



De club van elf

We spelen korte sportspelletjes in een laddercompetitie-vorm

Klaar voor de start.. ELF! Daag elkaar uit en probeer om als eerste bovenaan de ladder te komen!

Duratie	: 30 minuten
Vorbereidingstijd	: 30 minuten
Ontwikkelingsgebied	: Motorische ontwikkeling, Sociaal-emotionele ontwikkeling
Doelgroep	: 6-8 jaar, 8-12 jaar
Soort activiteit	: Sport & bewegen
Groepsgrootte	: Groep tot 10 kinderen, Groep meer dan 10 kinderen



Wat heb je nodig voor alle spellen?

- elfen uit de bijlage
- een ladder of stukken hout/touw
- schilderstape
- schaar
- optioneel: lamineerapparaat
- optioneel: whiteboardstiften
- pennen
- doeltje
- 2 knotshockey-sticks
- balletje
- stoepkrijt of rol schilderstape
- optioneel: pionnen
- jute zakken (1 per kind of 1 per team)
- voetbal
- meetlint
- 2 harde kartonnen rietjes (die wat zwaarder zijn)
- 2 skippyballen
- 2 hoolahoops
- 2 stoelen
- zakje met ballonnen
- touw
- 1 korf of mand
- 1 lichte en/of zachte bal

Het spel in het kort

Klaar voor de start.. ELF! Daar gaan we! We spelen een laddercompetitie waarbij we korte sportspelletjes spelen. In totaal zijn dit er elf. We dagen elkaar telkens uit en proberen door de spellen te winnen hoger op de ladder te komen. Elke keer als je een spel wint, mag jouw elfje namelijk een niveau (een trede) omhoog. De PM'er staat continue bij de ladder, terwijl de kinderen elkaar onderling uitdagen. Zodra het spel afgelopen is, komen de kinderen naar de PM'er toe en vertellen zij wie het spel gewonnen heeft. De PM'er verplaatst dan de elfjes. Dit gaat continue zo door, totdat iemand de bovenste trede bereikt. Je kunt natuurlijk ook doorspelen, totdat bijna iedereen klaar is.

Wat zijn de regels?

- Win je een spel? Dan mag je een niveau omhoog op de ladder
- Verlies je een spel? Dan zak je een niveau naar beneden op de ladder. Behalve als je al op de laagste trede staat, dan blijf je gewoon staan.
- Is het gelijkspel? Dan blijven jullie allebei op dezelfde trede staan.
- De kinderen bepalen zelf welk spel zij willen spelen. Ze mogen rouleren, maar als ze er liever voor willen kiezen om alleen de spellen te spelen waar zij goed in zijn dan kan dat ook! Dit kan juist een hele tactische keuze zijn.





Voorbereiding

Algemeen:

- **Print de bijlage uit en knip de elfjes uit.** Ieder kind mag zijn of haar **naam op de elf schrijven**, zodat het straks duidelijk is welke elf bij wie hoort.
Tip: Je kunt de elfjes nog **lamineren**, zodat je zeker weet dat ze netjes blijven. Als je de kinderen hun naam met whiteboardstift op de gelamineerde elfjes laat zetten, kun je dit later gemakkelijk weghalen. Op deze manier kun je de elfjes vaker gebruiken!
- **Zorg ervoor dat je een ladder ter beschikking hebt** waar je de elfjes straks aan vast kunt maken of op kunt leggen. Je kunt ervoor kiezen om een echte lange ladder te gebruiken **of je kunt er zelf een maken**. Als je er een groot project van zou willen maken kun je samen met de kinderen een ladder **timmeren**. Een ladder maken met touw, of op de grond tekenen met **stoepkrijt** kan natuurlijk ook!
- **Zet alle spellen klaar en zorg ervoor dat er genoeg ruimte tussen alle spellen zit**, zodat de kinderen elkaar niet in de weg lopen. Je kunt deze spellen zowel binnen als buiten spelen.
Belangrijk! Zet, of leg, de ladder op een plek waar iedereen gemakkelijk naartoe kan gaan. Het is namelijk de bedoeling dat de kinderen telkens naar de ladder toegaan, om te vertellen wie er gewonnen heeft.
- **Leg de kinderen per spel uit wat de bedoeling is, zodat ze weten wat ze daar moeten doen.** Leg ieder spel eerst kort uit, voordat je gaat beginnen! De kinderen gaan hier straks zelf mee aan de slag, dus het is handig als zij weten wat de bedoeling is.

Knotshockey

- Zet een doeltje neer en **leg 2 knotshockey-sticks neer**.
- **Leg ook een balletje neer** waar ze mee mogen schieten.

Sprinten

- **Maak een start- en een finishlijn die ongeveer 15 á 20 meter uit elkaar liggen.** De afstand kun je natuurlijk zelf bepalen.

Zaklopen

- **Maak een start- en een finishlijn die ongeveer zo'n 15 meter uit elkaar liggen.** Als je het lastiger zou willen maken, kun je de afstand vergroten en/of een **parcours met pionnen** uitzetten waar ze omheen moeten 'hupsen'.
- **Leg twee jute zakken klaar.**

Penalty schieten

- **Zet het doeltje klaar** en maak een **markering op de grond** vanaf waar ze mogen schieten.
- Leg de bal neer.

Verspringen

- **Maak een aantal lijnen op de grond en zet hier de afstand naast.** Je kunt dit met stoepkrijt of met schilderstape doen. De eerste lijn is één meter, de tweede lijn is twee meter, de derde lijn is drie meter enzovoort. Je kunt hier een **meetlint** voor gebruiken, zodat je zeker weet dat je tussen elke lijn één meter hebt zitten.

Speerwerpen

- **Leg 2 harde rietjes klaar.**

Skippyballenrace

- **Maak een startlijn** met stoepkrijt of met schilderstape.
- **Maak een finishlijn** met stoepkrijt of met schilderstape.
- **Leg de skippyballen klaar.**

Hoolahoopen

- **Leg de hoolahoops klaar.**





Zit en plop

- Zet de twee stoelen klaar en bind aan iedere stoel een ballon vast.
- Leg het touw, de schaar en de andere ballonnen klaar voor de volgende spelers.

Korfbal

- Zet de korf klaar en leg de bal neer.

Ballon hooghouden

- Blaas twee ballonnen op en leg ze klaar.
- Leg andere reserveballonnen klaar voor de volgende spelers.

Knotshockey

Benodigheden: doeltje, 2 knotshockey-sticks, balletje

Wie scoort er als eerste?

Knotshockey is een vorm van hockey, waarbij je speelt met een hockeystick wat een dikke foam-laag bevat. Leg het balletje in het midden. Ieder kind pakt een stick en probeert zo snel mogelijk het balletje in het doel te schieten. Wie als eerste scoort, heeft het potje gewonnen!

Sprinten

Benodigheden: stoepkrijt of schilderstape

Wie is de snelste? Sprinten maar!

De kinderen gaan allebei op de startlijn staan. Ze vertrekken tegelijk en trekken een sprintje. Ze proberen sneller bij de finishlijn te zijn dan de tegenstander. Wie als eerste over de finishlijn is, heeft gewonnen!

Penalty schieten

Benodigheden: doeltje en een voetbal

Wie schiet als eerste in de goal?

Wie schiet er als eerste de bal in het doel? **Tip:** Laat een ander de bal ingooien, zodat je op een eerlijke manier begint.

Zaklopen

Benodigheden: stoepkrijt/schilderstape, jute zakken en evt. pionnen

Probeer in een jute zak als eerst naar de overkant te komen

Wie is er, al zaklopend, als snelste aan de overkant? Let op: jullie moeten tegelijk beginnen!

Verspringen

Benodigheden: schilderstape/stoepkrijt en een meetlint

Wie springt het verst?

Om de beurt springen de kinderen zo ver als ze kunnen. Dit mag met- en zonder aanloop zijn, spreek dat wel samen af. Onthoud de afstand goed, want wie het verst springt heeft gewonnen!

Skippyballenrace

Benodigheden: schilderstape/stoepkrijt, 2 skippyballen en evt. pionnen

Wie is er het snelst aan de overkant?

De kinderen proberen om zo snel mogelijk naar de overkant te komen. Wie is er als eerste?

Tip: Je kunt er een parcours van maken, zodat het wat lastiger wordt.





Speerwerpen

Benodigdheden: 2 harde rietjes

Wie gooit het verst met zijn of haar speer?

We gooien met speren! Geen echte speren, dat zal gevaarlijk zijn.. Maar met kartonnen rietjes! Ieder kind krijgt één rietje. Dit zijn de speren. Ze moeten proberen om deze zo ver mogelijk te gooien. Wie gooit het verst?

Hoolahoopen

Benodigdheden: 2 hoolahoops

Wie houdt het hoolahoopen het langste vol?

Tijdens dit spel kijken we wie er de beste hoolahoop-skills heeft. Wie houdt het het langste vol?

Zit en plop

Benodigdheden: twee stoelen, ballonnen, touw en een schaar

Een spel waarbij je moet proberen om de ballon al zittend proberen te laten knappen, zonder je handen te gebruiken.

Blaas een ballon op en hang deze aan de stoel (de eerste ronde is dit al gedaan, maar hierna moeten de kinderen dit zelf doen). De kinderen gaan allebei zitten en proberen om de ballon te laten knappen. De enige regel is: je mag je handen absoluut niet gebruiken!

Wie lukt het om de ballon zo snel mogelijk te laten knappen?

Variatie

Je kunt dit ook met waterballonnen spelen. Een leuk spel tijdens de warme zomerdagen! Zorg er wel voor dat iedereen reservekleding mee heeft, of badkleding aan heeft. Zet dan een klein zwembadje neer, waar je de gevulde waterballonnen in legt. Wie lukt het om het snelste alle waterballonnen te laten knappen?

Korfbal

Benodigdheden: 1 korf of mand en 1 lichte en/of zachte bal

Wie gooit als eerste de bal in de korf?

Probeer om als eerste de bal in de korf te gooien! Begin met steen, papier, schaar om te bepalen wie als eerste aan de beurt is. Hierna mogen jullie om de beurt een poging wagen. **Tip:** In plaats van een korf kun je ook een mand gebruiken.

Ballon hooghouden

Benodigdheden: 1 ballon per kind en reserveballonnen

Een ballon hooghouden met je vlakke hand!

Blaas twee ballonnen op. De kinderen pakken de ballon en proberen deze met de vlakke hand hoog te houden. Degene die dit als langste volhoudt zonder dat de ballon de grond raakt, wint!



Elfjes

