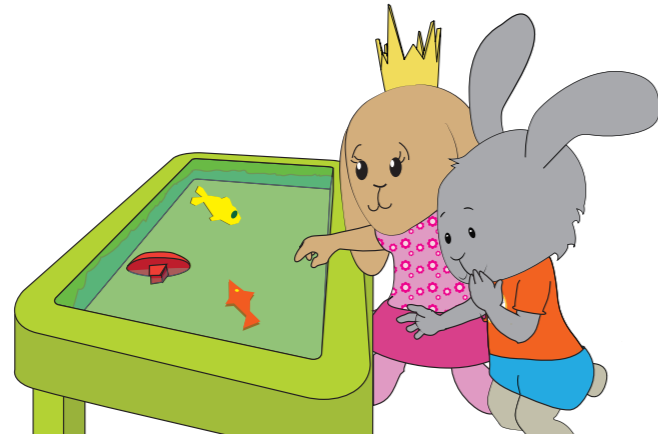
### Vrijdag

**Vertel maar verder: wat gebeurt er op deze pagina?**

(...voelt het vriendinnetje van Konijn zich ook fit en sterk. Hoepla, daar springt ze van de tafel af. “Joehoe”, juicht Konijn. Zijn vriendinnetje is gered. “Joehoe”, juicht het vriendinnetje van Konijn. Konijn en zijn vriendinnetje zijn fit en sterk van de wortels. Zelfs zo fit en sterk, dat ze nog een paar keer in de kasteeltoren klimmen.)

**Konijn en zijn vriendinnetje worden dus fit en sterk van wortels. Word jij ook fit en sterk van wortels? En wat doe je als je fit en sterk bent?**





## Tekst bij pagina 10:

### Maandag

Na al dat klimmen en klauteren zegt Konijn:

“Kom, in de kasteeltuin is een grote vijver”.

Samen rennen ze naar de watertafel.

“Hé”, roept het vriendinnetje van Konijn, “die visjes lijken wel wortels!”

Konijn en zijn vriendinnetje moeten heel hard lachen.

### Dinsdag

Na al dat klimmen en klauteren zegt Konijn:

“Kom, in de kasteeltuin is een grote vijver”.

Samen rennen ze naar de watertafel.

“Hé”, roept het vriendinnetje van Konijn, “die visjes lijken wel \_\_\_\_\_ (wortels!)”

Konijn en zijn vriendinnetje moeten heel hard lachen.

### Woensdag

Na al dat klimmen en klauteren zegt Konijn:

“Kom, in de kasteeltuin is een grote \_\_\_\_\_ (vijver)”

Samen rennen ze naar de watertafel.

“Hé”, roept het vriendinnetje van Konijn, “die visjes lijken wel wortels!”

Konijn en zijn vriendinnetje moeten heel hard lachen.

### Donderdag

Na al dat klimmen en klauteren zegt Konijn:

“Kom, in de kasteeltuin is een grote vijver”.

Samen rennen ze naar de watertafel.

“Hé”, roept het vriendinnetje van Konijn, “die visjes lijken wel \_\_\_\_\_ (wortels!)”

Konijn en zijn vriendinnetje moeten heel hard lachen.

### Vrijdag

Na al dat klimmen en klauteren zegt Konijn:

“Kom, in de kasteeltuin is een grote vijver”.

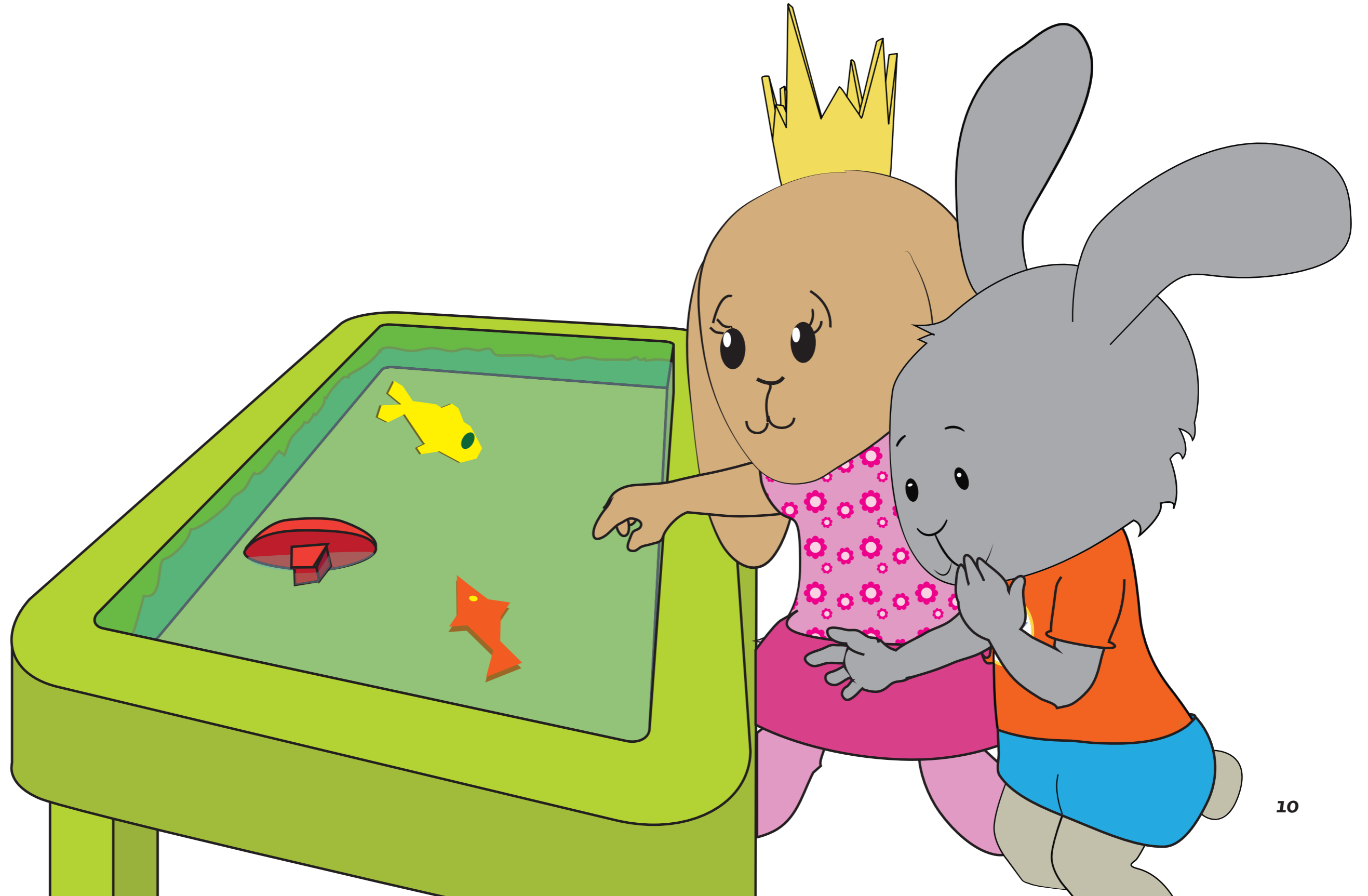
Samen rennen ze naar de watertafel.

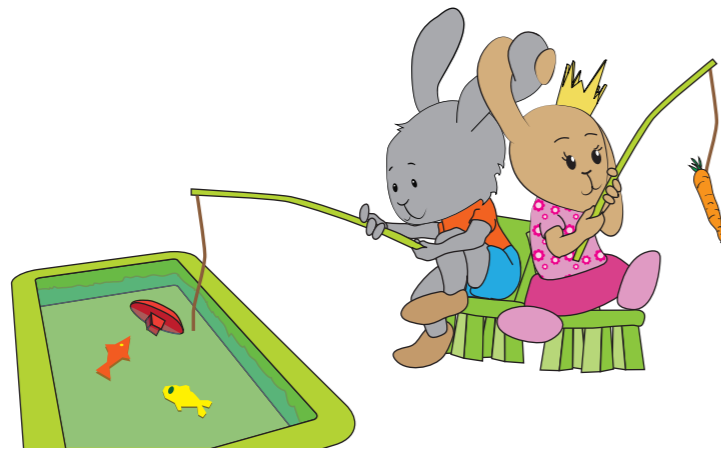
Wat zit er in de vijver? (visjes)

En waar lijken die visjes op? (wortels)

Inderdaad, Konijn en zijn vriendinnetje vinden dat de visjes op wortels lijken.

En daar moeten ze hard om lachen.





## Tekst bij pagina 11:

### Maandag

Kijk, daar zitten Konijn en zijn vriendinnetje samen te vissen.

Als je hééééél stil bent, hoor je ze zachtjes zingen.

“Wortel, wortel in het water. Wortel, wortel in de kom...”

Hoor je dat het liedje is veranderd? Ze zingen nu niet meer ‘visje, visje’, maar ‘wortel, wortel’: grappig he?

En wat heeft het vriendinnetje van Konijn aan haar hengel hangen? (een wortel)

Dus als je fit en sterk wilt zijn, dan eet je? (wortels)

### Dinsdag

Kijk, daar zitten Konijn en zijn vriendinnetje samen te vissen.

Als je hééééél stil bent, hoor je ze zachtjes zingen.

“Wortel, wortel in het water. Wortel, wortel \_\_\_\_\_ (in de kom...)”

En als je wortels eet, dan word je? (fit en sterk)

### Woensdag

Kijk, daar zitten Konijn en zijn vriendinnetje samen te vissen.

Als je hééééél stil bent, hoor je ze zachtjes zingen.

Weet je nog wat voor liedje konijn en zijn vriendinnetje zingen? (“Wortel, wortel in het water. Wortel, wortel in de kom...”)

Dus als je fit en sterk wilt zijn, dan eet je? (wortels)

### Donderdag

Kijk, daar zitten Konijn en zijn vriendinnetje samen te vissen.

Als je hééééél stil bent, hoor je ze zachtjes zingen.

“Wortel, wortel \_\_\_\_\_ (in het water. Wortel, wortel in de kom...)”.

En als je wortels eet, dan word je? (fit en sterk)

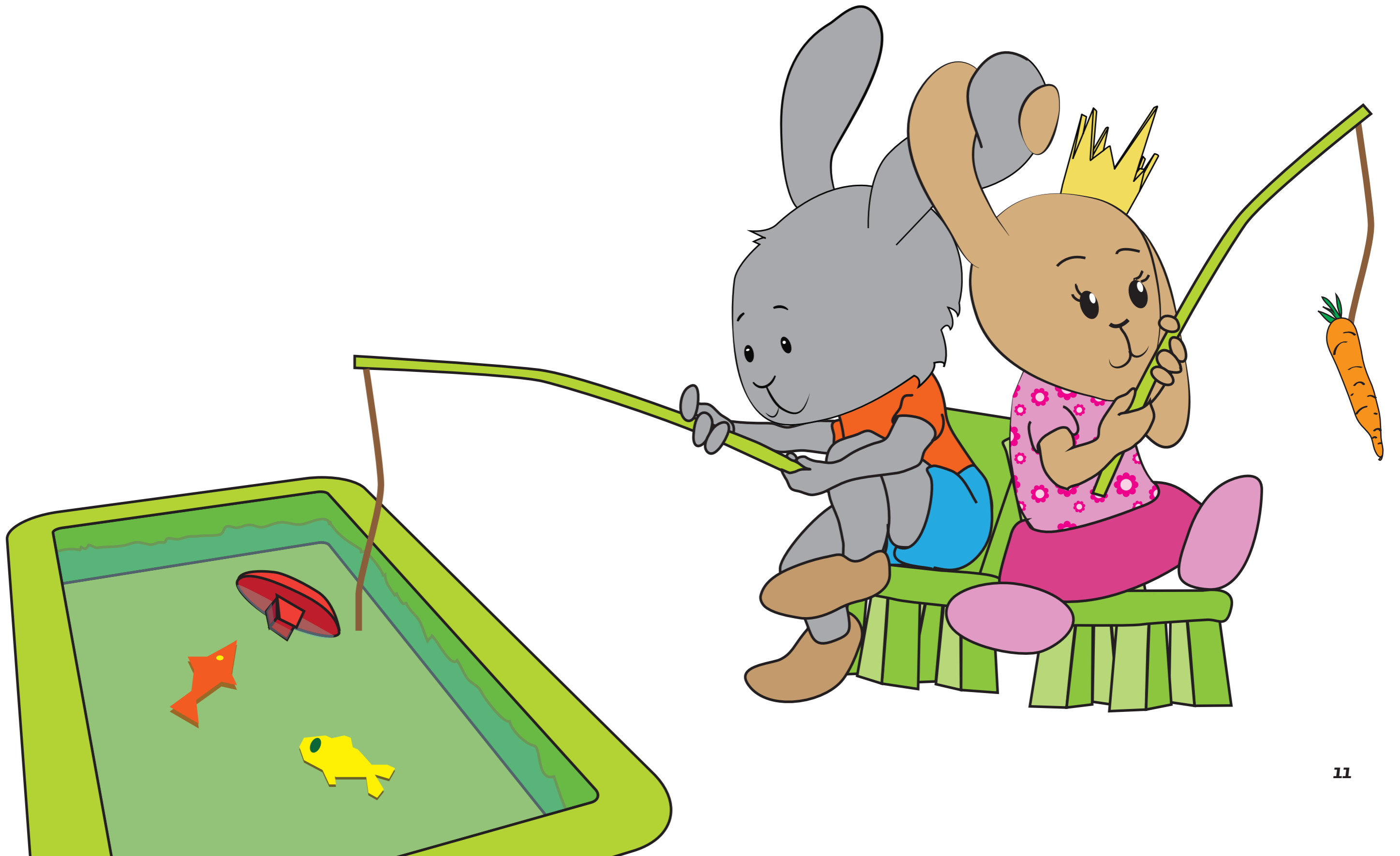
### Vrijdag

Kijk, daar zitten Konijn en zijn vriendinnetje samen te vissen.

Als je hééééél stil bent, hoor je ze zachtjes zingen.

En wat zingen ze? (“Wortel, wortel in het water. Wortel, wortel in de kom...”)

Dus als je fit en sterk wilt zijn, dan eet je? (wortels)



## Colofon:

**Concept:** Simone de Droog

**Schrijfster:** Ernestien Honning

**Tekenaar:** Andre Hanegraaf

Druk mogelijk gemaakt door Rotterdam Lekker Fit!, gemeente Rotterdam 2014

Radboud University Nijmegen

