

# Blote voeten



Ontdek de wereld onder je voeten!

## Materialen

Blinddoeken

## Inleiding

Heel vroeger hadden de mensen geen schoenen. Er zijn nog steeds natuurliefhebbers die op blote voeten lopen zoals de aboriginals in Australië. Ook veel afrikanen lopen nog vaak op blote voeten en afrikanen staan erom bekend dat ze enorm hard kunnen rennen...



## Naar buiten

1. Je kunt deze activiteit in een bos of park doen, maar ook op het schoolplein of in de schooltuin. Kies een plek waar de kinderen hun schoenen en sokken uitdoen. Laat ze even wennen aan het op blote voeten lopen. Loop dan voorop en maak behoedzaam gezamenlijk een wandeling op blote voeten. Laat de kinderen verschillende ondergronden ervaren, afhankelijk van waar je bent: het pad, de stoep, asfalt, grint, zand, modder, water, gras, mos, boomstammen, door ritselende bladeren, over dennenaalden en nog veel meer. Laat ook het verschil in temperatuur voelen tussen ondergrond in de zon en in de schaduw.
2. Vervolgens maken de kinderen in twee groepen voor elkaar een spannend blotevoetenpad met materialen uit de omgeving, waar geblinddoekt overheen gelopen gaat worden. Zorg dat de twee groepen elkaars parcours vooraf niet kunnen zien, zodat het een verrassing blijft.
3. De kinderen van de ene groep krijgen allemaal een blinddoek voor en worden om de beurt heel voorzichtig door een kind uit de andere groep begeleid over het blotevoetenpad. Aan het eind van het pad mag de blinddoek af. Daarna wisselen ze van rol en wordt het andere blotevoetenpad geblinddoekt gelopen door de andere groep.
4. De kinderen hebben nu heel veel gevoel in hun voeten. Lukt het ze om met blote voeten op 1 been te staan? En op het andere been? Kunnen ze met hun tenen een steen oppakken? Kunnen ze met een stokje tussen hun tenen hun naam schrijven in het zand? Hoe hard kunnen ze rennen op blote voeten?
5. Elk kind maakt een voetafdruk van zijn/haar eigen voet in het zand. Het kan ook op de stoeptegels door de voetomtrek en tenen over te trekken met een krijtje. Maak er een kunstwerk van door de voetafdruk op te vullen met materialen (stenen, blaadjes, takjes, gras, mos etc.).



## Afsluiting

Dieren doen geen schoenen aan als ze buiten lopen. De kinderen zoeken op internet plaatjes van allerlei verschillende dierenpoten aan de onderkant en ontdekken waarom dieren geen schoenen nodig hebben.

