**Activiteitenfiche**

|  |
| --- |
| **Titel Activiteit: ‘Gewoon Gaan met die banaan’** |

|  |
| --- |
| **Doel: De leden uit hun comfortzone halen en hun grenzen laten verleggen in een leuke groepssfeer!**  |
| **Thema: Jaarthema: ‘Gewoon Gaan’** |
| **Werkvorm (quiz, tocht, …): opdrachtenlijstje** | **Leeftijdsgroep: +16** |
| **Duur: 2 uur** | **Aantal deelnemers: 10-100** |
| **Locatie: in en rond het lokaal** | **Aantal begeleiding: 1 per 10 leden** |
|  |  |
| **Materiaallijst:** 2 chronometers bij verschillende spelletjes, 1 zakje Snoepjes ‘bean boozled’, 2 potjes babyvoeding, 2 babylepels, slabbetje, Gsm van lid, 30 plastic bekers, 2 pingpongballetjes, 2 Bassins waarin voeten kunnen staan, +- 8 liter water, 1 kg ijsblokken, 2 kaarshouders, 2 kaarsen, 1 pak kaarten, 1 lege tissuedoos, riem/ touw, 5 pingpongballetjes, Lijnmarkeringen aanbrengen, 2 knikkers, 2 lepels, 2 parcours: dus stoelen, tafel.. wat er in je lokaal/ buiten mogelijk is. 8 flessen met beetje water in, panty, tennisbal, 20 speculoosjes Bijlage 1: 2 keer geprint, 2 gewassen eieren, Touw, 1 ui |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tijd** | **Actie** | **Wie?** | **Materiaal + wie zorgt ervoor?** |
| 2u | **Klaarzetten en voorbereiden*** Inkopen doen
* Scorebord maken voor 2 ploegen
 |  |  |
| 20 min | **Onthaal van de leden** * Leden komen aan in het lokaal en krijgen een festivalbandje van het jaarthema
 |  |  |
| 10 min | **Speluitleg*** Maken van goepsverdeling. (bijvoorbeeld: groepen maken met wie wel of niet al eens vloog, ondersteboven durft gaan in het pretpark, een spin durft aanraken…) Tot de groepen wat gelijk verdeeld zijn.
* Het bestuurslid doet de uitleg: We maakten een spel vol uitdaging! Per groep moeten 1 of meerdere een opdracht doen. Je krijgt een tip van ons, daarna stuur je mensen naar voor. Dan pas weet je wat de opdracht zal zijn.
* Als je de opdracht goed doet verdient jouw ploeg punten. Die komen op het scorebord. Doel van het spel: je grenzen verleggen en een ontspannende beloning krijgen!
 |  |  |
| 1u 15  | **Verloop van het spel****Duur en keuze opdrachten aanpassen aan de groep, zorg voor uitdaging maar maak het niet te langdradig, hou rekening met einduur van activiteit.****Tip: jelly bean**Om de beurt een ‘bean boozled’ snoepje eten. Wie het eerst zijn gezicht vertrekt door de smaak (vies, zuur…) valt af. **Tip: wenende baby**Eet het snelst een potje babyvoeding uit. **Tip: overdragen (3 personen per team)**Draag 2 teamleden over tussen 2 punten (parking, door het lokaal)**Tip: zeeziek**Als eerste 10 toertjes om je vinger maken en 5 keer koprol doen. **Tip: I woke up like this**Maak de grappigste selfie van hoe een bestuurslid er uitziet als hij/ zij opstaat ‘s morgens. **Tip: Pong**Behaal zoveel mogelijk punten door 3 minuten lang pingpongballetjes in bekers te smijten. De driehoek is opgesteld dat de punt (1 beker) 50 punten waard is, de 2 bekers erna 20… zo tot de 5e rij waar een beker 10 punten waard is. **Tip: Ice ice baby**Blijf het langst met je voeten in een ijswaterbad staan. **Tip: verjaardagstaart**Blaas als eerste een kaars uit met je neus. **Tip: bouwvakker**Als eerste een kaartenhuis met 3 verdiepingen bouwen**Tip: bende van schudden en beven**Als eerste de 5 balletjes uit de tissuedoos schudden die op je kont hangt**Tip: jump (2personen per team)**Doe haasje over tussen de 2 lijnen (lengte van 20 meter)**Tip: lepeltje-lepeltje**In een lepel ligt een knikker, steek het lepeluiteinde in mond en loop er een parcours mee (over 2 stoelen, onder tafel, tussen de benen van 3 ploegmakkers. Als de knikker valt begin je het hele parcours opnieuw, handen mogen niet gebruikt worden. De winnaar is degene die het snelst op het eind is. **Tip: bommabowling**Als eerste 8 flessen (in 2 rijen) omgooien met een tennisbal die in een panty zit, die je over je hoofd trekt. **Tip: cijfers** Bereken het snelst volgende rekensom: 800-74+(5x2) : 4= (*184)***Tip: koekjesmonster**Eet het snelst 10 speculoosjes op. **Tip: singstar**Vul de tekst aan van het lied ‘als een leeuw in een kooi’ (opschrijven) wie het snelst en juist zijn blad indient wint. **Tip: kakelen (5 mensen per groep)**1 iemand neemt een ei (gewassen) in zijn mond. Daarna geef je het door aan de andere 4 via de mond. De laatste persoon moet een geheel ei kunnen voorleggen. De snelste met een heel ei krijgt punten. **Tip: laag bij de grond**We doen de limbo! We starten met het touw op 1,60 meter. Telkens wordt het touw wat lager gehouden. Wie onder het laagste touw kan zonder vallen wint. **Tip: krachtpatser**Wedstrijdje armworstelen. **Tip: scheetje**Eet het snelst een stuk rauwe ui op (gelijke grammen, niet groter dan een kroket)  |  | 2 chronometers bij verschillende spelletjes1 zakje Snoepjes ‘bean boozled’2 potjes babyvoeding, 2 babylepels, slabbetjeGsm van lid30 plastic bekers, 2 pingpongballetjes2 Bassins waarin voeten kunnen staan, +- 8 liter water, 1 kg ijsblokken2 kaarshouders, 2 kaarsen1 pak kaarten1 lege tissuedoos, riem/ touw, 5 pingpongballetjesLijnmarkeringen aanbrengen2 knikkers, 2 lepels, 2 parcours: dus stoelen, tafel.. wat er in je lokaal/ buiten mogelijk is. 8 flessen met beetje water in, panty, tennisbal,20 speculoosjesBijlage 1: 2 keer geprint2 gewassen eieren Touw1 ui |
| 10 min | **Speleinde**De scores worden per ploeg samengeteld. De winnende ploeg krijgt een toffe ontspannende/ grensverleggende beloning. Kan een bon voor activiteit zijn, iets wat ze nog niet deden… |  |  |
| 5 min | **Evaluatie**Hoe goed vond je de activiteit?Niet goed: van een blad papier springen, hoe beter, hoe hoger je ergens afspringt. Bijvoorbeeld: blad papier, pak papier, stoel, tafel.  |  | Materiaal in verschillende hoogte.  |

Bijlage 1:

Geen …………………
Geen zin in ’t ………….
En ik huiver van de kou

De radio dramt door
Maar al wat ik hoor
Klinkt even …………………

Brug:

Ik draai, hier rond, en rond, en rond, als een ……………. in een kooi
Aan wanhoop een prooi

Refrein:

Ik loop verloren in de kille nacht
Toch hou ik de wacht
Maar je komt niet, naar me toe
Het heeft geen zin meer dat ik op je ………….
Ik blijf alleen …………………
‘k Word m’n leven langzaam moe
Wat had je dan toch wel van mij verwacht?
Wat had je dan gedacht?
Of wat wil je, dat ik doe?
Wil je misschien nog dat ik op je wacht
Zie ik jou vannacht?
Kom je toch weer, naar me toe?

Brug

‘k Verveel me hier dood
Mijn kop zit vol ………………………
En ik voel me, vreselijk down

Je weet waar ik woon
Ik heb …………………
Maar ik hoor toch, niks van jou

Brug
Refrein
(2x)