

# MOONWALKEN MET PETFLESSEN.

## KLEEDJE / AANBRENG

Een NASA-specialist komt astronauten rekruteren. Tijdens de loodzware fysieke proeven wordt het maanlandschap gesimuleerd om te wennen aan het gevoel van andere planeten. Maar eerst nieuwe experimentele ruimteschoenen aantrekken...

## MATERIAAL



Voor een uitgebreid gamma aan speelmateriaal: bezoek [www.materiaalmagazijn.be](http://www.materiaalmagazijn.be)

Petflessen met dop, bruine of doorschijnende tape, een bal, een heftig muziekje, wat kosteloos waardevol materiaal (kurk, buisjes,...), tennisballen en eventueel verkleedmateriaal, zilverpapier en zonnebrillen,...

## SPEELIMPULSEN

- **Outfit:** om te beginnen moet je een simulatiepak aantrekken: een astronomisch cool pakje, zilverpapier in je haar, zonnebril op je hoofd enz. Elk kind kiest twee petflessen. Het tapen van de flessen onder je voeten is niet zo moeilijk, maar neemt wat tijd in beslag (zeker bij jonge kinderen). Bruine of doorschijnende tape is het meest geschikt, papiertape scheurt sneller. Plaats je voeten zo op de fles dat de fles iets onder de tip van je schoen uitkomt, maar zorg wel dat de volledige voet op de fles staat. Tape een zo breed mogelijk stuk voet aan de fles. Als je slechts één keer de breedte van de rol tape neemt, bestaat de kans dat de fles gaat draaien onder je voet tijdens het bewegen. En dan is het nog juist even oefenen op de astronomische naam van je ruimteschoenen: PolyEtheenTereftalaat, PolyEtheenTereftalaat, PolyEtheenTereftalaat,
- **Let's get physical:** de training kan beginnen. Zet een boenk-schijfje op en laat de kinderen wat aerobicstapjes doen. Begin klein en gemakkelijk. Maak de bewegingen steeds groter. Dit geeft verrassend leuke effecten want de flessen maken je veerkrachtiger. Laat ze een stukje lopen, jumpen, touwspringen, verspringen, over een hindernis klauteren, van een tafel springen,...
- **Op verkenning:** tijd om de fantasie los te laten. Neem de raket en boots een maanlanding na. Verken in kleine groepjes het maanlandschap. Voorzichtig grote stappen nemen en kijk uit voor dat buitenaards leven. Het kan leuk zijn om wat dingetjes te verstoppen: knuffels zijn buitenaardse dieren die in een kooi gevangen moeten worden, tennisballen worden gevallen sterren, kurken zijn waardevolle maandiamanten, verzamel kostelijke maanstenen in labobuisjes voor onderzoek, maak contact met de satellieten, daal af in een krater, exploreer het maanbos waar vele duistere levensvormen dwalen
- **Maanvoetbal:** plots kom je buitenaards leven tegen. Het daagt de aardlingen uit voor een interplanetaire wedstrijd: maanvoetbal. (Dit kan gerust ook maanrugby, maanfrisbee of maanstokspringen zijn)
- **Tune your moonboots:** door de hevige wedstrijd zijn meerdere moonboots beschadigd. Hoog tijd om herstellingswerken uit te voeren: gebruik grotere of kleinere flessen, twee flessen naast elkaar voor dat extra spacy gevoel, misschien lukt een torentje wel. Astronauten die spiertraining willen doen, vullen de flessen met water, zand, steentjes of andere vloeistoffen.
- **StAmP, de maandans:** als hoogtepunt van jullie avontuur komen jullie in maanstad terecht alwaar in een heuse maandiscotheek een maandanslerares tegenkomen die jullie de StAmP zal leren. Het lijkt op het aardse Stomp-dansen maar is ontegensprekelijk iets anders: jullie moonboots maken namelijk leukere geluiden en ritmisch dansen wordt een makkie (voorbeeldjes op [www.stomponline.com](http://www.stomponline.com))!

## BEGELEIDERSTIPS

Vierkante, plastic waterflessen van 2 L werken het beste. Neem geen te harde flessen, deze zetten zich niet naar de voet, houden hun vorm en kunnen zorgen voor verzwikte enkels bij onverwachte bewegingen. Bij zachte petflessen bestaat er weinig gevaar. Zorg voor rustpunten waarbij de kinderen hun moonboots even kunnen uitdoen. Wandelen op de maan is vermoeiend.



Dit maf speeldreef is afkomstig van [www.speeldreef.be](http://www.speeldreef.be)