

spelles

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

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

stoepranden

De leerling kan de bal met een mooi boogje wegspele op de hoek van de tegenoverliggende bank..

-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

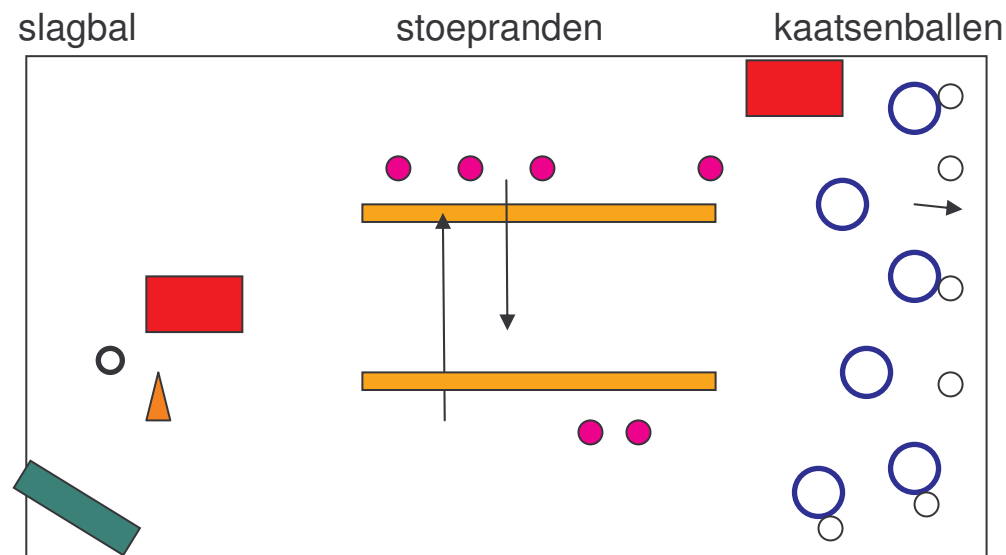
De leerling kan zelf na drie pogingen de beurt doorgeven.

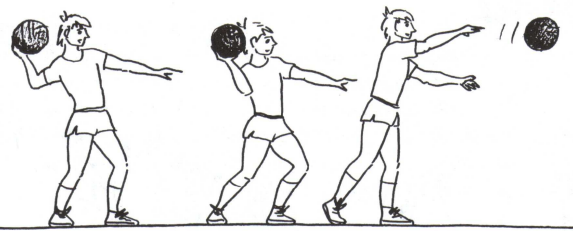
Stoepranden

De leerlingen kunnen samen bepalen wanneer een bal goed of fout was.

De leerling kan zijn worp bijstellen nadat de voorgaande worp mis is gegaan.

Zaalopstelling:



bewegingsactiviteit en opdracht	bewegingsarrangement	technische-en bewegingsaanwijzingen
<p>Kaatsenballen 'Gooi de bal vanaf een gooiplaats met de bovenhandse strekworp 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>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.'</p> <p>Stoepranden 'Gooi de bal zodanig naar de overkant dat hij tegen het hoekje stuit en terugkomt.'</p> <p>spelverloop:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ieder staat achter de bank. - Als je raak gegooid hebt pak je de bal, ga je voor de bank staan met je kuiten tegen de bank en zet je 1 voet vooruit. - Je mag nu een nieuwe poging doen. Zodra de bal niet terugkomt moet je weer achter de bank staan. <p>Differentiatie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de afstand tussen de banken 	<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>Slagbal tegen dikke mat</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Een dikke mat ▪ Krijtje ▪ Slagplankje ▪ Korf ▪ 3 tennisballen ▪ Matje om op de zitten <p>Stoepranden</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 4 banken ▪ Per tweetal een rubber bal 	<p>Kaatsenballen Bovenhandse strekworp:</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 weg.'</p> <p>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.'</p> <p>Stoepranden Met de chestpass (eventueel uitleggen) gooi je de bal met een boogje naar de overkant.</p>

