

Zwaai-expeditie

Voor je ligt een leuke zwaai-expeditie rondom het thema 'Zwaaien'. Deze actieve zwaaitocht staat in het teken van de week van de eenzaamheid.

De zwaai-expeditie is zo gemaakt dat je weinig hoeft voor te bereiden. Dit spel kent leuke en actieve opdrachten die je overal op de route kunt uitvoeren, deze opdrachten kun je op de achterkant vinden. Ook heb je de uitleg van deze opdrachten ontvangen, zo kun je precies zien wat deze opdrachten inhouden. Ten slotte heb je ook een bijlage ontvangen. Hierin kan je de plaatsnamen voor opdracht 8 opschrijven en vind je een Ansichtkaart. Deze kaart heb je nodig voor opdracht 3.

Een tip: knip de Ansichtkaart uit voordat je de route gaat lopen.

Ook kun je bij elke opdracht punten verdienen, hoe leuk is dat! Wie de meeste punten heeft wint een fantastische prijs! Maar hoe weet je wie de meeste punten verdiend heeft?

Bij elke opdracht maak je een eindfoto. Als je alle opdrachten gedaan hebt, kun je de foto's sturen naar onderstaand e-mail adres. De foto's worden mogelijk gepubliceerd op de facebookpagina en website van Welzijn Bergen en de buurtsportcoaches Bergen.

Naast de fantastische prijs die je met de zwaairoute kan winnen, heeft de bibliotheek ook een hele leuke actie. Je kan namelijk je versierde handje tot 8 oktober bij de bibliotheek inleveren. Ook hiermee kun je leuke prijsjes winnen!

E-mail: j.jongstra@alkmaarsport.nl

Wij wensen jullie alvast heel veel plezier met het bewandelen van de route en heel veel succes met de opdrachten! We zijn benieuwd naar de leuke foto's die wij binnen zullen krijgen.

Zwaai-expeditie

Start

1. Teken een Zwaaisteen en maak een zwaifoto

2. Teken een Zwaaisteen en begroet elkaar in het Japans

3. Schrijf een leuke zwaigroet op de lege ansichtkaart

4. Bedenk een tekst/slogan waarmee je mensen uitnodigt om naar elkaar te zwaaien

5. Hinkel naar de andere kant, terwijl je met twee handen tegelijk zwaait



7. Maak een kring en groet elkaar door zo hoog en gek mogelijke sprongen te maken

6. Bedenk zoveel mogelijk dieren en hun manier van groeten. Groet elkaar op deze manier

9. Teken een Zwaaisteen en ga met zoveel mogelijk kinderen op de Zwaaisteen staan

8. Bedenk voor elke letter van het woord ZWAAISTEEN één plaatsnaam

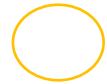
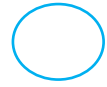
10. Schrijf op naar wie jullie voortaan gaan zwaaien

Einde

Zwaai-expeditie

Opdracht omschrijving

1. Teken een Zwaaisteen met stoepkrijt. Maak daarna een originele zwaifoto bij de Zwaaisteen waarbij iedereen uit jullie groepje zwaait.
Een originele foto levert jullie 2 punten op.
2. Een vorm van groeten is naar elkaar zwaaien. In Japan begroeten mensen elkaar door te buigen. Hoe dieper je buigt hoe meer respect je voor elkaar hebt. Teken een Zwaaisteen met stoepkrijt. Ga daarna om de beurt op de Zwaaisteen staan om elkaar in het Japans te groeten.
Is dit gelukt, dan ontvangen jullie 2 punten.
3. Pak de lege ansichtkaart erbij en bedenk een leuke zwaai groet. Schrijf de zwaai groet en al jullie namen op de kaart. Zoek een huis waaraan je kunt zien dat er een ouder iemand woont. Doe de kaart in de brievenbus.
Dit levert jullie 2 punten op.
4. Bedenk samen een tekst/slogan waarmee je mensen uitnodigt om naar elkaar te zwaaien. Een voorbeeld wat jullie kunnen gebruiken is: "In deze buurt mag u zwaaien naar elkaar". Schrijf dit met stoepkrijt op een plek waar veel mensen langskomen. Schrijf groot en duidelijk.
Als dit gelukt is ontvangen jullie 2 punten.
5. Tijd voor actie! Kies een huis met een groot raam aan de straatkant. Hinkel nu één voor één van de ene kant van het huis naar de ander kant, terwijl je met 2 handen tegelijk zwaait.
Ieder kind krijgt 1 punt als het hem/haar gelukt is.
6. Hoe zullen dieren elkaar begroeten? Een hond snuffelt bijvoorbeeld, maar weet jij ook hoe katten, konijnen en andere dieren elkaar begroeten? Bedenk zoveel mogelijk dieren en hun manier van groeten. Schrijf de antwoorden op.
Voor elk dier met groet krijgen jullie 1 punt.
7. Bij een bevolkingsstam in Kenia groeten mensen elkaar in een grote kring waarbij de krijgers hele hoge sprongen maken. Hiermee laten ze zien hoe moedig en sterk zij zijn. Maak een kring en groet elkaar door zo hoog en gek mogelijke sprongen te maken.
Is dit gelukt, dan ontvangen jullie 2 punten.
8. Bedenk met elkaar voor elke letter van het woord ZWAAI STEEN één plaatsnaam.
Gelukt? Jullie ontvangen 3 punten. (Zie bijlagen).
9. Teken een Zwaaisteen met stoepkrijt. Met hoeveel kinderen kunnen jullie tegelijk op één Zwaaisteen staan?
Voor elk kind dat op de Zwaaisteen staan krijgen jullie 1 punt.
10. Denk allemaal na over hoe jouw straat of je route naar school eruit ziet. Zie je vaak dezelfde mensen bij het raam zitten? Neem jezelf voor om voortaan naar deze mensen te zwaaien. Schrijf op naar wie jullie voortaan gaan zwaaien.
Voor deze opdracht krijgen jullie de allermeeste punten! Wel 5 punten! Weet je ook waarom? Omdat zwaaien naar een ander heel veel betekent.



Zwaai-expeditie

Bijlagen

Benodigheden:

- Stoepkrijt;
- Papier om op te schrijven en een tijdschrift/krant o.i.d. voor een harde ondergrond;
- Een pen;
- Kopieën met de zwaaitochtopdrachten;
- iets lekkers en drinken voor onderweg;
- Een telefoon om een foto te kunnen maken.

Opdracht 8

Z

W

A

A

I

S

T

E

E

N



Zwaai-expeditie

Opdracht 3: Ansichtkaart

