



nationale
sportweek

Spelregels bij de enige echte Nationale Sportweek-beweeg-quiz

een quiz voor basisschoolleerlingen in de midden- en bovenbouw

In de Nationale Sportweek van 20 tot en met 29 september wil NOC*NSF zoveel mogelijk mensen inspireren om te genieten van sport. Want 'sport doet iets met je'. Dat is dan ook het thema van deze week. En dat gaan jouw leerlingen ervaren met de NOC*NSF Nationale Sportweek-beweeg-quiz. Al springend, draaiend en hinkelend ontdekken ze in 15 minuten de leukste feitjes en weetjes over de Olympische Spelen. En ze maken kans op coole sportieve prijzen. Het filmpje met shorttrackster en 'quizmaster' Yara van Kerkhof spreekt voor zich. In deze spelregels lees je extra informatie, antwoorden op de vragen en suggesties.



Vorbereiding

- Bekijk van tevoren het filmpje en lees deze spelregels door, zodat je een goed beeld hebt van de quiz.
- Maak drie vakken A, B en C. Zorg dat er tussen de vakken enige (loop)afstand is.
- Zet het filmpje klaar op het digibord.
- Start op nationalesportweek.nl, zodra de leerlingen er klaar voor zijn, het filmpje met de enige echte Nationale Sportweek-beweeg-quiz.

De quiz

In het filmpje legt Yara uit dat de leerlingen onder haar begeleiding een soort Ren-Je-Rot gaan spelen, een spel waarbij leerlingen uit drie antwoordopties hun keuze maken door naar het juiste vak in de klas te gaan. Yara stelt vijf vragen met elk drie mogelijke antwoorden, A, B en C. Eén antwoord per vraag is juist. Elke leerling bedenkt zelf welk antwoord volgens hem of haar juist is en gaat naar het bijbehorende vak in de klas. Niet gewoon rennend, want Yara geeft steeds aan op welke manier de leerlingen zich naar het vak bewegen. Zorg dat de afstand die de leerlingen moeten rennen, hinkelen of springen, zo groot mogelijk is. Ook tussendoor, als de vragen gesteld worden, zijn de leerlingen in beweging. Zo krijgen ze een goede warming-up en een extra energizer in de klas!

Na elke vraag tel jij in welk vak de meeste leerlingen staan. Noteer bij de vijf vragen of dat A, B of C is - die antwoorden heb je aan het eind van de quiz nodig. Hebben de leerlingen niet genoeg tijd of hebben ze nog discussie over het juiste antwoord? Zet het filmpje dan op pauze. Tel opnieuw het aantal stemmen als er nog leerlingen van antwoord zijn gewisseld.

De vragen van Yara met de antwoordopties

1 Het symbool van de Olympische Spelen wordt gevormd door vijf gekleurde ringen die aan elkaar vastzitten. Waarvoor staan die vijf ringen symbool?

- A. De ringen staan symbool voor de vijf continenten die bij de Olympische Spelen met elkaar verbonden zijn: Australië, Afrika, Amerika, Antarctica en Eurazië.
- B. Elke ring staat voor een olympische god: Ajax, Apollo, Hera, Zeus en Aphrodite.
- C. Die vijf ringen staan symbool voor vijf thema's: vriendschap, sportiviteit, glorie, eer en vrede.

2 De oorspronkelijke Olympische Spelen werden al rond de 8e eeuw vóór Christus gehouden, in de oude Griekse stad Olympia. Worden er sindsdien altijd dezelfde sporten beoefend bij de Spelen?

- A. Nee, er is één wissel geweest, bij de overgang naar de moderne Olympische Spelen. Sporten zoals touwtrekken, ballonvaart en hinderniszwemmen vielen toen af.
- B. Nee, de Spelen gaan steeds met hun tijd mee. Er gaan sporten af en er komen sporten bij. Voorbeelden van nieuwkomers zijn skateboarden, surfen en klimmen.
- C. Ja, er staan altijd dezelfde sporten op het programma als bij de allereerste Olympische Spelen, zoals hardlopen, speerwerpen en discuswerpen.

3 Wat geldt als allerbelangrijkste uitgangspunt bij de Olympische Spelen?

- A. Het allerbelangrijkst is hoeveel gouden, zilveren en bronzen medailles je als land wint!
- B. Het gaat bij de Olympische Spelen erom dat je als land aan andere landen kunt laten zien hoe sterk je bent!
- C. Voor de Olympische Spelen geldt: meedoen is belangrijker dan winnen!

4 Welke stelling over deelname aan de Olympische Spelen is juist?

- A. Om mee te doen aan de Olympische Spelen moet je minstens 18 jaar oud zijn. Als je jonger bent, doe je mee aan de Olympische Jeugd Spelen.
- B. In het begin mochten alleen mannen meedoen aan de Olympische Spelen. Nu doen alle deelnemende landen mee met mannen én vrouwen.
- C. De Paralympische Spelen vinden alleen in de zomer plaats en niet in de winter, want er zijn geen geschikte wintersporten voor de paralympische deelnemers.

Deze vraag gaat over inclusiviteit bij de Spelen. Eeuwen lang stond deelname aan de Spelen alleen open voor mannen. Pas sinds 1900 doen er ook vrouwen mee (tennis en golf) en vanaf 2012 doen alle landen met zowel mannen als vrouwen mee. Sinds 1960 zijn er ook Paralympische Spelen. Deelname aan de Paralympische Spelen staat tegenwoordig open voor onder meer mensen met een lichamelijke beperking, een visuele beperking en/of een hersenverlamming.

De waarden van de Paralympische Spelen

Tijdens de Paralympische Spelen staan vier 'waarden' centraal:

1. Moed: hiermee bedoelen we het onverwacht presteren en prestaties uit het verleden overtreffen. Met lef de strijd durven aangaan!
2. Vastberadenheid: door blijven gaan en de grens opzoeken van wat jouw lichaam kan. Niet opgeven!
3. Inspiratie: je kunt iemand anders inspireren, iemand anders kan jou inspireren. Paralympische atleten schrijven geschiedenis en zijn een voorbeeld voor veel anderen.
4. Gelijkheid: door sport mensen bij elkaar brengen en met elkaar verbonden raken. Verbreederen!



Wat doet sport met jou?

"Sport maakt mij gelukkig omdat ik dagelijks het beste uit mezelf kan halen en omdat ik mooie vriendschappen opbouw."

Yara van Kerkhof



5 Er zijn een paar dingen heel belangrijk bij de Olympische Spelen. Dat zijn 'uitblinken', 'respect' en 'vriendschap'. Daar hoort een sportieve gedachte bij, de IK-JIJ-WIJ-gedachte. Dat is een mooie gedachte bij het sporten, maar eigenlijk altijd en overal: in de klas, op het schoolplein, thuis of bij vriendjes en vriendinnetjes. Welke zin past het best bij de IK-JIJ-Wij-gedachte?

- A. IK doe mijn best, ik respecteer JOU, WIJ sporten samen.
- B. Als IK win en JIJ verliest, dan drinken WIJ een glas limonade.
- C. IK help jou, als JIJ mij helpt, zo helpen WIJ elkaar.

Het olympische motto is: citius, altius, fortius, dat is Latijn voor: sneller, hoger, sterker. Als je iets graag wilt, moet je het beste uit jezelf naar boven halen. Probeer steeds sneller te zijn, of hoger te springen, of sterker te worden. We noemen dat ook wel excelleren, in vraag 5 vertaald als 'uitblinken'. Dat is niet alleen het motto voor de atleten. Ook in de klas, op het schoolplein, thuis of bij vriendjes kunnen kinderen dit in hun achterhoofd houden. De andere twee belangrijke waarden van de Olympische Spelen zijn respect, dat wil zeggen eerlijk, vriendelijk en netjes blijven, voor jezelf, je tegenstander en de scheidsrechter; en vriendschap, contact met anderen hebben en verbinding vinden.

Antwoorden

De correcte antwoorden, A, B, of C, leveren vijf woorden op die bij elkaar de juiste zin vormen. Die zin is de oplossing van de prijsvraag.

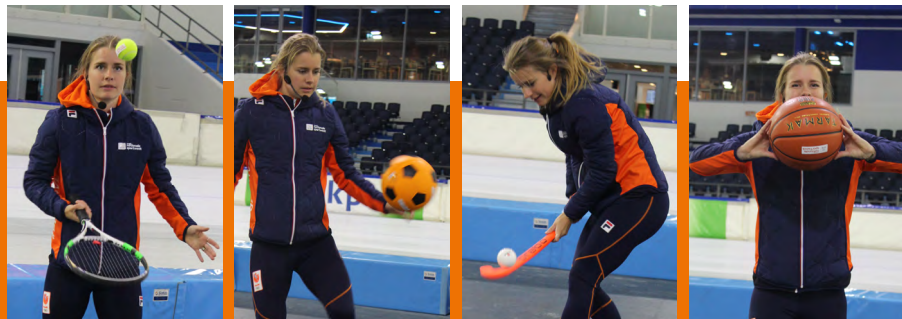
De woorden die bij de antwoorden horen, krijgen de leerlingen aan het eind van het filmpje te zien in een schema. In het schema hieronder zijn de woorden bij de juiste antwoorden in kleur aangegeven.

	vraag 1	vraag 2	vraag 3	vraag 4	vraag 5
A	sport	geeft	veel	van	je
B	schaatsen	doet	plezier	met	de klas
C	sporten	maakt	iets	over	het team

De prijsvraag

Noteer de gevonden zin in het wedstrijdformulier. Het formulier vind je op nationalesportweek.nl/beweegquiz/antwoordformulier. Formuleer samen met de leerlingen een antwoord op de vraag: Wat doet sport met jou? Vul ook het antwoord in op de vraag die Yara aan de leerlingen stelt: wat voor dier is Waldi, de eerste olympische mascotte? Vul tot slot de gevraagde gegevens over jouw school en klas in en verzend het formulier vóór 30 september. Dan maakt jouw klas kans op sportieve prijzen.

De wedstrijdvoorwaarden vind je op nationalesportweek.nl.



De NOC*NSF Nationale Sportweek

Al 16 jaar organiseert NOC*NSF de Nationale Sportweek. Het doel is zoveel mogelijk mensen te inspireren om een leven lang plezier te hebben in sport. Ook dit jaar, van 20 tot en met 29 september 2019, zetten honderden clubs, bonden, gemeenten en andere organisaties hun deuren weer open. Door het hele land kan iedereen, van jong tot oud, kennismaken met alle mogelijke sporten. Ook zijn er allerlei activiteiten georganiseerd; deze beweegquiz voor de basisschool - dit jaar de eerste editie - maakt daarvan deel uit.

De NOC*NSF Nationale Sportweek is een onderdeel van de Europese week van de Sport (ec.europa.eu/sport/week). Samen kunnen we Europa inspireren om meer te bewegen. Let's #BeActive!

Sport doet iets met je! En dat geldt voor iedereen!

Sporten en bewegen is niet alleen gezond, maar ook erg leuk om te doen! Het is goed voor je conditie, je wordt er vrolijk van én tijdens het sporten kun je sociale contacten opdoen. Kortom: Sport doet iets met je!

Jeugdfonds Sport & Cultuur

Voor kinderen van wie de ouders geen geld hebben om een sportclub te betalen, biedt het Jeugdfonds Sport & Cultuur (jeugdfondssportencultuur.nl) uitkomst. Dat geldt voor zo'n 378.000 kinderen en jongeren in Nederland; zij kunnen niet structureel sporten. Voor die kinderen betaalt het Jeugdfonds Sport & Cultuur de contributie en de benodigde attributen. Jij als leerkracht kunt hierbij een belangrijke rol spelen door problemen te signaleren en een aanvraag te doen voor deze kinderen. Maak het verschil en geef ook al jouw leerlingen de kans om te sporten en te bewegen!



Uniek Sporten

Sporten is voor iedereen belangrijk, een beperking hoeft daarbij geen belemmering te zijn. Op Uniek Sporten (uniek sporten.nl) vind je alles over sporten met een beperking. Waar kun je in de buurt sporten, welke (financiële) ondersteuning krijg je, hoe vind je een sportmaatje? Uniek Sporten geeft je de antwoorden.



Colofon

De Nationale Sportweek-beweeg-quiz is een initiatief van NOC*NSF. De quiz is bedoeld voor leerkrachten en hun leerlingen in de midden- en bovenbouw van het basisonderwijs.

Projectleider: Niki Wijnen (NOC*NSF)
Idee, tekst en vormgeving: Esmée van Doorn en Annet Huyser (Uitgeverij Zwijsen)
Film: 192 producties
Met dank aan: Yara van Kerkhof

Ontwikkeling:
Uitgeverij Zwijsen BV
Postbus 805, 5000 AV Tilburg
Zwijsen.nl

©2019 NOC*NSF



#BEACTIVE

