

HET DAGBOEK VAN KAR & TIJN — DAG 11

Kleuter & Lagere school - Introductie

Wegens het aflassen van een heleboel (sport)evenementen, hebben we nood aan **een nieuw tornooi**. Want hoe gaan we anders bepalen wie de beste is? Daarom organiseren we de **binnen-huis-spelen**! Iedereen tot en met 12 jaar kan deelnemen. Vooraf inschrijven is niet nodig. Een **video** van je prestaties doorsturen/delen voor **30 april** volstaat! Er zijn drie 'disciplines' die je moet insturen om deel te nemen. Je kan deze disciplines herkennen aan het sterretje bij de titel.

De winnaar van het tornooi ontvangt **een leuke prijs** van ons! Om het eerlijk te laten verlopen, vragen we jullie om een video van de prestaties van je held te bezorgen! Er zullen **twee winnaars** zijn, nl. een winnaar bij de helden t.e.m. 5 jaar en een winnaar bij de helden van 6 t.e.m. 12 jaar.

Het verhaal

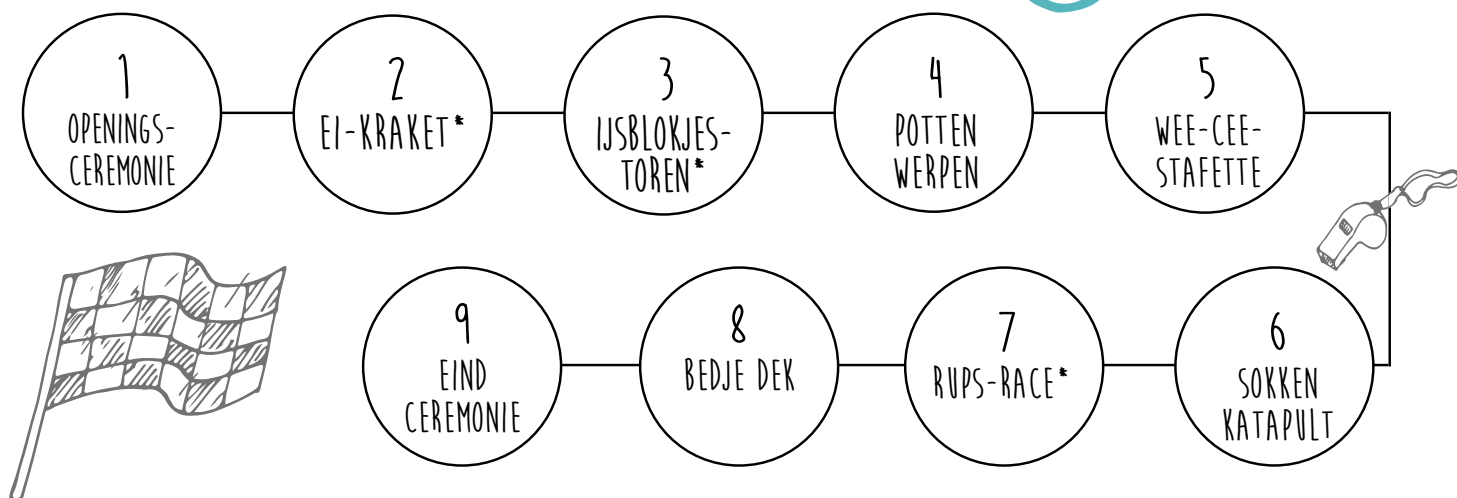
De ene na de andere sportwedstrijd wordt afgelast! Kar en Tijn vinden dat heel spijtig en organiseren nu zelf een wedstrijd, nl. de BINNEN-HUIS-SPELEN. En eigenlijk zijn ze ook gewoon benieuwd naar wie van hen de beste is. Maar het zou niet eerlijk zijn om de spelen alleen tussen hen te laten doorgaan. Daarom betrekken ze al de superhelden t.e.m. 12 jaar in een mega spannend tornooi! Spelen jullie ook mee? Er zijn drie 'disciplines' die je kan doorsturen om te winnen: **ei-kraket**, de **ijsblokjes-toren** en de **rups-race**.

Benodigdheden

- Een houten pollepel of spatel
- Minstens 1 rauw ei
- Minstens 1 prop papier
- Papier
- Schaar
- Schrijfgerei
- Tape
- Meter
- Ijsblokjes
- Potten
- Alarm/klok
- 4 lege WC-rollen
- 2 stokjes
- Sokken
- Eventueel krijt
- Rietje
- Bed met toebehoren



Het verloop



① OPENINGSCEREMONIE

Welkom op de BINNEN-HUIS-SPELEN van aKadeemi!

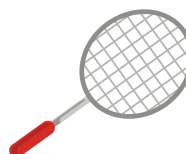
Het zal een spannende wedstrijd worden. Elke superheld t.e.m. 12 jaar kan deelnemen. We rekenen op jullie eerlijkheid.

Er zullen twee winnaars zijn. Eén winnaar bij de helden tussen 2,5 en 5 jaar en één bij de helden tussen 6 en 12 jaar oud.

Je moet deelnemen aan de 3 geselecteerde disciplines om in aanmerking te komen voor een podiumplaats. Deze disciplines zijn: ei-kraket, de ijsblokjes-toren en de rups-race. Per discipline is er een aangepaste versie voor de verschillende leeftijdsgroep.

Deelnemen kan tot en met 30 april 2020. De winnaars worden nadien bekend gemaakt via Facebook.

Laat de spelen beginnen!



② EI-KRAKET *

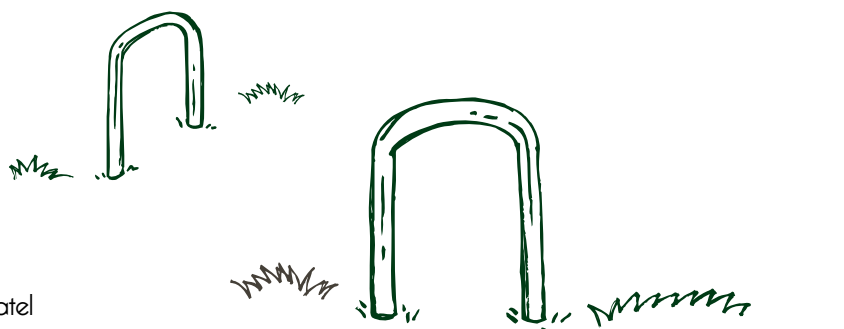
Deze discipline maakt gebruik van je inschattingsvermogen, je motorische vaardigheden en je stressbestendigheid.

■ Specifiek voor kleuters

■ Specifiek voor lagere school

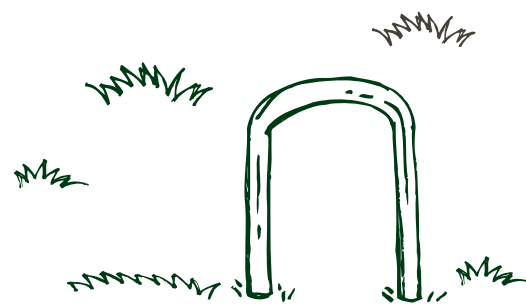
Wat heb je nodig?

- Minstens 1 rauw ei
- 1 x A4 papier
- 2 x A4 papier
- Schaar
- Tape
- Meetlat
- Een houten pollepel of spatel



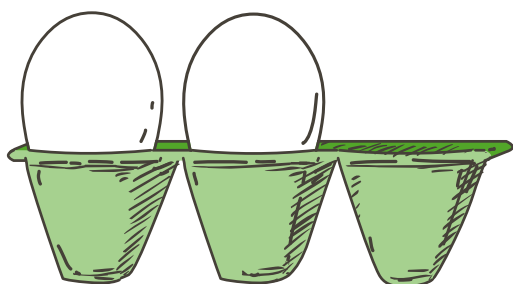
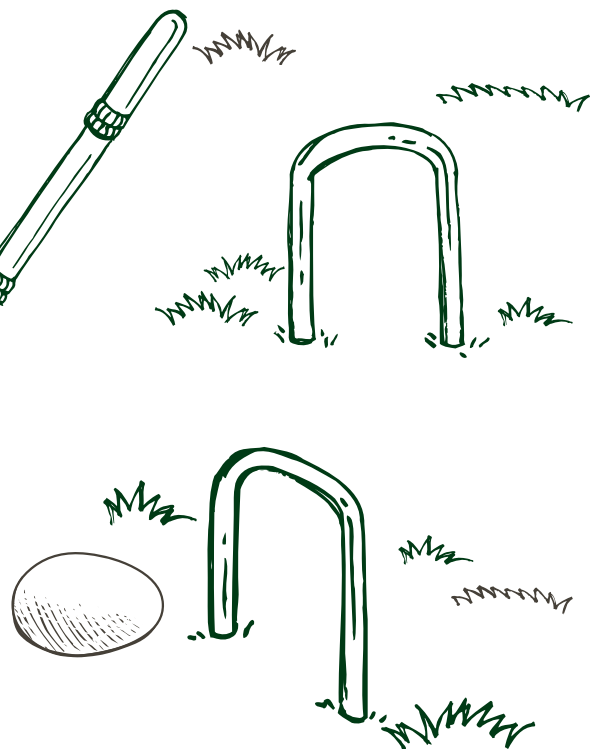
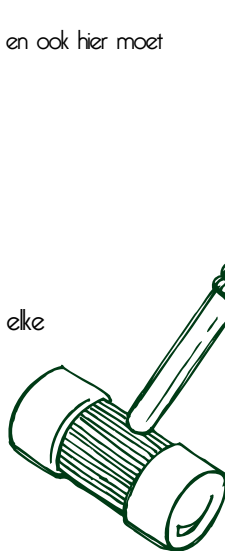
Wat moet je voorbereiden?

- **Stap 1:** Je hebt 5 bogen / 7 bogen van papier nodig. Knip het A4 papier in de lengte door, zodat je 5 stroken / 7 stroken krijgt.
- **Stap 2:** Kleef de stroken aan de uiteinden vast op de grond, zodat deze een boog vormen. Elke boog moet tussen de 15 cm en 20 cm / 10 cm en 15 cm doorgang hebben.
- **Stap 3:** De bogen mogen naar vrije keuze worden geplaatst, maar moeten minstens 30 cm uit elkaar staan. (Niet op 1 lijn)
- **Stap 4:** Duid de start aan op de grond (bvb. met tape) en ook hier moet een afstand van 30 cm gerespecteerd worden.



Wat moet je doen?

Bij deze discipline moet je het ei zo snel mogelijk door elke boog slaan. Het ei mag niet breken, dus slaag zeker niet te hard. Je mag alleen je houten pollepel gebruiken om het ei aan te raken. Je moet niet wachten tot het ei tot stilstand is gekomen voor je opnieuw mag slaan. Bij een gelijke tijd, wordt er gekeken naar het aantal slagen dat nodig is geweest. Je tijd start bij je eerste slag en eindigt van zodra het ei door de laatste boog rolt. Het ei moet rauw zijn!



③ IJSTOREN*

Deze discipline lijkt eenvoudig, maar je hebt stalen zenuwen nodig, veel geduld, doorzettingsvermogen en een goede fijne motoriek.

Wat heb je nodig?

- Voldoende ijsblokjes
- Meetlat

Wat moet je voorbereiden?

- **Stap 1:** Maak ijsblokjes.
- **Stap 2:** Leg de ijsblokjes en de meter binnen handbereik

Wat moet je doen?

Bij deze discipline moet je een zo hoog mogelijke toren van ijsblokjes maken. De toren moet minstens 4 seconden blijven rechtstaan zonder enige hulp. De video moet het hele bouwproces tonen, dus niet alleen het resultaat. Je moet de meter naast de toren houden, zodat we weten hoe hoog hij is. (Hiervoor mag je wel hulp gebruiken.) De toren mag uiteraard nergens tegenaan leunen.



④ POTTENWERPEN

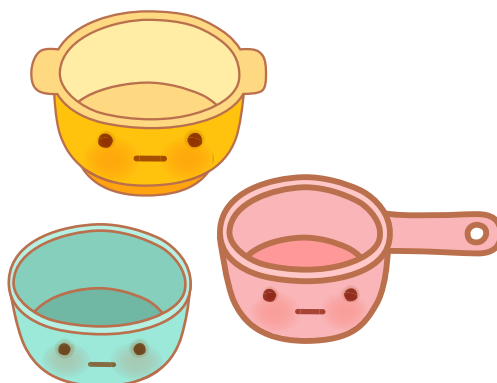
Bij deze discipline testen we je grove motoriek en je armspieren.
We testen hoe goed jij kan mikken met een prop papier.

- Specifiek voor kleuters
- Specifiek voor lagere school



Wat heb je nodig?

- Potten
- Tafel/bank/stoel
- Prop papier
- Papiertjes
- Plakband
- Schrijfgerief
- alarm/klok

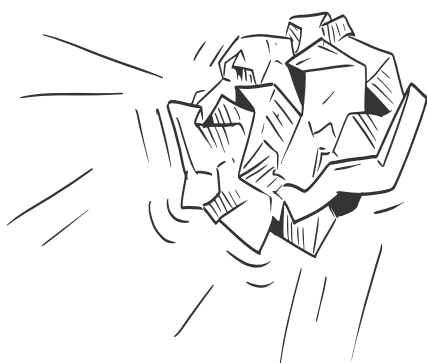
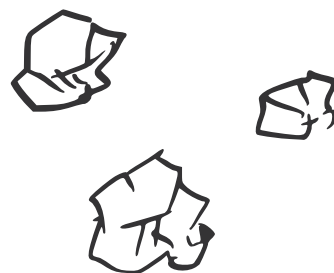


Wat moet je voorbereiden?

- **Stap 1:** Je hebt drie / vier verschillende afmetingen van potten nodig. Je kan eventueel ook een (was)mand als grote pot gebruiken.
- **Stap 2:** Noteer de scores op de papiertjes en kleef ze op de juiste pot: (grote pot: 1 punt / middelgrote pot: 2 punten / Middelgrote pot die hoger staat: 3 punten / kleine pot: 5 punten)
- **Stap 3:** Zet de potten op minstens 3 grote stappen / 4 grote stappen van jezelf verwijderd. Duid aan van waar je zal gaan gooien.
- **Stap 4:** Zorg dat je de tijd kan meten, want je krijgt maar 5 minuten om punten te verzamelen.
- **Stap 5:** Maak minstens 1 prop van papier (om mee te werpen).
- **Stap 6:** Noteer je score eventueel op een scorebord/papier.

Wat moet je doen?

De tijd start van zodra je de eerste keer werpt. Je krijgt 5 minuten de tijd om zoveel mogelijk punten te verzamelen. De prop mag ergens tegen botsen voor hij in de pot terecht komt, maar hij moet wel in de pot blijven liggen om mee te tellen. Zie dat je de tel niet kwijt geraakt! :)

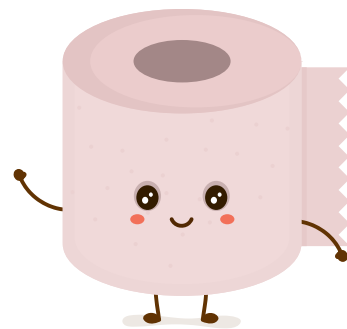


⑤ WEE-CEE-STAFETTE

Voor deze discipline heb je een goede fysiek en veel uithoudingsvermogen nodig. Goed je evenwicht kunnen houden speelt ook in je voordeel. Er komt vanalles en nog wat aan bod!

■ Specifiek voor kleuters

■ Specifiek voor lagere school



Wat heb je nodig?

- 4 lege WC-rollen
- 2 stokjes
- Stopwatch/chronometer (staat meestal op GSM)
- Krijt of iets om de start- en eindlijn aan te geven.
- 4 flessen / 5 flessen

Wat moet je voorbereiden?

- **Stop 1:** Baken het loopterrein af door de start- en eindlijn aan te duiden met krijt of met enkele voorwerpen. De eindlijn ligt op 6 meter / 8 meter van de start. Je kan als eindlijn ook een hoelahoep gebruiken.
- **Stop 2:** Leg 4 flessen / 5 flessen gelijkmatig verdeeld over het parcours.
- **Stop 3:** Leg de 4 WC-rollen klaar op het einde van het parcours.
- **Stop 4:** Leg 2 stokjes klaar aan het begin van het parcours.

Wat moet je doen?

Bij deze discipline is het de bedoeling dat je het parcours zo snel mogelijk aflegt, zonder fouten te maken. Er zijn verschillende rondes. Bij elke ronde krijg je een andere opdracht. Je start altijd bij de startlijn, loopt zigzag langs de flessen, neemt iets mee van aan de eindlijn en komt terug naar de start. Dit telt als 1 toer. De tijd gaat in van zodra je de startlijn verlaat en eindigt wanneer je terug bij de startlijn aankomt EN de opdracht is voltooid.

1

Dit is een opwarmertje, dus nog heel gemakkelijk... Breng de 4 WC-rollen één voor één naar de start. Vergeet je tijd niet! :)

2

Breng de WC-rollen nu opnieuw naar de eindlijn, maar deze keer mag je ze niet aanraken met je handen. Gebruik je voeten, ellebogen, mond... De tijd stopt wanneer je terug bij de start bent.

3

Breng 2 WC-rollen naar de startlijn, door ze één voor één op je hoofd te plaatsen. Je mag niet verder stappen als het rolletje niet op de hoofd staat. Dus hopelijk valt het niet te veel op de grond. :)

4

Breng de overige 2 WC-rollen één voor één naar de startlijn met behulp van de stokjes. Je mag de rolletjes alleen aanraken met de stokjes.

5

Breng de 4 WC-rolletjes één voor één terug naar de overzijde, door op 1 been te hinkelen. Bij het terugkomen moet je op het andere been hinkelen dan bij het heengaan.

6

Breng de 4 WC-rollen al springend één voor één terug naar de overzijde, zonder ze aan te raken met je handen. Je moet steeds met je twee voeten samen springen.



6 SOKKEN-KATAPULT

Bij deze discipline moet je goed kunnen mikken en heb je sterke armspieren nodig!
Een stevige sok is ook handig. :)



Wat heb je nodig?

- Sokken
- Meter
- Krijt of een voorwerp om de start aan te geven

Wat moet je voorbereiden?

- **Stap 1:** Zorg dat je minstens 1 sok hebt.
- **Stap 2:** Je kan dit best buiten spelen of in een ruimte die lang/groot genoeg is. Hoe verder jij kan katapulteren, hoe meer plaats je nodig zal hebben!
- **Stap 3:** Teken een startlijn op de grond (of leg een voorwerp bij de start). Teken per meter een lijn op de grond, zodat je weet hoe ver je sok is geraakt.

Wat moet je doen?

Bij deze discipline is het de bedoeling dat je de sok zo ver mogelijk katapulteert. Je moet achter de startlijn blijven staan bij het katapulteren. Het is de bedoeling dat je de

sok aanspant door ze met je twee handen uit elkaar te trekken. Door de achterste hand los te laten, schiet de sok weg. Laat ons weten hoe ver je kan schieten! Succes.



⑦ RUPS-RACE*

Bij deze discipline testen we hoe goed jij kan blazen!
Maar eerst heb je nood aan wat fijne motoriek om je eigen racende rups te maken.

■ Specifiek voor kleuters ■ Specifiek voor lagere school

Wat heb je nodig?

- A4 papier (mag gekleurd papier zijn!)
- Schaar
- Schrijfgerief
- Rietje
- Stopwatch / chronometer
- Meter

Wat moet je voorbereiden?

- **Stap 1:** Maak je eigen race-rups!
- **Stap 2:** Kies een startlijn (duidelijk eventueel aan met krijt)
- **Stap 3:** Duid de finish aan op 1 meter / 2 meter van de startlijn.
- **Stap 4:** Neem een rietje bij de hand en vraag aan iemand op de tijd te meten.

Wat moet je doen?

Bij deze discipline moet je de rups zo snel mogelijk over de finishlijn krijgen! Je blaast op de rug van je rups met een rietje. Oefen een beetje vooraf, zodat je weet waar je exact moet blazen. De rups mag niet 'zweven', ze moet dus bij het blazen telkens een kruip-beweging maken. Doet ze dat niet, dan moet je herbeginnen. De tijd gaat in van zodra je begint met blazen. Je rups start uiteraard achter de startlijn. De tijd stopt van zodra je rups volledig over de finishlijn is. Heel veel succes!



1

Knip een strook van ongeveer 3cm breed uit een A4 papier. Knip deze af in de breedte van het papier (+/- 20cm lang).



2

Vouw de strook in twee, zodat er een vouwlijn zichtbaar is in de helft.



3

Breng daarna de randen tot aan de middelste vouwlijn en vouw je papier. Doe dit aan elke zijde.



4

Vouw opnieuw de buitenste zijden naar het midden toe.



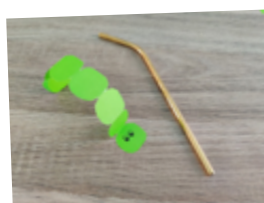
Vouw tenslotte de twee zijden tegen elkaar.

5



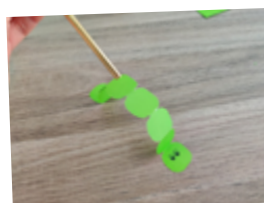
Knip met een schaar de hoeken rondom rond.

6



Vouw terug open en teken oogjes op je rups.

7



Duid eventueel aan waar je moet blazen om de rups te laten kruipen. Dit is langs de achterzijde van de rups, op de bovenzijde van het derde vlak.

8



ZZZ...

ZZZ...

⑦ BEDJE-DEKME

Bij deze discipline testen we je snelheid, je fijne motoriek en je stressbestendigheid.

Wat heb je nodig?

- Een bed met een kussen en een dons
- Een dekbedovertrek
- Een hoeslaken
- Stopwatch / chronometer

Wat moet je voorbereiden?

- **Stap 1:** Leg een kussen en dons zonder overtrek klaar.
- **Stap 2:** Zorg ervoor dat er niets meer over de matras zit.
- **Stap 3:** Neem een opgevouwen dekbedovertrek en een hoeslaken en leg dit in je buurt.
- **Stap 4:** Vraag iemand om de tijd te meten.

* Indien je geen dons hebt, gebruik dan wat je wel in huis hebt, je kan een bed even goed opmaken met lakens.

Wat moet je doen?

Bij deze discipline ga je in zo weinig mogelijk tijd het bed opmaken. Lukt het jou om binnen de 2 minuten het volledige bed op te maken? De tijd gaat in van zodra je de lakens, dons of het kussen vast pakt. De tijd stopt van zodra alles netjes op de juiste plek op bed ligt. Stuur ons zeker een leuke foto van het opgemaakte bed! ^^



Einde

Super dat jullie deelgenomen hebben aan de binnen-huis-spelen van aKadeemi! Hopelijk zijn er geen breuken aan te pas gekomen, naast hier en daar een gebarsten ei. Deel zeker je video of een leuke foto op de [Facebookpagina](#) van aKadeemi of op onze [Instagram](#) pagina. Geen social media type? Geen probleem, wij hebben ook een e-mailadres: info@akadeemi.be.

HET DAGBOEK VAN KAR & TIJN — DAG 7

Laat ons zeker weten wat jouw kleine held van deze activiteit vond!

Nieuwsgierig naar het volgend avontuur?

Er is iets vreemds aan de hand. Kar is plots verdwenen! Hij en Tijn hadden afgesproken om samen te gaan spelen, maar Kar is niet komen opdagen. Er zit wel een vreemd anoniem briefje in de brievenbus van Tijn. Hier is precies wat speurwerk nodig...

Wil je op de hoogte blijven van de volgende avonturen schrijf je dan zeker in op onze nieuwsbrief of volg onze social media kanalen [Facebook](#) & [Instagram](#)!

Veel speelplezier.
Nathalie & Yannick