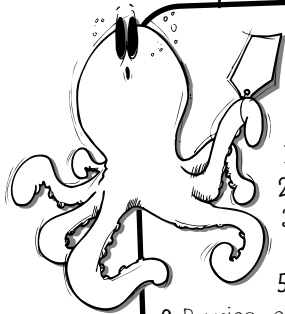


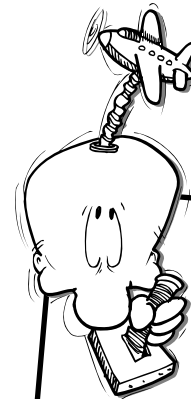
# Inhoud

Inleiding .....	vii
<b>Hoofdstuk 1</b> Introductie .....	1
<b>Hoofdstuk 2</b> Waarom spelen? .....	5
<b>Hoofdstuk 3</b> Negen manieren om te spelen .....	27



## Tof Tikkertje

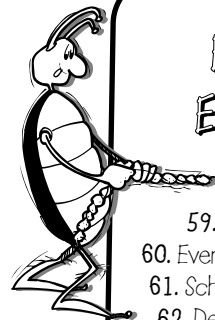
	pagina		pagina
1. Iedereen is 'm!	30	22. Heksentikkertje	53
2. Grijp de Vlag	31	23. Wok Tali Wok	54
3. Sneltikkertje	32	24. Wagon Op Hol	55
4. Bevriestikkertje	33	25. Treindepottikkertje	56
5. Botstikkertje	34	26. Autotikkertje	57
6. Bevries- en Ontdooitikkertje	35	27. Wilde Paarden tikkertje	58
7. Neunietikkertje	36	28. Botsautotikkertje	60
8. Omhelstikkertje	37	29. Drakenstaarttikkertje	61
9. Papier, Schaar, Steen	38	30. Ridders- en Draken tikkertje	62
10. Amoebe	39	31. Drakenbektikkertje	63
11. Kloddentikkertje	40	32. Draak met vele Staarten	64
12. Talisman	42	33. Driehoektikkertje	65
13. Steentikkertje	43	34. Vos in de Boom	66
14. Sprookjesbos	44	35. Wolf in Schaapskleren	67
15. Spakenrace	45	36. Salade van de Chef	68
16. Ganzennace	46	37. Starttikkertje	69
17. Derde Wiel	47	38. Smaugs Juwelen	70
18. Inktvis	48	39. Kikkertikkertje	71
19. Wisseltikkertje	50	40. Kat- en Muis Race	72
20. Lappengapper	51	41. Titanic	73
21. Beste Boer	52	42. Roventikkertje	74



## Handig Helpen

	pagina		pagina
43. Wilg in de Wind	76	51. Sneeuwblind	85
44. Reddingsboot	78	52. Zorgtillen	86
45. Meneer Maboe	79	53. Dekenwiegje	87
46. Luchtverkeersleider	80	54. Raketsprong	88
47. Schoengrabbelen	81	55. Maansprong	89
48. Bevroren Pittenzak	82	56. Maanneis	90
49. Schuitjevaren, Theetjedincken	83	57. Klapspel	91
50. Blinde Rups	84		

# Inhoud



## Enig Evenwicht

..... 93	
	pagina
58. Evenwichtsduo's	94
59. Evenwichtskwantetten	96
60. Evenwichtsoctetten	98
61. Schootzit	100
62. De eerste Stap	101
63. Hinkelen Maar!	102
	pagina
64. Trostrekken	104
65. Tortrekken	105
66. Veger-Volger	106
67. Tenen Tegen Elkaar	107
68. Evenwichtsstokken	108



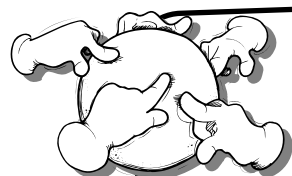
## Creatief Coördineren

..... 109	
	pagina
69. Potloodpoepen	110
70. Ballonstuteren	111
71. Ballonnenrace	112
72. Optrekduo's	113
73. Ruggensteuntjes	114
74. Billen van de Vloer!	115
75. Wring de Theedoek	116
76. Levende Springveren	117
77. IJslolly opdrukken	118
78. Draaiende Kringen	119
	pagina
79. Wagenwiel	120
80. Draaimolen	121
81. Zittend Wiel	122
82. Ritmische Kring	123
83. Levende Piramides	124
84. Levende Bergen	125
85. Groepsjongleren	126
86. Groepshinkelen	127
87. Jongleren	128



## Begrijpend Bewegen

..... 131	
	pagina
88. Denkbeeldig Gooien	132
89. Denkbeeldig Praten	134
90. Touwtrucjes	136
91. Jazzband	137
92. Beeldentuin	138
93. Domino-effect	140
94. Monster met Twee Gezichten	141
95. Tele-mime	142
96. Rijmen klaar? Uitbeelden maar!	143
97. Kettingbeweging	144
98. Wilboud bewoog zich	145
99. 'Aan'	146
100. Laat me zien...	147
	pagina
101. Klaar voor de foto!	148
102. Zijn & Bewegen	149
103. Marionetten, Robots, Mens.	150
104. Eierklutser	151
105. Zoek je Partner	152
106. Na-apertje	154
107. Simon zegt	155
108. Spiegeltje, Spiegeltje	156
109. Schaduw, Schaduw	157
110. Roldrop	158
111. Roldropcracn	159
112. Roldrop, Ontroldrop	160



## Uitzinnige Uitdagingen

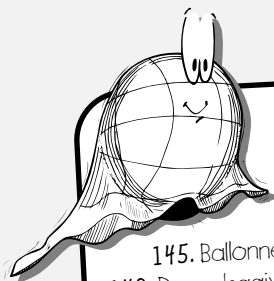
	pagina		pagina
113. Krakeling .....	162	120. Lichaamsspelling .....	169
114. Knopen .....	163	121. Formaties .....	170
115. Rondgooien .....	164	122. Vier Op .....	172
116. Schootdoorgeventje .....	165	123. Magische 11 .....	173
117. Optreksuitdagingen .....	166	124. Tientellen .....	174
118. Iedereen op de Bal .....	167	125. Plet-pret & Andere Uitzinnige Uitdagingen .....	175
119. Kringloop .....	168		



## Rare Races

	pagina		pagina
126. Ballonlepelen .....	178	136. Homerunestafette .....	194
127. Potloodballonrace .....	180	137. Pantomime-estafette .....	195
128. Ballonknalestafette .....	182	138. Basketbalestafette .....	196
129. "We zijn de kluts kwijt" .....	183	139. Stapsteenestafette .....	197
130. Kangoeroe-estafette .....	184	140. Ruimterace .....	198
131. Aandappelhoofdestafette .....	186	141. Bruggenrace .....	199
132. Flamingohinkelen .....	187	142. Waterbrigade .....	200
133. Duo-estafettes .....	188	143. Fakkelerace .....	202
134. Begeleidingsestafettes .....	190	144. Frisbeerace .....	203
135. Gooi-estafette .....	192		

# Inhoud



## Speciale Sporten

	pagina		205
145. Ballonnenvolleybal	206	164. Multi-vangbasketbal	227
146. Doordraaiolleybal	207	165. Kringtrekbal	228
147. Slaan & Vliegen	208	166. Oversteektrekbal	229
148. Met-z'n-allen volleybal	209	167. Paralleltrekbal	230
149. Handdoekvolleybal	210	168. Drakentrekbal	231
150. Oneindige Sporten	211	169. Kloddentrekbal	232
151. Dekenbal	212	170. Ledo	233
152. Alaskaans Honkbal	213	171. Kangabal	234
153. Doordraaihonkbal	214	172. Vossen & Eekhoorn	235
154. Aanraakhonkbal	216	173. Spekpakken	236
155. Pittenzakparade	217	174. Blaasbal	237
156. Komeethoefijzers	218	175. Veerblazen	238
157. Superfrisbee	219	176. Teenschermen	239
158. Goaltjesdief	220	177. Opdrukschermen	240
159. Puncisevoetbal	221	178. Hartenrover	241
160. Halve Cinkel Voetbal	222	179. Teenspringen, Billenhopsen & Knielopen	242
161. Klemvoetbal	223	180. Touwbalanceren	244
162. Siamees Voetbal	224		
163. Blind Voetbal	226		



## Speelse Spelletjes

	pagina		245
181. Vampieren & Zombies	246	194. Beestenboel	260
182. Moordenaar	247	195. Blaffen Neus Springen	262
183. Speurneus	248	196. Kokosnotenrace	263
184. Pak de Lap	249	197. Sneeuwbal	264
185. Prooi	250	198. Ballonnendans	266
186. Lach als je me lief vindt!	252	199. Vierkant Draaien	267
187. Blinde Schutter	253	200. Snelschieten	268
188. Doolhofdwalen	254	201. Hebbes!	270
189. Ark van Noach	255	202. De Vliegende Hollander	271
190. Puzzelpret	256	203. Hoe maakt u het?	272
191. Vrije Vogels	257	204. Leunplezier	273
192. Wat-dan-ook Priik	258	205. Haboe	274
193. Gokje Wagen	259	206. Levend Boten, Kaas & Eieren	276

Literatuur	277
Index	281

## Onnozele spelletjes?

Had ik dit boek maar gehad toen ik zelf voor de klas stond, denk ik weleens. Want energizers kunnen een schooldag zoveel leuker maken! Leerlingen hebben de natuurlijke behoefte om regelmatig te praten en te bewegen. Met Silly Sports & Goofy Games krijgen ze daarvoor de gelegenheid. Ze kunnen actief met elkaar bewegen, plezier hebben en los van de leerstof iets samen doen. Dat helpt enorm wanneer de aandacht verslapt en de energie uit de klas lijkt te verdwijnen.

Mijn kennismaking met energizers kwam pas toen ik onderwijsadviseur was. Tijdens een vergadering was het ineens de bedoeling dat we samen een korte bewegingsactiviteit gingen doen. Dat vond ik even wennen: waarom nu zo'n 'onnozel spelletje'? Maar achteraf zag ik het effect: iedereen was vijf minuten in beweging geweest en iedereen had gelachen. Het zorgde voor een leuke sfeer in de groep en na de activiteit zetten we ons allemaal met hernieuwde energie aan het volgende agendapunt. Wat een winst! Dat was allesbehalve onnozel.

Sinds die tijd ben ik zelf ook energizers gaan inzetten. En ja, natuurlijk kost het spelen van spelletjes tijd. Maar mijn ervaring is dat je die tijd dubbel en dwars terugverdient doordat de groep daarna veel meer focus heeft. Het brein heeft weer zuurstof en ruimte om leerstof op te nemen.

Silly Sports en Goofy Games inzetten is dus niet zo silly als het klinkt. Daarom ben ik heel blij met deze uitgave, waarin meer dan 200 coöperatieve bewegingsspelletjes staan. De spellen garanderen dat alle leerlingen kunnen meedoen. Winnen is niet het hoogste doel; bewegen en samenwerken wel. De Silly Sports en Goofy Games staan in dit boek geordend naar type activiteit, wat je helpt om een geschikte onderbreking voor je les te kiezen.

Dus als de boel even inzakt, pak dan een activiteit uit deze uitgave erbij. Zelfs (of juist) als je in tijdnood komt. Je zult zien dat het helpt.

Veel speelplezier!



Anne-Marie Dogger-Stigter

Manager Educatieve Uitgaven

# Hoofdstuk 1

## Introductie



Er zit een  
ontzettende  
kracht in  
het spel.

### ***Waarom deze Silly Sports & Goofy Games?***

Bij het selecteren en ontwikkelen van de spelletjes in dit boek werden een paar simpele criteria gebruikt.

Om in aanmerking te komen moest een spel, boven alles, leuk zijn. Verder werd er nadruk gelegd op spelletjes: waar weinig of geen speciale materialen voor nodig zijn, die makkelijk te leren en te spelen zijn, waar alle deelnemers actief aan mee kunnen doen, en die op een bepaalde manier de Lichamelijk-kinesthetische intelligentie ontwikkelen. Veel bronnen combineren Lichamelijk-kinesthetische spelletjes met andere vormen van leerspelletjes, zoals spelling- en wiskundespelletjes. In dit boek is de selectie beperkt tot spelletjes die te maken hebben met beweging, evenwicht, coördinatie, reflexen en/of timing. Deze spelletjes zijn niet ontwikkeld als leerplan, maar om de Lichamelijk-kinesthetische intelligentie te ontwikkelen en om speelsheid, creativiteit en vrolijkheid te bevorderen.

### ***Waar komen ze vandaan?***

Er zijn veel boeken over sporten en spelletjes. Sommigen delen de spelletjes in op leeftijd, anderen op land van herkomst, weer anderen presenteren de activiteiten aan de hand van het aantal spelers (tweetal-spelletjes, spelletjes voor weinig, spelletjes voor veel). Er is een hoop overlap tussen de verschillende bronnen. Sommige spelletjes in dit boek staan in vele andere boeken, sommige staan maar in een paar en andere staan maar in één of zelfs géén ander boek. In het algemeen heeft de sport- en spelliteratuur elke poging om te refereren aan de bronnen van de spelletjes opgegeven. Vaak wordt hetzelfde spel

in verschillende boeken omschreven, maar onder een andere naam. Sommige 'auteurs' nemen een bijna woord voor woord omschrijving over van een andere bron zonder bronvermelding. Het vermelden van alle bronnen van de spelletjes in dit boek zou een enorme taak, en één van weinig waarde zijn. Daarom heb ik, bij het maken van dit boek, simpelweg mijn beste omschrijving van elk spel gegeven. Ik heb sommige spelletjes een nieuwe naam gegeven of aangepast om ze makkelijker te onthouden, te spelen, of aantrekkelijker en leuker te maken. Sommige spelletjes zijn ontwikkeld tijdens workshops die ik heb gegeven, anderen heb ik zelf bedacht. Maar ik heb elke *Silly Sport*, elke *Goofy Game* uitgeprobeerd met honderden spelers, gedurende bijna twintig jaar. Sommige van de spelletjes in dit boek zijn op ongeveer dezelfde manier omschreven als in een hoop andere bronnen. Veel mensen verdienen de eer voor het verzamelen en omschrijven van de spelletjes. Ik maak een hele diepe buiging voor Terry Orlick, de Canadese sportpsycholoog die de hele wereld afreisde om coöperatieve sporten en spelletjes te verzamelen. Naar zijn werk, en een hoop andere bronnen, wordt verwezen in de bronvermelding achterin dit boek. In de boeken die daar genoemd worden, vindt u meer spelletjes en/of alternatieve manieren om de spelletjes die hier beschreven zijn te spelen.

### ***Hoe zijn de sporten en spelletjes ingedeeld?***

De *Silly Sports & Goofy Games* zijn ingedeeld in negen categorieën:

1. **Tof Tikkertje**
2. **Handig Helpen**
3. **Enig Evenwicht**
4. **Creatief Coördineren**
5. **Begrijpend Bewegen**

6. **Uitzinnige Uitdagingen**
7. **Rare Races**
8. **Speciale Sporten**
9. **Speelse Spelletjes**

Niet alle spelletjes horen precies in één van de negen categorieën. Een Tof Tikkertjespelletje kan een evenwichtselement bevatten of een Speels Spelletje kan ook een tikkertjes-component hebben. Wanneer een spel kenmerken bevat van verschillende categorieën, hebben we tijdens het indelen van de wereld van *Silly Sports & Goofy Games* een waardeoordeel moeten geven om een zo passend mogelijke keuze te kunnen maken. Hoewel de spelletjes niet perfect in de negen categorieën kunnen worden ingedeeld, zijn deze wel nuttig op verschillende manieren. Ze helpen ons bij het selecteren van spelletjes voor bepaalde doeleinden, bij het onthouden van de spelletjes, bij het begrijpen van de functie van de spelletjes, en ze vormen een waardevol spelletjesleerplan.

### **Zo gebruik je dit boek**

Omdat de spelletjes ingedeeld zijn op functie, is het makkelijk om spelletjes te selecteren die aan specifieke behoeften voldoen. Bijvoorbeeld, als leerlingen niet goed samenwerken, dan kunnen evenwicht-, coördinatie-, of uitdaging-spelletjes uitkomst bieden. Terwijl leerlingen hun inspanningen coördineren en/of samenwerken om een gezamenlijke uitdaging aan te gaan, raken ze met elkaar verbonden. Leerlingen die onenigheid hadden, kunnen weer door één deur, nadat ze een gezamenlijke uitdaging hebben overwonnen of nadat ze hebben samengewerkt om een evenwicht te bereiken. Als de groep aan een moeilijke opdracht werkt, kunnen één of twee rondjes Tof Tikkertje, een Speels Spelletje of een Rare Race de sfeer

in de groep veranderen. Na een Speels Spelletje gaan de leerlingen verfrist weer verder met een serieuze schoolse opdracht. Als het onderwerp wederzijdse zorg betreft, dan bieden de Handig Helpen spelletjes het tegengif. Als er teveel nadruk is gelegd op winnen (zodat er ook verliezers zijn ontstaan), dan is het tijd voor een paar Speciale Sporten. De Speciale Sporten benadrukken het plezier in spelen en doen de uitslag vergeten. Ja, op veel manieren houden de spelletjes ons goed in balans!

De indeling van de spelletjes in negen categorieën is ook nuttig voor degenen die het willen gebruiken als een leerplan. De Tof Tikkertje spelletjes ontwikkelen de reflexen, het uithoudingsvermogen en het denken in strategieën. De Handig Helpen spelletjes ontwikkelen de empathie, de zorgzaamheid en de wederzijdse ondersteuning. De evenwichts- en coördinatiespelletjes ontwikkelen zowel het gevoel van onderlinge afhankelijkheid, als het fysieke evenwicht en de coördinatie. De Begrijpend Bewegen spelletjes ontwikkelen de uitdrukkingsvaardigheid en verdiepen het contact met onze gevoelens en met die van anderen. De Rare Races en Speciale Sporten ontwikkelen de teamgeest en het gevoel voor humor. De Speelse Spelletjes zijn een combinatie van tikkertje, handig helpen, bewegingen, evenwicht en uitdaging, en ontwikkelen de speelsheid en het plezier. Het is geen toeval dat dit boek meer dan 200 spelletjes biedt: genoeg om elke dag van het schooljaar een nieuwe *Silly Sports & Goofy Games* uit te proberen! Het boek kan als leerplan voor het schoolplein dienen. Het is niet bedoeld om traditionele winst/verlies-activi-

## Hoofdstuk 1 Introductie

Terwijl  
leerlingen  
hun pogingen  
coördineren  
en/of  
samenwerken  
om een  
gezamenlijke  
uitdaging  
aan te gaan,  
raken ze  
met elkaar  
verbonden.



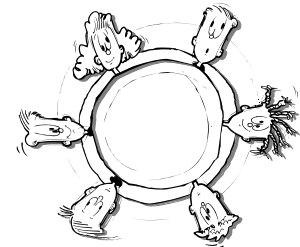
## Hoofdstuk 1

# Introductie

... de spelers  
hebben een  
plezierige  
ontmoeting,  
en in dat  
proces  
leren ze,  
in plaats van  
tegen elkaar,  
met elkaar  
te spelen.

teiten, zoals basketbal, trefbal, slagbal, volleybal of voetbal, te vervangen. Er kan veel geleerd worden van die traditionele spellen. *Silly Sports & Goofy Games* vormen een supplement. Ze corrigeren het evenwicht. *Silly Sports & Goofy Games* bieden de spelers activiteiten aan die een tegenwicht vormen voor de traditionele nadruk op resultaat in sport, werk en relaties. Ze heroriënteren ons: weg van het resultaat naar het proces - waar creativiteit, spontaniteit en vreugde is. De spelers hebben een plezierige ontmoeting en in dat proces leren ze, in plaats van tegen elkaar, met elkaar te spelen.

- Spencer Kagan



Silly Sports & Goofy Games  
Bazalt • [www.bazalt.nl](http://www.bazalt.nl)



# Negen manieren om te spelen

We hebben een verklaring gegeven voor de redenen om te spelen. Nu is het gewoon tijd om te spelen. De spelletjes zijn ingedeeld in negen categorieën:

- **Tof Tikkertje** (reflexen, denken terwijl je op de been bent)
- **Handig Helpen** (karakterontwikkeling)
- **Enig Evenwicht** (wederzijdse afhankelijkheid, harmonie)
- **Creatief Coördineren** (onderlinge afhankelijkheid)
- **Begrijpend Bewegen** (emotionele ontwikkeling)
- **Uitzinnige Uitdagingen** (doorzettingsvermogen, teamwaardering)
- **Rare Races** (samenwerking, teamwerkvaardigheden)
- **Speciale Sporten** (morele ontwikkeling)
- **Speelse Spelletjes** (gewoon voor de lol)

Negen manieren om te spelen. Elke dag een nieuw spel.  
Hoe zullen we vandaag eens spelen?

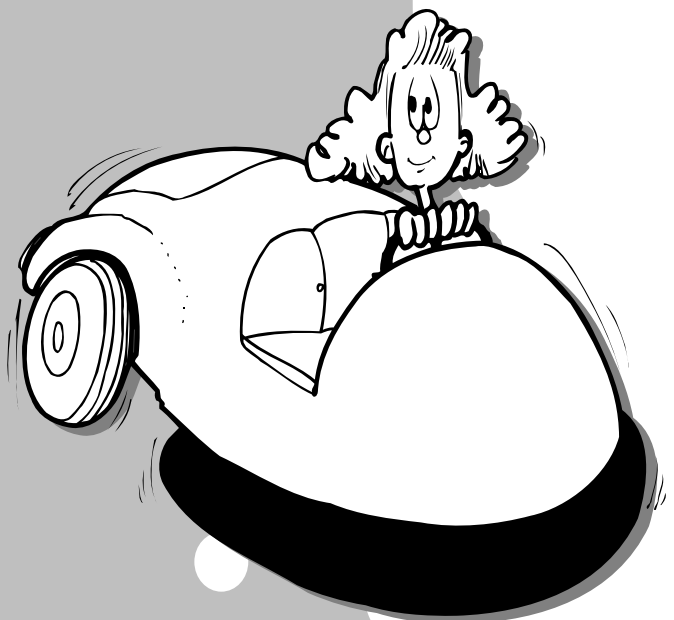
“Als we spelen, ervaren we energie en krijgen we energie van het blij kind dat zich een leven lang in ieder van ons vestigt.”

– Dr. Spencer Kagan

# Botstikkertje

Tikkertje is veel leuker als je je handen niet mag gebruiken en als iedereen zich door dikke drilpudding heen beweegt!

- 1 **De spelers verspreiden zich**  
De spelers verspreiden zich over het speelveld.
- 2 **Handen op je rug**  
Alle spelers houden hun handen op hun rug.
- 3 **Drilpudding, overal drilpudding**  
De spelers krijgen te horen dat het hele speelveld tot aan hun middel gevuld is met drilpudding. Ze kunnen alleen maar in slow motion bewegen, terwijl ze zich door de dikke drilpudding heen ploeteren.
- 4 **Iedereen is 'm**  
Elke speler is een tikker en als je getikt wordt, moet je als bevroren stil blijven staan.
- 5 **Bots tikken**  
Je tikt iemand door lichaamscontact te maken. Je mag je handen niet gebruiken.
- 6 **Iedereen staat stil?**  
**Speel nog eens!**  
Als iedereen bevroren is, roept de laatste tikker: "Vrij, vrij, iedereen is vrij!" Vervolgens begint het spel opnieuw terwijl iedereen zich weer in slow motion door de drilpudding heen beweegt om de anderen te tikken!



Tof  
Tikkertje

# Reddingsboot

Terwijl ze oppassen dat ze niet uit de reddingsboot vallen en niet worden opgegeten door hapgrage haaien, ondersteunen de spelers elkaar en doen hun best om de '(volg)orde in de boot' te bewaren.

1

## Drijvende reddingsboten

Er worden reddingsboten op de grond afgetekend met afplakband. Elke boot is ongeveer twaalf centimeter breed en enkele meters lang. Er kunnen ook banken als reddingsboten worden gebruikt.

2

## De spelers nemen plaats in de boten

Er gaan zoveel mogelijk spelers in (of, als er banken worden gebruikt, op) elke reddingsboot staan.

3

## Reuzenhaaien

Drie of vier spelers verzamelen zich om elke reddingsboot heen. Zij zijn de hapgrage haaien! De spelleider vertelt de spelers dat zodra een speler een stap buiten de reddingsboot zet, er een hapgrage haai zal komen aansnellen om hem te bijten (bij de enkel vast te pakken).

4

## Gebeten? Gil het uit!

Als een speler wordt gebeten, moet hij het zo hard mogelijk uitgillen en terug in de reddingsboot springen.

5

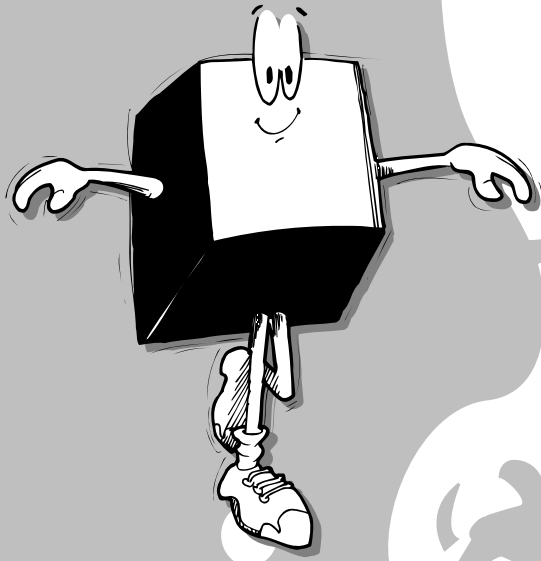
## (Volg)orde in de boot

Zonder uit de boot te vallen moeten de spelers in een bepaalde volgorde gaan staan. De spelleider roept welke volgorde dat moet zijn. Zo kunnen de spelers bijvoorbeeld op volgorde van lengte, op chronologische volgorde van verjaardag of op alfabetische volgorde van voornaam gaan staan.

SPEL  
44

Handig  
Helpen

SPEL  
59



Enig  
Evenwicht

# Evenwichtskwartetten

Verdubbel het plezier – na de evenwichtsduo's sluiten de paren zich bij elkaar aan om evenwichtskwartetten te vormen!

1

## Vorm kwartetten

De spelleider vraagt de in paren verdeelde spelers om zich bij elkaar aan te sluiten en zo groepjes van vier te vormen. Evenwichtskwartetten kunnen ook gebruikt worden als energie-oppepper voor bestaande teams van vier.

2

## De spelleider brengt de boel op gang

De spelleider vertelt de deelnemers dat hij hen zal helpen om samen wat van de vele mogelijke evenwichtshoudingen aan te nemen, maar dat zij daarna zelf nieuwe posities zullen moeten bedenken. Het is leuker om zelf evenwichtshoudingen te verzinnen dan om reeds bestaande posities na te doen. Elke keer wanneer een groepje een goede, nieuwe evenwichtspositie verzint, onderbreekt de spelleider het spel en laat alle andere paren ook die positie proberen.