

INLEIDING



In Nederland is sportstimulering steeds belangrijker geworden en sport- en spelactiviteiten krijgen een steeds grotere rol bij scholen en bij de buitenschoolse opvang (bso). Sportbso's schieten als paddenstoelen uit de grond en pedagogisch medewerkers en leerkrachten kunnen met allerlei trainingen worden bijgeschoold over bewegingsspellen voor kinderen.

Kinderen leiden aan overgewicht. Steeds vaker wint de computer of de tv het van het speelplein. Juist bij de bso en tijdens het speelkwartier op scholen kunnen we kinderen bewegingsvrijheid geven en leren hoe leuk het is om te bewegen en sporten. De tijd bij de buitenschoolse opvang en tijdens speelkwartier of gymlessen op school is bij uitstek geschikt om kinderen lekker te laten bewegen. Maar hebben kinderen bij de bso en tijdens het speelkwartier wel voldoende plezier aan verantwoord buiten spelen?

Tikkertje of een partijtje voetballen daar is helemaal niets mis mee maar het spelaanbod bij de bso of tijdens speelkwartier mag wel wat bijzondere aandacht krijgen.

Bij 'bso' denkt men veelal ook aan pedagogiek, niet direct aan sport. Toch worden beweging en sport steeds meer van belang in het werk als pedagogisch medewerker en als leerkracht, vooral als je op de buitenschoolse opvang werkt.

Het aantal kinderen met overgewicht is de laatste jaren sterk toegenomen. Bovendien spelen kinderen steeds minder buiten dan voorheen omdat computers en tv ze binnenhouden.

Om je te ondersteunen in het aanbieden van sport- en spelactiviteiten is dit e-book samengesteld. Dit boek helpt je om het sportaanbod voor kinderen leuk en aantrekkelijker te maken op een makkelijke manier zonder daarvoor hele cursussen te volgen. Eventueel in combinatie met materialen van www.sportenspelmateriaal.nl heb je een goede houvast en een totaal aanbod om creatief en origineel te blijven in het aanbieden van sport- en spelactiviteiten.

Natuurlijk kun je ook gebruik maken van materialen die je al in bezit hebt. Misschien dat je de spelvorm dan maar een beetje aan hoeft te passen.

De spellen, in dit genoemde boek, zijn eenvoudig en makkelijk toe te passen. Veel spellen herken je misschien al maar het is altijd fijn om een soort van naslagwerk te hebben.

Kinderen kunnen zelf heel creatief zijn, maar leunen voor inspiratie ook op de creativiteit van de pedagogisch medewerkers, spelleiders of leerkrachten. Bv Voetbal of hockey worden nog veel gespeeld maar kan net even anders gepresenteerd of aangepast worden door bv. voetbal met drie doeltjes, in plaats van met twee te spelen of de doeltjes om te draaien. Dit zijn geen spectaculaire veranderingen maar heeft wel een heel ander effect. (en je moet er maar net opkomen)

We hopen dat dit handboek een goede ondersteuning zal zijn bij de uitvoering en/of organisatie van sport- en spelactiviteiten. Mochten er nog vragen of opmerkingen zijn stel ze gerust via onze socialkanalen, mail of telefoon.

www.facebook.com/Sportenspelmateriaal

www.instagram.com/sportenspelmateriaal.nl

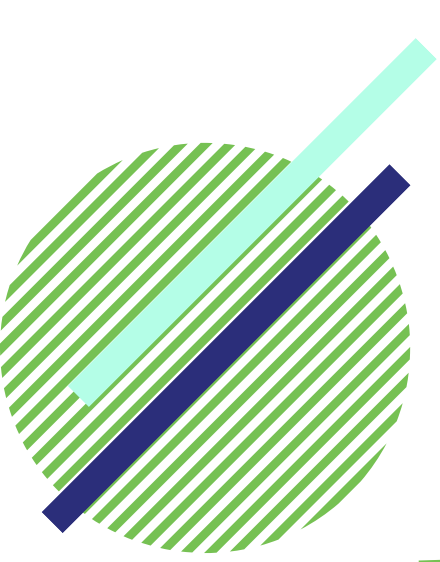
info@sportenspelmateriaal.nl

0497-843285

Veel sportplezier gewenst!

Sport- en spelmateriaal





INHOUD



Hoofdstuk 1

Warming-up spelen

1.1 Getallenspel Blz. 3

1.2 Stoktikkertje Blz.3

1.3 Hoepelspel Blz. 3

1.4 Verrassingstikkertje Blz. 3

Hoofdstuk 2

Kennismakingsspelen

2.1 Namenrondje Blz. 4

2.2 Interviewspel Blz. 4

2.3 Namen tikspel Blz. 4

2.4 Voorlopertje Blz. 4

Hoofdstuk 3

Groepjes indelen

3.1 Schoenen verdelen Blz. 5

3.2 Persoonlijke verdeling Blz. 5

3.3 Op een been Blz. 5

Hoofdstuk 4

Tikspelen

4.1 Lintjes bevrijdingsspel Blz. 6

4.2 Kleuroverlopertje Blz. 6

4.3 Knakworsttikkertje Blz. 6

4.4 Wc tikkertje Blz. 6

4.5 Slingertikkertje Blz. 7

4.6 Lintjestikkertje Blz. 7

4.7 Reus reus hoe laat is het? Blz. 7

4.8 Tikker puntenspel Blz. 7

4.9 Tikker wisselspel Blz. 8

4.10 Britse Bulldogspel Blz. 8

Bal tikspelen

4.11 Iemand is 'm niemand is 'm Blz. 9

4.12 Trefbal(vormen) Blz. 9

Hoofdstuk 5

Gazonspelen

5.1 Bal doorgeefspel Blz. 10

5.2 Babybal Blz. 10

5.3 Water en vuur Blz. 11

5.4 "Slag"bal Blz. 11



Hoofdstuk 6

Estafettespelen

- 6.1 Basis estafette Blz. 12
- 6.2 Krantestafettes Blz. 12
- 6.3 Hoepelstafettes Blz. 12
- 6.4 Balgooi estafette Blz. 13
- 6.5 Bal doorgeef estafettes Blz. 13
- 6.6 Dobbelsteen estafette Blz. 13
- 6.7 Stapelestafette Blz. 13

Hoofdstuk 7

Reactiespelen

- 7.1 Spiegelspel Blz. 14
- 7.2 Ratten en raven Blz. 14
- 7.3 Lichaamsspel Blz. 14

Hoofdstuk 8

Over en weer spelen

- 8.1 Indiaka Blz. 15
- 8.2 Open rubberen bal Blz. 15
- 8.3 Overstuiten Blz. 15
- 8.4 Voetvolley Blz. 15
- 8.5 Scoopbal Blz. 15
- 8.6 Frisbeeën Blz. 15

Hoofdstuk 9

Spelenkermis

- 9.1 Krantgooien Blz. 16
- 9.2 Dobbelsteenwerpen Blz. 16
- 9.3 Frisbeeën Blz. 17
- 9.4 Hoepelschieten Blz. 17
- 9.6 Hoepelwerpen Blz. 17
- 9.7 Korfschieten Blz. 17
- 9.8 Kratlopen Blz. 17
- 9.9 Skippyballenrace Blz. 17
- 9.10 Kegelwerpen Blz. 17
- 9.11 Flesje gooien Blz. 18
- 9.12 Ballontrappen Blz. 18
- 9.13 Knotsvoetbal Blz. 18
- 9.14 Blind voetballen Blz. 18

Hoofdstuk 10

Individuele spellen en algemene tips

- 10.1 Lolobal Blz. 19
- 10.2 Monofling Blz. 19
- 10.3 Scoopset Blz. 19
- 10.4 Stokspringen Blz. 19
- 10.5 Algemene tips Blz. 19



HOOFDSTUK 7

Reactiespelen

7.1 Spiegelspel (geen materialen nodig)

Een kind is een spiegel en de andere personen staan ervoor. Ze staan dus met de gezichten naar elkaar toe. Als de "spiegel" naar links loopt moeten de kinderen diezelfde kant oplopen dus voor hen rechts. Steekt de spiegel de rechterarm in de lucht dan doen de kinderen alsof ze in de spiegel kijken en steken dus hun linkerarm in de lucht.

7.2 Ratten & raven (eventueel 4 pionnen of markeerhoedjes, verder geen materiaal nodig)

Er staan 2 rijen kinderen in het midden van een ruimte tegenover elkaar, met de gezichten naar elkaar toe, en elk kind heeft een tegenstander. De ruimte tussen de rijen is ongeveer 2 meter. De spelleider vertelt/verzint een verhaal over ratten en raven. De ene rij kinderen zijn de ratten en de andere rij zijn de raven. Wanneer in het verhaal raven wordt genoemd moeten de raven ervoor zorgen dat ze zo snel mogelijk omdraaien en wegrennen naar bv. de muur of een pion zonder getikt te worden door de ratten. Wordt het woord ratten genoemd dan moeten die snel omdraaien en wegrennen. Bij de muur of pion aangekomen zijn ze vrij. Wie getikt is krijgt 1 punt. De groep met de minste punten heeft gewonnen.

Je kunt het natuurlijk spannend maken door b.v. in het verhaal veel woorden te gebruiken die erop lijken zoals ranja, ravage etc. Ook kun je zelf i.p.v. ratten en raven andere woorden verzinnen waar de beginletters hetzelfde van zijn.

7.3 Lichaamsspel (geen materiaal nodig)

De spelleider staat tegenover een groep kinderen en roept bijvoorbeeld "buik"! Dan moeten de kinderen zo snel mogelijk op hun buik gaan liggen. Roept de spelleider "rug" dan moeten ze zo snel mogelijk op hun rug gaan liggen etc. Is een kind af of is het als laatste dan moet hij/zij een opdrachtje doen. (bv rondje rennen of opdrukken).

Variatie: Verboden woord "kont".

Als de spelleider "kont" roept en de kinderen gaan op hun billen zitten dan zijn ze af. De kinderen mogen bijvoorbeeld alleen reageren op het woord "billen".

