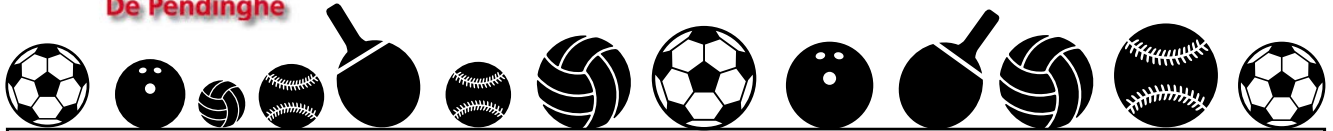




Sportjournaal



Oktober 2021

Sportjournaal De Pendinghe

Belangrijke data...

11-10-21 Eind datum inschrijven Sporthopper
www.sportcultuurhopper.nl

18-10-21 Bslim sportdag - opgeven:
d.boekee@hvdsg.nl

25-10-21 Start Bswim groep 7b

06-11-21 Plantsoenloop

Wist je dat...

... de Bslim activiteiten in de eerste schoolweek zijn gestart.

... juf Floor en meester Bart bij de Bslim activiteiten aanwezig zijn.

... dit jaar de groepen 6 en de groepen 7 meedoen aan Bswim.

... er iedere dinsdag wordt gestart met ochtendgym om 8:20 uur.

Even voorstellen...

Hoi ik ben meester Bart. Ik ben gymleraar van de groepen 3,4,5 en NT2. Ik werk op de maandag en de woensdag op de Pendinghe. Ook ben ik na schooltijd te vinden in de gymzaal want dan organiseren we met Bslim allemaal leuke sport en spel activiteiten. Zelf voetbal ik bij VV Annen en vind ik het leuk om te klimmen en zwemmen.

Hoi ik ben juf Floor. Ik ben gymjuf van de kleuters en de groepen 6 tot en met 8. Ook ik ben net als meester Bart bij de Bslim activiteiten aanwezig na schooltijd. Ik vind het zelf erg leuk om te dansen ik doe graag een les zumba maar ook bootcamp en boksen vind ik erg leuk om te doen.



In de gymles

In unit 1 zijn we bezig geweest met...

Zwaaien in de ringen en aan de trapeze. Tijdens "de vloer is lava" leren we klimmen en klauteren over banken, kasten en in de touwen zonder de grond te raken. Soms best spannend zo hoog. Ook zijn we veel aan het dansen ook de dans van de Kinderboekenweek hebben we geleerd.



In unit 2 zijn we bezig geweest met...



We hebben spellen gedaan zoals; het dobbelstenenspel, slagbal, steenpapierschaarspel en het doelenspel. Ook hebben we de wendsprong geleerd op de trampoline kast en hebben we veel gezwaaid in de ringen en aan de trapeze.

In unit 3 zijn we bezig geweest met...

Het favoriete spel van de unit is het doelenspel. Dit is een spel waarbij matjes tegen de muur staan en ieder zijn eigen matje probeert te verdedigen en de andere matjes probeert te raken. Tot aan de herfstvakantie hebben we veel trampoline gesprongen met de wendsprong en gezwaaid in de ringen.



Sportieve activiteiten

Van 17 september tot en met 24 september was het de nationale sportweek. In deze week is er extra aandacht voor sporten en een gezonde leefstijl. Tijdens deze week zijn verschillende sportieve, leuke activiteiten en clinics georganiseerd op de Pendinghe.

Freerunning

In unit 1 en 2 is een echte freerunning trainer langs geweest om te vertellen wat freerunning precies is en om een aantal super vette tricks te leren.



Boksen

Met de groepen 7 zijn we een les gaan boksen met een bokstrainer, erg stoer!



Regels en afspraken in de gymles

Gymkleding

Tijdens de lessen moeten de kinderen gymkleding dragen, dit zodat ze daarna weer met schone frisse kleding in de klas zitten. Gymschoenen zijn niet verplicht maar wel erg handig vooral bij de sporten zoals; voetbal, hockey, basketbal etc. Wanneer ze geen gymschoenen hebben gymmen ze op blote voeten.



Douchen/wassen na de gymles

Tijdens gym zijn we lekker in beweging en gaan we natuurlijk ook zweten daarom is het goed dat de kinderen na de gymles douchen of zichzelf wassen met een washandje. Dit wordt gedaan vanaf groep 5, dus neem een handdoek mee en soppen maar.

Het stop of beweeg licht

Bij binnenkomst hangt er een kleur in de zaal en kunnen de kinderen zien wat ze wel of niet mogen.

Het stop of beweeg licht

Vrij spelen!

Je mag ook op de toestellen

Spelen, niet op de toestellen

Stop!
Direct gaan zitten op de bank



Sportdag met de kinderburgemeester
Kinderburgemeester Floor wilde graag voor de Pendinghe een sportieve middag organiseren als afsluiting voor haar tijd als burgermeester van de gemeenste Groningen en dat is gebeurd. Er is een sportmiddag geweest tijdens de nationale sportweek voor de groepen 4, 5 en NT2. Er is gesprongen op trampolines, er is aan bubbelvoetbal gedaan, er waren freerunning clinics en ook is er weerbaarheidstraining gegeven. Het was een zeer geslaagde dag! Bedankt Floor!

Survival

Door Bslim is er 23 september een survival georganiseerd voor unit 3. Het was een groot succes. Veel klimmen, springen en voor al baggeren er zijn een aantal met een erg nat pak thuis gekomen...



Bslim

Wat is Bslim

Bslim organiseert allerlei sportieve, leuke, gratis activiteiten in de wijk. Iedere schoolweek worden de volgende activiteiten georganiseerd (dit geldt niet voor in de vakantie):

Maandag

14:30 uur - 15:15 uur - de leukste gymles (groepen 3 t/m 8)

Dinsdag

14:30 uur - 15:30 uur - sportinstuif (groepen 3 t/m 8)

Woensdag

14:30 uur - 15:15 uur - freesports zoals; freerunnen, skaten, longboarden (groepen 3 t/m 8)



KOM MEEDOEN ! Je hoeft je niet op te geven en je kunt **gratis** deelnemen aan de activiteiten. Bovenstaande activiteiten worden georganiseerd in de gymzaal in de Vensterschool. Juf Floor en meester Bart zijn mij de activiteiten aanwezig.

Herfstvakantie

Sportdag op maandag 18 oktober ! Van 13:00 uur - 16:00 uur in de sporthal in Selwerd. Van 8 tot 15 jaar. Lijkt het je leuk!?! Je kunt je opgeven via: d.boekee@hvdsg.nl
Je kunt **gratis** meedoen. Jullie gaan onder andere basketballen en freerunnen.



Groetjes, juf Floor en meester Bart

