



10

Dansen

Zet een energiek liedje op (bijvoorbeeld een liedje op YouTube) en laat de kinderen lekker uit hun dak gaan met hun beste (of juist slechtste) dansmoves!

9

Klap de kring rond!

De kinderen staan in een kring. Tel met zijn allen een aantal keer van 1 tot 4, zonder te versnellen of te vertragen. Heeft iedereen het tempo goed in zijn hoofd, klap dan als speelleider op een van de vier cijfers in je handen. Het kind links naast je neemt de klap op het volgende zelfde cijfer over enzovoort. Zorg dat elke klap op de puls klinkt, dus niet sneller of langzamer.



8

Boksen

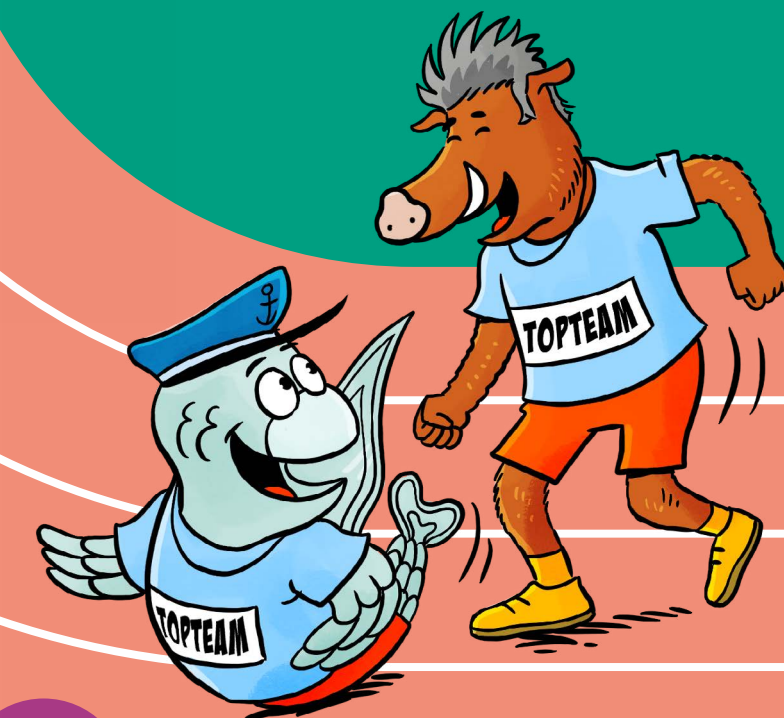
Laat de kinderen een vrije plek in de ruimte kiezen. Daar nemen ze op jouw teken een bokshouding aan. Ze beelden zich een tegenstander in tegen wie ze gaan boksen. Ze geven een paar rake klappen.

Varianten: De bokser maakt op jouw teken lieve, strelende bewegingen; de bokser probeert een lastige vlieg om hem heen te raken; de bokser probeert een heel hoog hangende ballon te raken; de bokser draait – al boksend – tien tellen naar rechts om zijn as, daarna tien tellen naar links; daarna weer naar rechts enzovoort. Stop op tijd.

7

De onzichtbare bal

De kinderen gaan in een kring staan. Eén kind heeft een onzichtbare bal in zijn handen die hij goed laat zien aan de groep. Gooit hij de bal naar een volgend kind naar keuze, dan maakt hij een geluid. De volgende speler moet dit geluid ook maken als hij de bal door gooit en voegt daar een geluid aan toe. Uiteindelijk wordt het aantal geluiden zoveel dat er iemand een geluid zal vergeten. Dan stopt het spel. Start het spel opnieuw bij het kind waar het misging.



START!



Wc-rollen estafette

Deze activiteit kan op het schoolplein of in de gymzaal. Maak van je groep vier rijen. Het voorste kind in elke rij heeft een wc-rolletje in de hand. Zet een ren-parcours uit met stoepkrijt of pylonen. Op jouw teken rent het voorste kind zo snel mogelijk over het parcours. Klaar? Dan rent het naar het volgende kind in zijn rij die de wc-rol van hem overneemt. Wie wint deze estafette?

Variant: Zet hindernissen op het parcours.



1

Klaar voor de start!

met de Gouden Weken!

2

Regen maken

De kinderen staan in een kring en bootsen een regenbui na in geluid. Ze doen jouw bewegingen na:

Start: Stilte en concentratie.

Stap 1: De wind stijgt op: wrijf in je handen.

Stap 2: De eerste regendruppels: sla met je handen op je benen (rechts-links) in iets hoger tempo.

Stap 3: Een echte regenbui: sla in een hoger tempo op je benen.

Stap 4: Storm: stamp met je voeten op de grond in een hoog tempo.

Stap 5: De storm wordt weer een bui: sla met je handen op de benen (rechts-links).

Stap 6: De bui neemt af: knippen met je vingers.

Stap 7: De bui stopt, het waait weer: wrijf in je handen

Stap 8: De wind gaat liggen: stilte; ga met je hoofd op de grond liggen.

3

Sneeuwballengevecht

Geef de kinderen een vel A4-papier. Laat er een prop van maken. Op jouw teken start het 'gevecht' waarbij de kinderen met hun prop zoveel mogelijk klasgenoten moeten raken.

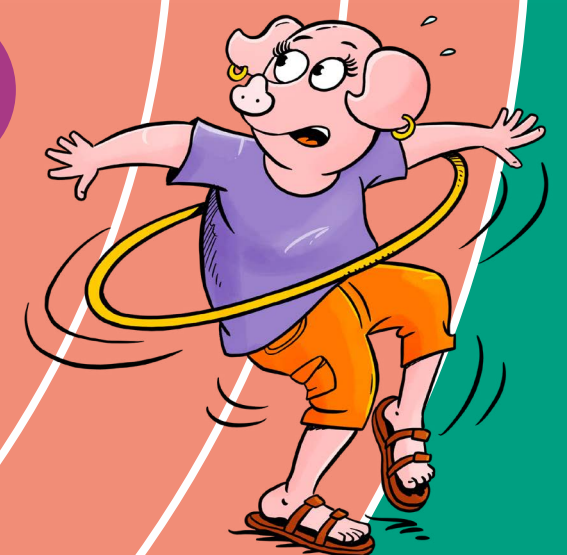
Variant 1: Maak tweetallen en laat de kinderen met hun prop overgooien.

Variant 2: Maak een kring waarin de kinderen hun prop - op een tempo dat jij klappend aangeeft - doorgeven aan het kind links van hen.

4

Tekenen op elkaars rug

Maak tweetallen en zorg dat de kinderen genoeg ruimte hebben. Nu mogen de duo's om de beurt een cijfer, letter of voorwerp op elkaars rug tekenen met hun vingers. Het kind dat tekent laat het andere kind raden wat er op zijn rug getekend wordt.



5

De vloer is vuur

Leer dit spel aan en zeg dat je de zin 'De vloer is vuur' de komende tijd op onverwachte momenten zal zeggen. Klinkt de zin, dan moeten de kinderen zorgen dat ze niet meer op de vloer staan. Het kind dat als laatste zijn voeten van de vloer haalt, heeft verloren.

6

Loop door de ruimte

De kinderen mogen rustig door de ruimte lopen. Geef aan: zeg ik 1, dan ga je lopen. Zeg ik 2, dan ga je rennen op je plaats. Wissel 1 en 2 af. Zeg ik 3, dan ga je op handen en voeten lopen. Wissel 1, 2 en 3 af. Zeg ik 4, dan ga je op je plaats een dansje doen. Zeg ik 5, dan ga je lopen en geef je iemand een hand die je tegenkomt (je blijft lopen).

Variant: Laat de kinderen dezelfde bewegingen doen, maar nu alsof ze een door henzelf gekozen dier zijn. Voeg het getal 6 eraan toe. Op dat getal maken ze het geluid van hun dier.