

Speelse werkvormen

Energizers

Storm op zee

Doel: Bewegen, energie opwekken, plezier, snel reageren.

Vorm: Alle deelnemers zitten in een kring op stoelen.

Tijd: 15 minuten

Groepsgrootte: Tot 20 personen

Opdracht 1: De trainer staat in het midden en is de kapitein.

Als hij roept: "Storm op zee", rent iedereen zo snel mogelijk naar de overkant en gaat op een stoel zitten. De trainer pakt ook zo snel mogelijk een stoel.

1 cursist blijft over en heeft geen stoel. Nu is hij de kapitein en roept het commando: "Storm op zee" en weer pakt iedereen zo snel mogelijk een stoel aan de overkant van waar hij zat.

Degene die geen stoel heeft staat in het midden

Opdracht 2: Er komen 2 commando's bij.

"Bakboord": Je schuift 1 stoel naar links op.

"Stuurboord": Je schuift 1 stoel naar rechts op.

Met de 3 verschillende commando's wordt de verwarring en hilariteit groter.

De trainer kan zich terugtrekken uit het spel (neem dan ook 1 stoel weg) en observeren.

Opdracht 3: De kapitein heeft een petje op. In opdracht 1 en 2 was er nog geen petje, maar ook daar kan de voormalige kapitein het petje doorgeven aan de nieuwe kapitein.

De trainer haalt tijdens de verplaatsing 1 stoel weg. Nu blijven er 2 kapiteins over. De kapitein die als 1^e het petje van de voormalige kapitein op zijn hoofd heeft gezet is de nieuwe kapitein. De ander is "af". Op deze manier komt er uiteindelijk een winnaar uit.

