

2021

# Sportdag Groot Scholtenhagen

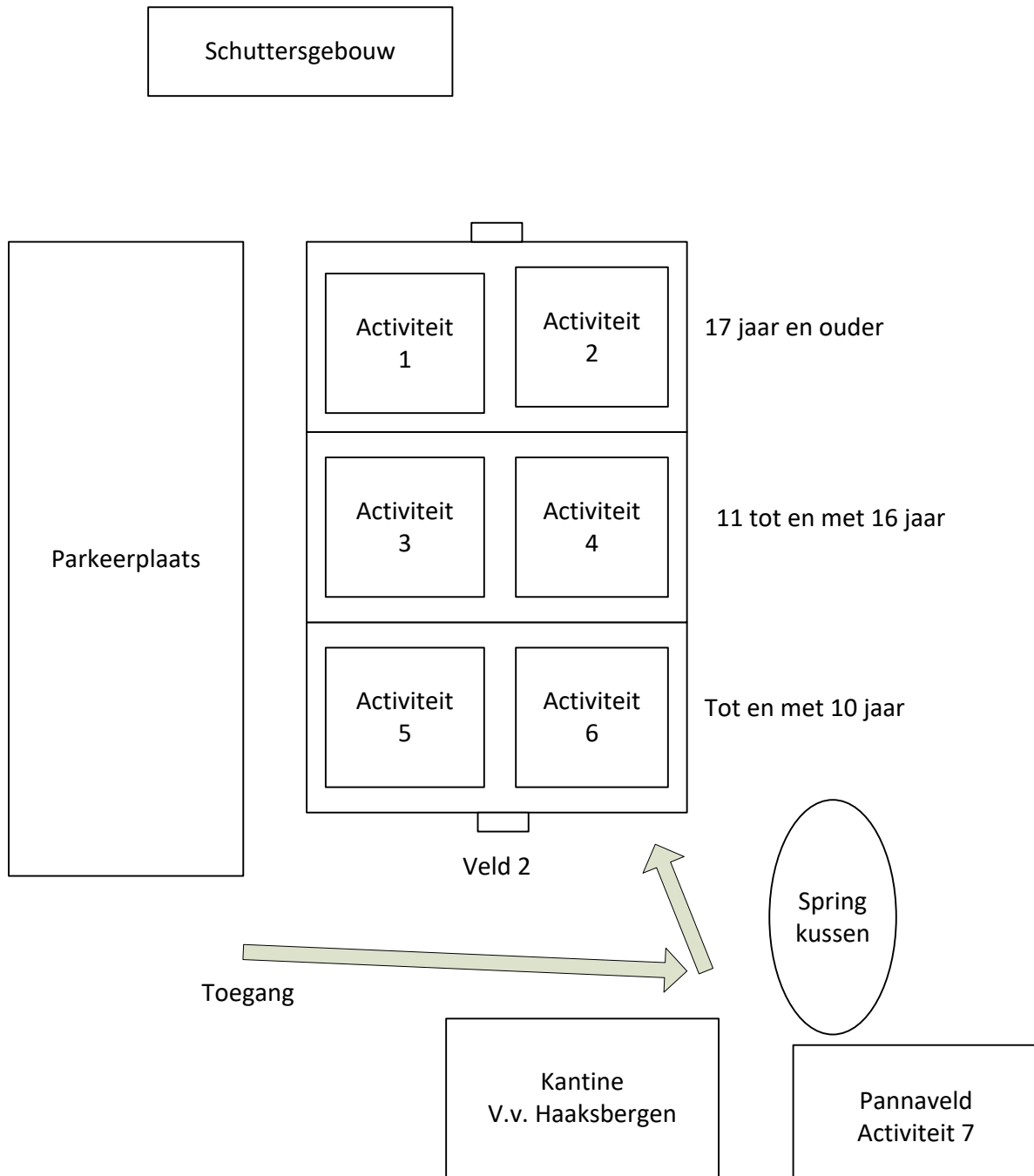


Goos van der Klei  
v.v. Haaksbergen  
8/28/2021

## Inhoudsopgave

|   |    |
|---|----|
| Situatieschets .....                      | 2  |
| Activiteiten .....                        | 3  |
| Activiteit 1 .....                        | 3  |
| Activiteit 2 .....                        | 3  |
| Activiteit 3 .....                        | 4  |
| Activiteit 4 .....                        | 5  |
| Activiteit 5 .....                        | 6  |
| Activiteit 6 .....                        | 7  |
| Activiteit 7 .....                        | 8  |
| Risico-inventarisatie en -evaluatie ..... | 9  |
| Blessures .....                           | 9  |
| Uitglijden .....                          | 10 |
| Hartfalen .....                           | 10 |

Situatieschets



## Activiteiten

### Activiteit 1

Doelgroep: 17 jaar en ouder

#### Een tegen een

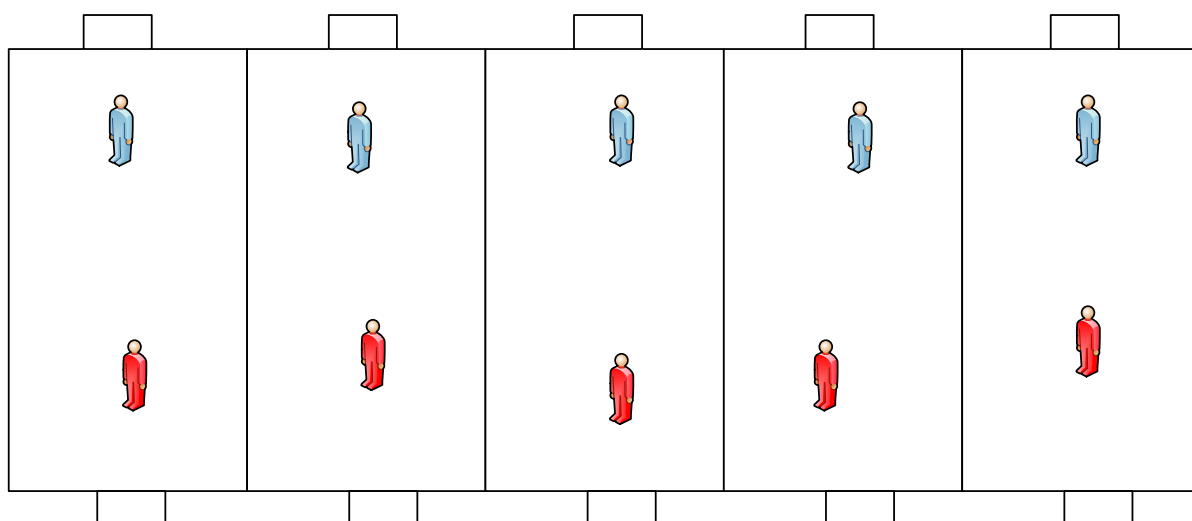
Speelveld: 15 x 7 meter

Benodigdheden:

- 12 afbakenpetjes voor 5 veldjes
- 20 afbakenpetjes voor 10 doeltjes
- 5 ballen

Spel:

De spelers proberen elkaar uit te spelen en te scoren in het doeltje van de tegenstander.



### Activiteit 2

Doelgroep: 17 jaar en ouder

#### Postiespel met scoren

Speelveld 15 x 15 meter

Benodigdheden:

- 4 kleine doeltjes
- 4 afbakenpetjes
- 4 hesjes

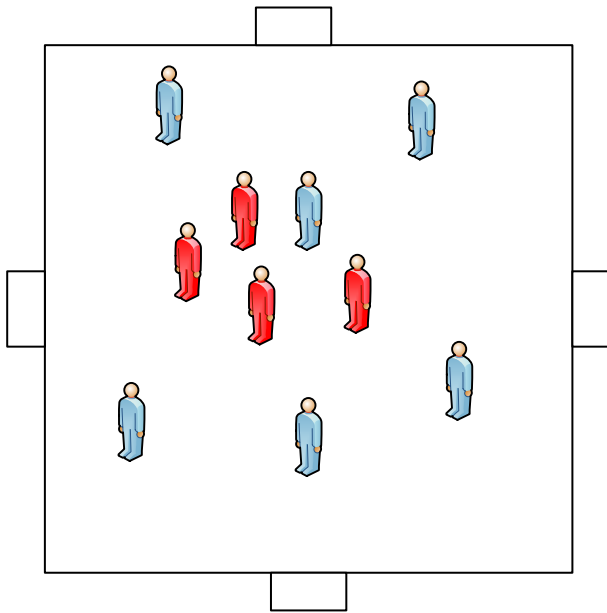
Spel:

Er wordt 6 tegen 4 gespeeld.

De 6 spelen op balbezit.

Als de 4 de bal veroveren, kunnen zij scoren op de 4 kleine doeltjes.

De 6 proberen dat te voorkomen.



### Activiteit 3

Doelgroep: 11 tot en met 16 jaar

#### Penaltyspel

Speelveld: 15 x 5 meter

Benodigdheden:

- 1 pupillendoel (5 meter)
- 10 ballen

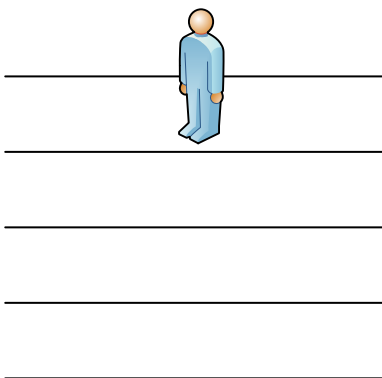
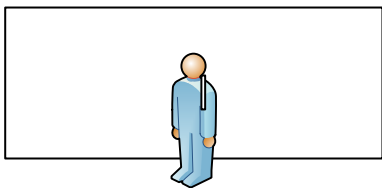
Spel:

Beginnen met penaltyschieten op 8 meter.

Raak = 1 meter achteruit.

Mis = 1 meter vooruit (maximaal beginafstand).

Wie komt het verst achteruit?



8 meter

9 meter

10 meter

11 meter

12 meter

#### Activiteit 4

Doelgroep: 11 tot en met 16 jaar

#### Douanespel

Speelveld: 15 x 15 mter

Benodigdheden:

- 4 pionnen
- 8 afbakenpetjes petjes
- 10 ballen

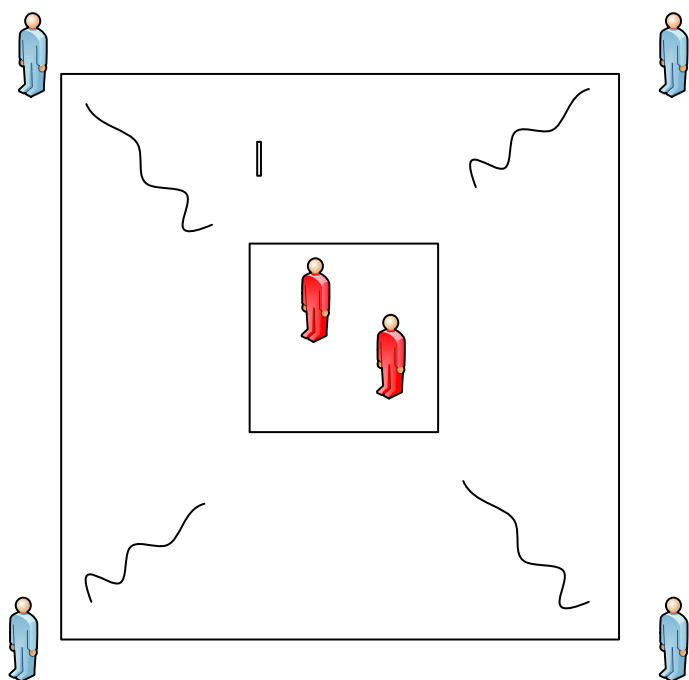
Spel:

De smokkelaars staan in de hoek van het vierkant van 15 x 15 meter.

In het midden is een vierkant van 5 x 5 meter met pionnen uitgezet. Hierin staan 2 douaniers.

De smokkelaars dribbelen naar de dichtstbijzijnde pion en proberen daaromheen te komen.

De douaniers proberen dat te verhinderen door het afpakken van de bal of het wegtikken van de bal.



### Activiteit 5

Doelgroep: tot en met 10 jaar

#### Boze buurmanspel

Speelveld: 15 x 15 meter

Benodigdheden:

- 2 kleine doelen
- Lijnen trekken of met petjes markeren.
- 6 Ballen

Spel:

1 speler is keeper (de boze buurman).

1 speler komt met een bal aan de voet dribbelen en probeert in 1 van de doelen te schieten, of te wel 1 van de ramen van de buurman in te schieten.

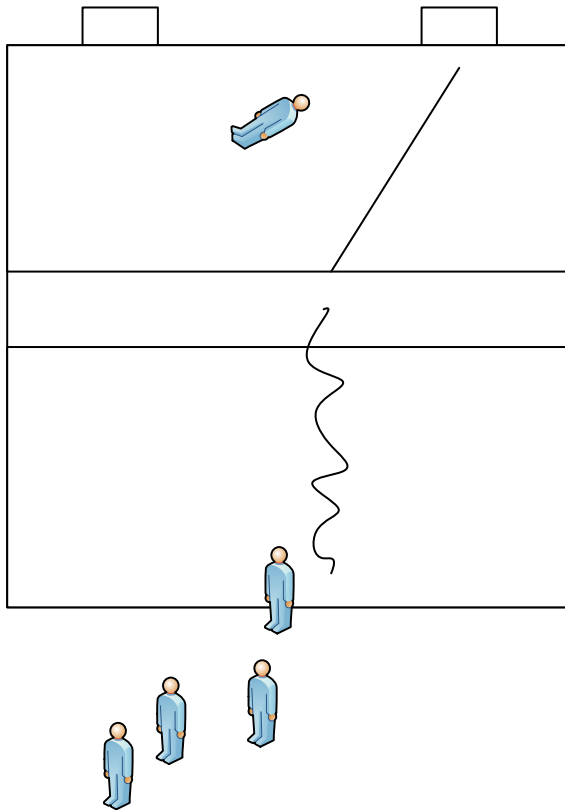
De buurman probeert dat te voorkomen. Hij mag de bal met de handen tegenhouden.

3 pogingen.

Nadat de schutter 3 pogingen heeft gedaan, wordt hij de buurman.

De buurman sluit bij de schutters aan.

Punten bijhouden.



### Activiteit 6

Doelgroep: tot en met 10 jaar

#### Piraatje

Speelveld: 10 x 10 meter

Benodigheden:

- Lijnen trekken of veld met petjes markeren
- Zoveel ballen als er spelers zijn

#### Spel:

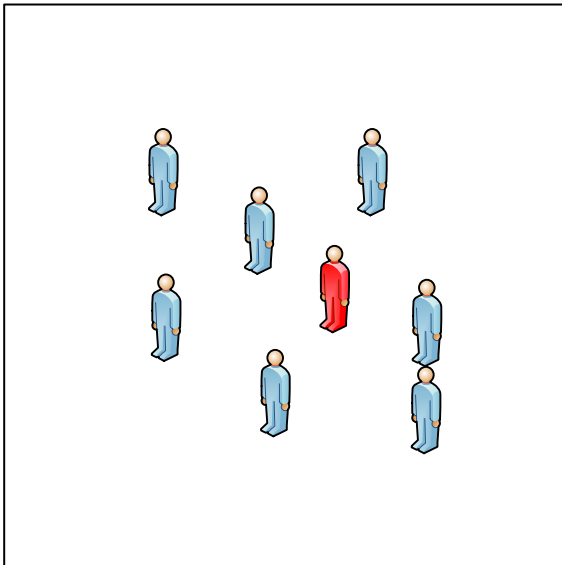
In het vierkant (de zee) lopen spelers met een bal (boot met een schat).

Er is 1 speler (de piraat) die de schat probeert te veroveren.

Als de piraat de bal buiten het vierkant schiet, is de speler af. De boot is gezonken.

Wie kan het snelst alle schatten veroveren?





### Activiteit 7

Doelgroep: 50+

Op het Pannaveld wordt zogenaamd “Walking football” gespeeld. Deze vorm van voetbal is speciaal ontwikkeld voor ouderen.

Regels:

- Niet rennen; alleen (snel)wandelen
- Geen lichamenlijk contact
- Geen slidings

## Risico-inventarisatie en -evaluatie

### Blessures

Het is – gezien de aard van de voetbalsport (lichamelijk contact) – onvermijdelijk dat er ongelukjes kunnen gebeuren, met blessures tot gevolg.

De activiteiten zijn zodanig gekozen dat de kans op blessures klein is, maar niet uitgesloten.

Bij iedere activiteit is minimaal 1 begeleider aanwezig die er op toeziet dat er geen onnodige risico's worden genomen om de kans op blessures te minimaliseren.

In het onverhoopte geval dat er een blessure ontstaat, is er een EHBO-er aanwezig die eerste hulp kan verlenen.

In onderstaande tabel is het risico op blessures per activiteit aangegeven:

| Activiteit    | Risicoschaal | Risico's  |
|---------------|--------------|---|
| 1             | Hoog         | Duels, waarbij men elkaar kan raken. Ook kans op verzwikking of verdraaiing van gewrichten.<br>Uitglijden.  |
| 2             | Hoog         | Duels, waarbij men elkaar kan raken. Ook kans op verzwikking of verdraaiing van gewrichten.<br>Uitglijden   |
| 3             | Laag         | Geen fysiek contact   |
| 4             | Midden       | Kans op contact bij het om de pion draaien. Ook kans op verzwikking of verdraaiing van gewrichten.<br>Uitglijden.   |
| 5             | Laag         | Geen fysiek contact   |
| 6             | Midden       | Kans op contact bij het wegtikken van de bal.<br>Uitglijden.  |
| 7             | Laag         | Geen fysiek contact en er wordt niet gerend.  |
| Alternatieven | Laag         | Geen fysiek contact bij de alternatieve activiteiten  |
| Springkussen  | Afhankelijk  | Bij een "gewoon" springkussen bestaat de kans van botsen tegen elkaar + verzwikking en verdraaiing van gewrichten.<br>Bij een "springkussen" in de vorm van voetbaldarts of iets dergelijks is het risico laag.<br><i>Zie onder</i> |

Gewoon springkussen voorbeeld



Voetbal darts voorbeeld



### Uitglijden

Er is een aantal activiteiten waarbij de deelnemers zullen rennen (1, 2, 4 en 6). Als niet het juiste schoeisel (voetbalschoenen met noppen of sportschoenen met dik profiel) wordt gedragen, bestaat de kans dat men uitglijdt. Hierdoor kunnen blessures ontstaan zoals verzwikking, spierverrekking of verdraaiing van gewrichten.

Bij iedere activiteit is een begeleider aanwezig die erop let dat het schoeisel geschikt is voor de veld- en weersomstandigheden. De begeleider is bevoegd mensen deelname te ontfzeggen indien het risico op blessures te groot is.

### Hartfalen

Naast de blessures die kunnen ontstaan door het sporten, bestaat er altijd de kans op een hartstilstand van een van de deelnemers c.q. bezoekers.

Om het slachtoffer te kunnen reanimeren is een AED aanwezig bij de v.v. Haaksbergen. Deze hangt aan de buitenkant bij de hoofdingang van de kantine.