

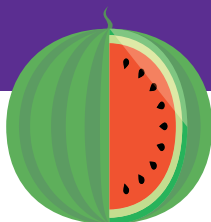
# groente- beweegspelletjes!

## groenterace

Dit spel is een race tussen 2 teams. Team 1 staat voor de achterlijn, team 2 staat in de zaal, binnen de lijnen. Team 1 moet zoveel mogelijk groenten (pittenzakjes) naar de overkant brengen. Team 2 heeft honger en moet proberen zoveel mogelijk groenten te pakken zien te krijgen. Wanneer zij een kind tikken moet dat kind zijn groente inleveren. Als het team 1 lukt om de groente aan de overkant te krijgen zonder getikt te worden leggen ze de groente in de hoepel. Ze lopen langs de lijn weer terug naar het begin en pakken een nieuwe groente. Als alles op is tellen beide teams hun groenten. Het team met de meeste groenten wint. Daarna wissel je de teams.

Doel van het spel: Zoveel mogelijk groenten verzamelen

Materiaal: Pittenzakjes



## Groente en fruit

In de zaal liggen voor elk team 2 hoepels een groene en een rode. Aan de andere kant van de zaal is een vak met allemaal kaartjes waar verschillende groenten en fruit op staan geschreven. De kinderen starten in teams. Om de beurt moeten de kinderen naar het vak rennen, lezen het kaartje en rennen naar hun groene of rode hoepel. De groene hoepel is groente, de rode fruit. Ze leggen het kaartje in de goede hoepel, wanneer ze terug zijn bij hun team mag de volgende

## groentemix

In de zaal ligt een kring van hoepels. De kinderen staan in de een hoepel. In het midden van de kring ligt ook een hoepel. Elk kind krijgt een naam, variërend van wortel, broccoli en bloemkool. Het kind in het midden van de kring roept een groente, bijvoorbeeld wortel. Alle wortels moeten zo snel mogelijk in een andere hoepel gaan staan. Het kind die niet op tijd een plaatsje in de kring vindt, staat in het midden en mag een groente roepen. Wanneer er groentemix geroepen wordt moet iedereen een nieuw plekje zoeken!

Doel van het spel: Zorg er voor dat je zo snel mogelijk een plekje vindt wanneer je jouw naam hoort en voorkom dat je in de middelste hoepel terecht komt!

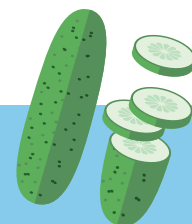
Materiaal: Hoepels



rennen. Wanneer alle kaartjes op zijn tellen de kinderen de kaartjes in de hoepel en controleren of alle kaartjes in de juiste hoepel liggen. Elk kaartje is een punt. Wanneer een kaartje in de verkeerde hoepel ligt gaat er een punt verloren. Het team met de meeste punten wint.

Doel van het spel: Zo veel mogelijk kaartjes met je team in de juiste hoepel krijgen

Materiaal: Groene, rode hoepels en kaartjes met verschillende groenten en fruit



## groente gevecht

In het midden van de zaal ligt een hoepel vol met groenten (zachte ballen). 1 kind staat bij de groenten en gooit met 1 hand zo snel mogelijk de groenten uit de hoepel, om de hoepel leeg te krijgen. De andere kinderen moeten zo snel mogelijk de groenten weer terug in de hoepel leggen om te voorkomen dat de hoepel leeg is. Wanneer de hoepel leeg is wisselt de gooier of na 2 minuten.

Doel van het spel: De gooier moet zo snel mogelijk de hoepel leeg krijgen, de andere kinderen moeten zorgen dat de hoepel vol blijft.

Materiaal: Hoepel en zachte ballen

## groente dubbel

De kinderen joggen door de ruimte en elk kind dat ze tegenkomen moeten ze een 'high five' geven en een groente roepen. Wanneer ze dezelfde groente zeggen is het een dubbel. Nu moeten de kinderen een oefening uitvoeren, bijvoorbeeld 10 stersprongen voordat ze verder mogen.

Doel van het spel: Verschillende groente kennen



cjgzwindrecht.nl



centrum voor  
jeugd en gezin  
zwindrecht

jongeren op  
gezond gewicht

