

Olympische Spelen

Sporttakken

7 disciplines, maar deze kan je natuurlijk zelf aanpassen of invullen naar eigen goesting!

Basketbal
Flessenvoetbal
Ballon volleybal
Blind darten
Bowlen
Obstakel run
Jump quiz

Uitwerking

1. Basketbal

Materiaal

Bal, wasmand

Spel uitleg

Elke speler mag 5 x gooien. Gooi je in de basket, dan krijg je een punt. Wie de meeste punten maakt is de winnaar!

Je kan het makkelijker of moeilijker maken door bijvoorbeeld de basket dichterbij of verder te zetten of op een verhoogje. Wees creatief!

2. Flessenvoetbal

Materiaal

1 lege petfles per speler, bal

Spel uitleg

Elke speler zet zijn/haar fles op een veilige plaats. De bedoeling is om de fles van een ander om te schieten. Je kan spelen voor punten of tijd.

3. Ballon volleybal

Materiaal

Net (laken, touw, net,...), 2 stoelen, ballon

Speluitleg

Span het net tussen 2 stoelen zodat je aan beide kanten een speelveld hebt. Je kan dit spel zittend of staand spelen. De ballon wordt naar de overkant gespeeld en mag de grond niet raken. Elke speler of elk team mag maximaal 3 x de ballon raken vooraleer de ballon over gespeeld wordt. 4 x raken, ballon niet over het net of ballon op de grond is een punt voor de tegenstander. Je kan spelen voor punten of tijd.

4. Blind darten

Materiaal

Papier, stift, blinddoek

Speluitleg

Teken een dartbord met 3 cirkels. De grootste cirkel is 1 punt, de middelste cirkel 5 punten en de kleinste cirkel is 10 punten waard.

Draai de geblinddoekte speler 2 x rond. Deze probeert met de stift op de dart een stip te zetten. Doe dit 3 x. De hoogste score wint!

5. Bowlen

Materiaal

9 lege petflessen, bal

Speluitleg

Plaats de flessen in een driehoek (1-2-3-4). Gooi vanop een afstand de bal naar de flessen en probeer zoveel mogelijk flessen in 1 keer om te gooien. Doe dit 5 x. Tel de scores op. De hoogste score wint!

6. Obtakel run

Materiaal

Bank, stoelen, matjes, lepel, balletje, stopwatch

Speluitleg

Zet een uitdagend parcours uit. Je legt het parcours af met een balletje op je lepel. Als het balletje/ ei valt krijg je 5 seconden extra en moet je de bal/ei opnieuw op de lepel leggen om verder te gaan. De snelste tijd wint.

7. Jump quiz

Materiaal

Quizvragen, tape

Speluitleg

Maak een ganzenbord met tape. Alle spelers starten voor het 1ste vakje. Om beurt stel je iemand een quizvraag. Als de vraag juist beantwoord is dan mag de speler een vakje vooruit. Het spel eindigt wanneer iedereen bij het laatste vakje is.

Quizvragen:

- Om de hoeveel jaar worden de Olympische Spelen gehouden?
- Hoeveel Olympische ringen?
- Welke kleuren hebben deze ringen?
- Noem een olympische sport
- ...

Medailles

Natuurlijk krijgt iedereen een medaille.

Hieronder een linkje hoe je samen met de kids een leuke medaille kan maken.

<https://doenkids.nl/olympische-medailes/>