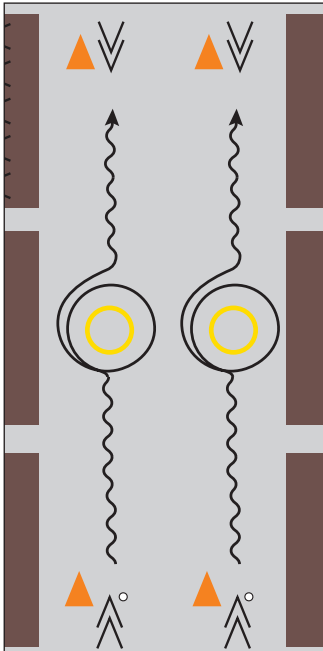


## Station 2 - Drijven met de bal



### Organisatie

8 Leerlingen, verdeeld in twee groepen van vier leerlingen.  
 Speelruimte: 1/4 van de zaal (5 bij 12 meter).

### Arrangement

8 Sticks: 1 stick per leerling.  
 2 Ballen: 1 per groep.  
 4 Pylonen: 2 per groep (op 8 meter van elkaar).  
 2 Hoepels: 1 per groep als passeerobject.  
 Veld is afgebakend door twee keer drie banken (aan beide kanten).

### Opdracht

Loop met de bal aan de stick (drijven) naar de hoepel. Drijf om de hoepel heen en loop door naar de overkant, leg daar de bal stil bij de pylon.

### Regels

#### Startregel

- Twee leerlingen staan bij de startpylon, twee leerlingen aan de overkant.
- De bal begint bij de startpylon.

#### Spelregels

- De stick op de grond houden.
- De bal met de platte kant van de stick raken.
- De bal met de stick stilleggen in de cirkel.

#### Wisselregel

- Als de bal stilstaat bij de pylon, mag de volgende beginnen.
- Daarna wacht je achter de pylon.

#### Stopregel

- Wanneer iedere speler 10 keer is geweest, de docent waarschuwen.
- Na het stopteken van de docent alle materialen terugleggen waar ze lagen.



# Tips voor de docent

## Loopt het?

Is er een oneven aantal leerlingen?

*Maak dan één drietal, de bal begint altijd aan de kant van het tweetal.*

Duurt het te lang tot de volgende leerling aan de beurt is?

*Zet de pylonen dicht bij elkaar (bijvoorbeeld 6 meter afstand).*

Heb je voldoende ruimte in de zaal?

*Maak dan 3 groepjes en leg de hoepels ingesprongen (niet op 1 hoogte) neer.*

## Lukt het bijna?

Heeft de drijver de bal niet onder controle?

*Haal de hoepel weg uit de oefening.  
Laat de leerling rustiger lopen.  
Neem een andere (tragere) bal (bijvoorbeeld een foambal).  
Zorg dat de linkerhand de stick bovenaan stevig vasthoudt en de rechterhand de stick ontspannen vasthoudt (de handen zijn ongeveer twee vuisten uit elkaar).*

Heeft de drijver zijn handen niet goed aan de stick?

*Zorg dat de linkerhand bovenaan is en de rechterhand (als een koker) halverwege de stick.*

## Lukt het beter?

Is het makkelijk om rond de hoepel te drijven?

*Probeer eens langs de andere kant om de hoepel te draaien.  
Verhoog het tempo.  
Ga in de hoepel staan en maak het rondje.  
Probeer een passeeractie te maken voor de hoepel.*

Gaat het drijven goed?

*Probeer de bal heen en weer te bewegen (indian dribble).  
Speel de bal na de hoepel naar de wachtende leerling.*

## Leeft het?

Zijn de leerlingen toe aan een nieuwe uitdaging?

*Leg een tweede hoepel neer en maak dan een achtje (gebruik de fore- en backhand).  
Laat de tijd opnemen.  
Maak er een estafettevorm van met twee partijen tegen elkaar.  
Leg een ander passeerobject neer.*



Stoppen



Lopen met de bal

