



Inhoudsopgave

Inleiding	2
Opmerkingen vooraf	3
Kaatsdiploma Kabouters 6 - 7 jaar	4
1. Coördinatie	4
2. Vangen	5
3. Tussenspel	5
4. Uitslag	6
5. Opslag	6
Kaatsdiploma Kabouters 8 - 9 jaar	7
1. Conditie	7
2. Coördinatie	8
3. Tussenspel	8
4. Uitslag plaatsen en afstand	9
5. Opslag techniek en zuiverheid	9
6. Opslag afstand	10
1. 3-minutenloop	11
2. Tussenspel	12
3. Uitslag plaatsen	12
4. Opslag afstand	13
5. Uitslag afstand	13
6. Opslag trefzekerheid	14
Kaatsdiploma Pupillen 12 - 13 jaar	15
1. 3-minutenloop	15
2. Tussenspel vanaf boven	16
3. Uitslag plaatsen	16
4. Uitslag afstand	17
5. Opslag afstand	17
6. Eindnormen 6 - 7 jaar	19
Eindnormen 8 - 13 jaar	20
Draaiboek	21
Materiaallijst diplomakaatsen	23
Scorelijst Kabouters 6 - 7 jaar	24
Scorelijst Kabouters 8 - 9 jaar	25
Scorelijst Welpen 10 - 11 jaar	26
Scorelijst Pupillen 12 - 13 jaar	27

Inleiding

Het kaatsdiploma bestaat al geruime tijd en heeft binnen de meeste verenigingen een vaste plaats verworven. Voor elke 2 jarige categorie t/m 13 jaar een is er een apart diploma.

Beginnende kabouters tot 7 jaar

Gevorderde kabouters 8-9 jaar

Welpen 10-11 jaar

Pupillen 12-13 jaar

Met de aangebrachte verschillen in oefeningen en normering is een opzet ontstaan, die recht doet aan de verschillen in leeftijd en niveau.

Het doel van het kaatsdiploma is en blijft:

- Vergroten van de motivatie t.a.v. het kaatsen.
- Aanleren van belangrijke basisvaardigheden.

Wenst u na het lezen van dit document nog meer informatie of uitleg neem gerust contact met ons op via: 0517- 745 100 of info@knkb.nl

Veel plezier gewenst,

Team Bondsbureau KNKB

Opmerkingen vooraf

Algemeen

- Het is belangrijk, dat de onderdelen tijdens de trainingen worden geoefend.
- De leeftijdsindeling correspondeert met die van de categorie, waarin je speelt.
- Een vereniging mag wel beslissen om een speler uit sportieve of pedagogische redenen in een andere leeftijdsgroep mee te laten doen.
- Het streven van de vereniging moet zijn, dat niemand het laagste diploma krijgt.
- De oefeningen mogen vrij gekopieerd worden.

Balsoort

- 6 - 7 jaar : Gele luchtballen of gekleurde Freeballs
- 8- 9 jaar : Gele luchtballen of gekleurde Freeballs.
- 10- 11 jaar : Gele welpen/ pupillen ballen
- 12 - 13 jaar : Gele welpen/ pupillen ballen

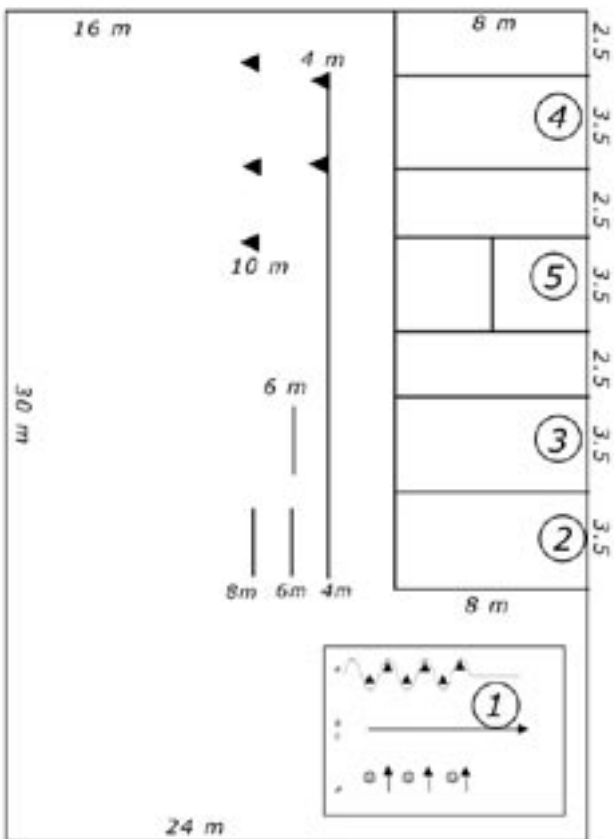
8 - 13 jaar

- Bij de opslag onderdelen niet 1 speler 5 of 10 ballen laten opslaan, maar de spelers in een groepje om de beurt laten opslaan.
- Bij alle onderdelen niet 1 speler 5 of 10 ballen laten opslaan/uitslaan/goeien, maar de spelers in een groepje om de beurt laten opslaan.
- Bij de opslag moet de speler de eigen bal weer ophalen of doorlopen naar een ballenbak
- Bij uitslag/keer oefeningen moet de speler om een pylon weer achter in de rij aansluiten
- Bij de uitslagonderdelen de aangooier de opdracht geven, dat de bal iets te kort moet worden aangegooid i.v.m. het schikken achter de bal.

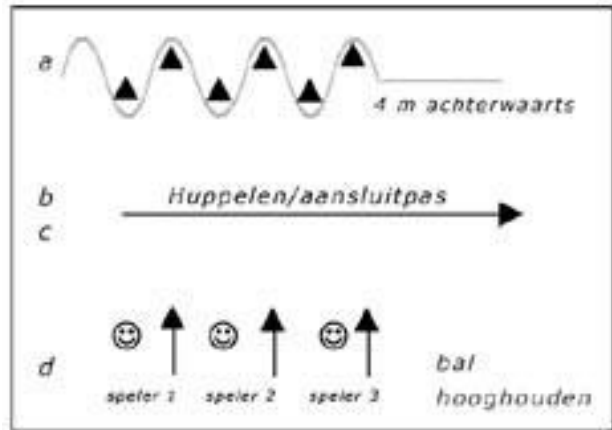
Kaatsdiploma kabouters tot 7 jaar

Organisatietekening

1. Coördinatie
2. Vangen
3. Tussenspel
4. Uitslag
5. Opslag



1. Coördinatie



Opdracht

Probeer de 4 onderdelen zo goed mogelijk uit te voeren.

- a. Slalom rond pylonen - 4m. achterwaarts lopen
- b. Huppelen zonder bal
- c. Aansluitpas (rechtshandige start met linkerbeen)
- d. Bal hooghouden op de plaats

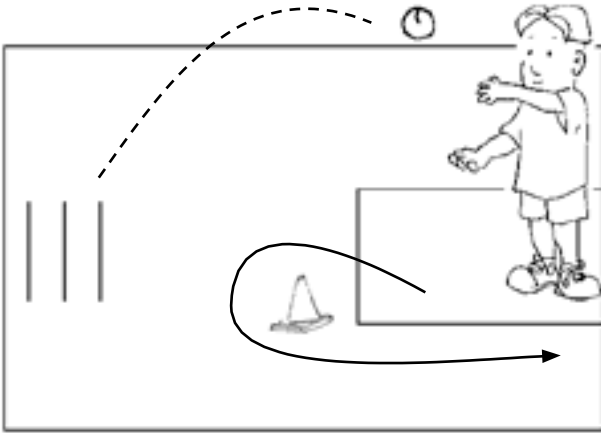
Aandachtspunten

- Lengte van 1 baan is circa 10 M.
- Onderdeel a, b, c, zonder bal
- Gele luchtbal
- Eerst a afwerken met de groep dan b etc.
- 0-5 keer hooghouden 1 punt, 5-10 keer is 2 punten, 10-15 keer is 3 punten

Norm

- Per baan kunnen 3 punten worden verdiend
- 3 punten is helemaal goed, 2 punten is redelijk goed, 1 punt is nog niet goed
- De punten leveren als volgt een 'gezichtje' op

2. Vangen



Opdracht

Uit rustige onderhandse aangooi (hoogbal) de bal vangen.

- Om de beurt vangen
- 4x vangen uit aangooi vanaf 4 m.
- 4x vangen uit aangooi vanaf 6 m.
- 4x vangen uit aangooi vanaf 8 m.
- Doorlopen om pylon en achter in de rij aansluiten

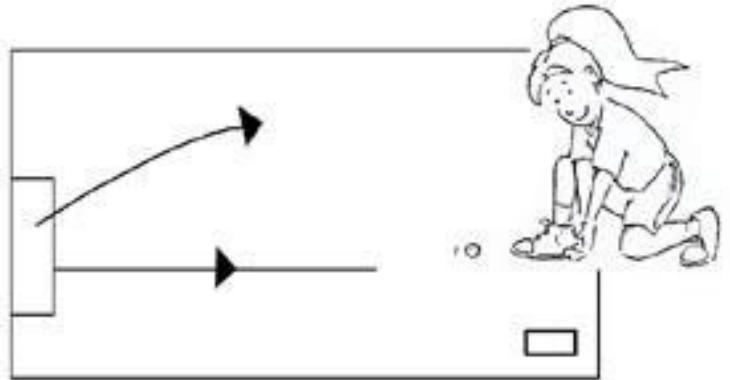
Aandachtspunten

- Vanger staat in het perk
- Materiaal: gele luchtballen

Norm

- Elke vangbal levert 1 punt op
- Totaal score levert een 'gezichtje' op

3. Tussenspel



Opdracht

Keer de aangegooide ballen voor de kaatslijn met twee handen

- Om de beurt keren
- 4x staande voor de kaatslijn een rollende bal keren
- 4x naar voren lopen tot voor de kaatslijn en een rollende bal keren
- 4x naar voren lopen en een hoog aangespeelde bal keren voor de kaatslijn

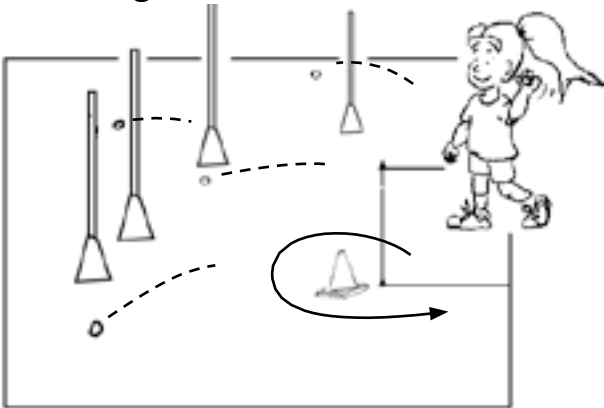
Aandachtspunten

- Bij elk onderdeel wordt 4 keer onderhands aangegooid
- Aangooier staat in het perk
- Kaats ligt op 4 m. voor perk
- Bij b. en c. start deelnemer vanaf 6 m. voor het perk
- Materiaal: gele luchtballen
- Na keren de bal inleveren bij aangooier/ in ballenbakje

Norm

- Elke goed gekeerde bal levert 1 punt op
- De totaalscore levert een 'gezichtje' op

4. Uitslag



Opdracht

Gooi en sla de ballen in de doelen

- Om de beurt gooien/slaan
- 3 keer bovenhands gooien naar links en 3 keer bovenhands gooien naar rechts
- 6 keer bovenhands uitslaan recht door uit onderhandse aangooi
- Na slaan/gooien doorlopen om pylon en achter in de rij aansluiten

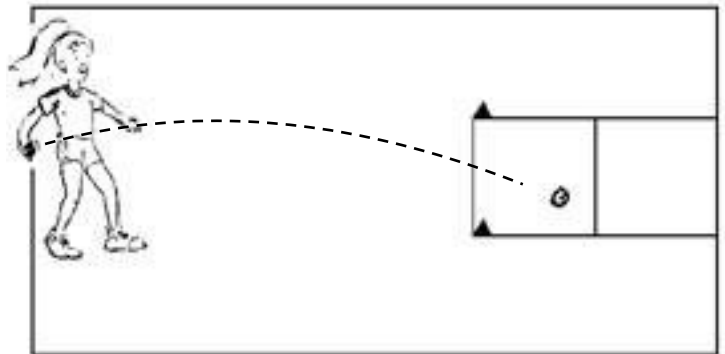
Aandachtspunten

- Gooien en uitslaan vanuit het perk
- Aangooi vanaf 4 m.
- Doelen staan op 8 meter vanaf de voorlijn, (3.5 m. breed)
- Doel recht door staat op 5 meter vanaf de voorlijn, (3.5 m. breed)
- Gooien gele luchtballen
- Slaan gele luchtballen

Norm

- Elke goed geslagen bal levert 1 punt op
- De totaalscore levert een 'gezichtje' op

5. Opslag



Opdracht

Gooi en sla de ballen met een goede techniek in het perk

- Om de beurt gooien/opslaan
- 4 keer onderhands gooien vanuit schredestand in perk vanaf 6 m.
- 4 keer opslaan in perk vanuit schredestand in eerste vak vanaf 4 m.
- 4 keer opslaan in het tweede vak met 1-pas (evt 3-pas) vanaf 4 m.

Aandachtspunten

- Perk van 8 m. lang en 3.5 m. breed met een lijn overdwars op 4 m. vanaf voorlijn
- Gele luchtbal
- Doorlopen naar ballenbak of bal ophalen

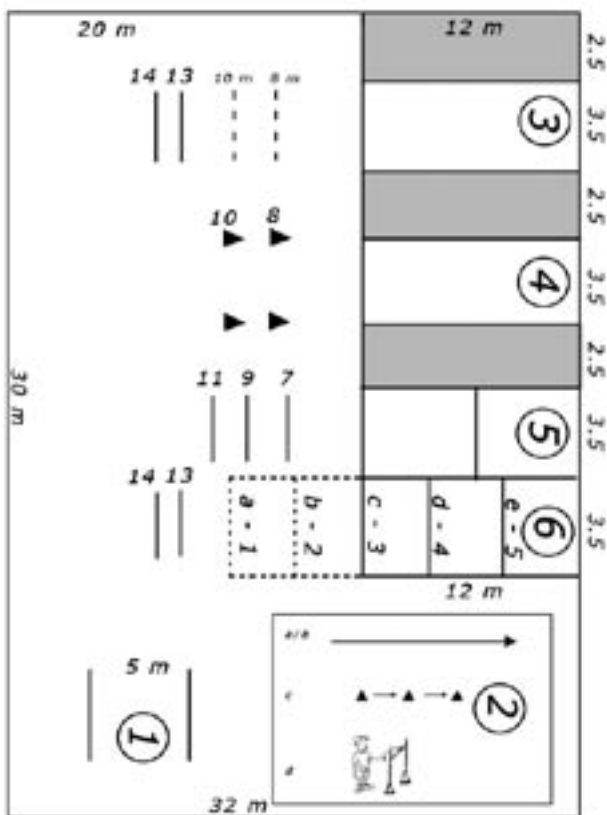
Norm

- Elke bal in het goede vak levert 1 punt op
- De totaalscore levert een 'gezichtje' op

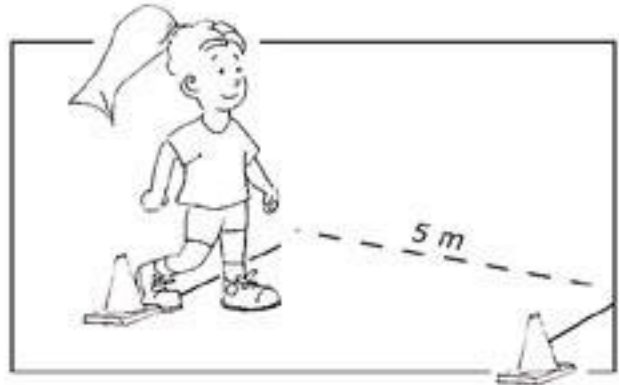
Kaatsdiploma kabouters 8-9 jaar

Organisatietekening

1. Conditie
2. Coördinatie
3. Tussenspel
4. Uitslag
5. Opslag zuiverheid
6. Opslag afstand



1. Conditie



Opdracht

Probeer in een zo snel mogelijke tijd 10 keer 5 meter heen en weer te sprinten.

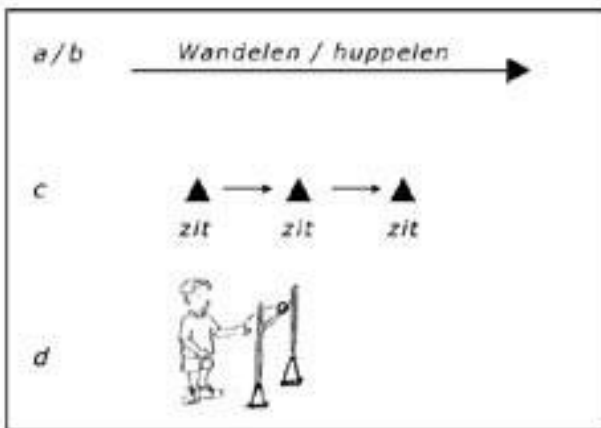
Aandachtspunten

- Voor deze oefening is het absoluut noodzakelijk, dat er een warming-up plaats vindt.
- Je moet de lijn aanraken met je voet
- Je mag 2 pogingen doen en de beste telt

Norm

	Jongens	Meisjes
A	Boven de 22 sec.	Boven de 23 sec.
B	20.50 - 22.00 sec.	21.50 - 23.00 sec.
C	19.00 - 20.50 sec.	20.00 - 21.50 sec.
D	17.50 - 19.00 sec.	18.50 - 20.00 sec.
E	16.00 - 17.50 sec.	17.00 - 18.50 sec.

2. Coördinatie



Opdracht

Probeer de 4 onderdelen in een rustig tempo zo goed mogelijk uit te voeren

- Wandelend rechts en links de bal opspelen
- Huppelen met de bal opspelend met sterkste hand
- 3 maal gaan zitten en de bal opspelen
- Bal over draad opspelen, zelf eronder door, 3 maal

Aandachtspunten

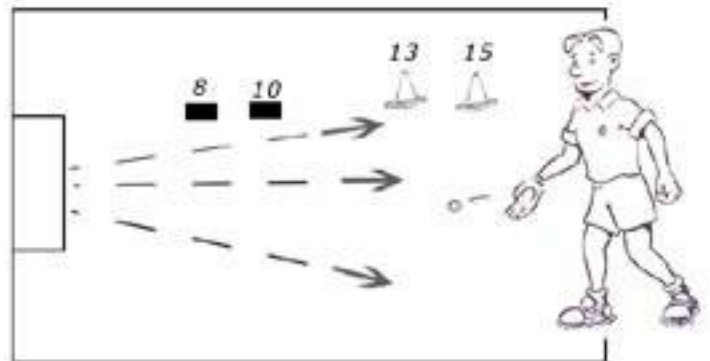
- Draad op borsthoogte bij onderdeel d
- Bij opspelen van de bal 10 cm uit de hand
- Elke baan is 10 meter
- Baan voor baan afwerken met de hele groep
- Freeball of gele luchtbal

Norm

- Voor elke baan kun je maximaal 3 punten krijgen

	Normering
A	0 - 4 punten
B	5 en 6 punten
C	7 en 8 punten
D	9 en 10 punten
E	11 en 12 punten

3. Tussenspel



Opdracht

Retourneer de bal met stuit tot voor de kaats

- Je krijgt om de beurt 10 stuitende ballen aangespeeld uit het perk
- Je krijgt 4 ballen rechtdoor aangespeeld
- Je krijgt 3 ballen links aangespeeld
- Je krijgt 3 ballen rechts aangespeeld
- Je hebt een punt als je de bal tot voor de kaats retourneert

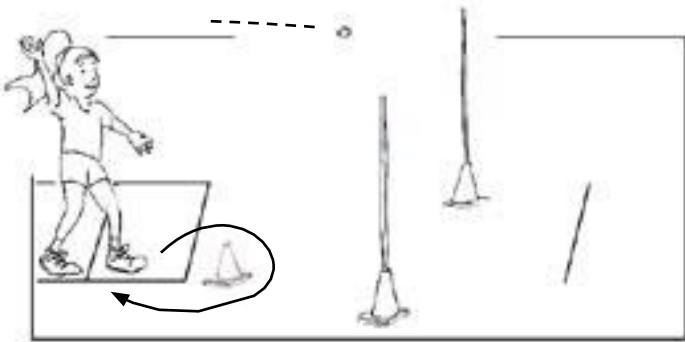
Aandachtspunten

- Ballen worden onderhands aangespeeld
- De ballen moeten achter de keerlijn stuiten
- Ballen links aangespeeld, linkshandig retourneren
- Ballen rechts aangespeeld, rechtshandig retourneren
- Kaats ligt voor meisjes op 4,5
- Startpunt ligt voor meisjes op 10 meter
- Freeball of gele luchtbal
- Bal inleveren bij aangooier/ in ballenbakje

Norm

	Normering
A	0, 1 en 2 ballen goed
B	3 en 4 ballen goed
C	5 en 6 ballen goed
D	7 en 8 ballen goed
E	9 en 10 ballen goed

4. Uitslag plaatsen en afstand



Opdracht

Je moet 5 ballen plaatsen en 5 ballen afstand slaan

- Je krijgt om de beurt in het perk 10 ballen aangespeeld
- Je plaatst 5 ballen rechttuit door het poortje
- Je hebt een punt als de bal door het poortje gaat
- Je slaat 5 ballen over een lijn
- Je hebt een punt als de bal over de lijn is
- De oefening mag zowel met als zonder handschoen
- Na slaan doorlopen om pylon en achter in de rij aansluiten

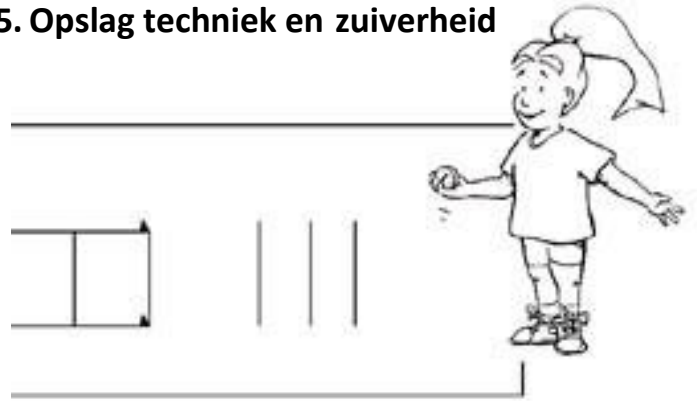
Aandachtspunten

- Aangooien van achter het poortje
- Onderhands aangooien (iets te kort i.v.m. inlopen)
- Poortje is 3.50 m. breed
- Poortje op 5 m.
- Startpunt 3 m. vanaf voorlijn
- Lijn bij afstand ligt op 7 m.
- Freeball of gele luchtbal.

Norm

	Normering	
A	0, 1, 2	ballen goed
B	3 - 4	ballen goed
C	5 - 6	ballen goed
D	7 - 8	ballen goed
E	9 - 10	ballen goed

5. Opslag techniek en zuiverheid



Opdracht

Sla 10 ballen met een goede techniek zuiver in het perk

- Je gaat om de beurt 10 ballen opslaan
- 4 ballen vanaf de 1e lijn met 1-pas opslaan in 1e vak
- 3 ballen vanaf de 2e lijn opslaan met 3-pas in 1e vak
- 3 ballen vanaf de 2e lijn opslaan met aanloop en 3 pas in 2e vak
- Je hebt een punt als je de techniek goed uitvoert (1-pas en 3-pas)
- Je hebt een punt als de bal in het vak stuit (zuiverheid)
- Je kunt dus 2 punten per slag verdienen

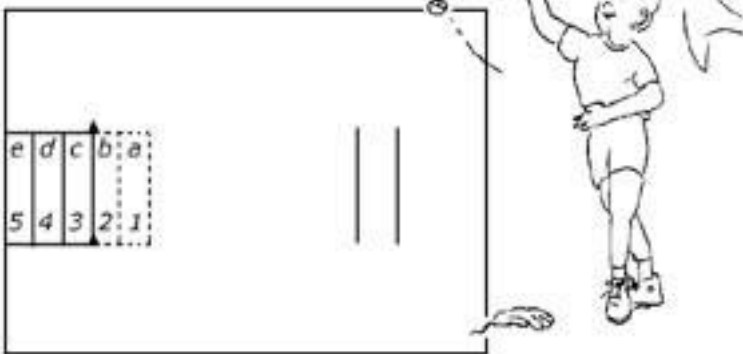
Aandachtspunten

- 1e opslaglijn op 6 m.
- 2e opslaglijn op 8 m. .
- Perk wordt in 2 vakken van 6 m. gedeeld
- Freeball of gele luchtbal.
- Doorlopen naar ballenbak of bal ophalen

Norm

	Normering	
A	0 - 4	ballen goed
B	5 - 8	ballen goed
C	9 - 12	ballen goed
D	13 - 16	ballen goed
E	17 - 20	ballen goed

6. Opslag afstand



Opdracht

Je gaat 5 ballen zo ver mogelijk opslaan.

- Vanaf 6 meter ga je om de beurt 5 ballen opslaan
- Het veld voor de voorlijn en het gehele perk is in vakken verdeeld (geen lijnen)
- Vak A is 1 punt, oplopend naar E is 5 punten
- Sla je buiten krijg je 1 punt in mindering v.b: buitenslag bij vak D is $4-1=3$ punten
- Een kwaadslag geeft geen punt in mindering (wel als er buiten de denkbeeldige doorgetrokken zijperklijn wordt geslagen)
- Je scoort wanneer je in een vak opslaat
- Waar bal stuit is score

Aandachtspunten

- 2 keer doorlopen naar ballenbak of bal ophalen
- Freeball of gele luchtbal.
- Elk vak is 4 m., vak A en B liggen voor de voorlijn
- Opslagafstand is 6 meter.
- Doorlopen naar ballenbak of bal ophalen

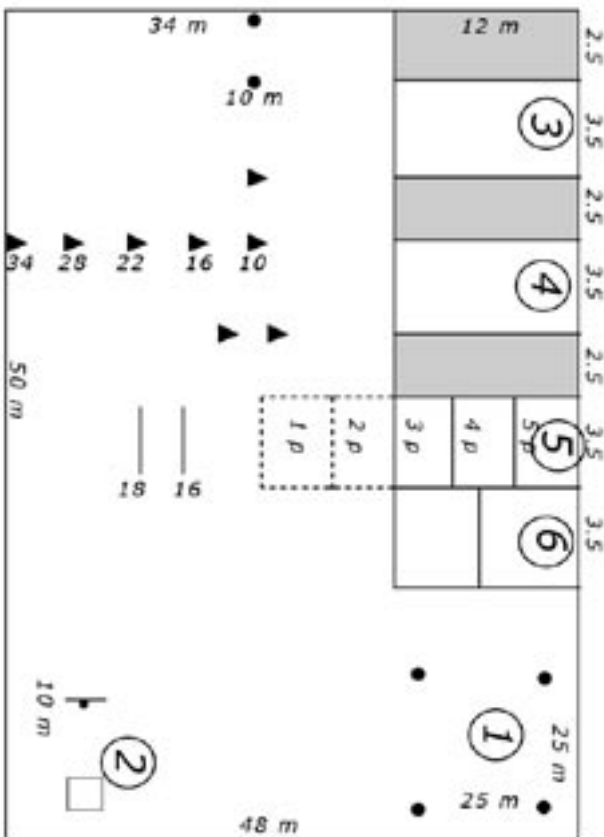
Norm

	Normering	
A	0 - 7	punten
B	8 - 12	punten
C	13 - 17	punten
D	18 - 22	punten
E	23 - 25	punten

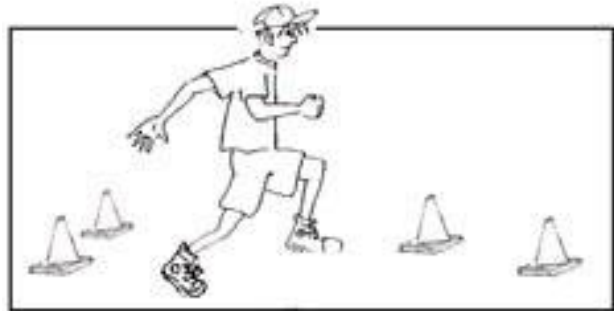
Kaatsdiploma welpen 10-11 jaar

Organisatietekening

1. 3-minuten loop
2. Tussenspel
3. Uitslag plaatsen
4. Uitslag afstand
5. Opslag afstand
6. Opslag trefzekerheid



1. 3-minutenloop



Opdracht

Probeer in 3 minuten zoveel mogelijk meters af te leggen

- Je mag af en toe wandelen als je het niet vol kan houden
- Na 3 minuten blijf je staan op de plaats waar je geëindigd bent

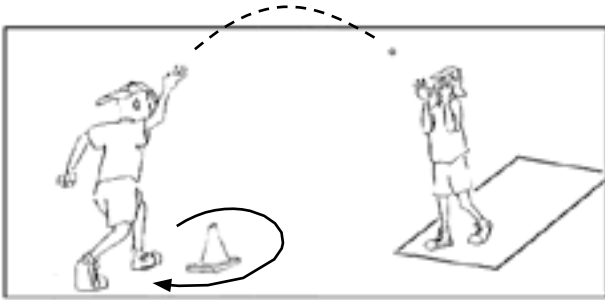
Aandachtspunten

- Zet een rondje van 100 meter uit
- Laat de rondjes tellen van de deelnemers
- Controleer of ze 'binnendoor' gaan

Norm

	Welpen jongens	Welpen meisjes
A	0 - 450 M.	0 - 400 M.
B	500 M.	450 M.
C	550 M.	500 M.
D	600 M.	550 M.
E	650 M.	600 M.

2. Tussenspel



Opdracht

Sla de aangegooide ballen terug tot vangballen

- Je krijgt om de beurt 10 ballen aangespeeld vanaf 10 meter
- Je krijgt 5 ballen bovenhands en 5 ballen onderhands aangespeeld
- Je moet proberen om de aangooyer in de handen terug te spelen
- Je hebt een punt als de aangooyer de bal in het vak vangt
- De oefening mag zowel met als zonder handschoen
- Na slaan doorlopen om pylon en achter in de rij aansluiten

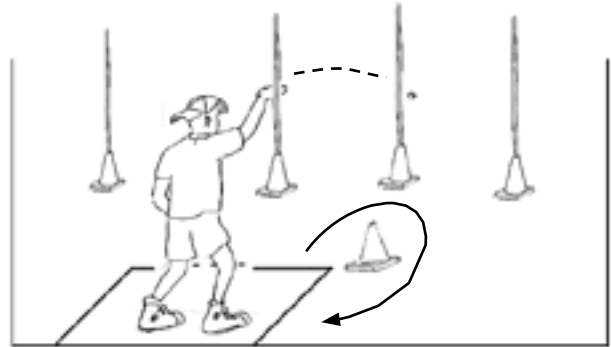
Aandachtspunten

- De ballen worden onderhands aangegoooid
- Bij een mislukte aangooi krijgt de speler een nieuwe bal
- Het aangooivak is 4 m. bij 3,5 m.
- Gele leren bal

Norm

	Normering	
A	0, 1, 2	vangballen
B	3 en 4	vangballen
C	5 en 6	vangballen
D	7 en 8	vangballen
E	9 en 10	vangballen

3. Uitslag Plaatsen



Opdracht

Plaats de aangegooide ballen naar links en rechts in een doel

- Je krijgt om de beurt in het perk 10 ballen vanaf 10 m. aangespeeld
- Je plaatst 5 ballen naar links in een doel
- Je plaatst 5 ballen naar rechts in een doel
- Na slaan doorlopen om pylon en achter in de rij aansluiten

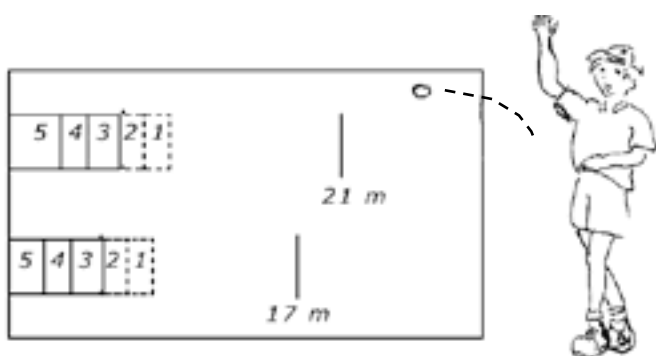
Aandachtspunten

- De ballen worden onderhands aangegoooid
- Gooi de ballen met ruime boog
- Voorste voet wijst in richting van slaan
- Het doeltje is 3,5 m. breed
- Afstand perk-doeltje is 6 meter
- De uitslag moet bovenhands zijn.
- Gele leren bal.

Norm

	Normering	
A	0, 1 en 2	treffers
B	3 en 4	treffers
C	5 en 6	treffers
D	7 en 8	treffers
E	9 en 10	treffers

4. Opslag afstand



Opdracht

Sla 5 ballen zo ver mogelijk op

- Je mag om de beurt 5 ballen opslaan
- Probeer de bal zo ver mogelijk op te slaan
- Elke opslagbal levert punten op behalve een voorslag
- De plaats waar de bal stuit is bepalend
- Een buitenslag en overlopen levert 1 strafpunt op
- Een kwaadslag is geen strafpunt
- Valt bal buiten denkbeeldig doorgetrokken perzijlijn levert 1 strafpunt op

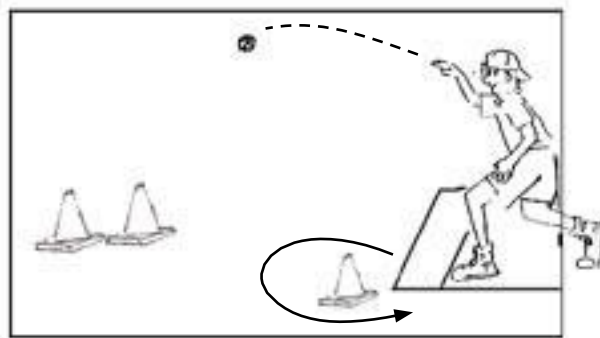
Aandachtspunten

- Welpenjongens slaan op vanaf 11 m.
- Welpenmeisjes slaan op vanaf 9 m.
- Perkafmeting welpenjongens 3 m. breed en 11 m. lang
- Perkafmeting schoolmeisjes 3 m. breed en 11 m. lang.
- Een vak in het perk is 4 m. lang
- Perken worden 2 x 4 meter naar voren verlengd (niet met lijnen)
- Gele leren bal.
- Doorlopen naar ballenbak of bal ophalen

Norm

	Normering
A	0 - 7 punten
B	8 - 12 punten
C	13 - 17 punten
D	18 - 22 punten
E	23 - 25 punten

5. Uitslag Afstand



Opdracht

Sla de 5 aangegooide ballen zo ver mogelijk

- Je krijgt om de beurt 5 ballen aangespeeld
- Je probeert de ballen zo ver mogelijk te slaan
- De plaats waar de bal stil blijft liggen is de afstand
- Voor elke slag krijg je 0-5 punten
- Het gemiddelde bepaalt je behaalde letter
- Je mag zowel met als zonderhandschoenen uitslaan
- Na slaan doorlopen om pylon en achter in de rij aansluiten

Aandachtspunten

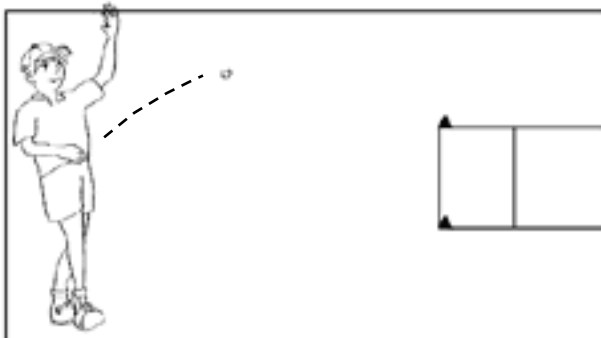
- Gooi de ballen met ruime boog iets te kort aan i.v.m. schikken achter de bal
- Gele leren bal.

Welpenjongens	Welpenmeisjes
8 M. = 1 punt	6 M. = 1 punt
12 M. = 2 punten	10 M. = 2 punten
16 M. = 3 punten	14 M. = 3 punten
20 M. = 4 punten	18 M. = 4 punten
24 M. = 5 punten	22 M. = 5 punten

Norm

	Normering
A	0 - 7 punten
B	8 - 12 punten
C	13 - 17 punten
D	18 - 22 punten
E	23 - 25 punten

6. Opslag Trefzekerheid



Opdracht

Plaats 10 ballen zo zuiver mogelijk in het perk

- Je bepaalt de opslagafstand volgens onderstaande tabel (behaald bij onderdeel 4)
- Je plaatst om de beurt 5 ballen voorin
- Je plaatst om de beurt 5 ballen achterin

Aandachtspunten

- Perk afmeting zie onderdeel 4
- Perk in 2 vakken verdelen
- Bij overlopen 1 punt aftrek
- Doorlopen naar ballenbak of de bal ophalen
- Gele leren bal

Tabel opslagafstand

Opslagafstand opdracht 5	Welpenjongens	Welpenmeisjes
Diploma		
A	7 M.	5 M.
B	9 M.	7 M.
C	11 M.	9 M.
D	14 M.	12 M.
E	16 M.	14 M.

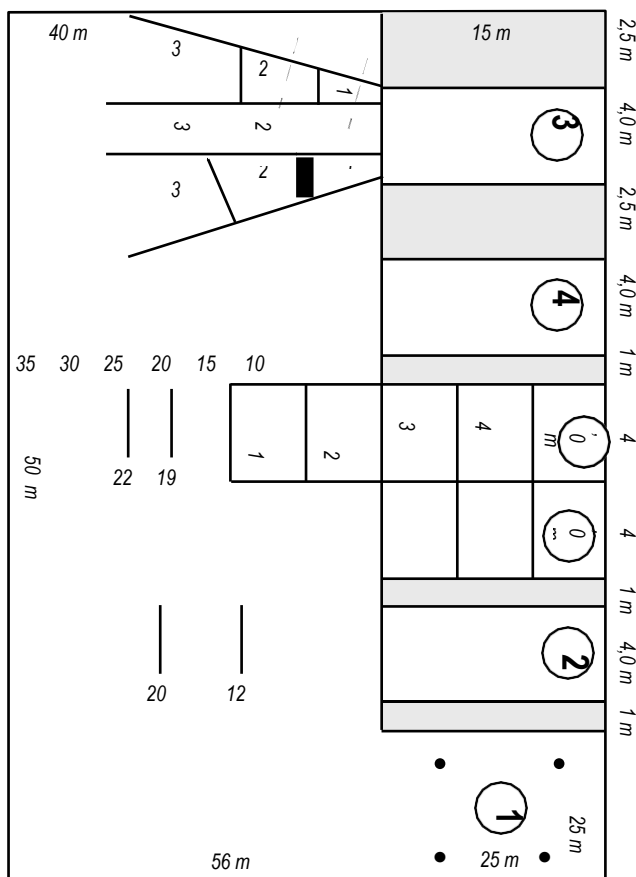
Norm

	Welpenjongens en Welpenmeisjes
A	0, 1 en 2 treffers
B	3 en 4 treffers
C	5 en 6 treffers
D	7 en 8 treffers
E	9 en 10 treffers

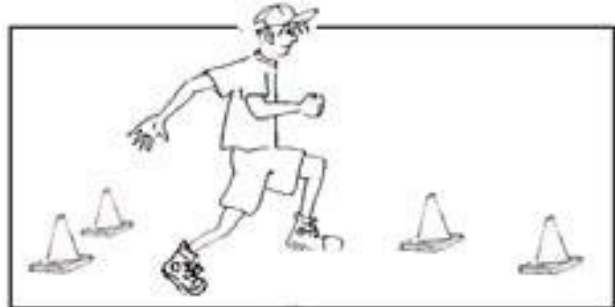
Kaatsdiploma Pupillen 12-13 jaar

Organisatietekening

1. 3-minuten loop
2. Tussenspel
3. Uitslag afstand
4. Uitslag plaatsen
5. Opslag afstand
6. Opslag trefzekerheid



1. 3-minuten loop



Opdracht

Probeer in 3 minuten zoveel mogelijk meters af te leggen

- Je mag af en toe wandelen als je het niet vol kan houden
- Na 3 minuten blijf je staan op de plaats waar je geëindigd bent

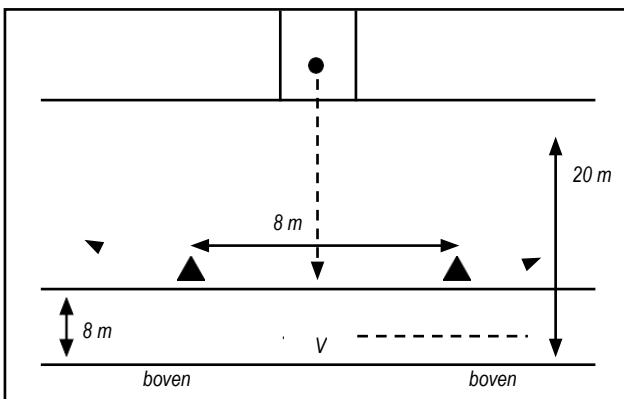
Aandachtspunten

- Zet een rondje van 100 meter uit
- Laat de rondjes tellen van de deelnemers
- Controleer of ze 'binnendoor' gaan

Norm

	Pupillen jongens	Pupillen meisjes
A	0 - 500 M.	0 - 450 M.
B	550 M.	500 M.
C	600 M.	550 M.
D	650 M.	600 M.
E	700 M.	650 M.

1. Tussenspel vanaf de boven



Opdracht

Sla de aangegooide ballen terug over de lijn

- Je krijgt om de beurt 10 ballen aangespeeld vanaf 20 meter aangespeeld tussen de pylonen (8 meter breed)
- Je krijgt 5 ballen bovenhands en 5 ballen met stuit aan- gespeeld
- Afstand bovenlijn en keerlijn (pylonen) is 8 meter
- Je moet proberen om de bal over de lijn te keren
- Startpunt is de bovenlijn
- Je hebt een punt als de bal voor de lijn tot stilstand komt
- De oefening mag zowel met als zonder handschoen

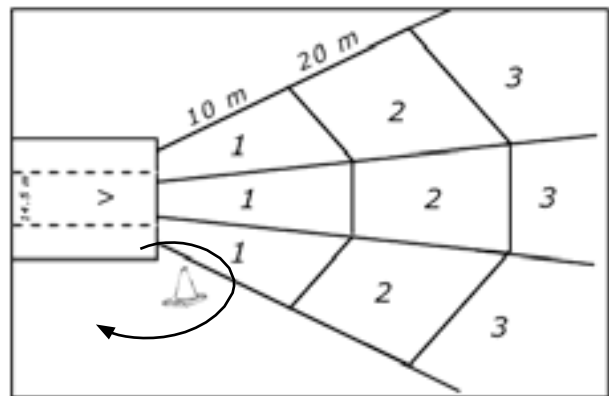
Aandachtspunten

- De ballen worden onderhands aangegooid
- Gooi de ballen met ruime boog aan i.v.m. schikken achter de bal
- Er mag zowel met 1 als met 2 handen worden gekeerd
- Bij een mislukte aangooi krijgt de speler een nieuwe bal
- Probeer achter de bal te blijven
- De oefening mag zowel met als zonder handschoen
- Gele leren bal.

Norm

	Normering	
A	0, 1, 2	ballen over de lijn
B	3 en 4	ballen over de lijn
C	5 en 6	ballen over de lijn
D	7 en 8	ballen over de lijn
E	9 en 10	ballen over de lijn

2. Uitslag Plaatsen



Opdracht

Probeer om de beurt 12 ballen zuiver en ver te slaan

- Je plaatst om de beurt 4 ballen naar links
- Je plaatst om de beurt 4 ballen door het midden
- Je plaatst om de beurt 4 ballen naar rechts
- Na slaan doorlopen om pylon en achter in de rij aansluiten
- Het gaat zowel om de zuiverheid als de afstand
- Het rollen van de bal telt mee
- Je kunt per keer 0 - 3 punten scoren
- Het totaal aantal punten bepaalt je diploma
- De oefening mag zowel met als zonder handschoen

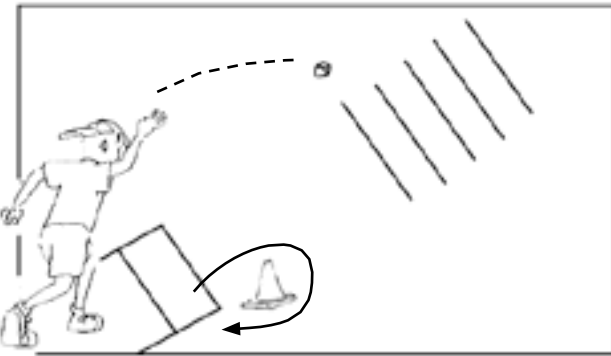
Aandachtspunten

- Het veld is uitgezet met lijnen zoals op de organisatietekening
- De ballen worden onderhands aangegooid of met een kaats-kanon met een ruime boog
- De aangooi afstand is 10 m.
- Voorste voet wijst in richting slaan
- Gele leren bal.

Norm

	Normering	
A	0 - 16	punten
B	17 - 21	punten
C	22 - 26	punten
D	27 - 31	punten
E	32 - 36	punten

3. Uitslag Afstand



Opdracht

Sla 5 ballen zo ver mogelijk uit

- Je krijgt 5 ballen om de beurt aangespeeld in de 3 m zone
- Je probeert de ballen zo ver mogelijk te slaan
- Na slaan doorlopen om pylon en achter in de rij aansluiten
- De plaats waar de bal stuit is bepalend
- Voor elke slag krijg je 0-5 punten
- De oefening mag zowel met als zonder handschoen

Aandachtspunten

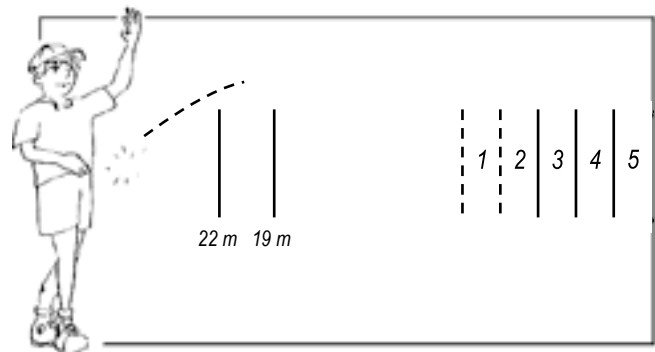
- De ballen worden onderhands aangegeoid of met een kaatskanon met een ruime boog
- Denk aan het schikken achter de bal (voetenwerk)
- Gele leren bal

Pupillenmeisjes	Pupillenjongens
7 m = 1 punt	10 m = 1 punt
13 m = 2 punten	16 m = 2 punten
19 m = 3 punten	22 m = 3 punten
25 m = 4 punten	28 m = 4 punten
31 m = 5 punten	34 m = 5 punten

Norm

	Normering
A	0 - 7 punten
B	8 - 12 punten
C	13 - 17 punten
D	18 - 22 punten
E	23 - 25 punten

4. Opslag Afstand



Opdracht

Sla 5 ballen zo ver mogelijk op

- Je mag om de beurt 5 ballen opslaan
- Probeer de bal zo ver mogelijk op te slaan
- Elke opslagbal levert punten op behalve een voorslag
- De plaats waar de bal stuit is bepalend
- Een buitenslag levert 1 strafpunt op
- Een kwaadslag is geen strafpunt
- Valt de bal buiten de denkbeeldige doorgetrokken perkzijlijn levert 1 strafpunt op

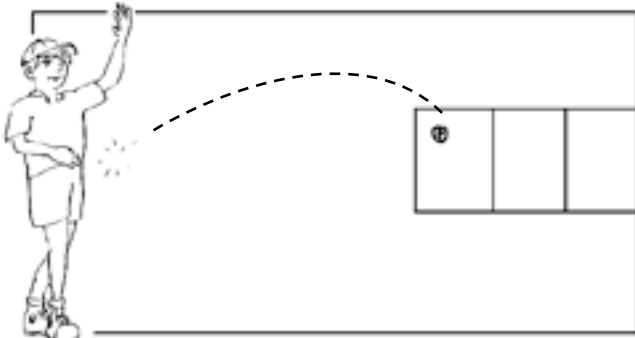
Aandachtspunten

- Doorlopen naar ballenbak of bal ophalen
- Pupillen jongens slaan vanaf 18 m. op
- Pupillen meisjes slaan vanaf 15 m. op
- Perkaftmeting voor jongens 4 m.
- Perkaftmeting voor meisjes 4 m.
- Perken worden 2 x 4 m. verlengd naar voren
- Gele leren bal

Norm

	Normering
A	0 - 7 punten
B	8 - 12 punten
C	13 - 17 punten
D	18 - 22 punten
E	23 - 25 punten

5. Opslag Trefzekerheid



Opdracht

Plaats 10 ballen zo zuiver mogelijk in het perk

- Je bepaalt de opslagafstand volgens onderstaande tabel (behaald op onderdeel 5)
- Je plaatst om de beurt 4 ballen voorin
- Je plaatst om de beurt 3 ballen tussenin
- Je plaatst om de beurt 3 ballen achterin

Aandachtspunten

- Doorlopen naar ballenbak of bal ophalen
- Kunststofbal
- Perkfmeting voor Schooljongens 4 m. bij 15 m.
- Perkfmeting voor Schoolmeisjes 4 m. bij 15 m.
- Perk verdelen in 3 gelijke vakken
- Doorlopen naar ballenbak of bal

ophalen Tabel opslag afstand

Opslagafstand Diploma	Pupillen meisjes	Pupillen jongens
A	9 M.	12 M.
B	11 M.	14 M.
C	13 M.	16 M.
D	15 M.	18 M.
E	17 M.	20 M.

Norm

	Schoolmeisjes en Schooljongens
A	0, 1 en 2 treffers
B	3 en 4 treffers
C	5 en 6 treffers
D	7 en 8 treffers
E	9 en 10 treffers

Eindnormen 6 - 7 jaar

0-15 punten	Een mooi begin, blijven oefenen.
16-30 punten	Goed zo, blijven oefenen
31-45 punten	Wat knap, keurig gedaan.
46-60 punten	Wauw! Super goed.

Eindnormen 8 - 13 jaar

Berekening eindnorm, kabouters, welpenjongens, welpenmeisjes, pupillenjongens en pupillenmeisjes

Als alle onderdelen afgenomen zijn, kan het eindiploma berekend worden. Hiervoor moet men het volgende doen:

1. Vertaal alle letters in punten en wel als volgt:

A =	1 punt
B =	2 punten
C =	3 punten
D =	4 punten
E =	5 punten

2. Tel nu alle punten op van de 6 onderdelen.

3. Kijk naar onderstaande tabel voor de eindnorm.

A =	0 t/m9 punten
B =	10 t/m15 punten
C =	16 t/m21 punten
D =	22 t/m27 punten
E =	28 t/m30 punten

Draaiboek

	Wat	Wie	Wanneer
	3 maanden van te voren		
1	Data vastleggen voor verschillende categorieën		
2	Accommodaties vastleggen		
3	Kantine regelen		
4	Tijden vastleggen (90 minuten per categorie)		
5	Trainer benaderen om de onderdelen te oefenen		
	1 maand van te voren		
6	Medewerkers vragen		
7	Kinderen op de hoogte stellen/ Opgave bij wie		
8	Materiaallijst bespreken en taken verdelen		
9	Diploma's aanvragen		
	1 week van te voren		
10	Organisatie (tekening/doordraaien/tijd)		
11	Instructie medewerkers		
12	Lijsten maken van de deelnemers		
13	EHBO-materiaal regelen		
14	Diploma's schrijven/laten schrijven		
15	Fotograaf regionale krant		
	De dag zelf		
16	Velden uitzetten		
17	Ontvangen medewerkers		
18	Ontvangen kinderen		
19	Ontvangen ouders		
20	Ontvangst fotograaf en begeleiding		
21	Welkomstwoord en indeling groepen bekend maken		
22	Starten		
23	Aanspreekpunt voor iedereen		
24	Consumpties voor medewerkers/kinderen		
25	Afsluiting van de dag/wanneer uitreiking diploma's		
26	Opruimen		
27	Nabespreken met de medewerkers		
28	Stukje schrijven voor de courant/clubblad		
	Evaluatie		
29	Noteren wat goed ging en wat beter kan		
30	Communicatie met algemeen bestuur.		

Materiaallijst diplomakaatsen

Kabouters tot 7 jaar

- Pylonen
- Gele luchtballen
- Doelen (palen circa 1.50 m. hoog)
- Lijnen en krammen

Kabouters 8 - 9 jaar

- Stopwatch
- Lijnen en krammen
- Gekleurde freeball
- Gele luchtballen
- Doelen (palen circa 1.50 m. hoog)
- Pylonen

Welpen 10 - 11 jaar

- Stopwatch
- Pylonen
- Gele leren ballen
- Lijnen en krammen
- Doelen (palen circa 1.50 m. hoog)
- Bordjes met aantal meters

Pupillen 12 - 13 jaar

- Stopwatch
- Lijnen en krammen
- Meetlint
- Gele leren ballen
- Bordjes met aantal meters
- Evt. kaatskanon

Algemeen

- Lijsten en plankjes met namen van deelnemers
- EHBO-materiaal

Kabouters		Welpen		Pupillen	
10 x 5 m. sprint		3-minutenloop		3-minutenloop	
Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes
A: > 22.00	A: > 23.00	A: 0-450	A: 0-400	A: 500	A: 450
B: 20.50-22.00	B: 21.50-23.00	B: 500	B: 450	B: 550	B: 500
C: 19.00-20.50	C: 20.00-21.50	C: 550	C: 500	C: 600	C: 550
D: 17.50-19.00	D: 18.50-20.00	D: 600	D: 550	D: 650	D: 600
E: 16.00-17.50	E: 17.00-18.50	E: 650	E: 600	E: 700	E: 650
Coördinatie					
Jongens		Meisjes		Tussenspel vanaf boven	
Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes
A: 0-4	A: 0-4	A: 0,1,2	A: 0,1,2	A: 0,1,2	A: 0,1,2
B: 5 en 6	B: 5 en 6	B: 3 en 4	B: 3 en 4	B: 3 en 4	B: 3 en 4
C: 7 en 8	C: 7 en 8	C: 5 en 6	C: 5 en 6	C: 5 en 6	C: 5 en 6
D: 9 en 10	D: 9 en 10	D: 7 en 8	D: 7 en 8	D: 7 en 8	D: 7 en 8
E: 11 en 12	E: 11 en 12	E: 9 en 10	E: 9 en 10	E: 9 en 10	E: 9 en 10
Tussenspel					
Jongens		Meisjes		Uitslag plaatsen	
Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes
A: 0,1,2	A: 0,1,2	A: 0,1,2	A: 0,1,2	A: 0-16	A: 0-16
B: 3 en 4	B: 3 en 4	B: 3 en 4	B: 3 en 4	B: 17-21	B: 17-21
C: 5 en 6	C: 5 en 6	C: 5 en 6	C: 5 en 6	C: 22-26	C: 22-26
D: 7 en 8	D: 7 en 8	D: 7 en 8	D: 7 en 8	D: 27-31	D: 27-31
E: 9 en 10	E: 9 en 10	E: 9 en 10	E: 9 en 10	E: 32-36	E: 32-36
Uitslag plaatsen					
Jongens		Meisjes		Uitslag afstand	
Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes
A: 0,1,2	A: 0,1,2	A: 0-7	A: 0-7	A: 0-7	A: 0-7
B: 3 en 4	B: 3 en 4	B: 8-12	B: 8-12	B: 8-12	B: 8-12
C: 5 en 6	C: 5 en 6	C: 13-17	C: 13-17	C: 13-17	C: 13-17
D: 7 en 8	D: 7 en 8	D: 18-22	D: 18-22	D: 18-22	D: 18-22
E: 9 en 10	E: 9 en 10	E: 23-25	E: 23-25	E: 23-25	E: 23-25
Opslag zuiverheid					
Jongens		Meisjes		Opslag afstand	
Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes
A: 0-4	A: 0-4	A: 0-7	A: 0-7	A: 0-7	A: 0-7
B: 5-8	B: 5-8	B: 8-12	B: 8-12	B: 8-12	B: 8-12
C: 9-12	C: 9-12	C: 13-17	C: 13-17	C: 13-17	C: 13-17
D: 13-16	D: 13-16	D: 18-22	D: 18-22	D: 18-22	D: 18-22
E: 17-20	E: 17-20	E: 23-25	E: 23-25	E: 23-25	E: 23-25
Opslag afstand					
Jongens		Meisjes		Opslag trefzekerheid	
Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes	Jongens	Meisjes
A: 0-7	A: 0-7	A: 0,1,2	A: 0,1,2	A: 0,1,2	A: 0,1,2
B: 8-12	B: 8-12	B: 3 en 4	B: 3 en 4	B: 3 en 4	B: 3 en 4
C: 13-17	C: 13-17	C: 5 en 6	C: 5 en 6	C: 5 en 6	C: 5 en 6
D: 18-22	D: 18-22	D: 7 en 8	D: 7 en 8	D: 7 en 8	D: 7 en 8
E: 23-25	E: 23-25	E: 9 en 10	E: 9 en 10	E: 9 en 10	E: 9 en 10

Scorelijst kabouters 6 - 7 jaar

	Namen	Conditie/Coördinatie	Vangen	Tussenspel	Uitslag	Opslag	Einddiploma
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							

	Namen	3-minuten loop	Tussenspel	Uitslag plaatsen	Opslag afstand	Uitslag afstand	Opslag trefzekerheid	Einddiploma
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

Scorelijst Welpen 10 - 11 jaar

	Namen	3-minuten loop	Tussenspel vanaf	Uitslag plaatse	Uitslag afstan	Opslag afstan	Opslag trefzekerhei	Einddiploma
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

Scorelijst Pupillen 12 - 13 jaar