



Thuis beweegkaart 3

Spellen van de week!

1. 500-en
2. Boter, kaas en eieren estafette
3. Midgetgolf
4. Levend ganzenbord

Zie de uitleg van de spellen op pagina 2 en 3.



WAAROM?

Heb je al gekeken naar het filmpje waar de gymmeester en -juffen de beweegkaart laten zien? Hopelijk heb je ons na gedaan, mee bewogen en zelf van alles verzonnen. Blijf lekker bewegen en doe met ons mee met het volgende filmpje:

<https://youtu.be/q-T9x6kvqAE>

Heb je het filmpje van vorige week gemist:

<https://youtu.be/kTHPT-cboNE>



Tips van de week!

Mariokart

Ken je het spel Mariokart? Dit spel kun je ook zelf thuis spelen:

<https://youtu.be/aOSKyloBYLE>

De Muur wil altijd samenwerken!

Je kan tegen de muur voetballen, gooien, tennissen of zelfs hockeyen. Hoe vaak kan jij zonder onderbreking? Je kunt ook tegelijkertijd de tafels oefenen.

Challenges van de week!

1. Heb jij Messi al zien hooghouden? Hoe vaak kun jij met een wc-rol voetballend hooghouden? En hockeyend of tennisend? Breek jij het record van 25?
2. In het document staan 8 skills. Hoeveel skills kun jij er aan het einde van de week?

<https://www.projump.nl/wp-content/uploads/SpringBaan.pdf>



1. 500-en

Je start met 0 punten en je probeert 500 punten te halen.

Je gooit met 4 dobbelstenen. Gooi de dobbelstenen en tel alle gegooide ogen bij elkaar op. Schrijf de uitkomst op een blaadje.

Na iedere beurt tel je de uitkomst op bij de eerder gegooide punten. Als je totaal 500 punten hebt gehaald ben je klaar.

Tips:

- Meer of minder punten halen (750 i.p.v. 500)
- Je mag + en x gebruiken (je gooit 1, 3, 4 en 6: $[4 \times 6 = 24] + [1 \times 3 = 3] = 27$)
- Er worden verschillende rondes gespeeld. Per ronde mag alleen de winnaar (meeste punten) zijn aantal punten opschrijven.
- Er worden 7 rondes gespeeld en de speler met de meeste punten wint.



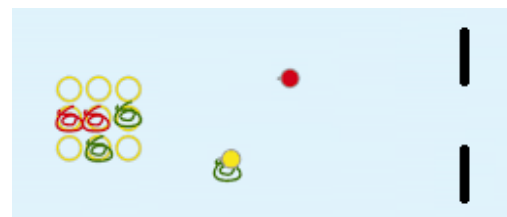
2. Boter, kaas en eieren estafette

Teken samen 9 cirkels met krijt op de tegels.

Het doel van het spel is om in drie cirkels op een rij een voorwerp van jouw eigen kleur neer te leggen. Je rent om de beurt naar de cirkels en legt daar 1 voorwerp in een cirkel. Daarna ren je terug en pak je een nieuw voorwerp. Dit voorwerp breng je weer naar de cirkels. Als alle drie de voorwerpen in de cirkel liggen, kijken we of iemand drie op een rij heeft. Als er nu nog geen drie op een rij is gemaakt mag je een voorwerp van jouw eigen kleur verplaatsen. Dit gaat door tot er iemand drie op een rij heeft.

Tips:

- Heb je geen krijt of wil je het binnen spelen: plak 9 blaadjes op de grond.
- Start op een vaste plek; bijv. vanaf een krijtstreep of vanaf een deurmat.



3. Ontwerp en speel op je eigen midgetgolf baan

Heb jij thuis wel eens midgetgolf gespeeld?

Maak je eigen stick met een bezem of stok, tape, stukje hout of hard plastic. En als balletje kun je een ping pong balletje of opgerold prop papier met plakband erom gebruiken.

Maak je eigen baan met een touwtje om het putje na te maken, opgerolde handdoeken/lakens, stukjes hout, duplo- of legostenen om de baan af te zetten.

Maak in je baan een bocht, heuvel, schans of een wip.

Andere leuke ideeën voor jouw midgetgolf baan:

- Een plank of iets anders wat je schuin tegen een bank kunt zetten.
- Een emmer, teiltje, pan en/of wasmand om het balletje in te laten rollen als "putje".
- Een obstakel als een doos/krat/ stoel waar het balletje overheen moet worden gespeeld.
- Een kartonnen doos om een tunnel van te maken en/of flessen waar het balletje langs moet.



Regels

Maak je eigen scorekaart en probeer in zo min mogelijk keer de bal in het "putje"

Tips:

- Maak een baan in de tuin of speel voetgolf met een voetbal i.p.v. met een stick.



