

Tunnelbal

Aantal personen

10 t/m 30 kinderen

Wat heb je nodig?

- Bal
- 2 pion

Doel

Maak een tunnel, gooi de bal door de tunnel en win!

Stappen

Stap 1

Maak twee teams. Spreek een startlijn en een finishlijn af (of maak er één met krijt of pionnen). Ga in een rij staan en kijk allemaal dezelfde kant op. Ga met je benen wijd staan om een tunnel te maken.

Stap 2

De scheidsrechter roept: 'START'. Nr. 1 rent naar voren en gooit de bal door het poortje naar het begin waar nr. 2 klaar staat om de bal te vangen. Gaat de bal schuin? De tunnel mag helpen de bal verder te rollen.

Stap 3

Nr. 1 gaat terug in de rij staan.

Stap 4

Nr. 2 rent naar voren en rolt de bal weer door de tunnel. Nr. 3 staat klaar om de bal te vangen. Enzovoorts.

Stap 5

Het team met één speler over de finishlijn wint!



Extra uitdaging

Maak de ruimte tussen alle kinderen groter.

Variant

De kinderen liggen op de grond. Nr. 1 rent niet om de kinderen heen, maar springt over de kinderen heen.

Poortbal

Aantal personen

4 t/m 10 kinderen

Wat heb je nodig?

- Bal

Doel

Sla met je vuist de bal door het poortje van de tegenstander.

Stappen

Stap 1

Maak een grote cirkel en maak van je benen een poortje. Zorg daarbij dat jouw voet de voet van het kind naast je raakt.

Stap 2

Buig voorover en maak van je handen twee vuisten. Houdt deze voor je poortje.

Stap 3

Eén iemand heeft de bal en slaat deze met de vuist. Probeer de bal door het poortje van iemand anders te slaan.

Stap 4

Gescoord? Dan heb je een punt. Haal de bal op en begin opnieuw.



Extra uitdaging

- Is er gescoord bij jou? Dan krijg je de letter E van EZEL. Zorg dat je geen EZEL wordt.
- Maak het poortje wat groter.

Slangentikkertje

Aantal personen

4 t/m 10 kinderen

Wat heb je nodig?

- 8 pionnen
- Krijt

Doel

Probeer de staart van de slang te tikken!

Stappen

Stap 1

Maak twee teams en twee aparte vakken (of cirkels).
Zet het vak af met pionnen of krijt.
Het vak moet minstens 10 meter bij 6 meter zijn.

Stap 2

Ga met je team in een rij staan. Pak de schouders van het kind voor je vast.
Jullie zijn samen de slang. In het vak van team oranje staat één iemand van team blauw, dit is de tikker. Andersom natuurlijk ook. Eén iemand van team blauw staat in het vak van team oranje.

Stap 3

Is er 1 minuut voorbij, is de staart getikt of is de slang gebroken? Dan stopt het spel en heeft de tegenstander een punt. Is de slang niet gebroken of de staat niet getikt? Dan heeft jouw team een punt.

Stap 4

Hussel de volgorde van de slang. Kies een nieuwe tikker en start opnieuw.



Paaltjes voetbal

Aantal personen

2 t/m 15 kinderen

Doel

Het paaltje van de andere kinderen om proberen te schieten.
Heb jij de meeste paaltjes? Dan win je.

Stappen

Stap 1

Je spreekt met je groep af wat het veld is.
En waar je de blokjes mag plaatsen

Stap 2

Pak een paaltje/blokje en zet deze ergens
in het speelveld op de grond.

Stap 3

Iedereen speelt individueel. Schiet je een blokje om.
Dan mag je dat blokje pakken en bij jouw blokje zetten.
Is je blokje omgeschoten? Dan speel je gewoon door net
zolang je weer een ander blokje omschiet. Als je meerdere
blokjes hebt en deze worden omgeschoten mag er per keer
1 blokje worden gepakt.

Stap 4

Het spel gaat door tot de tijd stopt, of tot iemand alle
blokjes heeft. Dan begint het spel opnieuw.

Wat heb je nodig?

- Voetbal
- Paaltjes



Extra uitdaging

Je kan ook in teams van 2 gaan spelen zo kan je
overpassen naar elkaar. Maar ook elkaar helpen
om je paaltje te verdedigen.

Variant

Buiten kan je dit spelen met waterflessen. Je vult de
flessen met water en haalt de dop er vanaf.
Wordt jouw fles omgeschoten. Dan pak je zo snel
mogelijk de bal en dan pas mag je de waterfles weer
recht om hoog zetten. Wie zijn fles is als laatste
leeg?

Voetje van de vloer

Aantal personen

3 t/m 30 kinderen

Doel

Niet getikt worden terwijl je op de grond staat.

Stappen

Stap 1

Je spreekt af wie de tikker is en hoe lang je op de zelfde plek mag blijven zitten.

Ook spreek je af of de tikker mag wachten tot de looper weer moet lopen.

Stap 2

De spelers verspreiden zich over het veld.

Stap 3

De tikker gaat ook het veld in. Word je getikt terwijl je voeten op de vloer staan dan wissel je van tikker.

Stap 4

Dan begint het spelletje weer opnieuw.

Wat heb je nodig?

- Speelveld



Extra uitdaging

De lopers mogen als ze op de vloer staan alleen maar hinkelen of huppelen of iets anders. Dit kunnen de kinderen samen bepalen.

Variant

Je roept: 'de vloer is lava in 3 2 1' dan moet iedereen van de grond af zijn. Heb je het niet gered dan ben je af. Samen spreek je af bij hoeveel af het spel opnieuw start.

Spel van de maand

Juli

| @GYM.TS



Hilversum

Gooi de pion om

Aantal personen

2 t/m 8 kinderen

Doel

Probeer alle pionnen om te spelen en win!

Stappen

Stap 1

Maak 2 teams. Met je team ga je achter de lijn staan. Het andere team gaat aan de overkant achter de lijn staan.

Stap 2

Team 1 probeert met de 4 ballen de pionnen om te gooien. Als iedereen gegooid heeft mag team 1 de pionnen pakken die ze omgegooid hebben. Ze zetten nu de pionnen ergens voor de bank en achter de middenlijn in hun speelveld neer.

Stap 3

Team 2 verzamelt alle 4 de ballen. Nu moet team 2 als eerste proberen de verste pionnen om te gooien van achter hun bank. Dus de pionnen die team 1 net heeft neer gezet. Als dit lukt om de pion om te gooien dan doet die pion niet meer mee en mogen ze naar de zijkant. Als alle verre pionnen zijn om gegooid dan mogen pas de middelste pionnen weer om gegooid worden. Dit gebeurt met de 4 ballen lukt dit niet dan proberen ze het de volgende ronde weer.

Stap 4

Team 1 verzamelt alle 4 de ballen. Nu moet team 1 de mogelijke omgegooiden pionnen van team 2 omgooien. Als team 2 geen middelste pionnen heeft omgegooid dan mag team 1 gelijk weer op de middelste pionnen gooien.

Stap 5

Je gaat net zolang door tot dat alle pionnen zijn omgegooid. Daarna begint het spelletje opnieuw en mag team 2 als eerste gooien.

Wat heb je nodig?

- 9 pionnen of waterflessen
- 2 banken of stoepkrijt
- 4 ballen



Extra uitdaging

Het speelveld groter maken, waardoor het moeilijker wordt.

Variant

Elk team krijgt 4 pionnen. Die zetten ze op de banken of op de stoepkrijt lijn neer. 1 pion zetten ze in het midden neer. Vanaf achter de pionnen proberen ze de pionnen om te gooien. Als dit is gelukt dan pas mogen ze de pion in het midden om gooien. Als die om wordt gegooid wanneer het mag dan win je. Maar wordt de pion in het midden eerder omgegooid dan verlies je en begint het spel opnieuw.