



# Binnenkomers en afsluiters

*Hieronder vind je enkele korte activiteiten die je kunt doen om een activiteit te starten of af te sluiten. Kijk welke suggesties te gebruiken zijn in jouw werksetting.*

## **Naamspelletje met Wereldbal**

Maak een kring. Gooi de Wereldbal, of een andere zachte bal of een bonenzakje naar iemand in de groep.

Vraag die persoon om zijn of haar naam te zeggen, en waar hij of zij van houdt (of wat hij of zij leuk vindt).

Geef zelf het voorbeeld ("ik ben Annemieke en ik hou van skieën")

Laat de persoon die begon een ander kiezen en de bal naar die persoon gooien, die op zijn of haar beurt hetzelfde doet. Ga door totdat iedereen de kans heeft gehad om de beurt te krijgen. Als iemand niet wil, dan vraag je om de bal door te gooien naar een ander. Vraag aan het eind even of het betreffende kind nu wel wil (hoeft niet). Als het erop lijkt dat sommigen de bal voor de tweede keer krijgen, terwijl er kinderen zijn die nog geen beurt hebben gehad, vraag dan degenen die de bal nog niet hebben gehad hun hand op te steken.

## **Favoriete voedsel**

Vraag iedereen hun naam en favoriete voedsel te zeggen.

## **Leuk om te doen?**

Ga de kring rond. Vraag: "wat vind je leuk om te doen dat eindigt op –en". (voorbeelden: zwemmen, schaatsen, rennen).

## **Wat voor dier wil je zijn?**

Ga de kring rond. Vraag: "als je een dier zou zijn, wat voor dier zou je zijn?".

## **Sta op als ...**

Deze kan in allerlei varianten. Bijvoorbeeld: noem allerlei huishoudelijke taken op en zeg: "Ga staan als je thuis...."

- helpt met afwassen
- je huiswerk maakt
- de tafel dekt
- helpt met de auto wassen
- voor je kleine broertje of zusje zorgt
- tv kijkt
- je zelf aankleedt
- je eigen bed opmaakt, enz.

## **Zend een SMS**

Vorm een kring. Ieder kind zit op een stoel. De volwassene legt uit: "Een kind staat in het midden en zegt: "Ik zend een SMS naar iemand die ....." Dan volgt een beschrijving, bijvoorbeeld: iemand met zwart haar, iemand met een bril.

Iedereen die aan die beschrijving voldoet staat op en gaat op de stoel van een ander zitten die ook op is gestaan. Ook de SMS-zender gaat op een opengevallen stoel zitten. Degene die overblijft zonder stoel is de volgende SMS-zender."



De volwassene gaat zelf het eerst in het midden staan en doet voor. Doordat de volwassene nu meedoet is er altijd één stoel te weinig en blijft er dus altijd één kind over.

### **Tot vijf tellen**

De uitdaging van dit spel is dat kinderen de nummers 1 t/m 5 roepen (tot 5 tellen) zonder dat er twee tegelijk roepen. Introduceer het spel met de volgende spelregels:

- Iedereen kan een cijfer opzeggen, beginnend bij 1
- De cijfers moeten in volgorde opgezegd worden
- Als twee kinderen hetzelfde cijfer tegelijk roepen moet er opnieuw begonnen worden.

Ga na of iedereen de regels begrepen heeft. Zo nee, vraag dan iemand die de regels begrepen heeft ze uit te leggen aan degenen die ze niet begrepen hebben.

Vraag wie de spelleider wil zijn. Als hij of zij twee mensen tegelijk hoort praten steekt hij de hand op om aan te geven dat het opnieuw moet.

Stel een pieper in op 3 minuten. Als de groep de taak binnen die tijd niet onder de knie krijgt wordt het alleen maar frustrerend.

### **Goed nieuws**

Vraag de kinderen iets te noemen dat de afgelopen dagen is gebeurd en waar ze zich prettig bij voelden. Het "goede nieuws" kan iets zijn wat ze zagen, wat ze deden, iets aardigs dat iemand tegen hen zei, iets wat ze gegeten hebben - als het maar iets was waar ze zich prettig bij voelden. Begin zelf met een voorbeeld te geven.

### **Een leuk iemand**

In de kring. Laat de kinderen aan iemand denken die ze erg leuk vinden (vriend, moeder, familie lid, etc.).

Vraag aan ze om één woord te bedenken dat beschrijft wat ze zo goed of leuk vinden van degene die ze in hun hoofd hebben. Maak vervolgens een rondje (hou het snel en kort).

### **Telefoon**

De groep zit in de kring. Iemand begint met een zin in het oor van zijn of haar buurman te fluisteren. Die vervolgens de zin weer fluistert in het oor van zijn of haar buurman. Enzovoort, tot de zin de kring is rond gegaan. Iedereen mag de zin maar één keer fluisteren. De laatste zegt de zin hardop.

### **Volg de leider**

Leg uit dat je een beweging begint die de kinderen moeten volgen. Als je "wissel" roept wisselt de leider. Jij kiest de leider die jou opvolgt en die kiest weer de volgende enzovoort.

Begin een beweging. Je klapt in je handen, de kinderen klappen in hun handen. Je knipt met je vingers, de kinderen knippen met hun vingers. Jij stamp met je voet, schudt met je hoofd, de kinderen doen hetzelfde. Na een paar van deze bewegingen geef je het leiderschap door aan de volgende. Roep een paar keer "wissel" zodat een aantal kinderen de leider kan zijn.

### **Iets wat de meeste mensen niet van je weten**

Vorm snel tweetallen van kinderen die naast elkaar zitten. Geef ze twee minuten om beurtelings te praten over iets dat de meeste mensen wel en niet over je weten. Kondig het aan wanneer er een minuut voorbij is zodat ze kunnen wisselen. Vraag drie of vier kinderen die dat willen om te vertellen waar ze aan dachten.



### Favoriete muziek

Ga de kring rond, en vraag: wat is je favoriete muziekgroep (popgroep) of liedje (nummer)?

### Favoriete Kleuren Luister Spel

Leg de kinderen uit dat we vandaag het luisteren gaan oefenen door te herhalen wat we hebben gehoord om te laten zien dat we het echt gehoord hebben.

Laat een kind vertellen wat zijn of haar favoriete kleur is, en vraag dan het volgende kind om dat te herhalen en daarna te zeggen wat zijn of haar favoriete kleur is. Dat kind vraagt een derde kind, dat alleen herhaalt wat het kind voor haar heeft gezegd, en weer haar eigen favoriete kleur toevoegt.

Als kinderen vergeten wat het kind voor hem of haar gezegd heeft, of als ze beginnen te vertellen wat zijn of haar favoriete kleur is zonder eerst te herhalen wat ze zojuist gehoord hebben, zeg het dan vriendelijk en vraag of ze opnieuw willen beginnen.

Ga door met andere uitspraken zoals: "Op zaterdag vind ik het leuk om ....."

### Veranderingen

Vraag de kinderen goed naar je te kijken, naar de kleren die je draagt enz. gedurende ongeveer 30 seconden. Vraag ze dan de ogen even dicht te doen zodat ze jou niet kunnen zien en verander drie dingen aan jezelf.

Doe bijvoorbeeld je bril af, doe iets met een sjaal en doe een schoen uit. Vraag de kinderen dan om hun ogen weer open te doen en te raden welke drie dingen er veranderd zijn.

Verdeel de kinderen in tweetallen. Een is kind A, de ander kind B. Nadat ze de gelegenheid hebben gehad om elkaar 30 seconden lang te bekijken draaien de A-kinderen zich om zodat de B-kinderen drie dingen aan zichzelf kunnen veranderen. A draait zich weer om en probeert de veranderingen te raden. Daarna wisselen de rollen.

### Woord Raden

Neem een paar kaartjes. Schrijf er een woord op. Bijvoorbeeld: politieagent, verdriet, dweil. Geef het eerste kaartje aan een kind. Laat de rest het niet zien. Kinderen mogen om de beurt vragen stellen aan degene die het kaartje heeft. Die mag alleen met 'ja' of 'nee' antwoorden. De anderen moeten er achter zien te komen wat er op het kaartje staat. Als ze het denken te weten steken ze hun vinger op. Degene die het raadt, mag het volgende kaartje nemen.

### Gevoelsbarometer

-5      -4      -3      -2      -1      0      +1      +2      +3      +4      +5

Vraag de kinderen in een rondje om een waarde van -5 (vandaag is het de ergste dag van mijn leven) tot +5 (het beste gevoel dat je ooit had) aan hun gevoelens van dit moment toe te kennen. Bekijk met de kinderen op welke waarde de meeste gevoelens vandaag liggen. Noteer de antwoorden op het bord als volgt.



x		x	x	x	x		x	x		x
		x	x	x	x		x	x		
			x		x		x	x		
			x		x		x	x		

### Zin afmaken

In de kring een rondje. Vraag de kinderen de volgende zin af te maken.:

- "Ik voel me goed over mezelf als ..."
- "Als ik boos word, ..."
- "Een gevoel dat ik al lang niet meer gehad heb is ..."
- "Wat ik zoek in een vriend of vriendin is ...."
- "Een kleur die beschrijft hoe ik me op dit moment voel is ..."

### Sta op als ... (variant)

Laat de kinderen opstaan als ze in een van de volgende categorieën vallen (daarna weer gaan zitten). Sta op als je:

- van appelsap houdt
- van trefbal houdt
- van spannende boeken houdt
- ooit een wedstrijd hebt gewonnen
- graag naar tekenfilms op tv kijkt
- later juf of meester wil worden.
- bedenk eigen aanvullingen.

### Geef het geluid door

Begin een geluid te maken. 'Geef' het geluid door aan een kind. Vraag het kind het geluid na te doen, en het dan in een ander geluid te veranderen. Hij of de ruimtezij geeft het door aan een ander die het nieuwe geluid herhaalt, en het weer verandert. Ga door tot de hele groep is geweest.

### Moordenaartje

De kinderen zitten in de kring. Eén kind gaat naar de gang. Als hij of zij weg is wordt afgesproken wie de moordenaar is. Het kind van de gang komt **in** de kring staan. De moordenaar vermoordt telkens andere kinderen d.m.v. knipoogjes. Die zakken onderuit in hun stoel. Het kind in de kring probeert te raden wie de moordenaar is. Maak een afspraak over hoe vaak hij of zij mag raden (2 of 3 keer). Als alleen de moordenaar nog over is, heeft die gewonnen.

### Waar hoor je bij?

Vraag de kinderen door de ruimte te lopen, en snel groepjes te maken van kinderen die bij elkaar horen, nadat je als volwassene het onderwerp hebt aangegeven:

- zelfde maand dat je jarig bent
- favoriete jaargetijde



- oudste/jongste/middelste
- etc.

Als de groepjes gevormd zijn, vraag je steeds een groepslid om aan te geven welke groep zij zijn. Hou het kort en flitsend.

### Face to face

Zet de kinderen in de kring, en geef ze een potlood en een papiertje. Maak tweetallen (meng de groep goed, zodat niet vrienden en vriendinnen een tweetal vormen). Laat ze tegenover elkaar zitten of staan. Ze krijgen 3 minuten om 5 dingen te vinden waarin ze verschillen van hun partner, en 5 overeenkomsten. Laat ze ze even opschrijven. Daarna wisselen van partner, en herhalen.

### De 'wave'

Zet de stoelen in een hele dichte kring, zo dat er geen ruimte is tussen de stoelen. Je zit er zelf ook tussen. Vraag: "Wie weet wat een 'wave' is bij een sportwedstrijd? OK, we gaan een soort wave doen." Sta dan plotseling op, waardoor er een stoel vrij komt. En vertel: "De wave begint bij het kind links van de open stoel, die op de lege stoel gaat zitten. Dan gaat de volgende zo snel mogelijk op zijn stoel zitten, enzovoort. Laten we het eens proberen". Laat de groep een keer oefenen. "OK, probeer nu de andere kant op! Heel goed. We zijn klaar om te spelen".

Leg uit dat jij "HET" bent. Jouw doel is om op een lege stoel te komen voordat een van de kinderen er op is gaan zitten. De opdracht voor de klas is om de wave zo snel mogelijk uit te voeren, zodat het mij niet lukt om een lege stoel te vinden.

De persoon die HET is, krijgt een minuut om een lege stoel te vinden. Als het niet gelukt is, kies dan een ander uit die HET wordt.

Bij de nabespreking ga je in op hoe het voelt om buiten een groep te staan en er in te willen. Kijk of er iemand is die medelijden heeft met degen die buiten de groep staat. Hoe voelde het om HET te zijn? Hoe voelde het om de ander er steeds buiten te houden? Vraag naar situaties die vergelijkbaar waren? Ben je wel eens in die positie geweest? Hoe voelde dat?

### Vorm een lijn

Laat de groep een lijn vormen. Laat ze dan **zonder te praten** een lijn vormen:

- de kortst mogelijke
- de langst mogelijke
- van klein naar groot
- van oudste naar jongste
- van kleinste voeten tot grootste voeten.

Bespreek na afloop:

- wat was de moeilijkste lijn? waarom?
- welke de makkelijkste? waarom?
- hoe is het om zonder te praten toch samen te werken?
- zou wél praten iets veranderd hebben?

### Op elkaars schoot

Zet de groep in een kring, schouder tegen schouder. Laat iedereen een kwartslag naar rechts maken, en één stap naar links, naar het centrum van de cirkel maken. Zo dat de cirkel klein wordt en iedereen heel dicht tegen elkaar aan staat. Als iedereen tegen elkaar aan gedrukt staat, tel dan tot drie, en laat iedereen gaan zitten. Ieder kind zit dan als het goed is op de schoot van het kind achter hem of haar.



### Opstaan met het touw

Leg het touw in een grote cirkel (aan elkaar geknoopt). Laat de kinderen eromheen gaan zitten en vasthouden. Leg uit dat het doel is om als groep in een keer op te staan door aan het touw te trekken. Als iemand valt verliest de groep. Tel tot drie, en zeg "JA". Het is moeilijker dan het lijkt. Eventueel alternatief: twee touwen en twee kleinere groepen.

### Onthouden van een opsteeker?

Ga de kring rond. Vraag: "wat is een opsteeker die je zou willen onthouden?"

### Samen neuriën

Zet een klokje op 2 of 3 minuten. Vraag de groep een toon te zingen of te neuriën, maakt niet uit welke. Blijf dat doen tot het klokje afloopt. Ze mogen hun toon of geluid veranderen als ze dat willen. (Niet doen in onrustige groepen).

### De onzichtbare leider

Vraag een vrijwilliger het lokaal te verlaten. De groep kiest vervolgens een onzichtbare leider: iemand die bewegingen gaat maken die de groep na gaat doen (klappen, trappelen enzovoort.)

Als de vrijwilliger weer binnenkomt, gaat hij in het midden staan en probeert de leider te vinden.

### De juf zegt...

Alle kinderen staan arm in arm in de kring

De volwassene roept een opdracht, voorafgegaan door: "de meester/juf zegt..."

Opdrachten die niet worden voorafgegaan door "de meester/juf zegt" worden genegeerd.

Hier volgen een aantal mogelijke opdrachten (meestal met, soms zonder: "de meester/juf zegt...")

- buig voorover
- kijk naar links
- kijk naar rechts
- steek je ellebogen omhoog
- ga op je hurken zitten
- raak je neus aan raak je rechterhand met je linkerhand aan
- krab je rechteroor
- krab je linkeroor
- loop naar rechts
- spring op en neer

Doordat iedereen aan elkaar vastzit gaat de groep samenwerken. Na de oefening geeft de groep zich hiervoor (nog steeds vastzittend) een applaus.

### J-J-A-A

Vraag de kinderen om een cirkel te maken en elkaar een hand te geven. Iedereen leunt voorover, de handen komen bijna op de vloer. Begin met samen "ja" te zeggen, eerst zachtjes, jjjjjjjjjjjjaaaaaaaaaa, dan harder en harder terwijl je geleidelijk de handen in de lucht tilt.

Je eindigt door de handen in de lucht te gooien en het woord "ja" luid en energiek te voltooien.



### Opstekers in de kring

Laat de Hugg-a-planet rondgaan en laat een kind zijn of haar ogen dichtdoen, en af en toe STOP roepen. Wie dan de bal in zijn of haar hand heeft, krijgt een opsteker van de groep (vraag: "Wie heeft er een opsteker voor ....?"). Als de groep niets weet, geef je er zelf één. Doe dit totdat ongeveer 5 kinderen aan de beurt zijn geweest.

### Ruggesteun

Verdeel de groep in tweetallen die verspreid door de klas rug tegen rug gaan zitten, de benen gebogen, de armen ineengehaakt. Nu moeten ze proberen op te staan.

Als dat gelukt is vormen ze viertallen. Twee paartjes gaan rug aan rug zitten, benen gebogen, armen ineengehaakt, en proberen ook overeind te komen.

Als dat lukt, dan kan het nog met acht geprobeerd worden, en op het laatst zelfs met de hele klas.

### Misverstand verpunzelen

Een kind gaat het lokaal uit. De anderen spreken een werkwoord af dat ze vervangen door het woord *verpunzelen*. De rader wordt binnengeroepen. De volwassene zegt een zin tegen hem/haar waarin het vermiste werkwoord vervangen is door *verpunzelen*, bijvoorbeeld: "wij gaan vanmiddag verpunzelen".

De rader stelt dan vragen aan de andere kinderen om erachter te komen wat er met verpunzelen bedoeld wordt, bijvoorbeeld: kun je goed verpunzelen? Heb je een pen nodig om te verpunzelen?

Geef een applaus als het misverstand opgehelderd is. U kunt het herhalen met een ander kind en een ander vermist woord.

### Waar verheug je je op?

Ga de kring rond. Noem met één woord iets waar je naar uit kijkt, waar je je op verheugt.

### Olifant, leeuw of muis

Verdeel de kinderen in twee groepen die tegenover elkaar staan in het lokaal. Niet te dicht bij elkaar!

Vertel dat ze drie dieren kunnen uitbeelden: olifant, leeuw of muis.

De olifant wint het van de leeuw, de leeuw van de muis, maar... de muis wint het van de olifant.

Oefen het uitbeelden:

- de olifant loopt met de kop voorover gebogen en zwaait met de armen als slurf
- de leeuw slaat de klauwen uit en gromt
- de muizen duiken in elkaar en vormen twee oortjes met hun wijsvingers aan hun hoofd.

De kinderen van één groep spreken met elkaar af welk dier ze zullen uitbeelden. Zachtjes, zodat de anderen het niet horen.

De groepen gaan tegenover elkaar staan. De leerkracht telt: één (groepen zetten een stap naar voren), twee (nog een stap) ...

Bij drie springen de groepen in de houding van het afgesproken dier.

Bij twee verschillende dieren is er een winnaar, bij twee dezelfde niet.

Doe dit bijvoorbeeld vijf keer en kijk dan wie het meest gewonnen heeft.

### Diep ademen

Eén van de dingen die we kunnen ondernemen om te ontspannen wanneer we boos zijn is diep ademen. Laat kinderen diep inademen, helemaal naar de buik zodat hun buik opzwelt. Laat ze dan hun longen van beneden



naar boven vullen. Laat ze dan uitademen in omgekeerde volgorde, van de top van hun longen naar beneden naar de buik, waarbij de buik slinkt. Doe dit vijf keer.

### **Beschrijf hoe je je voelt**

Rondje. Noem één woord dat beschrijft hoe je je nu voelt.

### **Elektriciteit**

Laat de kinderen in een cirkel staan met handen vast. Begin de "elektriciteit" door te knijpen in de hand van degene aan je rechterkant. Die knijpt ook weer rechts. Als de knijp helemaal rond is gegaan kun je het moeilijker maken door twee keer te knijpen of een lange en een korte enz.

### **Ontdek het dier**

Kinderen zitten in de kring. De volwassene start het spel. Hij of zij staat op en doet een dier na (beweging én geluid). Gaat weer zitten, en vraagt aan de groep om te raden welk dier het was. Vingers! De volwassene geeft iemand de beurt om het dier te raden. Als hij of zij het goed heeft, dan moet hij of zij het dier nog een keer nadoen en vervolgens dit dier veranderen in een ander dier: geleidelijk verandert hij of zij de bewegingen en het geluid van het eerste dier totdat het nieuwe dier is ontstaan. Als hij hiermee klaar is, mag de groep (vingers!) raden welk dier het was. De volwassene (of een kind dat is aangewezen) geeft de beurt aan iemand, en als die het goed heeft mag hij of zij hetzelfde gaan doen. Doe het een keer of vier à vijf, en stop er dan mee.

### **Wat was er fijn vandaag?**

Zet de stopwatch op 2 minuten, en vraag de groep wat ze fijn vonden aan vandaag. Doe zelf eerst voor, en laat dan ieder die iets wil zeggen dat ook doen.

### **Pictionary**

Deel de groep in tweeën. Vraag uit elke groep telkens een tekenaar naar het bord te komen, en vraag hem of haar het woord dat je geeft te tekenen. Begin makkelijk ('muis'), maak het later moeilijker ('uitgeput'). De groep moet proberen het woord van de eigen tekenaar te raden. Stel een maximum tijd in, bijvoorbeeld 1 of 2 minuten. Wie raadt het woord binnen de tijd? Raadt de eigen groep het niet binnen de tijd, dan mag de andere groep het woord raden.

### **Opsteker voor de groep**

Vraag een vrijwilliger om de groep een opsteker te geven. Laat de groep dan voor zichzelf applaudiseren.

### **Goochelen met letters**

Vraag een groepje kinderen de naam van een bekende Nederlander (of een groentesoort, of een plaatsnaam, etc.) door elkaar te husselen. Bijvoorbeeld: Beatrix wordt Traxbie. Vraag aan de rest van de groep welke bekende Nederlander (of groentesoort, etc.) in het woord verborgen zit.

### **Op reis naar Mars**

Geef alle kinderen een potlood en een klein velletje papier. Vertel dat ze zich voor moeten stellen dat ze een reis naar Mars gaan maken. Vraag: "Als je één persoon mee mag nemen, wat voor *soort* persoon zou dat dan zijn?" Laat ze hun antwoorden op het velletje papier schrijven. En laat ze hun antwoorden voorlezen





(bijvoorbeeld: iemand die goed kan koken, iemand met goed gereedschap, iemand die goede verhalen kan vertellen). Bespreek met de groep: Zou het goed zijn om op Mars te zijn met allemaal mensen die precies hetzelfde zijn?

### **De toekomst**

Vraag de kinderen in de kring om om de beurt (of gooi de Wereldbal steeds naar een ander kind; of laat de kinderen de bal naar iemand gooien) antwoord te geven op de vraag: "Wat zou je veranderd willen zien in de wereld als je groter bent?"; of: "Wat zou je willen doen als je groter bent om de wereld een betere wereld te maken?"