Tiener Tips

VOOR MIJ JONGNL

Tips voor de begeleiding
van groepsactiviteiten
voor tieners binnen JongNL

provincie limburg



Colofon
Uitgave oktober 2020
JongNL Limburg • jongnl.nl

Samenstelling en teksten
Bureauteam JongNL
Lobke Theelen
Stevie Thiessen
Léon Hoenen

Inhoud

Succesvol werken met tieners 7

Wat tieners willen bij JongNL 8

Organiseer je tienergroep 10

De TienerTop5 14

Werken in projecten 22

Begeleidingstips 26

Waar moet een goed tienerprogramma aan voldoen? 30

Ontwikkeling bij tieners en de tieners van nu 32

Omgaan met tieners 36

Tieners binnen de JongNL-groep 42

Valkuilen bij het werken met tieners 44

JongNL voor tieners 46

Professionalisering van het werken met tieners binnen JongNL

Succesvol werken met tieners binnen JongNL

Voor JongNL zijn tiener- of seniorengroepen belangrijk. Nieuwe leiding, dus nieuwe vrijwilligers, komen veelal uit deze groepen voort. Het zijn later vaak de beste vrijwilligers; zij hebben immers zelf ervaren wat JongNL is en wat dit voor de ontwikkeling en het zelfvertrouwen van een kind kan betekenen. JongNL is voor veel tieners het avontuur van hun leven. De groep is vaak vertrouwd en betekent veel voor de tiener. Het blijft echter moeilijk om tieners, letterlijk en figuurlijk, te bereiken. Het blijkt lastig om de tieners vast te houden.

Door de activiteiten voor tieners een kwaliteitsimpuls te geven, kun je de tieners blijven boeien.
Hoe je tieners blijvend kunt boeien, met alles wat JongNL voor deze leeftijdsgroep in petto heeft, is waar we in dit boekje een antwoord op zoeken. Blijvend boeien kun je doen door tienergroepen te stimuleren en te werken met de tips en spelactiviteiten in dit boekje. Naast dit boekje zijn er door JongNL Limburg georganiseerde activiteiten (bijvoorbeeld het JongNL FilmFestival, het survivalweekend en de Moonwalk) en is er een workshop over het werken met tieners. Doel van dit alles is werken aan de kwaliteit van het plaatselijk tienerwerk binnen de afdelingen van JongNL.

Wij hebben tieners iets te bieden en daar willen we voor gaan!
Veel volwassenen zien het gedrag van tieners vaak als een probleem, JongNL ziet dat niet. JongNL ziet dat tieners afwijkend gedrag nodig hebben om te kunnen groeien op hun weg naar volwassenheid. Wij willen tieners voor ons winnen! Dat doen we met activiteiten voor tieners die aansluiten bij de belevingswereld van de tiener en bijdragen aan de kwaliteitsverbetering van het aanbod aan activiteiten.

Tieners zijn kritisch, zeker als het gaat om hun vrije tijd. Keuzes hierin maken ze zorgvuldig. Alleen het beste of coolste is goed genoeg en het nieuwste is al achterhaald. De activiteiten moeten aansluiten bij de tiener van nu.

In dit boekje vind je informatie en tips, waardoor je de tiener van nu, nog beter, leert kennen. Binding van tieners bij JongNL ontstaat door professionalisering van het aanbod, de manier van programmeren en de wijze waarop de (bege-)leiding tieners bij de programmering van activiteiten betrekt. Daar gaat dit boekje over. Buiten dat dit boekje boordevol activiteitenideeën staat, lees je hoe je kunt komen tot professionalisering van het werken met tieners.

Belangrijk is dat tieners binnen JongNL ervaren dat het aanbod aan activiteiten herkenbaar is als een apart product waar voor tieners echt iets te halen valt.

Tieneractiviteiten vereisen dus een aparte aanpak. Om die aparte aanpak te bereiken, hebben we de **TienerTop5** ontwikkeld. Die moet zorgen voor meer binding met tieners bij JongNL. Tieners moeten het gevoel hebben dat ze ergens bij horen. JongNL mogen ze niet missen, daar gebeurt iets van betekenis, daar valt voor tieners iets te halen. Daar kun jij voor zorgen! Met plezier begeleiden we jou hierin.

Wat willen tieners bij JongNL

- ertoe doen
- bijzonder zijn
- avonturen en uitdagingen beleven
- ontspannen
- plezier en gezelligheid ervaren
- anderen ontmoeten
- experimenteren
- zichzelf kunnen zijn
- de club als uitlaatklep gebruiken
- bewegen en actie
- snel resultaat

Organiseer je tienergroep

Ruimte

Zorg dat de tieners een eigen ruimte hebben, die de mogelijkheid biedt om gezellig bij elkaar te zitten (chillen) en die ze bijvoorbeeld kunnen inrichten naar eigen smaak.

Indeling groepsbijeenkomst

Bied tijdens een groepsbijeenkomst de tieners zowel kansen om zich uit te leven door **actieve spellen en activiteiten** te ondernemen, als een moment van **rust,** om met elkaar te kunnen praten.

Je rol als begeleider

Je bent bij tieners niet langer een leider, maar een begeleider; jij bepaalt niet meer zozeer wat er gedaan wordt, maar overlegt met de tieners wat er ondernomen wordt. **Leiden wordt begeleiden en begeleiden wordt adviseren.** Stem af op dezelfde golflengte als de tiener, anders kun je 'elkaar niet verstaan'.
Gá voor de activiteiten en stimuleer de zelfstandigheid van de tieners.

Aanpassen van de doelstelling

De regels waarmee de tieners waarschijnlijk al jaren bekend zijn veranderen niet, alleen de doelstelling verandert. Er zal, binnen de TienerTop5, meer nadruk komen te liggen op de ontwikkeling van talenten van de tieners. De levensfase waarin tieners zitten heeft alles te maken met opbloeien, een eigen weg vinden, uit de knop komen. Het spel van JongNL wil dat, binnen onze mogelijkheden als jeugdorganisatie, een beetje begeleiden. **Eigen verantwoordelijkheid nemen zal een grotere rol spelen, zelf beslissingen nemen en overleggen met elkaar zal naarmate de tieners ouder worden in grotere mate aangemoedigd worden.** Binnen de tienergroep hebben de tieners zelf een grote inbreng en bepalen ze samen wat voor hen de waarde van JongNL is. Voor de ene groep zal dat chillen zijn, voor de andere ruige activiteiten doen en alles wat daar tussenin zit.

Jaarplanning

Door samen (leiding en tieners) de jaarplanning (met alle activiteiten) te maken is het voor de tieners **duidelijk wanneer welke activiteit op het programma staat.** Een jaarplanning kan natuurlijk ook een drie-maanden of halfjaarplanning zijn. Samen plannen is ook samen uitvoeren. Dat is de afspraak. Met dit systeem zal de tiener meer verantwoordelijkheid voelen om ook daadwerkelijk deel te nemen aan de geplande activiteiten en wordt voorkomen dat de tiener vroegtijdig afhaakt. **Ook kun je afspreken welke tieners welke activiteit voorbereiden, organiseren en presenteren.** Ze zijn daar dan ook op aanspreekbaar. In het begin zal niet alles door de tieners georganiseerd kunnen worden, maar naarmate ze ouder worden, kun je ze meer verantwoordelijkheden geven. **De leiding van de groep faciliteert, adviseert en biedt daar waar nodig begeleiding tijdens de voorbereidingen en de uitvoering van de activiteiten.**

Hoe werken tienergroepen binnen JongNL?

Over het algemeen zijn tienergroepen hechte (vrienden)groepen die één keer per week of één keer in de veertien dagen bij elkaar komen in het clubgebouw, waar ze op een vertrouwelijke manier **actief** bezig zijn met allerlei spellen en activiteiten. Aan de andere kant is er behoefte om **gezellig** bij elkaar te zitten, te chillen en bij te kletsen. Het is niet voor niets dat JongNL wordt gezien als een uitlaatklep voor hun dagelijkse frustraties en onzekerheden. Bij een aantal afdelingen groeit de leiding met de groep mee, waardoor er een band ontstaat van **vriendschap** en vertrouwen. Een andere keuze is om bij elke leeftijdsgroep aparte begeleiding te hebben. Dit maakt de leiding van een bepaalde leeftijdsgroep een ‘expert’ op dat terrein. Voor beide manieren van ‘groepdraaien’ binnen JongNL valt iets te zeggen.



De TienerTop5 van JongNL

De TienerTop5 van JongNL

Gelet op de eigenschappen en kenmerken van tieners en de tienergroep, heeft JongNL een methode ontwikkeld als basis voor de jaarplanning van tienergroepen. Het zijn een **vijftal items** die samen voor een volwaardige, afwisselende planning kunnen zorgen. Centraal staat dat tieners voor het grootste gedeelte hun activiteiten zelf programmeren, organiseren en evalueren. Een en ander ondersteund door een begeleider. Zorg dat bij elke activiteit de talenten van iedere tiener het best benut worden, maar ben ook niet bang om iemand een taak te geven als leerervaring. JongNL wil een bijdrage leveren aan de ontwikkeling van tiener tot jong volwassene. Een onderdeel van de ontwikkeling is dat tieners zich bewust worden van de wereld om hen heen. Een wereld met veel gezichten, stromingen en overtuigingen. Tijdens de activiteiten van de tienergroep binnen JongNL kunnen tieners (levens)ervaringen opdoen.

De TienerTop5 levert 5 verschillende programma's op. Elke 'top' komt in de planning meerdere keren per jaar terug.
Door deze aanpak komt elke tiener tot zijn recht en kan er een gevarieerd en levendig aanbod aan activiteiten ontstaan.

TOP 1 Groepsavonden met reguliere activiteiten (met de methode van JongNL als uitgangspunt)

TOP 2 Werken aan een (groot) project

TOP 3 Geldacties

TOP 4 Voorbereiden op het leiderschap

TOP 5 Uitwisseling met andere (tiener)groepen d.m.v. gezamenlijke interactieve activiteiten

TienerTop1

Reguliere activiteiten tijdens de groepsavonden

>> Dit levert per jaar minstens 10 groepsavonden op.

Door het jaar heen worden een aantal reguliere groepsavonden ingepland waarin gevarieerde activiteiten aangeboden worden. Het gaat hier om uitgangspunten als samenwerken, respect, vertrouwen en je veilig voelen, die de basis vormen voor samen spelen, plezier hebben, creativiteit en natuurbeleving. Ideeën zijn er genoeg te vinden, hier verderop in dit boekje, in de Samenspelenboekjes van JongNL, op de site samenspelenboek.nl en op internet via Google of Youtube. Leiding van JongNL krijgt automatisch de samenspelenboekjes thuis gestuurd.

TienerTop2

Werken aan een project

>> Dit levert per jaar minstens 6 tot 8 groepsavonden op.

Een- tot tweemaal per jaar wordt er een groot project gepland en georganiseerd. Kenmerk van een project is dat de voorbereidingen van het project een activiteit op zichzelf zijn. De voorbereidingen duren meerdere groepsbijeenkomsten. Voorbeelden van een project: deelnemen met een wagen aan de plaatselijke carnavalsoptocht, een zeskamp organiseren voor de buurt, een spellenmiddag organiseren voor de maxioren, een optreden verzorgen tijdens de bonte-avond of zitting van de carnavalsvereniging in het dorp, het uitzetten van een Moonwalk voor de leiding, het opknappen van het tienerlokaal en zo meer. Tips voor het werken in projecten vind je verderop in dit boekje.

TienerTop3

Organiseren van geldacties

>> Dit levert per jaar minstens 5 groepsavonden op.

De tieners programmeren jaarlijks een actie om geld in te zamelen. Met dit geld kunnen ze zelf een grotere activiteit financieren zoals het zomerkamp, een survivalweekend of een hike in het buitenland.
Of, tieners organiseren activiteiten om geld in te zamelen voor een goed doel. Werken voor een goed doel doet goed en geeft de tienergroep een bepaalde status. Voorbeelden van goede doelenacties zijn: beweegmiddag organiseren voor ouderen, aanleg van een vlindertuin, auto's wassen, piet spelen, statiegeldflessen inzamelen voor een zelf uitgekozen goed doel en zo meer.

TienerTop4

Voorbereiden op het leiderschap

>> Dit levert per jaar minstens 5 groepsavonden op.

Tijdens een aantal groepsbijeenkomsten in het jaar bereiden de tieners die dat willen, zich voor op een eventueel leiderschap. Dat kan op verschillende manieren en misschien heeft jouw afdeling daar al ervaring mee. We denken aan het zelf opzetten van een groepsbijeenkomst voor de jongere leden, helpen bij een grote clubactiviteit als Sinterklaas, vossenjacht of meedraaien bij groepen als hulpleiding. JongNL heeft een leuk bordspel ontwikkeld. Door het spel te spelen wisselen tieners gedachtes, angsten, eigen ideeën, vooroordelen en meer uit rondom het thema: van tiener naar leiding. Neem contact op met JongNL Limburg om in het bezit te komen van dit spel.

TienerTop5

Uitwisseling met andere tienergroepen en deelname aan georganiseerde en interactieve activiteiten

>> Dit levert per jaar minstens 5 groepsavonden op.



Oefenen van sociale vaardigheden

Een kijkje nemen in de 'keuken' van een andere tienergroep van een andere afdeling en deelnemen aan georganiseerde districts- of provinciale activiteiten, om zo in contact te komen met andere leeftijdsgenoten, is enerzijds een goede manier om nieuwe ideeën op te doen. Anderzijds is het een goede oefening om sociale vaardigheden te trainen en sociale relaties leren op te bouwen en te onderhouden.

Goede sociale vaardigheden spelen een belangrijke rol in het leven, maar de ontwikkeling hiervan begint al vlak na de geboorte. De sociale vaardigheden van de tiener zijn onder andere afhankelijk van de voorbeeldrol van ouders en leeftijdsgenoten, een (vervelende) ervaring uit het verleden (bv. gepest worden) of het (negatief) zelfbeeld. JongNL is dus bij uitstek geschikt voor het stimuleren van goede sociale vaardigheden.

Tieners en sociale media

Dat sociale media niet meer uit onze huidige cultuur is weg te denken, is een feit. Een groot deel van het leven van tieners speelt zich online af. Met bekenden, maar ook met onbekenden. Vooral Instagram, Snapchat, TikTok en Youtube zijn razend populair. Natuurlijk gaat het bij JongNL om actief bezig zijn, al dan niet in de buitenlucht, maar de online-wereld kan een leuke aanvulling zijn op de huidige JongNL spelpijlers. Bovendien heb je bij online-contacten niets te maken met afstand. Uitwisselen is zo een stuk eenvoudiger.

Aanvullende informatie werken in projecten



Werken in projecten

Projecten zijn groepsavond-overstijgende activiteiten. Ze duren langer dan 1 groepsbijeenkomst en er wordt gewerkt naar een uiteindelijk doel. Tieners kunnen, onder begeleiding, in grote mate zelfstandig werken. De organisatie en de voorbereidingen van het project moeten goed verlopen en vragen om goede begeleiding. **Het werken in projecten is zeer geschikt voor de wat oudere tieners.** Samen een klus aanpakken en samen het onbekende verkennen. Samen de verantwoordelijkheid dragen en het ontwikkelen van hun talent zijn competenties die de oudere tieners gedeeltelijk bezitten, maar die verder uitgewerkt kunnen worden. Het is voor de tieners niet alleen een leuke, langdurige activiteit, maar je bereidt ze ook alvast voor hoe het eventuele toekomstige leiderschap eruit kan zien.

Een project begint met het maken van een plan. Een plan kan zijn: het maken van een carnavalswagen, een optreden verzorgen tijdens de bonte avond in het dorp of het organiseren voor een zeskamp. Een plan maken is één, een plan uitvoeren is twee. Het vraagt namelijk het nodige organisatietalent. De tieners moeten met elkaar overleggen, besluiten nemen en afspraken nakomen. Er valt dus veel voor ze te leren. Dat is leuk en uitdagend!

Het organiseren van een project

Bij het organiseren van een project moet rekening gehouden worden met de volgende aspecten:

1. Om wat voor project gaat het?
2. Hoe lang duurt het project en wanneer vindt de activiteit plaats waar naartoe gewerkt wordt?
3. Is er voldoende plaats om het project uit te voeren?
   Zo niet, waar kan het project dan wel uitgevoerd worden?
4. Is er voldoende tijd om het project uit te voeren?
5. Zijn er kosten aan verbonden?
   Zo ja, hoe worden deze gefinancierd?
6. Kunnen we sponsors vragen?

Vervolgens zullen de taken verdeeld moeten worden. **Laat dit de tieners zelf doen, begeleid ze alleen daar waar het dreigt mis te lopen.** Zorg dat het verdelen van de taken eerlijk gebeurt en dat de taken aansluiten bij ieders talent. Taken die verdeeld moeten worden kunnen zijn:

- Idee-ontwerp (doordenken op de eerste ideeën)
- Planning (wanneer kan het beste wat gebeuren)
- Administratie (begroting en bijhouden financiën)
- Projectleider (wie van de tieners gaat het project leiden)

De rol van de begeleider

Wanneer iedereen zijn eigen rol heeft in de groep kan het project van start gaan. Als (bege-)leider sta je niet langs de kant, maar doe je actief mee. Vraag aan de projectleider wat je kunt doen. Daar waar nodig, stuur je aan, motiveer je en geef je de tieners een zetje in de goede richting wanneer iemand af dreigt te dwalen. Het motto ‘samen uit, samen thuis’ staat centraal. Iedereen probeert er evenveel energie in te steken en wanneer het project is afgerond, wordt samen opgeruimd en geëvalueerd. Iedereen samen draait ook op voor de eventuele problemen die zich voordoen en iedereen deelt in de successen.

Wanneer je met tieners werkt, zullen een aantal 'problemen' terugkeren: onverschilligheid, typisch tienergedrag, grilligheid. Zo vinden ze het leuk bij JongNL en zo weer niet. Vaak zijn problemen in de groep te herleiden tot weinig actie in het programma.

Door te werken met de TienerTop5 heb je een instrument in handen om tieners te boeien en geïnteresseerd te houden. Want als dat niet is, haken ze af. Ze richten dan de aandacht op zichzelf en niet op de activiteit. Daarom is het zo belangrijk om met tieners iets te doen. Want als je met een activiteit bezig bent, pas als tieners actief zijn, is het mogelijk als begeleider te laten zien dat dingen anders kunnen. Wanneer er ruzies zijn zit je er met je neus bovenop. Wanneer er iets mis is heeft het pas zin om het uit te vechten of te becommentariëren als het om 'de zaak' gaat. Omdat je met z'n allen een klus te klaren hebt. **Blijf dus als begeleider niet hangen in 'verbale opsmuk': praten, kletsen, overleggen, uitpraten, regels stellen en daarover praten.** Op het moment dat je iets wezenlijks aan het doen bent (werken binnen de TienerTop5) heeft het zin om een aantal dingen door te praten en regels te hanteren. In plaats van vooraf.



Begeleidingstips

- Gá voor de activiteiten.

- Zorg dat je **goed contact** hebt met de groep en met de individuele tieners.

- Stimuleer de **zelfstandigheid** van de tieners. Deze zelfstandigheid kun je stimuleren door te werken met verantwoordelijkheden. Verantwoordelijkheden kunnen taken zijn die duidelijk en controleerbaar zijn. De TienerTop5 biedt houvast.

- Geef tieners inspraak. Je maakt bij de tieners de afspraken samen. Er zal niet altijd een unaniem besluit genomen worden, maar vind als begeleider hierin de gulden middenweg. **Je begeleidt de tieners in het vormen van hun mening, het accepteren van de mening van iemand anders en het kunnen uitspreken en accepteren van kritiek.** Leg afspraken vast, zet ze bijvoorbeeld in de groepsapp.

- Houd niet te strak vast aan je **regels**, maar bied ook niet teveel ruimte.

- Sta de **vrijheden** die je tieners geeft stap voor stap toe.

- Ben niet bang om tieners **eigen verantwoordelijkheden** te geven.

- Voel je niet te snel aangevallen of schuldig.

- **Kom niet te snel met je eigen mening.** Je kunt beter meningen van tieners samenvatten en proberen uit diverse meningen een opvatting te halen.

- Laat je bij problemen niet forceren om onmiddellijk een antwoord te geven op een vraag die je overvalt. Je hoeft als leiding niet altijd een pasklaar antwoord hebben. **Stel je kwetsbaar op.** Jij kunt ook fouten maken.

- **Bespreek de vragen die de tieners stellen.** Bij vragen waarop je niet meteen het antwoord weet, mag je hier best later op terug komen. Voor sommige vragen is het namelijk beter om even met je mede(bege-) leiding te overleggen voordat je antwoord geeft. Jullie blijven immers samen altijd verantwoordelijk voor datgene wat er tijdens een groepsavond gebeurd.

- Laat tieners zelf ervaren. Zet af en toe bewust een stap terug en kijk hoe het gaat. Geef het groepsproces de kans zich tot een dynamisch proces te ontwikkelen. **'Fluit' de wedstrijd niet kapot, laat de bal gerust eens 'doorrollen'.** Grijp pas in als ze er onderling niet uitkomen en bespreek dan met ze waar het misging. Ook van conflicten leren tieners. Vaak kunnen ze deze veel beter zelf oplossen, dan wanneer er een volwassen persoon zich ermee bemoeit.

- Streef niet naar perfectie. Streef er niet naar de begeleider te zijn die overal raad op weet. **De ideale begeleider bestaat niet.** Het is zaak dat iedere begeleider zijn eigen mogelijkheden ontdekt om in veel situaties met tieners de juiste beslissingen te nemen. Iedereen staat op een andere, persoonlijke manier voor de groep. De één is hier goed in, de ander daar in. De ene tienergroep vraagt meer directe begeleiding dan de ander. Een algemeen recept is niet te geven.

- **Goed contact met de ouders is belangrijk.** Daardoor krijg je als begeleider meer inzicht in de achtergrond van de tiener. Ouders krijgen meer inzicht op de manier van werken binnen de JongNL-tienergroep. Met ouders of verzorgers kun je gedrag en de moeilijkheden, maar ook de leuke dingen, van de tiener bespreken.

- Eisen stellen mag. **Geen enkele club is zonder verplichtingen.** Dat geldt dus ook voor JongNL. Soms zijn we te voorzichtig om bepaalde verplichtingen te stellen of we handelen er niet naar. Tieners hebben dit echter hard nodig. Wanneer je het individueel aan ze vraagt, willen ze het zelfs graag. Wanneer je dat niet doet, kapselt de vrijheid zich vanzelf in omdat tieners daar niet mee overweg kunnen.

- Activiteiten (TienerTop5) vallen of staan bij jouw houding en kwaliteiten. **Probeer een veilige en gezellige thuishaven voor de tienergroep te zijn.** Toon betrokkenheid. Zorg dat er voldoende actie is in de groep en dat jouw groep ertoe doet. En vergeet het relativeren en de humor niet. Dat is uiterst belangrijk.

Waar moet een goed tienerprogramma aan voldoen?

Als je wilt weten waar een goede tieneractiviteit aan moet voldoen kun je dit het beste aan de experts zelf vragen, de tieners. Door de vragen uit onderstaande checklist kritisch naast je programma te leggen, krijg je al goed inzicht in de activiteit die je wilt uitvoeren.

Bij het organiseren van de activiteit krijg je te maken met de 7 W's:

1. **WAAROM** wil je een activiteit organiseren? (doel van de activiteit)
2. Voor **WIE** organiseer je de activiteit? (doelgroep (leeftijd) van de activiteit)
3. **WAT** ga ik als activiteit doen? (de activiteit zelf)
4. **WAAR** ga je de activiteit organiseren? (plaats/accommodatie van de activiteit)
5. **WANNEER** is de activiteit? (tijdstip van de activiteit)
6. Op **WELKE** manier wordt de activiteit aangeboden?

Wat gebeurd er na afloop van de activiteit?

Als de activiteit afgelopen is, is de organisatie nog niet afgelopen.

- Er moet nog opgeruimd worden, hoe gebeurd dit?
- Om van de activiteit te leren kun je de activiteit evalueren en verbeterpunten meenemen naar de volgende keer.
- Is je activiteit een succes geweest? Dan is het leuk om je programma te delen met andere (tiener)groepen.

De presentatie

Het gaat hier om de **uitstraling en het enthousiasme** van de begeleiding of degene die het programma presenteert. Dat kunnen ook de tieners zelf zijn.

- Wie gaat de activiteit presenteren?
- Is degene verkleed in het thema van het spel?
- Wat gaat er gepresenteerd worden en is dit duidelijk verwoord?
- Hoe gaat het gepresenteerd worden? Flitsend? Energiek?
- Welke vragen zouden er kunnen komen vanuit de tieners als het onduidelijk zou zijn?
- Maak je gebruik van (thema)aankleding in de locatie? Wat is er nodig?

De vormgeving

- Hoe ziet de activiteit eruit?
- Wat is de conditie van de materialen?
- Spreekt het de doelgroep aan?
- Kleurrijk? Eentonig?
- Wat moeten de tieners doen? Is het uitdagend genoeg?

De bedoeling

De activiteit moet voor en van de tieners zijn.

Tieners moeten zich verbonden kunnen voelen met een activiteit.

- Wat is het doel van de activiteit?
- Past het doel binnen de belevingswereld van de tieners?
- Hoe worden de tieners betrokken bij de activiteit?
- Helpen ze mee tijdens de voorbereidingen?



De ontwikkeling bij tieners

In de tienerjaren vinden bij meisjes en jongens nogal wat veranderingen plaats. Dit in combinatie met (social) media en hun omgeving, maakt tieners nog wel eens onzeker. Wat weer door werkt in de gedragingen bij de tiener.

- **Groeispurt**, bij meisjes eerder dan bij jongens; dit vergt veel energie van de tiener dus ze eten en slapen veel.
- Worden **geslachtsrijp**; er ontstaat een wederzijdse (seksuele) aantrekkingskracht.
- Meisjes komen 1 tot 2 jaar eerder in de **puberteit**; ze zoeken daardoor eerder contact met oudere jongens, de jongens van hun eigen leeftijd zijn stom en kinderachtig.
- **Stemmingswisselingen** door verandering in de hormoonspiegel en de ontwikkeling van de hersenen. De tiener is daardoor vaak brutaal, schreeuwerig, opschepperig, excentriek gekleed, grof in de mond, eigenwijs, betweter. Een goede tiener zoekt het randje op en gaat er lekker overheen.
- Willen zelfstandig zijn, hun eigen weg gaan, niet meer geleid worden, los zijn van ouders, volwassenen en iedereen die het altijd beter weten.
- Tot 15 jaar zijn tieners **enorm druk en snel afgeleid**. Ze zijn sterk geneigd tot impulsief gedrag.
- Jongeren vanaf 15 zijn juist erg traag. Door de productie van melatonine in de hersenen (slaaphormoon) vallen tieners vaak pas laat in slaap en staan ze het eerste uur op school nog in slaapstand, oftewel een permanente jetlag.
- Ze **experimenteren met gedrag** om een eigen identiteit te ontwikkelen; dit hebben ze nodig om zich van hun ouders te onderscheiden en zich onafhankelijk op te stellen ten opzichte van volwassenen.
- **Bij een groep gelijkgezinden te kunnen horen** is heel belangrijk; subculturen met hun sociaal stelsel, bijbehorende gedragsregels,

taalgebruik en uiterlijke kenmerken; op grond daarvan hoor je erbij of niet.

- Jonge tieners staan nog redelijk open voor hulp, maar jong volwassenen vanaf 16 jaar zijn vaak veel **moeilijker te benaderen** en zijn veel kritischer ten aanzien van eventuele aangeboden hulp.



Tieners van nu

- Voelen zich als een vis in het water met de **digitale informatie** en communicatie, 24 uur per dag, 7 dagen per week.
- Leren aan de hand van associaties in plaats van via vaste patronen en zijn gewend aan heel veel prikkels de hele dag door. Veel prikkels verwachten ze ook van de activiteiten die ze bij JongNL doen.
- Groeien door te **ontdekken** en te onderzoeken, niet van wachten tot iemand zegt wat ze moeten doen. Dus ook bij JongNL. Ze kunnen complexe materie aan.
- Zien **eerlijkheid en respect** als het hoogste goed.
- Leven, leren en werken in netwerken in plaats van 'stand-alone'.
- Accepteren geen bullshit. **Het moet allemaal echt zijn.**
- Willen zelfstandig zijn, zitten in de puberteit, een fase die overgaat.
- De tiener van nu is ook: als hij iets onbekends moet meemaken vaak nog onzeker, afhankelijk en heeft behoefte aan veiligheid, geborgenheid. **Wil de volwassene toch vlak bij de hand hebben.** Is zich vaak pijnlijk bewust van zijn eigen onbeholpen gedrag, zijn onbekendheid en onwetendheid, zijn gebrek aan ervaring en inzicht.
- Tienervrienden zijn onderling continu in contact met elkaar via Whatsapp, Snapchat, Instagram, Youtube en zo meer.
- **Doe als volwassene niet hip of jong om geaccepteerd te worden.** Tieners accepteren je sneller als je bent wie je bent. Probeer authentiek te zijn. Zij prikken feilloos door volwassenen heen die populair willen zijn.
- Door lichamelijke en hormonale veranderingen tijdens de puberteit horen **stemmingswisselingen** en prikkelbaarheid erbij. Tieners hebben daar vaak zelf het meeste last van, maar maskeren dat door hun gedrag.
- Verval niet in 'ik ben toch ook jong geweest', of 'vroeger was alles beter'. **Voor de tiener is verleden tijd, ook verleden tijd.** We leven in het heden.
- Je verprutst het niet zo snel bij deze leeftijdsgroep, het is wel heel moeilijk om het weer goed te maken. **Ze rekenen genadeloos met je af als je niet de juiste toon treft of oneerlijk bent.**

Omgaan met tieners

- Meer overleggen, minder gebieden, minder leiding en meer begeleiding en advisering.
- Tieners willen graag **afspraken en regels** (en dat deze consequent worden nageleefd).
- Vanaf ongeveer 12 jaar kun je tieners het beste los gaan laten, hen meer op eigen benen laten staan en meer verantwoordelijkheden geven. Dat kan wel pas als de tiener laat zien dat hij los gelaten kan worden.

- Tieners gaan op zoek naar evenwicht.
- Geef aan **welk gedrag je wenst**, niet welk gedrag je niet wenst. Blijf altijd positief in je benadering.
- Praat over gebruik mobieltje, social media, drank, drugs en seks. Praat over de gevolgen van gedrag, niet over het verbieden. Een verbod werkt vaak als een rode vlag op een stier.
- Toon **respect** voor hun onderlinge emotie, maar breng ongewenst gedrag waar de groep last van heeft ter sprake: 'Ik begrijp dat je boos bent, maar schelden hoeft niet.'
- Keur niet de persoon, maar het gedrag af. 'je gedraagt je als een gek', in plaats van: 'jij gek!'
- Spreek een tiener aan met een ik-boodschap: 'Ik vind het niet fijn, dat jij .....(gedrag benoemen), want dan .....(je eigen gevoel of gedachte benoemen). Op deze manier keur je het gedrag van de tiener af en niet de tiener zelf. Je zegt wat je zelf denkt/voelt en daarmee laat je ook zien wat je graag anders zou willen. Het is belangrijk dat je heel duidelijk het gedrag van de tiener afkeurt, niet de persoonlijkheid of het karakter.
- Houd met de begeleiders bij welke regels er gemaakt worden en houd je hier samen aan; tieners zijn meesters in het uitspelen van de leiding.
- Houd er rekening mee dat een tiener vaak een rol speelt om gezien of gehoord te worden. Bij vervelend of moeilijk gedrag helpt vaak een persoonlijk gesprekje. Meestal wil een tiener zich niet vervelend gedragen, maar is het een roep om aandacht en begrip.
- Zorg voor evenwicht tussen moeten en mogen.
- Motiveer en inspireer.
- **Laat tieners voelen dat ze mee mogen denken en geef ze verantwoordelijkheid.** Tieners willen al heel graag bij de wereld van de volwassenen horen. Blijf als volwassene wel leiding geven waar nodig; regels zijn regels en afspraken zijn afspraken.
- Respect kun je niet afdwingen. Respect moet je verdienen met wat en hoe je doet.



Omgaan met tieners per leeftijd

Omgaan met 12-14 jarigen

- Daag de jonge tieners uit. **Afwisseling is het codewoord.**
- Willen experimenteren in een omgeving die hun mening respecteert.
- Luister en laat ze zelf nadenken. Ze geven graag hun ongezouten mening, maar het komt er soms bruut uit. Vraag door op wat ze precies bedoelen, zo leren ze hun mening beter te verwoorden.
- Geef ze verantwoordelijkheid, ze hebben echt geen zin om elke week spelletjes te doen. Geef hen de kans om mee het programma te bepalen en win hun vertrouwen door open te staan voor hun zorgen.
- Toon interesse in de leefwereld van de jonge tieners.
- **Bespreek conflicten.** Ze kunnen heel hard zijn voor elkaar. Wijs hen op dat gedrag en organiseer een groepsgesprek als dat nodig is. Wacht wel tot de situatie is afgekoeld! En denk na over de groepsverdeling, vaak is de JongNL groep op deze leeftijd onderverdeeld; kliekjes waarmee ze alles delen.
- Social media is een hulpmiddel om voortdurend met elkaar in contact te staan. Maak hierover duidelijke afspraken, samen met je leden. Vermijd een totaalverbod. Social media biedt immers veel spelmogelijkheden en om positief in beeld te komen met je JongNL afdeling.
- Wees open en vang onzekerheden op.
- Op seksueel vlak verandert er veel. Het helpt om dit thema bespreekbaar te maken.

In deze periode vinden er op verschillende vlakken grote veranderingen plaats. Meisjes ontwikkelen zich net iets sneller dan jongens. Over het algemeen worstelen ze op deze leeftijd met zichzelf, ze zoeken naar hun identiteit en gedragen zich soms stoerder dan ze in werkelijkheid zijn. Het is belangrijk dat je met de leiding een veilige omgeving creëert voor deze tieners, een plek waar ze ten volle kunnen experimenteren en een positief zelfbeeld krijgen.

Omgaan met 14-16 jarigen

- Op deze leeftijd kunnen ze verantwoordelijkheid nemen. Laat hen zelf een activiteit leiden.
- Bepaal samen de regels en laat hen ook meebeslissen over de gevolgen als de regels niet worden nageleefd.
- Hun experimenteerdrang neemt soms de overhand, spreek hen daarom aan op hun gedrag.
- Help mee dingen in gang te zetten in hun omgeving.
- Praat over spanningen en problemen in de groep.
- Wees een **aanspreekpunt** voor vragen over relaties en seksualiteit; de tieners zijn nu op een leeftijd gekomen waar ze regelmatig experimenteren op seksueel gebied. De eerste intieme contacten worden gelegd, de eerste serieuze koppeltjes worden gevormd, maar die kunnen ook weer snel veranderen.
- Vrienden hebben een grote invloed op het gedrag van een tiener. Als één iemand iets uitprobeert, is de kans groot dat zijn of haar vrienden het ook uitproberen.
- 'Sharen' is van groot belang. Gebruik van social media tijdens je activiteiten kan zeer motiverend werken. Stel hierin wel duidelijk regels.
- Meisjes zijn al bijna volledig ontwikkeld, maar jongens veranderen nog sterk op deze leeftijd. Hun leefwereld breidt zich uit naar de ruimere maatschappij, ze stellen zich er veel vragen over en proberen er een positie in in te nemen, dat uit zich soms in opstandig gedrag, waarmee ze zich willen afzetten tegen wat hen irriteert.
- Vrienden zijn belangrijk om een eigen zelfbeeld te creëren, voor leiding is het heel belangrijk om interesse te tonen voor de leefwereld van de tieners, zo zullen ze jou ook respecteren.

Omgaan met 16-18 jarigen

- Ze zijn zich al heel bewust van wat er in de wereld speelt en zijn klaar om daarin verantwoordelijkheid te nemen.
- Laat hen zelf een activiteit voorbereiden en leiden.
- Bespreek het leiding worden en stem daar activiteiten op af.
- **Wees open en kritisch.**
- Ga discussies niet uit de weg en stel uitdagende vragen. Zo leren ze hun argumenten te verduidelijken en te nuanceren.
- Wees een voorbeeld. Je hebt een grote invloed op de normen- en waardenontwikkeling van de tieners.
- Toon respect voor de mening van een ander.
- Wees betrokken bij de leefwereld.
- Ze beginnen uit te gaan en drinken al eens een biertje of roken een sigaret. Maak middelengebruik bespreekbaar en zorg samen met de tieners voor duidelijke afspraken.
- Social media is belangrijk om met elkaar in contact te staan. Laat ze hier gebruik van maken, zelfs tijdens activiteiten, maar spreek met hen af in welke mate het toegelaten wordt.
- (seksuele) **Relaties zijn heel belangrijk op deze leeftijd.** Bespreek dat openlijk, maar ga er bewust mee om. Je bent een vertrouwenspersoon, dus ga niets zomaar doorvertellen. Het kan ook zijn dat er koppeltjes ontstaan binnen de groep. Zorg ervoor dat ze goed weten wat wel en niet kan tijdens bijeenkomsten, activiteiten en kampen.
- Hun lichamelijke ontwikkeling is bijna volledig achter de rug. De ontwikkeling vindt nu vooral plaats op het vlak van normen en waarden. Je kunt hen stimuleren door hen hun vaak ongenuanceerde mening te laten uitleggen. Je zult zien dat ze snel kunnen bijdraaien en een tegenovergesteld standpunt in kunnen nemen.
- **Mensen naar wie ze opkijken hebben een grote invloed.**
- Op deze leeftijd vinden ze het nog altijd leuk om af en toe een goed, of juist heel flauw spel te spelen, maar zet op deze leeftijd vooral in op lol en gezelligheid, zonder dat er de klad in komt.

Tieners binnen de JongNL-groep

- Tieners gaan op zoek naar hun eigen identiteit waardoor er meer individualiteit ontstaat binnen de groep.
- Tieners maken veel lichamelijke veranderingen mee. Dit levert vaak een negatief zelfbeeld op en dit terwijl ze juist dan volop met hun uiterlijk bezig zijn. Ze kijken kritisch naar zichzelf maar ook naar de begeleiding.



- **Tieners zijn vaak onzeker.** Ze worden zich steeds bewuster van hun eigen lichaam, maar ook van dat van een ander. De onzekerheid kan zich ontwikkelen tot verlegenheid of juist leiden tot stoer gedrag.
- Tieners zoeken bij JongNL gezelligheid, en samenzijn in een groep, ze kunnen er activiteiten ondernemen en ervaringen uitwisselen.
- Ze kennen elkaar meestal al jaren en op deze leeftijd groeien ze nog meer naar elkaar toe, doordat ze elkaar minder zien op school, omdat iedereen uitwaait naar andere middelbare scholen en op verschillende niveaus en klassen binnen die middelbare scholen zitten.
- JongNL biedt een veilig houvast en thuis. Ze worden elke week ontvangen, zonder dat er veel van hun verwacht wordt. Bij JongNL kunnen tieners zichzelf zijn, ze kunnen hun verhaal kwijt en er is actie!
- Bij JongNL hoeven de tieners niet te voldoen aan bepaalde eisen. Ze kunnen zijn wie ze graag willen zijn en zullen zich daarbij op hun gemak voelen.
- JongNL biedt de tieners, onder begeleiding, een groep waarmee ze activiteiten kunnen ondernemen en ervaringen kunnen uitwisselen. De tiener oogt dan wel stoer. Hij is ook nog onzeker, is afhankelijk en heeft (toch nog) behoefte aan veiligheid en geborgenheid.
- JongNL draagt bij aan de persoonlijke ontwikkeling van de tieners. De tieners krijgen bij JongNL meer verantwoordelijkheid, waardoor ze zelf zullen ondervinden wat de gevolgen zijn van hun handelen. Het is een veilig proces van geleidelijkheid. **Het gaat om afnemende leiding, toenemende begeleiding en zelfstandigheid.** Begeleiding wordt zelfs adviseren. Ze doen op deze manier ervaringen op waar ze de rest van hun leven profijt van hebben.
- JongNL biedt tieners, in hun vrije tijd, in groepsverband, gevarieerde activiteiten voor hun ontspanning en ontplooiing. JongNL is een veilige haven en podium waar de tiener zich stapje voor stapje in een zeer kwetsbare leeftijd samen met vrienden en vriendinnen kan ontwikkelen tot een gewaardeerd en verantwoord lid van onze samenleving.



Valkuilen bij het werken met tieners

Tieners haken af als het niet boeiend genoeg is. Laat een activiteit die niet in de smaak valt, niet te lang duren. Tieners schromen niet om hun mening hierover met je te delen. Werken met de TienerTop5 biedt de mogelijkheid de activiteiten spannend te houden.

Prominent aanwezige en dominante tieners

Hun mening vormt zich snel tot ‘de mening van de groep’, doordat ze door hun populariteit of overwicht de groep hierin meetrekken. Probeer deze tieners te doorzien en geef niet altijd toe aan hun mening, maar leg duidelijk en zonder vingers te wijzen uit waarom bepaalde activiteiten gedaan worden, ook al is dit niet naar ieders zin. Werken met de TienerTop5 kan dit probleem oplossen.

Tieners **haken soms af** wanneer zij het te druk krijgen op hun middelbare school. Probeer hier afspraken over te maken. Bekijk of het beter werkt wanneer de tienergroep één keer per twee weken wordt gehouden.

Het verzanden in het doen van dezelfde activiteit elke week

Tienergroepen hebben vaak hun voorkeur voor één bepaald spel of activiteit. Het is heel gemakkelijk om dit dan heel vaak te spelen, maar uiteindelijk raakt er de klad in, zowel bij de leiding als bij de tieners. Juist bij tieners is het belangrijk dat je een uitdagend programma maakt; ze hebben zoveel keuze aan vrijetijdsbestedingen! De taak van de leiding is onder andere om de tieners bij JongNL te houden omdat ze het leuk vinden en er niet vanaf willen omdat het saai wordt. De TienerTop5 is een werkmethode om activiteiten spannend en uitdagend te houden.

Pesterijen

Tieners kunnen al aardig voor zichzelf opkomen en lijken vaak niet op hun mondje te zijn gevallen. Toch kunnen pesterijen, doordat **onzekerheid** vaak de boventoon voert, zowel bij de gepeste als bij de pester, een grote impact hebben. Heb daarom aandacht voor de grens tussen plagen (af en toe tussen ‘gelijkwaardige tieners’) en pesten (vaak en steeds dezelfde tieners die het mikpunt zijn). Maak het bespreekbaar als die grens overschreden dreigt te worden.

JongNL voor tieners

JongNL Limburg biedt waar nodig ondersteuning en activiteiten voor leiders en leidsters die met tienergroepen werken, met als doel het plaatselijke jeugdwerk te verbeteren.
Hieronder vind je een overzicht van de workshops, cursussen en activiteiten die je als begeleiding van een tienergroep kunt aanvragen.



Workshops bedoeld voor de (bege-)leiding van tienergroepen

Algemene workshops
Programmeren
Mijn leeftijdsgroep
Social Media
Van senior naar leiding

Veilig jeugdwerk
Eerste hulp bij acute gevolgen van alcohol- en drugsgebruik
Cursus BHV
Cursus EHBO

Verdiepingsworkshops
Omgaan met tieners
Omgaan met intimiteiten
Omgaan met ander gedrag
Omgaan met pesten
Hoe sta ik voor de groep

Spel, beweging en creativiteit
Spelen voor grote groepen
Spelen voor kleine groepen
Samenwerkingsspelen
Gezelligheidsspelen
Improvisatiespelen
Samen beweging maken
Theaterspelvormen
Knutselkast komt tot leven

Natuurbeleving
GPS, Kaart en Kompas
Werken met hout en touw

Workshops en activiteiten die je kunt doen met je tienergroep
Outdoorcooking
Handige Handen
Proefjes en Machinetjes

Spellen te leen JongNL
Spreek je uit en zet RespectOn
EHBO-Doe je zo
Complimentenspel
Bordspel van senior naar leider
Waaier met gespreksstarters

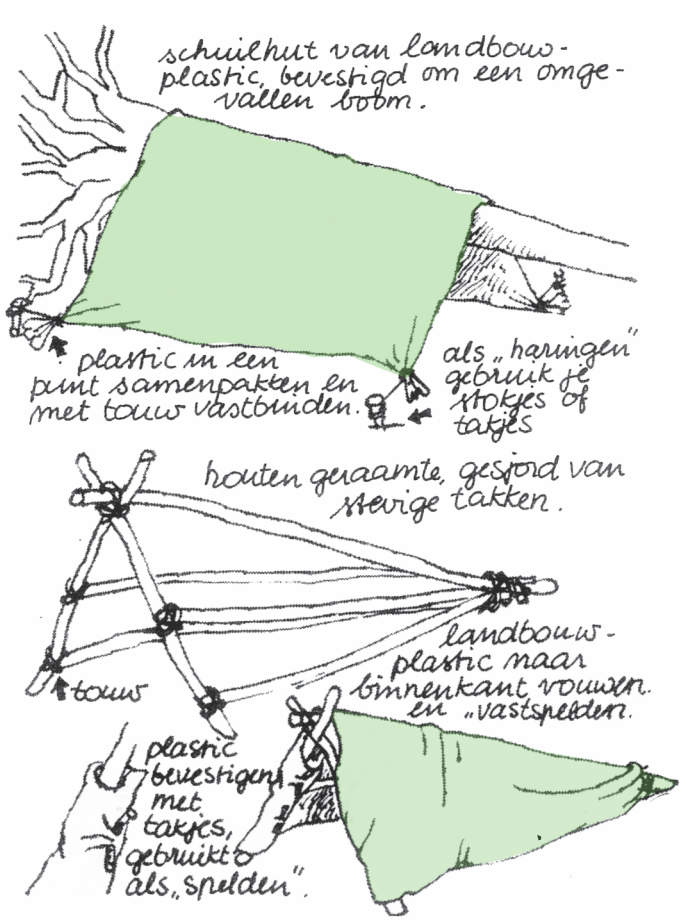
Provinciale activiteiten
FilmFestival
Survival in de Ardennen
Moonwalk
Outdoordagen
Night of ..

Kopen of huren
De Stichting Activiteiten JongNL heeft een breed scala aan spelmaterialen die je kunt gebruiken tijdens de groepsbijeenkomsten. Zie jongnl.nl > webshop.

Onderkomens maken

Maak een slaapplaats van landbouwplastic

- Bouw bij een omgevallen boom met het plastic een tentje door het plastic om de omgevallen boom te draperen.
- Maak een houten geraamte en span daar het plastic om. Zet het geraamte schuin tegen een boom of hek.
- Maak met takken een houten geraamte in de vorm van de papieren friet-zak en span de plastic er overheen.



outdoor actief

Kampvuurlekkernijen



Goddelijke bananen

nodig bananen, stukken chocolade of hagelslag, aluminiumfolie.

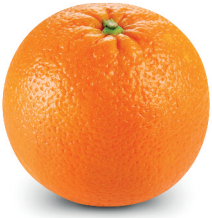
Pak een banaan en snijd met een mes in de lengte een lange sleuf in de banaan. Vul deze met de chocolade. Pak de banaan in met aluminiumfolie en leg hem in de hete as.

Gepofte appel

nodig appel, suiker, kaneel, rozijnen, aluminiumfolie en boter

Was de appel, maar schil hem niet. Steek het klokhuis er uit en vul deze met rozijnen, kaneel en suiker. Smeer de aluminiumfolie in met boter en pak de appel in. Leg hem in de hete as.

Pof ook eens een aardappel of een courgette.



Een ei in een sinaasappel

nodig sinaasappel, ei, prikkers

Neem een sinaasappel en snijd het topje ervan af, zodat je een soort dekseltje krijgt. Hol het vervolgens helemaal uit. Breek het ei en giet het in de holle sinaasappel. Leg daarna het dekseltje weer op de sinaasappel en steek het vast met twee dunne twijgjes/prikkers. Probeer het ook eens met een gehaktbal, een aardappel of een stukje vis.



Een vliegensvlug soepje

nodig water, bouillonblokje, champignons, bloem, roomkaas, peper en zout

Kook 500 ml water en voeg het bouillonblokje toe. Snijd de champignons in stukjes en voeg deze toe aan de bouillon. Voeg de roomkaas toe en bind het waar nodig met een beetje bloem. Een beetje peper en zout voor de smaak en klaar is kees. Experimenteer naar hartenlust met de recepten door verschillende kruiden of andere groenten te gebruiken. Tijm, dille, peterselie, oregano en basilicum geven je recept net een kruidiger tintje.

Het kampvuur leent zich goed voor spook- en andere verhalen

Bij jonge tieners zul je even af moeten tasten wat wel en niet kan. Daarom kun je het beste met een spannend verhaal beginnen, dat toch grappig af loopt zoals het verhaal over 'de man met de bloedende vinger', of even een schrikmomentje op het einde heeft, waardoor iedereen moet lachen en het 'enge' er van af is, zoals het verhaal over 'het gouden been'. Deze verhalen vind je gewoon op het web. Het zijn ook geen lange verhalen, zodat je ze van te voren uit je hoofd kan leren, want van een blaadje af lezen, neemt toch wel meteen al een beetje de sfeer weg.



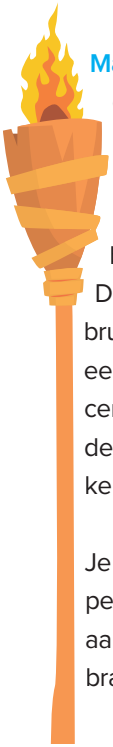
Leef je bij het vertellen goed in, kijk goed rond en kijk tieners in de ogen aan. Fluister als het nodig is en gebruik handbewegingen om je verhaal ook visueel te maken.

Basisprincipes van een goed verhaal

Misschien kennen de tieners zelf ook nog goede verhalen die ze willen vertellen of kent de leiding nog mooie verhalen van hun eigen tijd bij JongNL als lid. Bij deze verhalen hangen ook nog de oudere tieners aan je lip. De verhalen zoals hier boven beschreven zullen misschien niet meer zo goed werken bij ouderen, maar bij hen kun je juist inzetten op het delen van hun eigen verhalen. Wat hebben ze mee gemaakt, waar zitten ze mee, etc. Door eerst te delen wat jullie vroeger allemaal deden tijdens kamp of met op stap gaan, creëer je een natuurlijke ingang om het gesprek aan te gaan met de tieners en zo hen te laten vertellen. Zo kunnen problemen, onzekerheden, dingen waar ze van balen, maar ook bijvoorbeeld verliefdheden en succesverhalen aan bod komen. Dit hoeft niet in een grote kring met z'n allen plaats te vinden, maar juist door de intimiteit die al ontstaan is door het kampvuur en het donker in je rug, kunnen er kleinere groepjes ontstaan met elk hun eigen onderwerp waar over gesproken wordt.

Forceer zulke gesprekken niet, maar laat ze natuurlijk ontstaan. Wanneer er vanuit de tieners niet zo veel input komt, is dat ook goed. Misschien luisteren ze heel graag naar de (sterke) verhalen en dat is ook prima. Let bij die (sterke) verhalen wel op je voorbeeldrol en probeer verhalen waarbij je bijvoorbeeld erg dronken was te vermijden.

Fakkels maken



Maak zelf je eigen fakkel. Een fakkel kun je gebruiken als vervanger van de zaklamp tijdens je hike. Dennenbomen bevatten hars en zijn daardoor prima brandbaar. Dode dennentakken kun je gebruiken omdat ze nog veel hars bevatten. Als een dennenboom dood is trekt de hars uit de takken naar de stam en dan weer naar de wortels. Bij een dode boom vind je dus vooral veel hars bij het onderste gedeelte van de stam. Dat hout is ook goed brandbaar en kun je prima als aanmaakhout gebruiken. Of je kunt er een fakkel van maken. Maak in een dikke tak met een mes, aan een van de uiteinden, inkepingen in kruisvorm van zo'n 10 centimeter diep. Steek er stukjes berkenbast, droge takjes of ander tondelmateriaal in. Dit kun je aansteken. Het zal zeker niet de eerste keer lukken, maar veel oefenen zorgt ervoor dat je weet wat het beste werkt.

Je kunt ook een fakkel maken door een lap stof te drenken in vet of lampenolie en die lap om een stok te draaien. Maak de lap met spijkers vast aan de stok. Zorg dat er geen kunststoffen in de lap zitten. Als die gaan branden krijg je druppels die lelijke brandwonden kunnen veroorzaken.

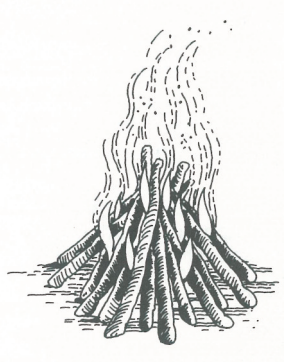
Kampvuurverhalen



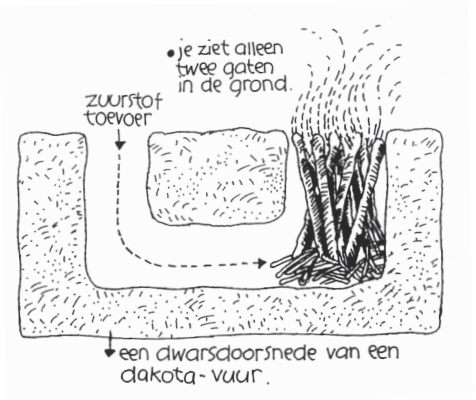
Verhalen zijn belangrijk voor het gemeenschapsgevoel

Al heel lang verzamelen mensen zich rondom een kampvuur om elkaars verhalen te horen. Het is de sfeer van een kampvuur waardoor mensen graag vertellen. Denk maar aan de sterrenhemel, het knapperende vuur, de angstaanjagende donkerte in de rug en de heerlijke geur van een lekker potje uit de Dutchoven. Doordat de gezichtsuitdrukking bij een kampvuur moeilijker te zien is, ga je al snel praten en elkaar verhalen vertellen.

Verschillende vuren



wigwamvuur Stapelen als een wig-wam.
stervuur Vorm van een ster.
De hout steeds naar binnen duwen.
dakotavuur Kan alleen in zachte grond.
Het zijn twee gaten die in de grond met elkaar verbonden worden. Het vuur heeft weinig warmte-verlies, is spaarzaam met hout, kan gestookt worden met dunne takjes en heeft geen rookontwikkeling.





laplandvuur Het laplandvuur is een vuur om op te koken en is een Finse techniek. Het idee is dat je 2 boomstammen op elkaar stapelt, met daartussen een aantal dikke takken, zodat er een spleet tussen de stammen ontstaat. In de spleet maak je een langgerekt vuur, zodanig dat na verloop van tijd de boomstammen ook beginnen te branden. Op de dikke boomstammen kun je een pot zetten om te koken.






outdoor actief

Aan de slag met vuren



Om de tondel bouw je met licht ontvlambaar materiaal een wig-wam. Snij zelf kleine dunne twijgjes, houtkrullen, houtsnippers en zo meer. Dit is allemaal nodig om een goede basis te hebben voor je vuur. Stapel dan in een pyramide steeds meer en zwaarder/dikker hout tegen elkaar en zorg voor voldoende zuurstof.

Dennenhout is goed aan te maken en geschikt voor een kampvuur. Linde, kastanje en eik branden goed en geven veel warmte, dus prima te gebruiken voor als je iets wilt gaan koken. **Beuk** is prima, brandt helder maar geeft veel vonken. Hout met merg zoals een vlier maar ook een iep en een wilg zijn niet zo geschikt.

Droog hout brandt het beste. Droog hout kun je vinden onder de onderste takken van bomen en struiken. Naaldhout brandt ook goed als het nat is.

Goed aanmaakhout zijn droge berkentakjes. Die takjes vallen uit berkenbomen. Als ze op de grond liggen worden ze vaak vochtig. De droge takjes hangen vaak in andere takken en struiken naast de berkenboom. Bij aanmaakhout is het vooral belangrijk dat de takjes dun zijn. Dunner dan een pink. Je kunt de takjes ook in de weken voor de hike verzamelen en in een plastic zakje meenemen in je rugzak. Aanmaakhout kun je ook maken door van een vloerplank, met een scherp mes, splinters af te halen. Neem ze mee in je rugzak en gebruik ze als je ze nodig hebt.



Maak je eigen aanmaakblokje: de tondel





Als je houdt van lekker makkelijk doen, gebruik je voor het aanmaken van een vuurtje een aanmaakblokje. Witte aanmaakblokjes kunnen behoorlijk stinken en dat is niet smakelijk als je die gebruikt als je gaat koken. Je kunt ook een **uitgepluisde tampon** gebruiken, die je eventueel vermengd met lippenbalsem. Voordeel is dat het snel brand. Of maak een eigen tondel door 3 stukjes toiletpapier op te vouwen tot een vierkant pakketje. Omwikkel het pakketje met een katoenen draad of een stuk touw. Zorg dat je een stuk touw overhoudt om het pakketje in de parafine (kaarsvet) te dopen. Als dat gebeurd is hang je de tondel te drogen. Als de parafine gestold is, kun je de tondel gebruiken. Steek hem aan met een lucifer en hij zal een aantal minuten branden om als basis voor je vuurtje te dienen.



Je kunt ook een tondel maken door **materialen uit de natuur** te gebruiken die je tijdens de hike verzamelt. Goede tondels zijn bijvoorbeeld droge paddestoelen, dennennaalden, oude vogelnestjes en muizennesten. Een stuk berkenbast kan ook dienen als tondel. Deze bast bevat olie. Door met een mes stukjes berkenbast op te krullen, maak je zelf ontvlambaar materiaal, ook als het nat is. Gebruik de bast van dode takken.

Wat ook werkt is de **tondeldoos**. Stop een katoenen shirt in een metalen blikje en boor een klein gaatje in het blikje. Leg het blikje in het vuur. Als er een vlammetje te zien is boven het gaatje, dan is het shirt aan het verkolen. Als het shirt verkoold is, kun je het als tondel gebruiken. Een klein stukje verkoold shirt zal bij een vonk of de vlam van een lucifer snel gaan branden en kan dus als een tondel gebruikt worden. Ter voorbereiding op de hike maak je een aantal tondeldozen zodat je onderweg gemakkelijk een vuur kunt aanmaken.

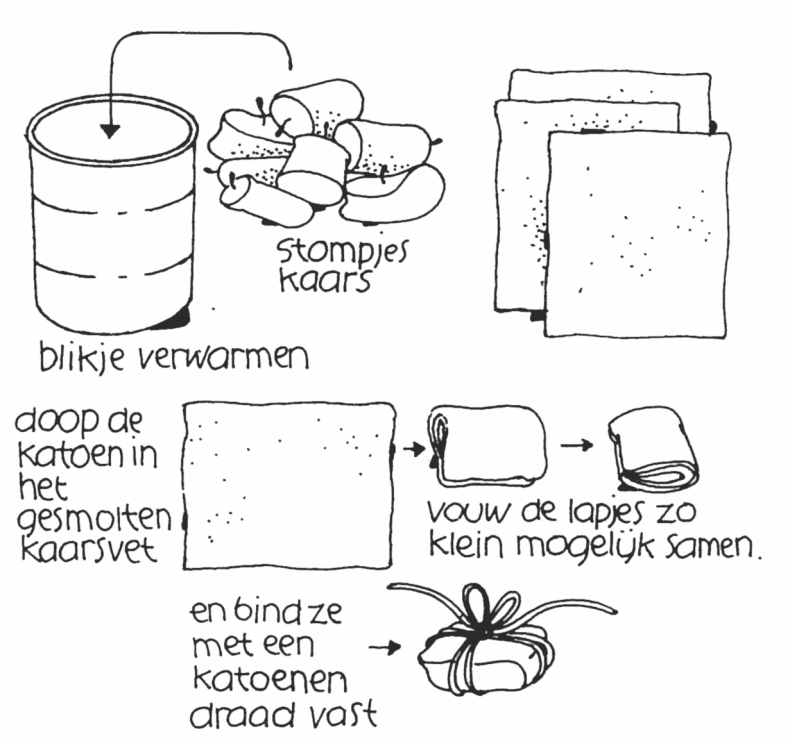
outdoor actief

Vuur maken



Voor **primitieve volkeren** betekende vuur dat ze in leven bleven. Daarom bleef het vuur dag en nacht branden. Als een groep zich verplaatste namen ze het vuur mee in een klein potje met gaatjes. Vuur werd gebruikt om te koken, zich te verwarmen, om wilde dieren op afstand te houden en natuurlijk voor een portie gezelligheid.

Om vuur te krijgen heb je een **vonk** of vlam, **brandstof** en **zuurstof** (lucht) nodig. Als een van de drie wegvalt dooft het vuur of krijg je geen vuur.
De basisopzet van een vuur is de tondel, dat kan hooi, dons, gras, gedroogde bladeren of een zelfgemaakte tondel van kaarsvet zijn.



Zo'n hike komt het beste tot zijn recht in groepjes van 4-5 tieners. Als je dus een grotere groep hebt, loop dan in verschillende groepjes de hike. De groepjes komen elkaar regelmatig, tijdens de route, tegen en doen dan een opdracht die past binnen de hike.

Waar hou je een hike?

Het mooiste is de hike te lopen in een natuurgebied waar je het gevoel hebt alleen te zijn en van de buitenwereld te zijn afgesloten. Als het kan is het ook top als het terrein een beetje afwisselend is zoals sompige vennen, uitdagende rotsen, een kabbelend riviertje, uitgestrekte velden en zo meer. Denk er wel aan dat de route, in geval van een noodsituatie, bereikbaar moet zijn met een auto.



Randgebeuren

Een hike is geen dropping waar het alleen maar gaat om veel kilometers te lopen. Tijdens een hike vinden tieners het leuk om ook tussendoor iets te doen. Denk aan kayakken, abseilen, hoogteparcours, langlaufen, touwbruggen maken, gipssporen maken, rivier oversteken en zo meer.

Uitdagende opdrachten maken de hike!



Outdoor Actief - De Hike



De waarde van een hike

Eventjes er tussenuit knijpen met je groep en lekker hiken. Even weg uit het leventje van alledag. Hiken is een prima activiteit voor tieners.
Het kan heerlijk zijn om enkele dagen in natuurrijk terrein door te brengen. Bouw zelf een onderkomen, hengel een visje en bak het boven een houtvuurtje, loop door beekjes en ga zover tot je niet meer kunt... .
Verleg jij grenzen?

Een hike geeft tieners, na afloop, het gevoel van een frisse douche, vooral omdat ze ervaren dat ze zelf tot alles in staat zijn. Spelenderwijs leren tieners zichzelf en de ander beter kennen en bouwen ze aan hun zelfvertrouwen.

Belangrijkste uitgangspunt is dat de tieners zin moeten hebben om samen een hike te ondernemen.



Een hike is mooi omdat elementen als: ieder op zijn waarde schatten, elkaar over een dood punt helpen, jezelf laten zien, jezelf laten horen, moreel tonen, je handen uit de mouwen steken, praktisch bezig zijn, niet ouwehoeren en geen moeilijke woorden gebruiken, veelal aan bod kunnen komen.

Uit ervaring weten we dat de leukste hikes, die hikes zijn waar je echt in de ‘sfeer’ komt. Die sfeer is: afgebrand zijn, hongergevoel hebben, samen in hetzelfde schuitje zitten, de natuur intens ervaren.





creatief

Mode-atelier ’t piekfijne pailletje: pompom

Speel het spel binnen
nodig bierviltjes, garen in verschillende kleuren
tijdsduur vanaf 30 minuten
doel maak schattige, zachte pompoms
speluitleg Neem twee bierviltjes en knip in elk een rondje uit. Leg ze op elkaar en knoop er het uiteinde van het garen aan vast. Haal het garen door het gat en draai het om het viltje, om wederom door het oog te gaan. Herhaal dit totdat je bijna geen draad meer door het gat krijgt (goed gevulde pompom). Je kunt ook eerder stoppen.
Houd de draad goed vast in het midden en knip met een schaar de draden los tussen de twee schijven. Bind vervolgens met een touw de draden goed vast tussen de twee schijven. Haal ze nu uit het karton.

Mode-atelier ’t piekfijne pailletje: pimp je broek



Speel het spel binnen
nodig jeans, stofjes, textiellijm, textielverf
tijdsduur vanaf 30 minuten
doel pimp je broek
speluitleg Knip van oude broeken de pijpen af en knip in de zijkant een driehoek eruit. Hier kan met textiel een ander stofje op worden gelijmd. Ook de zakken en boordjes kunnen met diverse stofjes worden gepimpt.
Je kunt je fantasie helemaal de vrije loop laten gaan.



creatief

Columbus 2.0

Speel het spel binnen
nodig wat nodig is
tijdsduur vanaf 60 minuten
doel ontdek jouw ideale leefomgeving
speluitleg Verdeel je groep in kleine groepjes (dit hoeven geen even grote groepjes te zijn) of speel het spel met de hele groep. Stel je mag voor wereldleider of burgemeester spelen en in één dag alles veranderen. Wat zou jij of zouden jullie veranderen? Hoe ziet jouw ideale wereld eruit?

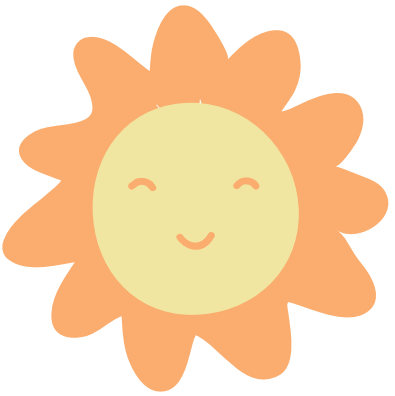
1. Bouw een wereld op 'from scratch'.
2. Hoe gaat jouw wereld heten?
3. Maak een nieuw volkslied en stel nieuwe regels op die gelden in jouw wereld.
4. Welke vlag wappert er aan de vlaggenstokken?
5. Hoe ziet de wereld eruit volgens jouw dromen?
6. Maak een maquette van een dorp / stad in jouw wereld.

variatie Maak het kleiner en kruip in de huid van burgemeester van jouw eigen stad of dorp.
variatie Wat zou er allemaal gebeuren als je de pet van voorzitter van JongNL op zou hebben?



- Vragenronde: Om de beurt moeten twee tieners een gesprek voeren, maar zij mogen alleen vragen stellen aan elkaar. Is hij af of wacht een tiener te lang, omdat hij niet weet wat hij moet zeggen, dan wordt deze vervangen door een andere tiener die met het gesprek verder gaat;
- Verboden te lachen: Twee tieners spelen een scène, waarbij de kijkers bepalen wat voor scène er gespeeld gaat worden. Er mag niet gelachen worden. Wanneer een tiener dat wel doet of te lang wacht, wordt deze tiener vervangen;
- Moordspel: één tiener blijft staan en 3 (of meer) gaan er naar de gang waar ze niets horen. De eerste tiener krijgt te horen dat er iemand vermoord is: De moordenaar, de plaats delict en het moordwapen worden verzonnen door de kijkers. Als dit duidelijk is, wordt tiener 2 van de gang afgehaald. Tiener 1 moet nu aan tiener 2 uitbeelden wie de moordenaar is, wat de plaats delict is en welk moordwapen er gebruikt is. Er mag hierbij niet gesproken of geraden worden. Tiener 2 doet de bewegingen van tiener 1 na. Zodra tiener 2 de moordenaar denkt te weten, schudt hij de eerste persoon de hand, deze gaat door naar de locatie, etc... Is alles duidelijk, dan komt tiener 3. Tiener 2 beeldt het uit aan tiener 3, die de bewegingen na doet. Als de laatste tiener alles heeft nagedaan, mag hij vertellen wie hij denkt dat de moordenaar is, wat de moordlocatie is en wat het moordwapen is.





creatief

Lama's in de dop



Speel het spel binnen
nodig voorwerpen
tijdsduur 30 minuten
doel stimuleren van het improvisatievermogen
speluitleg Theatersport is een vorm van theater, waarbij ter plekke dingen verzonnen worden over bepaalde onderwerpen, plaatsen, gebeurtenissen, personen, enzovoort. De spelregels zijn eenvoudig: niet blokkeren, niet beledigen, de spelleider heeft gelijk. De tieners als publiek bepalen welke scènes er gespeeld worden of wat ze willen zien.

- Aller slechtste allertijden: de tieners beelden om beurt uit wat volgens hen de aller slechtste .. is aller tijden. Bijvoorbeeld een titel voor een actiefilm, openingszin in een discotheek of leerkracht op school;
- Doventolk: een interviewer interviewt een geïnterviewde over een hobby, beroep of expertise van diegene. Een derde persoon is de 'doventolk', die met mime uitbeeldt wat er gezegd wordt;
- Papier hier: Twee tieners spelen een scène, waarbij ze zinnen voorlezen van papieren vliegtuigjes of propjes, die vanuit het publiek naar ze zijn toegeworpen. De zinnen moeten direct in de scène verwerkt worden (bijvoorbeeld uit Nederlandstalige liedjes);
- Voorwerpenronde: De meegebrachte voorwerpen liggen op de grond. Iedereen mag om de beurt naar voren komen en van één van de voorwerpen uitbeelden wat het écht is (een andere functie als het daadwerkelijk is);



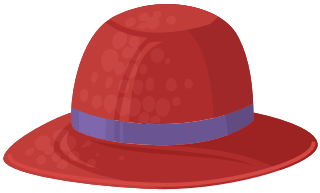
Go social

Speel het spel binnen eventueel buiten
nodig smartphone, internettoegang
tijdsduur 10-15 minuten
doel krijg zoveel mogelijk likes en volgers
speluitleg Social media is niet meer weg te denken uit onze maatschappij. Overleg met de groep wat een populaire social media app is en maak een account aan met de groep. Stippel een strategie uit om zoveel mogelijk 'likes en volgers' te krijgen. Samen met de groep ontwikkel je iedere groepsavond leuke, originele, grappige, shocking, uitdagende en vernieuwende content voor het social media kanaal. Alle ideeën zijn welkom. Samen met de groep maak je een keuze.
Plaats iedere groepsavond een filmpje. Hoe snel kunnen jullie groeien? Houd je het account zelf in handen of is er iemand die deze verantwoordelijke taak kan dragen?
variatie Maak 2 teams in je groep en neem het tegen elkaar op, op social media.



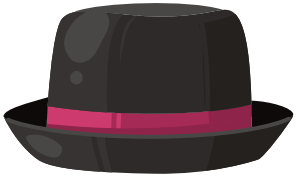
creatief

3-in-de-hoed



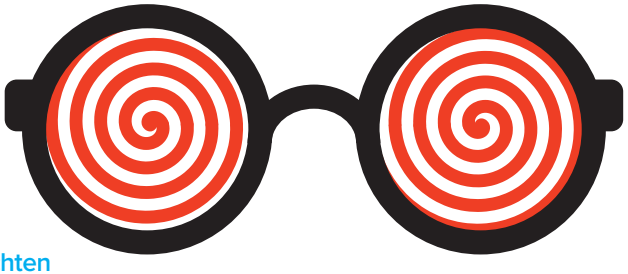
Speel het spel binnen
nodig hoed (of bak/pan), pen, papier
tijdsduur 30 minuten
doel verdien zoveel mogelijk punten aan het einde van de rondes
speluitleg In een hoed liggen een aantal briefjes met daarop woorden die omschreven en uitgebeeld kunnen worden. Er worden vervolgens twee of meerdere teams gemaakt.
1-in-de-hoed: Een tiener van het eerste team komt naar voren. Deze probeert binnen 30 seconden zoveel mogelijk woorden van de briefjes uit de hoed te omschrijven. Daarbij mag er niet letterlijk gezegd worden wat er op het briefje staat en alleen het eigen team mag raden, het andere team moet stil zijn. Na de 30 seconden, mag het andere team hetzelfde doen. De briefjes met de geraden tekst worden apart gelegd en tellen als één punt. Aan het eind van de eerste ronde worden de briefjes geteld en de punten per team genoteerd. Vervolgens worden alle briefjes weer in de hoed gedaan.
2-in-de-hoed: Bij de tweede ronde is het de bedoeling dat de tekst van de briefjes wordt uitgebeeld. Ook na deze ronde worden de briefjes geteld en de punten opgeschreven.
3-in-de-hoed: Bij ronde drie worden de briefjes weer in de hoed gedaan. Nu moeten de briefjes beschreven worden in één woord. Welke team weet zich nog te herinneren welke woorden allemaal voorbij zijn gekomen? Ook bij ronde 2 en 3 wordt na 30 seconden van team gewisseld.





Crazy 88

Speel het spel binnen en buiten
nodig smartphone, internettoegang, 88 opdrachten
tijdsduur vanaf 60 minuten
doel verdien zoveel mogelijk punten door creatief en origineel te zijn
speluitleg Crazy 88 is een spannende race tegen de klok en tegen elkaar. De tieners worden verdeeld in gelijke groepjes. Een groepje moet 88 opdrachten voltooien, voor punten, binnen een gestelde tijd. Creativiteit in de breedste zin van het woord wordt rijkelijk beloond met extra punten. De groepen moeten proberen om zoveel mogelijk opdrachten uit te voeren, creatief en vindingrijk te zijn. De uitvoering van de opdrachten moet worden vastgelegd op foto of video. Een moeilijke opdracht levert meer punten op dan een makkelijke opdracht.
variatie Maak er een bingo-spel van, door aan ieder bingonummer een opdracht te verbinden. Per groep mogen ze één bingonummer trekken. Dit is de opdracht die ze moeten uitvoeren. Is een opdracht klaar? Laat de leiding controleren en trek een volgend nummer.



voorbeeld opdrachten

- doe een goede daad
- fotografeer een vlieg
- klim allemaal in een boom
- knip een kapper
- lak je nagels

Op het world wide web vind je duizenden opdrachten.

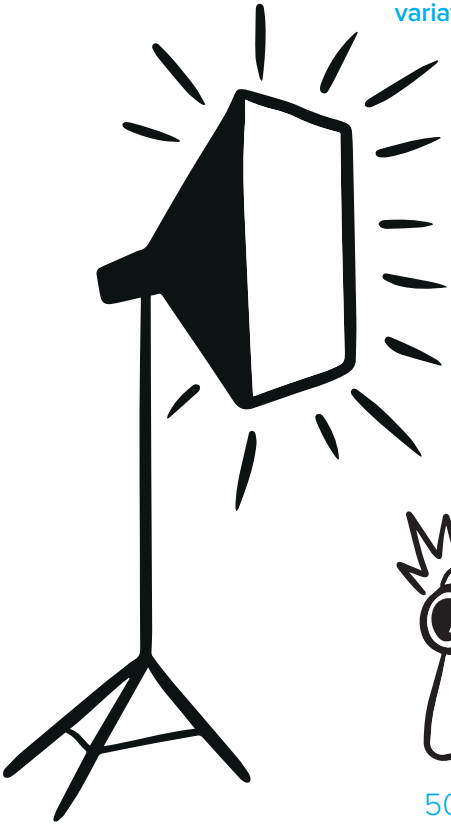
creatief

Foto-story



Speel het spel binnen
nodig fototoestel of telefoon
tijdsduur 30 minuten
doel Doelbewust het doel veranderen
speluitleg De tieners gaan in gelijke groepjes uit elkaar. Samen verzinnen ze een leuk verhaal wat ze gaan uitbeelden door middel van foto's. Hierbij denken ze na over de poses die op de foto's komen, hoe de personages er op de foto's uit komen te zien. De vervolgstap is de foto's daadwerkelijk te maken en een verhaal erbij te maken. De fotoverhalen worden verzameld. Gezamenlijk wordt er geluisterd naar de verhalenverteller van de groep en het bijbehorende eindresultaat bekeken.

variatie Het is leuk om de fotoverhalen over te dragen aan een andere groep, die haar fantasie de vrije loop laat en een eigen zwaai aan het verhaal geeft.





creatief

Gekke tekstwolkjes

Speel het spel binnen
nodig tienertijdschriften, scharen, lijm, A4-vellen, stiften
tijdsduur 30 minuten
doel verzin een grappige tekst bij een bestaande foto
speluitleg De tieners knippen ieder 5 foto's uit de tijdschriften en plakken deze op A4-vellen. Op de foto's moeten personen staan afgebeeld. Voor één of meerdere personen op de foto's moet iedere tiener een tekstwolkje of tekstballonnetje uitknippen. Hierop komt een fantasietekst te staan die de persoon op de foto gaat uitspreken. Samen wordt besproken welk tekstballonnetje of -wolkje het leukst is. Deze wordt erop geplakt.
variatie Probeer bij foto's met meer personen korte vragen, antwoorden, opmerkingen of gedachtenspinsels in de tekstwolkjes of ballonnetjes te verwerken. De eerste tiener legt een wolkje neer voor één persoon op de foto. Tiener 2 voor een 2e persoon op de foto, enzovoort. Welke interessante gesprekken weten jullie te ontfutselen?



creatief

Kokkerellende keuken kokken



Speel het spel binnen
nodig kookmaterialen
tijdsduur 30 minuten
doel lekker gezellig culinair bezig zijn
speluitleg Een ontspannen avond, waarbij aan de slag wordt gegaan in de keuken. Samen culinair bezig zijn door bijvoorbeeld groenten te snijden, brooddeeg te kneden, hartige gebakjes te bakken.. en ga zo maar even door!
Enkele mogelijke scenario's:

- maak allemaal thuis lekkere hapjes en neem ze mee naar de groep of verdeel bijvoorbeeld het voor-, hoofd- en nagerecht;
- zoek thuis een heerlijk hapjes recept, neem de ingrediënten mee (of leiding zorgt voor de ingrediënten) en jullie gaan het samen maken;
- aan de start zoekt de groep samen lekkere recepten uit, gaan inkopen doen en gaan aan de slag.

variatie Maak er een Spaanse, Italiaanse, Turkse of Chinese kokkerelavond van.
variatie Maak er een spannende 'heel JongNL-bakt'-wedstrijd van. In een tent, met een jury verkleed als Robert en Jannie, met een enthousiaste presentator als André. Dat maakt het af.
variatie De spelleider zoekt van te voren hapjes recepten uit, welke door de groep worden gemaakt.
variatie Om het nog uitdagender te maken zou je elk groepje een bepaald geldbedrag kunnen geven waarvoor ze inkopen moeten doen. Ze kunnen dan onderhandelen of wellicht proberen om de ingrediënten 'gesponsord' te krijgen, ze zijn immers van JongNL.

Creatief zonder kwasten

Speel het spel binnen
nodig verf, wasbakken, witte lakens en een plastic zeil
tijdsduur vanaf 30 minuten
doel maak een knettergekke schildering
speluitleg In het lokaal wordt de vloer voorzien van een plastic zeil. Hierop liggen 1 of meerdere witte lakens. We gaan een schilderij maken, maar we hebben geen kwasten. Wat nu? Verven met het lichaam.
Laat de tieners van te voren een handdoek van thuis meenemen en zeker oude kleren aan trekken.
aankleding Zoek op het internet naar 'inspirerende schilderquotes', print ze uit en hang ze door de ruimte waar geschilderd gaat worden. Bekijk voordat je begint voorbeeldfilms van diverse schilders, zodat de tieners inspiratie kunnen opdoen.
Bekende inspirerende schilders zijn bijvoorbeeld Bob Ross en Jackson Pollock. Of zoek op 'action painting' voor meer inspiratie.
variatie Je gebruikt wel kwasten, alleen deze mag je alleen met je tenen vasthouden.
variatie Geef iedereen een deel van een schilderij en voeg alle delen samen tot een groot schilderij.
variatie Geef iedereen een canvas en verzin een thema voor de schilderijen. Thema ideeën zijn: de sombere seizoenen, abstract lijnenspel, of een uniek universum.



creatief

Kettingreactie

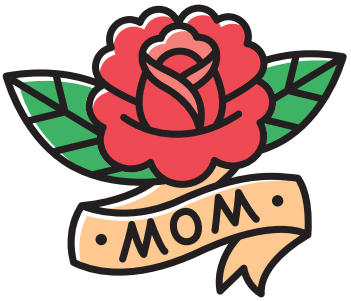
Speel het spel binnen
nodig wat er voor handen is
tijdsduur vanaf 30 minuten
doel maak een mooie kettingreactie
speluitleg Maak met behulp van allerlei materialen die je voorhanden hebt (of laat tieners van te voren al een beetje nadenken en materialen meenemen die ze mogelijk kunnen gebruiken) een zo origineel mogelijk kettingreactiebaan, waarbij je in het begin één kleine handeling verricht, waarna er een heel proces aan acties plaats vindt, om ergens te eindigen.
materiaal Eigenlijk kan alles wel gebruikt worden om een kettingreactie te creëren. Bekijk vooraf YouTubefilmpjes, zodat je kunt zien wat er zoal gebruikt wordt. Loop vervolgens een rondje door je blokhut en pak alles wat je denkt te kunnen gebruiken; houten blokken, lege flessen, touw, stoelen, tafels, tape, ballen, hockeysticks, hoepels, blikken, wc-rollen, enzovoorts. Misschien heb je niet alles nodig, maar misschien inspireert bepaald materiaal ook wel tot creatieve mogelijkheden.



Tante Tiny's TattooShop

Speel het spel binnen
nodig verf, henna, viltstiften, schmink
tijdsduur vanaf 30 minuten
doel maak de mooiste tattoo
speluitleg Er worden duo's gevormd. Samen gaan ze aan de slag met het ontwerpen van (persoonlijke) tattoos. Laat iedereen een eigen ontwerp uitzoeken of maken. Verschillen zijn juist leuk!
Laat het eindresultaat aan iedereen zien en bespreek bijvoorbeeld waarom voor een bepaald ontwerp is gekozen en wat dat over een persoon zegt.

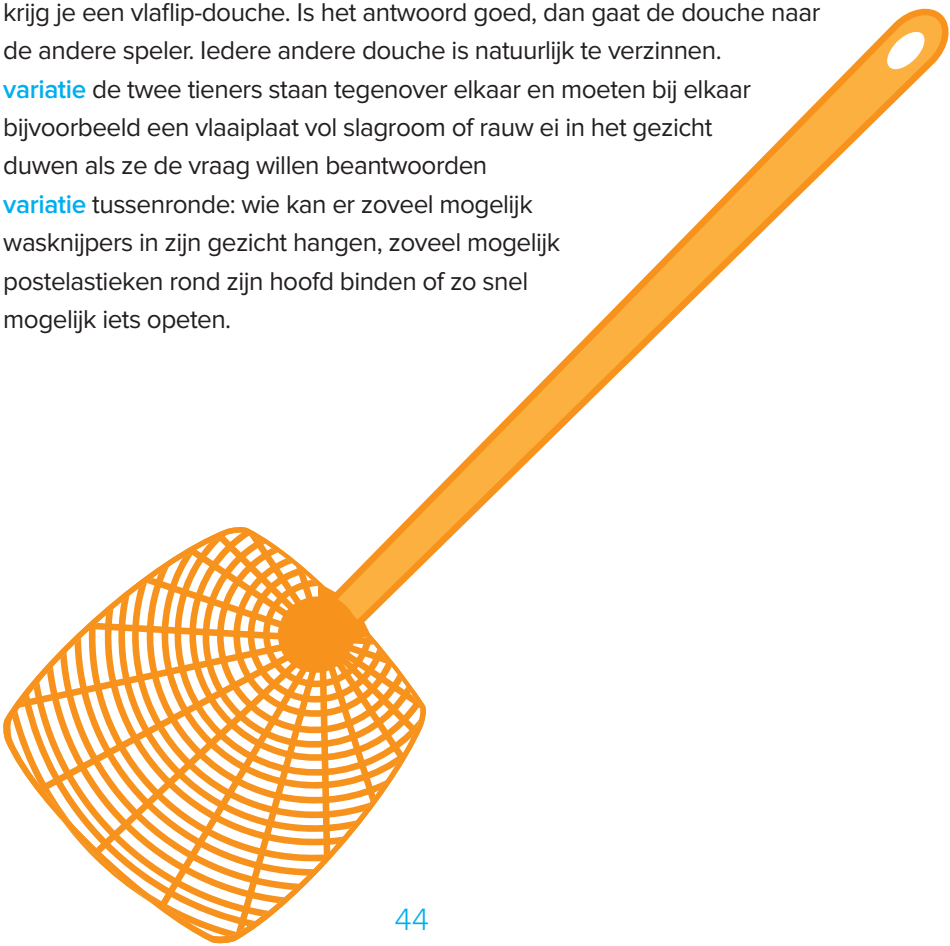
Tiener 1 gaat eerst aan de slag bij tiener 2 en daarna omgedraaid. Bespreek van te voren waar je de tattoo wil laten zetten. Wie maakt de mooiste tattoo?
aankleding Print grote voorbeelden van tattoos uit en hang ze op. Maak een leuk logo van de naam van je tijdelijke tattooshop en hang dit op bij de ingang. Ken je iemand die (henna)tattoos zet of goed kan tekenen? Nodig deze persoon uit. Hij of zij kan helpen met de ontwerpen en leuke tips en trucs vertellen over het ontwerpen van een tatoeage/tekening.
variatie je kunt er eventueel tijd aan verbinden. Wie maakt binnen de gestelde tijd de mooiste tattoo? Wie vormt de jury? Waar moet de tattoo allemaal aan voldoen?



Vervolg van pagina 43.

Een echte quizmaster in glitterjas, achtergrondgeluiden, zoals applaus, ‘ooo’s, eh’s’ en ‘aaaah’s’ mogen ook niet ontbreken en zorgen voor een echte quizavond in sfeer!

variatie doe een postelastiek om je hoofd en trek hem uit. Weet jij het antwoord? Laat hem als eerste los!
Sla jezelf met een vliegenmepper of pollepel als je het antwoord weet.
variatie stel de vraag en laat hem beantwoorden. Is het antwoord fout? Dan krijg je een vlaflip-douche. Is het antwoord goed, dan gaat de douche naar de andere speler. Iedere andere douche is natuurlijk te verzinnen.
variatie de twee tieners staan tegenover elkaar en moeten bij elkaar bijvoorbeeld een vlaaiplaat vol slagroom of rauw ei in het gezicht duwen als ze de vraag willen beantwoorden
variatie tussenronde: wie kan er zoveel mogelijk wasknijpers in zijn gezicht hangen, zoveel mogelijk postelastieken rond zijn hoofd binden of zo snel mogelijk iets opeten.



Quiz night: rat van onfortuin

speel het spel binnen eventueel buiten
nodig zie hieronder
tijdsduur vanaf 60 minuten
doel Verdien zoveel mogelijk punten en win.
speluitleg De tieners worden verdeeld over 4 teams. Ieder team kiest aan het begin van een ronde, waar de quizleider een categorie bekend maakt, een tiener uit die de vraag denkt te kunnen beantwoorden. Als de tieners gekozen zijn, krijgen ze te horen hoe ze de vraag moeten beantwoorden. Je kunt de vraag beantwoorden door bijvoorbeeld als eerste op een gespannen muizenval te slaan, door als eerste een zoen of rauw ei op je hoofd kapot te slaan. Doe je dit als eerste, dan mag je de vraag beantwoorden en kun je punten verdienen.
Kies makkelijke vragen uit voor een hilarische avond! “Welke kleuren heeft de Nederlandse vlag?” of “wat is 33 x 2?”. Omdat de tieners de antwoorden weten, zullen ze sneller geneigd zijn allebei het antwoord te willen geven, in plaats van lang na te denken. Op internet zijn er genoeg te vinden. Enkele categorieën: rekensommen, algemene kennis-, biologie-, taal-, geschiedenis-, JongNL-, spel- of muziekvragen.

aankleding Zorg dat teams duidelijk herkenbaar zijn, door ze allemaal te laten verkleden in een bepaald thema: landen, dieren, fout, sport, elk team in 1 kleur, er is genoeg te verzinnen. Vaak heb je net voor Koningsdag, het WK, oktoberfeest of carnaval leuke aankleding in de aanbieding. Houd in zulke tijden de winkels in de gaten, dan kun je voor heel weinig geld leuke dingen bij elkaar verzamelen en bewaren in je groepskast/kist.

Lees verder op pagina 44.

Creatief ontdekken

Iets nieuws zien, iets nieuws vinden, iets nieuws doen en iets nieuws maken. Dat is kortweg de definitie van creativiteit.
Creativiteit is één van de spelpijlers binnen JongNL waar, voornamelijk bij jongensgroepen, als eerste de klad in komt, maar we weten ondertussen dat creativiteit veel méér is dan knutselen.

Tieners zijn net ontdekkingsreizigers, ze willen alles vanuit verschillende invalshoeken bekijken en ontdekken. Geef tieners taken die een beroep doen op hun creatief denkvermogen, maar geef ze realistische taken.
Laat ze bijvoorbeeld nadenken over de aankleding van de locatie, invulling van een activiteit of hoe een activiteit aantrekkelijker of leuker gemaakt kan worden.

De manier waarop je hen informatie geeft, is van invloed op hun prestaties en motivatie voor de activiteit.
Als je als leiding enthousiast bent over een creativiteitsopdracht en het op een leuke manier uitlegt, zal een tiener ook enthousiast worden en er z'n best voor doen. Vind je dat de speurtocht die jullie lopen niet leuk is, en laat je dit merken door te kreunen en te steunen, dan zal de tiener dit herkennen en overnemen.

toneel spelen, zingen, dansen, knutselen,

tekenen, schilderen, kleien,

figuurzagen, timmeren, proefjes, stop-motion,

film maken, muziek maken, breien, haken

Commando pinkelen

speel het spel binnen en eventueel buiten
nodig tafel en stoelen
tijdsduur vanaf 10 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈
doel van het spel blijf als laatste over
speluitleg De spelleider geeft commando's aan de rest van de tieners, die deze foutloos moeten opvolgen. Maar hij moet 'commando' ervoor vermelden. Daarbij kan de spelleider zelf ook mee doen, maar bijvoorbeeld een foute beweging maken bij zijn commando, zodat hij de tieners in de war brengt. Diegene die een fout maakt of als er géén 'commando' voor de handeling wordt benoemd, maar toch deze handeling doet, is af en ligt uit het spel.
commando 'pinkelen': trommel met de wijsvingers op tafel
commando 'hol': handen met de rug op tafel
commando 'bol': handen met de vingertoppen op tafel
commando 'plat': handen plat op tafel leggen
variatie zie het groter geheel en verzin varianten om het in een lege ruimte te spelen: commando liggen, commando springen, commando zwaaien, enzovoort.
variatie voeg nieuwe bewegingen toe aan tafel:
commando 'schele': scheel kijken, commando 'fernando': bijt op je vinger, commando 'dive': maak de bekende disco-duik-dans beweging
variatie commando ' ... ' bedenk er bijvoorbeeld eentje van een leid(st)er en doe deze op dit commando na met een herkenbare beweging.

sport en spel

Worstelen



speel het spel binnen en buiten
nodig terreinlint
tijdsduur vanaf 15 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈◈◈◈◈
doel van het spel worstel je door alle rondes heen
speluitleg Maak een cirkel met een diameter van ongeveer 4 meter. Twee tieners stellen zich staand tegenover elkaar op. Op het startsein begint het worstelen. Je wordt worstelkampioen als de andere tiener de grond raakt binnen de cirkel met een ander deel van zijn lichaam dan zijn voetzolen of als de ander de grond buiten de cirkel raakt. Maak een afvalschema en kijk wie er als laatste overblijft.
variatie doe de armen kruislings voor je lichaam en probeer elkaar uit de kring te duwen
variatie doe de armen kruislings voor je lichaam, sta op één been en probeer elkaar uit de kring te duwen
variatie ga op handen en voeten staan en probeer elkaar uit de kring te duwen
variatie ga met de ruggen tegen elkaar zitten in de kring en probeer elkaar uit de kring te duwen
variatie de tieners bukken, pakken hun eigen enkels vast en probeer elkaar uit de kring te duwen
variatie de tieners proberen een sok bij elkaar uit te trekken, wie lukt het als eerste?
variatie vervang de cirkel door een modderpoel of een zwembadje.

Bombuik



speel het spel binnen en buiten
nodig ballonnen
tijdsduur vanaf 30 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈◈◈◈
doel van het spel Probeer de buik van de andere tieners te doen verdwijnen, zonder zelf je buik te verliezen.
speluitleg Iedereen blaast een ballon op en stopt die onder zijn bovenkleren. Op een teken van de leider probeert iedereen de ballon van de anderen kapot te maken. Wie zijn ballon het langst heel houdt, wint het spel!



sport en spel

Bounceball

speel het spel binnen en buiten
nodig bal (of ballen) die goed stuitert
tijdsduur vanaf 15 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈◈◈◈◈
doel van het spel blijf zo lang mogelijk in het spel
speluitleg Het veld wordt verdeeld in 4 vakken, er worden 5 groepjes gemaakt. 4 teams in een vak en 1 bankteam. De bal wordt in het spel gebracht en mag maar maximaal 2 keer stuiteren in een vak. Zorg dus dat de bal uit je vak verdwijnt, maar je mag de bal niet vangen en weggooien, de rest mag wel!
Stuitert hij vaker, dan moet het team van dat vak wisselen met het bankteam. Wissel zo snel mogelijk, want het spel gaat gewoon verder.
Heb je minder tieners, dan kun je kiezen om maar 2 of 3 vakken te maken, met meer of minder spelers, of met individuele spelers.



Het moordspel

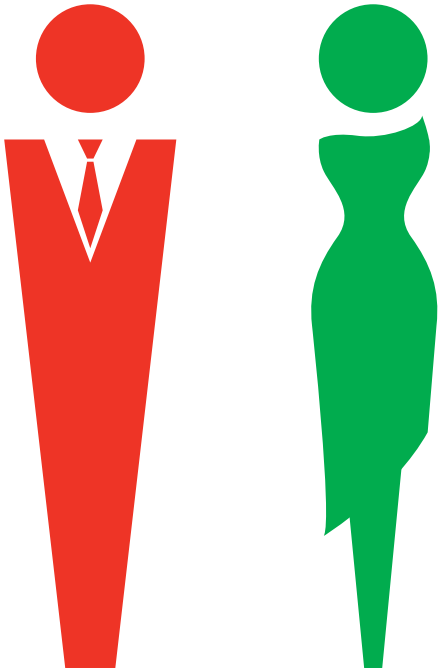


speel het spel binnen of buiten
nodig pen, papier
tijdsduur vanaf 40 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈
doel van het spel overleef als enige het spel
speluitleg Er worden lootjes gemaakt met namen van de tieners. De tieners mogen nu één voor één een lootje trekken, maar moeten dit geheim houden. Laat de tieners het lootje even controleren. Staat op het lootje de eigen naam, dan moeten ze een nieuw lootje kiezen.
Als iedereen een lootje heeft, kan het spel beginnen op startsein van de spelleider. Weet jij diegene op jouw lootje te vermoorden door hem in het diepste geheim te zeggen dat hij vermoord is? Lukt jou dit zonder dat iemand getuige is van de moord, dan is het gelukt en ontvang je het lootje van diegene die je vermoord hebt. Doel is nu om deze persoon te vermoorden. Ondertussen vinden er overal moorden plaats.
Heb je getuigen? Dan kun je je melden bij de spelleiding, die voor rechter speelt. Zij kunnen beslissen om de moordenaar te berechten en in de cel te zetten (lootje invorderen). Stiekem geven ze het lootje ongezien aan iemand die nog in het spel is.
Handig is een lijst op te hangen met de namen van de tieners.
Ben je vermoord? Dan lig je helaas uit het spel en streep je je eigen naam door op de lijst, zodat iedereen kan zien wie nog in het spel is. Extra oppassen dus!
variatie maak er een bosspel van, maar nu krijgt iedereen een nummer (vanaf 8 cijfers). Een zoektocht naar het slachtoffer begint.

sport en spel

Ladies & gentlemen

speel het spel binnen of buiten
nodig stoelen
tijdsduur vanaf 10 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈
doel van het spel raad bij wie jij hoort
speluitleg De groep wordt verdeeld in twee groepen. Groep 1 gaat de gang op en groep 2 blijft op stoelen zitten. De tieners van groep 2 kiezen in het geheim een tiener van groep 1. Groep 1 maakt een rij. Als iedereen gekozen heeft, dan mag de eerste tiener van groep 1 naar binnen. Hij mag bij iemand op schoot gaan zitten. Is het goed? Dan krijgt de tiener een knuffel en mag de volgende tiener proberen. Is het fout? Dan mag hij in de billen geknepen worden en mag hij weer terug naar de gang, achter aansluiten en is de volgende aan de beurt. Wie blijft er als laatste over?
Bij een oneven aantal kan iemand van groep 1, 2 tieners van groep 2 kiezen. Of er kan iemand van de leiding meedoen.



Krantenmeppertje

speel het spel binnen en buiten
nodig opgerolde krant of tijdschrift, stoelen
tijdsduur vanaf 10 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈
doel van het spel probeer te blijven zitten tijdens het spel

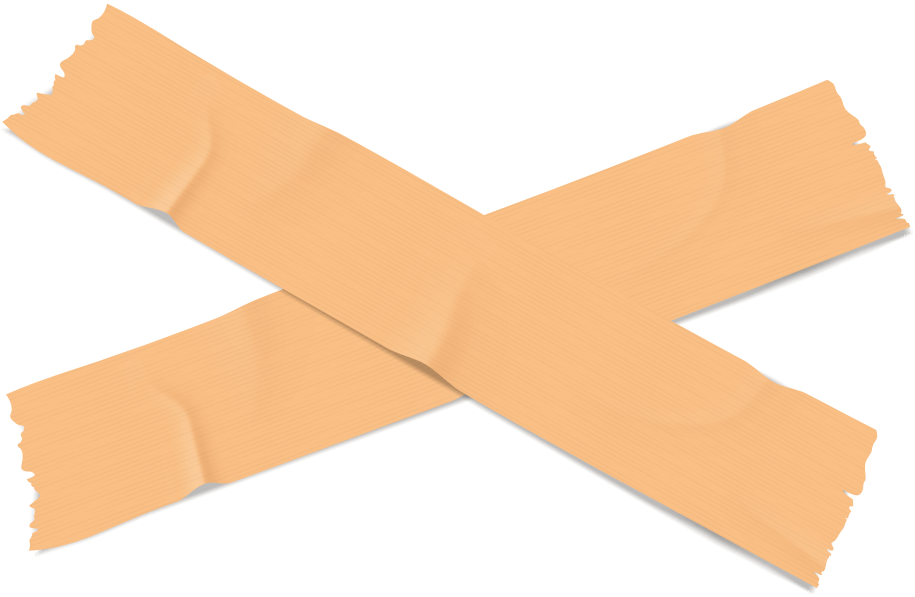


speluitleg Elke tiener krijgt een stoel. Samen vormen de stoelen een kring. De spelleider kiest een tiener uit die in het midden van de kring mag gaan staan. Deze krijgt de opgerolde krant/tijdschrift. De spelleider roept een naam. De tiener in de kring moet proberen om diegene wiens naam is genoemd te slaan met de krant, voordat hij een andere naam kan noemen. Lukt het een andere naam te noemen, dan moet de tiener in het midden deze genoemde tiener proberen te slaan.
Is de tiener in het midden sneller, dan mag hij wisselen met diegene die hij geslagen heeft.

sport en spel

Battle loyal

speel het spel binnen en buiten
nodig linten
tijdsduur vanaf 20 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈◈◈
doel van het spel maak je leger zo groot mogelijk
speluitleg Elke tiener krijgt een zogenaamd ‘leven’ om de arm gebonden (losjes!). Heb je geen linten? Gebruik dan bijvoorbeeld een stuk schilderstape. De tieners verspreiden zich over het speelgebied. Op het startsein proberen de tieners elkaar te vermoorden door elkaars leven te bemachtigen. Wanneer dit lukt, maak je deel uit van het ‘leger’ van diegene die je vermoord heeft. Je bent nu loyaal aan jouw moordenaar en gaat samen verder in het spel.



Game over

speel het spel buiten
nodig voorwerpen, pennen, papier
tijdsduur vanaf 30 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈◈◈
doel van het spel scoor zoveel mogelijk punten
speluitleg Elke tiener krijgt een pen en een papier met daarop het aantal levens geschreven. Punten kun je scoren door zoveel mogelijk kills te maken en als laatste over te blijven. Een kill maak je door met je wapen (een geschikt voorwerp) iemand af te gooien. Alle wapens worden voorzien van een puntenaantal naar keuze. Zo verdien je punten.
Fase 1: wapens kiezen. Je kunt ervoor kiezen om dezelfde voorwerpen aan te bieden, maar dit mogen ook verschillende zijn. Ieder wapen heeft z'n eigen puntenwaarde.
Fase 2: verspreiding. Iedereen verspreidt zich in het speelgebied.
Fase 3: game over. Op het startsein wordt het spel gestart.
Als je iemand raakt, maak je dit bekend en komen jullie beide samen. De geraakte persoon vult zijn levensblad in door een leven weg te strepen. De "killer" zet een handtekening ter bevestiging. Daarna gaat men weer uit elkaar en is er 10 seconde wapenstilstand.
Het voorwerp dat de andere persoon als eerste raakt, is hetgeen waarvan je de killpunten krijgt. Op het einde worden de punten geteld. Samenspannen is onverstandig en niet leuk.
Heb je geen wapens meer, dan kun je altijd nog wapens zoeken of je gaat terug naar het basisdepot om een nieuw wapen halen. Als je er eentje vindt, dan mag je deze altijd gebruiken. Heb je geen levens meer? Dan ben je uit het spel. Wie blijft er als laatste over?
puntentelling Een of meerdere kills gemaakt? Per kill win je de waarde van het wapen waarmee je de kill gemaakt hebt; De laatste die overblijft krijgt 30 bonuspunten;

sport en spel

Vleeshoop

speel het spel binnen en buiten
nodig geen materialen
tijdsduur vanaf 10 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈◈◈◈◈
doel van het spel zoveel mogelijk tieners verwijderen uit de groep
speluitleg Alle tieners, behalve 1, gaan zo dicht mogelijk bij elkaar op de buik liggen en haken in elkaar, zodat ze niet meer los kunnen raken. Op het startsein probeert diegene langs de kant, binnen een gestelde tijd zoveel mogelijk mensen los te trekken.
De tieners die los zijn gekomen, mogen gaan helpen om de 'vleeshoop' uit de war te halen. Iemand is pas los als deze als individu uit de groep gehaald wordt.
variatie Maak een gesloten kring. Een tiener staat BINNEN de kring en moet proberen te ontsnappen. De tieners in de kring proberen dit natuurlijk te voorkomen.
variatie Maak een gesloten kring. Een tiener staat BUITEN de kring en moet proberen in te breken. De tieners in de kring proberen dit natuurlijk te voorkomen.



Ramspel

speel het spel buiten
nodig eventueel terreinlint
tijdsduur 20 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈◈◈◈◈
doel van het spel zoveel mogelijk mensen naar de overkant krijgen
speluitleg De groep wordt in twee groepen verdeeld. Voordat men begint kan iedere groep een tactiek afspreken. Eén groep is het veldteam en het andere team gaat het spel spelen. Wanneer de spelleider een startsein geeft vertrekt één persoon van de speelgroep naar de overkant. Het veldteam moet zien te voorkomen dat deze persoon de overkant weet te halen. Ze mogen alles uit de kast halen om dit te verhinderen. Men mag op de persoon liggen, eraan gaan hangen, vastklemmen tussen de benen, enzovoort. Na 20 seconden klinkt het volgende signaal. Een tweede persoon wordt naar de overkant gestuurd, daarna een derde persoon en zo verder. 1 minuut na de laatst vertrokken persoon wordt het eindsignaal gegeven en worden de tieners die de overkant hebben bereikt geteld. Nu worden de teams gewisseld en begint het feestje helemaal opnieuw.



sport en spel

Opdracht-chaos-spel

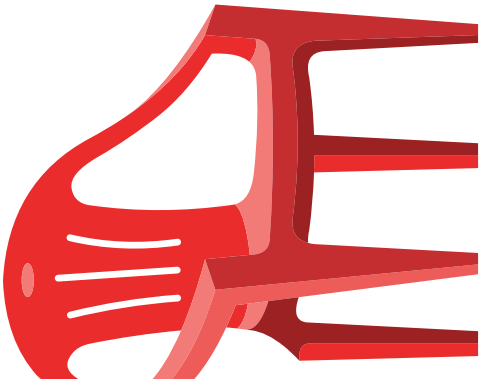


speel het spel buiten
nodig stoelen
tijdsduur 15 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈◈◈
doel van het spel voer als beste je opdracht uit
speluitleg Op het terrein worden meer stoelen gezet dan er tieners zijn. Elke tiener krijgt een andere opdracht mee om te vervullen.

- Tiener 1 moet de stoelen rechtzetten;
- Tiener 2 moet de stoelen opstapelen;
- Tiener 3 heeft als opdracht alle stoelen in een lange rij te zetten;
- Tiener 4 moet proberen om alle stoelen op één zij te leggen;
- Tiener 5 brengt alle stoelen naar binnen;
- Tiener 6 probeert de andere tieners één voor één op de grond te leggen;
- Tiener 7 moet de stoelen allemaal naar speler 2 brengen;
- Tiener 8 zet de stoelen allemaal op de kop.
- En zo meer..

Op het startsein gaat iedereen zijn opdracht proberen uit te voren. Wanneer de leiding vindt dat de frustraties hoog oplopen, fluit ze af en wordt er gekeken wie het best zijn opdracht heeft weten uit te voeren.





Vlaggenhoekspel

speel het spel buiten
nodig 2 vlaggen, eventueel terreinlint
tijdsduur 20 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈◈◈◈
doel van het spel breng de vlag van het andere team naar je thuisbasis
speluitleg Verdeel de groep in twee teams. Baken een vierkant af, met aan de ene kant de twee teams op een hoek en aan de andere kant voor elk team een vlag, maar zo dat elk team recht voor zich de vlag van het andere heeft. Een van de teams stuurt nu een tiener het veld op. Deze tiener probeert de vlag te halen en naar zijn kamp terug te brengen. Het voltallige andere team probeert hem te tikken. Als hij getikt is, blijft hij staan op de plaats waar hij getikt is.
Dan is het aan het andere team om iemand uit te sturen. Het afwisselen gaat door tot een van de teams haar vlag in het kamp heeft of iedereen van een team in het veld staat.
Je kan je medetieners ook bevrijden door ze aan te tikken. Wie terug op zijn thuisbasis is, kan opnieuw meespelen.
Als de ronde klaar is, kun je kiezen voor een revanche en begint het spel opnieuw.







sport en spel

Vette haas

speel het spel buiten
nodig jute zak, gedeeltelijk gevuld met zand, per team een bak water
tijdsduur 20 minuten
aard van het spel sport en spel
intensiteit ◈◈◈◈◈
doel van het spel verover en breng de jute zak naar je thuisbasis
speluitleg De jute zak ligt in het midden tussen de groepen in. Op het startsignaal moeten beide groepen proberen om de zak in hun waterbak te krijgen. Niet toegestaan: aan kleren trekken, spugen, bijten, knijpen en slaan. Voor de rest mag alles!





Kom ze als leiding tegemoet, door van te voren al door te geven dat er òf iets gedaan gaat worden, waarbij de kleren vies worden, of dat het handiger is om bijvoorbeeld sportkleding aan te doen. Zo kunnen ze zich voorbereiden en zullen ze minder snel zeggen dat iets een ‘rotspel’ is, of dat ze geen zin hebben.
Niet elk sportspel heeft aankleding nodig, maar zorgt er wel voor dat het nét naar een hoger niveau wordt getild. Ga je een spel als vette haas of rugby doen? Maak dan geen team met lintjes, maar laat ze bijvoorbeeld een eigen oorlogsstrepen patroon op hun gezicht bedenken en maken bij elkaar; het ene team 2 zwarte strepen op de wangen, het andere team 1 grote rode streep over het oog, recht naar beneden. Er zijn genoeg andere opties te bedenken en schmink zal vast ergens in de blokhut liggen... en anders werkt modder ook!

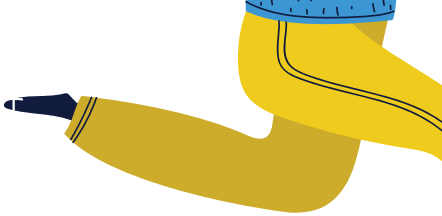
Wanneer er een beetje budget is, is het natuurlijk ook hilarisch om bijvoorbeeld een pakket zweetbandjes, foute caps en/of slobsokken aan te schaffen in verschillende kleuren en deze eens in de zoveel tijd tevoorschijn te toveren als er teams moeten worden gemaakt. De leiding mag zich zelf natuurlijk ook helemaal uitdossen.

Ga je slagbal, honkbal, rugby, voetbal of een andere teamsport doen, werkt het ook goed als er een box met microfoon is. Geef met een zwaar Amerikaans accent commentaar op de ‘wedstrijd’, of laat tussendoor allerlei geluidseffecten horen om een doelpunt, een struikelpartij, een bal die uit gaat of een homerun extra kracht bij te zetten.





◈	zeer lichte inspanning
◈◈	lichte inspanning
◈◈◈	gemiddelde inspanning
◈◈◈◈	zwaar inspanning
◈◈◈◈◈	heftig inspanning



actief bezig zijn

Sport en spel

Iedereen weet dat voldoende lichaamsbeweging goed is voor de gezondheid, vooral voor tieners. Bewegen prikkelt de hersenen en ontwikkelt de zintuigen. Door te sporten en te bewegen krijgen tieners meer zelfvertrouwen en discipline. Ook kunnen ze zich beter ontspannen en neemt hun concentratievermogen toe. Ze kunnen door sport en bewegen ook lekker hun energie kwijt.

Tieners worden gekenmerkt door het zoeken naar een eigen persoonlijkheid. Zoals eerder vermeld, wil de tiener bijzonder zijn en is de tiener op zoek naar avontuur, spanning en attractie. Sport & Spel-activiteiten voor tieners mogen dan ook best uitdagend en iets ruwer zijn. Houdt hierbij rekening met het verschil en jongens en meiden wanneer er gemengd groep wordt gedraaid. Bewaar de echt ruwe spellen liever voor een avond waarbij de jongens en meiden een apart programma hebben, al zijn de meiden die willen natuurlijk van harte welkom, bij elk spel. Licht ze wel in voor de eventuele 'gevolgen', zodat ze zelf een inschatting kunnen maken om mee te doen of niet.

Verder zijn tieners ook heel erg onzeker, al zullen ze dat niet snel laten zien. Om die onzekerheid te verbloemen, doen ze vaak wat stoerder dan nodig is. Bij veel meiden zie je dit aan hun kleiding; ze doen hun beste/nieuwe kleding aan, terwijl ze goed weten dat een oude trui en die ene slobberbroek veel handiger is om aan te doen naar JongNL.



Wakken en ijsberen



speel het spel overal
nodig 5 of 6 dobbelstenen
tijdsduur vanaf 10 minuten
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel wie komt er als eerste achter hoe het werkt?
speluitleg Gooi met 5 of 6 dobbelstenen.
Deze gooi is met vijf dobbelstenen en laat een 2, een 5, een 1, een 6 en een 4 zien. Vraag daarna aan de ander hoeveel wakken, ijsberen en pinguïns hij of zij ziet. Daarna vertel je dat er 2 wakken zijn, 4 ijsberen en 8 pinguïns zijn.

De wakken zijn de stippen op het midden van de dobbelsteen. Dus de 1,3 en 5 hebben één wak. Als er om een wak stippen zitten zijn dat ijsberen, die zitten te vissen. Dus bij de 3 en de 5 is dat zo. Bij de 3 zijn er 2 ijsberen en bij de 5 zijn er 4. Hier komen de meeste mensen nog wel uit. Waar zijn de pinguïns? Zoals je wel weet zijn op de noordpool ijsberen. Bovendien heb je alleen wakken op de noordpool omdat een wak in ijs zit en op de zuidpool er alleen land is. Pinguïns zitten op de zuidpool. Dus bij elke dobbelsteen met een wak en ijsberen zit aan de onderkant van de dobbelsteen de zuidpool met de pinguïns. Beide kanten van een dobbelsteen zijn samen 7. Dus bij een 1 is 6 de onderkant, bij 3 de 4 en bij 5 de 2.

In het voorbeeld werd er een 2, een 5, een 1, een 6 en een 4 gegooid.
De 1 en de 5 hebben een wak dus 2 wakken. Alleen de 5 heeft stippen om het wak dus dat zijn 4 ijsberen. De 1 heeft 6 aan de andere kant en 5 heeft 2 aan de andere kant. Dus samen 8 pinguïns.

tip verzin een leuk verhaal waarom er ijsberen rond die wakken zitten.

black magic

Aapje, aapje, olifantje

speel het spel overal
nodig geen materialen
tijdsduur vanaf 10 minuten
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 4 tieners
doel van het spel wie komt er als eerste achter hoe het werkt?
speluitleg Een leid(st)er beweert dat hij iets kan wat de rest niet kan, en doet het voor: Terwijl je "aapje" zegt, moet je met de rechter wijsvinger je linker pink, ringvinger, middelvinger, wijsvinger en duim aantikken en daarna weer terug van de duim naar de pink, bij olifantje laat je je wijsvinger van de topje van de wijsvinger naar de topje van de duim glijden of andersom. Als hij het uitgelegd heeft, doet hij het een keer voor. Daarna doet hij nog een beweging die niet echt opvalt. Iedereen moet het trucje met de vingers na doen. Pas als de kinderen ook de extra beweging goed doen, is het helemaal goed.

Ter suggestie: Als "onopvallende beweging" zou je na afloop van het zinnetje je armen over elkaar kunnen slaan en zeggen tegen één van de kinderen: "Nou jij".



Spiegeltje, spiegeltje



speel het spel overal
nodig spiegel
tijdsduur vanaf 10 minuten
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 4 tieners
doel van het spel wie komt er als eerste achter hoe het werkt?
speluitleg De tieners zitten in een kring. Er zijn 2 spelleiders. B gaat even weg. Iemand van de spelers kijkt in de spiegel. Dan komt B terug. Hij kijkt aandachtig de groep rond. Hierna kijkt hij in de spiegel en na enige tijd zegt hij wie er in de spiegel heeft gekeken.

A zit tussen de andere spelers in de kring. Op het moment dat B terug komt neemt A dezelfde houding aan als degene die in de spiegel heeft gekeken. **B** loopt de kring rond en zoekt de speler die dus ook in deze houding zit. Dat is degene die in de spiegel heeft gekeken. Probeer zoveel mogelijk de aandacht op de spiegel te vestigen door er zelf veel en geheimzinnig in te kijken.

black magic

Ik ben Pietje

speel het spel overal
nodig geen materialen
tijdsduur vanaf 10 minuten
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 4 tieners
doel van het spel wie komt er als eerste achter hoe het werkt?
speluitleg Alle spelers zitten in een kring. Je hebt 1 spelleider die begint met: "Ik ben Pietje (dit is een voorbeeld, gebruik gewoon je eigen naam) en op kamp eet ik graag patat." Hierna is de volgende speler in de kring. Elke keer beoordeelt de spelleider of het ook 'de waarheid' is. Aan alle spelers om te achterhalen wanneer het wel of niet de waarheid is.

Datgene wat je op kamp eet, doet of meeneemt moet beginnen met dezelfde letter als je eigen naam.



Ranonkeltje, ranonkeltje

speel het spel overal
nodig geen materialen
tijdsduur vanaf 10 minuten
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 4 tieners
doel van het spel wie komt er als eerste achter hoe het werkt?
speluitleg Alle spelers zitten in een kring. Je hebt 2 spelleiders nodig die het spel kennen (A en B). Je vertelt de spelers dat je met iemand door middel van telepathie kan communiceren. Om dit te bereiken heb je de beschikking over een toverspreuk. Als A deze spreuk uitspreekt moet iedereen wel stil zijn:

“Ranonkeltje, Ranonkeltje, luister naar het eerste woord en geef hem of haar een hand die ik een hand zal geven”.

Hierna gaat B weg. A geeft nu iemand in de kring een hand, waarna B wordt teruggeroepen. Na aandachtig de kring te hebben rondgekeken, geeft B dezelfde speler een hand, als die A een hand heeft gegeven.

Nadat de spreuk is uitgesproken, wordt er gewacht tot iemand uit de kring iets zegt. Dit is de speler die de hand zal krijgen. Hoesten en lachen tellen niet mee. Beide spelleiders weten dus welke speler een hand zal krijgen, dat is dus degene die als eerste iets zegt. Zorg ervoor dat de spelers na de spreuk wel weer mogen praten, dit voorkomt zwijgen van iedereen!

Original black magic



speel het spel overal
nodig geen materialen
tijdsduur vanaf 10 minuten
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 4 tieners
doel van het spel wie komt er als eerste achter hoe het werkt?
speluitleg Alle spelers zitten in een kring en er zijn 2 spelleiders (A en B). B gaat even weg.
A vraagt iemand uit de kring een voorwerp aan te wijzen wat B moet gaan raden. B wordt nu teruggeroepen. A begint met het opnoemen van voorwerpen.
Bijvoorbeeld: “Is het die broek”?
"Nee”
"Is het dat horloge”?
“Nee”
en zo verder.
B zal de vragen van A telkens met “nee” beantwoorden, totdat A het juiste voorwerp dat met de spelers is afgesproken opnoemt. Nu zal B met “ja” antwoorden. Hoe kan dat?

De titel geeft eigenlijk al de oplossing, black magic is zwarte magie. A zal allerlei dingen opnoemen die niet zwart van kleur zijn. Na een aantal voorwerpen opgenoemd te hebben, zal A een voorwerp opnoemen dat helemaal zwart is. Het voorwerp dat hierna komt, is het voorwerp dat met de groep is afgesproken. De spelleiders weten dus van tevoren welk voorwerp het zal worden. Altijd het voorwerp dat na het zwarte voorwerp wordt genoemd.

Wie van de drie

speel het spel overal
nodig 3 stoelen
tijdsduur vanaf 10 minuten
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel wie komt er als eerste achter hoe het werkt?
speluitleg In de ruimte staan 3 stoelen naast elkaar. Er zijn 2 spelleiders. B gaat even weg. Iemand uit de groep kiest op 1 van de 3 stoelen te gaan zitten en gaat daarna terug naar zijn plaats. B wordt door A teruggeroepen. A kijkt naar de 3 stoelen en gaat op de stoel zitten waarop de speler ook heeft gezeten. Hoe kan dat?

Het gaat om de manier waarop B door A wordt teruggeroepen. Belangrijk is dat alleen A mag terug roepen. Er staan 3 stoelen, die zijn genummerd als je ervoor staat met 1 tot en met 3 van links naar rechts. B kan op 3 verschillende manieren worden teruggeroepen:
Zat de speler op de 1e stoel, dan wordt B met 1 woord teruggeroepen, bijv. “Tanja”.
Zat de speler op de 2e stoel, dan wordt B met 2 woorden teruggeroepen, bijv. “Tanja, kom”.
Zat de speler op de 3e stoel, dan wordt B met 3 woorden teruggeroepen, bijv. “Tanja, kom maar”.
Het aantal woorden waarmee B wordt teruggeroepen, geeft aan op welke stoel zij moet gaan zitten.

Magische schaar

speel het spel overal
nodig een schaar
tijdsduur 30 minuten
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 10 minuten
doel van het spel wie komt er als eerste achter hoe het werkt?
speluitleg Alle spelers zitten in een kring. De spelleider heeft een schaar in de hand en vertelt de spelers dat ze die open of dicht moeten doorgeven aan hun rechterspeler. De speler zegt hierbij hardop: “Ik geef de schaar open of dicht door”. De spelleider zal telkens aangeven of de speler de schaar goed of verkeerd heeft doorgegeven. De spelleider begint zelf: “Ik geef de schaar open of dicht door en dat is goed. De bedoeling van dit spel is dat de spelers erachter komen hoe ze de schaar op de juiste manier kunnen doorgeven.

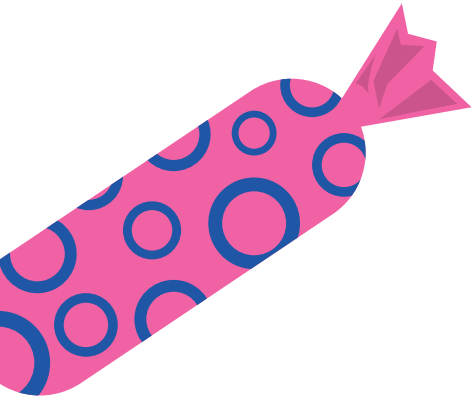
De spelers zullen goed op de schaar letten. Wordt de schaar open (gekruist) of dicht (ongekruist) doorgegeven. Maar het gaat niet om de schaar, maar de manier waarop de spelers hun benen of voeten houden. Hebben ze hun benen over elkaar (gekruist), dan moeten ze de schaar ook open doorgeven. Als ze de benen naast elkaar hebben staan, dan moeten ze de schaar dicht doorgeven. Zo simpel is het!



Land van Nogrnogi

speel het spel overal
nodig geen materialen
tijdsduur 10 minuten
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 4 tieners
doel van het spel Wie komt er als eerste achter hoe het werkt?
speluitleg In het land van Nogrnogi (spreek het uit als nog-er-nog-ie) is er geen water maar wel thee. Er zijn geen varkens, maar er is wel vlees. Je hebt er wel auto's maar die auto's hebben geen motor. Er is geen suiker, maar wel zout. Wat is dit voor een land?

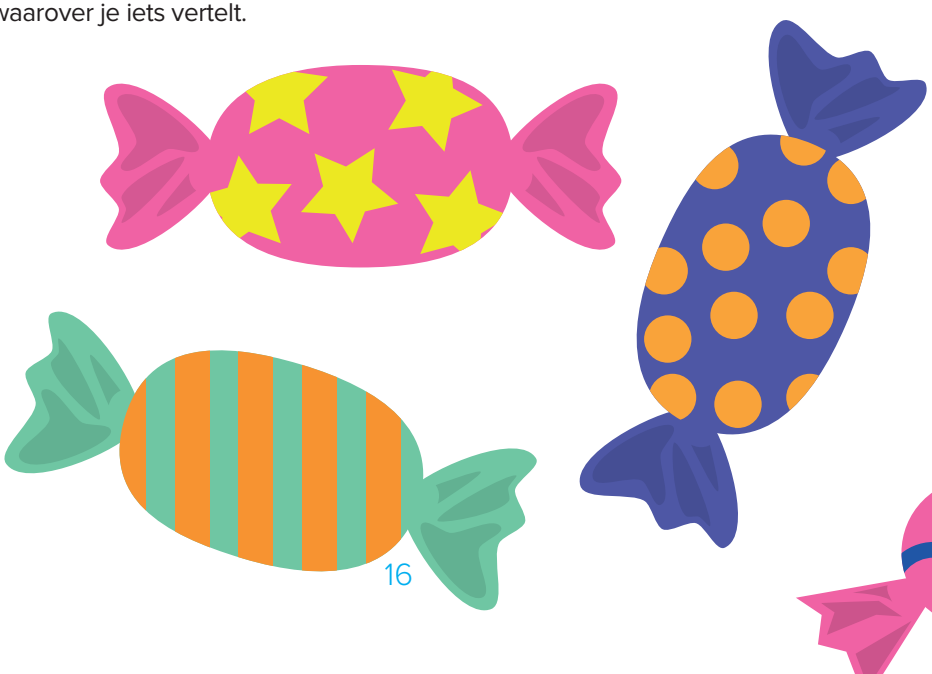
Als je goed naar de naam van het spel kijkt, begrijp je misschien al wat voor een land dit is: Nog-r-nog-i, In het land van nogrnogi bestaan géén woorden waarin een R of een I voorkomen. De spelers moeten er achter komen waarom er bijvoorbeeld wel thee, maar geen koffie is in het land van Nogrnogi. Je kunt ook zelf een land met andere letters bedenken.



gezellig avondje

Kleuren-trivia

speel het spel overal
nodig zak gekleurde snoepjes, quizvragen in verschillende categorieën.
tijdsduur 30 minuten
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel een gezellige avond
speluitleg Maak met de tieners een grote kring of laat iedereen rond de tafel plaatsnemen. Op de grond staat een grote pot met gekleurde snoepjes. Iedere kleur is een bepaalde categorie (bijvoorbeeld aardrijkskunde, film & tv, biologie). Tiener 1 neemt een snoepje uit de pot die hij mag opeten. De kleur van het snoepjes bepaalt de vraag waarop hij antwoord moet geven. Is het antwoord goed, dan krijgt hij een punt. Bij een fout antwoord wordt er geen punt verdiend. Vervolgens is tiener 2 aan de beurt.
variatie Neem in plaats van gekleurde snoepjes, verschillende koekjes, ander soort snoep, of ga voor gezond: verschillende kleuren fruit/groenten en koppel hier de categorieën aan.
variatie Maak er een wekelijks praatrondje van, waarbij de kleur bepaalt waarover je iets vertelt.



Mens-erger-je-risk-o-poly-levensweg

speel het spel overal
nodig diverse kaart- of bordspelen
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel een gezellige avond
speluitleg Laat iedereen een aantal gezelschapsspelen van thuis meenemen, die binnen een bepaalde tijd gespeeld kunnen worden. Maak van te voren met tafels en stoelen een aantal groepen, waaraan iedereen kan spelen. Maak een keuze uit de meegenomen spellen, verdeel ze over de tafels en verdeel de tieners. Speel bijvoorbeeld de eerste helft van de avond het ene spel en wissel vervolgens naar een ander spel.
variatie Bespreek tijdens de groepsbijeenkomst dat de volgende bijeenkomst bordspellen gedaan worden. Inventariseer welke spellen iedereen thuis heeft en maak hier een keuze uit. Verdeel taken voor de komende groepsbijeenkomst: wie kan de speellocatie sfeervol inrichten? Wie gaat er zorgen voor een hapje en een drankje? Wie zorgt voor leuke (achtergrond)muziek.
variatie Speel de gezelschapsspelen in tweetallen, waardoor je misschien met de hele groep één spel kan spelen.



gezellig avondje

Quatsj!

speel het spel overal
nodig 1 piketkaartspel
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel speel als eerste al je kaarten weg
speluitleg Alle kaarten worden opgedeeld onder de tieners. In de eerste ronde begint de gever, in de volgende rondes begint de verliezer.
De eerste tiener noemt een kleur waarin wordt gespeeld. Dit wordt de actieve kleur. De tieners leggen om de beurt een kaart af, met de wijzers van de klok mee. Een kaart wordt altijd gesloten op de aflegstapel gelegd. Een tiener mag niet 'liegen' over de kleur van de kaart die hij weggooit. Wanneer dit wel gebeurt moet hij de stapel oprapen.
Een tiener mag in zijn beurt, in plaats van een kaart uit te spelen, de vorige tiener uitdagen door te zeggen: "quatsj!". Wanneer de vorige tiener zijn laatste kaart (dus de bovenste van de stapel) in de actieve kleur heeft gespeeld, heeft hij/zij niet gelogen en moet de uitdager de hele stapel in zijn hand nemen. Heeft deze tiener wel gelogen, dan krijgt deze de hele stapel. De verliezer mag een nieuwe actieve kleur kiezen.
variatie Je mag natuurlijk eigen regels toevoegen, bijvoorbeeld: spelen zonder actieve kleur, maar nu mag je setjes van meerdere kaarten afleggen, zolang ze maar dezelfde waarde hebben.



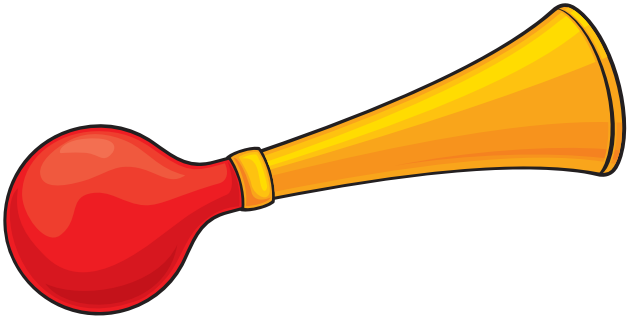
Ezelen

speel het spel overal
nodig 1 kaartspel, 1 setje van 4 per deelnemer
tijdsduur nvt
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel probeer als eerste 4 dezelfde kaarten te verzamelen
speluitleg Iedere tiener krijgt 4 kaarten. Bij 4 tieners wordt gespeeld met bijvoorbeeld de azen, heren, vrouwen en boeren uit het kaartspel. Komt er een 5e tiener? Dan kun je een nieuw setje toevoegen. Let er wel op dat er genoeg complete setjes te maken zijn.
Alle tieners schuiven tegelijkertijd een kaart die ze niet nodig hebben naar de tiener links. Dit gaat net zo lang door totdat een tiener een setje compleet heeft (4 dezelfde kaarten). Wanneer dit het geval is moet er een van te voren afgesproken gebaar gemaakt worden.
Doorgaans wordt hier afgesproken om de duim op de rand van de tafel te leggen. De rest moet volgen, maar de laatste is de verliezer en krijgt dan de letter E. Vervolgens de letter Z, E en L. De tiener die als eerste de EZEL is, moet dan een (ludieke) opdracht uitvoeren.



gezellig avondje

Toepen



speel het spel overal
nodig 1 piketkaartspel
tijdsduur nvt
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel scoor zo weinig mogelijk punten en overleef het spel
speluitleg Iedere tiener krijgt 4 kaarten. Tiener 1 mag uitkomen met een kaart naar keuze. De andere tieners moeten één voor één kleur bekennen. Kan iemand dit niet, dan mag hij zelf weten welke kaart hij op gooit. De tiener die kleur bekent, én de hoogste kaart heeft gespeeld, wint de slag. Na 4 slagen worden de punten geteld. De verliezers krijgen 1 punt.
Denk je goede kaarten te hebben? Dan kun je toepen (kloppen) op de tafel. De rest van de tieners moeten nu een keuze maken: meegaan of passen. Passen is 1 punt, meegaan en verliezen is 2 punten.
Je kunt ook overtoepen! Dan komt er 1 punt extra bij.
Heb je 7 punten, dan ben je af.
Ben je 1 punt verwijderd voordat je af bent, dan zit je in armoede of pelt. Dit telt als een toep. Er wordt dan sowieso gespeeld voor 1 punt extra.
variatie Heb je slechte kaarten? Dan kun je vuile was of witte was zeggen en je hand gesloten afleggen voordat het spel begint. Vuile was zijn 4 plaatjes, witte was zijn 3 plaatjes en een 7. Je krijgt dan 1 punt.
Een tiener die het niet vertrouwd en denkt dat je 'bluft', kan vragen om je kaarten in te zien. Als jouw 'vuile was' klopt krijgt deze tiener 3 punten. Andersom krijg jij 3 punten.



Pieten

speel het spel overal
nodig 1 piketkaartspel per 4 tieners
tijdsduur nvt
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel zorg dat je alle kaarten kwijt bent, en vermijd de laatste boer
speluitleg Alle kaarten worden uitgedeeld. De klaverboer wordt uit het spel gehaald. Iedereen die twee kaarten van dezelfde waarde en kleur heeft, legt deze open op tafel. De linkerbuurman van tiener 1, moet bij tiener 1 een kaart trekken (zonder de kaarten in te zien). Als dit een combinatie maakt met de kaarten die hij in z'n hand heeft, dan moet deze open op tafel. Is dit geen combinatie, dan mag hij de kaart bewaren. Vervolgens moet de linkerbuurman van deze tiener een kaart laten trekken. Diegene die de boer overhoudt op het laatste is de piet en verliest het spel.



gezellig avondje

Presidenten

speel het spel overal
nodig 1 kaartspel per 4 tieners
tijdsduur nvt
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel speel als eerste al je kaarten weg en laat je in de watten leggen als president van het gezelschap
speluitleg Alle kaarten worden uitgedeeld. Tiener 1 kan kiezen met welke kaart hij begint en hoeveel kaarten hij op tafel legt. Kun je niet, dan pas je. Let op! De waarden moeten allemaal hetzelfde zijn.
Elke volgende tiener moet hetzelfde aantal kaarten met een hogere waarde opleggen. Een 2 kun je gebruiken als joker en vervangt elke willekeurige kaart. De 10 is de hoogste waarde en kan (zelfs met 1 kaart) het spel bepalen. Je mag daarom niet uitkomen met een 10.
Als iemand past, komt deze persoon niet meer aan slag. De beurt eindigt als niemand meer kan overtreffen. De gespeelde kaarten worden aan de kant geschoven. De tiener die de slag heeft, gaat verder. De eerste tiener die al zijn kaarten heeft opgespeeld is de winnaar en is de president.
Als iemand in één keer 4 dezelfde waarden op legt, draait voor de hele ronde de waarde van de kaarten om.
variatie Leuk om door te spelen en verschillende stoelen te gebruiken. Speel door tot er één tiener overblijft. De laatste wordt het manusje van alles en kan bijvoorbeeld voor iedereen drinken halen en op een oncomfortabele kruk zitten. Voor de president is er een heerlijke, relaxstoel.

Oorlogje

speel het spel overal
nodig 1 kaartspel per 4 tieners
tijdsduur nvt
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel verzamel alle kaarten in het spel
speluitleg Deel de kaarten op onder de tieners en maak er een stapeltje van. Tiener 1 draait de bovenste kaart van de stapel open op tafel. Vervolgens doet de rest dit ook.
Diegene met de hoogste waarde wint de slag en krijgt alle kaarten die zijn uitgelegd. Hij voegt deze van beneden toe aan zijn stapel en mag als eerst uitkomen. Als je alle kaarten kwijt bent, lig je uit het spel.
Zijn er twee of meer kaarten die de hoogste waarde hebben, dan moeten deze tieners ieder nog twee kaarten op tafel leggen: één gesloten en daarop één open kaart. De hoogste waarde wint. Deze tiener krijgt alle kaarten op tafel inclusief de gesloten kaarten.



gezellig avondje

Bonken

speel het spel overal
nodig 1 kaartspel per 4 tieners
tijdsduur nvt
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel verdien de meeste punten in 11 speelrondes
speluitleg Iedere tiener krijgt 13 kaarten. Er zijn 11 speelrondes met aparte doelen. De tiener die begint legt 1 kaart op. Vervolgens legt tiener 2 een kaart, dan tiener 3, etc. Kleurbekennen is verplicht. Probeer zoveel mogelijk slagen te maken, maar let op de spelregels in iedere ronde.
Alle kaarten op? Dan is 1 ronde gespeeld. Schud en verdeel de kaarten op nieuw en speel de volgende ronde.

Ronde 1: 'bukken' de minste slagen, iedere slag is -5p
Ronde 2: 'hartenjagen' zo weinig mogelijk hartenkaarten in je slagen, iedere hartenkaart is -5p
Ronde 3: 'herenboeren' zo weinig mogelijk heren en boeren in je slagen (heer – 20p, boer – 10p)
Ronde 4: 'vrouwen' zo weinig mogelijk vrouwen in je slagen (vrouw -30p)
Ronde 5: 'hartenheer' zo weinig mogelijk hartenkaarten in je slagen (hartenkaart – 5 p, hartenheer - 50p)
Ronde 6: 'laatste slag' diegene die de laatste slag maakt – 50p
Ronde 7: 'domino' gespeelde kaarten blijven liggen, er mag alleen aangesloten worden, diegene die de laatste kaart legt krijgt -50 p
Ronde 8 - 11: 'troef of geen' iedere tiener mag een troefkaart kiezen, behaalde slag is +10

Rummie

speel het spel overal
nodig minimaal 2 kaartspelen
tijdsduur nvt
aard van het spel gezelschapsspel
aantal tieners vanaf 2 tieners
doel van het spel speel als eerste alle kaarten weg en verdien zo weinig mogelijk minpunten
speluitleg Iedere tiener krijgt 13 kaarten, de rest vormt een aflegstapel. Maak combinaties met opeenvolgende kaarten in dezelfde kleur, maak combinaties van dezelfde waardes maar met verschillende kleuren. Je mag pas uit komen als je minimaal 40 punten hebt verzameld en de joker kan gebruikt worden voor een andere kaart.
Begin je beurt altijd door een kaart van de stapel te pakken. In je beurt mag je vervolgens rijtjes wegleggen en, als je al 40 punten hebt weggelegd, kaarten bij andere rijtjes aanleggen. Tenslotte leg je aan het einde van je beurt een kaart weg onder aan de aflegstapel.
Als je je kaarten allemaal gespeeld hebt, win je de ronde. De punten worden geteld. De kaarten die de rest van de tieners nog over hebben, bepalen de min-score van deze tieners.
Boer, vrouw, heer en aas zijn 10 minpunten, een joker 25 minpunten en de rest is de waarde gelijk aan de kaart.



gezellig avondje

Kaartspelen

Veelgebruikte begrippen

- **Een slag maken** doe je als je de hoogste kaart in de voorgespeelde kleur hebt gelegd.
- De **kleur van de kaart** kan schoppen, harten, ruiten of klaveren zijn.
- **Kleur bekennen** is verplicht als er met harten gespeeld wordt en je hebt een hartenkaart.
- Een **kaartspel** bestaat uit 52 speelkaarten en is verdeeld in oogkaarten (de cijfers) en figuurkaarten (de plaatjes).
- Een **piketkaartspel** bestaat uit 32 kaarten, omdat de oogkaarten 2 t/m 6 worden weggelaten.
- Bij een **gesloten kaart** is niet te zien welke kaart het precies is.
- Als je **open kaart** speelt, is het voor iedereen te zien.





Van een gewoon gezellige avond, maak je een speciaal en extra gezellige avond door wat kleine dingen klaar te zetten, aan te passen of misschien zijn er dingen van thuis die je kunt meenemen. Wat zijn ingrediënten voor een extra gezellige avond bij JongNL?

Drinken

Misschien heeft iemand thuis wel één of meerdere limonadetaps. Leuk om deze naast (bruis)water, te vullen met lekkere aardbeien, citroen, munt of komkommerschijfjes. Wat glazen erbij die ze zelf tussendoor bij kunnen vullen, een leuk rietje en eventueel wat extra fruit, schijfjes citroen en takjes munt om hun eigen glas mee te versieren. Heel erg lekker, feestelijk en ook nog eens gezond!

Muziek

Zorg dat er gezellige achtergrondmuziek op staat, niet zomaar de radio, maar een spotifylijst die de tieners zelf ook kunnen waarderen, of nog beter: zelf hebben samengesteld.

Licht

Als het mogelijk is, dim het licht en zorg voor wat kaarsen en theelichtjes voor op tafel. Misschien zijn er in de blokhut lichtsnoeren aanwezig of andere lichtbronnen die het net wat gezelliger maken dan het normale licht. Zorg wel voor voldoende licht afhankelijk van de activiteit die jullie willen doen.

Aankleding

Leg een mooi tafelkleed op de tafel, een kaarsje, een bakje met knabbels, snackkomkommers en snoeptomaten op tafel... en kaarten maar! De tieners kunnen ook zelf iets te snacken meenemen, zorg dan voor kommen, om het te verdelen over de tafels.

Ideeën voor een gezellig avondje JongNL



Tiener Tips

Heel veel ideeën
voor tieneractiviteiten

