

The image features a central text element surrounded by abstract, hand-painted style graphics. In the top left, there are red brushstrokes and a cluster of black dots. In the top right, there are green brushstrokes and a cluster of black dots. In the bottom left, there are green brushstrokes and a cluster of black dots. In the bottom right, there are red diagonal lines.

ENERGIZERS

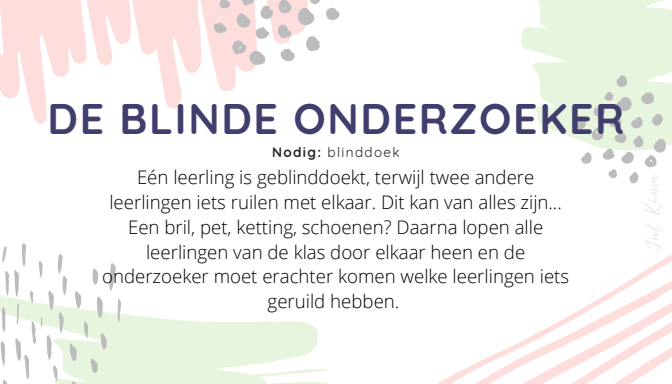


STOELENGEKTE

Nodig: stoelen, muziek

Bij deze stoelendans valt er niemand af! Als de muziek stopt, zoek je zo snel mogelijk een stoel. Geen stoelen meer? Ga bij een klasgenoot op schoot! Uiteindelijk staat er nog maar één stoel en laten we kijken of die stoel sterk genoeg is voor alle leerlingen...

Juf Kien

The background features stylized illustrations of hands in pink and green, with clusters of grey dots. The title is in a large, bold, dark blue font.

DE BLINDE ONDERZOEKER

Nodig: blinddoek

Eén leerling is geblinddoekt, terwijl twee andere leerlingen iets ruilen met elkaar. Dit kan van alles zijn...

Een bril, pet, ketting, schoenen? Daarna lopen alle leerlingen van de klas door elkaar heen en de onderzoeker moet erachter komen welke leerlingen iets geruild hebben.

Juf Kimm

HET TEGENOVERGESTELDE SPIEGELBEELD

Nodig: twee boeken per tweetal

Twee leerlingen zitten tegenover elkaar. Eén leerling (A) is het tegenovergestelde spiegelbeeld van de andere leerling (B).

Voorbeeld: Als jij je boek opendoet, doet jouw spiegelbeeld hem dicht.

Lukt het het spiegelbeeld om 10x het tegenovergestelde te doen?
Dan wisselen de leerlingen van rol.



WIE LACHT IS AF

Nodig: -

Alle leerlingen zitten in een kring. De eerste leerling zegt 'hi'. De leerling daarnaast zegt 'hi-hi'. Elke keer komt er een 'hi' bij. De leerling die het verkeerde aantal hi's zegt of begint te lachen, is af.

Wie houdt het het langst vol?



HOE LANG DUURT 1 MINUUT?

Nodig: 1 klok voor de leerkracht

Hang de klok uit het zicht. De leerkracht telt af. Daarna is het de taak van de leerlingen om hun vinger omhoog te steken wanneer zij denken dat er 1 minuut voorbij is.

Welke leerling heeft het beste gevoel voor tijd?



ZOEK HET...

Nodig: voorwerp naar keuze

Alle leerlingen verlaten het lokaal. De leerkracht of een speler verstopt een voorwerp naar keuze. Het voorwerp moet op een zichtbare, maar niet een al te opvallende plek verstopt worden.

Daarna komen de leerlingen weer binnen en ze gaan opzoek naar het voorwerp. De leerling die het voorwerp ziet, gaat op z'n plek zitten.

Wie vindt het voorwerp als eerst?



VOORWERPMOMENTJE

Nodig: iedere leerling legt 1 voorwerp in de kring

De leerlingen zitten in een kring. In het midden van de kring liggen evenveel voorwerpen als leerlingen in de kring. Daarna krijgt iedereen 10 seconden de tijd om een voorwerp in gedachten te nemen. Zodra de leerkracht aangeeft dat je naar jouw voorwerp toe mag, loop je erheen. Sta je alleen bij je voorwerp? Dan krijg je een punt.

Wie haalt de meeste punten?

BEELDENMUSEUM

Nodig: -

Eén leerling wacht op de gang, hij is de beveiligder. De andere leerlingen zijn beelden. De beelden gaan op een plek in de klas staan en blijven zo stil mogelijk staan. Zodra de beveiligder de klas binnenkomt, probeert hij bewegende beelden te spotten. De beelden mogen proberen om van plek te veranderen, maar zodra de beveiligder een beeld ziet bewegen, is het beeld af. Het beeld gaat op zijn plek zitten.

Welk beeld wordt niet bewegend gespot?

The background features stylized, colorful hands in shades of pink, red, and green, some with grey dots on them. The title 'DE VERANDERAAR' is centered in a bold, dark blue font.

DE VERANDERAAR

Nodig: -

Eén leerling wacht op de gang, hij is de controleur. Eén andere leerling wordt door de leerkracht aangewezen om de veranderaar te zijn. Zodra de controleur binnenkomt, begint de veranderaar met een beweging. Deze beweging wordt door de andere leerlingen gekopieerd.

Komt de controleur erachter welke leerling start met bewegen?

COMMANDO PINKELN

Nodig: -

De leerkracht is de spelleider. Bij 'commando pinkelen' tikken alle leerlingen met hun pinken op de tafel. Bij 'commando hol' vormen de leerlingen een kommetje met hun handen. Bij 'commando bol' vormen alle leerlingen een bol met hun handen. Als het woord 'commando' niet gezegd wordt, moet je doorgaan met het vorige commando.

Voer je het verkeerde commando uit, dan ben je af.

Wie houdt het het langste vol?

Tafel Kinn

DIERENBENDE

Nodig: -

Twee leerlingen gaan op de gang staan. De andere leerlingen maken tweetallen. Die tweetallen spreken een dierengeluid af. Daarna gaan alle leerlingen door elkaar staan en komen de leerlingen op de gang weer binnen. De gangleerlingen strijden tegen elkaar. Ze moeten de juiste tweetallen bij elkaar zoeken. Als een leerling in de klas aangewezen wordt, moet die leerling het dierengeluid maken. Daarna wordt een ander aangewezen. Zijn het dezelfde dierengeluiden? Dan heeft die gangleerling een punt.

Welke leerling vindt de meeste dierentweetallen?

The background features stylized illustrations of hands in pink and green, with clusters of grey dots. The title 'Lichaamscombi' is centered in a dark blue font.

LICHAAMSCOMBI

Nodig: -

De leerlingen vormen tweetallen. Ze moeten zo snel mogelijk contact maken tussen de lichaamsdelen die de leerkracht opnoemt.

Bijvoorbeeld: schouder aan schouder, oor aan oor, voorhoofd aan knie, neus aan buik.

Welke tweetallen kunnen alle combinaties maken?

DE RENNENDE RATTEN

Nodig: -

Elke leerling gaat staan. De leerkracht noemt de zin: de rennende ratten. De leerlingen rennen op hun plek. Daarna vervangt de leerkracht het woord 'ratten' voor een ander dier, bijv: de rennende vissen. Vissen kunnen niet rennen, dus de leerlingen moeten dan stoppen met rennen.

Dit kun je variëren met allerlei werkwoorden.

Welke leerling luistert het beste?

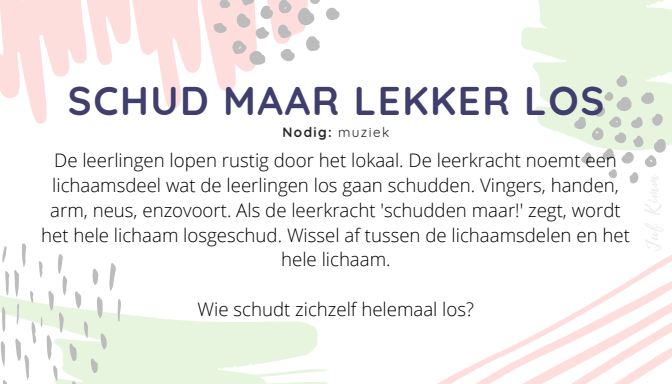
The background features stylized illustrations of hands in pink and green, with clusters of grey dots. The title 'STOPDANS' is centered in a large, bold, dark blue font.

STOPDANS

Nodig: muziek

De leerkracht zet een muziekje aan. De leerlingen dansen door de klas heen. Zodra de muziek uitgaat, moeten de leerlingen direct stilstaan. Welke leerling toch nog beweegt, is af.

Welke leerling staat direct stil?



SCHUD MAAR LEKKER LOS

Nodig: muziek

De leerlingen lopen rustig door het lokaal. De leerkracht noemt een lichaamsdeel wat de leerlingen los gaan schudden. Vingers, handen, arm, neus, enzovoort. Als de leerkracht 'schudden maar!' zegt, wordt het hele lichaam losgeschud. Wissel af tussen de lichaamsdelen en het hele lichaam.

Wie schudt zichzelf helemaal los?

MOORDENAARTJE

Nodig: -

De leerlingen zitten in de kring. Eén leerling gaat naar de gang. Als hij weg is wordt afgesproken wie de moordenaar is. De leerling van de gang komt in de kring staan. De moordenaar vermoordt telkens andere leerlingen door te knipogen. Die zakken onderuit in hun stoel. De leerling in de kring probeert te raden wie de moordenaar is. Maak een afspraak over hoe vaak hij mag raden (twee of drie keer). Als alleen de moordenaar nog over is, heeft die gewonnen.

Lukt het de moordenaar om goed te raden?

FRUITSALADE

Nodig: -

De leerlingen – behalve één iemand – zitten in de kring. Een leerling staat in het midden. Iedere leerling kiest een fruitsoort (bijv. appel, banaan of peer). Vervolgens krijgen de leerlingen in de kring de opdracht om, zodra hun fruit genoemd wordt, van plek te verwisselen met een 'soortgenoot'. De persoon in het midden van de kring roept bijvoorbeeld: 'banaan' en alle bananen verwisselen van plaats. De persoon in het midden probeert snel op een lege plek te gaan zitten.

Wie zit het langst op een stoel?



GOEDE OREN

Nodig: -

De leerlingen liggen met hun hoofd op hun armen op tafel en hun ogen dicht. Zij proberen in 3 minuten zoveel mogelijk geluiden in en vooral buiten het klaslokaal waar te nemen. Na drie minuten schrijven zij zo snel mogelijk zoveel mogelijk dingen op die ze hebben gehoord.

Degene met de langste lijst leest voor. Anderen kunnen nog aanvullingen geven als zij andere geluiden hebben gehoord.

Hoeveel geluiden hoort de groep?

PSYCHIATERTJE

Nodig: -

Twee kinderen zijn de psychiaters en gaan de klas uit. De rest van de klas spreekt af dat ze een bepaalde 'kwaal' hebben. Een lichamelijke kwaal is bijvoorbeeld, dat iedereen aan zijn neus krabt als hem iets gevraagd wordt. Een geestelijke kwaal is bijvoorbeeld, dat je in al je antwoorden een kleur noemt. Dan komen de psychiaters terug en die mogen de kinderen vragen stellen, bijvoorbeeld: "Wat heb je vandaag allemaal gedaan?" En in het antwoord moet dan de kwaal verwerkt zijn.

Dus het kind krabt even aan zijn neus, of zegt: "Ik heb een mooie tekening gemaakt met mijn blauwe kleurpotlood." De psychiaters moeten raden wat de kwaal is. Komen de psychiaters achter de kwaal?

DE RUPS

Nodig: -

Vorm groepjes van drie tot vijf leerlingen. De leerlingen staan achter elkaar met de handen op de schouders van hun voorganger. Alleen de voorste leerling heeft de ogen open. Deze leerling gaat de blinde rups door de ruimte begeleiden door rustig te lopen en door te spreken. "Pas op, links een tafel." Of "Stoppen om een andere blinde rups voor te laten." Roep "Metamorfose" als de kop van de rups achter aan moet sluiten en het nieuwe voorstuk de ogen mag openen.

Welke rups stoot zich niet?



IK WEET WAAR JE BENT

Nodig: -

Alle leerlingen lopen door elkaar door de ruimte. Kijk elkaar goed aan en begroet iedereen terwijl je door de ruimte blijft lopen. Als de leerkracht 'stop' roept, doe je je ogen dicht. De leerkracht vraagt je nu om leerling (naam) aan te wijzen, zonder dat je kijkt. Doe je ogen open en kijk of jij het goed had en hoeveel anderen het goed hadden.

Kun jij je klasgenoten vinden?

The background features stylized illustrations of hands in pink and green, with clusters of grey dots. The title 'SAMEN TELLEN' is centered in a bold, dark blue font.

SAMEN TELLEN

Nodig: -

Ga met alle leerlingen in een kring staan. Focus met zijn allen op een punt in het midden. Begin met de hele groep, één persoon tegelijk, vanaf 1 te tellen tot zo hoog mogelijk. Steeds wanneer twee mensen tegelijk spreken, begin je weer bij 1.

Hoe ver kunnen jullie tellen?

Juf Kien

KRANTENMEPPER

Nodig: Krant of opgerold papier

Iedereen staat in een kring en de 'mepper' staat in het midden. De leerkracht noemt een naam uit de kring. De mepper zoekt die leerling op en probeert de onderbenen van die leerling met de krant te slaan. Degene wiens naam geroepen werd, moet, voordat hij geslagen wordt, de naam van een andere leerling roepen. Is deze leerling te laat en wordt hij getikt? Dan wordt hij de mepper.

Lukt het jou om zo snel mogelijk een andere naam te noemen?

The background features stylized illustrations of hands in pink and green, with clusters of grey dots. Pink diagonal stripes are visible in the bottom right corner.

JUST DANCE

Nodig: Digibord

Zet een Just Dance liedje aan op het digibord en dans hierop mee.

Just Dance

ELEKTRISCHE SCHOK

Nodig: -

Alle leerlingen staan in een kring. Eén leerling begint met het doorgeven van de elektrische schok. Het doorgeven van de elektrische schok doe je door je handen tegen elkaar te houden en je handen te richten op een ander. Als je de schok doorgeeft naar iemand die naast je zegt, zeg je 'ZIP!' Als je de schok naar iemand doorgeeft aan de overkant van de kring zeg je 'ZAP!' Als je het verkeerde woord zegt, dan ga je zitten.

Wie houdt het het langste vol?