

Blauw-les 2

Opwarming (10 min)

⇒ T heeft bak met ballen vast. Kids lopen in trein achter T. T gooit bal uit bak kind 1 vangt bal na 1 bots, legt bal in hoepel & sluit vanachter aan

Kern van de les (40 min)

* Oefening 1

⇒ bal rollen met racket:

(Als het goed gaat, maak het dan moeilijker → verder, sneller, ...)

- Rollen door poortje (stok in regels)
- Rollen door tunnel (harder rollen)
- Rollen naar kastjes (mikken)

* Oefening 2

⇒ 2 kindjes bij T. T laat bal botsen voor FH (makkelijk beginnen)

⇒ 2 kindjes doen oefening apart:

- Rollen door poortje

↳ Elk kind heeft immer met 7

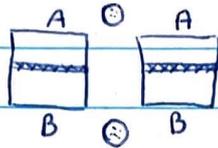
ballen. Telkens bal door poortje & kurk uit de bak nemen

→ wie haalt meeste kurken?

* Oefening 3

⇒ Mollentennis

2 teams tegen elkaar.



Kids aan dezelfde kant zijn 1 team.

↳ Aan elke kant ligt een hoepel met 10 kurken. Telkens ze een goal maken kurk uit hoepel nemen. Wie zijn hoepel is eerst leeg?

Eindspel (10 min)

⇒ kipperspel