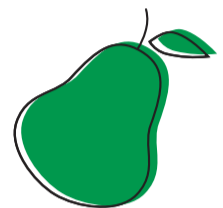
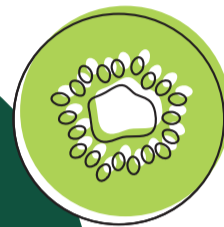
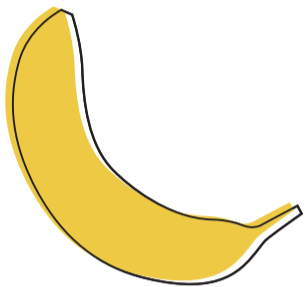


## bewegingstussendoortjes

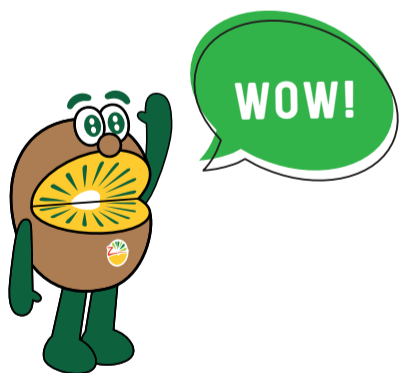


### 'BEN IK EEN BANAAN?'

Leg verschillende kaartjes met afbeeldingen van bekende personen, dieren of voorwerpen omgekeerd op tafel. Elke leerling bindt een elastiek, band of sjaaltje om het hoofd, trekt een kaartje en steekt het – zonder het om te draaien – achter de band. Leerlingen mogen nu om de beurt ja-nee vragen aan elkaar stellen. Wie het eerst raadt wat er op zijn of haar kaartje staat, wint!

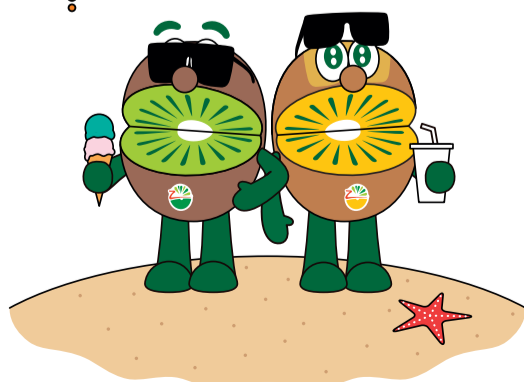
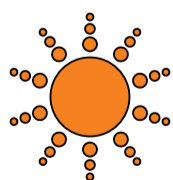
### WOESH & WOW

Ga allemaal in een kring staan. Een leerling begint: hij of zij zwaait met de handen naar de persoon rechts van hem of haar en zegt 'woesh'. Zegt iemand 'wow' met een remsbeweging van de handen, moet de 'woesh' in de andere richting doorgegeven worden. Zegt iemand 'zap zap' met een zapbeweging naar iemand anders in de kring, moet deze leerling de 'woesh' vanop zijn of haar plaats verder doorgeven.



### IK GA OP REIS EN IK BEWEEG MEE

In plaats van spullen op te noemen, spelen jullie enkel met bewegingen. De eerste leerling maakt een beweging (bv. omhoog springen), de volgende leerling doet dit na en voegt een gebaar toe. De derde leerling doet de eerste twee bewegingen na en voegt nog iets toe, etc. Hoeveel bewegingen maken jullie na elkaar zonder fout?



Even een pauze tussen de lessen door? Ga voor een fit en fruitig bewegingstussendoortje! Om de beurt mag een leerling een actief spelletje uitkiezen en nadien het icoontje inkleuren. Hoe snel is jullie poster ingekleurd? 3... 2... 1... Start!



### COMMANDOKLAS



De leerkracht geeft om de beurt een commando dat alle leerlingen moeten uitvoeren. Maar opgelet: het woord 'commando' moet eraan voorafgaan! Bijvoorbeeld 'commando klappen', 'commando springen', 'commando zitten', etc. Zegt de leerkracht niet eerst 'commando' en voert een leerling de opdracht toch uit, dan valt hij of zij af.

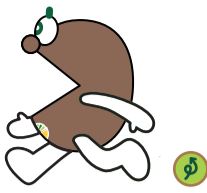
### ONTMASKER DE DIRIGENT

Eén leerling verlaat de klas terwijl alle andere kinderen in een kring gaan staan en een 'dirigent' aanduiden. De dirigent doet alsof hij of zij een instrument bespeelt (viool, gitaar, piano, zingen ...) en verandert regelmatig van instrument. De rest kopieert de bewegingen van de dirigent. De leerling die buiten stond, mag de klas weer in en moet proberen te raden wie de dirigent is. Nog iets moeilijker? Laat de dirigent zijn of haar rol doorgeven door te knipogen naar een andere leerling, die dan dirigent wordt.



### LEVENDE MEMORY

Twee leerlingen verlaten de klas. De anderen spreken per twee een beweging af (bv. tong uitsteken). Daarna gaat iedereen door elkaar staan en komen de twee leerlingen terug binnen. Deze twee nemen vooraan in de klas plaats en spelen tegen elkaar. Speler 1 noemt de naam van een leerling, die zijn of haar beweging laat zien. Daarna noemt speler 1 een tweede naam. Laat deze leerling dezelfde beweging zien? Dan verdient speler 1 een punt en mag hij of zij nog eens raden. Zo niet, wisselt de beurt. Duo's die ontmaskerd zijn, gaan zitten.



Slow motion hardlooperace



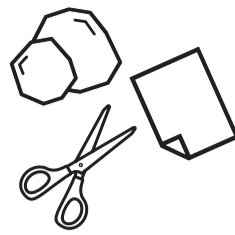
Geef iedereen een high five

START JE DAG MET EEN LACH

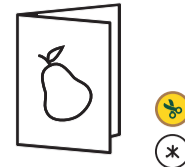


LESPAKKET

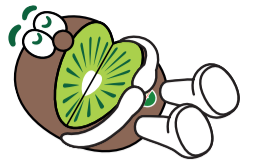
Dansen maar



Blad, steen, schaar  
Schaar, steen, papier



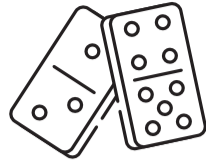
Knutsel fruitige kaartjes voor elkaar



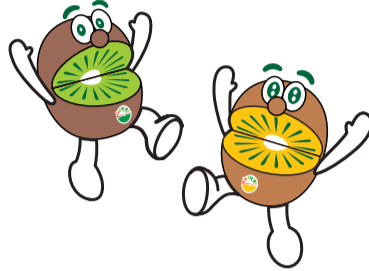
Sluit 5 minuten je ogen en relax

Tip!

Deel hilarische foto's van jullie bewegings-tussendoortjes op sociale media met de hashtag #fruiteenlekkerebuit. Of maak er een sappige TikTok-video van!



Bouw een dominobaan met boeken



Mexican wave



Zeg om de beurt een zin en verzin zo een verhaal



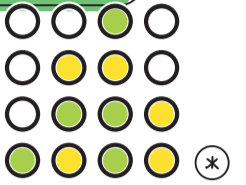
Mikado met kleurpotloden



LESPAKKET

Fruit Twister

EN NADIEN ALLES OPETEN!



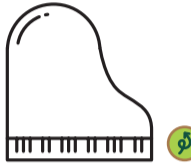
Vier op een rij met groene en gele kiwi's



'Ben ik een banaan?'



Ik zie, ik zie, wat jij niet ziet



1-2-3 piano



LESPAKKET

Fruit happen

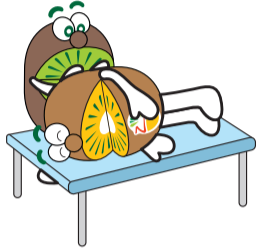


Ontmasker de dirigent

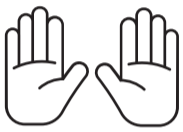


LESPAKKET

De fruitoversteek



Massage-estafette in een kring



Klaspelletje



Beeld emoji's uit



Fluister een zin door

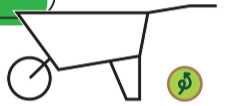


bewegingstussendoortjes

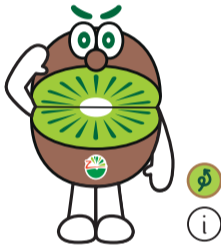


Haasje over

MET IEMANDS VOETEN SPELEN IS NU TOEGELATEN!



Kruiwagenrace



Commandoklas

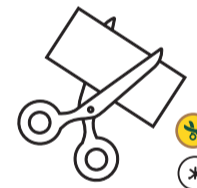
NU MAG JE HET BEEST UITHANGEN!



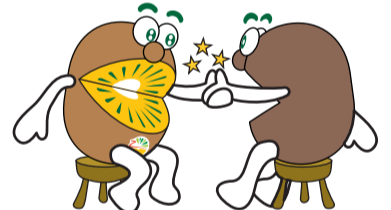
Beeld dieren uit



Stoelendans



Maak samen een collage

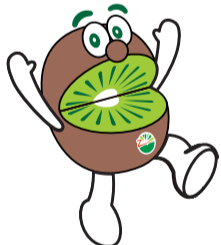


Duimworstelen



LESPAKKET

Mijn soep kookt over!



Balancer zo lang mogelijk op één been



LESPAKKET

Origami



Woesh & wow



Klaskaraoke

ACTIVITEIT KLAAR? INKLEUREN MAAR!



LESPAKKET

Ploffend citroensap

PLAN DIT IN ALS KLASONTBIJ



LESPAKKET

Smoothies maken

P . . R  
Fruitgalgje

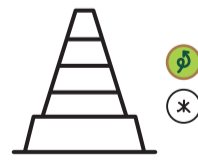
LAAT DIE SPIERBALLEN MAAR ZIEN!



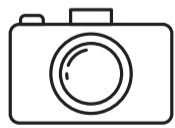
Maak een krijtkunstwerk op de speelplaats



Vliegers vouwen



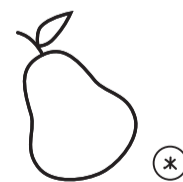
Obstakelparcours



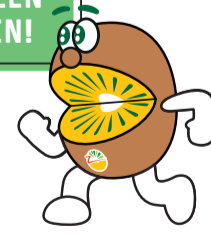
Maak een gekke klasfoto



Liplezen



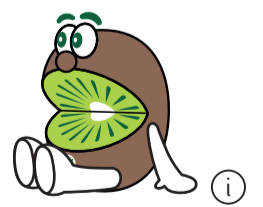
Geblijndoekt fruit proeven



Gymnastiek



TikTok-klasdansje



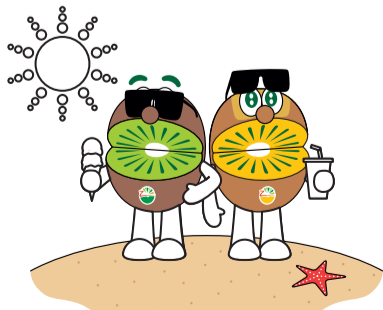
Levende memory



Hou een lachsessie



Fluit en raad liedjes



Ik ga op reis en ik beweeg mee

LEGENDE

- Bewegen
- Knutselen
- Zie achterkant
- Recepten
- Proeven
- Hiervoor heb je mogelijk extra materiaal nodig.

FRUIT EEN LEKKERE buit