

BEN BIZZIE BINGO

Instructies Ben Bizzie Beweegbingo - Omschrijvingen

Voor 2-10 spelers

Benodigheden

Bingokaarten, bingowoorden, stopwatch of kookwekker, pennen, potloden, (fiches)

Voor wie is het spel?

Voor het hele gezin

Doel van het spel

Het doel van het spel is om als eerste speler bingo te krijgen. Je kunt bingo krijgen door een horizontale, verticale of diagonale rij, of de hele kaart vol te maken.

Vorbereiding van het spel

1. Print een X aantal keer het formulier "Ben Bizzie Bingokaart" uit, net zoveel als het aantal spelers. Zorg ervoor dat je verschillende versies van de bingokaart uitprint, anders heb je allemaal tegelijk bingo.
2. Geef iedere speler (of ieder tweetal) een bingokaart.
3. Print eenmaal het formulier "Ben Bizzie Bingowoorden" uit. Knip de bingowoorden uit en leg ze vervolgens omgekeerd op een stapel in het midden van de tafel.
4. Verzamel voldoende pennen of potloden. Deze heb je nodig om de bingowoorden weg te kunnen strepen. Mocht je fiches ter beschikking hebben, kun je deze ook gebruiken.

Hoe het spel te spelen?

1. Spreek van tevoren met elkaar af wanneer je 'bingo' hebt. Dit kan bijvoorbeeld als je een horizontale, verticale of diagonale rij vol hebt. Vervolgens kun je het uitbreiden naar meerdere rijen tegelijk en uiteindelijk zelfs voor een volle kaart spelen.
2. De jongste speler mag beginnen. Deze speler pakt een bingowoord van de stapel en leest de omschrijving hardop voor. Je zorgt ervoor dat je eerst zelf kijkt welk woord er bij de omschrijving past en daarna bespreek je dit samen. Uiteindelijk leg je het blaadje op een aparte stapel weg.
3. Iedereen kijkt vervolgens of het bijbehorende antwoord op je bingokaart staat. Zo ja? Dan mag je dit antwoord doorstrepen op je bingokaart. Voer vervolgens de bijbehorende beweging uit. Controleer bij elkaar of iedereen de juiste beweging uitvoert. Werk je in tweetallen? Voer de beweging dan na elkaar uit, zodat je elkaar kunt helpen.
4. De volgende speler pakt een bingowoord van de stapel.
5. Ga door totdat iemand 'bingo' heeft.

Veel spelplezier!



BEN BIZZIE BINGO

Juichen Knieën heffen (20 keer)	Penalty Maak een boks beweging 1 minuut lang	Scheidsrechter Hinken op één been (20 keer)	Eiwitten Doe je eigen dansmove
Record Spring 3 rondjes om de tafel met een kickersprong	Fans Jumping jacks (20 keer)	Olympische Spelen Hakken naar de billen (20 keer)	Calorieën Push-ups (10 keer)
Tribune Squats (20 keer)	Opstelling Loop 10 rondjes rond drie stoelen	Slaap Spring op de plaats 1 minuut lang	Fruit Ren 7 keer de trap op en af
Reservespeler 30 seconde een handstand tegen de muur	Warming-up Maak 5 keer een koprol op bed	Overwinning Draai 20 rondjes met je armen opzij	Bewegen Kruip onder vier voorwerpen door



**Wie heeft er als
eerste Bingo?**

BEN BIZZIE BINGO

Cooling-down Knieën heffen (20 keer)	Mascotte Maak een boks beweging 1 minuut lang	Schaatsen Hinken op één been (20 keer)	Robin van Persie Doe je eigen dansmove
Bewegen Spring 3 rondjes om de tafel met een kickersprong	Eiwitten Jumping jacks (20 keer)	Warming-up Hakken naar de billen (20 keer)	Slaap Push-ups (10 keer)
Tribune Squats (20 keer)	Opstelling Loop 10 rondjes rond drie stoelen	Calorieën Spring op de plaats 1 minuut lang	Reservespeler Ren 7 keer de trap op en af
Juichen 30 seconde een handstand tegen de muur	Startsein Maak 5 keer een koprol op bed	Overwinning Draai 20 rondjes met je armen opzij	Record Kruip onder vier voorwerpen door



**Wie heeft er als
eerste Bingo?**

BEN BIZZIE BINGO

Overwinning Knieën heffen (20 keer)	Water Maak een boksbeweging 1 minuut lang	Reservespeler Hinken op één been (20 keer)	Fans Doe je eigen dansmove
Penalty Spring 3 rondjes om de tafel met een kickersprong	Robin van Persie Jumping jacks (20 keer)	Startsein Hakken naar de billen (20 keer)	WK Push-ups (10 keer)
Lionel Messi Squats (20 keer)	Service Loop 10 rondjes rond drie stoelen	Olympische Spelen Spring op de plaats 1 minuut lang	Fruit Ren 7 keer de trap op en af
Schaatsen 30 seconde een handstand tegen de muur	Warming-up Maak 5 keer een koprol op bed	Cooling-down Draai 20 rondjes met je armen opzij	Bewegen Kruip onder vier voorwerpen door



**Wie heeft er als
eerste Bingo?**

BEN BIZZIE BINGO

<p>Cooling-down</p> <p>Knieën heffen (20 keer)</p>	<p>Water</p> <p>Maak een boks beweging 1 minuut lang</p>	<p>Bewegen</p> <p>Hinken op één been (20 keer)</p>	<p>Breakdance</p> <p>Doe je eigen dansmove</p>
<p>Record</p> <p>Spring 3 rondjes om de tafel met een kickersprong</p>	<p>Fans</p> <p>Jumping jacks (20 keer)</p>	<p>Scheidsrechter</p> <p>Hakken naar de billen (20 keer)</p>	<p>Calorieën</p> <p>Push-ups (10 keer)</p>
<p>Robin van Persie</p> <p>Squats (20 keer)</p>	<p>Schaatsen</p> <p>Loop 10 rondjes rond drie stoelen</p>	<p>WK</p> <p>Spring op de plaats 1 minuut lang</p>	<p>Mascotte</p> <p>Ren 7 keer de trap op en af</p>
<p>Lionel Messi</p> <p>30 seconde een handstand tegen de muur</p>	<p>Olympische Spelen</p> <p>Maak 5 keer een koprol op bed</p>	<p>Mascotte</p> <p>Draai 20 rondjes met je armen opzij</p>	<p>Service</p> <p>Kruip onder vier voorwerpen door</p>



**Wie heeft er als
eerste Bingo?**

BEN BIZZIE BINGO

Fruit Knieën heffen (20 keer)	Calorieën Maak een boksbeweging 1 minuut lang	Penalty Hinken op één been (20 keer)	Record Doe je eigen dansmove
Juichen Spring 3 rondjes om de tafel met een kickersprong	Eiwitten Jumping jacks (20 keer)	Startsein Hakken naar de billen (20 keer)	Water Push-ups (10 keer)
Lionel Messi Squats (20 keer)	Scheidsrechter Loop 10 rondjes rond drie stoelen	Olympische Spelen Spring op de plaats 1 minuut lang	Cooling-down Ren 7 keer de trap op en af
Breakdance 30 seconde een handstand tegen de muur	WK Maak 5 keer een koprol op bed	Robin van Persie Draai 20 rondjes met je armen opzij	Tribune Kruip onder vier voorwerpen door



**Wie heeft er als
eerste Bingo?**

Luid laten horen dat je blij bent, vaak met veel mensen tegelijk.

Een vrij schot op het doel, meestal als straf voor een zware overtreding van de tegenpartij.

Iemand die tijdens een sportwedstrijd oplet of er volgens de spelregels wordt gespeeld.

Welke voedingsstof kun je het beste eten om de spieren te versterken?

De beste of hoogste prestatie die ooit geleverd is.

Een groep personen die een bepaalde club aanmoedigen bij wedstrijden.

Begin signaal, teken om te vertrekken.

Wat verbrand je tijdens het sporten?

Rijen zitplaatsen van boven naar beneden voor de toeschouwers in een stadion.

Bezetting van plaatsen in een team/ elftal.

Wat hebben pubers 8-10 uur per dag nodig?

Van welk voedingsmiddel moet je dagelijks 1-2 stuks eten?

Een speler die tijdens een sportwedstrijd op de bank zit.

Oefeningen die je uitvoert, voordat je begint met sporten.

Wat moeten kinderen minimaal 60 minuten per dag?

De keer dat je sterker/beter bent dan je tegenstander.

Lichte inspanning die je uitvoert na een sporttraining of -wedstrijd.

Wat moet je dagelijks 1,5 liter innemen?

Sport waarbij je je voortbeweegt over een glad oppervlak.

Wie is topscoorder alle tijden van Oranje?

Argentijnse voetballer die de kleine Maradona wordt genoemd.

Engels woord dat gebruikt wordt voor een opslag bij tennis en volleybal.

Het symbool van dit evenement bestaat uit 5 ringen.

Welke sport gebruikt de termen freeze, windmill en headspin?

Voetbaltoernooi dat om de 4 jaar wordt georganiseerd.

Voorwerp of poppetje dat symbool staat voor een sportclub.

ANTWOORDENFORMULIER

Luid laten horen dat je blij bent, vaak met veel mensen tegelijk = **Juichen**

Een vrij schot op het doel, meestal als straf voor een zware overtreding van de tegenpartij = **Penalty**

Iemand die tijdens een sportwedstrijd oplet of er volgens de spelregels wordt gespeeld = **Scheidsrechter**

Welke voedingsstof kun je het beste eten om de spieren te versterken? = **Eiwitten**

De beste of hoogste prestatie die ooit geleverd is = **Record**

Een groep personen die een bepaalde club aanmoedigen bij wedstrijden = **Fans**

Begin signaal, teken om te vertrekken = **Startsein**

Wat verbrand je tijdens het sporten = **Calorieën**

Rijen zitplaatsen van boven naar beneden voor de toeschouwers in een stadion = **Tribune**

Bezetting van plaatsen in een team/ elftal = **Opstelling**

Wat hebben pubers 8-10 uur per dag nodig = **Slaap**

Van welk voedingsmiddel moet je dagelijks 1-2 stuks eten = **Fruit**

Een speler die tijdens een sportwedstrijd op de bank zit = **Reservespeler**

Oefeningen die je uitvoert, voordat je begint met sporten = **Warming-up**

Wat moeten kinderen minimaal 60 minuten per dag = **Bewegen**

De keer dat je sterker/beter bent dan je tegenstander = **Overwinning**

Lichte inspanning die je uitvoert na een sporttraining of -wedstrijd = **Cooling-down**

Wat moet je dagelijks 1,5 liter innemen? = **Water**

Sport waarbij je je voortbeweegt over een glad oppervlak = **Schaatsen**

Wie is topscoorder alle tijden van Oranje? = **Robin van Persie**

Argentijnse voetballer die de kleine Maradona wordt genoemd = **Messi**

Engels woord dat gebruikt wordt voor een opslag bij tennis en volleybal = **Service**

Het symbool van dit evenement bestaat uit 5 ringen = **Olympische Spelen**

Welke sport gebruikt de termen freeze, windmill en headspin = **Breakdance**

Voetbaltoernooi dat om de 4 jaar wordt georganiseerd = **WK**

Voorwerp of poppetje dat symbool staat voor een sportclub = **Mascotte**