**Levendige spelen en new games en parachute**

**spelen zonder winnen**

In 1973 organiseerden enkele buurtwerkers in San Francisco een speltoernooi waarbij de deelnemers niet alleen als spelers fungeerden, maar tevens als ontwerpers van nieuwe spelactiviteiten. Naar aanleiding van dit toernooi werd de ‘New games stichting’ opgericht dat tot doel stelde de New Games te bevorderen en te verspreiden. Uit onderzoek bleek dat mensen die slecht presteren tijdens spelen een negatief gevoel van eigenwaarde hebben. Om die eigenwaarde te verbeteren worden mensen gestimuleerd om aan activiteiten zonder competitie element deel te nemen. Bij spelen zonder duidelijk competitieve elementen is prestatie niet van toepassing, je probeert met elkaar het beoogde speldoel te realiseren. Onderlinge verschillen zijn hierbij niet van belang. Een optimale situatie voor de verbetering van de eigenwaarde dus. Volgens de New Games Stichting moet een spel aan vier voorwaarden voldoen wil de mens er zijn gevoel van eigenwaarde in kunnen ontplooien. Dit zijn: aanvaarding, betrokkenheid, plezieren samenwerking. Hoe goed werkt een groep samen? Vertrouwen ze elkaar? Durven ze elkaar aan te raken? Door middel van New Games kun je op een ludieke manier antwoord op deze vragen krijgen. De New Games beweging heeft een nieuwe spelvisie en een heleboel nieuwe spelideeën teweeg gebracht. Vaak kiezen mensen bij de organisatie van een spel of sportactiviteit voor bekende vormen. Op rekreatiebedrijven komen voetbal, volleybal en kringspelletjes nog vaak voor. Wat zijn nu de kenmerken van deze spelen? Voorop staat plezier; het samen lol hebben is belangrijker dan winnen. Het tweede belangrijke kenmerk is samenwerking; je zult zien dat je bij veel spelen alleen maar een goed resultaat kunt bereiken door goed samen te werken. Het derde belangrijke kenmerk is dat de spelen voor bijna alle doelgroepen geschikt zijn. Soms kun je door een kleine verandering een spel wat je met kinderen speelt heel aantrekkelijk maken voor bijvoorbeeld jongeren.
[bron: Nederlands Centrum Voor Rekreatiewerk]

|  |  |
| --- | --- |
| [Schootzitten](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#01) [De Knoop](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#02) [Mensentransport](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#03) [het levend tapijt](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#05) [De goede volgorde](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#06) [Knuffeltikkertje](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#07) [Hollandse Leeuw](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#08) [Wie de schoen past..](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#09) [De linker en de rechter](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#10) [De slangenhuid](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#11) [Buiklachen](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#12) [Dierenmanieren](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#13) [Etenstijd](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#14) [De Kapitein](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#15) | *Hier worden activiteiten uitgelegd die gespeeld moeten worden met een parachute.* [De Amazone](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#16) [Het Ruimteschip](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#17) [In de zee](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#18)[De Lancering](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#19) [Langs het randje](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#20) [De centrifuge](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#21) [De Luchtbel](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#22) [De luchtballon](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#23) [De grote oversteek](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#24) [Schoenschudden](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#25) [De schildpad](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#26) |

|  |
| --- |
| *Schootzitten* |
|

|  |
| --- |
|  |

Je zet de groep in een cirkel, iedereen staat met het linkerbeen naar het midden van de cirkel. Op het teken van de spelleider loopt iedereen langzaam naar het midden van de cirkel totdat iedereen met zijn buik strak tegen de rug van degene voor zich staat. Op jouw teken (1,2,3, ja!) zakt iedereen langzaam door de knieën en gaat bij elkaar op schoot zitten. Is dit gebeurd dan telt de spelleider weer tot drie en bij ‘ja’ zet iedereen met zijn rechtervoet een stap voorwaarts. Daarna met links, rechts, enz. en zo laat je de cirkel een stuk draaien. Duidelijk afspreken dat de groep pas gaat zitten op jouw teken. Geef tevens aan dat als iemand het niet houdt de groep meteen weer opstaat. Als spelleider is het jouw taak om de groep te ‘bewaken’ en aan te geven waar, volgens jou, de zwakke plekken zitten. Laat ze deze zwakke plekken samen oplossen, het is immers een samenwerkingsspel. |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *De knoop* |
|

|  |
| --- |
|  |

De spelleider zet de groep in een cirkel neer, maar nu met de gezichten naar het midden van de cirkel. Iedereen strekt de armen uit, loopt naar het midden van de cirkel, en pakt twee handen beet. De spelleider verbreekt bij twee mensen het handencontact, de rest blijft de handen vasthouden. De groep moet nu proberen deze knoop te ontwarren door over elkaar heen en onder elkaar door te kruipen. Als je in de kring staat mag je niet de handen van eenzelfde persoon pakken en niet de handen van je buren. Blijf de groep erop wijzen dat het een samenwerkingsspel is, ze moeten samen de meest logische oplossing vinden. Als variant kan dit spel opgestart worden met de ogen dicht. |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Mensentransport* |
|

|  |
| --- |
|  |

Verdeel de deelnemers in twee groepen. Elke groep vormt een lijn door vlak achter elkaar te gaan staan. De twee lijnen gaan nu schouder aan schouder staan. Iedereen steekt de handen omhoog en een van de deelnemers wordt van voor naar achter getransporteerd over deze ‘levende brug’. Veiligheid is heel belangrijk bij dit spel. Loop daarom als spelleider mee met diegene die doorgegeven wordt. Mocht het nog te eng zijn, laat de twee groepen dan liggen (met de hoofden naar elkaar toe) zodat het niet zo hoog is.TIP:Bij het begin laat de aangewezen persoon zich vallen tussen de twee lijnen (persoon blijft recht en stijf). De eerste vier personen tillen hem op en de laatste vier zetten hem neer. Voeten eerst! Als variant kan dit spel met een enkele lijn gespeeld worden. Zorg dan wel voor minimaal twee vangers. |  |

|  |
| --- |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Het levend tapijt* |
|

|  |
| --- |
|  |

Dezelfde opstelling als bij het liggende mensen transport, alleen houden de deelnemers hun armen langs hun lijf. Een persoon gaat op zijn buik op het begin van deze lijn liggen. Op het teken van de spelleider draait iedereen van zijn rug op zijn buik. Hierdoor wordt de liggende persoon automatisch getransporteerd.< Spreek van tevoren duidelijk af welke richting de groep moet draaien. Geef ook duidelijk aan wanneer de groep moet draaien zodat de lijn intact blijft. Als de eerste persoon van het tapijt is, of halverwege, dan kan de volgende vervoerd worden. |  |

|  |
| --- |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *De goede volgorde* |
|

|  |
| --- |
|  |

De groep verspreidt zich over een, vooraf aangegeven ruimte. De deelnemers doen allemaal hun ogen dicht en praten niet. De spelleider fluistert iedereen een getal in het oor. Bij een groep van bijvoorbeeld 15 mensen is dit een getal tussen 0 en 16. Als dat is gebeurd moet de groep proberen zo vlug mogelijk in de goede volgorde zien te komen, 1 t/m 15. Er mag echter niet worden gepraat en gekeken, dus non-verbale communicatie. Als je de getallen gaat influisteren begin je bij 1. Diegene die zijn getal heeft gehoord steekt zijn hand omhoog zodat je als spelleider weet wie er allemaal een getal heeft. Let er op dat er niet gekeken en gepraat wordt. Het is belangrijk dat je de deelnemers laat weten dat je er bent. Voor veel mensen is het moeilijk om gedurende een aantal minuten niet te kijken. Jij bent ervoor om te zorgen dat niemand van de groep afdwaalt, of tegen een obstakel loopt. Het is leuk om dit spel twee maal te spelen. Bij de tweede maal krijgen de deelnemers de tijd om met elkaar afspraken te maken over hoe ze het vlugst aan deze opdracht kunnen voldoen. Het verschil zal, bij een goede samenwerking, duidelijk in tijd meetbaar zijn. Op dit spel zijn veel variaties mogelijk. Je kunt de mensen op volgorde laten zoeken van bijvoorbeeld: lengte, geboortedatum, kleur ogen, alfabetische volgorde voornamen, enz. Afhankelijk van de opdracht kun je dit verbaal of non verbaal, met de ogen open of met de ogen dicht doen. |  |

|  |
| --- |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Knuffeltikkertje*  |
|

|  |
| --- |
|  |

Een persoon uit de groep is tikker. Hij kan iemand tikken door iemand die alleen staat te omhelzen. Deze persoon wordt automatisch de nieuwe tikker. De groep moet voorkomen dat iemand getikt worden door iemand alleen te laten staan, dus… knuffelen maar.Om te voorkomen dat de tikker niemand kan tikken omdat iedereen uitgebreid staat te knuffelen mag je iemand niet langer dan 3 seconden knuffelen.Om duidelijk te maken wie de tikker is kan je de tikker een hoed, pet of i.d. laten dragen. Bij verwisselen van tikker verhuist dit voorwerp automatisch mee. |  |

|  |
| --- |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Hollandse leeuw*  |
|

|  |
| --- |
|  |

Een spel wat in veel landen onder verschillende titels gespeeld wordt. Aan beide uiteinden van een veld zijn twee veiligheidszones. De tikker staat in het midden van het speelveld. De deelnemers lopen van de ene veiligheidszone naar de andere. De tikker kan iemand tikken door een persoon te pakken, deze op te tillen en zolang in de lucht te houden dat deze ‘een, twee, drie, Hollandse leeuw’ kan roepen. De ‘getikte’ wordt dan medetikker.De groep moet als geheel oversteken. Pas als iedereen in dezelfde veiligheidszone is mag men weer naar de andere kant.Begin met iemand die sterk genoeg is om iemand te vangen. Let op voor ruw spel. |  |

|  |
| --- |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Wie de schoen past…*  |
|

|  |
| --- |
|  |

Iedereen doet de schoenen uit en legt ze op een grote hoop. Hierna pakt iedereen twee schoenen (linker en rechter) die niet bij elkaar passen en trekt deze zo goed als mogelijk aan. De bedoeling is dat alle schoenen weer bij elkaar komen in de goede paren. Je gaat dus op zoek naar de linkerschoen van de rechter die je aanhebt en omgekeerd. Met een beetje geluk kom je in een grote kring te staan.TIP:Het is ook goed mogelijk dat je in plaats van één grote, drie of vier kleine kringetjes krijgt. |  |

|  |
| --- |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *De linker en de rechter*  |
|

|  |
| --- |
|  |

De schoenen worden weer op een grote hoop gegooid. De groep wordt verdeeld in twee gelijke groepen en deze gaan op ongeveer 5 meter aan beide kanten van de schoenenhoop zitten. De groepen nummeren zichzelf (1 t/m …) Op het signaal van de spelleider kruipen beide nummers 1 met hun ogen dicht naar de schoenen toe. Zij moeten proberen twee bij elkaar passende schoenen te vinden. Als dit gebeurd is gaat nr. 2 enz… De groep mag meehelpen door te roepen in welke richting ze moeten zoeken. De deelnemers mogen zich alleen maar op handen en knieën voortbewegen en tijdens het zoeken moeten ze hun ogen dichthouden. Als tip kun je meegeven dat wanneer de ‘kruiper’ een schoen heeft gevonden hij deze omhoog steekt en aan de groep laat zien. De groep kan dan kijken waar de bijpassende schoen ligt en betere aanwijzingen geven. |  |

|  |
| --- |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *De slangenhuid*  |
|

|  |
| --- |
|  |

De groep gaat in de rij achter elkaar staan. De voorste bukt, steekt z’n rechterhand tussen zijn benen door en pakt de linkerhand van degene die achter hem staat. De anderen in de groep doen hetzelfde. Als dit gebeurd is gaat de achterste van de rij liggen, handen vast blijven houden, en de rij schuifelt rustig achterwaarts over die persoon heen. Automatisch gaat nr. 2 liggen en de groep gaat door totdat iedereen ligt. De slangenhuid is nu afgerold. Als spelleider moet je duidelijk aangeven dat dit een samenwerkingsspel is, men hoeft dus niet te haasten. Mocht het afrollen soepel verlopen dan kun je de slangenhuid ook weer oprollen; hetzelfde systeem maar dan tot iedereen weer staat. Zorg ervoor dat er wel voldoende ruimte is om de hele groep uitgerold te laten liggen. |  |

|  |
| --- |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Buiklachen*  |
|

|  |
| --- |
|  |

Bij dit spel is lichamelijk contact sterk aanwezig. Afhankelijk van de groep kun je dit dan ook het best in het begin of juist aan het eind van een activiteit spelen. Persoon 1 gaat op de grond liggen, persoon 2 gaat haaks naast deze persoon liggen met zijn hoofd op de buik van zijn voorganger. Dit patroon wordt herhaald tot iedereen ligt. Als iedereen ligt zegt de eerste ‘ha’, de tweede zegt ‘haha’ en bij elke persoon komt er een ‘ha’ bij. Het effect hiervan is dat uiteindelijk iedereen ligt te lachen. Het is voor de spelleider belangrijk om de sfeer in de groep aan te voelen zodat je weet wanneer je dit spel het beste kunt spelen. |  |

|  |
| --- |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Dierenmanieren*  |
|

|  |
| --- |
|  |

De groep vormt een kring, één persoon staat in het midden. Voor het spel begint beeldt de spelleider een aantal dieren uit, voor elk dier heb je drie mensen nodig: Olifant: Persoon 1 pakt met zijn rechterhand zijn neus vast en steekt zijn linkerarm door het ontstane gat. Hierbij maakt hij het trompetter geluid van een olifant. De beide buren beelden de oren van de olifant uit door een hand ter hoogte van de knie en de andere hand ter hoogte van het oor van persoon 1 te houden. Koe: Persoon 1 strekt de armen uit, verstrengelt zijn vingers en houdt zijn duimen omlaag. Hierbij loeit hij als een koe. De buren pakken de duimen beet en beginnen deze te melken. Konijn: Persoon 1 houdt de armen gebogen voor zich (als een konijn wat op zijn achterste pootjes zit) en maakt smakkende geluidjes met zijn konijnentandjes. De buren stampen met hun buitenste been op de grond. Hond: Persoon 1 vouwt zijn handen boven zijn hoofd (hondensnuit) en huilt als een hond. De buren doen hun been omhoog om hun territorium af te bakenen. De persoon in het midden wijst iemand uit de kring aan en roept een van de hierboven vermelde dieren. Hierna telt hij hardop tot vijf. De aangewezen persoon moet binnen deze vijf tellen samen met zijn buren het dier uitbeelden. Maakt een van de drie personen de verkeerde bewegingen dan neemt deze de plaats van de persoon in het midden van de kring in. Het tellen moet altijd hardop gebeuren zodat de deelnemers weten hoelang ze hebben om het dier uit te beelden. Hoe sneller je het spel speelt, hoe moeilijker het wordt voor de deelnemers om het dier uit te beelden. Verzin zelf ook eens een paar nieuwe dierenmanieren. |  |

|  |
| --- |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *Etenstijd*  |
|

|  |
| --- |
|  |

Een persoon loopt voorop met een stel kinderen achter zich aan. De kinderen vragen aan hem hoe laat het is en hij geeft hierop een antwoord, bijvoorbeeld half twee of tien uur. Dit gaat zo verder totdat er gezegd wordt: ‘Het is etenstijd’. Op dat moment lopen de kinderen weg en de ‘tikker’ probeert iemand te tikken. Degene die getikt wordt is de nieuwe tikker. Dit is een erg leuk spel om met kleine kinderen te spelen. Maak het dan ook extra spannend door een keer plotseling om te draaien of wat langer te wachten met je antwoord. |  |

|  |
| --- |
| [top](http://www.rayfra.nl/recreatie/levendige-spelen/#TOP) |

|  |
| --- |
| *De Kapitein*  |
|

|  |
| --- |
|  |

De kapitein stelt zijn bemanning op in een vooraf aangegeven ruimte. Hij schreeuwt een bevel dat opgevolgd moet worden. Bakboord: iedereen loopt naar links; Stuurboord: iedereen loopt naar rechts; In de mast: iedereen maakt klimbewegingen; Boen de vloer: Iedereen boent de vloer; De schout komt: Iedereen salueert; Hozen: Iedereen begint te hozen. Iemand is af als hij het bevel verkeerd opvolgt of te langzaam is. Om de afvallers toch actief mee te laten doen kun je ze mee laten doen als stoorzenders. Door opzettelijk de verkeerde bewegingen te maken moeten zij proberen de groep te misleiden. |  |