

De stippelspelen

Igor gaat naar de Stippelspelen, dé wedstrijd voor gestippelde atleten.
Wat is er leuker dan het organiseren van Stippelspelen voor je kleuters?

Gewoon op school!

Natuurlijk is het leuk als je het prentenboek voorgelezen hebt voordat je de Stippelspelen zelf organiseert.

Deze complete gymles bevat 7 'sporten' om uit te kiezen.
Het is de bedoeling dat je een vier a vijftal sporten kiest en in hoeken aanbiedt.

De kaarten met daarop de spelbeschrijvingen
helpen je bij het klaarzetten van de materialen
en kunnen dienen als spelkaart wanneer meerdere groepen
achter elkaar gebruik maken van deze gymles.

Stop de spelkaarten in dat geval in hoesjes
en hang ze bij de betreffende hoeken.

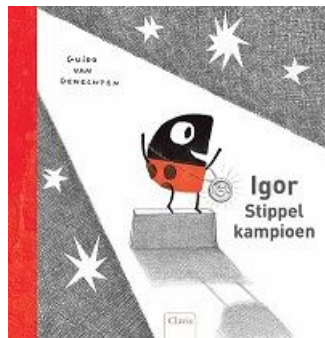
Verdeel de klas in evenveel groepjes als het aantal hoeken.

Laat kort zien wat de bedoeling in elke hoek is.

De kinderen sporten 5 tot 10 minuten in een hoek.

Daarna klinkt er een signaal, bijv. een fluitje,
dat zeggen wil dat de kinderen moeten wisselen van hoek.

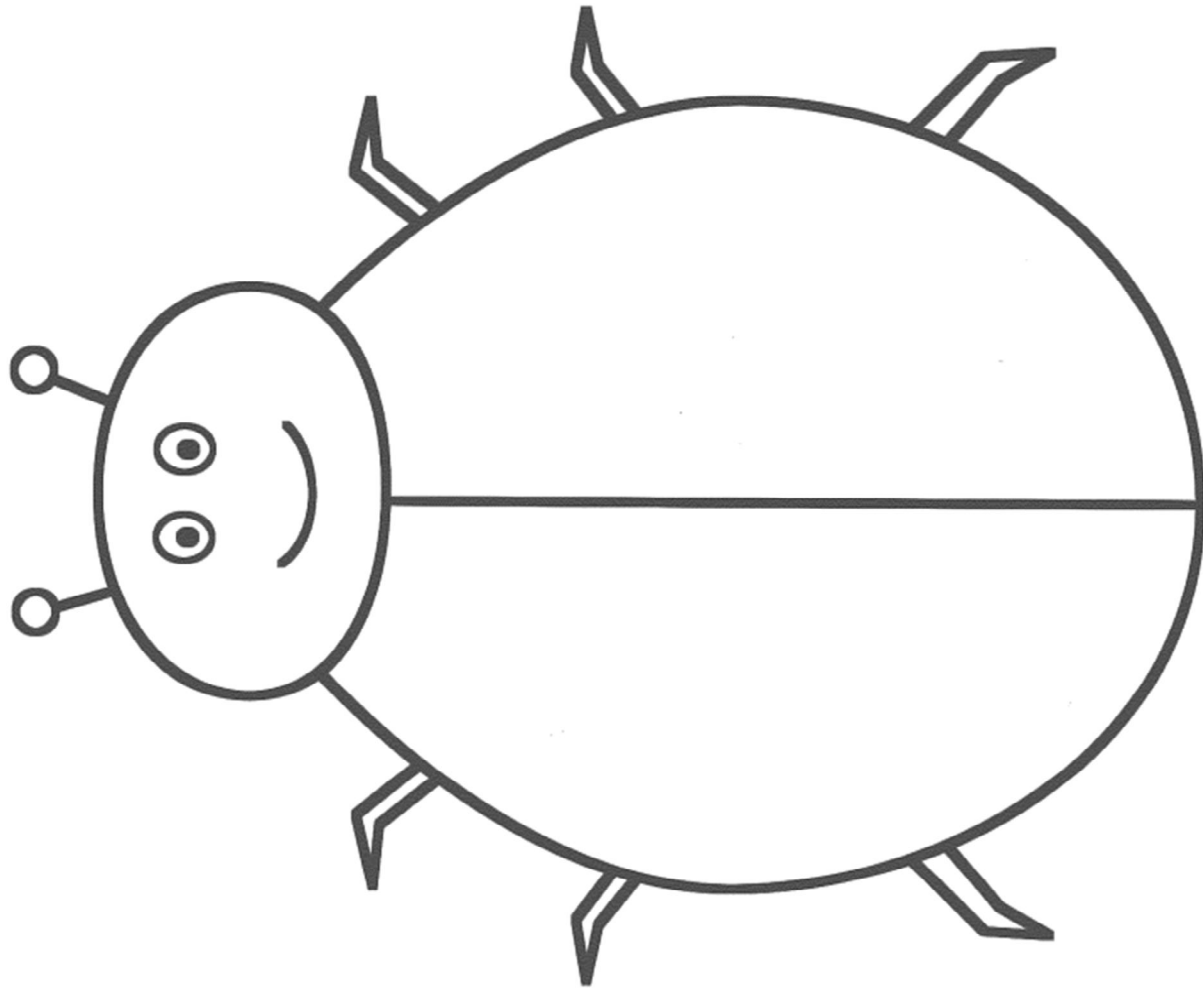
Maak de Stippelspelen extra leuk met de Stippelkaarten op pagina 2. Print ze
voor alle kinderen op stevig papier uit. De kinderen kunnen bij elke sport een
stip verdienen. Neem hiervoor een zwart stickerrondje, een stift o.i.d.



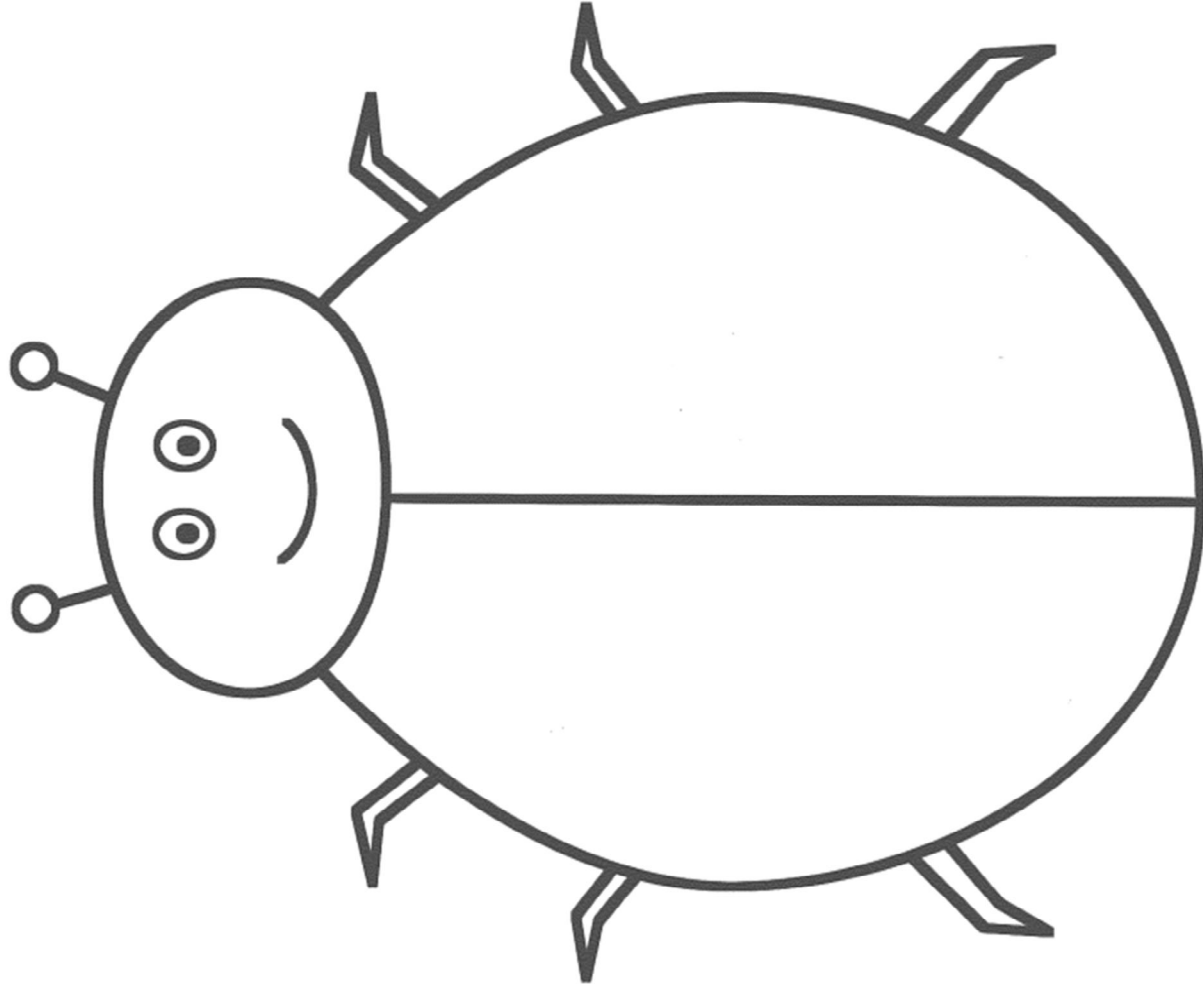
Veel plezier met de Stippelspelen!

www.jufanke.nl

Stippe/kaart



Stippe/kaart



hoogspringen

Situatie 1

Nodig: dikke mat, (spring)touw, 2 palen, bijvoorbeeld korfbalpalen of stokken in pilonnen, een kleine pilon

Zet de 2 palen tegen de dikke mat. Span een touw losjes tussen de palen, nét boven de dikke mat.

Zet een kleine pilon neer, waarachter de kinderen de wachtrij kunnen maken.

De kinderen lopen één voor één naar het touw en springen op de dikke mat. Ze hoeven niet perse op de voeten te landen.

Situatie 2

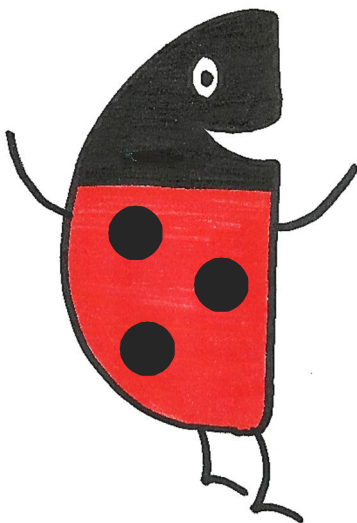
Nodig: 6 pilonnen, 3 touwtjes

Span een touwtje tussen 2 pilonnen. Zet daarachter weer 2 pilonnen met een touwtje ertussen, etc. De kinderen springen over de touwtjes zonder ze op de grond te laten vallen. Daarna sluiten ze weer in de rij aan.

Situatie 3

Nodig: een kleutertrampoline of zwiepplank

De kinderen springen om de beurt op de trampoline of zwiepplank. Als ze het durven, mogen ze er ook vanaf springen.



touwtje springen

Situatie 1

Nodig: een springtouw, een kast of stoel, 2 pilonnen

Maak het springtouw aan de kast of de stoel vast. Maak met pilonnen 2 wachtplakken aan weerszijden van het springtouw.

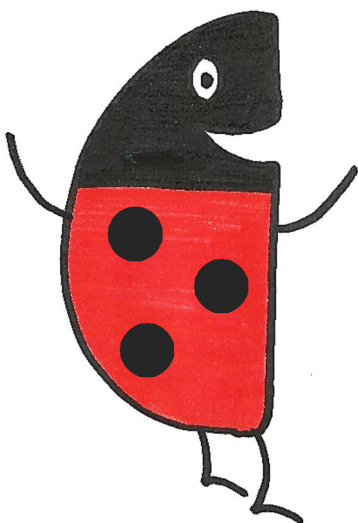
Eén kind wiegt het touw heen en weer. De andere kinderen rennen om de beurt naar de overkant en springen over het touw heen. Na verloop van tijd wisselen de kinderen van wieger.

Kunnen de kinderen ook naar de overkant lopen met een pittenzakje in de hand?

Situatie 2

Nodig: ongeveer 6 korte springtouwen

De kinderen oefenen het touwtje springen individueel.



over de balk

Nodig: een paar banken, balanceerbalk

Zet 2 banken achter of naast elkaar. 1 Bank met het zitvlak naar boven, de tweede bank eventueel omgekeerd.

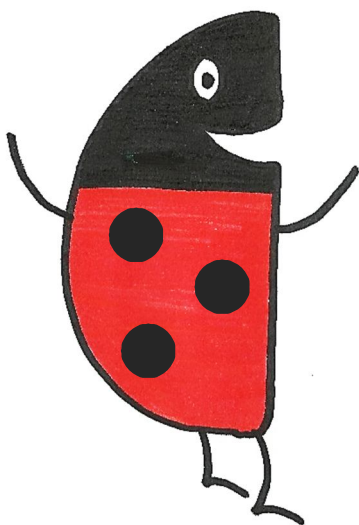
Zet er een derde balanceermogelijkheid, de balk, naast.

De kinderen lopen over de bank/balk naar de overkant.

Lukt dit ook met een pittenzakje in de hand?

Het is ook leuk om een bank in het wandrek of aan de kast te hangen, zodat de kinderen een stukje omhoog moeten lopen.

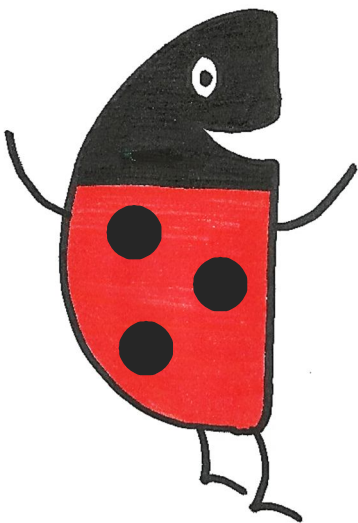
Daarnaast kun je een bank of loopplank tussen 2 kasten of een kast en het wandrek in hangen, zodat de kinderen op hoogte balanceren.



de lange mat

Nodig: lange mat of meerdere kleine matten

Rol de lange mat uit of leg enkele kleine matten tegen elkaar. De kinderen mogen het turnen oefenen! Ze maken om de beurt kunstjes op de lange mat. Naar de overkant rennen, koprollen maken, de handstand, kruipen, rollen etc.

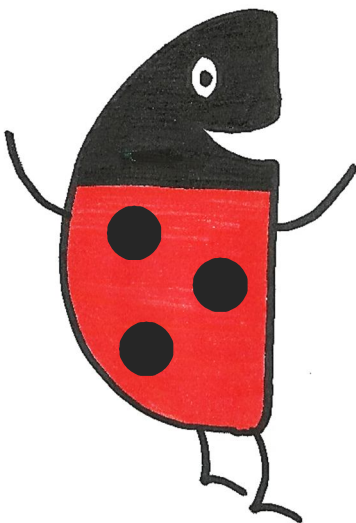


bobsleeën

Nodig: glijbaan, voor het glijden 1 tapijttegel, zakloozak o.i.d.

De kinderen klimmen om de beurt naar de glijbaan. Een volwassene houdt het glijmatje vast, zodat het kind erop kan gaan zitten. Het kind gaat goed op het glijmatje zitten en zet er daarna zijn voeten op. Dan laat de leerkracht het matje los. Het kind geeft het matje weer aan de leerkracht en de volgende is aan de beurt.

Kunnen de kinderen ook met z'n tweeën op het glijmatje van de glijbaan af?



balwerpen

Situatie 1

Nodig: ballen, hoepels als mikplaats, dozen, bakken, korven of manden om in te mikken

Leg de hoepels neer. Hierin mogen de kinderen gaan staan om te mikken. Zet op verschillende afstanden van de hoepels een doel neer.

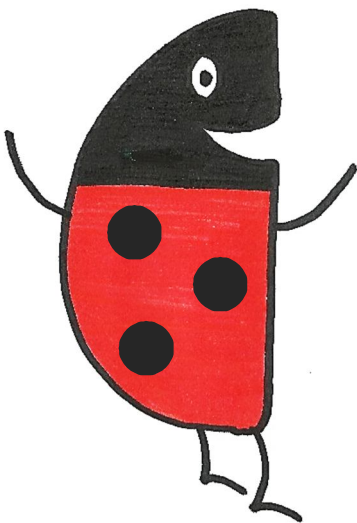
De kinderen staan in de hoepel en mikken een bal in één van de doelen. Daarna halen zij de bal op en mikken opnieuw.

Situatie 2

Nodig: zachte ballen, hoepels als mikplaats, een karretje (wandelwagen, kruiwagen, winkelwagen o.i.d.)

Leg de hoepels naast elkaar, met in elke hoepel een bal.

De kinderen staan in de hoepels klaar om te mikken. Eén kind rijdt met een karretje rustig voor de hoepels langs. Lukt het om een zachte bal in het karretje te mikken?



stoeien

Nodig: matten en ballen

Op elke mat zitten 2 kinderen op de knieën. Eén kind heeft de bal stevig vast. De kinderen buigen naar elkaar als teken dat de wedstrijd begint. Het andere kind probeert de bal af te pakken. De kinderen moeten op de mat blijven.

Het lukt goed: Neem eens een kleinere bal. Deze is moeilijker af te pakken.

Het lukt niet: Grotere bal/wissel van rol.

