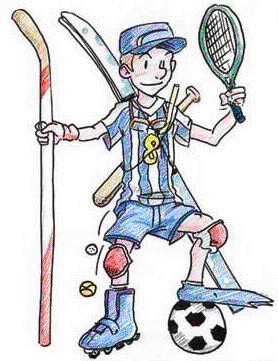
Sportdag

8 juli 2014



OBS de Tuimelaar

Draaiboek

Inhoudsopgave

Inleiding Blz. 3

Dagindeling Blz. 4

De spellen Blz. 6

Voorbeeld scorekaart Blz. 10

Plattegrond Blz. 11

Inleiding

De sportdag wordt gehouden op dinsdag 8 juli en vindt plaats op de voetbalvelden van Blauw-Geel (Prins Willem-Alexander sportpark).

We zijn met 6 groepen aanwezig en we hebben 12 kleedkamers tot onze beschikking. Elke groep heeft twee kleedkamers: één voor de jongens en één voor de meisjes. Hier kunnen kinderen eventueel omkleden en hun kleding neerleggen. Ook kunnen ze hun tassen hier laten, maar het zal handiger zijn als ze deze meenemen zodat ze tussendoor ook iets kunnen eten/drinken.

De groepen 1 t/m 3 zijn deze dag naar de speeltuin, dus is de sportdag alleen voor de groepen 4 t/m 8. De kinderen worden verdeeld in heterogene groepen. In totaal zijn er 155 leerlingen. Wanneer er 23 groepen gemaakt worden, ontstaan er groepjes van 6 of 7 kinderen. Dit is een mooi aantal, waarbij de kinderen genoeg aan de beurt komen en ook weer niet te lang hoeven te wachten.

Bij elk onderdeel worden er scores opgeschreven. Dit kan een individuele score zijn, maar ook een groepsscore. Aan het eind van de dag worden alle scores verzameld en kan de dag erna (of daarna), per groep en per onderdeel een klassewinnaar worden aangewezen. Die mag zich het hele jaar winnaar noemen van dat onderdeel. Kinderen strijden dus tegen hun klasgenoten en niet tegen de kinderen die in hun groepje zitten.

Dagindeling

Op maandag worden alle materialen al richting het sportpark gebracht. Hier wordt alles nog een keer gecontroleerd, om te kijken of we niets vergeten zijn.

Op dinsdag ochtend bij het sportpark verzamelen. Ik kan niemand wat verplichten, maar het zou fijn zijn als iedereen redelijk op tijd aanwezig kan zijn, zodat alle sporten en spellen klaargezet kunnen worden. Ikzelf (Marc) zal tussen 07.00 en 07.30 uur aanwezig zijn.

**Programma:**

08.15: Eerste kinderen zullen al komen (ouders die rijden voor de groepen 1 t/m 3). Deze worden doorverwezen naar de kleedkamers.  
Ook de hulpouders worden rond deze tijd verwacht. Zij kunnen eventueel nog meehelpen met klaarzetten en hun eigen onderdeel bemannen.

08.50: Alle kinderen moeten aanwezig zijn en hebben zich omgekleed. Leerkracht geeft de kinderen een naamsticker waar ook hun groepsnummer op staat.

09.00: Gezamenlijke warming up. Marc Loopt met de kinderen een rondje om een half veld. Daarna wat rek en strek oefeningen (geeft aanwijzingen via de Megafoon).

09.10: Kinderen gaan verzamelen bij hun groepshoofd (oudste). Deze houdt een groot nummer omhoog, zodat de kinderen kunnen zien waar ze naartoe moeten (hebben groepsnummer op hun sticker staan). Vervolgens gaat elke groep naar hun eerste onderdeel toe (groepje 1 gaat naar onderdeel 1)  
de meeste onderdelen hebben geen tijdslimiet. Er staat wel omschreven hoe vaak iedereen mag. Zodra een groepje klaar is bij een onderdeel lopen ze naar het volgende. Het kan zijn dat ze daar misschien even moeten wachten.

10.30: Pauze  
Via geluidssysteem van Blauw-geel komt er een signaal om aan te geven dat we gezamelijk pauze houden. Kinderen maken eerst het onderdeel af waar ze mee bezig zijn en lopen dan richting het terras van dekantine om hun hapje te eten. De kinderen kunnen een beker ranja krijgen, gesponserd door Blauw-Geel (nog niet helemaal zeker)

10.45: Er komt weer een signaal en de kinderen gaan weer verder met de spellen.

12.00: We gaan gezamelijk lunchen  
Er komt weer een signaal. De kinderen maken eerst het spel af waar ze mee bezig zijn en gaan vervolgens weer bij het terras voor de kantine lunchen. Ze hebben daarna ook even vrije tijd. Hulpouders en leerkrachten zien erop toe dat kinderen spellen met rust laten.

12.45: Er komt weer een signaal en de kinderen gaan weer verder met de spellen.

14.30: Einde sportdag  
Kinderen gaan eventueel weer omkleden en worden vanaf 14.45 opgehaald. Er zullen kinderen later opgehaald worden, vanwege rijouders bij de groepen 1 t/m 3. Vanaf de groepen 6 t/m 8 mogen kinderen ook zelf naar huis.  
Kinderen die later opgehaald worden, kunnen eventueel meehelpen met spullen verzamelen.

Omdat het de eerste keer is dat we deze opzet doen, is het moeilijk in te schatten hoe we met de tijd uitkomen. Mocht het zo zijn dat we tijd tekort komen, kappen we het toch af. Dit kunnen we meenemen in de evaluatie en de volgende keer het anders indelen of de tijd langer maken. Mocht het zo zijn dat we tijd overhouden, kan er een touwtrek toernooi plaatsvinden. Groepjes gaan dan tegen elkaar touwtrekken.

De spellen

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Spelletjes** |  | **Score** | **Materialen** |
| 1. Tennisbal gooien:  De leerlingen gooien een tennisbal vanaf een bepaalde lijn zover mogelijk. Waar de bal stil ligt is het aantal meter gegooid. Afstandbordjes per 5 meter. Tot de 50 meter  Leerlingen hebben 2 pogingen | Individueel | Afstand in meters | - Tennisbal  - Afstandbordjes (per 5m)  - gooilijn (belijning voetbalveld?) |
| 2. Grote bal gooien:  De leerlingen gooien een medicinbal vanaf een bepaalde lijn zover mogelijk. Waar de bal stil ligt is het aantal meter gegooid. Afstandbordjes per meter. Tot 10 meter  Leerlingen hebben 2 pogingen | Individueel | Afstand in meters | - Medicinbal  - Afstandbordjes (per 1m)  - gooilijn (belijning voetbalveld?) |
| 3. Bal wegslaan:  Tennisbal ligt op een pilon. leerlingen slaan met een knuppel de bal weg. Waar de bal stil ligt is het aantal meter geslagen. Afstandbordjes per 5 meter. Tot de 50 meter  Leerlingen hebben 2 pogingen | Individueel | Afstand in meters | - Knuppel  - Tennisbal  - Afstandbordjes (per 5m)  - Hoge pilon |
| 4. 50m sprint:  leerlingen rennen een afstand van 25 meter. Lopen om een pilon en rennen weer zo snel mogelijk terug. Wanneer leerling over de finishlijn komt wordt de tijd stilgezet en opgeschreven. | Individueel | Tijd in secondes en hondersten | - Start- en finishlijn (belijning voetbalveld)  - Stopwatch  - Pilon |
| 5. Verspringen:  leerlingen proberen zover mogelijk te springen in de verspringbak.  Leerlingen hebben 3 pogingen | individueel | Afstand in meters en centimeters | - verspringbak (blauw-geel)  - meetlint / rolmaat  - Hark |
| 6. Bal in doel schieten:  Er staan 3 doeltjes naast elkaar. Elk doeltje heeft zijn eigen punten aantal (3ptn – 1ptn – 2ptn). Leerlingen uit groep 4 en 5 schieten van 7 meter. Leerlingen uit groep 6, 7 en 8 schieten vanaf 10 meter. Leerlingen schieten 5 ballen en de punten worden bij elkaar opgeteld. | Individueel | Punten optellen | - 3 kleine doeltjes  - 5 voetballen  - puntenbordjes (1 – 2 – 3) |
| 7. Pittenzakjes mikken:  Er liggen 5 hoepels achter elkaar met ongeveer een meter ruimte ertussen. Punten per hoepel is als volgt: 1 – 3 – 5 – 10 – 20.  De leerlingen mogen 10 pittenzakjes gooien. Afstand naar de eerste hoepel is 3 meter.  Punten worden bij elkaar opgeteld | Individueel | Punten optellen | - 5 hoepels  - 10 pittenzakjes  - puntenbordjes/blaadjes  - gooilijn |
| 8. skippyballen:  De leerlingen skippyballen een afstand van 15 meter, om een pilon en weer 15 meter terug. | individueel | Tijd in secondes en hondersten | - Skippybal  - Stopwatch  - start- en finishlijn  - pilon |
| 9. zaklopen:  De leerlingen gaan zaklopen. Ze lopen een afstand van 15 meter, om een pilon en weer 15 meter terug. | individueel | Tijd in secondes en hondersten | - 5 jute zakken  - Stopwatch  - start- en finishlijn  - pilon |
| 10. estafette:  De leerlingen rennen een afstand van 20 meter, om een pilon en weer terug. Ze geven het stokje aan de volgende en die doet hetzelfde. Wanneer de laatste de finishlijn heeft gepasserd, wordt de tijd stilgezet. Groepjes van 6 kinderen zorgen ervoor dat een kind een keer extra loopt. | Groep | Tijd in secondes en hondersten | - Start/finishlijn  - Estafettestokje  - Stopwatch  - Pilon |
| 11. Kegelen:  10 kegels of blokjes staan in een piramide vorm. Kinderen uit groep 4 en 5 rollen een bal vanaf 10 meter. Kinderen uit groep 6, 7 en 8 rollen vanaf 13 meter. Wanneer 2 ballen gerold zijn worden hat aantal kegels dat om is geteld. | Individueel | Aantal kegels om | - 10 kegels of blokjes  - Bal (voetbal)  - Eventueel afbakening baan |
| 12. Steprace: De leerlingen steppen een bepaald parcours. Wanneer een leerling over de finish komt wordt de tijd stopgezet. | Individueel | Tijd in secondes en hondersten | - Step  - parcours (voor de kantine?)  - Stopwatch |
| 13. Spijkerbroekhangen:  Spijkerbroek wordt aan doellat geknoopt. De leerlingen klimmen op het keukentrapje en gaan aan de spijkerbroek hangen. Zodra leerlingen loslaat wordt de tijd stopgezet, met een maximum van 3 minuten. Er kunnen 3 leerlingen tegelijk hangen. | Individueel | Tijd in seconden  (max. 3 minuten) | - 3 spijkerbroeken  - lat van een doel  - 3 Stopwatch  - keukentrap |
| 14. Sponzenloop:  Er staat een grote bak met water met sponzen erin. De leerlingen pakken een spons. Een leerling rent naar de emmer (10 meter verder), knijpen het water uit de spons en rent weer terug. Dan mag de volgende leerling rennen. Na 7 minuten stoppen ze en wordt het aantal cm water geteld in de emmer. | Groep | Aantal cm water | - Groot waterreservoir  - Emmer  - sponzen  - Liniaal  - Stopwatch |
| 15. Wateroberen:  De leerlingen vullen een bekertje water en zetten deze op het dienblad. Leerlingen uit groep 4 en 5 mogen het dienblad met één hand dragen, de hoogte maakt niet uit. Leerlingen uit groep 6, 7 en 8 met één hand en het dienblad boven hun hoofd. 10 meter verderop staat een emmer en legen het bekertje daarin. Rennen terug en dan mag de volgende gaan. Na 7 minuten stopt de tijd en wordt het aantal cm water gemeten. | Groep | Aantal cm water | - Groot waterreservoir  - Emmer  - Plastic bekers  - Dienblad  - Liniaal  - Stopwatch |
| 16. Waterplassen:  De leerlingen vullen een plastic fles met water. Klemmen deze tussen de benen en lopen naar de emmer 10 meter verderop. Zonder de fles aan te raken met hun handen, moeten ze deze proberen te legen in de emmer. Zodra ze denken dat ze er niets meer uitkrijgen gaan ze met de fles tussen hun benen weer terug en gaat de volgende. Deze mag al klaar staan met een fles gevuld tussen de benen.  Na 7 minuten stopt de tijd en wordt het aantal cm water gemeten. | Groep | Aantal cm water | - Groot waterreservoir  - Emmer  - Plastic flessen (1,5 L)  - Liniaal  - Stopwatch |
| 17. Sportquiz: De leerlingen staan op volgorde van jong naar oud. Ze krijgen foto’s te zien van bekende nederlandse sporters. Als eerste mag de jongste raden, als die het niet weet de volgende, enz.  Wanneer de jongste het raadt geeft dat 7 punten, daarna 6, enz. | Groep | Punten optellen | - Foto’s van bekende sporters (NL) |
| 18. Zeilspringen  Een leerling pakt het touw dat aan het zeil vastzit vast. De rest gaat op het zeil staan. Zij moeten springen. Op dat moment trekt de ander aan het touw. Zo moet het groepje een afstand van 10 meter afleggen. Wanneer het hele zeil voorbij de finish is, wordt de tijd stilgezet en opgeschreven. | Groep | Tijd in secondes | - Groot zeil (min 2x2)  - startlijn  - Finishlijn  - stopwatch |
| 19. Korfbal:  De leeringen mogen 5 keer een bal in de korf proberen te gooien. Aantal keer raak wordt opgeschreven. Leerlingen uit groep 4 en 5 gooien vanaf 2 meter. Leerlingen uit groep 6, 7 en 8 gooien vanaf 4 meter. | Individueel | Aantal x gescoord | - Korfbalpaal  - volleybal |
| 20. Hockey minigolf:  Er staan 5 poortjes op een rij. Ongeveer 40 cm breed. De leerlingen proberen 5 ballen in één van de poortjes te pushen. De volgorde van punten is als volgt: 4 – 1 – 3 – 2 – 5.  Na 5 keer pushen wordt het aantal punten bij elkaar opgeteld. De leerlingen staan op 7 meter afstand | Individueel | Punten optellen | - 5 poortjes met verschillend aantal punten  - Hockeystick  - 5 tennisballen |
| 21. Zuiver rollen:  Er worden 3 vakken gemaakt (afzetlint). Het voorste vak is het grootst (3x3), het middelste vak is het kleinst (3x1) en het achterste vak is middelgroot (2x3). De leerlingen rollen een bal vanaf 10 meter richten de vakken die achter elkaar staan. Blijft de bal in het voorste vak liggen, 1 punt. In het middelste vak, 5 punten. In het achterste vak, 3 punten. Ligt een bal precies op de lijn, telt het vak met de minste punten. Ligt de bal op de lijn aan de buitenkant, telt hij wel. | Individueel | Aantal punten | - 3 vakken (3x3 – 2x2 – 1x1)  - 3 ballen |
| 22. Touwtje springen:  Het touw wordt vastgemaakt een een railing. De kinderen gaan om de beurt springen waarbij de begeleider aan het touw draait. Het aantal keer gesprongen telt. Kinderen krijgen twee pogingen. | Individueel | Aantal sprongen | - lang springtouw |
| 23. Bal dribbelen:  Kinderen gaan met een bal dribbelen. Ze gaan slalommend om pilonnen heen, om de laatste pilon en gaan ook weer slalommend terug. Kinderen uit groep 4 en 5 mogen met twee handen dribbelen. Vanaf groep 6 moeten ze dit met één hand doen. | Individueel | Tijd in secondes en hondersten | - 6 markeringshoedjes  - basketbal  - Stopwatch |

**Voorbeeld van scorekaart**

|  |  |
| --- | --- |
| **Tennisbal gooien** | |
| Groep 6A | |
| **Naam** | **Afstand in meters** |
| Rohan Bachoe |  |
| Jurgen te baerts |  |
| Eva Bleeker |  |
| Paris de Boer |  |
| Chenna van den Bogaard |  |
| Douwe van Boxmeer |  |
| Madelief Dunk |  |
| Jody Hoes |  |
| Noah Imankarijo |  |
| Wouter Ketelaars |  |
| Anouk Mangnus |  |
| Senna de Mol |  |
| Eline Pasmans |  |
| Sharai Pepers |  |
| Ryan Sanders |  |
| Yangchen Schuurmans |  |
| Niels Strating |  |
| Anh Ton |  |
| Giel Toxopeus |  |
| Luke de Vries |  |
| Merit van de Wijgert |  |

**Plattegrond**

**22**

**23**

**4**

**21**

**14 – 15 – 16**

**20**

**19**

**18**

**12 – 17**

**11**

**10**

**9**

**8**

**7**

**6**

**2**

**1**

**3**

**5**

**13**

