

Hengelo
Sport

EVENT

TWENTEBAD

SPORTDAGEN
2026

Groepen 5 en 6



OPZET GROEPEN 5 EN 6 (09:00 – 13:30)

Iedere dag starten we met een leuke warming-up op het veld. In de ochtend bestaat het programma uit droge spellen op de ligweide. Na de lunch gaan we het water in, in het Sportbad. Om **13:30** uur sluiten we de sportdag af.

T-SHIRT MET NAAM

Het Hengelo Sport-team vraagt alle scholen en kinderen om tijdens de sportdag een schoolshirt te dragen, voorzien van een naam (bijvoorbeeld met een sticker). Zo kunnen we de kinderen persoonlijk aanspreken.

ROL VAN DOCENTEN EN BEGELEIDERS

Wij vinden het geweldig dat zoveel scholen en kinderen deelnemen aan de TwenteBad sportdagen. Iedere dag worden we ondersteund door studenten van het OSG. Tijdens de spellen vervullen de schooldocenten samen met een student de rol van spelleider. Alle spelleiders ontvangen 's ochtends een doordraaischema. De coördinatoren van Hengelo Sport zorgen dat alles klaarstaat en bewaken het tijdschema. Let op: de begeleiders zijn (deels) studenten.

WEEROMSTANDIGHEDEN

We hopen natuurlijk op goed weer, zodat het volledige programma ('s ochtends droog, 's middags nat) kan doorgaan. Bij slecht weer vervalt het ochtendprogramma op de ligweide. In dat geval verplaatsen we het natte programma naar de ochtend in het Sportbad. De sportdag eindigt dan om **11:45** uur. Scholen worden hierover rond 08:00 uur telefonisch geïnformeerd.

LANGER BLIJVEN

Het is niet toegestaan dat kinderen na afloop van de sportdag langer blijven.

ETEN EN DRINKEN

Kinderen (of de school) dienen zelf een lunchpakket mee te nemen, evenals een eigen bidon die ter plaatse gevuld kan worden.

KLEDING

Alle deelnemers komen in **sportkleding** en **sportschoenen**, met daaronder al zwemkleding. Tijdens de sportdag krijgen de groepen een vaste plek om hun overige kleding neer te leggen. Alle kinderen dragen een T-shirt met hun naam.

Programma groep 5 & 6

Tijd	Wat gaan we doen
09:00	Ontvangst op het Twentebad (groepen krijgen eigen plek)
09:05 – 09:10	Informatie docenten, spelleiders
09:10 – 09:20	Warming-up op het veld in samenwerking met het OSG
09:20 – 09:30	Teamindeling en team naam i.o.m. leerkracht (ROOD en BLAUW) + opdracht
09:30 – 09:45 (1)	Spelronde 1. 15 min. (5 min. doordraaien en uitleg)
09:50 – 10:05 (2)	Spelronde 2. 15 min. (5 min. doordraaien en uitleg)
10:10 – 10:25 (3)	Spelronde 3. 15 min. (5 min. doordraaien en uitleg)
10:30 – 10:40	Korte pauze (10 min.)
10:40 – 10:55 (4)	Spelronde 4. 15 min. (5 min. doordraaien en uitleg)
11:00 – 11:15 (5)	Spelronde 5. 15 min. (5 min. doordraaien en uitleg)
11:20 – 11:35 (6)	Spelronde 6. 15 min. (5 min. doordraaien en uitleg)
11:40 – 12:00	Lunch pauze / omkleden naar zwemkleding
12:00 – 12:15 (7)	Spelronde 7. 15 min in het water
12:15 – 12:30 (8)	Spelronde 8. 15 min in het water
12:30 – 12:45 (9)	Spelronde 9. 15 min in het water
12:45 – 13:15	Vrij zwemmen in het Sportbad met diverse materialen
13:15	Omkleden (eerder kan ook)
13:30	Terug naar school kinderen mogen NIET langer alleen in het Twentebad blijven ivm de verantwoordelijkheid

Groepsindeling

Tijdens de sportdag speelt de eigenschoolgroep met elkaar en tegen elkaar. De kinderen worden door de schooldocent en student in twee gelijke groepen verdeeld. De kinderen krijgen met een watervaste stift een **ROOD** of **BLAUW** teken op de bovenarm. De groepsleider ontvangt het scoreboekje met daarop de volgorde van de spelen.

Het is belangrijk om een goed uitgebalanceerde teamindeling te maken waarbij in ieder team even veel meisjes als jongens zitten. Tijdens de sportdagen worden de meeste spelen dubbel uitgezet zodat de kinderen veel bewegen. Groepsdocent en student verzorgen dit zelf na de warming-up.

Groep **ROOD**

Groep **BLAUW**



**Team
rood**

Spelschema groep 5 & 6

Tijd	Groep 1	Groep 2	Groep 3	Groep 4	Groep 5	Groep 6
09:00 – 09:10	Ontvangst bij het Sportbad, informatie en Team indeling maken (ROOD en BLAUW)					
09:15 – 09:25	Warming – up spel op het veld					
09:30 – 09:45	Spel 1	Spel 2	Spel 3	Spel 4	Spel 5	Spel 6
09:50 – 10:05	Spel 2	Spel 3	Spel 4 stoepranden	Spel 5	Spel 6	Spel 1
10:10 – 10:25	Spel 3	Spel 4	Spel 5	Spel 6	Spel 1	Spel 2
10:30 – 10:40	Drinkpauze					
10:40 – 10:55	Spel 4	Spel 5	Spel 6	Spel 1	Spel 2	Spel 3
11:00 – 11:15	Spel 5	Spel 6	Spel 1	Spel 2	Spel 3	Spel 4
11:20 – 11:35	Spel 6	Spel 1	Spel 2	Spel 3	Spel 4	Spel 5
11:40 – 11:55	Lunchpauze / omkleden / warming-up					
12:00 – 12:15	Spel 7	Spel 7	Spel 8	Spel 8	Spel 9	Spel 9
12:15 – 12:30	Spel 8	Spel 8	Spel 9	Spel 9	Spel 7	Spel 7
12:30 – 12:45	Spel 9	Spel 9	Spel 7	Spel 7	Spel 8	Spel 8
12:45 – 13:15	Spelen in Sportbad met diverse materialen					
13:30	Terug naar school					

Warming-up spel

“doe maar lekker mee”

Waar: begeleider kiest zelf een plek op het veld

Organisatie:



**In een afgezet vak
twee tikkers (hesje)
kinderen zijn weer vrij als er iemand door de benen kruipt
Iedere 3 minuten 2 nieuwe tikkers**

Tijd: Iedere sportdag van 09:15 – 09.25

Materiaal: 4 hoedjes 2 hesjes

Na de Warming-up: De kinderen en de spelleiders gaan naar de spellen die op de speel kaart staat aangegeven.

Spel 1 STORMBAAN ESTAFETTE

Waar: Ligweide

Organisatie: Alle kinderen mogen eerst allemaal een keer de stormbaan beklimmen. Vervolgens in twee teams (**ROOD** tegen **BLAUW**) brengen de kinderen in estafettevorm Legoblokken naar de overkant van de stormbaan.



De groepen starten achter de streep. Het tweede kind van de groep mag al starten als de voorganger boven is. De kinderen moeten van de blokken een toren bouwen.

Nr.1 tikt vervolgens nr. 3 die dan mag starten. Nr 2 tikt nr 4 aan, enz. Het team dat als eerste alle blokken op heeft gestapeld is de winnaar. Spel herhalen met een tweetal of blokken weer terug brengen.

Afhankelijk van de groepen is het mogelijk om extra opdrachten toe te voegen.

Tijd: 15 minuten

Na de uitslag: Kinderen en de teamleiders draaien door naar **SPEL 2**

Spel 2 Skippybalrace, Skippybal Jeu de Boules

Waar: Ligweide

Organisatie:

1. Alle kinderen leggen een parcours af met de skippybal
2. De kinderen strijden tegen elkaar (3x **ROOD** tegen 3x **BLAUW**)

Eerst wordt de kleine bal gegooid

Kinderen spelen met 4 tot 6 Jeu de boules met de skippybal



Tijd: 15 minuten

Na de uitslag: Kinderen en de teamleiders draaien door naar **SPEL 3**

Spel 3 SRONG (WO)MAN RUN

Waar: Ligweide

Organisatie: De 2 teams (**ROOD** tegen **BLAUW**) strijden tegen elkaar over een obstacle run parcours.

Kinderen leggen een uitdagend parcours af in estafettevorm en geven het estafette stokje door. Per team 3 stokjes.

Het team dat als eerste klaar is, is de winnaar.

WE GAAN HET PARCOURS NATUURLIJK EERST EVEN OEFENEN



Tijd: 15 minuten

Na de uitslag: Kinderen en de teamleiders draaien door naar **SPEL 4**

Spel 4 STOEPRANDEN

Waar: Op de Ligweide

Organisatie: De kinderen strijden tegen elkaar (**ROOD** tegen **BLAUW**)

- De spelers gooien om de beurt, zolang de bal niet terugrolt of niet terugstuit naar de helft van de speler die de bal gegooid heeft.
- De tegenspeler mag niet voor zijn eigen stoeprand komen.
- Als de bal de stoeprand aan de overkant raakt en de bal terugrolt of terugstuit naar eigen helft, dan krijgt de speler 1 punt en mag hij nog een keer gooien vanaf zijn stoeprand.
- Komt de bal terug door de lucht, dan mag de gooiende speler proberen de bal te vangen op de eigen helft. Lukt dit dan krijgt de speler 2 punten en mag hij vanaf de vangplek nogmaals gooien.
- Na 7,5 minuten wisselen we en speelt iedereen tegen een andere tegenstander.



Tijd: 15 minuten

Puntentelling: Het aantal gewonnen wedstrijden is het aantal punten

Na de uitslag: Kinderen en de teamleiders draaien door naar **SPEL 5**

Spel 5A VORTEX EN SLINGERKOGEL (of 5B)

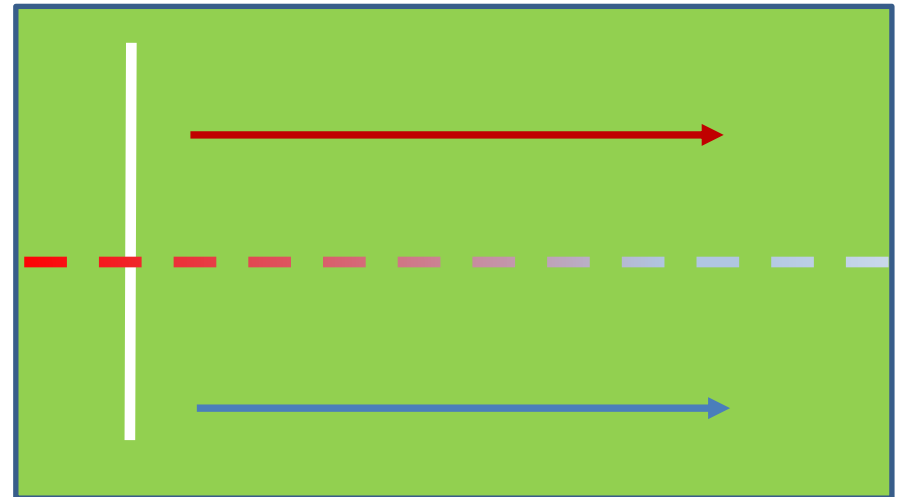
Waar: Ligweide

Organisatie: De kinderen strijden tegen elkaar (**ROOD** tegen **BLAUW**)
We gaan eerst de techniek oefenen.
Van beide teams gooien 3 kinderen tegelijk met de vortex.
De afstand is af te lezen op de meetmat.
Van beide teams gooien 2 kinderen tegelijk met de slingerkogel.
Begeleiders plaatsen prikstok bij de verste afstand.
Het team met de verste worpen is de winnaar van dit spel.

Tijd: 15 min

Puntentelling: welk team gooit de verste afstand

Na de uitslag: Kinderen en de teamleiders draaien door naar **SPEL 6**



Spel 5B Lijnbal (of 5A)

Waar: Beachveld

Organisatie: Spel dubbel uitzetten (5 tegen 5 of 6 tegen 6).
De bal wordt vanaf de achterlijn over het net gegooid. Je mag met je team maximaal drie keer overspelen in je veld, daarna moet de bal over het net worden gegooid. Als de bal op de grond valt krijgt het andere team een punt. Als de bal buiten het veld wordt gegooid, krijgt het andere team een punt

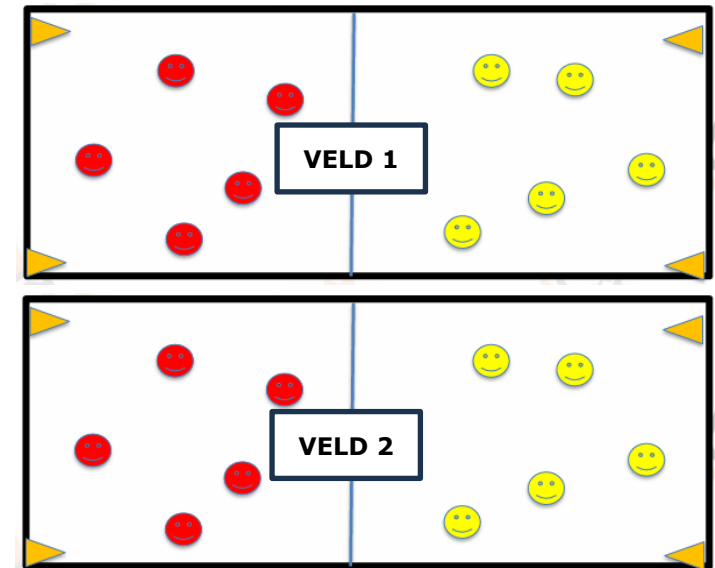
Aanpassingen: Het veld groter of kleiner maken. De kinderen die willen mogen ook volleyballen.

Materiaal: 8 hoedjes, 2 volleyballen

Tijd: 15 min

Puntentelling: welk team haalt in 15 minuten e meeste punten.

Na de uitslag: Kinderen en de teamleiders draaien door naar **SPEL 6**



Spel 6 MASTERMIND

Waar: Ligweide

Organisatie: De kinderen strijden tegen elkaar (**ROOD** tegen **BLAUW**)

Uitleg: 4 teams (meisjes **ROOD**, jongens **ROOD**, Meisjes **BLAUW**, jongens **BLAUW**) proberen de 5 voorwerpen in de juiste volgorde naar te zetten.
Als een voorwerp op de juiste plek staat, zet de spelleider het blok rechtop.
'welk team kraakt als eerste de code'

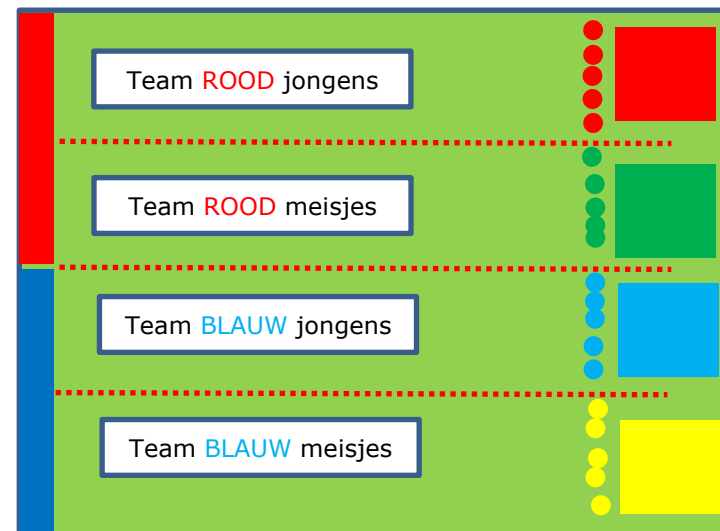
TIP: **DOE HET SPEL EERST VOOR MET DE LEERKRACHT EN LAAT DE KINDEREN ACHTER DE TAFEL STAAN OM TE KIJKEN**

Tussendoor vertelt de spelleider iets over gezonde voeding.

Materiaal 4 tafeltjes, 4 planken
(rood, blauw, groen, geel)
4 stokken
(rood, blauw, groen, geel)
8x5 plaatjes (Koningshuis)
4x5 blokken
(rood, blauw, groen, geel)
4 banken.

Tijd: 15 minuten

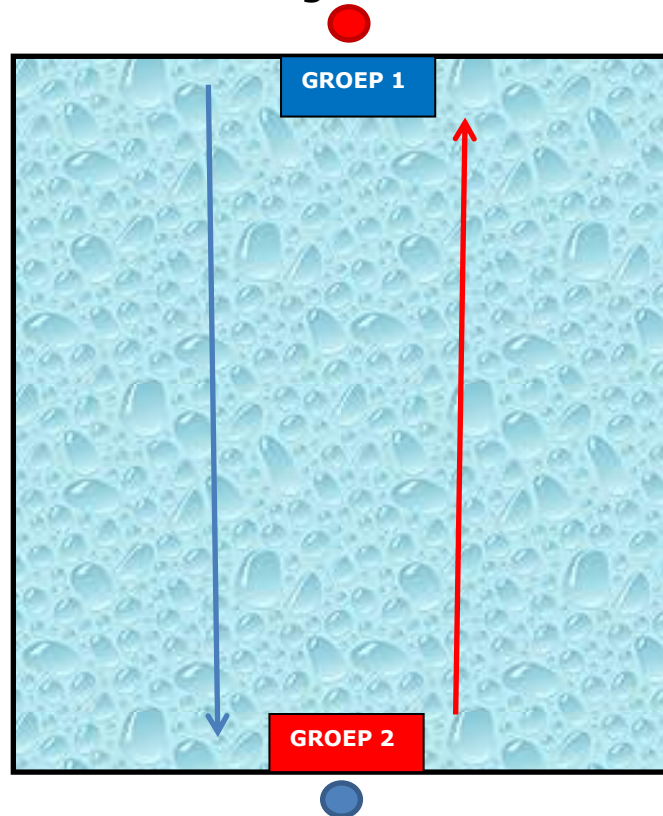
Na de uitslag: Kinderen en de teamleiders draaien door naar **spel 1** STORMBAAN



Spel 7 Bodyborden (in sportbad)

Waar: In Sportbad vak 1

Organisatie: De teams gaan bodyboarden naar de overkant met 1 muntje in de hand en doen deze daar in de emmer.
Na 15 minuten gaan we de munten tellen



Tijd: 15 minuten

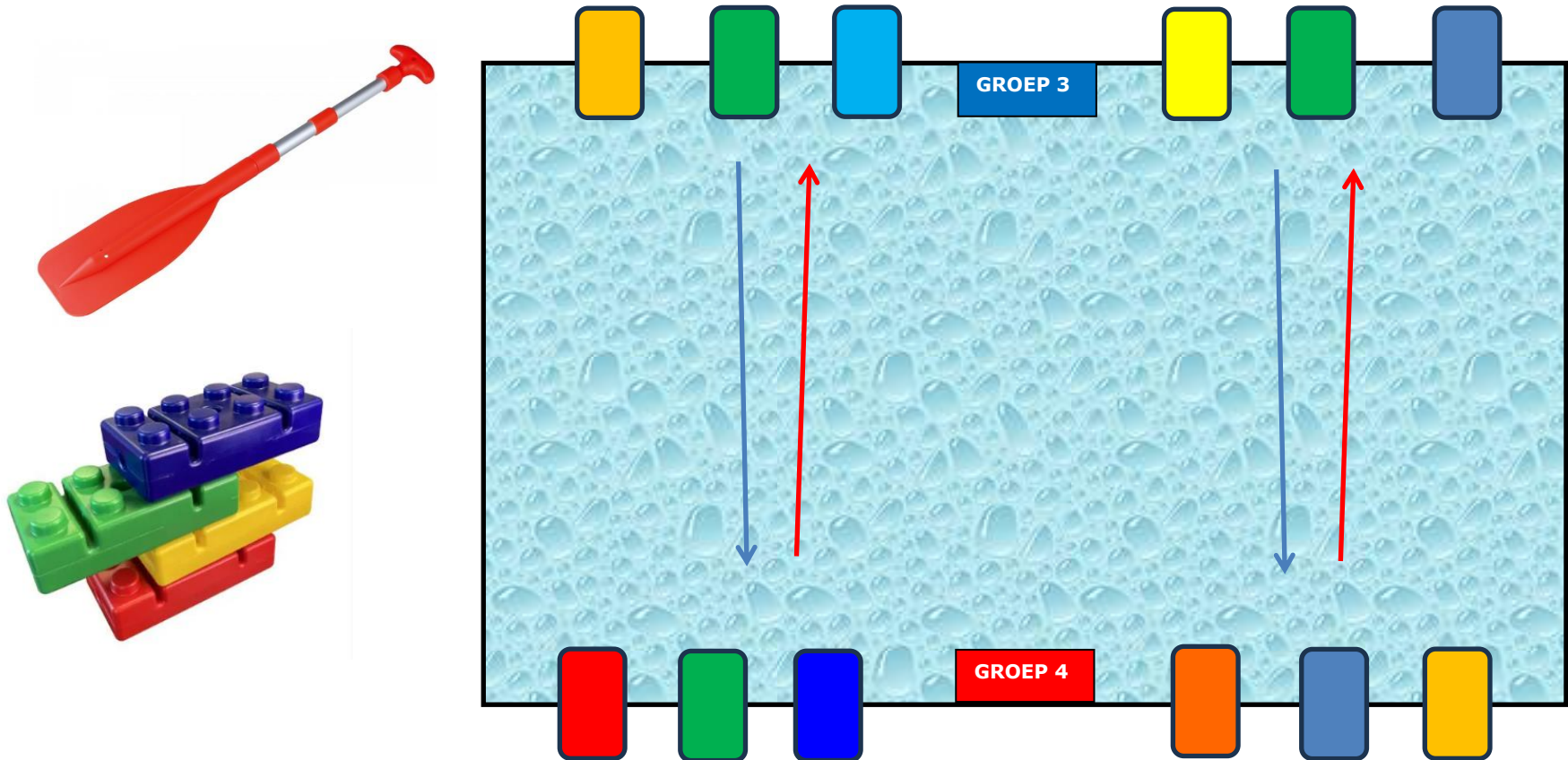
Puntentelling: Iedere MUNT is 1 punt

Na de uitslag: Kinderen en de teamleiders draaien door naar **spel 8 Mattenrace**

Spel 8 Mattenrace (in het Sportbad)

Waar: Vak 3 en 4 Sportbad

Organisatie: De teams gaan mattenvaren naar de overkant. De teams brengen een legoblok



Tijd: 15 minuten

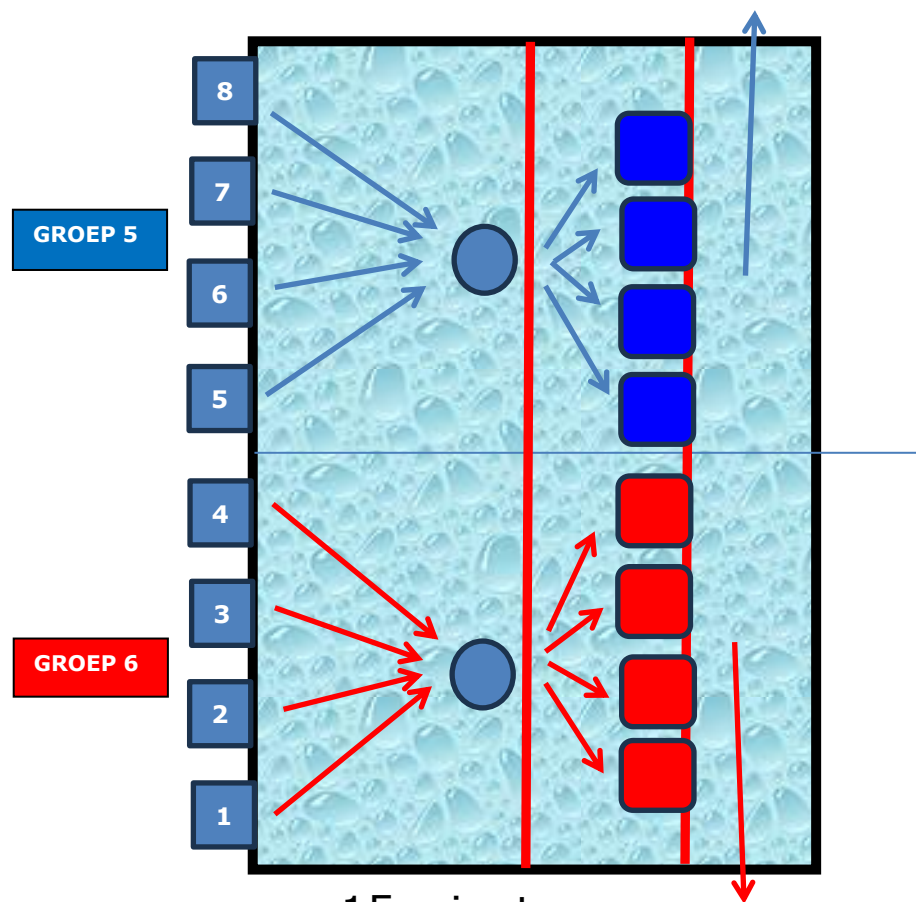
Puntentelling: Team met de hoogste toren is de winnaar

Na de uitslag: Kinderen en de teamleiders draaien door naar **spel 9 Tik 'm aan**

Spel 9 Tik 'm aan

Waar:

Organisatie: De team springen van de startblokken en laten de mooiste, gekste, origineelste sprongen zien. Alles mag. Na de sprong zwemmen ze door en slaan tegen de skippybal en **ROEPEN TIK 'M AAN**



Tijd:

15 minuten

Na de uitslag:

Kinderen en de teamleiders draaien door naar **spel 7 BODYBOARDEN**

Vrij zwemmen in het Sportbad (groep 5 & 6)

Waar: In en rond de baden die open zijn voor de sportdag in overleg met de schooldocenten (ook afhankelijk van het weer).

Organisatie: Alle kinderen mogen vrij zwemmen / spelen.

Tijd: 12:45 – 13:15

Vervolgens omkleden en daarna moeten alle kinderen, docenten en ouders zich weer verzamelen bij de eigen plek onder de overkapping van het Sportbad.

13:30 Afsluiting sportdag door eigen docent en stagiaire of Hengelo Sport docent en terug naar school.

Groepen 5 & 6

Scorekaart **Groep 1**

Naam school:

Naam teamleiders:

Tijd	Groep 1	Team ROOD	Team BLAUW
09:30 – 09:45	Spel 1		
09:50 – 10:05	Spel 2		
10:10 – 10:25	Spel 3		
10:30 – 10:40	Drink pauze		
10:40 – 10:55	Spel 4		
11:00 – 11:15	Spel 5		
11:20 – 11:35	Spel 6		
11:40 – 12:00	Lunch pauze (omkleden)		
12:00 – 12:15	Spel 7		
12:15 – 12:30	Spel 8		
12:30 – 12:45	Spel 9		
Totaalscore	

Groepen 5 & 6

Scorekaart **Groep 2**

Naam school:

Naam teamleiders:

Tijd	Groep 2	Team ROOD	Team BLAUW
09:30 – 09:45	Spel 2		
09:50 – 10:05	Spel 3		
10:10 – 10:25	Spel 4		
10:30 – 10:40	Drink pauze		
10:40 – 10:55	Spel 5		
11:00 – 11:15	Spel 6		
11:20 – 11:35	Spel 1		
11:40 – 12:00	Lunch pauze (omkleden)		
12:00 – 12:15	Spel 7		
12:15 – 12:30	Spel 8		
12:30 – 12:45	Spel 9		
Totaalscore	

Groepen 5 & 6

Scorekaart **Groep 3**

Naam school:

Naam teamleiders:

Tijd	Groep 3	Team ROOD	Team BLAUW
09:30 – 09:45	Spel 3		
09:50 – 10:05	Spel 4		
10:10 – 10:25	Spel 5		
10:30 – 10:40	Drink pauze		
10:40 – 10:55	Spel 6		
11:00 – 11:15	Spel 1		
11:20 – 11:35	Spel 2		
11:40 – 12:00	Lunch pauze (omkleden)		
12:00 – 12:15	Spel 8		
12:15 – 12:30	Spel 9		
12:30 – 12:45	Spel 7		
Totaalscore	

Groepen 5 & 6

Scorekaart **Groep 4**

Naam school:

Naam teamleiders:

Tijd	Groep 4	Team ROOD	Team BLAUW
09:30 – 09:45	Spel 4		
09:50 – 10:05	Spel 5		
10:10 – 10:25	Spel 6		
10:30 – 10:40	Drink pauze		
10:40 – 10:55	Spel 1		
11:00 – 11:15	Spel 2		
11:20 – 11:35	Spel 3		
11:40 – 12:00	Lunch pauze (omkleden)		
12:00 – 12:15	Spel 8		
12:15 – 12:30	Spel 9		
12:30 – 12:45	Spel 7		
Totaalscore	

Groepen 5 & 6

Scorekaart **Groep 5**

Naam school:

Naam teamleiders:

Tijd	Groep 5	Team ROOD	Team BLAUW
09:30 – 09:45	Spel 5		
09:50 – 10:05	Spel 6		
10:10 – 10:25	Spel 1		
10:30 – 10:40	Drink pauze		
10:40 – 10:55	Spel 2		
11:00 – 11:15	Spel 3		
11:20 – 11:35	Spel 4		
11:40 – 12:00	Lunch pauze (omkleden)		
12:00 – 12:15	Spel 9		
12:15 – 12:30	Spel 7		
12:30 – 12:45	Spel 8		
Totaalscore	

Groepen 5 & 6

Scorekaart **Groep 6**

Naam school:

Naam teamleiders:

Tijd	Groep 6	Team ROOD	Team BLAUW
09:30 – 09:45	Spel 6		
09:50 – 10:05	Spel 1		
10:10 – 10:25	Spel 2		
10:30 – 10:40	Drink pauze		
10:40 – 10:55	Spel 3		
11:00 – 11:15	Spel 4		
11:20 – 11:35	Spel 5		
11:40 – 12:00	Lunch pauze (omkleden) / Warming-up		
12:00 – 12:15	Spel 9		
12:15 – 12:30	Spel 7		
12:30 – 12:45	Spel 8		
Totaalscore	

