

Junglegymles

Op expeditie



Ga je mee? Op expeditie in de jungle?
Pak je rugzak maar en vergeet je verrekijker niet.
We gaan op pad. Onderweg komen we van alles tegen.
Omgevallen boomstammen, een rivier, slingerende
takken, rotsen en wie weet wat nog meer.
Maar... pas op voor de Krrrr...okodil!

Dit is een gymles in hoeken. De kinderen gymmen in groepjes en wisselen na een minuut of 7 van hoek. Zo hebben ze aan het eind van de gymles alle activiteiten gedaan.

Vorbereiding

- * Bedenk hoeveel hoeken je in de gym- / speelzaal kunt maken en in hoeveel groepjes je je klas wilt verdelen. 4? 5?
- * Kies dat aantal oefeningen voor de junglegymles uit.
- * Print de oefeningen en stop ze in een plastic hoesje of lamineer ze.
- * Bekijk wat je nodig hebt en zet alle hoeken klaar in de gym- / speelzaal.
- * Hang de opdrachtkaarten bij de hoeken (handig wanneer je meerdere kleutergroepen hebt, dan kan elke leerkracht zien wat de bedoeling is).
- * Zorg voor rugzakjes (van de kinderen) en verrekijkers.
- * Print een expeditiekaart voor elk groepje of elk kind uit. De expeditiekaart voor een gymles met 5 hoeken vind je op pagina 2 (groot) en 3 (klein). Een kaart voor een gymles met 4 hoeken vind je op pagina 4 (groot) en 5 (klein).

De gymles

Verdeel de klas in groepjes (4 of 5). Vertel de kinderen dat ze vandaag op expeditie gaan. De jungle in! Met een rugzakje per groep, een expeditiekaart en een verrekijker gaan de kinderen op pad. De rugzakjes zetten de kinderen bij de hoek waar ze gymmen op de grond.

Kijk samen naar de hoeken die klaar staan. Vertel wat de kinderen hier mogen oefenen en doe voor wat de bedoeling is.

Nu kunnen de kinderen vertrekken. Elk groepje gymt een minuut of 5 a 10 in één hoek, daarna draait iedereen door naar de volgende hoek.

Na elke activiteit mogen de kinderen een sticker of stempel op hun expeditiekaart zetten. Dit kun je desgewenst ook na afloop van de gymles doen.

Veel plezier! Juf Anke

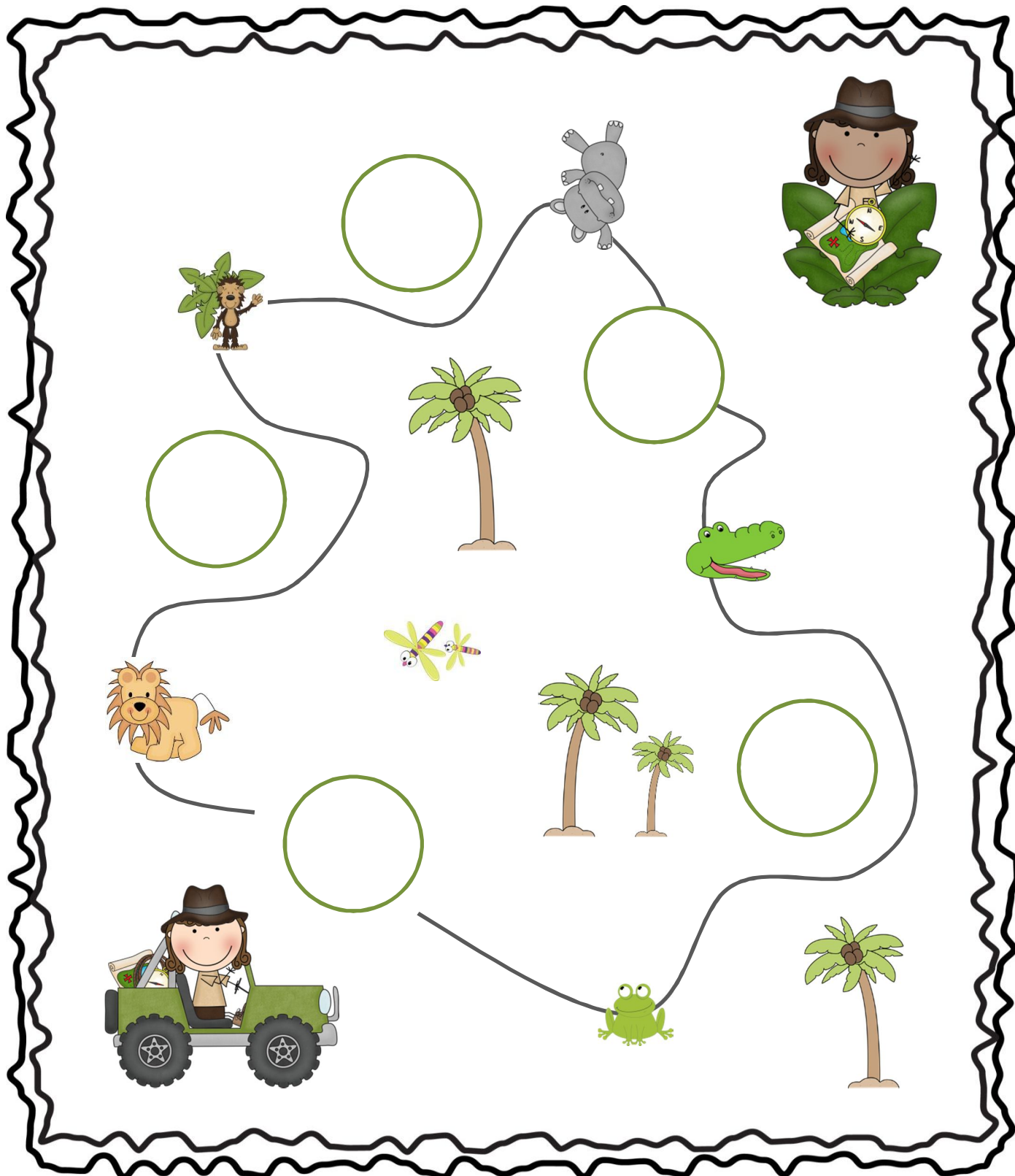
- www.jufanke.nl -

Afbeeldingen van Scrappin Doodles



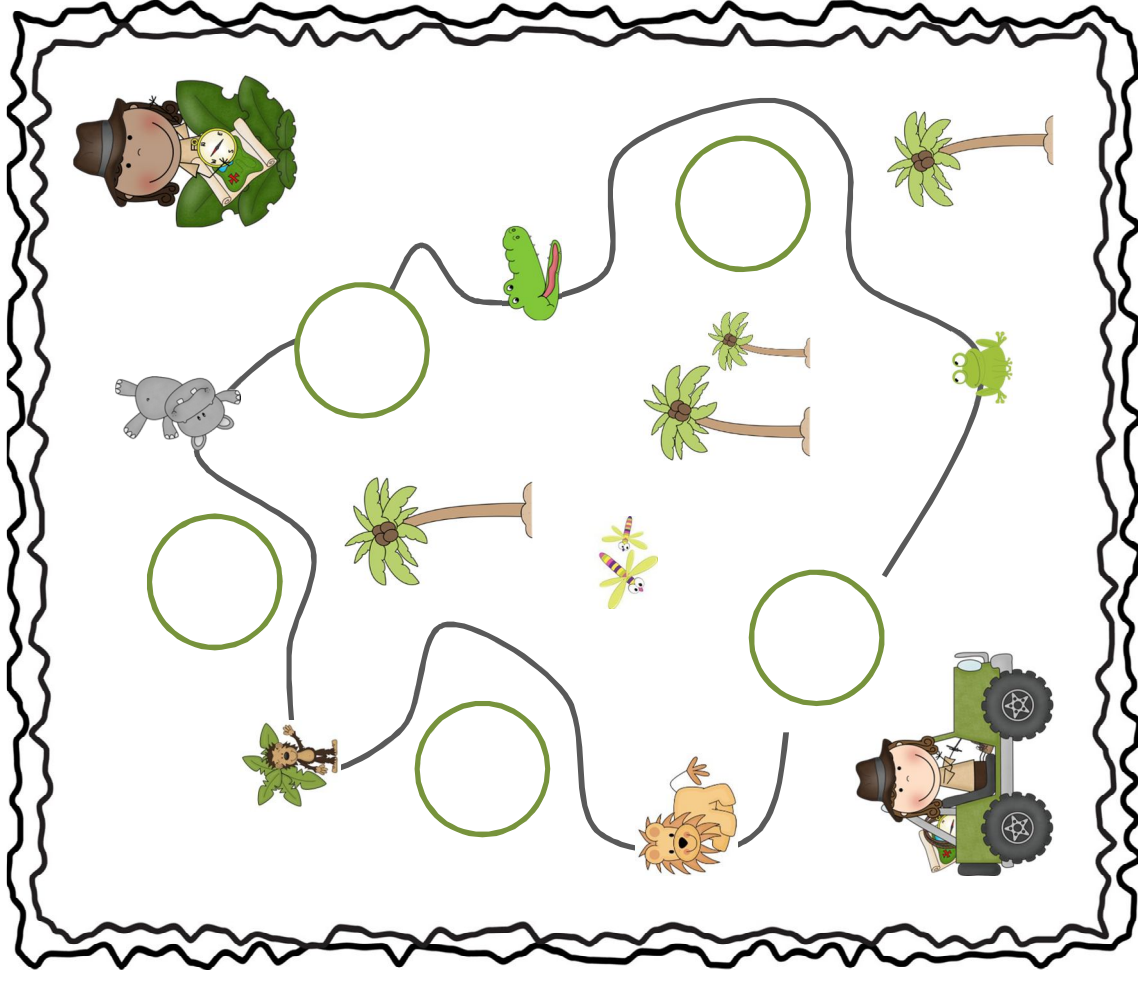
Expeditiekaart

naam:



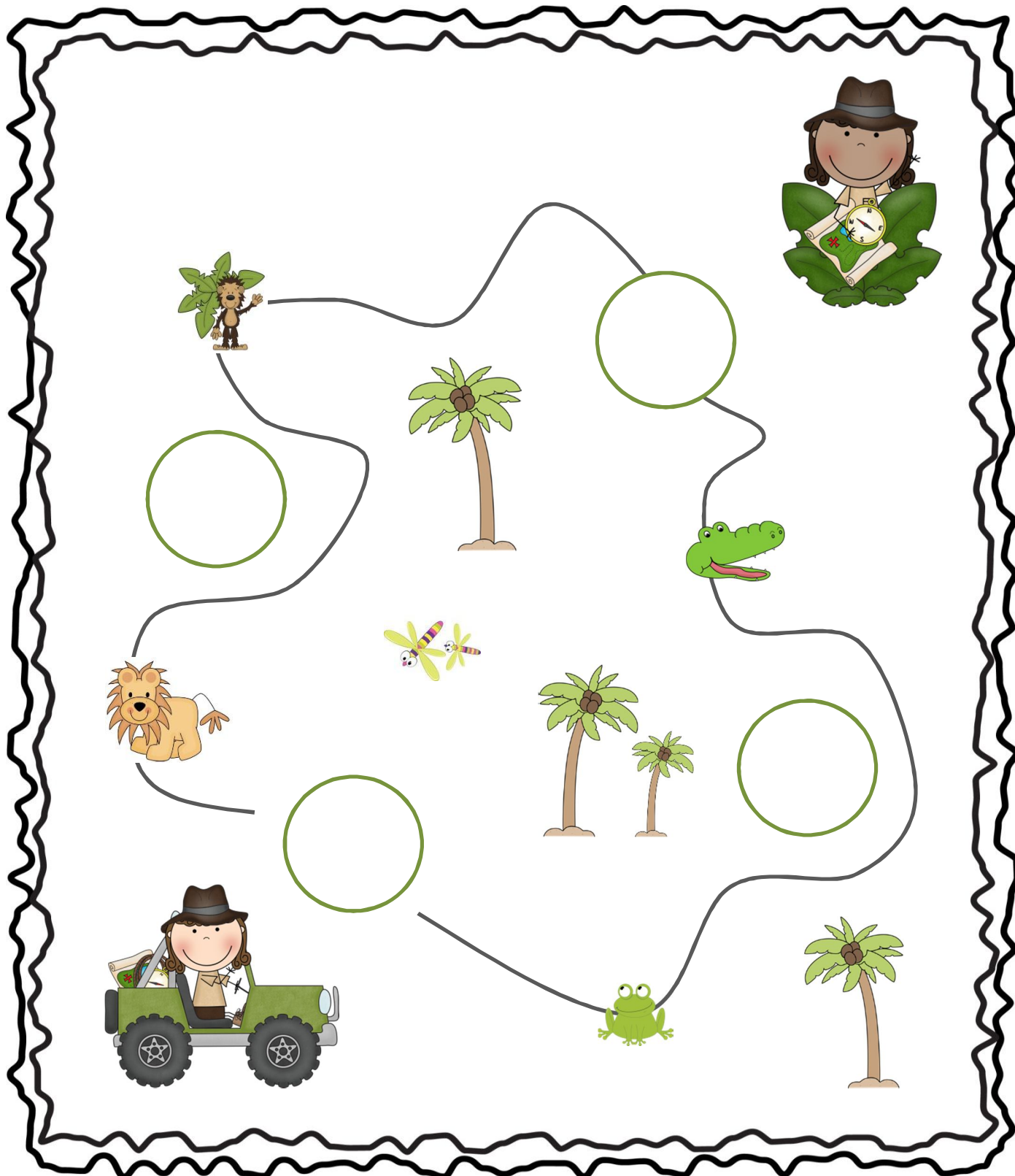
Expeditiekaart

naam:



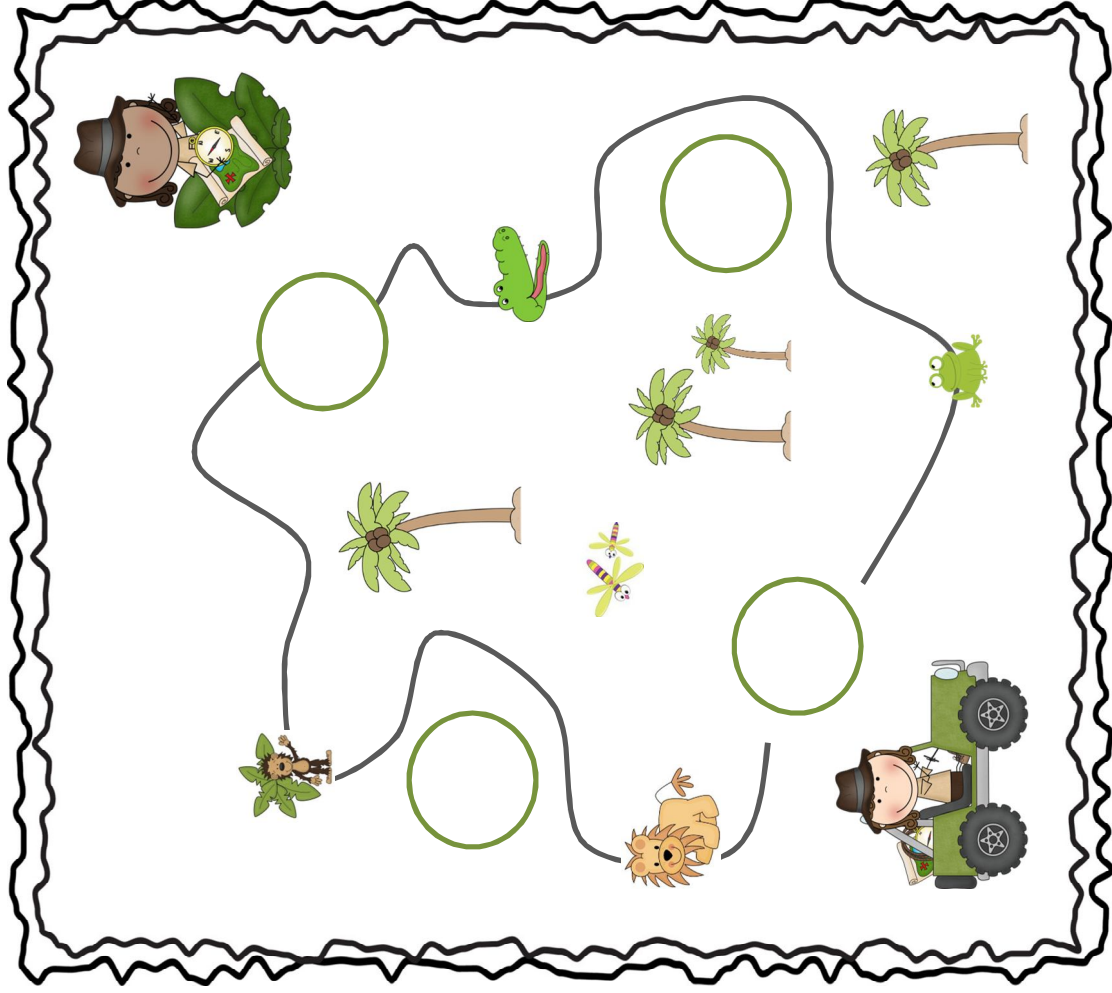
Expeditiekaart

naam:



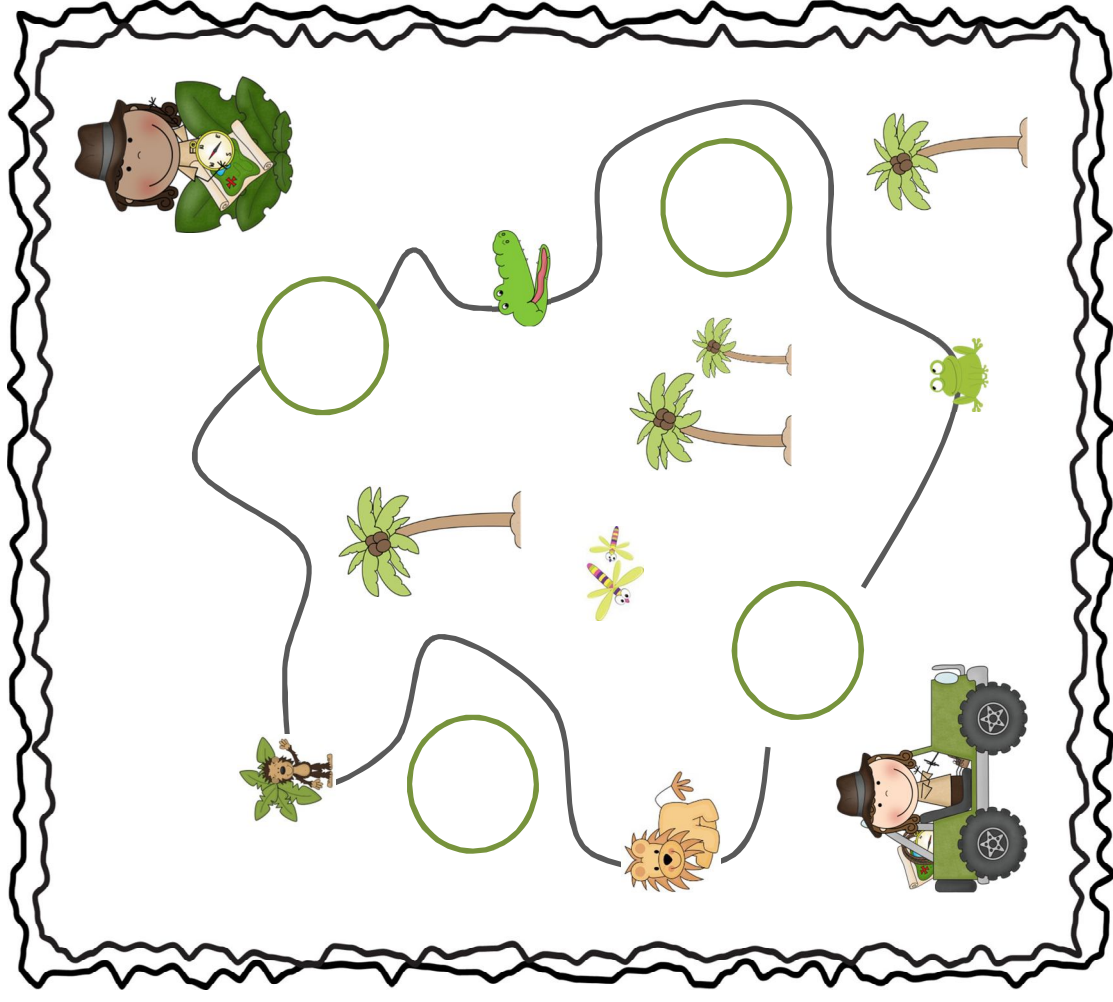
Expeditiekaart

naam:



Expeditiekaart

naam:



Naar de overkant...

O jee, we komen bij een rivier. Hoe komen we nu aan de overkant?

We mogen niet in het water vallen, want daar woont de...

Krrrr...okodil!

We springen over stenen naar de andere kant.

Nodig: hoepels of stapstenen, een opblaasbare krokodil, 2 pionnen.

Leg de hoepels of stapstenen een eindje uit elkaar. Leg ze achter elkaar neer, zodat de kinderen een route naar de overkant van de rivier kunnen springen. Zet aan het begin en aan het eind van de route een pion.



Langs het ravijn

Niet naar beneden kijken! Het is hier diep!
Balanceer over het randje en zorg ervoor dat je niet valt.

Nodig: banken, evenwichtsbalk, 2 pionnen

Zet een bank en een evenwichtsbalk of omgekeerde bank naast elkaar. Zet voor de bank en evenwichtsbalk een pion. Hier kan de wachtrij gemaakt worden. De kinderen oefenen het balanceren op de brede bank en / of op de evenwichtsbalk.



Aan takken Slingeren

Wat een modder! Hoe komen we hier doorheen?
He, zie je de lianen? Dat zijn lange slingertakken.
We kunnen de lianen pakken en over de modder slingeren.

Nodig: touwen, 2 banken, matten

Hang de touwen uit. Zet 2 banken tegenover elkaar, zodat de kinderen op een bank kunnen gaan staan en met een touw naar de overkant zwieren.

Leg matten onder de touwen.



Klimmen

Waar zijn we nu? Waar moeten we naartoe?

In de jungle zien we overal bomen, bomen en nog eens bomen.

Weet je wat? We klimmen in een boom, dan kunnen we vast meer zien.

Nodig: wandrek of klimtoren, bank, ladder, kippenladder, half om half ladder of netladder, matten

Maak een klimparcours. Zet het wandrek of de klimtoren uit, hang hier een bank en ladder, kippenladder, half om half ladder of netladder aan. Leg er matten onder.



Bananen gooien

Aapjes in de jungle! Wat zijn ze grappig. Ze slingeren van boom naar boom.
Zullen we die lieve apen wat te eten geven?
Ik heb nog wel een banaan. Vangen, aap!

Nodig: pittenzakjes, een touw, 5 hoepels, 5 afbeeldingen van een aap (zie bijlage) of 5 kranten.

Hang een touw in een hoek van de speelzaal. Hang met wasknijpers papieren apen of kranten aan het touw.

Leg de 5 hoepels een stukje bij het touw vandaan. De kinderen proberen vanuit een hoepel een pittenzakje naar de aap / krant te gooien.



Door de wildernis

Wat een takken! We zien het pad niet meer lopen.
Dat wordt klimmen en kruipen. Over de takken heen, onder takken door.
Kom maar mee.

Nodig: materiaal waar je overheen kunt stappen of (onder)door kunt kruipen zoals een kruiptunnel, pionnen met touwtjes, een korf, een pion.

Maak een parcours wat de kinderen af kunnen leggen. Onderweg moeten ze kruipen en over dingen heen stappen. Zo banen de kinderen zich een weg door de wildernis.

Zet een pion neer waar de wachtrij gemaakt kan worden.



