

spelles

Groep : 3 en 4
Lesopzet : groepjesles (circuit)
Bewegingsactiviteiten : **kaatsenballen (jongleren)**
slagbal tegen dikke mat
kegelen

Lesdoel

-ten aanzien van bewegingsvaardigheden

Kaatsenballen

De leerling kan de bovenhandse strekwerp uitvoeren

De leerling kan de bal vangen op een korte afstand vangen zonder de hoepel te verlaten.

slagbal tegen dikke mat

de leerling kan de bal gericht wegspele

kegelen..

-ten aanzien van kennis, inzicht en regelvaardigheden

Kaatsenballen

De Il kan zelf inschatten of de afstand te moeilijk of te makkelijk is.

De Il weet op welk hoogte de bal moet stuiten om een goede vangbal te maken.

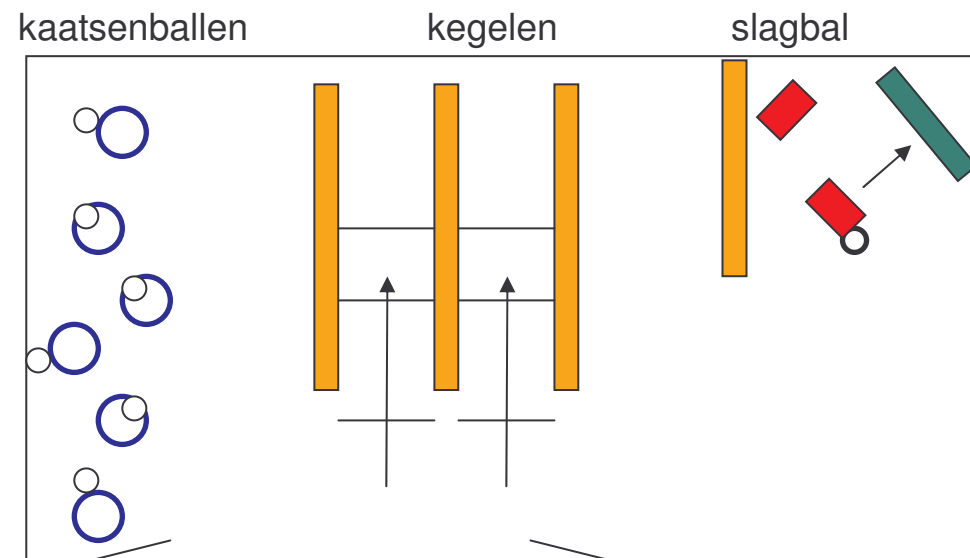
Slagbal tegen dikke mat

De leerling weet hoe het slagplankje gehanteerd moet worden

De leerling kan zelf na drie pogingen de beurt doorgeven.

kegelen

Zaalopstelling:



bewegingsactiviteit en opdracht	bewegingsarrangement	technische-en bewegingsaanwijzingen
<p>kegelen</p> <p>Kies een plek van waaruit je wilt rollen. Vervolgens rol je de bal en probeer je zoveel mogelijk kegels om te gooien.</p> <p>gr 3 elke omgegooide kegel is 1 punt gr 4: puntentelling</p> <ul style="list-style-type: none"> - lijn 1 elke omgegooide kegel is 1 punt - lijn 2 elke omgegooide kegel is 2 punten <p>lijn 3 elk omgegooide kegel is 5 punten</p> <p>Kaatsenballen</p> <p>‘Gooi de bal vanaf een gooiplaats met de bovenhandse strekwerp tegen de muur en probeer direct te vangen.’</p> <p>differentiatie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de hoepel kan verder weg worden gelegd of juist dichterbij. - De bal kan in grootte variëren 	<p>kegelen</p> <ul style="list-style-type: none"> • 10 kegels per kegelbaan • 3 banken • Krijt of tape voor de speellijnen • 2 ballen per kegelbaan <p>Kaatsenballen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Per leerling een bal ▪ Per leerling een hoepel ▪ Een stenen muur <p>Met behulp van een krijtje kan je op de muur aangeven op welke hoogte de bal mag komen.</p>	<p>kegelen</p> <p>Als je twee ballen gerold hebt tel je je punten en zet je de kegels overeind voor de volgende.</p> <p>Wijs naar de kegel die je wil raken</p> <p>1 voet voor en de andere achter. De hand boven de voet die achter staat rolt de bal met 1 hand.</p> <p>Kaatsenballen</p> <p>Bovenhandse strekwerp:</p> <ul style="list-style-type: none"> - De gooihand vormt een kommetje - Het been onder de gooihand staat achter en het andere been voor. - De niet gooihand wijst naar de plek waar de bal heen moet. - Terwijl de bal wordt gegooid stap je mee en wijs je de bal na. - Na het gooien sta je gelijk klaar om de bal te vangen. Dit doe je door met twee voeten iets naast elkaar en gespreid te staan. <p>Zie het hiernaast staande plaatje. ‘ Sla je handen naar buiten en duw de bal</p>

Slagbal tegen dikke mat

'Sla met het plankje onderhands de tennisbal in 1 van de cirkels op de dikke mat en tel je punten bij elkaar op.'

-

Slagbal tegen dikke mat

- Een dikke mat
- Krijtje
- Slagplankje
- Korf
- 3 tennisballen
- Matje om op de zitten

weg.'

Slagbal tegen dikke mat.

'1 voet staat voor en 1 voet achter, daarnaast draai je de schouder aan de niet slagkant iets naar het doel toe.'
'Beweeg het slagplankje eerst 2 keer tegen de bal voor je echt slaat.'

. elke