



Thuis beweegkaart 2

Spellen van de week!

1. Gooi je punten weg
2. Duo Bingo
3. Mastermind
4. Gybingo

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



WAAROM?

We hopen dat jullie de afgelopen week het thuisleren hebben afgewisseld met bewegen. Probeer om de 45 minuten een beweegtussendoortje te doen. Dat is goed voor:

- afwisseling van de lichaamshouding
- een frisser hoofd door betere doorbloeding van de hersenen
- ontspanning en plezier zodat je daarna weer beter kunt concentreren
- het beter opnemen van de leerstof
- het fit blijven



Tips van de week!

Bewegend taal en reken leren:

<https://fitenvaardigopschool.nl/>

Elke dag leuke oefeningen via

Facebookpagina:

De beweegkalender

Maak een speurtocht:

zoek en leer via de (mobiele) app

Troovie

Challenges van de week!

1. Kun jij een ballon 20x hooghouden met je hand? En 30x met voet? En 40x met een vliegenmepper? Meerder ballonnen tegelijk? En met een opgerolde sok?
2. Kun jij een pingpong bal of ander klein balletje in een bakje/ bekersje/ wc rol stuiten? En als de bal 2x stuit?



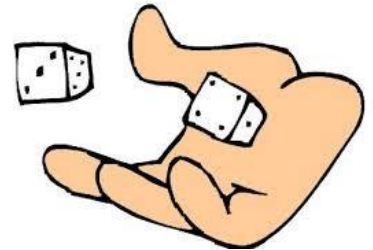
1. Gooi je punten weg

Iedereen start met 100 punten. Je gooit om de beurt met 2 dobbelstenen en trekken de gegooide hoeveelheid af van de 100. Bijvoorbeeld $100 - 7 = 93$. Dit getal schrijft de speler op. De volgende keer gaat de gegooide hoeveelheid af van 93.

Wanneer je als eerste op 0 uitkomt heb je gewonnen.

Tips:

- Je kunt ook met meer of minder punten beginnen.
- Je kunt ook met meer of minder dobbelstenen spelen.
- Te makkelijk: gebruik keersommen i.p.v. optelsommen.
- Te makkelijk: Je mag +, -, x of : gebruiken en probeer zo precies op 0 uit te komen.



2. Duo Bingo

Je werkt in tweetallen. Je dobbelt beide met 2 dobbelstenen en vergetallen. Dit tel je op bij de uitkomst van je tweetal.

Je mag het doorstrepen als je de totale uitkomst op je Bingokaart staat.

Tips:

- Print de bingokaarten via: <http://www.bingodeal.net/bingokaarten-printen/>
- Je mag zelf van te voren kiezen met hoeveel dobbelstenen hij/zij gooit.
- Voordat je dobbelt zeg je of je vermenigvuldigd of optelt (inschatten van de kansen).

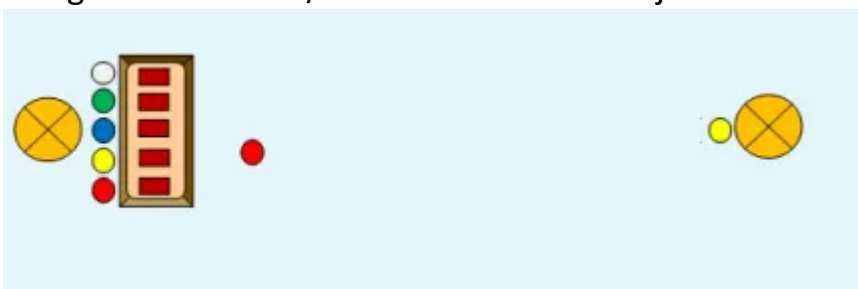
3. Mastermind

Speel dit spel niet alleen thuis aan tafel, maar nu ook buiten in de tuin. Probeer zo snel mogelijk de gekleurde code te kraken die onzichtbaar is opgesteld achter een object. De scheidsrechter maakt een code met 4 verschillende kleuren door de 4 verschillende kleuren achter een object (tuintafel) te leggen. De speler heeft dezelfde 4 kleuren en probeert de code te kraken door de kleuren in dezelfde volgorde te leggen als de code van de scheidsrechter. De speler brengt rennend 1 kleur tegelijk vanaf een afgesproken plek (bijv. een krijtstreep).

Als alle kleuren neergelegd zijn laat de scheidsrechter met een flesje zien of de kleur op de juiste plek ligt. Alle flesjes rechtop betekend dat de code gekraakt is.

Tips:

- Gebruik voor de kleuren speelgoed, vellen papier, knijpers of dergelijke.
- Speel het de eerste keer zonder te rennen zodat het spel duidelijk is.
- Je kunt het ook met meer kleuren spelen.
- Leg evt. een kleed/handdoek over het object zodat de speler de code niet kan zien.



4. Gybingo: Maak jij een volle kaart?

Gym Bingo binnen		
Maak een koprol op elk bed in huis	Verzamel alle plastic bakjes in huis en bouw hiermee een zo hoog mogelijke toren	Balanceer 20 seconden op 1 voet en wissel daarna
Kruip onder 4 voorwerpen door	Doe washandjes om je voeten en schaats over je zelfgemaakte schaatsbaan	Spring 10 keer op je linker voet spring 10 keer op je rechter voet Spring 10 keer met beide voeten
zet alle deuren in huis open en doe ze vervolgens allemaal weer dicht	Verzamel alle knuffels in huis en gooi ze van een afstand in de wasmand/emmer	Ren 7 keer de trap op

Gym Bingo buiten		
Ren een rondje om je huis	Gebruik de stoeptegels als hinkelbaan en hink 20 keer op links en 20 keer op rechts	Maak op jouw manier een handstand tegen de muur
Kies 2 lantaarnpalen uit en huppel hiertussen 5 keer op en neer	Zoek een veilige stoeprand en maak hierop 30 of 40 of 50 wisselsprongen Wat lukt jou vandaag?	Zet 2 handen tegen een boom en druk 3 keer op, gelukt? Ren zo naar nog 10 bomen.
Maak zoveel kikkersprongen achter elkaar als lukt en tel je eigen record	Verzamel 5 stuks zwerfvuil en ruim dit op in de juiste afvalbak	Loop door je buurt en geef elke voortuin een cijfer. Welke tuinen staan in jouw top 3?