

Een vlekje wegwerken

Duur: 5 min.
Grootte: onbepaald

Doel

De deelnemers aan een online bijeenkomst in beweging krijgen.

Bruikbaar bij

Online trainingen en workshops.

Meervoudige Interesse

Lichamelijk-Kinesthetisch, interpersoonlijk

Aanpak

Deelnemer A zegt tegen deelnemer B bijvoorbeeld: "Er zit een stofje op je rechter schouder."

Vervolgens doet deelnemer B net alsof er een echt stofje zit en veegt het stofje weg.

Deelnemer B geeft nu deelnemer C een vervolgopdracht. Bijvoorbeeld: "Er zit een vlek op je rechter knie." Deelnemer C werkt de vlek weg. Zo ga je door tot alle deelnemers geweest zijn.

Tip

Doe zelf mee.

Variatie

Maak er een ketting van en voer alle opdrachten uit die voor je gegeven zijn onder het benoemen van de opdracht. Dus in bovenstaand voorbeeld zegt C: "Een stofje op mijn rechter schouder wegvegen en een vlek op mijn rechter knie wegpoetsen."

Bron

Henri Haarmans