



PROGRAMMA MET AARDE- MODELLEN

Zwembadactiviteiten voor op de woensdagmiddag
van 14:00 tot 17:00 uur.



Inhoudsopgave

Woensdag 31 oktober	4
<i>Skippy strijd</i>	<i>5</i>
<i>Frisbee Fun!</i>	<i>6</i>
Woensdag 7 november	8
<i>Glijbaanrace</i>	<i>9</i>
<i>Ballopen.....</i>	<i>10</i>
Woensdag 14 november.....	11
<i>Ballenregen.....</i>	<i>12</i>
<i>Matten race.....</i>	<i>14</i>
Woensdag 21 november.....	15
<i>Estafette loopmatten.....</i>	<i>16</i>
<i>Stoelendans</i>	<i>18</i>
Woensdag 28 november.....	20
<i>Watervoetbal.....</i>	<i>21</i>
<i>Springstrijd!</i>	<i>23</i>
Woensdag 5 december	24
<i>Roeien.....</i>	<i>25</i>
Woensdag 12 december	27
<i>Schipper mag ik overvaren?</i>	<i>28</i>
<i>Balonnen jacht.....</i>	<i>30</i>
Woensdag 19 december	32
<i>Schat zoeken.....</i>	<i>33</i>
Woensdag 2 januari	34
<i>Survivalbaan.....</i>	<i>35</i>
Woensdag 9 januari	37
<i>Drijfkracht!</i>	<i>38</i>
<i>Emmeren!.....</i>	<i>39</i>
Woensdag 16 januari.....	40
<i>Waterpolo.....</i>	<i>41</i>
Woensdag 23 januari.....	43
<i>Apenkooi.....</i>	<i>44</i>

Woensdag 30 januari.....	46
<i>Kano race.....</i>	<i>47</i>
<i>Paardrijden.....</i>	<i>49</i>
Woensdag 6 februari.....	51
<i>Waterbasketbal.....</i>	<i>52</i>
Woensdag 13 februari.....	54
<i>Trefbal.....</i>	<i>55</i>
<i>Jagersspel.....</i>	<i>57</i>
Woensdag 20 februari.....	59
<i>Vlottenrace.....</i>	<i>60</i>
Woensdag 27 februari.....	62
<i>Waterbingo!.....</i>	<i>63</i>
<i>Bommetje!.....</i>	<i>65</i>
Woensdag 6 maart.....	66
<i>Springstrijd!.....</i>	<i>67</i>

Woensdag 31 oktober

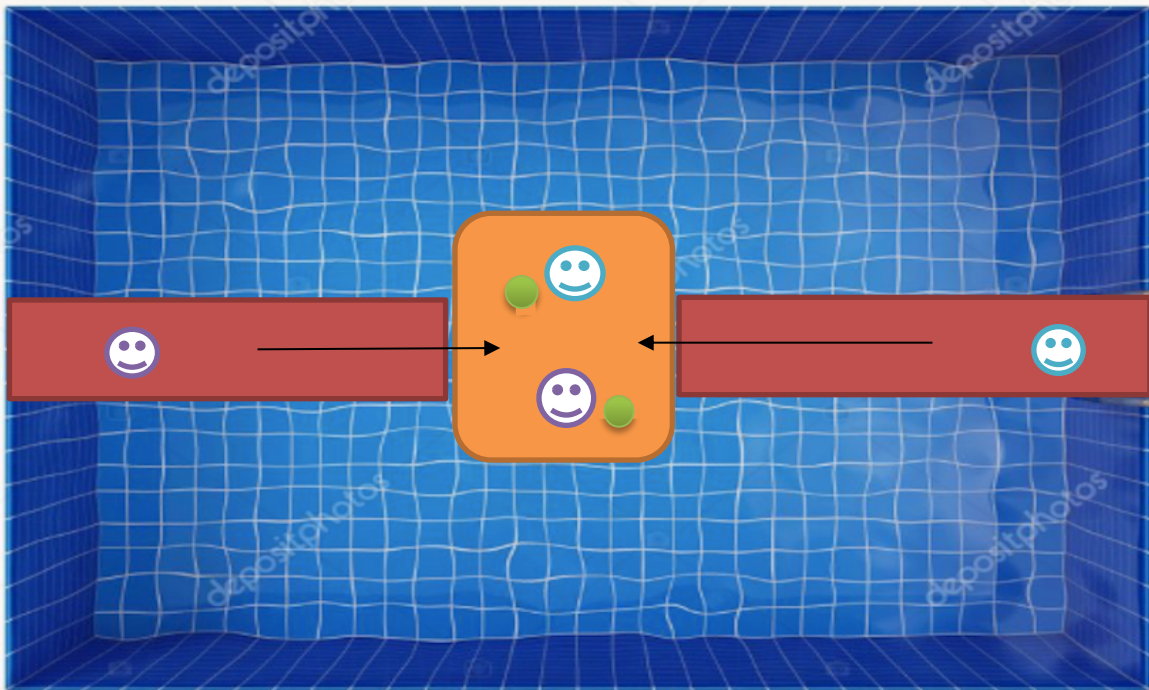
- Skippy strijd
- Frisbee Fun!

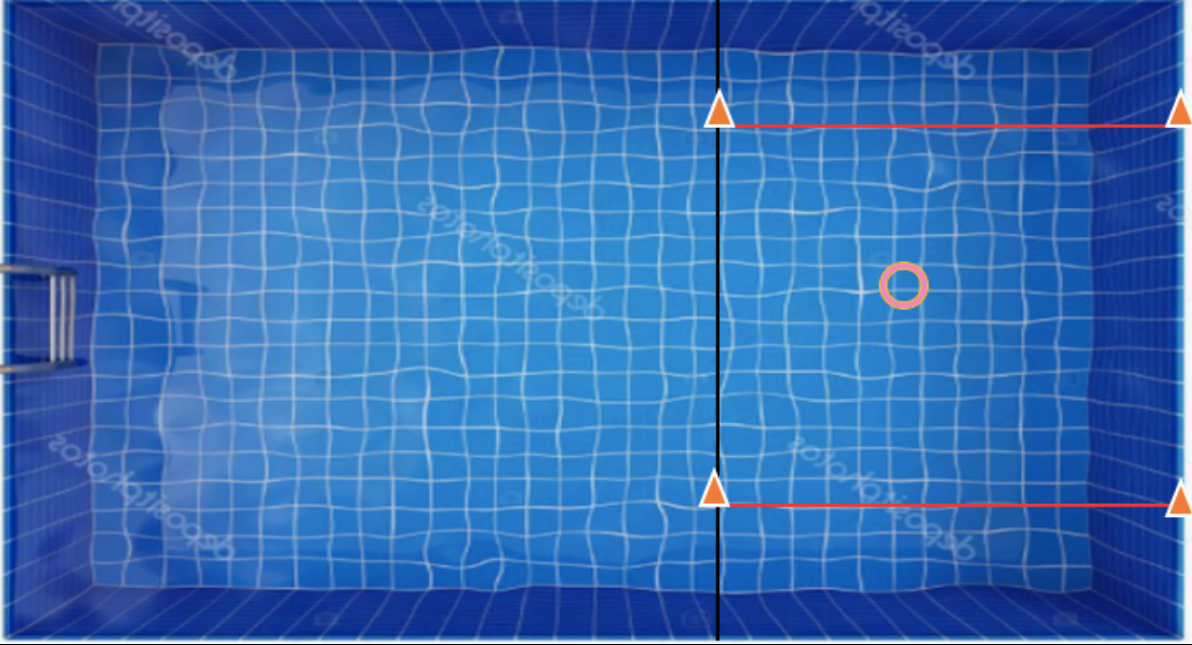
Als er niet veel kinderen zijn:

De skippy strijd kan net zo lang in het water blijven totdat de kinderen genoeg hebben van het spel. Hierna kan dan de activiteit frisbee fun worden klaargezet. Dit spel kan worden gespeeld vanaf 3 deelnemers. Er wordt dan gespeeld met een kameleon. Als er geen interesse meer is in dit spel, kan dit spel ook opgeruimd worden. De kinderen kunnen daarna vrij zwemmen.

Als er veel kinderen zijn:

Als er veel kinderen zijn, zal de skippystrijd de hele middag in het zwembad klaarliggen. Er zal dan in een ander bad de opzet zijn voor het frisbee fun. Op deze manier kunnen de kinderen tijdens het wachten op de skippy strijd ook een andere activiteit doen.

A ctiviteit: (Naam)	Skippy strijd
(Typering/'subtitel')	Sla de ander van het vierkant
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 4 kinderen, geen maximaal aantal kinderen
Benodigde ruimte/accommodatie	Het wedstrijdbad
Tekening 	
Materialen	1) Grote mat
	2) Loopmat (2)
	3) Skippybal (2)
	4) Touw (vast maken van de matten)
R egels	1) 2 kinderen lopen tegelijkertijd over de loopmatten naar de mat in het midden
	2) De kinderen mogen elkaar slaan met de skippybal om elkaar van de mat af te duwen
	3) Het kind dat als eerste van de mat valt verliest en de ander wint
	4) Er mag niet tegen het hoofd worden geslagen
D oel van de activiteit	Balans houden op de mat en zo een leuk en origineel spel spelen.
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het moeilijker te maken: Een kleinere mat in het midden van het zwembad leggen.

A ctiviteit: (Naam)	Frisbee Fun!
(Typering/'subtitel')	Kun jij goed overweg met een frisbee?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	3 tot 20 deelnemers
Benodigde ruimte/accommodatie	Instructiebad met weinig kinderen Halve Wedstrijdbad met veel kinderen
1. We gaan eerst ingooien met de Frisbee met een maatje. 2. Nu proberen we de frisbee door een hoepel te gooien, die het maatje voor je vasthoudt. 3. Vervolgens spelen we het eindspel. Leer de kinderen goed te gooien met een frisbee, namelijk; draai je pols naar binnen en gooi de frisbee weg door gebruik te maken van je elleboog en een zwiep in je pols.	
	
Materialen	1) Frisbees
	2) Lijnen, eindvak
	3) Bad verhogen zodat de kinderen kunnen staan
	4) lintjes voor verduidelijking van teams
R egels	1) Beide teams beginnen elk punt in hun eigen eindzone. Het verdedigende team gooit de schijf zo ver mogelijk het veld in. De ontvangende ploeg mag beginnen met aanvallen.
	2) Als je de schijf in de eindzone vangt heb je een punt.
	3) Je mag niet zwemmen met de schijf en moet dus overspelen
	4) Het verdedigende team kan de schijf veroveren wanneer: De schijf op het water komt, wordt gevangen door de verdediger of buiten het zwembad landt

<i>D</i>oel van de activiteit	Leren samenspelen en een hele nieuwe sport in het water uitproberen! Leren omgaan met een frisbee.
<i>E</i>xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • Wisseling van de teams • Een kleiner veld maken door middel van lijnen Om het moeilijker te maken: • Een groter veld maken • Een kleiner eindvak maken • Het zwembad wat dieper zetten

Woensdag 7 november

- Glijbaanrace
- Ballopen

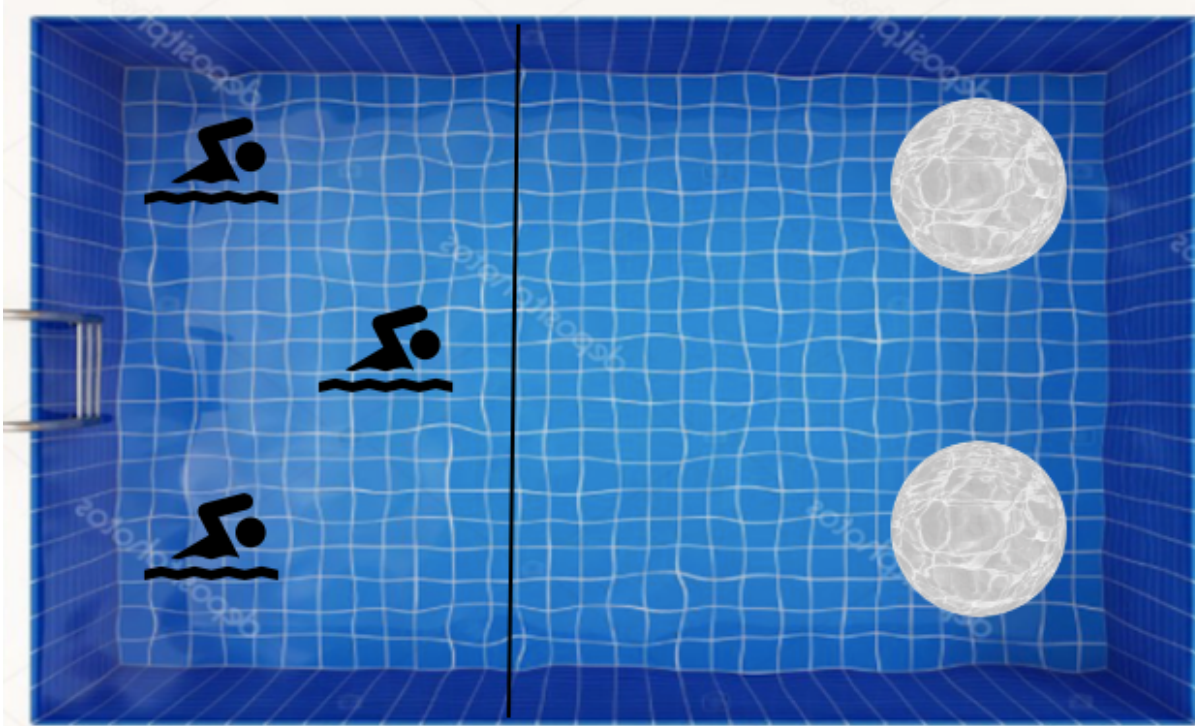
Als er weinig kinderen zijn:

De glijbaan kan altijd aan blijven staan. Er kan een klein wedstrijdje gedaan worden voor de kinderen die er zijn. Ook mogen de kinderen hun eigen score verbeteren. Dit gebeurt in een desbetreffend half uur. Bij het ballopen kun je de ballen op gaan ruimen als de kinderen allemaal minimaal 1x zijn geweest.

Als er veel kinderen zijn:

Zorgen dat alle kinderen in ieder geval 1x zijn geweest in het desbetreffende uur. Ook bij het ballopen is het noodzakelijk dat iedereen die wil, 1x mag.

A ctiviteit: (Naam)	Glijbaanrace
(Typering/'subtitel')	Ben jij de glijkoning of glijkoningin van Raalte?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 2. Het minimale aantal moet eigenlijk wel hoger liggen dan 2. Het maximale aantal kan heel hoog zijn.
Benodigde ruimte/accommodatie	De glijbaan en het uitglijbad.
	
Materialen	1) de glijbaan
	2) een stopwatch
	3) een poster waar de tijden opgeschreven kunnen worden
R egels	1) de deelnemers mogen (na het groene licht) en communicatie met degene beneden met de stopwatch pas beginnen met glijden
	2) glijden mag op de knieën, billen of rug. Niet in houdingen met het hoofd naar voren.
D oel van de activiteit	Het doel van de activiteit is dat de kinderen plezier hebben. Daarnaast denken wij dat de kinderen het leuk vinden om eens te weten hoe lang ze nou eigenlijk over zo'n glijbaan doen.
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: - Op alle manieren mogen glijden (misschien niet haalbaar i.v.m. veiligheid?) Om het moeilijker maken: - Iedereen op dezelfde manier laten glijden (niet helemaal haalbaar misschien).

A ctiviteit: (Naam)	Ballopen
(Typering/'subtitel')	Altijd al op water willen lopen?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Max. 2 deelnemers (1 per bal) Zo veel mogelijk deelnemers.
Benodigde ruimte/accommodatie	Wedstrijdbad
	
Materialen	1) Compressor
	2) Twee opblaas ballen
	3) Een scheidingslijn, voor de overige zwemmers
R egels	1) Je mag niet zwemmen in het vak waar de ballen zijn
	2) Niet expres tegen de andere bal aanbotsen
D oel van de activiteit	Het ervaren van een nieuwe en leuke activiteit, veel kinderen hebben dit niog nooit gedaan dus zullen erg enthousiast zijn.
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het moeilijker te maken: Bij deze activiteit zou je eventueel een paar lijnen kunnen spannen om een baan aan te geven

Woensdag 14 november

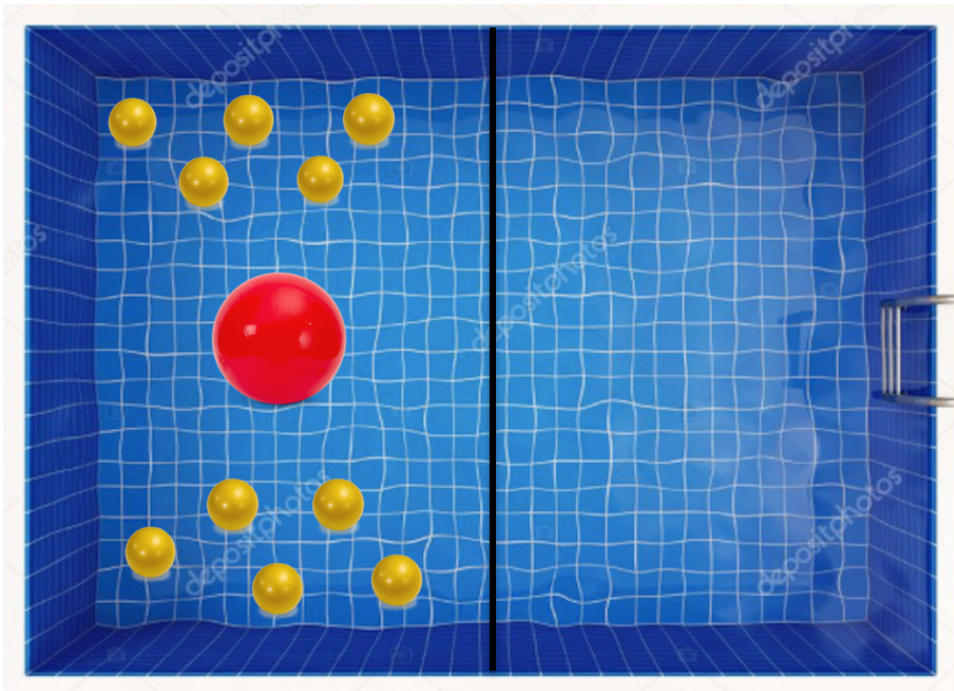
- Ballenregen
- Mattenrace

Als er weinig kinderen zijn:

Je kunt de activiteiten na elkaar laten gaan. Om eerst de ballenregen op te zetten en uit te voeren. Als de kinderen zijn uitgekeken op het spel, wordt de mattenrace klaargemaakt en mogen de kinderen deze activiteit doen. Als de kinderen uitgespeeld zijn, mogen de activiteiten opgeruimd worden en kunnen de kinderen vrij zwemmen.

Als er veel kinderen zijn:

De activiteiten gebeuren na elkaar. Het ballenspel ga je eerst maximaal 45 minuten spelen. Als er te veel kinderen zijn, kan dit spel twee keer worden uitgezet. Hierna wordt de activiteit mattenrace klaargezet. Deze activiteit duurt ook maximaal 45 minuten. Hierna mogen de kinderen kiezen als zij nog een keer een van de spellen willen doen. Als de hoeveelheid kinderen echt te veel is, kunnen er 4 teams gemaakt worden. 2 teams beginnen met het spel. Dit duurt ongeveer 20 minuten, daarna mogen de 2 andere teams. Het team met de snelste tijd heeft gewonnen.

A ctiviteit: (Naam)	Ballenregen
(Typering/'subtitel')	Krijg jij samen met je teamgenoten de bal het snelst naar de overkant?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 2 Maximaal 16
Benodigde ruimte/accommodatie	De helft van het wedstrijdbad in de breedte.
	
Materialen	1) een scheidingslijn over de breedte
	2) twintig ballen om mee te gooien
	3) één grote bal in het midden van het veld
R egels	1) Aan het begin van elk wedstrijdje ligt de grote bal in het midden en liggen er aan beide speelhelften evenveel ballen
	2) Als er een bal buiten het speelveld komt, mag je deze ophalen
	3) Het is niet de bedoeling om naar de grote bal te zwemmen om deze makkelijk te kunnen kunnen verplaatsen. Als je een bal pakt, moet je terug naar je teamgenoten. Vanaf daar mag je de bal tegen de grote bal aan proberen te komen.
	4) Je mag de ballen alleen pakken als die aan jouw kant van de bal ligt, je mag dus niet ballen van de achterkant van de bal pakken.
	5) Het is de bedoeling dat de grote bal de overkant van het zwembad bereikt door kleine ballen tegen de grote bal aan te gooien.
	6) Als de bal aan één kant van het zwembad de rand

	raakt, heeft het team aan de overkant gewonnen.
<i>D</i> oel van de activiteit	Het doel van de activiteit is om de kleine ballen tegen de grote bal aan te gooien zodat deze zo snel mogelijk naar de overkant gaat. We hopen de kinderen kennis te laten maken met een activiteit in het water die ze nog niet kennen.
<i>E</i> xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het moeilijker te maken: • Minder ballen in het zwembad leggen. Om het makkelijker te maken: • Vanaf de plek waar je een bal pakt mag je deze tegen de grote bal proberen te gooien. • Je mag ballen overal vandaan halen (ook op de speelhelft van de tegenstanders).

A ctiviteit: (Naam)	Matten race
(Typering/'subtitel')	Wordt mattenkoning of koningin!
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschoolkinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 2 kinderen, maximaal aantal is er niet
Benodigde ruimte/accommodatie	Het wedstrijdbad
	
Materialen	1) Loopmatten
	2) Stopwatch
R egels	1) Je mag niet in het water vallen.
	2) De tijd begint te lopen zodra je een voet op de mat zet.
	3) De tijd stopt pas zodra je met beide voeten op de kant staat.
	4) Alleen een badmeester of een badjuf mag de tijd bijhouden. De tijd wordt op een briefje geschreven voorzien van een naam.
	5) Iedereen heeft 2 pogingen
D oel van de activiteit	Zo snel mogelijk naar de overkant komen.
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: De kinderen mogen lopen tot de helft van de mat.
	Om het moeilijker te maken: Heen en terug i.p.v. alleen heen of achteruit.

Woensdag 21 november

- Estafette
- Stoelendans

Als er weinig kinderen zijn:

Bij de stoelendans is de fun er bij de kinderen waarschijnlijk snel af, overleg met de kinderen of zij graag het spel willen spelen. Bij de estafette kun je er ook een race van maken wie het snelst over de mat is. Ook is het mogelijk om 1 tegen 1 te doen. Het is dan estafette zonder team, maar alleen.

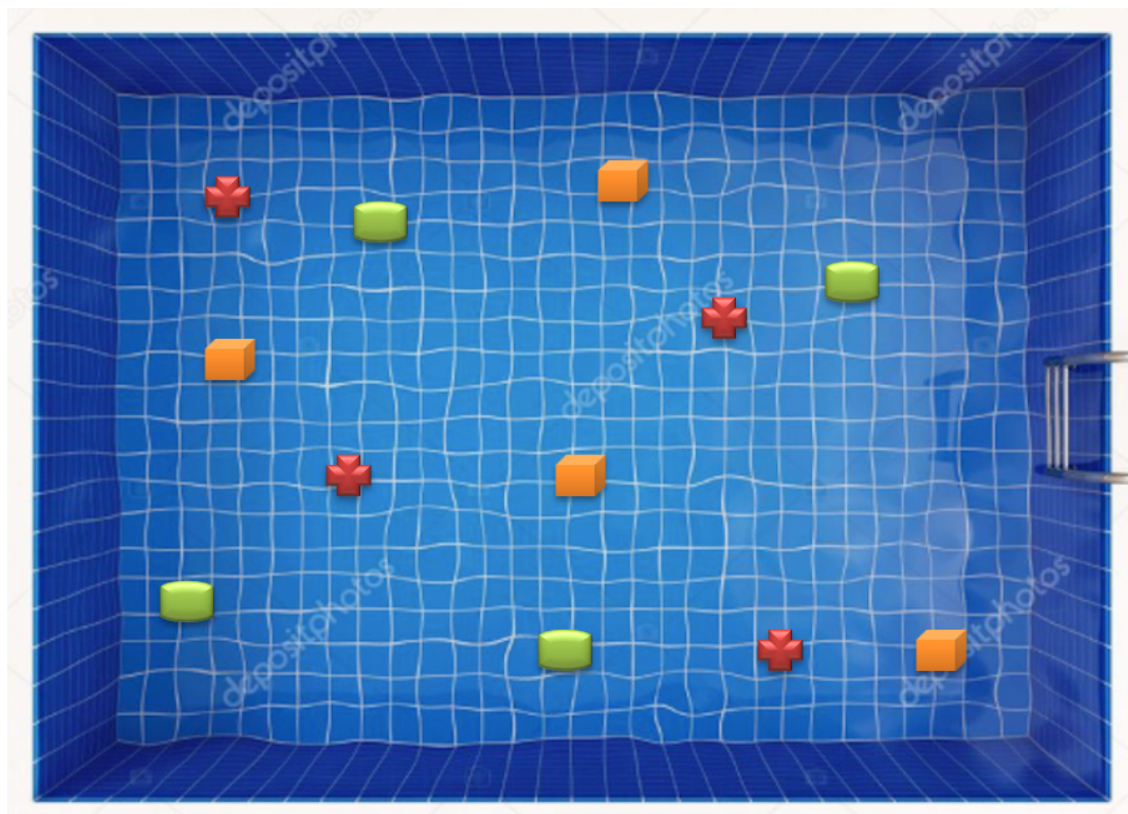
Als er veel kinderen zijn:

De spellen worden dan tegelijkertijd in beide baden gespeeld. Na maximaal 45 minuten mogen de kinderen wisselen van spel.

A ctiviteit: (Naam)	Estafette loopmatten
(Typering/'subtitel')	Ren je weg naar de overkant!
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 2 maximaal 24.
Benodigde ruimte/accommodatie	Wedstrijdbad, De vloer moet diep genoeg zodat de kinderen niet kunnen staan.
	
R egels	Materialen
	1) Lange loopmat voor in het water (2x)
	2) 8 pylonnen
	1) De eerst volgende mag pas rennen als zijn voorganger het einde van de mat heeft bereikt.
	2) Als je het einde van de mat hebt behaald, zwem je terug via het water naar de start.
	3 Als het kind het einde van het mat niet heeft behaald, mag hij/zij er weer op klimmen en verder rennen tot het eind. Nadat dit na het einde nog niet is behaald na 2 gopingen, mag het kind terugzwemmen en mag het volgende kind in de rij van start gaan.

	4) Er mogen maximaal maar 1 kind op de loopmat en maximaal 2 kinderen in het water.
D oel van de activiteit	Het doel is om zo snel mogelijk de mat over te rennen en terug te zwemmen. Doordat het in een compensatieve vorm is, zullen de kinderen hierdoor erg enthousiast zijn om goed hun best te doen. Het rennen over de mat is ook goed voor hun evenwicht en conditie. Hier zullen zij geen last van hebben omdat ze erg veel plezier zullen hebben.
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • Om het makkelijker te maken, mogen de kinderen maar tot de helft rennen. Om het moeilijker te maken: • Om het moeilijker te maken, moeten de kinderen heen en terug rennen, voor de volgende mag.

A ctiviteit: (Naam)	Stoelendans
(Typering/'subtitel')	Blijf jij als laatste over?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 5, maximaal 15. Bij meer deelnemers, twee groepen.
Benodigde ruimte/accommodatie	Instructiebad.



M aterialen	1) Genoeg speeltjes voor in het water die kunnen zinken.
	2) Muziekinstallatie.
R egels	1) De deelnemers moeten een plekje aan de kant kiezen en moeten hun handen voor hun ogen houden (kijken niet in de richting van het zwembad).
	2) De begeleider/begeleiders gooien de zinkspeeltjes willekeurig in het water.
	3) Zodra de muziek stopt, mogen de kinderen weer kijken en moeten ze proberen zo snel mogelijk een speeltje op te duiken.
	4) De deelnemers die een speeltje hebben opgedoken, mogen deze aan de begeleider/begeleiders geven, zodat zij ze bij de volgende ronde weer in het water kunnen gooien. Eén speeltje wordt natuurlijk niet in het water gegooit.
	5) Degene zonder speeltje, is af en mag het volgende spelletje weer mee doen.

<i>D</i>oel van de activiteit	Op een andere manier kennis laten maken met stoelendans, fanatisme oproepen bij de deelnemers.
<i>E</i>xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • De deelnemers mogen wel kijken waar de begeleiders de speeltjes in het water gooien. Om het moeilijker te maken: • Per ronde 2 speeltjes minder het water in gooien, zodat er per ronde 2 deelnemers afvallen.

Woensdag 28 november

- Watervoetbal
- Springstrijd!

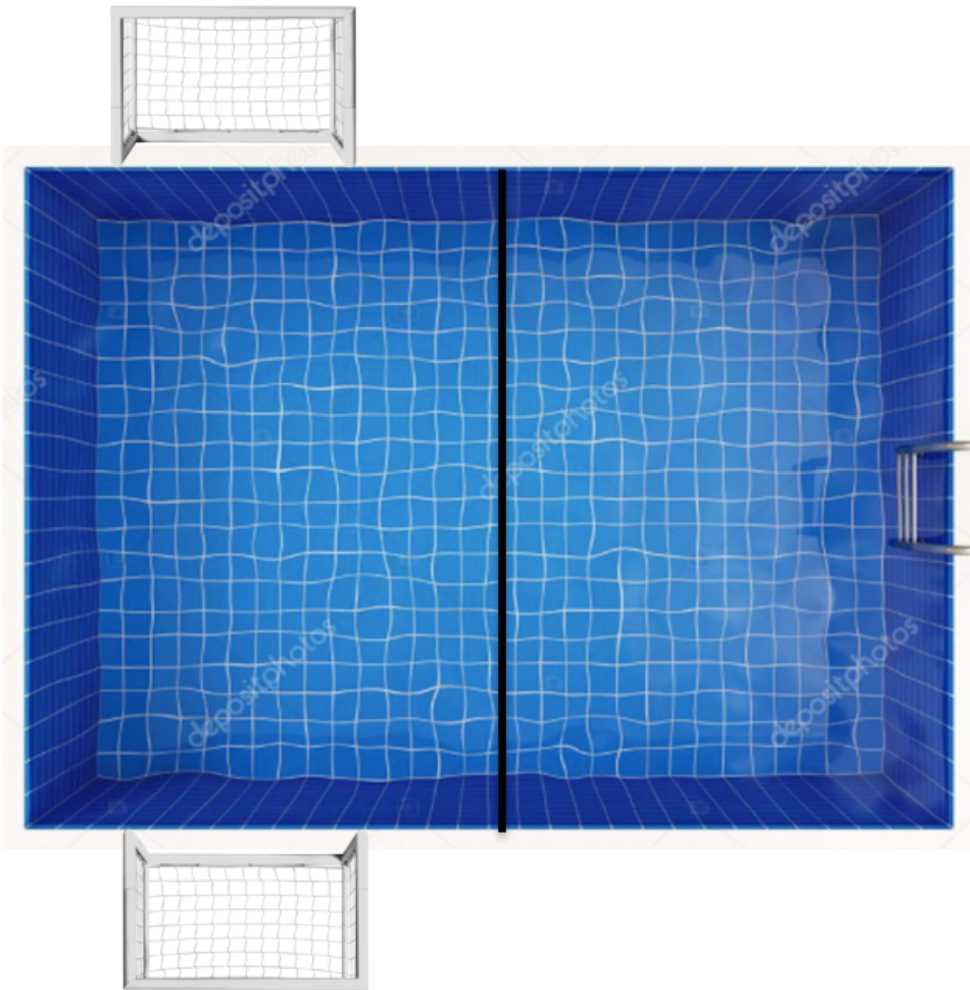
Bij weinig kinderen:

Watervoetbal kan 2 tegen 2 gespeeld worden. Het spel wordt net zolang gedaan tot de aanwezige kinderen geen zin meer hebben in het spel. Hierna kan de springwedstrijd van start gaan.

Bij veel kinderen:

Er kunnen voor watervoetbal in plaats van 2 teams, ook 4 teams gemaakt worden. De 2 teams die niet watervoetballen mogen deelnemen aan de springwedstrijd. Het watervoetbal en de springwedstrijd duren maximaal 45 minuten. Hierna wordt er gewisseld.

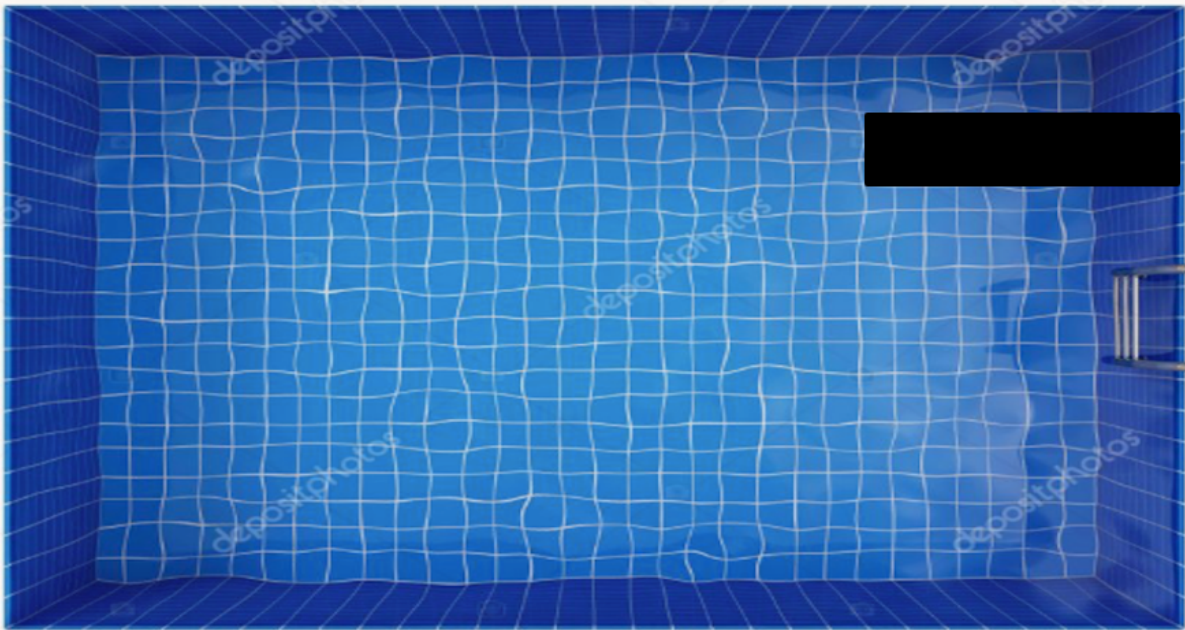
Watervoetbal, de springwedstrijd of beide spellen kunnen doorgespeeld worden tot het eind van de middag.

A ctiviteit: (Naam)	Watervoetbal
(Typering/'subtitel')	Scoor jij de winnende goal?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 2 en maximaal 10. Anders doordraaien
Benodigde ruimte/accommodatie	Wedstrijdbad, 0,30 cm.
	
Materialen	1) blauwe bal
	2) teams door middel van hoedjes.
R egels	1) Als de bal uit gaat, is de bal voor de tegenpartij.
	2) Als er gescoord is, wordt de bal uitgenomen vanaf het midden van het bad door de tegenpartij.
	3) De bal mag niet hoger komen als de buik van de kinderen.

	4) Als de bal tegen de hand/arm aankomt is het hens.
	5) Je mag niet de tegenstander vasthouden of tegenhouden.
Doel van de activiteit	Door middel van samenspelen de tegenstander te verslaan. Maar al met al gaat het om plezier maken.
Extra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • Je kunt met minder spelers in het veld spelen, op deze manier heb je meer tijd om te kijken waar je heen gaat schieten. Om het moeilijker te maken: • Met meer spelers in het water.

Omdat het sinterklaas is hebben wij hier natuurlijk een variant van gemaakt.

De kinderen krijgen een stapel pakketjes (cadeautjes) waar zij een toren van mogen maken. Elke keer als er gescoort is, gaat er een cadeautje van jouw toren van pakketjes af. Wie uiteindelijk geen toren meer heeft, heeft verloren.

A ctiviteit: (Naam)	Springstrijd!
(Typering/'subtitel')	Maak de mooiste sprong
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschoolkinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 2 kinderen, geen maximaal aantal kinderen.
Benodigde ruimte/accommodatie	Het wedstrijdbad.
	
Materialen	1) Duikplank
	2) Bord voor het bijhouden van de score
R egels	1) Geen sprongen maken die je niet kan
	2) Wachten tot de vorige springer veilig aan de kant is.
	3) Alleen de badmeester of badjuf mag de score bepalen.
	4) Het kind met de hoogste score van 1 tot 10 krijgt die wint.
D oel van de activiteit	De mooiste sprong maken!
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • Van de lagere kant afspringen.

Hier als variant om sinterklaas mee te nemen, kun je een drijfbasket in het water leggen. De kinderen gooien dan in hun spons het pakketje in de drijvende basket. De kinderen gooien dus eigenlijk het cadeautje in de schoorsteen. De badjuf of -meester kan de score verhogen als je een goede sprong hebt en je gooit het pakketje in de drijfbasket.

Woensdag 5 december

- Roeien

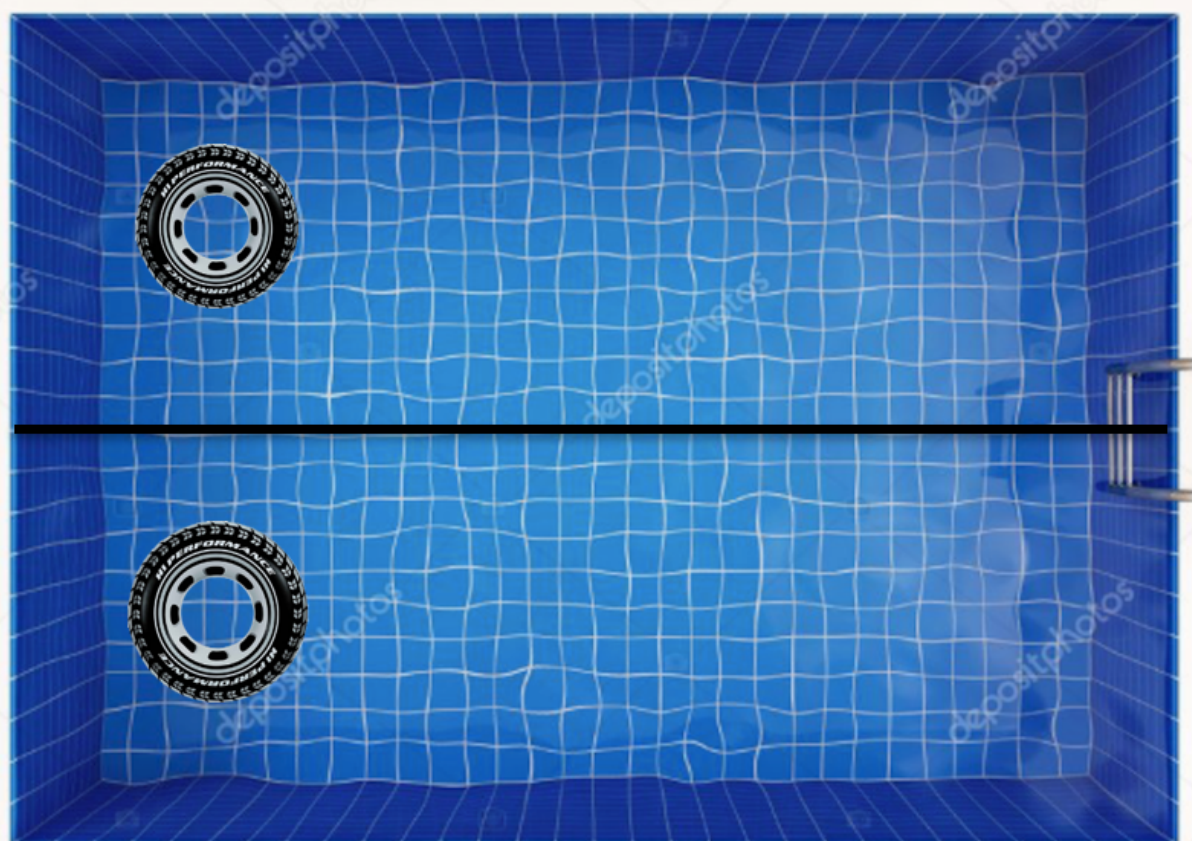
Als er weinig kinderen zijn:

De kinderen mogen zelf bepalen als zij graag dit spel willen spelen. Er kan met weinig kinderen ook veel plezier beleefd worden.

Als er veel kinderen zijn:

Er kunnen meerdere banden in het water gelegd worden. Hierdoor zullen er meer kinderen in beweging zijn. Ook kunnen jullie nog een andere activiteit uit de map pakken die goed is aangeslagen. Dan kan er altijd door gewisseld worden in de activiteiten.

A ctiviteit: (Naam)	Roeien
(Typering/'subtitel')	Roeien met de riemen die je hebt
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Een even aantal is handig, minimaal 2. De kinderen verdelen in twee groepen.
Benodigde ruimte/accommodatie	Het gehele wedstrijdabad.



Materialen	1) Voorwerpen waarmee geroeid kan worden, denk aan staven, dingen die je goed kan vastpakken
	2) twee opblaasbanden
	3) scheidingslijn om de twee helften te onderscheiden
R egels	1) Op elke kant van de band gaat één iemand zitten, per band dus twee kinderen.
	2) De materialen waaruit de kinderen mogen kiezen liggen al klaar.
	3) De kinderen op de band gaan proberen zo snel mogelijk naar de overkant te roeien.
	4) Als ze in het water vallen (of één iemand) mogen ze proberen om weer op de band te klimmen, dit mag met behulp van de kant.
	5) Aan het eind van het zwembad moeten ze zien om te

	keren en daarna zo snel mogelijk naar hun team terug te roeien.
	6) Het team waarvan als eerst iedereen heeft geroeid, heeft gewonnen.
<i>D</i> oel van de activiteit	Het doel van de activiteit is om de kinderen fanatiek te laten zijn. De kinderen moeten proberen niet te fanatiek te zijn, omdat anders het risico dat ze in het water vallen vrij aanwezig is. De kinderen worden uitgedaagd om op een slimme en creatieve manier de strijd aan te gaan.
<i>E</i> xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • De kinderen zelf in de kasten laten kijken om geschikt roeimateriaal te laten kiezen. Om het moeilijker te maken: • Achteruit terugroeien. • Geen gebruik mogen maken van de kant.

Woensdag 12 december

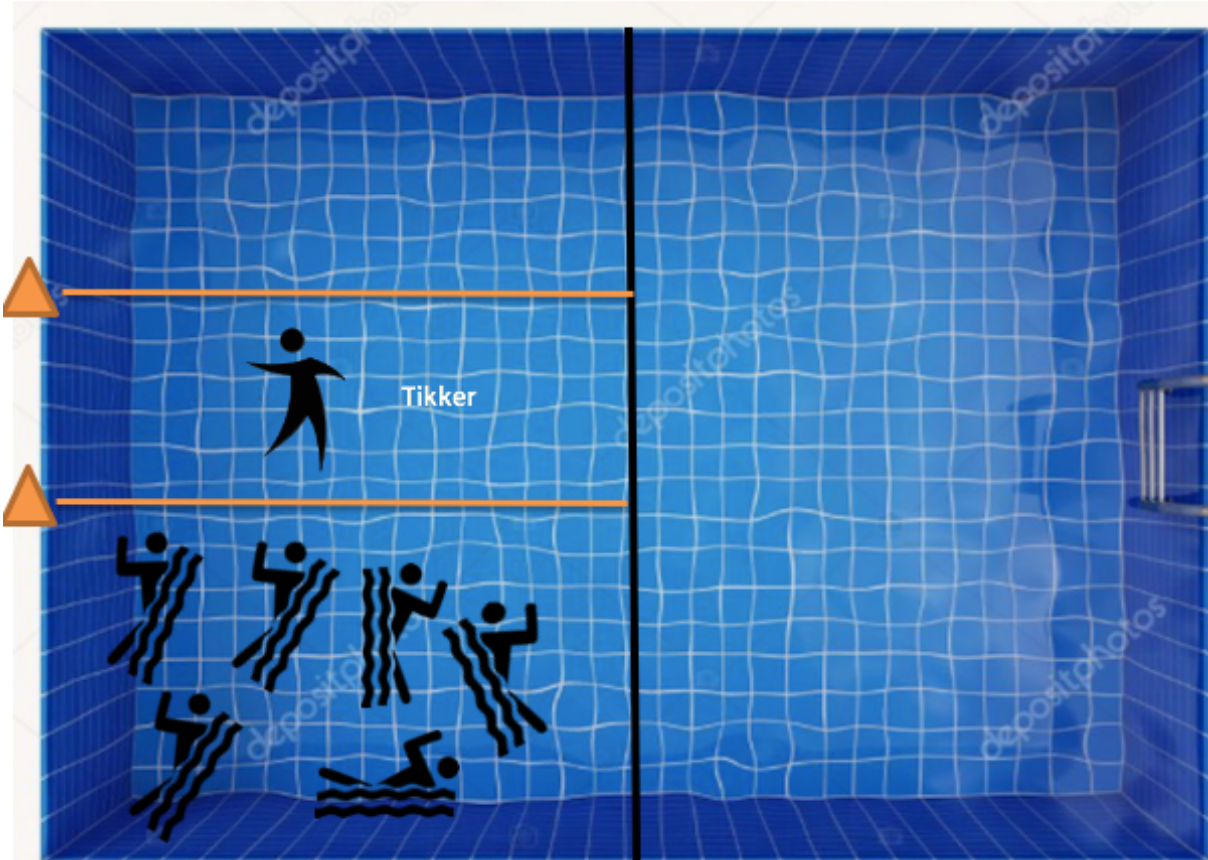
- Schipper mag ik overvaren?
- Ballonnen jacht

Als er weinig kinderen zijn:

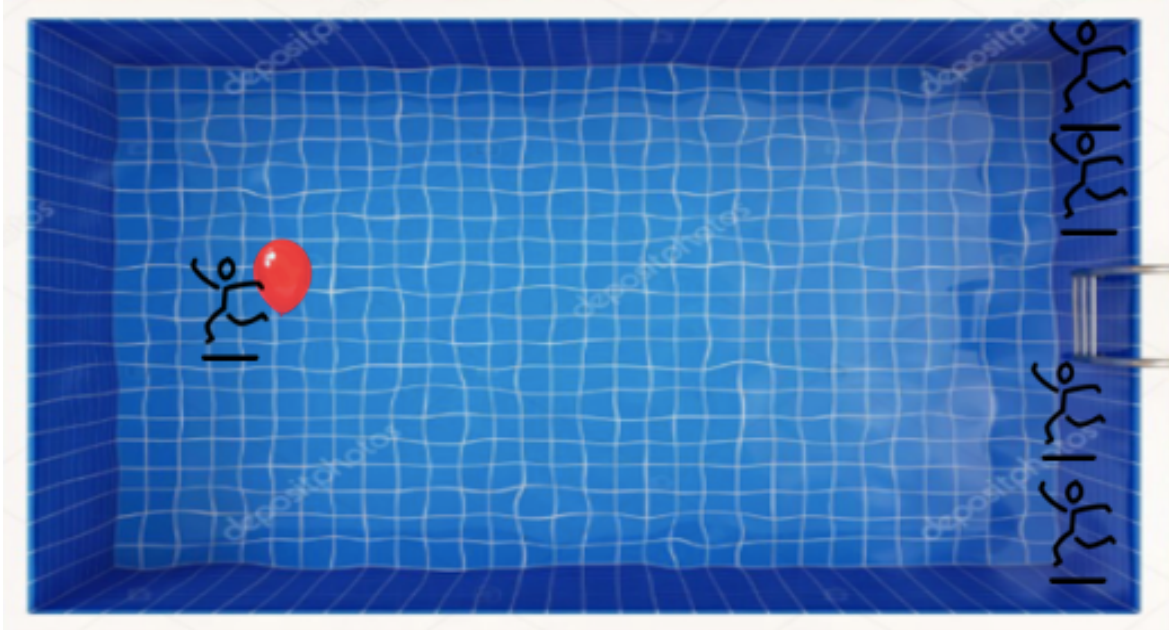
Er kan dan bepaald worden of het mogelijk is om beide activiteiten uit te voeren. Dit is dan de ene activiteit na de andere activiteit. Als de belangstelling weg is, mogen de kinderen vrij zwemmen.

Als er veel kinderen zijn:

Er zal in beide baden een spel worden gespeeld. Elk spel wordt maximaal 45 minuten gespeeld. Hierna wordt er gewisseld van spel voor de kinderen die dat willen. De spellen kunnen worden doorgespeeld tot het einde van de middag.

A ctiviteit: (Naam)	Schipper mag ik overvaren?
(Typering/'subtitel')	Kun jij steeds overvaren zonder getikt te worden?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 6 en maximaal ...
Benodigde ruimte/accommodatie	Wedstrijdbad. 1,20 meter diep.
	
Materialen	1 Pylonen (2x)
R egels	1) Liedje zingen om over te gaan. Schipper zegt hoe ze moeten zwemmen (bijvoorbeeld met 2 armen en 1 been).
	2) Als je wordt afgetikt ben jij de tikker.
	3) De tikker blijft binnen het vak dat gemaakt is van pylonen.
D oel van de activiteit	Het doel van de activiteit is om zo vaak mogelijk over te steken zonder getikt te worden. Hierbij leren de kinderen ook te zwemmen met bijvoorbeeld een handicap.
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: - Het vak van de tikker groter maken - Meer tikkers in het midden

	Om het moeilijker te maken: • Het vak van de tikker kleiner maken • Het speelveld groter maken
--	---

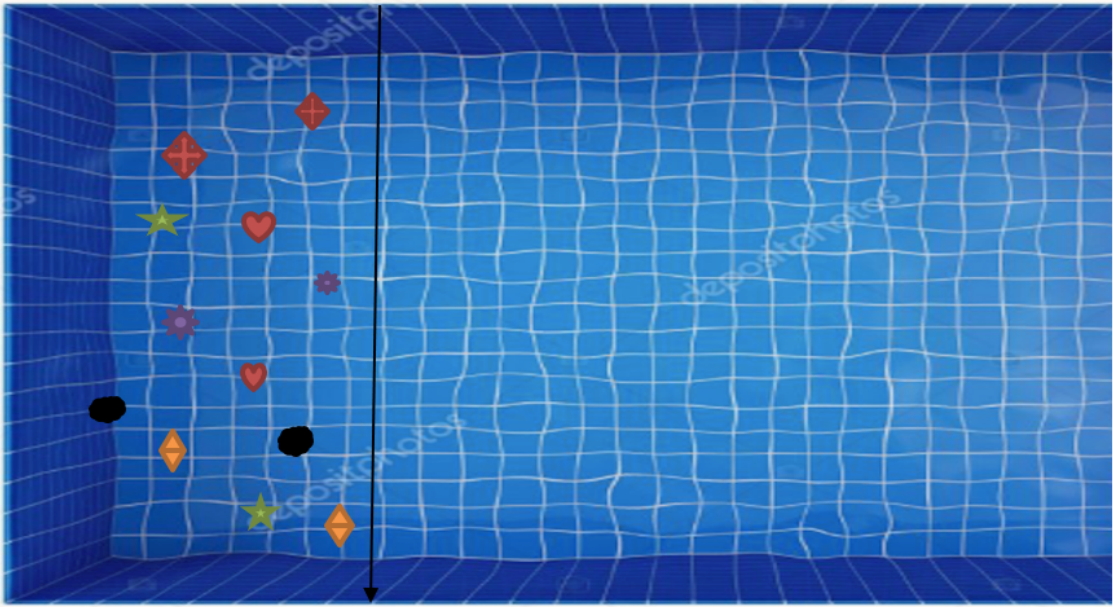
A ctiviteit: (Naam)	Balonnen jacht
(Typering/'subtitel')	Politie vs Boef
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Min. 2 Max. onbeperkt
Benodigde ruimte/accommodatie	Wedstrijdbad
	
De deelnemers beginnen vanaf de startblokken	
Materialen	1) Balonnen
	2) Kurk omdoen bij kind
	3) Touw om kruk en ballon te verbinden
	4) Een boef (kind met ballon)
R egels	1) De politieagenten starten op de kant (bij startblokken)
	2) De boef krijgt een voorsprong
	3) De politieagenten moeten de dief vangen door de ballon kapot te maken, degene die de ballon kapot maakt en de dief vangt die krijgt de ballon om.
	4) Je mag uit het bad
D oel van de activiteit	Het doel is om de ballon kapot te maken en de dieven te vangen.
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • In het therapiebad (kleiner) • De dief krijgt zwemflippers aan om sneller weg te zijn • Meerdere dieven in het spel

	Om het moeilijker te maken: • Politieagenten krijgen een handicap - Agenten op een matje - Agenten op een flexibiem
--	---

Woensdag 19 december

- Schat zoeken

Voor de activiteit schat zoeken kan eventueel een link gelegd worden met de duikvereniging. Hierbij kan de vereniging een invulling geven over hoe ze de kinderen kennis willen laten maken met het duiken. Hierna kan er eventueel een link worden gelegd tussen het duiken en de activiteit schat zoeken.

A ctiviteit: (Naam)	Schat zoeken
(Typering/'subtitel')	Duik de schat op!
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschoolkinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 1, maximaal ligt aan de hoeveelheid zinkspeeltjes
Benodigde ruimte/accommodatie	Het ondiepe gedeelte van het wedstrijdbad, of een van de andere baden
Tekening 	
Materialen	1) Zinkspeeltjes
	2) Snorkel sets
	3) Flippers
	4) Schatkaart
	5) Emmers
R egels	1) De kinderen moeten de schatkaart volgen om de vormen te vinden.
	2) De vormen liggen onder de emmers.
	3) De vormen moeten op de schatkaart gelegd worden om de volgende vorm te kunnen opduiken.
	4) Ze moeten alle vormen vinden om de schat te hebben gevonden.
D oel van de activiteit	Het vinden van de uiteindelijke schat.
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Beginnen met kleine vormen en steeds grotere vormen onder de emmers leggen en uiteindelijk een schat onder de laatste emmer.

Woensdag 2 januari

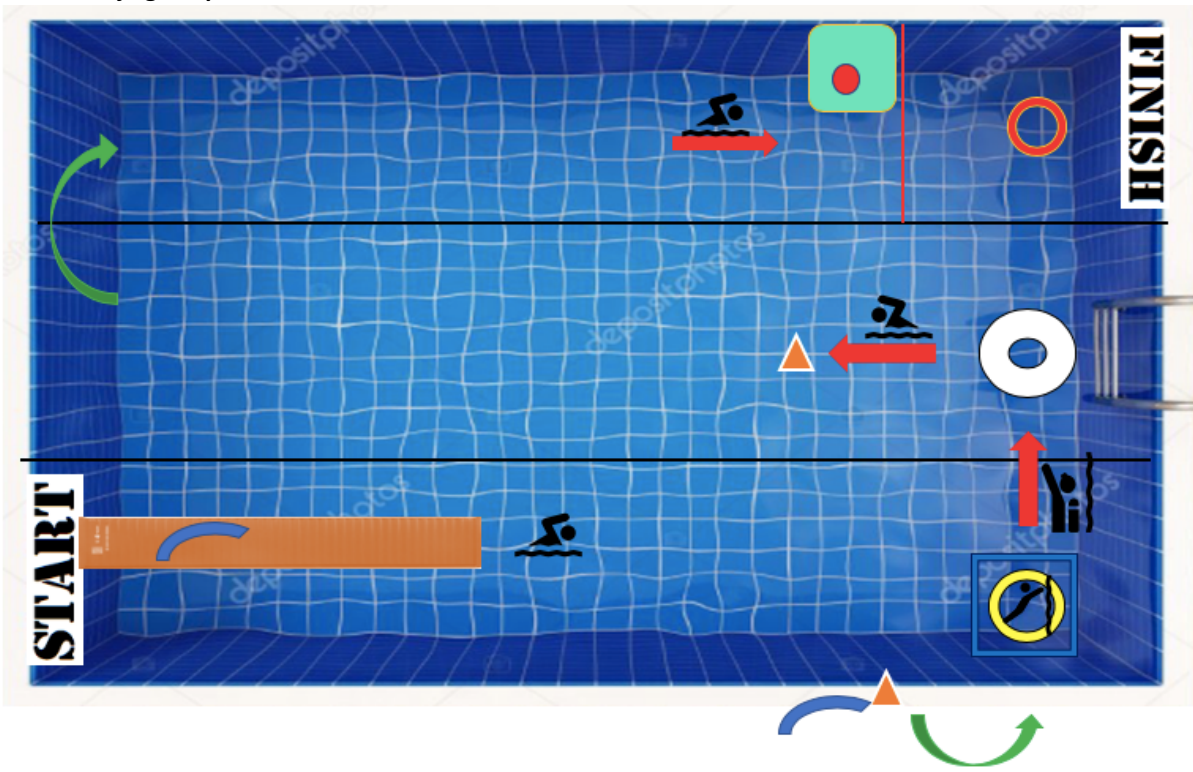
- Survivalbaan

Als er weinig kinderen zijn:

Als er weinig kinderen zijn kan er worden besloten om de helft van het zwembad te vullen met attributen voor de survivalbaan.

Als er veel kinderen zijn:

Een maximumaantal kinderen stellen voor in het wedstrijdabad. Er wordt na 45 min gewisseld.

A ctiviteit: (Naam)	Survivalbaan
(Typering/'subtitel')	Ben jij de beste survivaar?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Min. 1 Max. 50
Benodigde ruimte/accommodatie	Wedstrijdbad
Baan 1: Je loopt over de lange mat met een flexiebeem, als je aan het eind bent dan spring je in het water. Je mag er pas uit bij de pion. Daar leg je de flexiebeem neer en duik je door het gat naar baan 2. Baan 2: Je komt boven bij de band en klimt daar uit. Vervolgens.... Baan 3: Je komt aan bij het matje met de bal erop en krijgt 3 kansen om te scoren. Wanneer er is gescoord wordt de tijd gestopt.	
	
Materialen	Baan 1 Lijnen, lange mat, flexie beems, pionnen, mat met gat, band
	Baan 2
	Baan 3 matje met bal, basket
	4) Stopwatch, groot wit A3 papier voor scores
R egels	1) Denk aan de veiligheid
	2) Als de deelnemer dat wil dan nemen we de tijd op voor de wedstrijd
	3) Elk onderdeel moet goed gedaan worden voor de wedstrijd.
	4) De winnaar krijgt een vrijkaartje of ijsje, in overleg.

<i>D</i>oel van de activiteit	Door veel materiaal te gebruiken kinderen te laten ervaren hoe leuk het is om te komen zwemmen
<i>E</i>xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: - Kleinere afstand - Minder materialen - Eerst de baan een keertje oefenen Om het moeilijker te maken: - Meer materialen - Kinderen een handicap geven - Vaker en verder moeten scoren.

Woensdag 9 januari

- Drijfkracht
- Emmeren

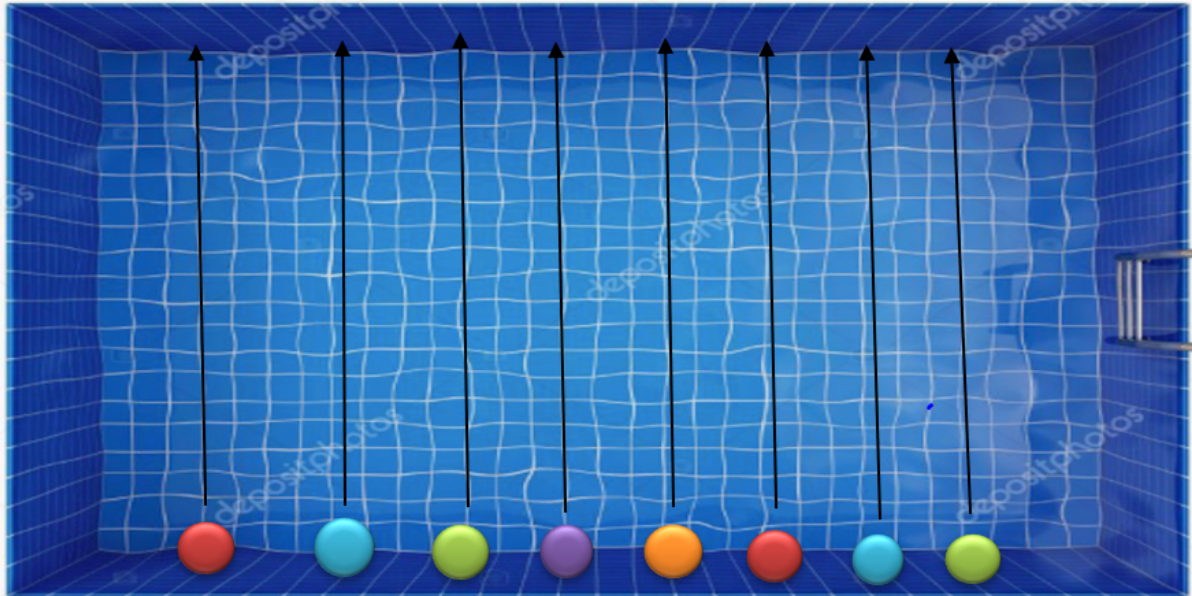
Als er weinig kinderen zijn:

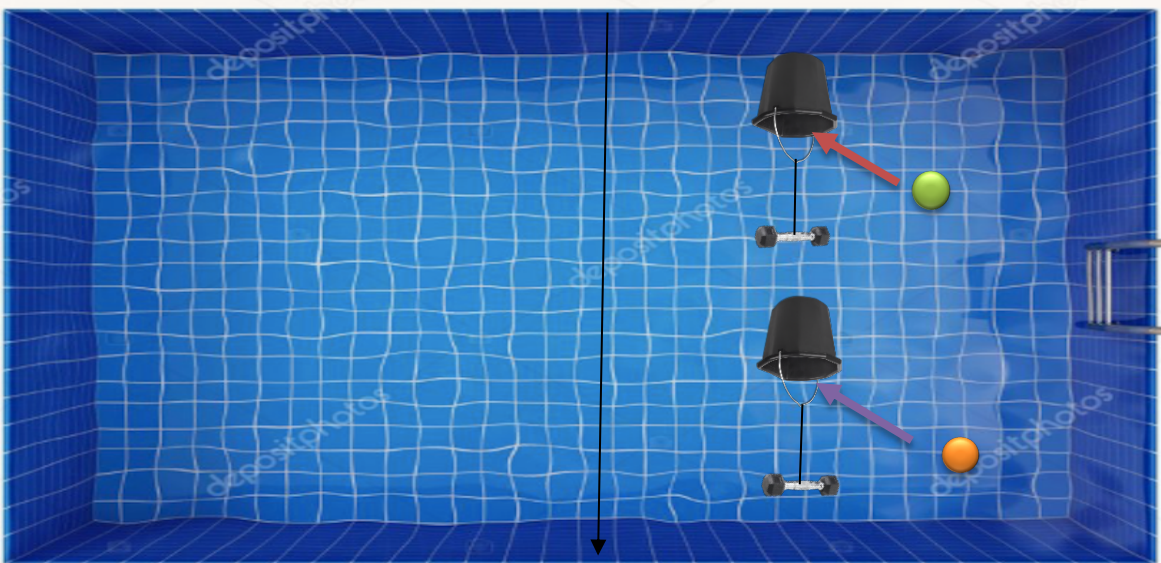
Er kan overlegd worden of de kinderen de activiteiten willen doen. De activiteit drijfkracht is een activiteit voor een individu, dus kan altijd gespeeld worden. Bij emmeren kunnen er al twee kinderen een wedstrijdje doen tegen elkaar.

Als er veel kinderen zijn:

Beide spellen kunnen tegelijkertijd gespeeld worden. Dit kan gaan in rondes. Dat de opdracht drijfkracht en emmeren steeds na elkaar gespeeld worden.

- Drijfkracht 5 min
- Emmeren 10 min
- Drijfkracht 5 min
- Emmeren 10 min
- Drijfkracht 5 min
- Emmeren 10 min
- Enzovoort

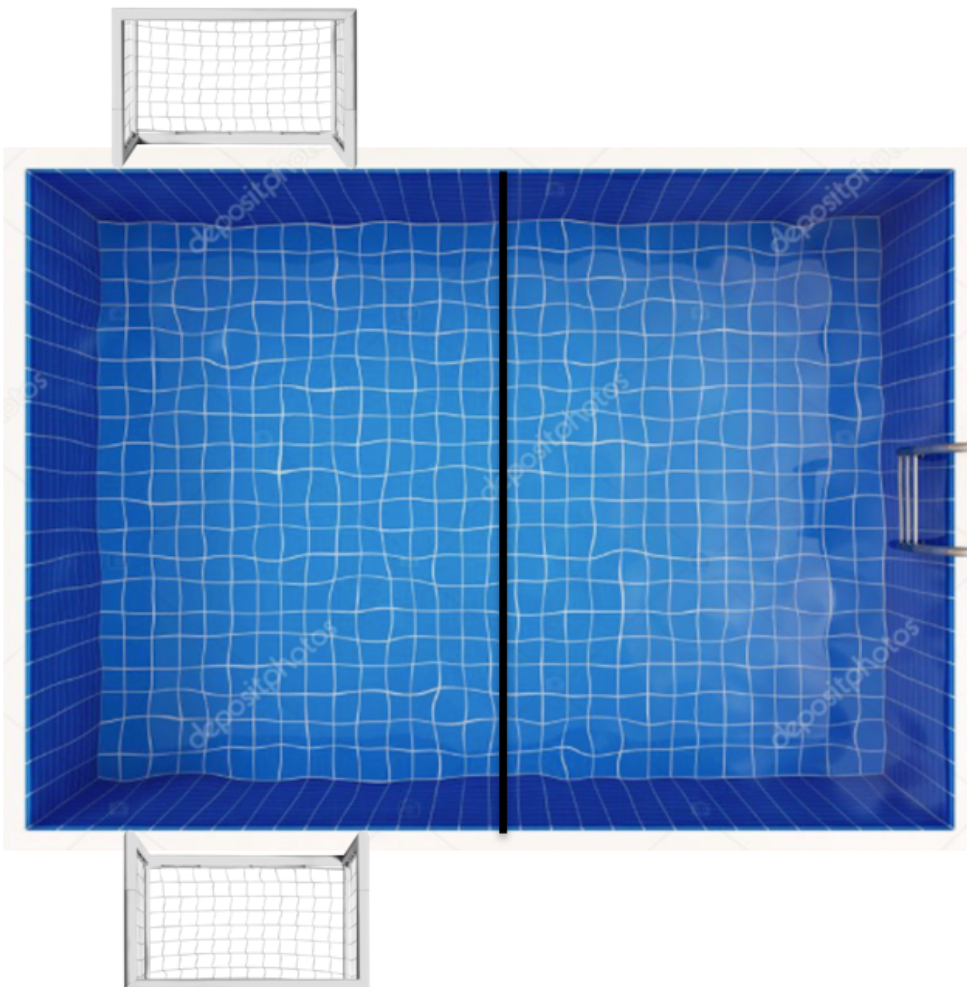
A ctiviteit: (Naam)	Drijfkracht!
(Typering/'subtitel')	Kan jij met jouw kracht de bal naar de overkant krijgen?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschoolkinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 2 kinderen, maximale ligt aan de breedte van het zwembad.
Benodigde ruimte/accommodatie	Het wedstrijdswembad
	
Materialen	1) Ballen (voor alle deelnemers 1)
	2) Eventueel plankjes
	3)
	4)
R egels	1) De kinderen mogen de bal niet aanraken.
	2) De kinderen moeten golfen gebruiken om de bal te laten verplaatsen.
	3) Pas als de bal de kant heeft aangeraakt dan ben je aan de overkant.
	4) De bal die het eerst de overkant heeft bereikt wint.
D oel van de activiteit	Als snelste de bal naar de overkant krijgen zonder de bal aan te raken.
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • Gebruik plankjes om betere golfen te kunnen maken. Om het moeilijker te maken: Gebruik maar 1 hand.

A ctiviteit: (Naam)	Emmeren!
(Typering/'subtitel')	Krijg de emmer omhoog.
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschoolkinderen van ongeveer 8 tot 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 4 deelnemers, maximaal ligt aan de de hoeveelheid emmers, er kunnen meer dan 2 kinderen in het team bij 1 emmer.
Benodigde ruimte/accommodatie	Het wedstrijdabad.
	
Materialen	1) Emmers (ligt aan het aantal deelnemers en teams)
	2) Touw
	3) Gewichten voor aan het touw
	4) Balletjes
R egels	1) De kinderen moeten op de kant staan en omde beurten een bal in de emmer doen.
	2) Je mag pas gaan zwemmen zodra het Vorige kind de volgende heeft aangetikt.
	3) Als de onderkant van de emmer boven het water is dan heeft dat team gewonnen.
	4) Er mag maar 1 bal tegelijk in de emmer worden gedaan.
D oel van de activiteit	De balletjes zo snel mogelijk onder de emmer krijgen waardoor de emmer naar boven komt/
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: - Minder gewicht aan de emmer hangen. Om het moeilijker te maken: - Meer gewicht aan de emmer hangen.

Woensdag 16 januari

- Waterpolo

Voor de activiteit waterpolo kan eventueel een link gelegd worden met de waterpolovereniging. Hierbij kan gedacht worden aan een clinic waterpolo die wordt afgesloten met een partij. In dit geval is er misschien de mogelijkheid dat de vereniging zorgt voor echte waterpolo-ballen, zodat de ervaring voor de kinderen nog groter wordt. Hierover moet goed gecommuniceerd worden met de desbetreffende vereniging.

A ctiviteit: (Naam)	Waterpolo
(Typering/'subtitel')	Gaat jouw team winnen?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Er zijn twee teams, minimaal aantal deelnemers: 4 maximaal aantal deelnemers: 16
Benodigde ruimte/accommodatie	De helft van het wedstrijdbad, de ondiepe kant. Bodem moet niet te laag worden gezet. Het is niet de bedoeling dat de deelnemers kunnen staan.
	
Materialen	1) een scheidingslijn over de breedte van het zwembad
	2) twee kleine goals
	3) (evt.) iets om teams te onderscheiden
	4) kurkjes zodat de deelnemers blijven drijven
	5) een bal

Regels	1) als de bal buiten het zwembad of buiten de denkbeeldige lijn komt, mag de tegenpartij de bal in het veld gooien.
	2) afzetten tegen de bodem is niet toegestaan.
	3) nadat er gescoord is, gooit iemand van de andere partij de bal vanaf het midden van het veld naar een mede-speler, hierna wordt het spel hervat.
	4) de bal mag niet uit iemands handen worden geslagen.
	5) het is verboden om deelnemers onder water te drukken.
Doel van de activiteit	Samenwerken met je teamgenoten en proberen de tegenstander te verslaan.
Extra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • Grotere bal gebruiken • Geen vaste keeper. Om het moeilijker te maken: • Het veld groter maken, wel afzetten op de bodem (indien mogelijk). • Bal wel uit de handen mogen slaan.

Woensdag 23 januari

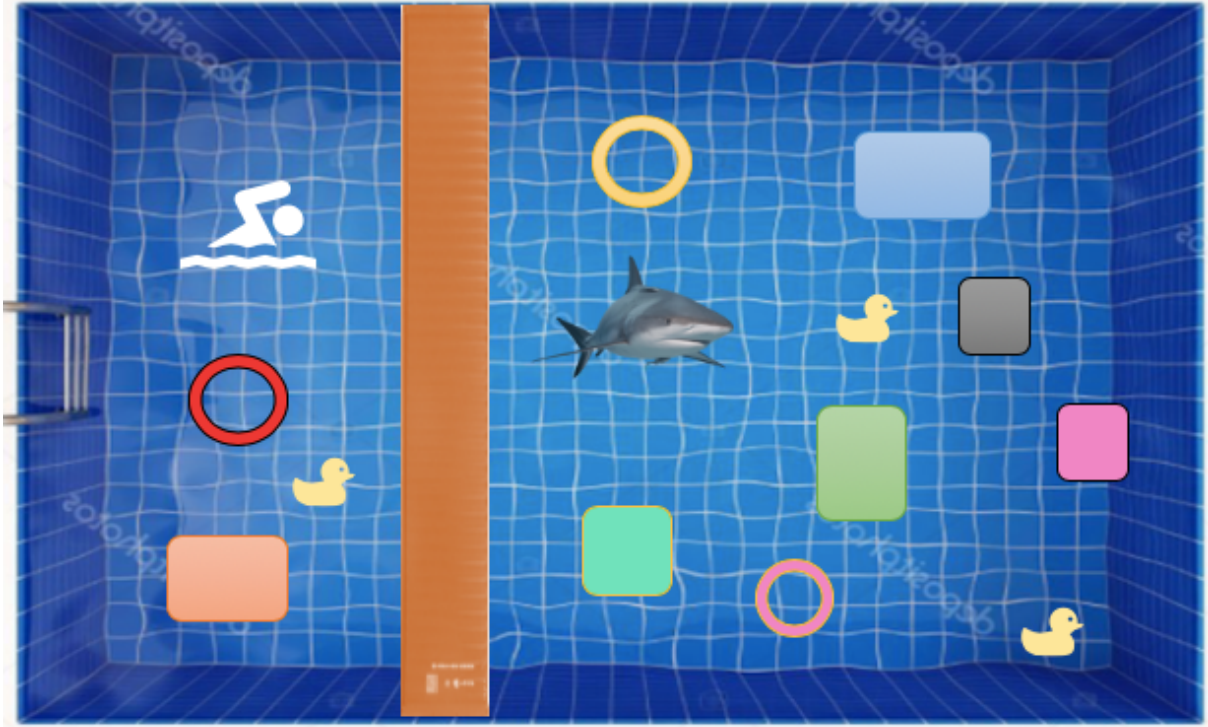
- Opblaasdag apenkooi

Als er weinig kinderen zijn:

Er kan voor gekozen worden om minder attributen op te blazen. Op deze manier hebben de kinderen die er zijn veel plezier.

Als er veel kinderen zijn:

Een maximumaantal kinderen stellen voor in het wedstrijdbad. Er wordt na 45 min gewisseld. Er kunnen ook 2 tikkers in het bad zijn.

A ctiviteit: (Naam)	Apenkooi
(Typering/'subtitel')	Voetjes uit het water!
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Min . 4 Max. oneindig
Benodigde ruimte/accommodatie	Wedstrijdbad
	
Materialen	1) alle opblaas materialen
	2) veel matjes
	3) drijvende dingen
	4) flippers voor de tikker
R egels	1) Als de deelnemers hun voetjes uit het water hebben, bijv. door op een matje zitten. Dan zijn ze vrijgesteld en mag de tikker niet tikken!
	2) Je mag niet langer dan 10 seconden op een matje of onderdeel blijven zitten
	3) De tikker mag niet bij onderdelen blijven zwemmen, hij/zij mag zwemflippers aan om sneller te bewegen door het water
	4) Ben je getikt, dan gaan je aan de kant zitten
D oel van de activiteit	Door middel van een bekend spel veel kinderen actief door het water te laten bewegen, het doel is gezelligheid waarbij wel moet worden gedacht aan de veiligheid.

<i>E</i>extra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • Tikker heeft geen flippers aan • Minder materialen in het zwembad • Hele zwembad gebruiken Om het moeilijker te maken: • Halve zwembad • Meerdere tikkers • Meer materialen in het zwembad
---	---

Woensdag 30 januari

- Kanorace
- Paardrijden

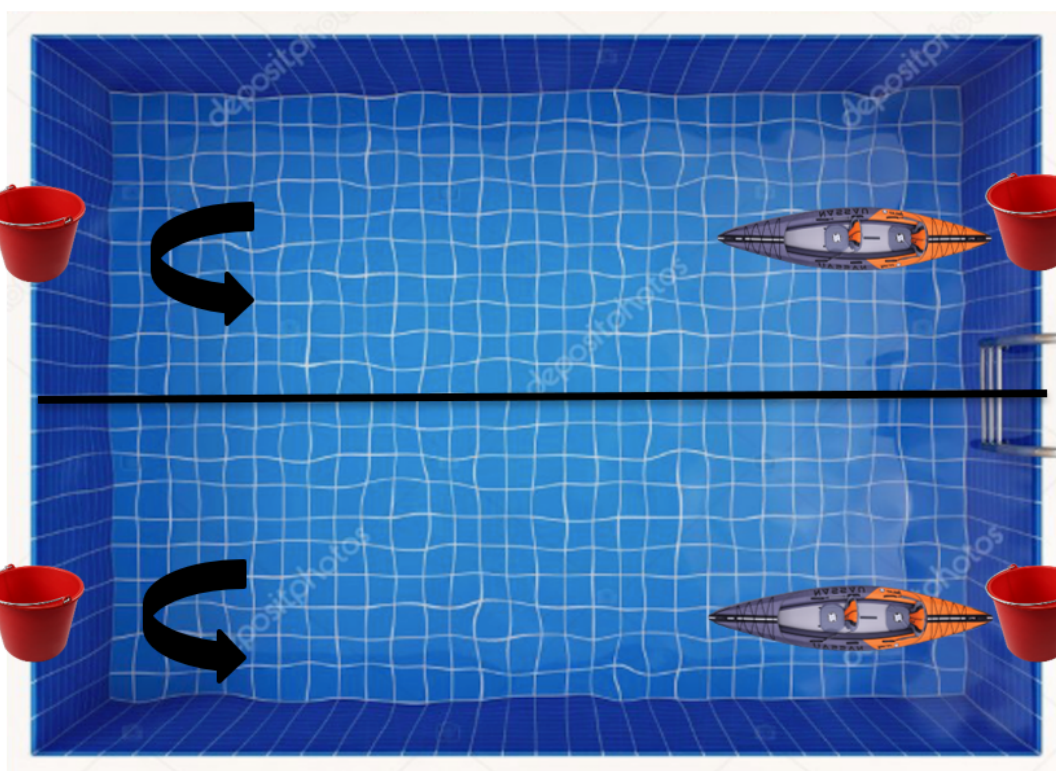
Als er weinig kinderen zijn:

Er kan voor gekozen worden de kinderen vrij te laten spelen in de opblaasbare kano's. Ook kan er een wedstrijdje gedaan worden met de kinderen die er zijn. Ook mogen de kinderen vrij spelen met de flexi-beams.

Als er veel kinderen zijn:

De activiteiten kunnen verdeeld worden over de baden. Het paardrijden kan over het therapie bad en instructiebad. De kanorace gaat dan in het wedstrijd bad. Er moet na 45 min weer door gewisseld worden met de verschillende teams.

A ctiviteit: (Naam)	Kano race
(Typing/'subtitel')	Kan jij het hardst peddelen?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Een even aantal deelnemers is handig. Per kano 2 personen, groep wordt verdeeld in 2 teams.
Benodigde ruimte/accommodatie	Het wedstrijdbad in de lengte.



M aterialen	1) twee kano's
	2) vier peddels, voor iedere deelnemer één
	3) vier emmers
	4) scheidingslijn om de twee helften te onderscheiden
	5) rond de 40 kleine ballen
R egels	1) per persoon mag je één bal uit de emmer pakken aan de overkant van het zwembad
	2) Als de bal onderweg in het water valt, mag je deze niet terug pakken maar moet je hem laten liggen
	3) aan het eind van het zwembad, waar je de bal pakt, moet je met de kano omdraaien zodat je weer vooruit naar de andere kant gaat
	4) als de kano de rand raakt waar de kinderen van het overige team staan, mogen de twee in de kano de ballen in de emmer doen

	5) als de bal in de emmer is gedaan, mogen de twee in de kano eruit springen en mogen de volgende twee er in klimmen
	6) het team dat aan het eind de meeste ballen in de emmer heeft, heeft gewonnen
Doel van de activiteit	Het doel van de activiteit is om kinderen op een leuke manier met kano varen kennis te laten maken.
Extra's (uitbreidingen/varianten..)	Rondes kunnen verschillende tijdsduren hebben. Zo kun je aan het begin zeggen dat ze 5 minuten hebben, aan het eind van deze 5 minuten is de eerste ronde afgelopen. De kinderen in het water mogen hun ronde nog afmaken. Pas de tijdsduur aan op het aantal deelnemers, zodat wel ongeveer iedereen aan de beurt komt in de eerste ronde. De laatste deelnemers uit de eerste ronde, sluiten achteraan in de rij, waardoor iedereen ongeveer even vaak aan de beurt komt. Om het makkelijker te maken: - Als de balletjes vaak in het water vallen, kun je zeggen dat ze deze wel uit het water mogen pakken. Om het moeilijker te maken: - In een bepaalde ronde zeggen dat ze de terugweg achteruit moeten kanoën.

Activiteit: (Naam)	Paardrijden
(Typering/'subtitel')	Breek jij jouw eigen record?
Arrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 2 maximaal ...
Benodigde ruimte/accommodatie	Wedstrijdbad. 2 meter diep.
Materialen	1) Flexibeam (zo veel als nodig)
	2) Pylonnen
Regels	1) Je moet bij elke pylon je flexi beam op een andere manier meenemen (door paardrijden, boven hoofd houden, onder de oksels enzovoort). 2) Je mag het water in al jouw voorganger bij de 2 ^e pylon is.
Doel van de activiteit	Leer de flexibeam op verschillende leuke en speelse manieren te gebruiken.
Extra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: Zet maar 1 pylon neer, waardoor ze minder vaak kunnen wisselen om de flexibeam anders vast te houden.

	Om het moeilijker te maken: • Zet meer pylonnen neer, zodat ze vaker met een nieuwe mogelijkheid moeten komen om met de flexibeam te zwemmen. • De kinderen moeten elke ronde met nieuwe manieren komen om met de flexibeam te zwemmen.
--	--

Woensdag 6 februari

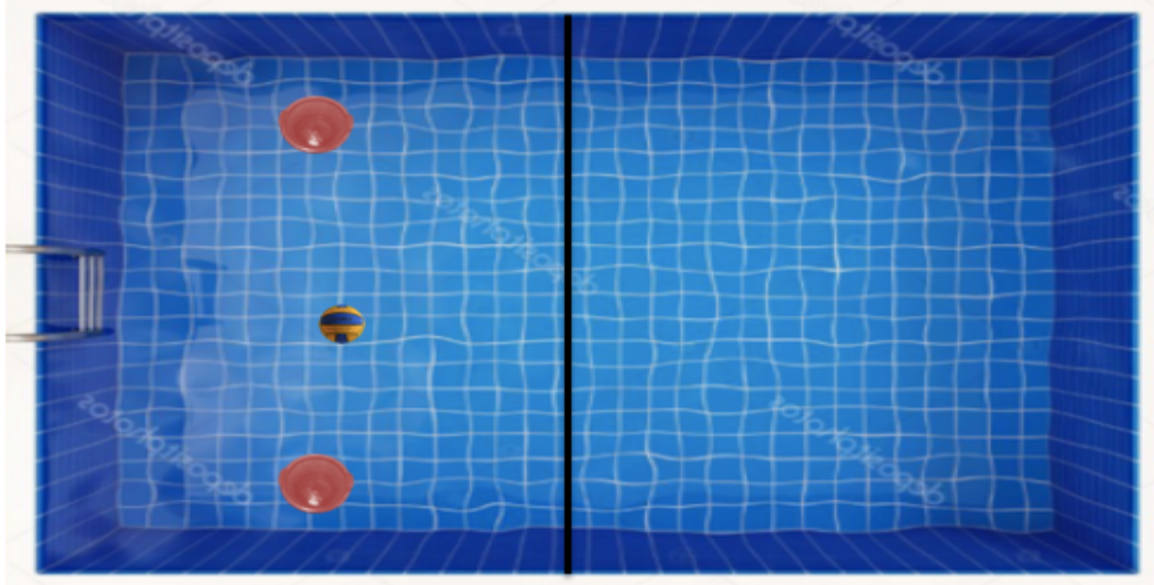
- Waterbasketbal

Als er weinig kinderen zijn:

Er kan gespeeld worden vanaf 4 kinderen. Er kan bepaald worden of het spel doorgaat. Anders mogen de kinderen vrij zwemmen.

Als er veel kinderen zijn:

Er worden meerdere teams gemaakt en er zal door gewisseld worden. Er kan bijvoorbeeld door gewisseld worden wanneer er een paar keer is gescoord.

A ctiviteit: (Naam)	Waterbasketbal
(Typing/'subtitel')	Haal jij de echte basketballer in jou naar boven?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Min 4. Max. 16
Benodigde ruimte/accommodatie	De helft van het wedstrijdbad (1,20 m)
Er liggen 2 doelen in het water, we beginnen met een waterpolo bal. De doelen kunnen eventueel vastgezet worden met iets zwaars eraan. Er ligt een middenlijn in het water zodat er ook nog mensen  kunnen zwemmen die niet mee willen doen.	
Materialen	1) Twee waterbaskets
	2) Lichte Bal
	3) Lintjes (of iets voor teamduidelijkheid)
	4) Lijn om te onderscheiden, helft van het bad.
R egels	1) De bal mag niet langer dan 5 seconden vast gehouden worden, daarna moet de
	2) Na het scoren en als de bal uit is dan is de bal voor de tegenstander
	3) Je mag zwemmen met de bal, alleen deze niet vasthouden
	4) Het is als verdediger toegestaan bij het spelen van de bal door een aanvaller, deze bal te blokkeren met een arm omhoog.
D oel van de activiteit	Het samenspelen met je teamgenoten om vervolgens te scoren in het doel. Succeservaring en plezier staan centraal. Het doel is om de kinderen te activeren terug te komen op de woensdagmiddag.

Extra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken • Kleinere afstand van de doelen • Een grotere bal gebruiken. Om het moeilijker te maken: • Grotere afstand van de doelen • Een kleinere bal gebruiken • Niet meer mogen verdedigen (1 meter van het doel) • 3 keer overspelen voor er gescoord mag worden • NOG moeilijker: Iedereen moet de bal hebben a geraakt voordat er gescoord mag worden. Voor variatie: • Gebruik een grotere, kleinere bal. • Bijv. een tennisbal of mega bal.
---	--

Woensdag 13 februari

- Trefbal
- Jagersspel

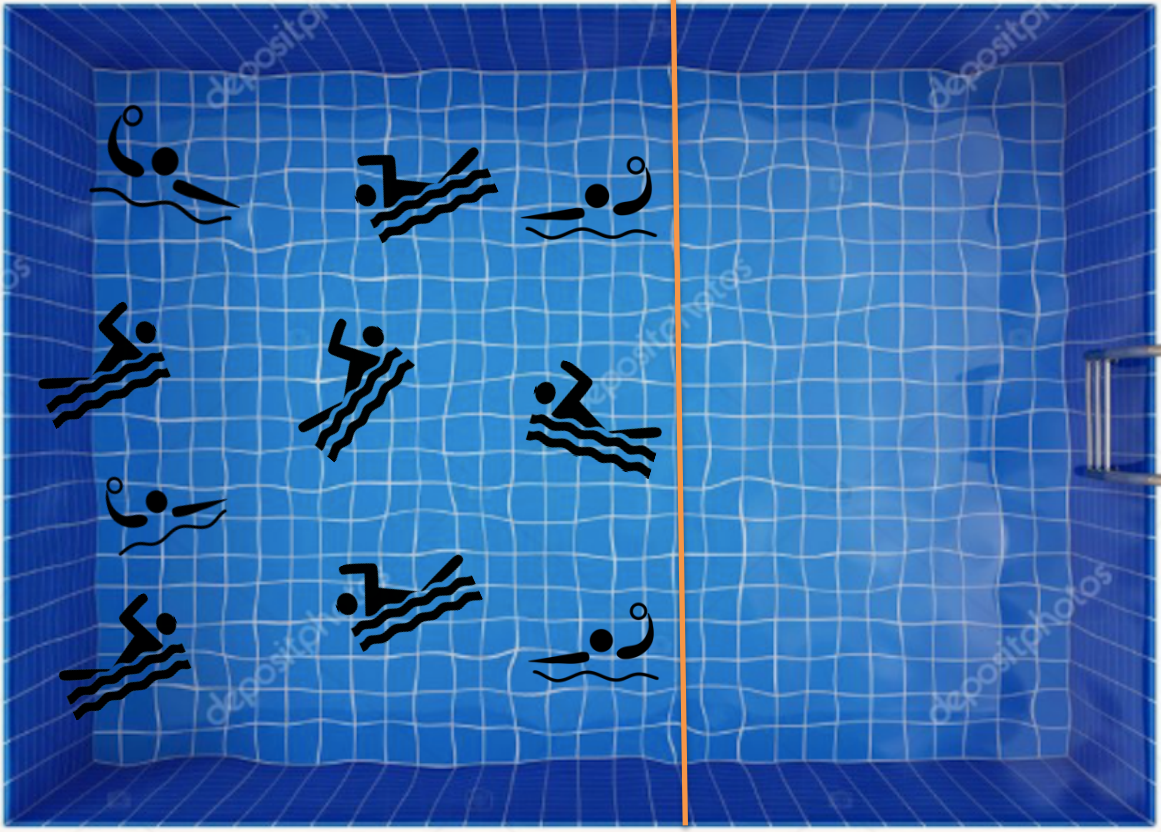
Als er weinig kinderen zijn:

Er kan overlegd worden of de spellen doorgaan. Vanaf 5 personen kan het spel gespeeld worden. Het jagersspel is leuk om te spelen met minder kinderen. De spellen kunnen herhaald worden tot de kinderen vrij willen gaan zwemmen.

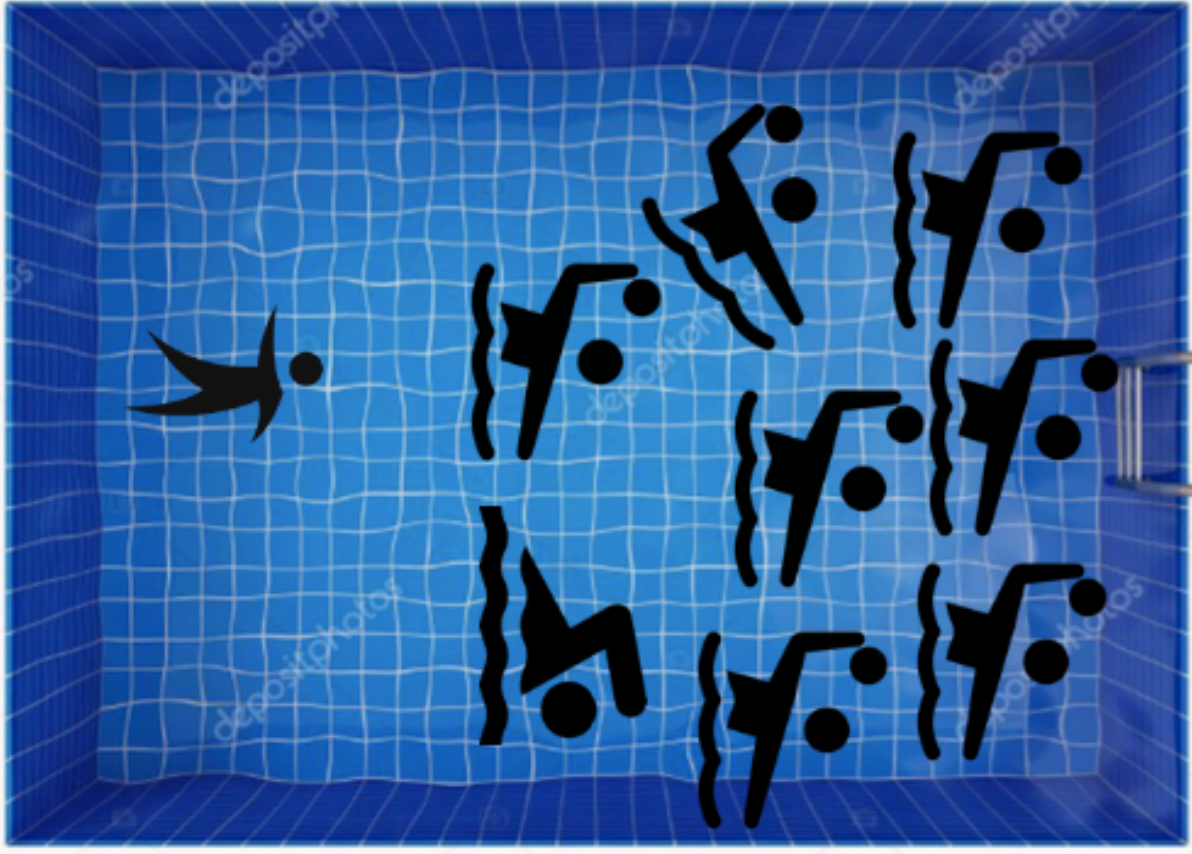
Als er veel kinderen zijn:

Er kan voor gekozen worden om beide spellen steeds omen om te doen.

- Trefbal
- Jagersspel
- Trefbal
- Jagersspel
- Trefbal
- Jagersspel
- Enzovoort

A ctiviteit: (Naam)	Trefbal
(Typering/'subtitel')	Blijf jij overeind met trefbal?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Van 5 tot ...
Benodigde ruimte/accommodatie	Wedstrijdbad. 1.20 meter diep
	
Materialen	1) Ballen (1 tot ongeveer 5)
R egels	1) Hoofd telt niet.
	2) Afwerpen mag niet.
D oel van de activiteit	Het doel van deze activiteit is om het idee van de gymzaal ook terug te brengen naar het zwembad.
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • Je kunt meer ballen toe voegen om het spel makkelijker te maken zodat je andere kinderen sneller kunt afgooien. • Je kunt ook het speelveld kleiner maken.

	Om het moeilijker te maken: • Om het spel moeilijker te maken is door bijvoorbeeld het speelveld groter te maken.
--	--

A ctiviteit: (Naam)	Jagersspel
(Typering/'subtitel')	Ben jij de jager te slim af?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Max 15, anders meerdere groepen maken. (als er te veel kinderen zijn, kan het saai worden).
Benodigde ruimte/accommodatie	Introductiebad. 1,20 meter diep.
	
Materialen	1) 14 ballen per groepje
R egels	1) Alle kinderen krijgen een bal, behalve één. 2) De jager zelf heeft ook een bal en draait zich om, zodat de konijntjes (kinderen) de bal onder water kunnen drukken. Het kindje zonder bal doet alsof hij of zij een bal onder water drukt.
	3) Als iedereen klaar is mag de jager zich omdraaien en de bal gooien naar het konijntje (kindje) waarvan hij denkt dat hij of zij geen bal heeft. Heeft de jager het goed, dan gaat het konijntje de jager spelen. Heeft de jager het fout, dan mag hij het nog een keer proberen.
D oel van de activiteit	Het doel van de activiteit is dat de jager steeds meteen doorheeft wie er geen bal heeft. Op deze manier kunnen veel kinderen een keer de jager zijn. Dit is namelijk voor kinderen erg leuk als je iets anders mag doen, in dit geval jagen.

	Voor de konijntjes is het ook leuk om niet gepakt te worden (voor diegene die geen bal heeft). Ook hebben de kinderen er plezier in als de jager het fout heeft.
Extra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • Je kunt twee jagers gebruiken, zodat de jagers samen kunnen overleggen wie het konijntje is zonder bal. Samen zie je ook meer. Om het moeilijker te maken: • Om het spel moeilijker te maken is het leuk dat er meer konijntjes zonder bal zijn. Ook kun je de hoogte van de bodem dieper maken.

Woensdag 20 februari

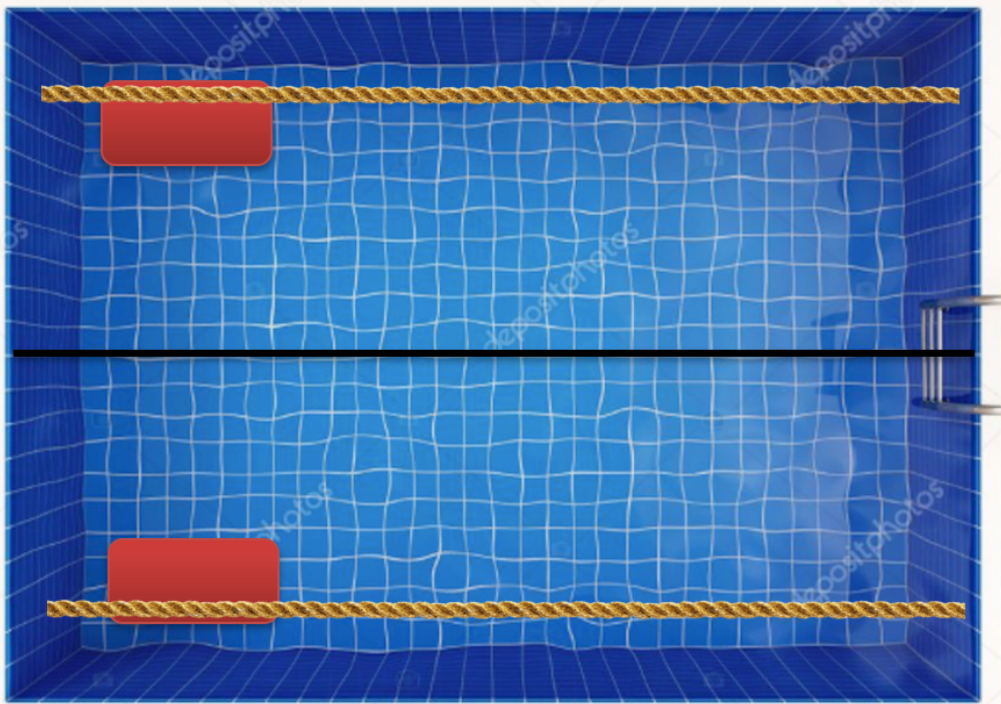
- Vlottenrace

Als er weinig kinderen zijn:

Het spel kan net zo lang gespeeld worden tot de kinderen er geen zin meer in hebben. Er kan ook met de hoeveelheid kinderen een nieuw spel gedaan worden, wat al geweest is.

Als er veel kinderen zijn:

Er worden meerdere teams gemaakt en er kan een activiteit bij komen die al geweest is. Op deze manier kunnen de kinderen altijd bezig zijn met een activiteit.

A ctiviteit: (Naam)	Vlottenrace
(Typering/'subtitel')	Krijg jij samen met jouw team als eerste iedereen naar de overkant?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal: 6 Er is geen maximum voor deze activiteit. De gehele groep wordt verdeeld in twee groepen
Benodigde ruimte/accommodatie	Het gehele wedstrijdabad is nodig voor deze activiteit.
	
Materialen	1) Een scheidingslijn in de lengte van het zwembad
	2) twee matten
	3) twee touwen
R egels	1) Eén iemand uit elk team begint aan de linkerkant van het zwembad. De rest van de deelnemers staat aan de overkant.
	2) De persoon aan de ene kant van het zwembad, haalt zijn teamgenoten op aan de overkant van het zwembad.
	3) De hoeveelheid van teamgenoten die je per keer meeneemt op de mat, mag zelf bepaald worden. Wanneer er kinderen van de mat afvallen, moeten zij terug naar de kant waar hun teamgenoten staan.
	4) Er mag constant maar één persoon zorgen dat er beweging in de mat komt. Dit mag wel telkens een ander iemand zijn.
	5) De deelnemer die de teamgenoten ophaalt bij de overkant, hoeft niet de hele tijd dezelfde te zijn.
D oel van de activiteit	Het doel van deze activiteit is samenwerken met je teamgenoten. Door de juiste tactiek te vinden is overleg nodig. Daarnaast is het doel natuurlijk dat de kinderen plezier beleven

	aan de activiteit.
Extra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het spel makkelijker te maken: • Als er kinderen van de mat vallen, hoeven ze niet terug maar mogen ze achter de mat aan zwemmen of er weer op klimmen. • Een andere manier om dit spel makkelijker te maken, is om de regel toe te voegen dat iedereen mag helpen bij het voortbewegen van de mat. Om het spel moeilijker te maken: • Niet iedereen mag van de mat af, er moeten altijd minstens 2 mensen op de mat zijn, terwijl maar één persoon ervoor mag zorgen dat ze zich voortbewegen.

Woensdag 27 februari

- Waterbingo
- Bommetje

Als er weinig kinderen zijn:

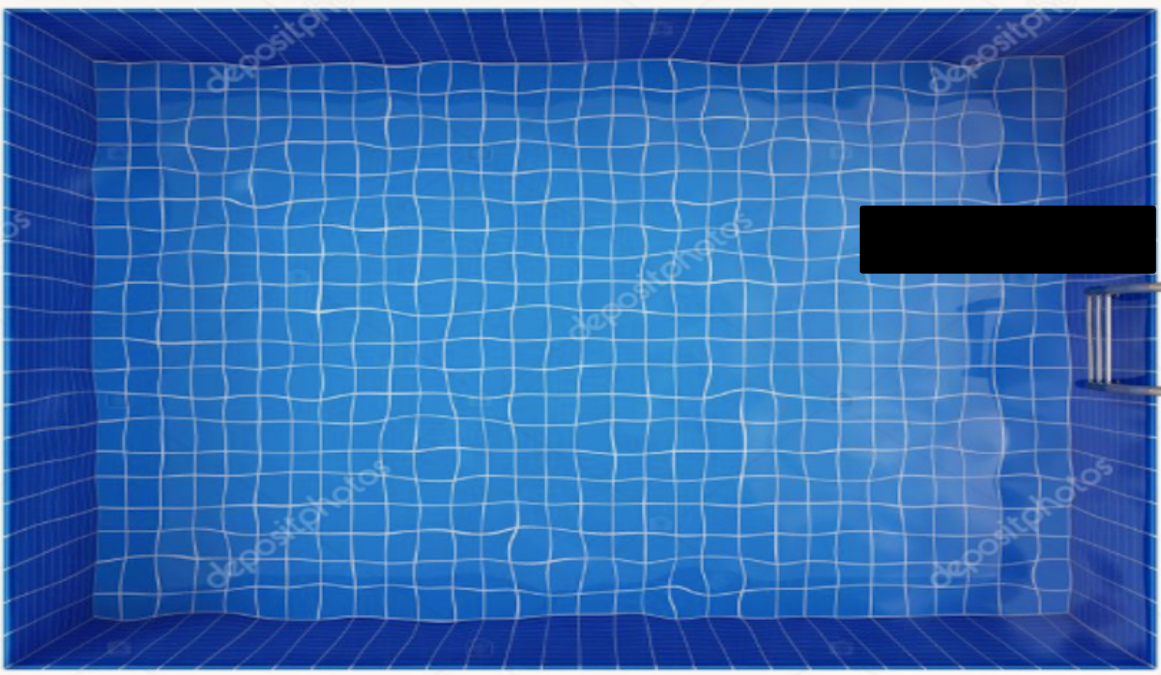
Overleggen met de kinderen of zij de spellen willen spelen.

Als er veel kinderen zijn:

De activiteiten na elkaar geven. Elke activiteit wordt maximaal 45 minuten gegeven. Hierna wordt er gewisseld en er kunnen ook opdrachten geschrapt worden.

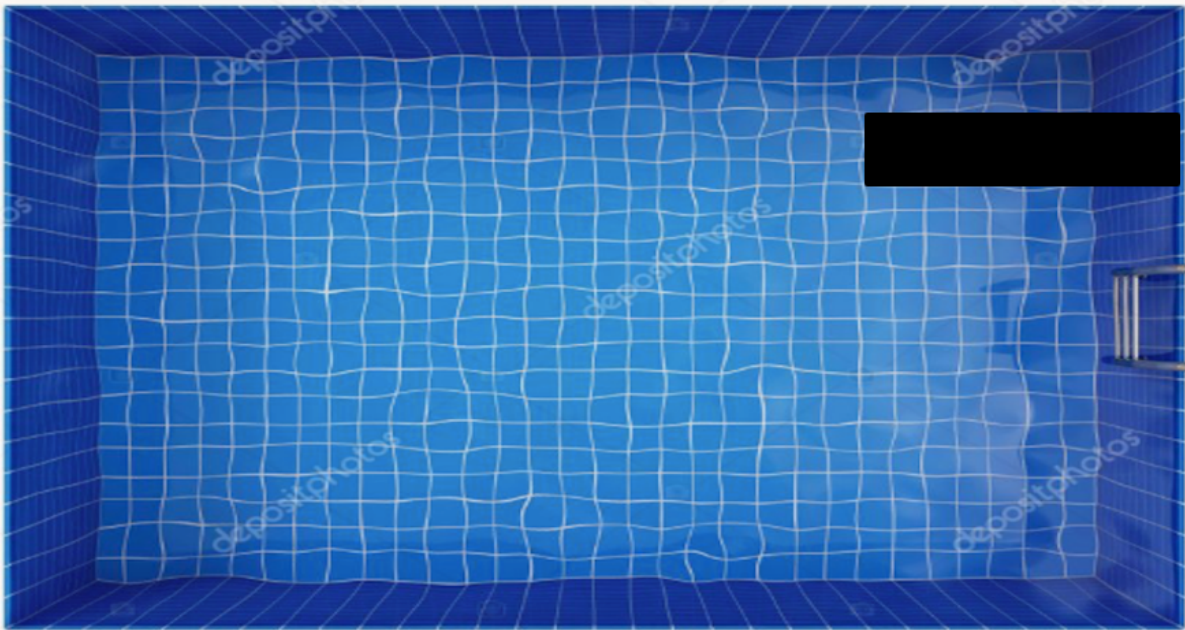
A ctiviteit: (Naam)	Waterbingo!
(Typering/'subtitel')	Wie roept er als eerste bingo?
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschool kinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 2 kinderen en maximaal 20 kinderen. Op deze manier 4 kinderen per kaart. Anders dit spel vaker spelen.
Benodigde ruimte/accommodatie	Wedstrijdbad (lage deel). 2 meter diep of instructiebad met 1.50 diep.
	
Materialen	1) Stenen met getallen erop.
	2) Bingokaarten
	3) Stiften (Whiteboard voor op de bingokaarten)
R egels	1 Werk in tweetallen waarbij je om de beurt een steen op gaat duiken.
	2) Je gaat met steen en al weer naar jullie bingokaart om te kijken of jullie dat nummer hebben.
	3) Heb je het nummer niet, leg je de steen op dezelfde plaats weer terug. (Hem niet teruggooien!)
	4) Als je de kaart vol heb, roep je bingo!

<i>D</i>oel van de activiteit	Bingo op en andere manier en meer spelenderwijs ervaren.
<i>E</i>xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • Ga in het instructiebad en zet de bodem op 1.50 meter diep. Op deze manier kan er sneller een goede steen gevonden worden. Om het moeilijker te maken: • Ze mogen bijvoorbeeld alleen de middelste rij vol hebben van de bingokaart.

A ctiviteit: (Naam)	Bommetje!
(Typering/'subtitel')	Maak het grootste bommetje
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschoolkinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 5, geen maximaal aantal
Benodigde ruimte/accommodatie	Wedstrijdbad/duikplank
Tekening 	
Materialen	1) Duikplank
R egels	1) geen sprongen proberen die je niet kan
	2) alleen bommetjes
	3) wachten tot de ander weg is
	4) de badmeester bepaald wie er wint
D oel van de activiteit	Een zo'n groot mogelijk bommetje maken
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Zowel makkelijker als moeilijker: Veranderen van de spring hoogte (kant,hoge kant, duikplank)

Woensdag 6 maart

Aangezien deze activiteit al een keer heeft plaatsgevonden, wordt springstrijd alleen nog een keer georganiseerd wanneer de synchroon zwemvereniging hier belang voor heeft. De desbetreffende vereniging kan dan vooral zelf invulling geven aan deze middag. Zo kunnen ze bijvoorbeeld gebruik maken van de duikplank of van de startblokken. Het initiatief van deze activiteit moet vanuit de vereniging komen. Wanneer er geen interesse is vanuit de vereniging, is het verstandiger om deze activiteit niet nogmaals te organiseren wanneer deze niet goed genoeg aan sloeg op de kinderen.

A ctiviteit: (Naam)	Springstrijd!
(Typering/'subtitel')	Maak de mooiste sprong
A rrangement:	
Doelgroep	Basisschoolkinderen van ongeveer 8 tot en met 12 jaar.
Aantal deelnemers (Min./Max.)	Minimaal 2 kinderen, geen maximaal aantal kinderen.
Benodigde ruimte/accommodatie	Het wedstrijdbad.
	
Materialen	1) Duikplank
	2) Bord voor het bijhouden van de score
R egels	1) Geen sprongen maken die je niet kan
	2) Wachten tot de vorige springer veilig aan de kant is.
	3) Alleen de badmeester of badjuf mag de score bepalen.
	4) Het kind met de hoogste score van 1 tot 10 krijgt die wint.
D oel van de activiteit	De mooiste sprong maken!
E xtra's (uitbreidingen/varianten..)	Om het makkelijker te maken: • Van de lagere kant afspringen.