

Boompje klimmen

Boompje klimmen moet je gedaan hebben voor je twaalfde. Het is goed voor het zelfvertrouwen en doorzettingsvermogen, maar vooral spannend en leuk!

Materialen

Geen

Inleiding

Boompje klimmen staat op nummer 1 op de lijst van "50 dingen die je voor je twaalfde gedaan moet hebben" van National Trust. Vroeger hoorde bomen klimmen bij buitenspelen en was het de gewoonste zaak van de wereld. Tegenwoordig zijn ouders voorzichtig en bang dat een kind zich bezeert. Volgens veiligheid.nl is het belangrijk dat kinderen de kans krijgen risicovol te spelen om hun grenzen te leren verleggen en hun angsten te overwinnen. Het versterkt o.a. hun zelfvertrouwen en doorzettingsvermogen. Het is goed voor ze én leuk. Kijk voor meer spelsuggesties en advies op <https://www.veiligheid.nl/risicovolspelen/spelsuggesties>.



Naar buiten

1. Aanwijzingen voor volwassen begeleiders bij boompje klimmen:
 - Kies een plek met goede klimbomen, waar de kinderen zelf zonder hulp in en uit kunnen klimmen.
 - Zorg dat je er zelf het volste vertrouwen in hebt, zodat de kinderen zich veilig voelen.
 - Spreek vooraf duidelijke klimregels af.
 - Oefen met een lage boom.
2. Op <http://www.bomenstichting.nl/nieuws/klimregels.html> vind je een mooi overzicht van klimregels. De belangrijkste: Klim niet als de boom nat is, dan zijn de takken glad. Klim dicht bij de stam op de dikste takken met je buik naar de stam. Heb altijd op 3 punten de boom vast, met 2 voeten en 1 hand of met 2 handen en 1 voet, liefst op 3 verschillende takken. Ga niet op dode takken staan.

Afsluiting

Hoe hoog ben je geklimmen?

- Loop een eindje van de boom vandaan.
- Stop als je tussen je benen door precies de plek in de boom kunt zien waar je net gezeten hebt.
- Loop met reuzenstappen (van 1 meter) terug en tel het aantal stappen tot de boom.
- Het aantal stappen van een meter is gelijk aan de hoogte van jouw plek in de boom in meters.
- Hoog hoor. Goed gedaan!

Let op: dit is beslist geen wedstrijdje wie het hoogst is geklimmen!

