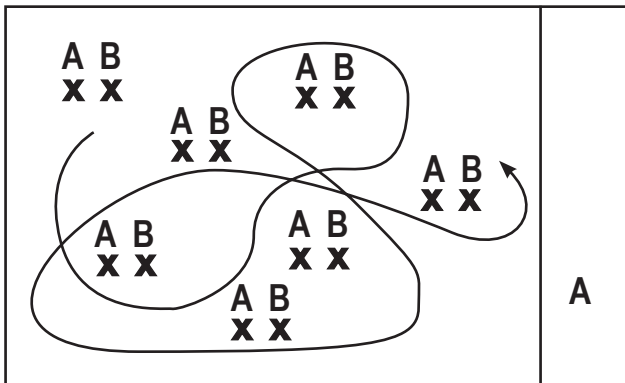




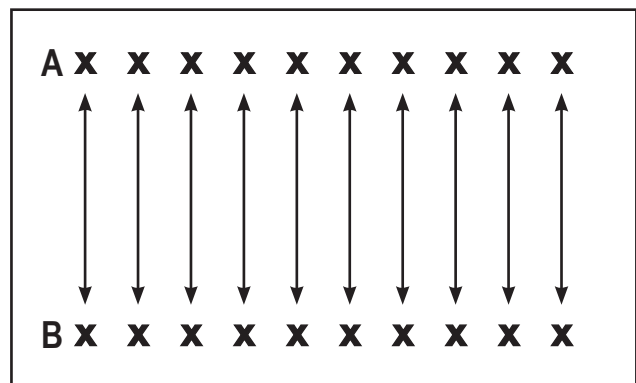
## Inleiding

<b>Kerdoel</b>	De leerlingen beheersen basisvaardigheden zoals werpen vangen en voortbewegen met de bal.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen in looppas een bal gooien en vangen.
<b>Tijd</b>	10 minuten
<b>Materiaal</b>	- Kleine bal/stressbal - Bank



## Kern

<b>Kerdoel</b>	De leerlingen beheersen basisvaardigheden zoals werpen en vangen.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen een bal onderhands gooien-vangen-slaan.
<b>Tijd</b>	15 minuten
<b>Materiaal</b>	- Lucht-/tennisballen



- Opdracht**
- De leerlingen bewegen in 2-tallen vrij door de zaal met een bal. A doet voor, B doet na (B rent achter A aan).
  - Idem, maar nu verplicht gooi-varianten bijvoorbeeld:  
gooi - klap - vang  
gooi - rondje om as - vang  
gooi - grond aantikken - vang  
etc.
  - Idem maar nu de bal onderhands opspelen.
  - Tikspel in 2-tallen  
De leerlingen pakken allemaal per 2-tal de handen vast. Er zijn 2/4 tikkers, als je getikt bent gooi en vang je de bal 10 keer over (2-tallen). Dit doe je achter de banken bij A en daarna ben je weer vrij.

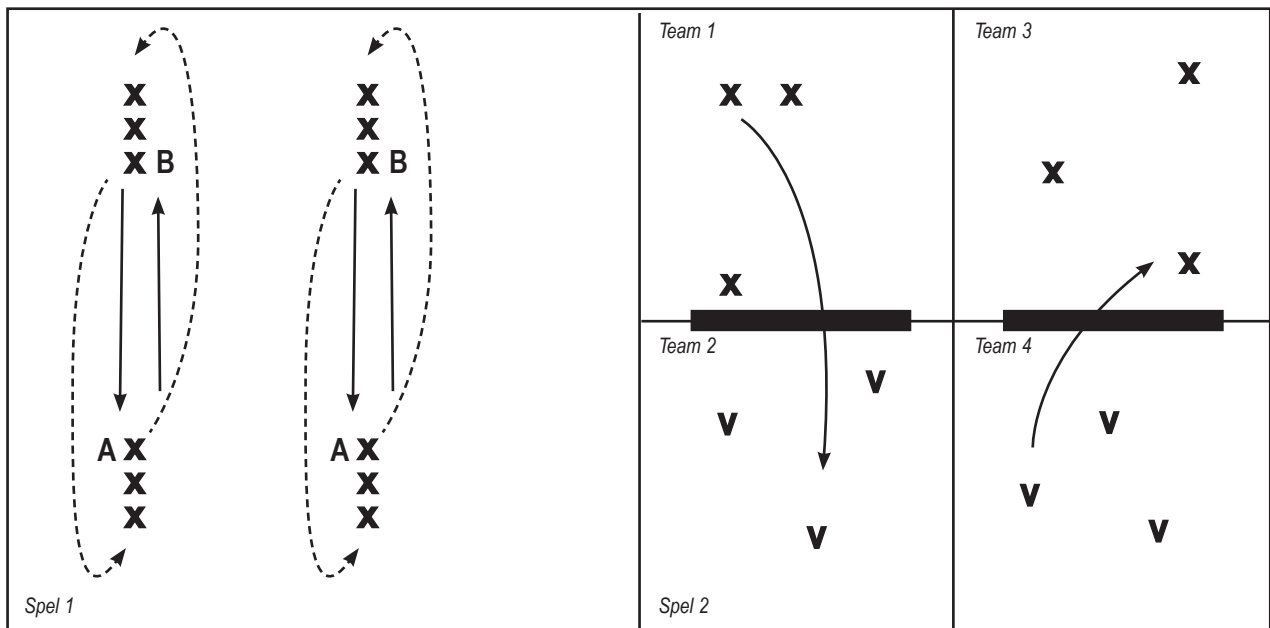
**Aandachtspunten** - Goed op de bal letten  
- Recht omhoog gooien

- Opdracht**
- A gooit de bal onderhands vanuit schredendstand, B vangt de bal en gooit deze weer naar A.
  - A gooit de bal onderhands vanuit schredendstand, B slaat terug A vangt, na 10 keer wisselen
  - Idem nu in rally/serie. De leerlingen moeten tellen hoe vaak dit lukt. De hoogste rally/serie telt.

**Aandachtspunten** - Goede voet voor, rechte armzwaai, bal nawijzen

# Afsluiting

- Kerdoel** De Leerlingen beheersen basisvaardigheden zoals gooien, slaan en mikken.  
De leerlingen kunnen de volgende spelvormen uitvoeren: slagspelen, lijnspelen.
- Lesdoel** De leerlingen kunnen een bal onderhands gooien en slaan.
- Tijd** 15 minuten
- Materiaal** - Luchtballen



- Spel 1** Bal in beweging houden  
A gooit de bal naar B, B slaat bal naar C etc.  
A sluit bij de andere groep achteraan, B sluit bij de andere groep achteraan.  
De leerlingen moeten de bal in beweging houden (max. 1 keer stuiten).  
Ze moeten tellen hoe vaak dit lukt.

**Variatie:** zonder stuit

- Aandachtspunten** - Achter de bal blijven  
- Bal voor je raken

- Spel 2** Kaatstennis 3 tegen 3.  
De eerste bal met een boog de bank gooien. Vervolgens proberen de leerlingen de bal terug te spelen. Per team mag 1 persoon de bal raken dus direct over de bank/het net spelen. Alleen de opslag kan punten behalen. Je kunt op tijd of op basis van een eindstand spelen.

- Aandachtspunten** - Achter de bal blijven  
- Bal voor je raken



**1. Gericht links en rechts slaan**  
**Materiaal:** 2 matten  
 4 luchtballen

1 punt	2 punt	3 punt
--------	--------	--------

**2. Hoog slaan**  
**Materiaal:** 5 luchtballen  
 Ballenbakje

**3. Attributen van kast afslaan**  
**Materiaal:** 2 kasten  
 Verschillende attributen (kegel, knuffels, pylonen, strandbal e.d.)



## Onderdeel 1: Links en rechts slaan

<b>Kerdoel</b>	De leerlingen beheersen basisvaardigheden als werpen, slaan en mikken.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen een balgericht links en rechts slaan.
<b>Tijd</b>	8 minuten.

**Opdracht** A gooit de bal onderhands aan, B slaat de bal tegen de mat.  
Na 5 keer moeten ze wisselen van opgooier. Na 15 keer wisselen van helft.  
De leerlingen moeten tellen hoe vaak ze de mat raken. De leerling met de hoogste score is de winnaar.

**Aandachtspunten** - Met goede voet instappen.  
- Instappen in de richting waar je naartoe wilt slaan.  
- Bal bovenhands slaan.

## Onderdeel 2: Hoog slaan

<b>Kerdoel</b>	De leerlingen beheersen basisvaardigheden als werpen, slaan, mikken.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen een bal gericht hoog/ver slaan.
<b>Tijd</b>	8 minuten.

**Opdracht** A gooit de ballen onderhands aan, B probeert de bal in het bovenste vak (gedeelte) te slaan. Wanneer iedereen 2 keer geweest is, wisselen van opgooier. Onderste vak 1 pnt, middelste vak 2 pnt, bovenste vak 3 pnt.  
De leerlingen tellen hoeveel punten ze hebben.

**Aandachtspunten** - Bal nawijzen waar hij naartoe moet.  
- Met de goede voet instappen.

## Onderdeel 3: Attributen van kast slaan

<b>Kerdoel</b>	De leerlingen beheersen basisvaardigheden als werpen, slaan en mikken.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen een bal gericht slaan.
<b>Tijd</b>	8 minuten.

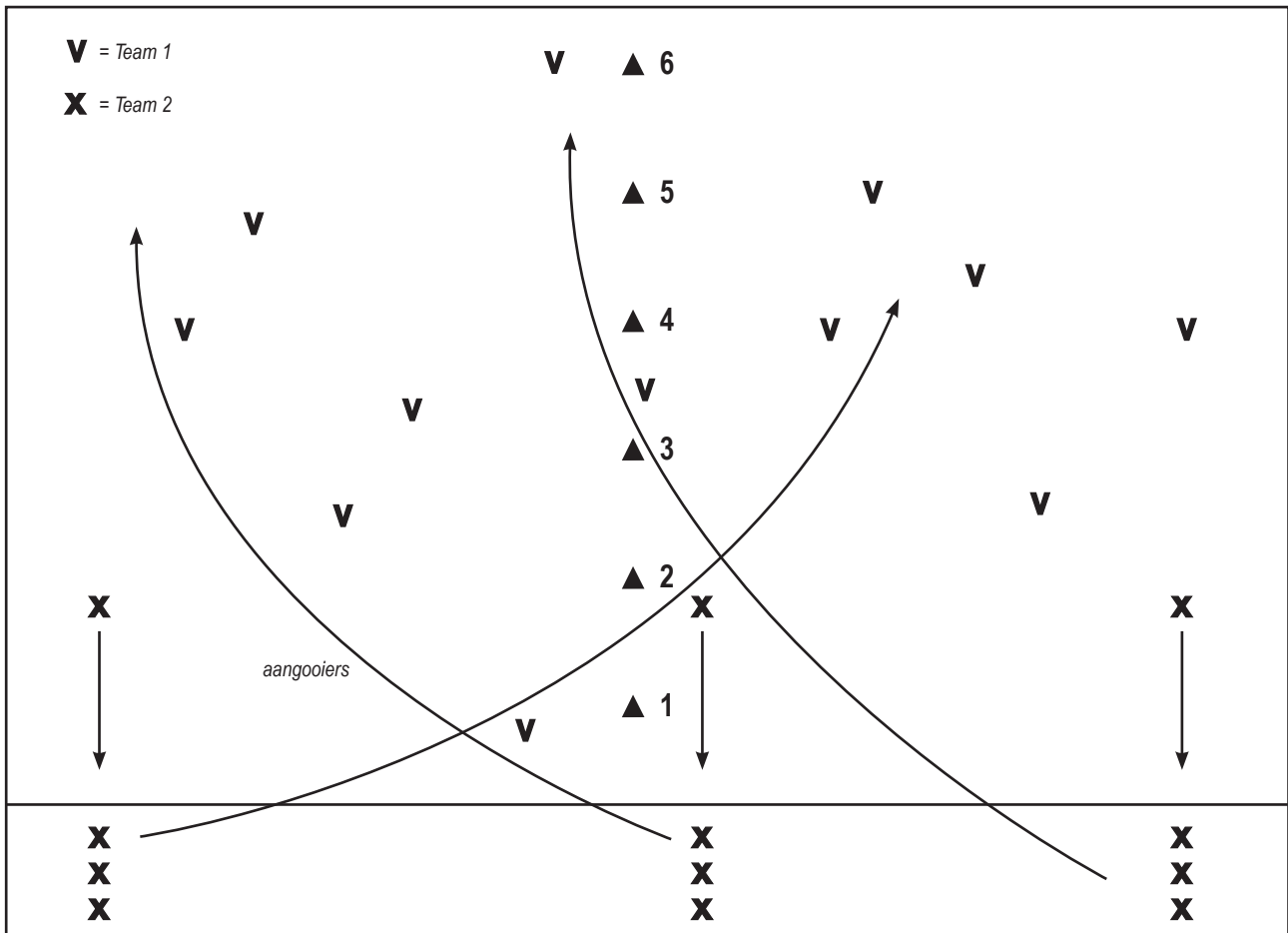
**Opdracht** A gooit de ballen onderhands aan, B probeert door de bal bovenhands te slaan de attributen op de kast te raken. A sluit achteraan aan, B gooit nu aan. De leerlingen houden zelf hun score bij.  
Attributen: Denk hierbij aan: kegels, blokjes, blikken, grote knuffels, pylon met standbal erop etc.

**Aandachtspunten** - Bal onderhands uit schredestand aangooien.  
- Goede voet voor bij uitslaan.  
- Bal nawijzen.



# Afsluiting

- Kerdoel** De leerlingen beheersen basisvaardigheden als werpen, slaan.
- Lesdoel** De leerlingen kunnen een bal in beweging slaan.
- Materiaal**
- 3 luchtballen
  - 6 pylonen



## Spel

### Kaats veroveren

Verdeel de klas in 2 gelijke teams (veld en slagpartij).  
 Slagpartij: 3 aangooiers + 3 groepen van 3 leerlingen.  
 Aangooiers gooien ongeveer tegelijk aan.  
 Slagpartijen slaan de ballen het veld in.  
 Veldpartij probeert de bal terug te slaan (max. 1 stuit).  
 Slagpartij probeert de bal weer te slaan.  
 Er ontstaat trik-trak.  
 Leraar houdt de score bij.  
 Als iedereen is geweest wordt er gewisselt.

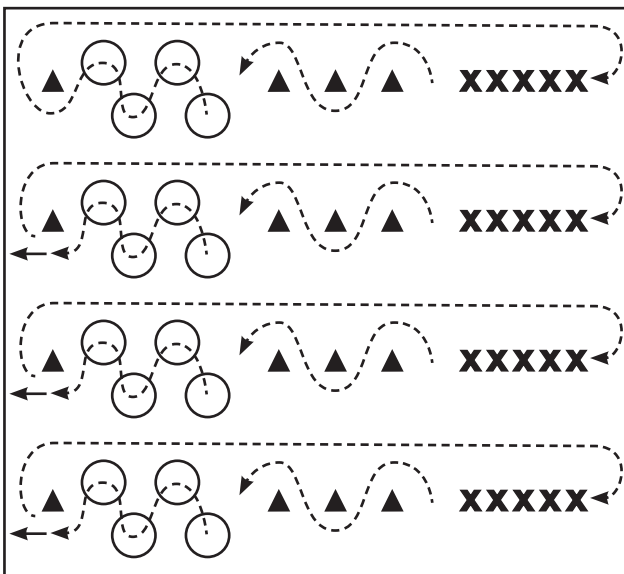
De plaats waar de bal stilstaet, is bepalend voor het aantal punten.  
 Voorbij 1 = 1 punt  
 Voorbij 2 = 2 punten etc.

- Aandachtspunten**
- Bal voor je houden bij het slaan, op ooghoogte raken
  - Samenwerken en communiceren



## Inleiding

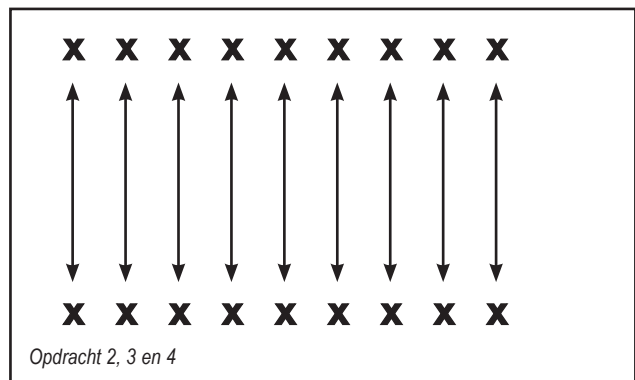
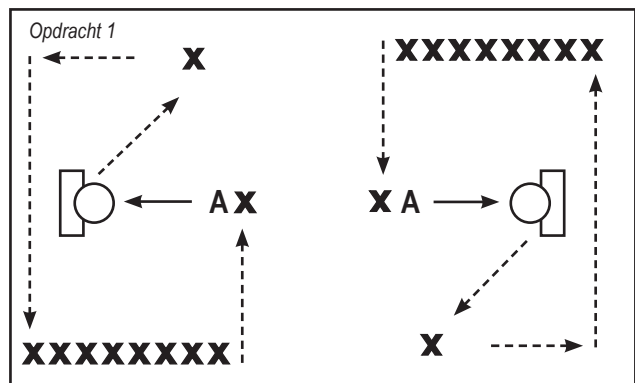
<b>Kerdoel</b>	De leerlingen kunnen de volgende spelvormen uitvoeren: loopspelen. De leerlingen beheersen basisvaardigheden als werpen en vangen.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen een bal in looppas gooien en vangen.
<b>Tijd</b>	10 minuten
<b>Materiaal</b>	- 4 tennisballen - pylonen



- Opdracht**
- De leerlingen worden verdeeld in vier groepen van 6 leerlingen.
1. Ze gaan in looppas slalom om de pylonen, in de hoepels stappen, in stroomvorm, terug langs zijkant.
  2. Idem als 1, aan het einde van het parcours bal tegen de muur aangooien en vangen.
  3. Idem als 2, nu als estafette, bal overgeven wie wint er!!!!

## Kern

<b>Kerdoel</b>	De leerlingen beheersen basisvaardigheden als werpen, vangen, mikken.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen een bal gooien, vangen en slaan.
<b>Tijd</b>	15 minuten
<b>Materiaal</b>	- Tennisballen



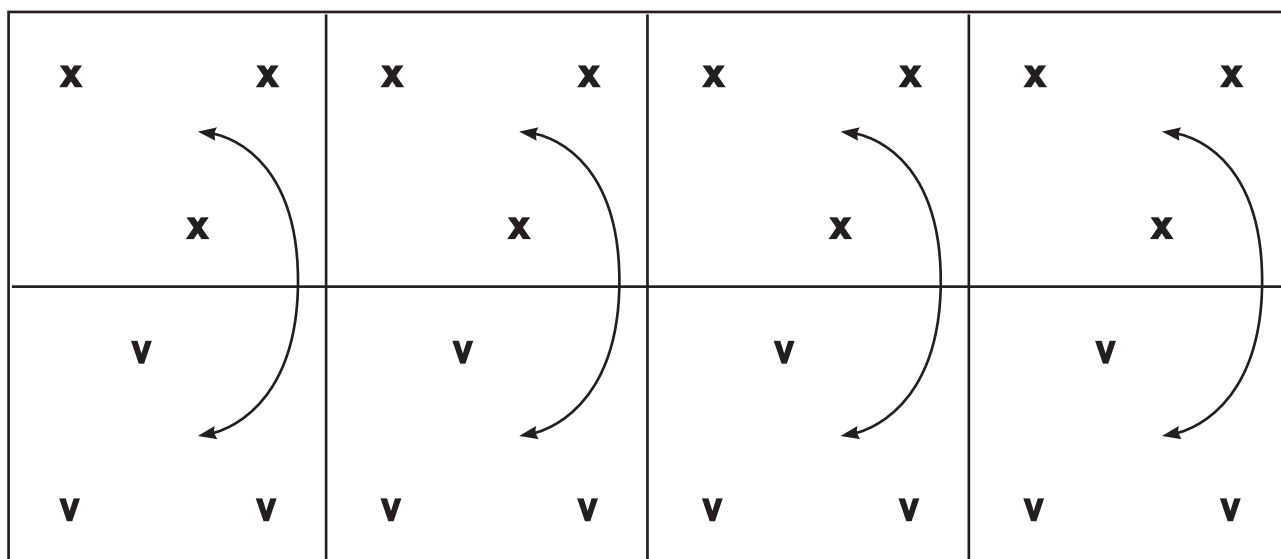
- Opdracht**
1. Zie organisatieschema. Bij A de bal bovenhands tegen de basket gooien en daarna achter de basket langs teruglopen.
  2. De leerlingen moeten in 2-tallen bovenhands gooien en vangen vanuit schredestand
  3. De leerlingen moeten bovenhands gooien en daarna terugslaan.
  4. Idem als 3 maar nu in rally/serie. Ze moeten tellen hoe vaak dit lukt.

- Aandachtspunten** - Goede voet voor (evt. instappen)  
- Bal nawijzen, bal voor je loslaten.



## Afsluiting

<b>Kerdoel</b>	De leerlingen beheersen basisvaardigheden als slaan. De leerlingen kunnen de volgende spelvormen uitvoeren: sla-spelen en lijnspelen.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen een bal in beweging slaan.
<b>Tijd</b>	15 minuten
<b>Materiaal</b>	- 4 tennisballen - middellijn of banken

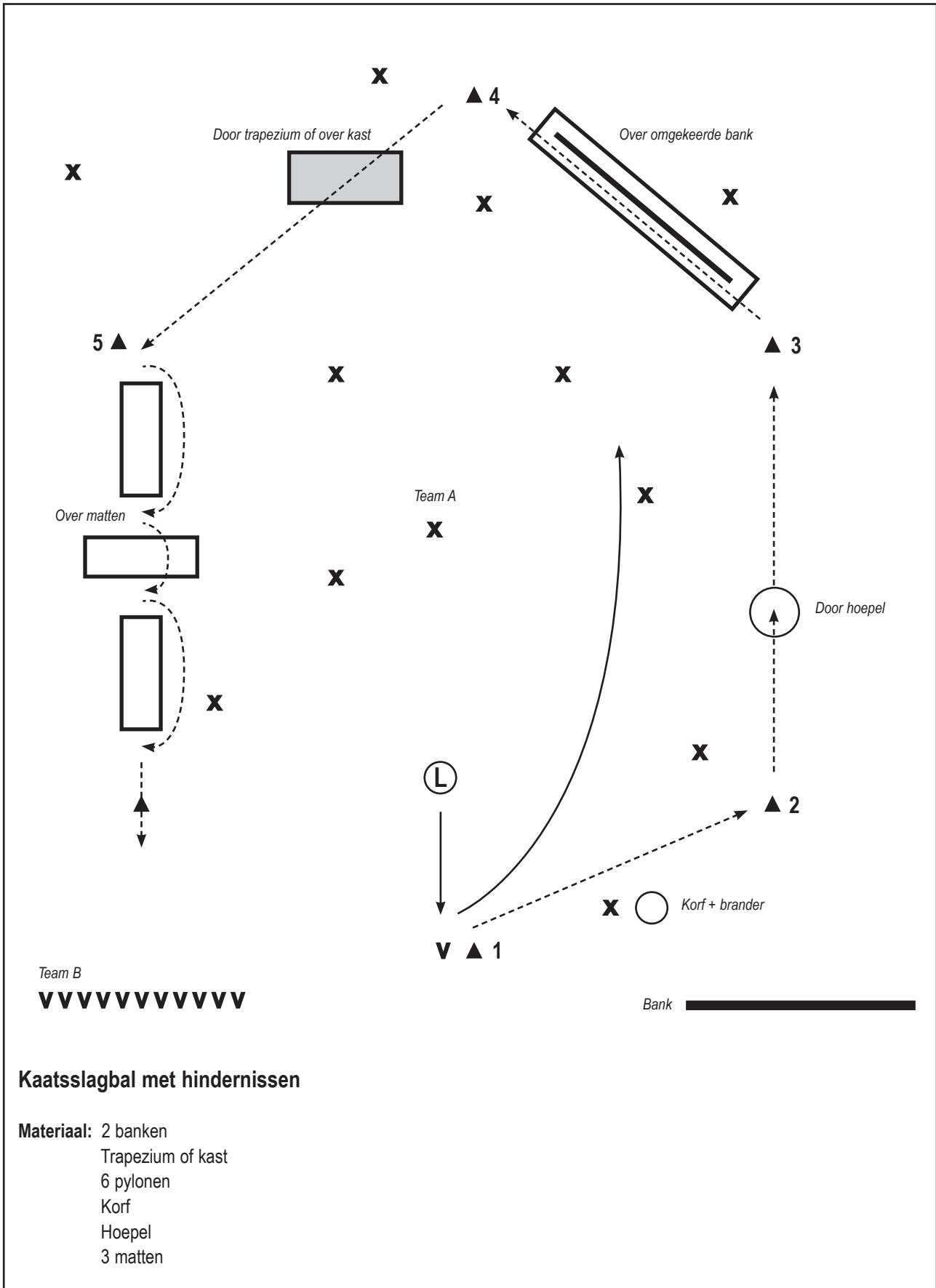


### Spel Flyball 3x3

Dit wordt gespeeld met 3 tegen 3. Het is de bedoeling dat ze de bal over slaan. De eerste bal wordt na de stuit over de lijn/bank geslagen. De tegenpartij slaat de bal weer over de bank etc. Het doel is om de bal tegen de muur aan te slaan (evt. alleen met stuit). Wanneer dit lukt, krijgen ze 1 punt. Wisselen op tijd.

**Aandachtspunten** - Iedereen doet mee  
- Verdelen in het veld







## Kaatsslagbal met hindernissen

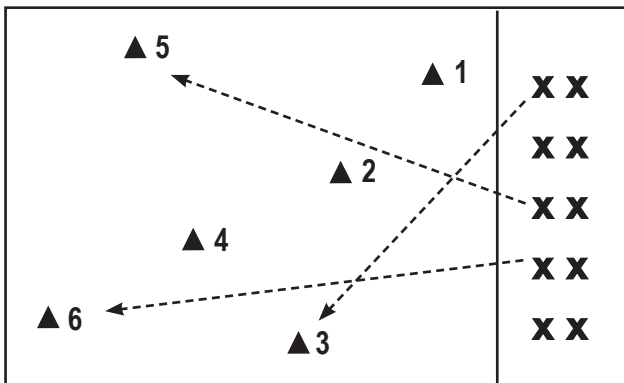
<b>Kerdoel</b>	De leerlingen beheersen basisvaardigheden als werpen en vangen.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen een bal gooien en vangen in spelvorm
<b>Tijd</b>	40 minuten
<b>Opdracht</b>	Kaatsslagbal met hindernissen
<b>Spelregels</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Je verdeelt de groep in 2 teams.</li><li>- De leerkracht gooit onderhands de luchtbal aan.</li><li>- De leerling moet de luchtbal met blote hand het veld in slaan.</li><li>- Vervolgens gaat hij/zij de honken en hindernissen afleggen.</li><li>- Wanneer je op matten staat, van bank afvalt, een hindernis overslaat of te laat binnen komt, ben je af.</li><li>- Aftikken mag, ben je afgetikt dan ben je ook af.</li><li>- Ben je binnen dan krijg je 1 punt, een homerun is 2 punten.</li><li>- Vangbal = af.</li><li>- 3 vangballen = wisselen.</li><li>- Als je af bent ga je op de bank zitten.</li></ul>

**Variatie:** zelf parcours bedenken met materialen zoals bijvoorbeeld slalom door de touwen, touwen slingeren, ringen slingeren, over een brug, onder een brug door, koprol over de dikke mat etc.

<b>Aandachtspunten</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Fairplay</li><li>- Veldverdeling</li></ul>
------------------------	--

## Inleiding

<b>Kerdoel</b>	De leerlingen beheersen basisvaardigheden als werpen vangen.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen diverse vaardigheden toepassen.
<b>Tijd</b>	10 min.
<b>Materiaal</b>	- Dobbelstenen - Pylonen - Tennis/luchtbal



**Opdracht** Dobbelstenenspel  
De leerlingen moeten in 2-tallen met de dobbelstenen gooien. Ze gooien een aantal ogen bijvoorbeeld 6. Ze gaan in looppas naar pylon 6 en voeren daar 6 keer de betreffende opdracht uit. Daarna gaan ze weer terug naar de dobbelstenen en dobbelen nogmaals. De leerlingen tellen de punten/aantal ogen bij elkaar op.

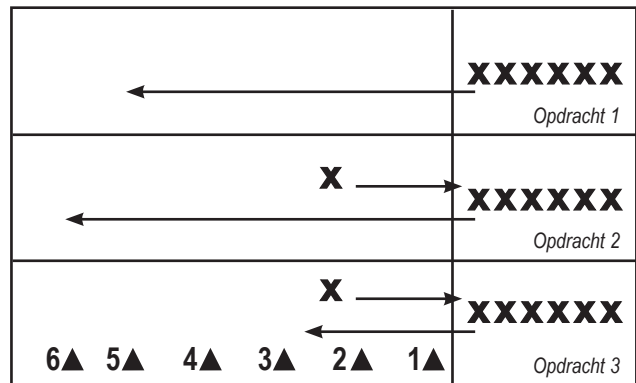
1. Opgooien, 2 keer klappen, vangen (individueel).
2. 2 keer opdrukken.
3. 3 keer kikersprong.
4. 4 keer de bal overgooien (2-tal).
5. 5 keer de bal opspelen.
6. In totaal 6 keer de bal heen en weer tikken (2-tal).

**Variatie:** per onderdeel een andere opdracht.

**Aandachtspunten** - Bij iedere pylon de benodigde materialen neerleggen

## Kern

<b>Kerdoel</b>	De leerlingen beheersen basisvaardigheden als slaan en gooien.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen de bal ver slaan.
<b>Tijd</b>	10 minuten
<b>Materiaal</b>	- Luchtballen - Pylonen



- Opdracht**
1. De leerlingen moeten de bal zelf opgooien en vervolgens ver slaan.
  2. De leerlingen moeten de aangegooide bal ver slaan.
  3. De leerlingen moeten een aangegooide bal voorbij een pylon slaan. De plek waar de bal voor de eerste keer stuit geeft aan hoeveel punten je scoort. Voorbij 1 > 1 punt; voorbij 2 > 2 punten etc. De leerlingen houden hun groepsscore bij. De groep met de hoogste score is de winnaar.

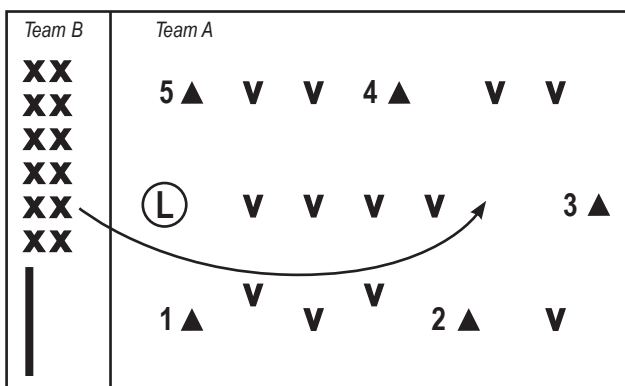
**Aandachtspunten** - Is iedereen geweest, bal ophalen



# Afsluiting

## Kaatsslagbal

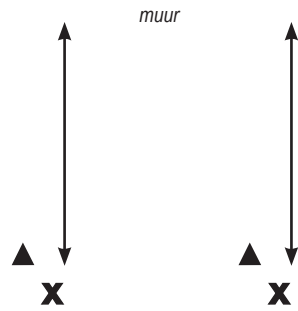
- Kerdoel** De leerlingen kunnen de volgende spelvormen uitvoeren: slagspelen.  
De leerlingen beheersen de volgende basisvaardigheden: slaan en vangen.
- Lesdoel** De leerlingen kunnen een bal ver en gericht slaan en spelen fairplay.
- Tijd** 20 minuten
- Materiaal**
- Luchtballen
  - Honken (pylonen)



- Spelregels**
- Je verdeelt de groep in 2 teams.
  - De leerkracht gooit onderhands de luchtbal aan.
  - De leerling moet de luchtbal met blote hand het veld in slaan.
  - Vervolgens gaat hij/zij de honken afleggen.
  - Wanneer je te laat binnen bent, ben je af.
  - Aftikken mag, ben je afgetikt dan ben je ook af.
  - Vangbal = af.
  - 3 vangballen = wisselen.
  - Ben je binnen dan krijg je 1 punt, een homerun is 2 punten.
  - Als je af bent ga je op de bank zitten.



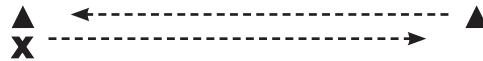
1. Opspelen



2. Onderhands gooien en opvangen



3. Rennen van pylon naar pylon



4. Scoren met 10 ballen



6. Kegels gooien



5. Tippen op bank



**Parcours**

**Materiaal:** 6 pylonen  
Stressballetjes  
3 luchtballen

Mat, hoepel, korf (2 keer)  
2 x Kegels  
2 luchtballen

2 x Kast  
2 matten  
10 verschillende ballen



## Parcours

<b>Kerdoel</b>	De leerlingen beheersen basisvaardigheden als werpen, vangen, mikken en jongleren. De leerlingen kunnen de volgende spelvormen uitvoeren: doelspelen, loopspelen en slagspelen.
<b>Lesdoel</b>	De leerlingen kunnen alle vaardigheden toepassen.
<b>Tijd</b>	40 minuten. Wisselen om de 5 minuten van spel om de 2,5 minuten van speler

**Opdracht** De leerlingen moeten alle onderdelen in 2-tallen afleggen. Er kunnen maximaal 2 2-tallen per onderdeel aanwezig zijn. Van het 2-tal voert de ene speler uit en de ander noteert en telt. Je wisselt om de 2,5 minuten van speler en om de 5 minuten van spel.

1. De leerlingen moeten de bal opspelen, tellen hoe vaak dit achter elkaar lukt.
  2. De leerlingen moeten de bal tegen de muur gooien en vangen, tellen hoe vaak dit achter elkaar lukt.
  3. De leerlingen moeten rennen van pylon naar pylon, tellen hoe vaak dit lukt.
  4. De leerlingen moeten scoren in de korf, hoepel, mat. Ze mogen 10 ballen gooien, de korf is 5 punten, de hoepel 2 punten en de mat 1 punt.
  5. De leerlingen moeten tippen of steps doen op de bank, aantal keren tellen.
  6. Kegel, blok of blik gooien. De leerlingen mogen 3 keer gooien. Ze moeten noteren hoeveel voorwerpen van de kast gevallen zijn.
- Dit mogen ze herhalen tot de tijd om is.

*Variatie: andere opdrachten per onderdeel bedenken.*

**Aandachtspunten** -Het gaat ook om het correct uitvoeren, niet alleen om de snelheid