

toestelles

Groep	: 3 en 4
Lesopzet	: groepjesles (circuit)
Bewegingsactiviteiten	: <ul style="list-style-type: none">- gooi en ren- Kris kras- Balanceren glijden

Lesdoel

-ten aanzien van bewegingsvaardigheden

gooi en ren

De Il is in staat de bal snel door te spelen

De Il is in staat de bal te stuiten en vlot door te spelen

De Il is in staat zoveel mogelijk pittenzakken heen en weer te brengen

Kris kras

De Il weet zijn lichaamshouding aan te passen aan de positie in het wandrek

Balanceren glijden

De leerling kan zonder af te remmen naar beneden glijden

-ten aanzien van kennis, inzicht en regelvaardigheden

gooi en ren

De Il weet dat snelheid geboden is bij het winnen van dit spel.

De Il kan zelf besluiten wanneer het niet veilig meer is om meer pittenzakken te halen. Hierbij moet de Il vooruitkijken en de bal in de gaten houden.

Kris kras

De Il heeft inzicht in de af te leggen route door het wandrek

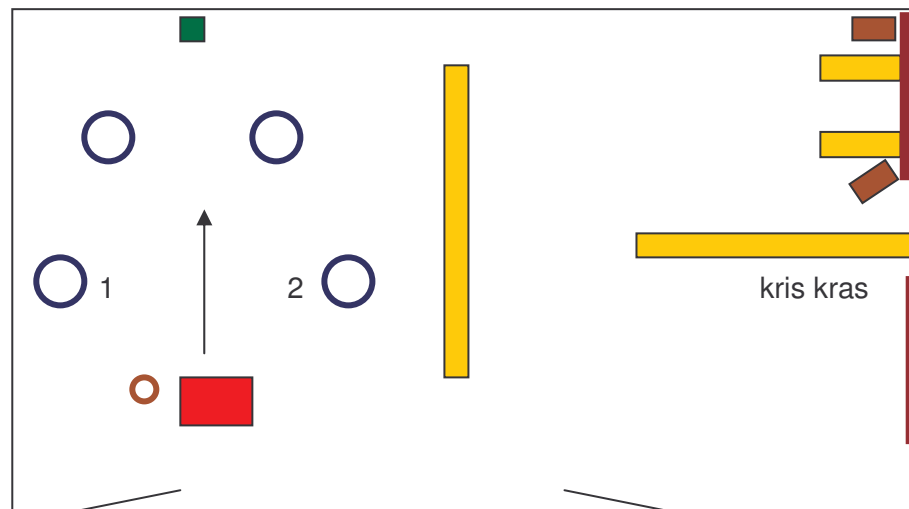
Balanceren glijden

De leerling weet hoe hij vaart moet maken en vaart moet minderen

Zaalopstelling:

Gooi en ren

balanceren



Bewegingsactiviteit en opdracht	Bewegingsarrangement/organisatie	Bewegingsaanwijzingen
<p>Kris kras Volg de weg van het springtouw door het wandrek. Hierbij mag je bagage meenemen</p> <p>Balanceren glijden “Klauter naar boven via de kast. Ga op de bank staan en leg je theedoek onder je billen en glijd naar beneden”.</p> <p>differentiatie: zet de bank hoger op lager in het wandrek</p> <p>gooi en ren ‘Gooi de bal het veld in en breng zoveel mogelijk pittenzakken naar de korf zolang het veldteam de bal brandt in iedere hoepel’.</p> <p>Spelverloop: Iedere speler in het veld staat <u>naast</u> een hoepel. De eerste gooier van het gooiteam</p>	<p>Kris kras</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Een lang springtouw slingerend door het wandrek ▪ Bagage (t.v.a. cadeautjes in sint of kersttijd of andere gymmaterialen zoals ballen ringen etc <p>Balanceren glijden</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 2 banken ▪ Wandrek ▪ 2 theedoeken ▪ 2 matten ▪ 2 kasten ▪ 1 lange mat 1 in 2 delen opgerold of twee kastkoppen In de bovenbouw is de gebruikte kastkop vele malen hoger en komt het afzweven erbij. <p>Op de halve lange mat die opgerold is leunt het uiteinde van de bank zodat het uiteinde van de bank een beetje zweeft boven het matje. Het landen op de voeten wordt hierdoor vergemakkelijkt.</p> <p>gooi en ren</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Een veldteam ▪ Een gooiteam ▪ Korf ▪ Per leerling in het veld een hoepel ▪ Een bak pittenzakken ▪ Een foambal ▪ Partijlinten 	<p>Kris kras De weg die het touw gaat ga jij ook. Als het touw eronderdoor gaat ga jij ook eronderdoor. Als het touw er omheen gaat ga jij ook eromheen.</p> <p>Balanceren glijden</p> <p>“Houd je voeten boven de bank terwijl je glijdt en hang een beetje naar achter.”</p> <p>“ Je mag niet op je billen landen.”</p> <p>“ Je mag niet met je rug op de bank liggen.”</p> <p>“ Land op twee voeten op de mat”</p> <p>gooi en ren ‘ Gooi de bal zo ver mogelijk’.</p> <p>‘Speel de bal zo goed mogelijk naar de ander’.</p> <p>‘Speel zo snel mogelijk zodat de ander zo min mogelijk pittenzakken kan verzamelen</p>

<p>gooit de bal het veld in. Terwijl het veldteam de bal gaat branden brengt de gooier <u>1 voor 1</u> zoveel mogelijk pittenzakken naar de korf toe. Zodra er gebrand is mogen er geen pittenzakken meer in de korf .</p> <p>Als iedere speler van de gooiertijd is geweest worden de zakjes geteld en vervolgens gewisseld van plek</p> <p>De II weet zijn lichaamshouding aan te passen aan de positie in het wandrek ! De weggespeelde bal mag nu alleen nog maar gehaald worden door de persoon bij hoepel 1. Hij/zij is de eerste die de bal zal stuiten.</p> <p>De persoon bij hoepel 2 brandt de bal in de korf.</p> <p>Differentiatie:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ De afstanden tussen de hoepels vergroten of verkleinen▪ De grootte van de bal	<p>de hoeveelheid spelers per team kan aangepast worden naar eigen inzicht.</p>	
--	---	--

