

# 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

<p><b>Juichen</b></p> <p>Ren 3 rondjes om je huis</p>	<p><b>Penalty</b></p> <p>Doe 30 seconde een handstand tegen de muur</p>	<p><b>Scheidsrechter</b></p> <p>Kies 2 lantaarnpalen uit en huppel 5 keer op en neer</p>	<p><b>Eiwitten</b></p> <p>Zet 2 handen tegen een boom en druk 3 keer op. Doe dit bij 5 bomen.</p>
<p><b>Record</b></p> <p>Kruip onder vier voorwerpen door</p>	<p><b>Fans</b></p> <p>Doe jumping jacks 1 minuut lang</p>	<p><b>Olympische Spelen</b></p> <p>Gooi een bal 10x hoog in de lucht en vang hem weer op</p>	<p><b>Calorieën</b></p> <p>Huppel 3 rondjes door de tuin of op straat</p>
<p><b>Tribune</b></p> <p>Maak 5x een koprol op het gras</p>	<p><b>Opstelling</b></p> <p>Sprint 50 meter</p>	<p><b>Slaap</b></p> <p>Knieën heffen 1 minuut lang</p>	<p><b>Fruit</b></p> <p>Maak een boksbeweging 1 minuut lang</p>
<p><b>Reservespeler</b></p> <p>Gooi 15x de bal tegen een muur, op één been</p>	<p><b>Warming-up</b></p> <p>Spring op de plaats, 1 minuut lang</p>	<p><b>Overwinning</b></p> <p>Draai 20 rondjes met je armen opzij</p>	<p><b>Bewegen</b></p> <p>Maak 20 kikkersprongen</p>



**Wie heeft er als eerste Bingo?**

# BEN BIZZIE BINGO

<b>Cooling-down</b> Ren 3 rondjes om je huis	<b>Mascotte</b> Doe 30 seconde een handstand tegen de muur	<b>Schaatsen</b> Kies 2 lantaarnpalen uit en huppel 5 keer op en neer	<b>Robin van Persie</b> Zet 2 handen tegen een boom en druk 3 keer op. Doe dit bij 5 bomen.
<b>Bewegen</b> Kruip onder vier voorwerpen door	<b>Eiwitten</b> Doe jumping jacks 1 minuut lang	<b>Warming-up</b> Gooi een bal 10x hoog in de lucht en vang hem weer op	<b>Slaap</b> Huppel 3 rondjes door de tuin of op straat
<b>Tribune</b> Maak 5x een koprol op het gras	<b>Opstelling</b> Sprint 50 meter	<b>Calorieën</b> Knieën heffen 1 minuut lang	<b>Reservespeler</b> Maak een boksbeweging 1 minuut lang
<b>Juichen</b> Gooi 15x de bal tegen een muur, op één been	<b>Startsein</b> Spring op de plaats, 1 minuut lang	<b>Overwinning</b> Draai 20 rondjes met je armen opzij	<b>Record</b> Maak 20 kikkersprongen



**Wie heeft er als eerste Bingo?**

# BEN BIZZIE BINGO

<b>Overwinning</b> Ren 3 rondjes om je huis	<b>Water</b> Doe 30 seconde een handstand tegen de muur	<b>Reservespeler</b> Kies 2 lantaarnpalen uit en huppel 5 keer op en neer	<b>Fans</b> Zet 2 handen tegen een boom en druk 3 keer op. Doe dit bij 5 bomen.
<b>Penalty</b> Kruip onder vier voorwerpen door	<b>Robin van Persie</b> Doe jumping jacks 1 minuut lang	<b>Startsein</b> Gooi een bal 10x hoog in de lucht en vang hem weer op	<b>WK</b> Huppel 3 rondjes door de tuin of op straat
<b>Lionel Messi</b> Maak 5x een koprol op het gras	<b>Service</b> Sprint 50 meter	<b>Olympische Spelen</b> Knieën heffen 1 minuut lang	<b>Fruit</b> Maak een boksbeweging 1 minuut lang
<b>Schaatsen</b> Gooi 15x de bal tegen een muur, op één been	<b>Warming-up</b> Spring op de plaats, 1 minuut lang	<b>Cooling-down</b> Draai 20 rondjes met je armen opzij	<b>Bewegen</b> Maak 20 kikkersprongen



**Wie heeft er als eerste Bingo?**

# BEN BIZZIE BINGO

<p><b>Cooling-down</b></p> <p>Ren 3 rondjes om je huis</p>	<p><b>Water</b></p> <p>Doe 30 seconde een handstand tegen de muur</p>	<p><b>Bewegen</b></p> <p>Kies 2 lantaarnpalen uit en huppel 5 keer op en neer</p>	<p><b>Breakdance</b></p> <p>Zet 2 handen tegen een boom en druk 3 keer op. Doe dit bij 5 bomen.</p>
<p><b>Record</b></p> <p>Kruip onder vier voorwerpen door</p>	<p><b>Fans</b></p> <p>Doe jumping jacks 1 minuut lang</p>	<p><b>Scheidsrechter</b></p> <p>Gooi een bal 10x hoog in de lucht en vang hem weer op</p>	<p><b>Calorieën</b></p> <p>Huppel 3 rondjes door de tuin of op straat</p>
<p><b>Robin van Persie</b></p> <p>Maak 5x een koprol op het gras</p>	<p><b>Schaatsen</b></p> <p>Sprint 50 meter</p>	<p><b>WK</b></p> <p>Knieën heffen 1 minuut lang</p>	<p><b>Mascotte</b></p> <p>Maak een boksbeweging 1 minuut lang</p>
<p><b>Lionel Messi</b></p> <p>Gooi 15x de bal tegen een muur, op één been</p>	<p><b>Olympische Spelen</b></p> <p>Spring op de plaats, 1 minuut lang</p>	<p><b>Mascotte</b></p> <p>Draai 20 rondjes met je armen opzij</p>	<p><b>Service</b></p> <p>Maak 20 kikkersprongen</p>



**Wie heeft er als eerste Bingo?**

# BEN BIZZIE BINGO

<b>Fruit</b> Ren 3 rondjes om je huis	<b>Calorieën</b> Doe 30 seconde een handstand tegen de muur	<b>Penalty</b> Kies 2 lantaarnpalen uit en huppel 5 keer op en neer	<b>Record</b> Zet 2 handen tegen een boom en druk 3 keer op. Doe dit bij 5 bomen.
<b>Juichen</b> Kruip onder vier voorwerpen door	<b>Eiwitten</b> Doe jumping jacks 1 minuut lang	<b>Startsein</b> Gooi een bal 10x hoog in de lucht en vang hem weer op	<b>Water</b> Huppel 3 rondjes door de tuin of op straat
<b>Lionel Messi</b> Maak 5x een koprol op het gras	<b>Scheidsrechter</b> Sprint 50 meter	<b>Olympische Spelen</b> Knieën heffen 1 minuut lang	<b>Cooling-down</b> Maak een boksbeweging 1 minuut lang
<b>Breakdance</b> Gooi 15x de bal tegen een muur, op één been	<b>WK</b> Spring op de plaats, 1 minuut lang	<b>Robin van Persie</b> Draai 20 rondjes met je armen opzij	<b>Tribune</b> Maak 20 kikkersprongen



**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**