



Vlaanderen
verbeelding werkt



#BETERBUITEN

NATUUR -SAMENWERKING -CREATIVITEIT



VOORWOORD

Een groot deel van de aangeboden spelen zijn uitgetest met kindergroepen van **Minor'Ndako** op meerdere locaties.

Dit in het kader van een project 'Generatie veerkracht 2020' gesubsidieerd door Minister Dalle. Naast deze spelen zijn er tal van extra activiteiten, die gemakkelijk kunnen worden uitgevoerd thuis of op locatie.

De draaiboeken worden gratis als download aangeboden aan de jeugdsector.

Dit draaiboek biedt voldoende activiteiten voor een halve dag. De groepsgrootte kan variëren van ongeveer 5 tot 15 of meer. Je kan uiteraard kiezen uit het aanbod en variëren in de tijd die je voor één activiteit gebruikt. Bedenk gerust varianten en associeer of ga in op wat de jongeren aanreiken. Er is bewust gekozen voor activiteiten met weinig materiaal. Zo ervaren jongeren én begeleiders dat je op een eenvoudige manier, vaak met materiaal uit de omgeving tot spel komt.

INLEIDING

Buiten Spelen Kinderen

Buitenspelen heeft een positieve invloed op de lichamelijke en mentale activiteit van kinderen. Buitenspelen ondersteunt dus niet enkel de ontwikkeling van motorische vaardigheden, maar bevordert ook de sociale en cognitieve vaardigheden van kinderen.

= goed voor lichaam en geest

Voordelen:

- Beter eten en slapen
- Beleven van plezier
- Ontwikkelen van zelfvertrouwen en zelfredzaamheid
- Ontdekken van zijn omgeving
- Meer beweging
- Leren grenzen te verleggen
- Groter leervermogen
- Leren samenwerken en vrienden maken
- Ect.

Bron : (Kalkman & Rep, 2017), (Avontuurlijk buitenspelen Goed of gevaarlijk?, 2018) ,(Topic, 2012), (10 redenen waarom kinderen moeten buiten spelen, 2020)

VOORBEREIDING BUITENACTIVITEIT

Voor een geslaagde activiteit is een goede voorbereiding belangrijk.
Een aantal punten waarmee je kan rekening houden :

1. Indien mogelijk, bezoek de locatie/ terrein waar de activiteit zal doorgaan
 - Hoe is het terrein,
 - hoe zijn de paden,
 - is het er druk met auto- of fietsverkeer?
 - Hoeveel parkeerplek is er? Is dit betaald of gratis?
 - Moet je toegang tot het terrein betalen of niet, en hoe werkt dit dan (contant, pin).
2. Maak een lijst van de aanwezige deelnemers.
 - Hou rekening met activiteiten die voor bijna iedereen te doen zijn.
3. Maak een planning van de dag met veel ruimte. Denk aan dingen, zoals iets drinken, eten, vertrekken, naar de wc gaan, in de auto gaan, op elkaar wachten, etc.
 - Plan de dag niet te vol uit angst dat het saai zal zijn. Hou het simpel en heb een extra activiteit achter de hand, mocht het allemaal veel sneller gaan dan verwacht.
4. Plan voldoende pauzes in.
 - Kies een mooi plekje waar kinderen even zelf kunnen spelen, een hut kunnen bouwen of in bomen kunnen klimmen.
5. Maak een lijst van materialen en andere dingen die je mee moet nemen.
 - Per activiteit vind je de benodigde materialen.
6. Neem eten en drinken voor onderweg mee.
 - Als het wat kouder is, dan is heet water in thermosflessen een goed idee. Met theezakjes, zakjes koffie/cappuccino/chocomelk en evt. soep komt iedereen aan zijn trekken.
 - Denk ook aan het meepakken van herbruikbare bekers, lepels, ect.
7. Doe de juiste kleding aan.
 - Vaak zijn mensen, vooral in de herfst en winter, te dun gekleed. Als je het koud hebt, heb je een stuk minder plezier. Dus adviseer uw gasten dus hun schoenen en kleding aan te passen op de activiteit en adviseer ze om een laagje extra aan te doen.

Bron : (van der Vaart, 2015)

Extra aandachtspunten :

Houd rekening met andere mensen in het gebied, bezorg hen geen overlast.

- Houd rekening met de dieren in het gebied, jaag ze niet op.
- Zorg voor regenkleding en/of bescherming tegen de zon.
- Neem voldoende voedsel en drinken mee
- Verstoor de natuur zo min mogelijk.
- Laat geen afval in de natuur achter.
- Volg verkeers- en gedragsregels van het gebied op.
- Controleer op teken na afloop. Helemaal als je van de paden af gaat, is de kans groot dat je teken oploopt. Ook in de winter zijn teken actief. Het is belangrijk om teken binnen 24 te verwijderen. De kans is dan heel klein dat je er ziek van wordt.

Bron: (Schofield & Danks, 2014)

1. BEESTJES ZOEKEN

DOELSTELLING(EN)

Samen leren, onderzoeken, communiceren

DUUR

10-20 min

LEEFTIJD

Vanaf 4

Verloop



Ga met loeppotjes en verfpenselen aan de slag om kleine beestjes te vangen en te bekijken. Een plek met een verrotte boomstronk is ideaal. Zo lang het niet vriest, kan je allerlei diertjes, zoals pissenbedden, miljoenpoten, duizendpoten, regenwormen en springstaarten, vinden.

Je kan er een wedstrijd van maken tussen twee of meer teams. Gebruik dan bijvoorbeeld een 'prijslijst', die rekening houdt met hoe bijzonder en hoe moeilijk te vangen een beest is. (van der Vaart, 2015)

2. BOMEN HERKENNEN

DOELSTELLING(EN)

Samen leren, onderzoeken, communiceren

DUUR

15-30 min

LEEFTIJD

Vanaf 9

Verloop

Dit spel doe je in tweetallen. Eén krijgt de blinddoek om. De ander leidt de geblinddoekte nu naar een boom toe (dit hoeft niet via de kortste weg te zijn), laat de geblinddoekte voelen aan de boom en brengt de geblinddoekte weer terug. Je mag de geblinddoekte daarbij ook rondjes om zijn/haar eigen as laten draaien. Daarna doe je de blinddoek af, en moet diegene raden welke boom hij/zij net heeft gevoeld. Dit is nog best lastig! Begin in een kleiner gebiedje, of zonder ronddraaien om er in te komen. Wissel daarna van rol. (van der Vaart, 2015)



3. BLINDDOEKPARCOURS

DOELSTELLING(EN)

Communiceren

DUUR

15 min

LEEFTIJD

Vanaf 4

Verloop

In dit spel ben je bijvoorbeeld een pissebed, of een mol. Deze dieren kunnen alleen het verschil van licht en donker zien, verder niets. De geblinddoekte deelnemers lopen een parcours langs een touw tussen de bomen. Jonge en/of bange deelnemers worden begeleid, andere lopen zelf langs het touw.

MATERIAAL

- Blinddoek
- Touw

4. SLUIPSPEL

DOELSTELLING(EN)

Samen leren, communiceren

DUUR

15 min

LEEFTIJD

Vanaf 4

Verloop

Veel dieren in de natuur kunnen ongehoord en ongezien voorbij lopen. Lukt dat jou ook? Zet een gebiedje af met touw, stokken of lint van ongeveer 3 bij 3 meter. De helft van de deelnemers is speurder. Die krijgen een blinddoek op. Zij zitten of staan langs de rand van het gebiedje. De andere helft probeert nu om de beurt het gebiedje te doorkruisen zonder gehoord te worden. Als de speurders iets horen, slaan ze alarm. Is het vals alarm, dan is het een punt voor de lopers. Hebben ze het goed, dan is het een punt voor de speurders. Ga zo ongeveer 5 minuten door en wissel dan de rollen. Een spelleider houdt de punten van de beide groepen bij.

MATERIAAL

- Blinddoek
- Touw, lint of takken
- Score tabel

6. BOOMPJE VERWISSELEN

DOELSTELLING(EN)

Communiceren

DUUR

5-15 min

LEEFTIJD

Vanaf 7

MATERIAAL

- Fluitje
- Lintjes

Verloop

1. "Wijs een fluiter en een bomenwisselaar aan.
2. De overige spelers kiezen elk een boom uit waar ze bij blijven staan. Markeer de bomen door er een lintje omheen te knopen, of knoop een lint goed zichtbaar aan een lage tak. Als de fluiter op het fluitje blaast, rennen alle spelers tegelijk naar een andere boom. De bomenwisselaar loopt ertussendoor en probeert als eerste een 'lege' boom te tikken.
3. Slaagt hij daarin, dan mag hij bij die boom gaan staan en krijgt de overgebleven speler de rol van bomenwisselaar.
4. Slaagt hij er niet in, dan moet het bij het volgende fluitsignaal nog eens proberen tot het wel lukt."

(Devos, 2015)

7. KATAPULT MAKEN EN SCHIETEN

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, motivatie

DUUR

10 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

MATERIAAL

- Y vormige tak
- Postelastiek
- Schietmateriaal (eikels, dennenappels, ect.)



Verloop

Laat iedereen een stok in Y-vorm zoeken, en daarnaast dennenappels of eikels. Maak van de stok met een postelastiek een katapult. Het elastiek moet strak zitten, dus soms is het daarvoor nodig het elastiek meerdere keren om één van de einden van de katapult te wikkelen. Kijk wie het verste kan schieten (van elkaar af).



8. MAAK EEN MINI PARACHUTIST

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken

DUUR

10-15 min

LEEFTIJD

Vanaf 6

MATERIAAL

- Plastiek zak
- schaar
- touw
- stokjes

Verloop

Vraag een volwassen deze parachute op een winderige dag omhoog te gooien en probeer hem dan te vangen.

1. Maak een popje van stokjes of van bij elkaar gebonden grashalmen. Knip voor de parachute een vierkant uit ene plastic zak. Vouw dit dubbel en daarna nog een keer. Vouw de openpunten diagonaal iets voorbij het midden. Vouw de punten weer open en knip ze af op de vouwlijn. Als je de resterende vorm openvouwt, onthult zich een achtboek (met acht gelijke zijden)
2. Knip acht stukjes draad van 30cm. Vorm daarmee een bundeltje en bind ze aan één einde aan elkaar vast. Hecht het andere eind van elke draad aan een punt van de parachute en maak het poppetje vast aan het knooppunt van de draden. Ga dan naar buiten voor een parachute-avontuur. (Schofield & Danks, 2014)

9. BOOMKLIMMEN

DOELSTELLING(EN)

Motivatatie

DUUR

15 min

LEEFTIJD

Vanaf 4

MATERIAAL

- Stevige boom

Verloop



Dit is natuurlijk ook een klassieker, maar blijft leuk! Let er op dat kinderen niet hoger gaan dan ongeveer één maal hun lengte, en dat ze altijd drie punten vasthouden (twee voeten en één hand, of twee handen en één voet). Zorg dat er volwassenen bij blijven. Sommige kinderen worden zo enthousiast dat ze soms om over hun eigen grenzen heen gaan.

10. HINDERNISSEN PARCOURS

DOELSTELLING(EN)

Motivatie, samenwerken, creatief denken, zelfinzicht, communiceren

DUUR

10 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

MATERIAAL

- Touwen voorzien om takken mee vast te maken, dennenappels op te hangen, etc. (dik en dun touw)
- Eventueel: blinddoek en chronometer
- Krijt (om kentekens aan te brengen)

Verloop

Ga op wandel en laat kinderen onderweg hindernissen bedenken. Vb. over of onder de tak zonder raken, op de rots klimmen en rechtervoet maar 3 x verplaatsen, slingerend aan een tak over een greppel springen, ...

Geef de basisvoorwaarden van de uitdagingen mee:

1. De uitdagingen moeten spannend zijn, maar niet te gevaarlijk. (laat hen dit voor zichzelf bepalen)
2. Kijk uit dat de natuur niet onherroepelijk beschadigd wordt. Zijn takken sterk genoeg om het gewicht te dragen, trappen kinderen begroeiing niet kapot (mos op boomstammen bv.)?

Zoek de beste plaats waar de ontdekkingsreiziger zijn hart kan ophalen. : op, over, onder, doorheen, langs,... takkenhoop, takken, een boom, gevelde bomen, boomstronken, stapstenen, smalle padjes, greppels, heuvels en putten.

REALISATIE

- Laat kinderen –al dan niet in groepjes- allerlei hindernissen ontwikkelen en bedenken op relatief kleine afstand van elkaar.
- Laat hen een parcours bedenken die deze hindernissen verbindt.
- Laat hen extra opdrachten en regels bedenken om van het parcours een heus spel te maken. (vb. het parcours zo snel mogelijk afleggen; in de loop van het parcours zoveel mogelijk dennenappels verzamelen en meebrengen naar de finish (de dennenappels hangen daarbij hoog aan een touwtje); wie van de boomstronk valt moet herbeginnen vanaf punt x, etc...)

Bedenk een verhaal en speel het spel : De ontdekkingsreiziger staat voor tal van uitdagingen: waterplas vol met geduldige krokodillen, enige voedzame bessen te vinden boven op een rots, ... Ook dit is Ginderbuiten.

VARIANT

- Route afleggen aan elkaar gebonden: met fietsband, 1 hand/1 voet/rond je middel
- Route volgen aan een touw (met of zonder blinddoek)
- Elk kind heeft een beperking



11. BOSBALLENBAAN

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, samen leren, communiceren

Kleine groepjes van 8 maximum. Zoek naar taakverdeling binnen de groep (wie verzorgt de brug, de stop, de tests, ...) (Vaak komt de taakverdeling vanzelf tot stand)

DUUR

2 a 3 uur

LEEFTIJD

Vanaf 6

Verloop

Samen maken kinderen een ballenbaan in het groen. Zij maken daarbij gebruik van wat voorhanden is in bos, park of tuin: takken, helling, hobbels, stronken,...

Geef de basisvoorwaarden mee van een goede ballenbaan:

- De bal moet blijven rollen
- De bal moet binnen de baan blijven (kleine kinderen)
- De bal moet stoppen op het eind

Voorzie uitdagingen. Voorbeeld:

- De bal moet minstens éénmaal onder een brug en eenmaal boven een brug rollen.
- De bal moet een jump maken (dit is geen ordinaire hobbel)
- Andere uitdagingen: cascade, tunnel, scherpe bocht, ...
- Laat kinderen andere uitdagingen verzinnen in de loop van het spel.

ACTIEVE, KORTE SPELLEN

12. LANGERE ACTIVITEITEN EN SPELLEN

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, communiceren

DUUR

20 tot 60 minuten

LEEFTIJD

Vanaf 4

Verloop



Veel kinderen (en volwassenen stiekem ook) vinden het erg leuk om een hut te bouwen. Zoek een geschikte plek uit waar je buiten de paden mag komen en waar veel takken liggen. Laat kinderen de leiding nemen en volwassenen meewerken. Neem, als het nat is, bijvoorbeeld vuilniszakken mee om in de hut op te zitten. Want het is helemaal leuk om in te hut pauze te houden en wat te eten en te drinken.

13. DOE-HET-ZELF-PAINTBALL

DOELSTELLING(EN)

Samen werken, communiceren

DUUR

60 min

LEEFTIJD

Vanaf 8

Verloop

Vorbereiding:

Maak een hele voorraad bloembolletjes. Maak bommetjes door een lepel bloem op een vel keukenrolpapier te scheppen. Draai het keukenpapier vervolgens bovenaan dicht en wikkel een stukje plakband om de opening

Zo speel je het :

1. Deel de groep op in teams.
2. Kies met jullie team een plekje uit voor jullie ' fort'. Van daaruit kunnen jullie de andere teams bekogelen met bloembommen. Baken je fort goed af: strobalen, tuinstoelen of struiken: als wat tegen een laagje bloem kan, mag je gebruiken.
3. Iedereen geïnstalleerd ? klaar? Gooien maar!

Variaties :

- Verover de vlag (in elk fort ligt een vlag. Het team dat het eerst de vlag van de tegenpartij naar zijn eigen kamp kan brengen, wint.)
- Iedereen vrij (bij deze versie speelt ieder voor zich. Geraakt ? dan lig je eruit.)
- Vip-spel (elk team wijst een president of vip aan. Als de vip geraakt wordt, is het over en uit. Welk team kan zijn belangrijkste man of vrouw het best beschermen ?)

(Devos, 2015)

14. BLOTEVOETENPAD

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, communiceren, samenwerken

DUUR

20-30 min

LEEFTIJD

Vanaf 4

Verloop



Vooraf kinderen vinden het een groot avontuur om met hun blote voeten in de natuur te lopen. Zoek een plek uit met verschillende ondergronden, zoals bosgrond, zand, gras. Je kan bijvoorbeeld ook ergens een laag takjes, dennenappels of dennennaalden neerleggen. Ook in de winter kan je dit doen. Extra stoer en spannend natuurlijk! Het is handig om handdoeken mee te nemen om na afloop de voeten een beetje schoon en droog te maken.

MATERIAAL

- Natuurmateriaal

15. PIJL EN BOOG MAKEN EN SCHIETEN

DOELSTELLING(EN)

Zelfsturing

DUUR

30-45 min

LEEFTIJD

Vanaf 6

Verloop

Deze activiteit duurt, naar gelang de leeftijden en de grootte van de groep, al gauw een half uur of meer. Voorzie dus genoeg tijd. Je staat hierbij veel stil, dus kies liefst een beschutte plek uit. Als je dit in de herfst of winter doet, zorg er dan voor dat je erna weer iets actiefs doet om warm te worden. Het meest lastige is het vinden van een goede tak voor de boog. Voor een boog heb je een tak van een boom nodig die nog niet zo lang geleden is omgevallen of omgezaagd. Het beste kan je een tak van een (omgezaagde of geknotte) wilg of een populier nemen. In veel bossen wordt er voortdurend gewerkt, dus vaak zijn die omgezaagde bomen wel te vinden. Of neem takken mee van iemand die zijn boom laatst heeft gesnoeid. Als je takken in de natuur wil zoeken, moet je van te voren het terrein verkennen op geschikte omgevallen bomen. De tak moet ongeveer tot borsthoogte komen.

Maak met een (zak)mes aan beide kanten van de tak een inkeping. Doe het touw aan één kant door de inkeping en houd nog een flink stuk over om het er omheen te knopen. Draai de stok dan om en haal het touw er aan de andere kant door. Leun een beetje op de stok zodat hij krom komt te staan (maar niet breekt....) en trek het touw zo strak mogelijk door de spleet. Het touw moet zo strak staan dat het geluid maakt. Maak dan een knoopje om de tak. Een pijl maak je van een dunnere tak die ongeveer half zo lang is als de boog. De achterkant moet plat zijn (een klein gleufje mag, maar niet te diep), aan de voorkant kan je een punt slijpen.

Het vergt nog wel enige oefening om de boog goed af te schieten. Je houdt de boog vast met het touw naar je toe. Zet de pijl in het midden tegen het touw. Trek het touw naar je toe, zodat de boog krom trekt. Nu zowel het touw als de pijl tegelijkertijd loslaten! Let er op dat de deelnemers pas mogen schieten als dat gezegd is (en iedereen er klaar voor is). Met de pijlen kan je iemand echt verwonden, zeker als er een punt aan geslepen is. Bij jongere deelnemers kan die die punt dus beter weglaten. (van der Vaart, 2015)

MATERIAAL

- Dun bindtouw (liefst natuurlijk touw omdat er nog wel eens stukjes blijven liggen),
- zakmes



WATERSPELLETJES

16. ZEIL MET BRUINE ZEEP



DOELSTELLING(EN)

DUUR

30-60 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

Verloop

Dit spel is een absolute klassieker.

1. Zoek een (niet al te steile) heuvel uit met een zachte ondergrond. Gras is ideaal! Haal eventueel scherpe stenen of takken weg.
2. Leg het zeil op de flank van de heuvel.
3. Smeer het in met wat zeep en water.
4. Ga boven aan de heuvel staan en glijd naar beneden. Jihaa!

Variaties:

- Plaats een paar kegels op het zeil. Probeer ze tijdens je slide te pakken om punten te scoren. Met de kegels waar je het moeilijkst bij kan verdienen je de meeste punten.
- Leg het zeil op een platte ondergrond, zet de muziek op en dansen maar !
- Verdeel het zeil met afplak tape letterlijk in glijbanen zoals bij atletiek (voor je de zeep erop doet). Wie is als eerste al glijdend beneden ?

(Devos, 2015)

17. SCHUIMFUIF

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken

DUUR

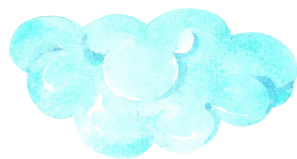
20-30 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

Verloop

Organiseer eens een schuimfeestje:



MATERIAAL

- Zo veel mogelijk plastic kinderbadjes
- een fles badschuim of afwasmiddel
- een tuinslang

1. Stel alle zwembadjes die je maar kunt vinden bij elkaar op. Groot, klein, hoog, laag ... Hoe meer kinderbadjes, hoe beter!
2. Vul de badjes met water en giet er meteen ook flink wat badschuim of sterk schuimende zeep bij. Als je alle badjes met emmers vult, krijg je veel minder schuim.
3. Zet een zomers muziekje op, nodig je vrienden uit, drink een zalige frisse limonade en schuimdansen, schuimgevest, schuimbaarden en schuimkapsels maken maar!

(Devos, 2015)

WATERSPELLETJES

18. WATERVOETBAL

DOELSTELLING(EN)

Samenwerken, samenspelen

DUUR

10 min

LEEFTIJD

Vanaf 7

Verloop

Zo speel je het :



MATERIAAL

- Bal
- 2 of meerdere petflessen (gevuld met water en zonder dop)

1. Dit spel kun je op twee manieren spelen:

- Manier 1 : je geeft elke speler een fles water, die hij voor zich zet.
- Manier 2 : je verdeelt de groep in 2 teams en zet aan elke kant van een open veld of pleintje één fles water. Dat is dan, zoals bij 'gewoon' voetbal, het doel.

2. Probeer de fles van je tegenstander(s) om te stoten met de bal.

3. Valt jouw fles om ? zet deze dan zo snel mogelijk weer overeind, want als al het water eruit gelopen is, lig jij (of je team) uit het spel. (Devos, 2015)

KNUTSELACTIVITEITEN

19. BLADSCHALEN EN -BORDEN

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, zelfsturing , zelfinzicht

DUUR

10-20 min

LEEFTIJD

Vanaf 8

Verloop

1. Verzamel droge, kleurrijke bladeren en pers ze een paar dagen tussen lagen krantenpapier. Neem enkele plastic schalen en borden. Je hebt er telkens twee van nodig, zodat je de bladeren ertussen kunt klemmen.
2. Bedek de buitenkant van een bord of schaal met plastic huishoudfolie. Rangschik de bladeren over de folie en plak ze aan elkaar met licht verdunde PVA-lijm.
3. Leg na diverse lagen bladeren daar weer een stuk plastic folie over en plaats daarop eenzelfde bord, waardoor een bladsandwich ontstaat. Laat de lijm een paar dagen drogen en verwijder voorzichtig het bovenste bord en de bovenste laag folie. Breng verdunde PVA-lijm aan over de blootgelegde bladeren. Laat de lijm drogen. Verwijder dan het andere bord en breng PVA-lijm aan over de andere zijde van de bladeren.

MATERIAAL

- 2x schaal of bord
- PVA lijm
- krantenpapier
- plastic huishoudfolie
- bladeren

20. NATUURMASKERS

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, zelfsturing, zelfinzicht

DUUR

15-30 min

LEEFTIJD

Vanaf 6

MATERIAAL

- Karton
- bladeren
- dubbelzijdig plakband
- stok
- schaar

Verloop

Maak van lege cornflakespakken oog-of gezichtsmaskers. Gebruik dubbelzijdig plakband om er bladeren en ander materiaal op aan te brengen, zodat er echte of fantasie-stadsdieren ontstaan, zoals een vos van herfstbladeren of vogels met een snavel en veren van bladeren.

1. Bind aan het oogmasker aan één zijde een stok om het masker aan vast te houden
2. Maak een kartonnen frame om het masker passend op je hoofd te zetten: knip twee stroken karton van 30 x 5 cm en plak die in een kruisvorm op elkaar. Knip een kartonnen strook van 60 x 5 cm, buig die rondom je hoofd en plak de uiteinden aan elkaar. Plak de uiteinden van het kartonnen kruis aan de cirkel en plak het masker daaraan vast.
3. Versier het masker met bladeren via dubbelzijdig plakband. Knip oogholtes uit en plak onder het midden van dit masker een stok om het masker te kunnen vasthouden.

(Schofield & Danks, 2014)

21. MINIATUUR LEEFOMGEVING

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, zelfsturing, zelfinzicht

DUUR

15-30 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

MATERIAAL

- Schoendoos of zaaibak
- aarde of zand
- natuurmateriaal
- veel fantasie

Verloop

Maak een denkbeeldige leefomgeving voor miniatuurdieren in het wild. Met een zon, planten, planten- en vleesetende dieren, maar ook met plekken waar dieren kunnen wonen en nesten kunnen bouwen.

1. Hiervoor heb je een schoendoos of zaaibak nodig, bedekt met een dun laagje aarde, zand of turfrijke compost.
2. Verzamel in de natuur voorwerpen zoals takjes, bladeren, mos, zaden en kleine steentjes. Maak daarvan miniatuurbomen en -plantjes en maak figuurtjes van boetseerleeg of brooddeeg. Vergeet vooral de zon niet, een onmisbare energiebron voor het leven op aarde.
3. Als je miniwereld is voltooid, kun je een verhaal vertellen van een ontdekkingsreiziger die op zoek gaat naar alles wat daar leeft.

(Schofield & Danks, 2014)

22. STOKTOTEMPALEN

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, zelfsturing

DUUR

15-20 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

Verloop

1. Zoek een lange, stevige, knobbelige stok met een ruwe bast. Druk de stok stevig in de grond of in een pot met aarde. Ontwikkel de stom met klompen klei, bij voorkeur bij de knobbels, zodat de klei niet naar beneden kan glijden.
2. Creëer totempaalfiguren door elke klomp klei te kneden tot een dier, een plant of een mythische figuur. Je kunt ook een voedselketen maken met een zon, planten, een konijn en een roofvogel. Ook kun je, als je dat wil, denkbeeldige figuren voor een natuurverhaal maken.

(Schofield & Danks, 2014)

23. NATUURLIJKE WINDCARILLONS

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, zelfsturing, zelfinzicht

DUUR

10-20 min

LEEFTIJD

Vanaf 9

Verloop

1. Ga in de natuur op zoek naar voorwerpen die geluid voortbrengen wanneer ze tegen elkaar stoten. Verder heb je een buigzame hazelaar- of wilgentwijn nodig.
2. Neem een metalen deksel zonder scherpe randen, bijvoorbeeld van een strooppot. Vraag een volwassene om met een priem een gaatje in het midden van het deksel te maken.
3. Vlecht een wilgenring, de middenlijn iets groter dan het deksel. Steek een stok door het midden van de ring. Maak één eind van een draad (20 cm) een grote knoop, rijf de draad door het gaatje in het deksel en maak de draad vast aan de stok door de ring.

(Schofield & Danks, 2014)

MATERIAAL

- Stevige knobbelige stokken
- klei
- natuurmateriaal

MATERIAAL

- Buigzame twijgen
- metalen deksel
- stok
- ijzerdraad

23. NATUURLIJKE WINDCARILLONS

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, zelfsturing, zelfinzicht

DUUR

10-20 min

LEEFTIJD

Vanaf 9

Verloop

1. Ga in de natuur op zoek naar voorwerpen die geluid voortbrengen wanneer ze tegen elkaar storen. Verder heb je een buigzame hazelaar- of wilgentwijn nodig.
2. Neem een metalen deksel zonder scherpe randen, bijvoorbeeld van een strooppot. Vraag een volwassene om met een priem een gaatje in het midden van het deksel te maken.
3. Vlecht een wilgenring, de middellijn iets groter dan het deksel. Steek een stok door het midden van de ring. Maak één eind van een draad (20 cm) een grote knoop, rijf de draad door het gaatje in het deksel en maak de draad vast aan de stok door de ring.

(Schofield & Danks, 2014)

24. EENDAGSSCHILDERIJEN

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, zelfinzicht

DUUR

5-15 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

Verloop

Zoek losse natuurlijke materialen zoals takken, bladeren, bloemen, steentjes en/of dennenappels. Maak er een collage van vogels, draken, monsters of waartoe het materiaal je inspireert.

(Schofield & Danks, 2014)



25. BOOMSTAMKUNST

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken

DUUR

5-10 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

Verloop

Doe een beetje water en een beetje bloem in een kom. Roer goed tot je een kleverig goedje krijgt. Zoek daarna losse lichte natuurlijke materialen zoals twijgjes, bladeren, bloemen, ect.. Kleef het deeg op een boomstam en maak er een leuk figuurtje van.



MATERIAAL

- Bloem
- water
- natuurmateriaal
- boomstam

BUITENKEUKEN

26. BROOD-OP-EEN-STOKJE

DOELSTELLING(EN)

Zelfsturing

DUUR

20 min

LEEFTIJD

Vanaf 6



MATERIAAL

- Kampvuur
- 12 korte, schone stokjes
- 2 kommen
- een grote emmer zand
- ingrediënten brooddeeg : 2 kopjes zelfrijzende bloem, 2 theelepels bakpoeder, 1/8 kopje suiker, 1 theelepel zout, 2theelepels kaneelpoeder, ¼ kopje olijfolie en 2/3 kopje water.

Verloop

1. Maak samen met een volwasse het kampvuur aan.
2. Meng de droge ingrediënten voor het brooddeeg in de kom.
3. Meng in een andere kom de olie en het water.
4. Schenk de vloeibare ingrediënten bij de droge ingrediënten. Meng en kneed tot je een zacht deeg krijgt.
5. Rol ongeveer twaalf bolletjes van het deeg.
6. Maak lange slierten van het deeg en wikkel ze om de schone stokken.
7. Zet de stokken met het deeg naar boven gericht zo recht mogelijk in een grote emmer met zand.
8. Houd de broodstokjes vijf é tien minuten in het vuur tot het deeg gaar en gebakken is. Trek stukjes brood van het stokje. Eet smakelijk

(Devos, 2015)

27. TWISTERDEEG

DOELSTELLING(EN)

Zelfsturing

DUUR

10 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

MATERIAAL

- Kampvuur
- 12 korte, schone stokjes
- 2 kommen
- een grote emmer zand
- ingrediënten voor twisterdeeg : 2 kopjes zelfrijzende bloem, 1/4 kopje suiker en 2/3 kopje melk.

Verloop

1. Maak samen met een volwasse het kampvuur aan.
2. Meng de droge ingrediënten voor het deeg in de kom.
3. Schenk de melk bij de droge ingrediënten. Meng en kneed tot je een zacht half vloeibaar deeg krijgt.
4. Maak lange slierten van het deeg en wikkel ze om de schone stokken.
5. Hou de stok voortdurend boven het vuur en draai met je stok zodat het deeg gaar en een goudbruin kleurtje krijgt.
6. Trek stukjes brood van het stokje. Eet smakelijk

SPORT & SPEL

28. LUSBAL

DOELSTELLING(EN)

DUUR

15-20 min

LEEFTIJD

Vanaf 7

MATERIAAL

- Soepele tak
- bal

Verloop

Zoek buigzame takken (wilg en hazelaar zijn het best) en maak aan één uiteinde van elke tak een lus. Steek de takken in de grond, zodat ze een baan vormen. Het is de bedoeling de baan af te leggen door een bal te gooien door elke lus. (Schofield & Danks, 2014)

29. STOFFRISBEE

DOELSTELLING(EN)

DUUR

10-15 min

LEEFTIJD

Vanaf 7

MATERIAAL

- Soepele tak
- takken

Verloop

buig een soepele wilgentak tot een zelfgemaakte ring-frisbee. Elke deelnemer heeft een stok. Één deelnemer gaat in het midden van de kring staan en werpt de frisbee naar een willekeurige andere deelnemer, die hem met zijn stok moet opvangen. Wie de frisbee niet goed vangt, moet op één knie gaan zitten. Bij een tweede misser moet hij iets gekks doen. (Schofield & Danks, 2014)

30. FLESKEGELEN

DOELSTELLING(EN)

DUUR

5-10 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

MATERIAAL

- Flessen gevuld met water
- bal

Verloop



Vul een paar grote plastic flessen met water. Voeg een paar druppels kleurstof toe. Plaats de flessen naast elkaar en probeer om beurten zo'n kegel om te gooien met een bal.
(Schofield & Danks, 2014)

Bron foto : <https://www.kidzblozzy.nl/2014/07/zomerspecial-flessenbowling/>

31. NATUURCROQUET

DOELSTELLING(EN)

DUUR

20-30 min

LEEFTIJD

Vanaf 9

MATERIAAL

- Aantal soepele takken
- aantal stevige takken
- verschillende ballen

Verloop

Bij croquet legt een kleine bal een baan af door een aantal bogen. Het wordt gespeeld op een vlak grasveld. Probeer je eigen croquetuitrusting te maken.

1. Snijd een aantal 60 cm lange, buigzame wilgentenen of takjes van een hazelaar en steek ze in de grond voor het maken van bogen, één in elke hoek van een rechthoek op het gras.
2. Schilder strepen op een grote stok en steek die in de grond in het midden van de rechthoek. Maak aan weerszijden van deze centrale stok nog een boog. Of ontwerp je eigen croquetbaan.
3. Elke deelnemer zoekt en beschildert een eigen stok als croquethamer en gebruikt een eigen croquetbal. Als een deelnemer aan de beurt is, doorloopt hij de baan door de bal door de bogen te slaan tot hij bij de centrale post, de finish, aankomt.
4. Je mag met jouw bal de bal van de anderen wegslaan.

(Schofield & Danks, 2014)

32. VOGELVOEDERPLEKKEN

DOELSTELLING(EN)

Zelfinzicht, Creatief denken

DUUR

5-30 min

LEEFTIJD

Vanaf 5/9/12

MATERIAAL

- Afhankelijk van activiteit



Verloop

Plastic fles

- Vraag een volwassene om in de het midden van de fleswand een opening te maken en maak een paar gaatjes in de bodem zodat het water kan wegvloeien. Vul de fles met pinda's. bind onder de dop een draad en hang de fles daaraan op. Of steek horizontaal pollepels door de fles. Vul de fles met vogelzaad en zorg ervoor dat dit door de opening op de lepel terecht komt.

Kartonnen pak

- Versier een leeg melk- of frisdrankpak met watervaste acrylverf. Maak een deur en ramen in het pak en breng een zitplekje aan. Vul met pinda's en hang op.

Blikje

- Beschilder een leeg conservenblik met acrylverf. Vraag een volwassene met een priem een gat in de bodem te maken en steek daar een zitstokje doorheen. Bevestig een stukje hout zodat het vogelvoer er niet uit kan vallen.

Spiraal van metaaldraad

- Wind dik metaaldraad rond een bezemsteel zodat er een spiraal ontstaat. Rijg daarna gedroogd of vers fruit aan de draad.

Voedertwijn

- Zoek een vertakte twijn zonder ruwe schors. Smeer die in met reuzel en bedek de reuzel met vogelzaad.

Sparappelhangers

- Verzamel sparappels en laat ze op een warme plek open gaan. Smeer zacht geworden reuzel in de openingen. Strooi wat vogelzaad op een schoteltje en verspreid dit over de reuzel. Bind de sparappels aan een draad en hang de draad op aan een boom of buiten voor het raam

Wilgenring

- Weef een ring van buigzame wilgentenen en steek er een tak doorheen waarop de vogels kunnen staan. Steek in het midden van de ring een stofje of vleespen. Prik stukjes fruit aan de pen en steek de pen dan door de andere zijde van de ring.

(Schofield & Danks, 2014)

33. MAAK EEN MINI VIJVER

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, zelfinzicht

DUUR

60 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

MATERIAAL

- Oude bak
- waterplantjes
- schop
- water

Verloop

Een vijver is misschien de beste manier om wilde dieren naar je tuin te lokken. Zelf een minivijver trekt planten en dieren aan en vormt een drinkplaats voor vogels.

1. Zoek een geschikte bak, bijvoorbeeld het deksel van een vuilnisemmer, een oude grootsteenbak of afwasbak.
2. Zoek een gunstige, rustige, beschutte plaats, maar niet helemaal in de schaduw. Graaf de bak in tijdens herfst of winter, met de bovenrand gelijk aan de grondoppervlak. Plaats wat bakstenen, houtblokken of stenen rondom, waardoor bijvoorbeeld kikkers er gemakkelijker in en uit kunnen komen.
3. Leg wat grond en een paar steentjes op de bodem en vul met regenwater. Wacht dan op de dieren die in de lente zullen verschijnen. Wat waterplantjes zijn prima, maar gebruik alleen inheemse soorten.
4. Bedek de vijver met een rooster als er kleine kinderen bij de vijver kunnen komen.

(Schofield & Danks, 2014)



Bron foto:

<https://www.landleven.nl/inspiratie/tuin-erf/2014/juli/zo-maak-je-een-vijverteiltje/>

34. SLAKKEN VERBLIJF

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken, zelfinzicht

DUUR

10-20 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

MATERIAAL

- Glazen pot
- natuurmateriaal
- keukenrol
- elastiekje
- slakken



Verloop

1. Doe wat vochtige aarde in een op zijn kant gelegde, grote, schone glazen pot. Voeg wat mos, rottend hout, schors, steentjes, blaadjes en een paar plantjes toe, en verder wat slakkenvoedsel zoals sla, blaadjes en aardappelschillen.
2. Verzamel na een regenbui enkele slakken. Plaats deze voorzichtig in de glazen pot en sluit deze af met keukenpapier en een elastiek. Slakken houden van vers voedsel en een schone, goed geventileerde, vochtige omgeving.
3. Observeer het gedrag van de slak. Wat eten ze en welke plekken zoeken ze op? Als ze zich echt op hun gemak voelen, kan het zijn dat ze eitjes leggen. Kijk dus uit naar babyslakken.
4. Breng de slakken na een paar weken weer terug naar de plek waar je ze hebt gevonden.

(Schofield & Danks, 2014)

35. EGELHUISJES

DOELSTELLING(EN)

DUUR

30 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

Verloop

Ook egels vinden het moeilijk om een geschikte leef plek te vinden. Parken en tuinen zorgen voor een onderdak en voedsel (naaktslakken, kever, wormen), maar egels kunnen niet over hekken klimmen. Ze verstoppelen zich graag in composthopen en onder takken en bladeren op rustige plekjes, waar ze maden en larven vinden. Bouw als de winter in aantocht is dir behaaglijke egelverblijf voor zijn winterslaap tot de lente.

1. Zoek een rustig plekje, bijvoorbeeld naast een hek of haag. Maak met wat oude bakstenen een vierkante ruimte waarvan de ingang niet gericht is op het noorden of noordoosten. Leg op de stenen als dak een plastic doos of deksel. Maak in dit huisje een bed van droog gras en bladeren, versnipperd krantenpapier of stro.
2. Leg schuin over dit egelhuisje een paar stokken bedekt met een dikke laag herfstbladeren, vanaf de grond opgebouwd.
3. Verleid egels met wat huisdiervoedsel op vleesbasis en een schoteltje water. Als je vermoedt dat een egel aan zijn winterslaap bezig is, laat hem dan tot de lente met rust.

MATERIAAL

- Bakstenen
- plastic bak of deksel
- takken
- stro
- bladeren
- huisdiervoedsel



36. HUIS VOOR MINIBEESTJES

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken

DUUR

10 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

Verloop

De meeste van de duizenden minibeestjes die in parken en tuinen voorkomen doen uiterst nuttig werk. Ze bestuiven bloemen en recyclen rottende bladeren en hout. Maak daarom in de herfst huisjes voor deze kruipende diertjes, die onderdak voor de winter zoeken.

1. Zoek een goede plek, bijvoorbeeld bij een hek of een muur, liefst niet te zonnig.
2. Gebruik oude bakstenen, tegels of stukjes hout; maak een basis, wanden en verdiepingen. Ventilatiestenen geven de beste schuilplaatsen voor minibeestjes.
3. Maak bijvoorbeeld uit de natuur na: vul gaten met holle stengels, gras, schors, blaadjes en dennenappels, waardoor schuilplaatsen ontstaan. Of timmer drie stukken hout tot een driehoek en vul de holte met holle stengels.

(Schofield & Danks, 2014)

38. IJS SLINGER

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken

DUUR

15-20 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

MATERIAAL

- Steekvormpjes
- dozen
- ijzerdraad
- touw en natuurmateriaal

Verloop

1. Neem een paar steekvormpjes voor koekjes en enkele lage plastic dozen of metalen bakblikken.
2. Verzamel bladeren en zaden; zelf midden in de winter kun je mooie dingen vinden. Giet buiten in de dozen en bakblikken een laagje water van 1cm. Voeg eventueel een paar druppels voedselkleurstof toe. Plaats de steekvormpjes in de bakblikken en leg in elk vormpje een paar dingen die je gevonden hebt.
3. Knip stukjes ijzerdraad en buig van elke stukje één uiteinde. Plaats in elke vorm een stuk draad met de gebogen kant in het water en de andere kant hangend over de rand.
4. Laat buiten staan om 's nachts te bevriezen. Gebruik wat warm water om het ijs uit de blikken te halen. Hang een touw voor het raam en hang met behulp van het ijzerdraad de ijsvormen aan de lijn.

(Schofield & Danks, 2014)

Bron foto : https://kiind.nl/article511/?fbclid=IwAR3ecmfTKmGp_7Vbrm66YHijSH295QKQBNld_ubOCW8nbHPz2pUPGVwdPSY



39. SNEEUWMENSEN

DOELSTELLING(EN)

Creatief denken

DUUR

10 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

MATERIAAL

- Sneeuw
- natuurmateriaal

Verloop

In plaats van de gebruikelijke sneeuwpop kun je realistische sneeuwmensen maken op onverwachte plekken. Zoals een dame op een bank, een oude man bij een bushalte, een kind op een schommel of iemand die in een park tegen een boom leunt

(Schofield & Danks, 2014)

40. VOEDSEL KWEKEN IN KLEINE RUIMTES

DOELSTELLING(EN)

DUUR

40-60 min

LEEFTIJD

Vanaf 5

Verloop

je kunt bijna overal groente en heerlijk fruit kweken, als je maar zorgt voor voldoende licht, water, warmte en voedingsstoffen. Maak gebruik van emmers, dozen van plastic of hout, of geverfde blikjes. Maak een paar gaten in de bodem, zodat overtollig water kan wegstromen.

MATERIAAL

- Kweekbakken
- plastic doek
- zaden
- compost ect.

- Zoek een plek om voedsel te kweken, zoals een beschut hoekje in de tuin of op het balkon. Als je weinig ruimte hebt, kun je tegen een muur een verticale tuin aanleggen of stokbonen kweken langs de regenpijp. Sommige mensen kweken voedsel in bloembedden, gemeenschappelijke tuinen en op braakliggende grond.
- Koop in de lente zaden of jonge plantjes van tomaten, bonen, radijs, pronkbonen, snijsla, aardbeien, courgettes enzovoort.
- Doe wat scherven van aardewerk potten onder in de kweekbakken en voeg daar natuurlijke compost aan toe. Zaai de zaden of plant de plantjes, maar bedenk hoe groot de toekomstige plant zal worden in verband met de kweekbakgrootte. Zaai elk zaadje ongeveer even diep als zijn eigen grootte. Bewaar de kweekbakken onder plastic of binnen op de vensterbank tot het einde van de lente, wanneer het gevaar van vorst is verdwenen.
- Controleer in de zomer dagelijks de kweekbakken. Als de compost droog aanvoelt aan je vingers, voeg dan wat kraanwater toe, maar niet te veel; er gaan meer planten dood aan te veel dan aan te weinig water.

(Schofield & Danks, 2014)



MET DE SMARTPHONE

Tieners zijn makkelijk te verleiden om mee naar buiten te gaan door gebruik te maken van informatietechnologie zoals gsm's. Gebruik navigatieapparatuur en mobile telefoons om dergelijke buitenspelen te combineren. (bron Outdoor)

41. LAAT JE ACHTERVOLGEN

DOELSTELLING(EN)

Digitale geletterdheid

DUUR

15-45 min

LEEFTIJD

Vanaf 10

Verloop

Deze activiteit is vooral geschikt voor oudere kinderen die het idee hebben dat alles te kinderachtig voor hen is. Je hebt er wel een iPhone voor nodig en de App Hunted. Met deze app laat je je virtueel achtervolgen door kannibalen, een helikopter, valse honden of een monster dat je zelf maakt. Via een kaartje bepaal je van te voren een gebied waar je naar toe moet lopen en waar je veilig bent. Je kunt de kinderen om de beurt het spel met de iPhone laten doen, maar als je er meerdere hebt, kan het natuurlijk ook tegelijk. In de virtuele wereld zijn de monsters onbeperkt.

(van der Vaart, 2015)

MATERIAAL

- Smartphone
- HuntedApp (€0,79)

42. LOS IN 'T BOS

DOELSTELLING(EN)

Digitale geletterdheid

DUUR

45 min

LEEFTIJD

Vanaf 8

Verloop

Los in 't bos is een leuk spel om buiten met je smartphone te doen. Het is een spel met actieve opdrachten waarbij je dieren gaat redden. De App, beschikbaar voor iPhone en Android, werkt met Layar. Je kijkt via de camera van je mobiele telefoon naar jouw bos, en daar zie je dan opeens schattige dieren in lopen. Die dieren moet je grootbrengen en beschermen tegen stropers. De App is oorspronkelijk ontwikkeld voor kinderen van 8 tot en met 12 jaar, maar ik denk dat het ook nog leuk is tot en met een jaar of 14. Het leukste is het spel te doen in tweetallen, met samen één telefoon. Kies een rustige plek uit zonder auto's of fietsers, want door de blik op het scherm is minder aandacht voor het verkeer. De App werkt op GPS, dus daardoor werkt hij niet op een iPod. Check even of je een giroscop op je smartphone hebt. Sommige smartphones hebben dat niet en dan kan je bepaalde onderdelen van het spel niet doen. Dat is niet leuk natuurlijk!

(van der Vaart, 2015)

MATERIAAL

- Smartphone met App Los in 't bos (gratis)

43. GEOCACHING

DOELSTELLING(EN)

Digitale geletterdheid

DUUR

... min

LEEFTIJD

Vanaf 9

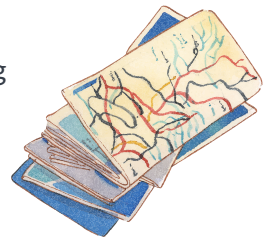
Verloop

Met mobile apparaten die gebruik maken van GPS kun je waterdichte 'schatkistjes' opsporen die op geheime plaatsen zijn verstopt. Dit spel kan overal worden gespeeld; zie www.geocaching.com. Speel je eigen versie. Vraag een volwassene een spoor te leggen en de plaats van elke verborgen schatkist aan te geven met de nauwkeurige coördinaten. Ga daarna met een volwassene op zoek naar de schatten door van GPS en de coördinaten gebruik te maken.

(Schofield & Danks, 2014)

MATERIAAL

- GPS
- speurtocht via geocaching



44. SPOORZOEKEN MET FOTO'S

DOELSTELLING(EN)

Digitale geletterdheid, samenwerken, creatief denken

DUUR

10-20 min

LEEFTIJD

Vanaf 9

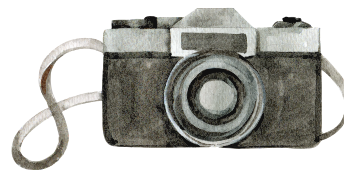
Verloop

Kun je je vrienden voor de gek houden door grappig trucfoto's te maken die het oog bedriegen en het grote klein en het kleine groot doen lijken? Neem de foto's op een heldere, zonnige dag om de juiste scherpte te krijgen, anders overtuigen ze niet.

(Schofield & Danks, 2014)

MATERIAAL

- Fototoestel



BOEKEN OM AAN TE RADEN:

Voor een geslaagde activiteit is een goede voorbereiding belangrijk.
Een aantal punten waarmee je kan rekening houden :

- De wilde stad, ontdek wat je allemaal buiten kunt doen in de stad van Jo Schofield & Fiona Danks.
- Outdoor, avontuurlijke buitenspelen van Jo Schofield & Fiona Danks
- Het Complete Ketnet Buitenspeelboek van Devos Sarah

BIBLIOGRAFIE:

Boeken

Devos, S. (2015). Het Complete Ketnet Buitenspeelboek. LANNOO.

Schofield, J., & Danks, F. (2014). De wilde stad. Zeist: Christofoor.

Websites

- 10 redenen waarom kinderen moeten buiten spelen. (2020). Opgehaald van Gezondheid: https://www.gezondheid.be/index.cfm?fuseaction=art&art_id=23433
- Avontuurlijk buitenspelen Goed of gevaarlijk? (2018). Opgehaald van Link Springer: <https://link.springer.com/article/10.1007/s41189-018-0115-4>.
- Topic. (2012).
- Belang Van Buitenspelen. Opgehaald van Kennisbank Sport En Bewegen: <https://www.kennisbanksportenbewegen.nl/?file=5125&m=1445255387&action=file.download#:~:text=Buitenspelen%20is%20niet%20alleen%20belangrijk,over%20het%20algemeen%20vaak%20actiever>
- van der Vaart, L. (2015). HANDBOEK, ZELF BUITENACTIVITEITEN ORGANISEREN. Opgehaald van Zelf Buiten Activiteiten Organiseren: www.zelfbuitenactiviteitenorganiseren.nl