

Hooghouden

1,5 meter afstand



15

Doel

De ballon zo lang mogelijk niet de grond te laten raken door de ballonnen op het juiste moment weer aan te tikken

Materiaal

- Ballonnen (1 voor iedere deelnemer)

Activiteit

1. Elke deelnemer krijgt een ballon en mag deze voor zichzelf zo lang mogelijk omhoog houden (zonder deze vast te houden)
2. Met kleine tikjes met de handen, armen, benen, enzovoort, kan de ballon omhoog gehouden worden

Varianten

- Maak er een wedstrijdje van wie zijn ballon het langste in de lucht houdt
- Probeer met een voorwerp bijv. opgerolde krant of stok de ballon hoog te houden. Let op dat iedere deelnemer een eigen voorwerp heeft

Hoe zet je het neer?

1. Zorg dat er voldoende ruimte is waar alle deelnemers rond kunnen lopen om op 1,5 meter van elkaar rond te kunnen lopen
2. Maak eventueel met stoelen of lint afscheidingen dat iedere deelnemer een eigen vak heeft
3. Laat alle deelnemers een plekje in de ruimte zoeken
4. Geef alle deelnemers een ballon en start het spel

Let op!

- Let op de 1,5 meter afstand tussen de deelnemers. Blijkt dit toch lastig probeer voor elke deelnemer een vak te creëren
- Spreek start en eindsein voor de activiteit af

Te makkelijk?

- Geef iedere deelnemer 2 ballonnen om hoog te houden
- Maak er een wedstrijdje van: als je ballon op de grond valt ben je af
- Houd met de groep of in tweetallen een ballon hoog
- Geef de deelnemer een eigen voorwerp bijv. opgerolde krant of stok om de ballon mee hoog te houden

Te moeilijk?

- Houd 1 ballon als groep hoog
- Laat het niet uit maken als de ballon te grond raakt, maar vooral op dat de deelnemer de ballon een tikje probeert te geven