

# HAPPERTJE

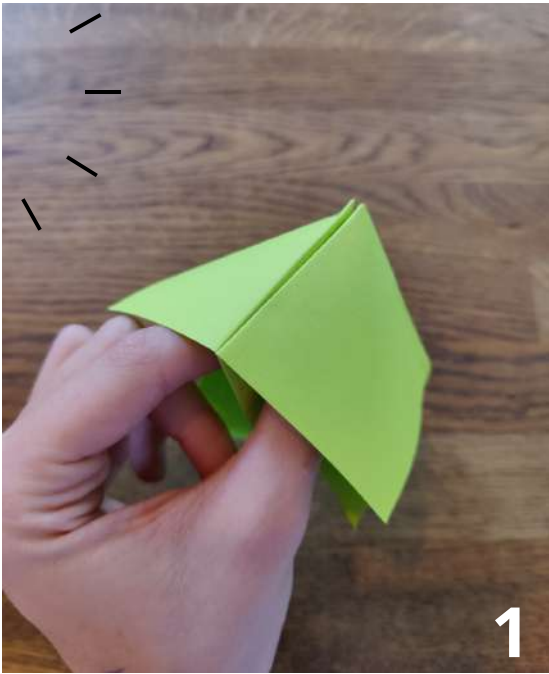
WAT HEB IK NODIG?



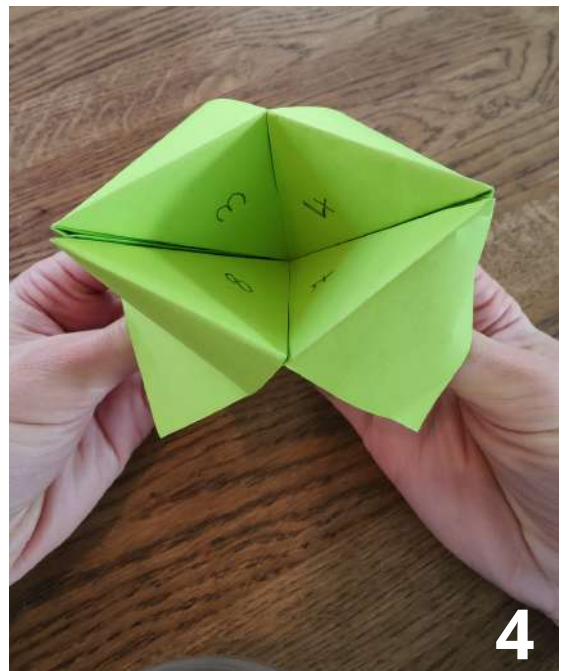


# HAPPERTJE

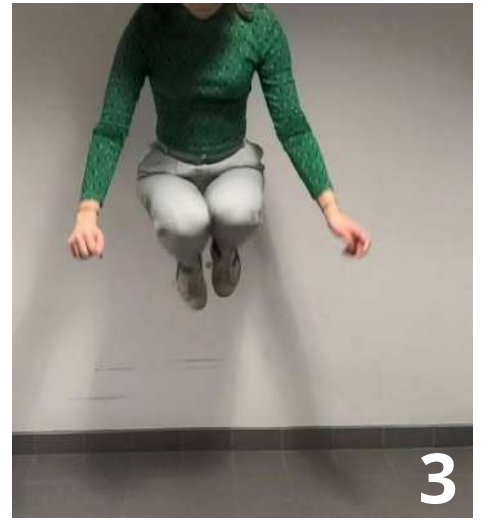
1



2



# OPDRACHTEN



# HAPPERTJE



Minimum 1 kind

1. Neem een happertje en houd het met de cijfertjes naar boven, steek daarna je duimen en wijsvingers elk apart in gaatje.
2. Doe het happertje open en toe zoals op de foto.
3. Kies een cijfertje en voer de opdracht uit:
  1. Maak je zo klein mogelijk.
  2. Maak je zo groot mogelijk.
  3. 5x springen.
  4. 5x ronddraaien.
  5. Muurzitten 10 seconden.
  6. 10 stappen zijwaarts.
  7. Stap over een ander kind.
  8. Ga zitten en sta terug recht.



# HAPPERTJE

WAT HEB IK NODIG?

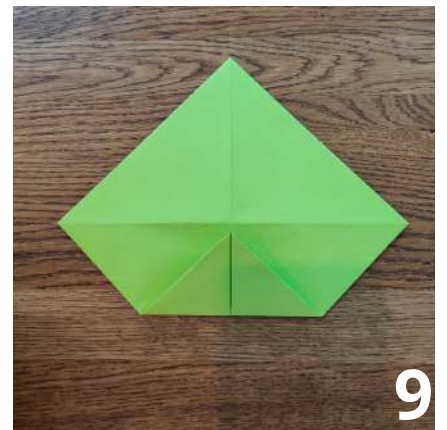
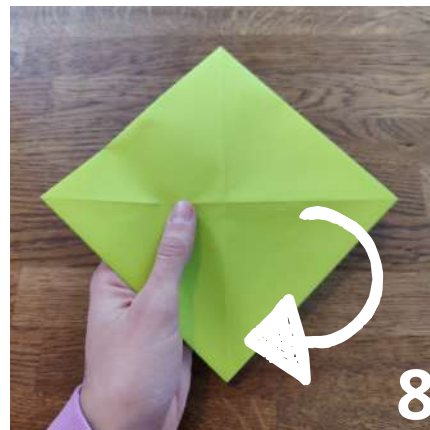
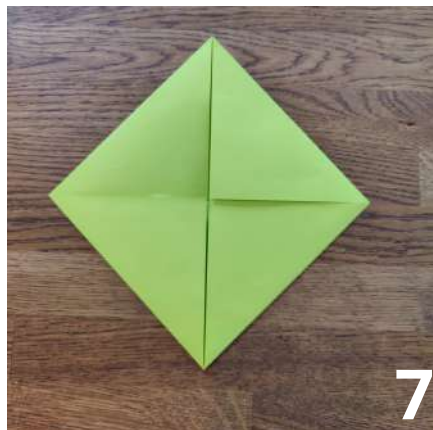
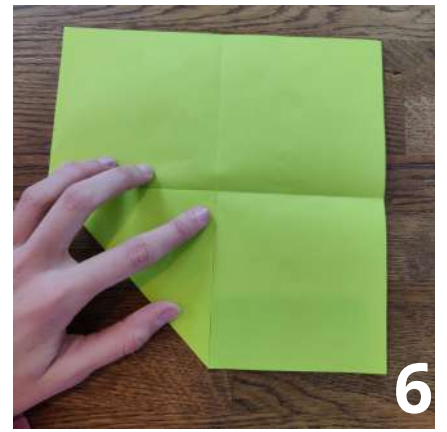
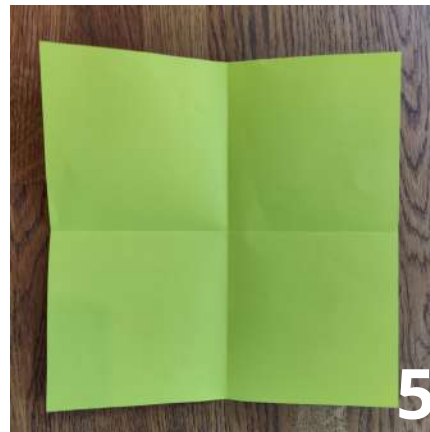
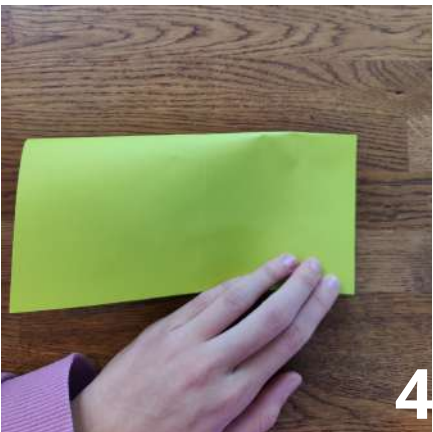
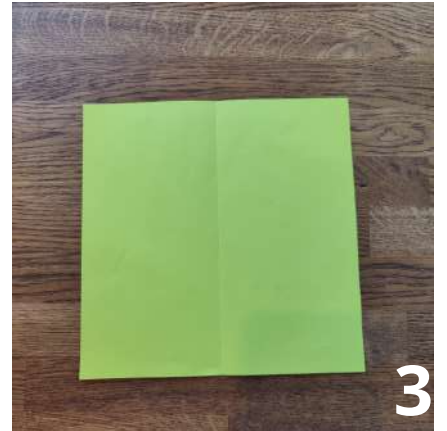
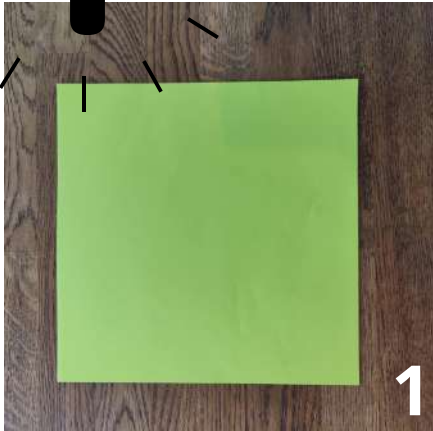




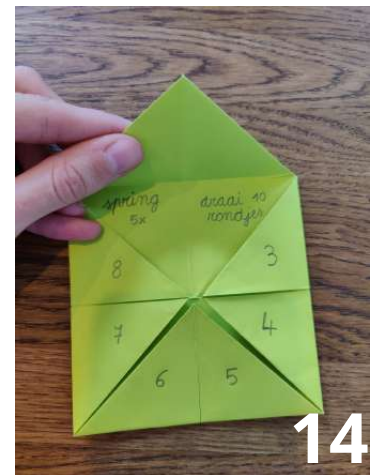
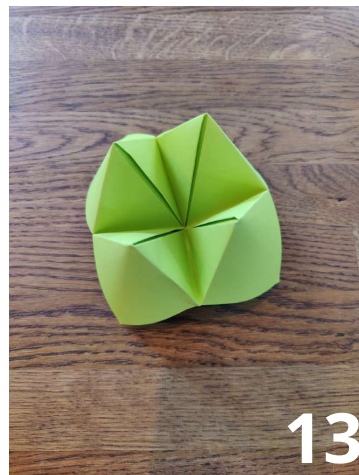
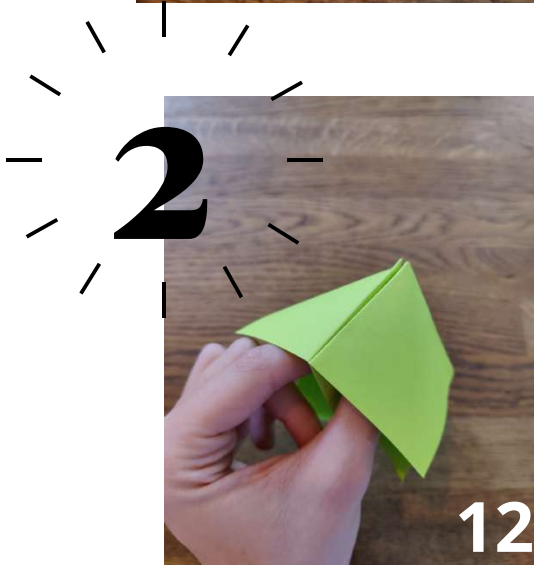
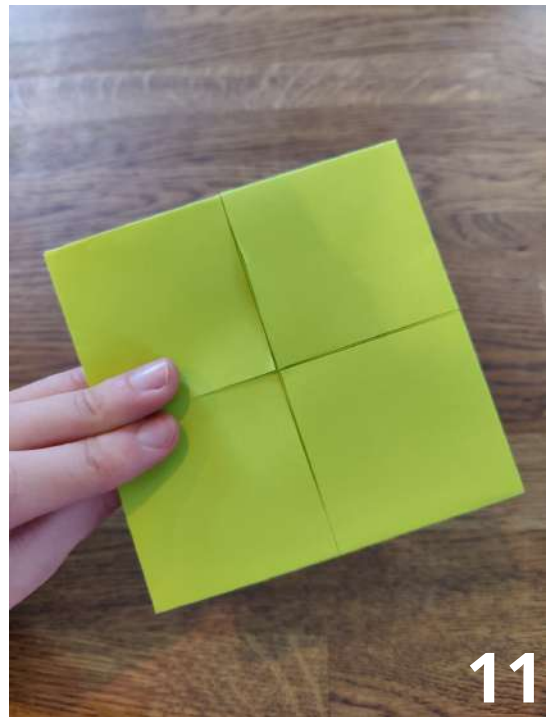
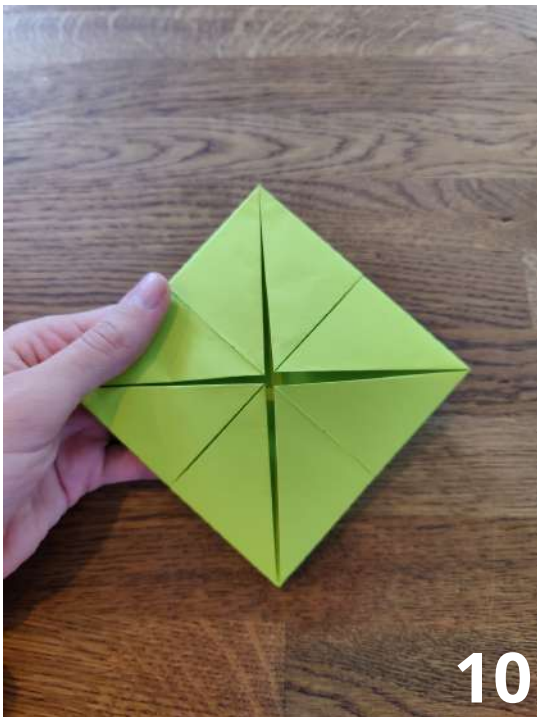


# HAPPERTJE

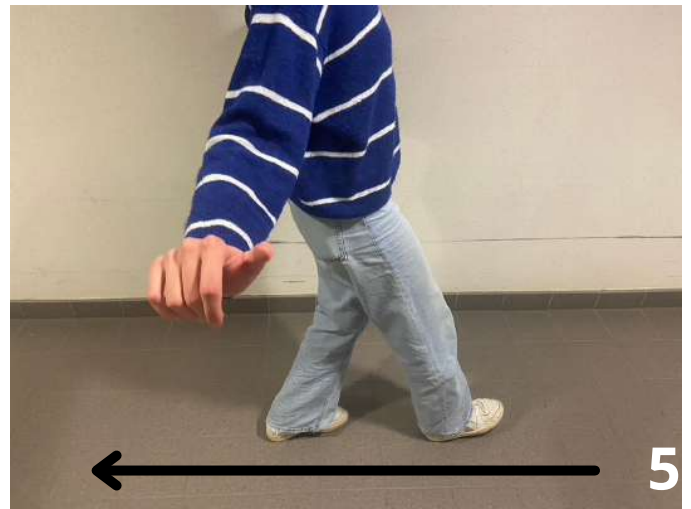
1



# HAPPERTJE



# OPDRACHTEN



# HAPPERTJE



Minimum 1 kind

1. Vouw met een vierkant blaadje het happertje aan de hand van de vouwlijnen op het blaadje en de foto's op de kaartjes.
2. Beweeg het happertje open en dicht en kies een cijfertje.
3. Voer de opdracht uit:
  1. Sta 10 seconden op 1 been.
  2. Muurzitten 30 seconden.
  3. 5 maal ronddraaien met armen in de lucht.
  4. Kruip door de benen van een ander kind.
  5. 10 stappen achteruit.
  6. Spring over een ander kind (laag).
  7. Zit op de grond en spring daarna in de lucht.
  8. 5 maal zitten en terug rechtstaan.

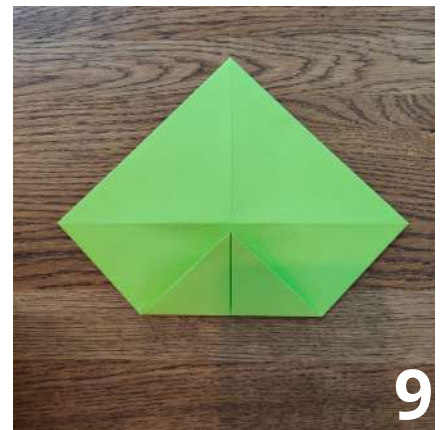
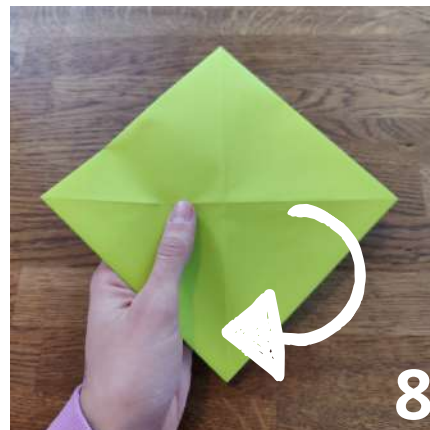
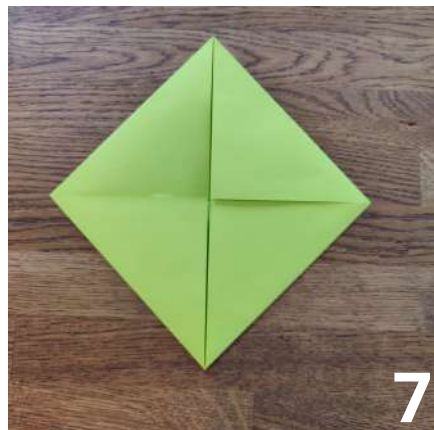
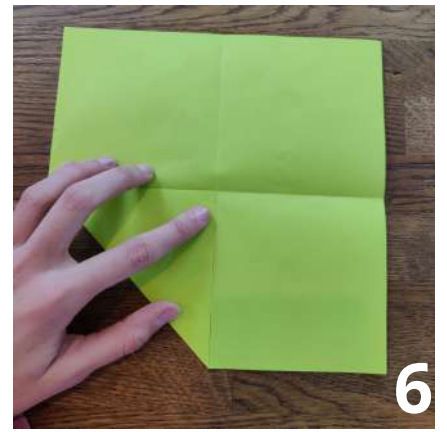
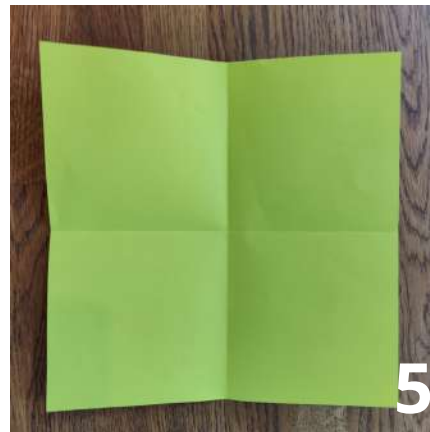
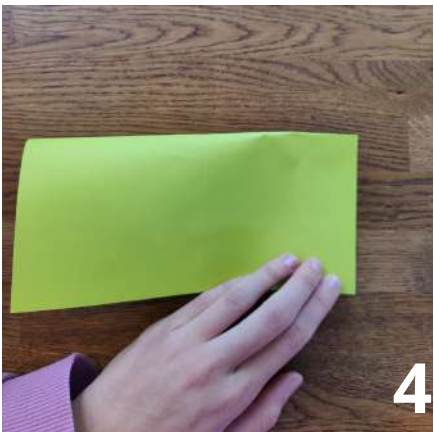
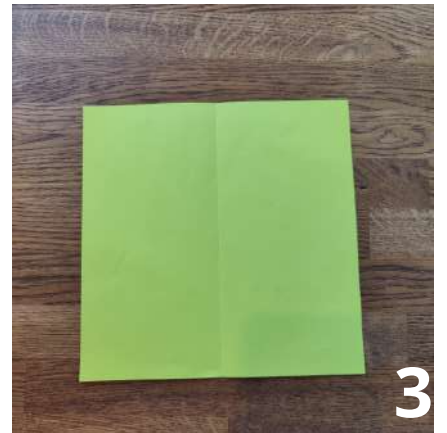
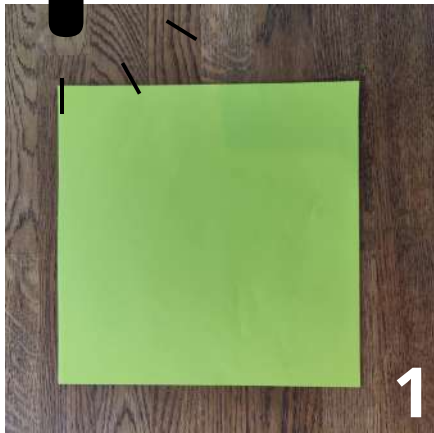
# HAPPERTJE

WAT HEB IK NODIG?

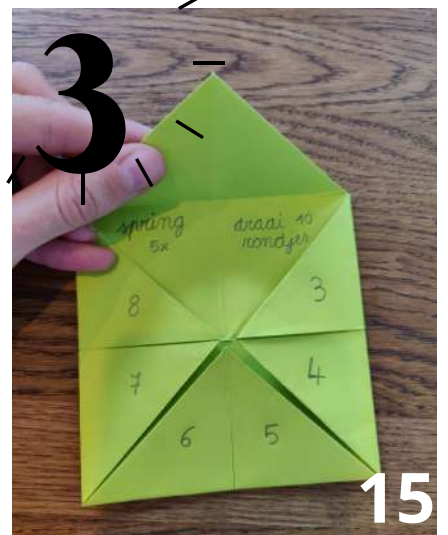
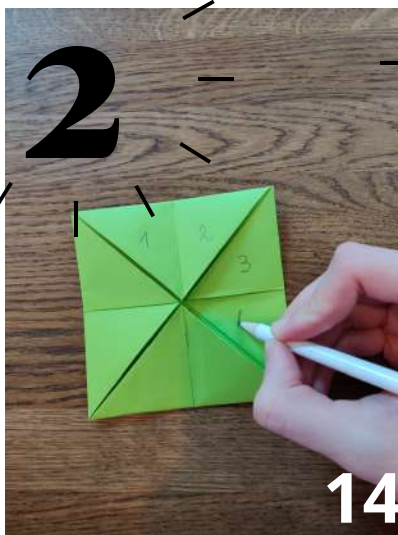
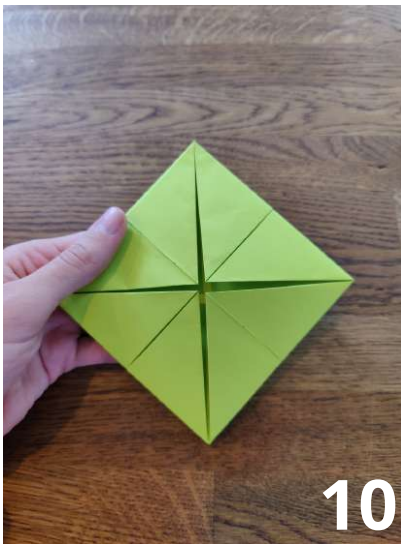




# HAPPERTJE



# HAPPERTJE

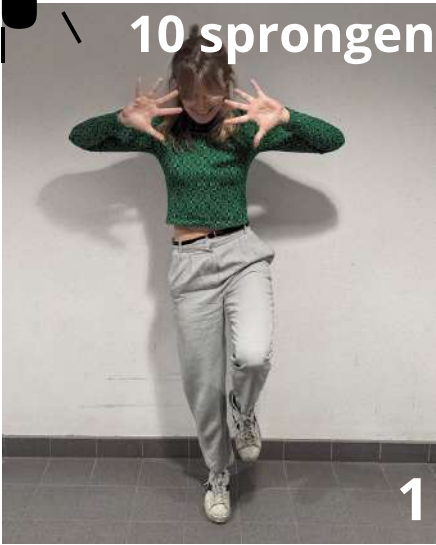




# OPDRACHTEN

# 4

10 sprongen



# HAPPERTJE



Minimum 1 kind

1. Vouw met een vierkant blaadje het happertje aan de hand van de foto's op de kaartjes.
2. Schrijf de cijfertjes en opdrachten op het happertje.
3. Beweeg het happertje open en dicht en kies een cijfertje.
4. Voer de opdracht uit.
  1. 10 maal op 1 been springen.
  2. Muurzitten 60 seconden.
  3. 10 rondjes draaien met vinger op de grond.
  4. Kruip door de benen van alle kinderen.
  5. 10 stappen op 1 lijn.
  6. Haasje over.
  7. 10 jumping jacks.
  8. 10 maal gaan zitten en zo rap mogelijk rechtstaan.