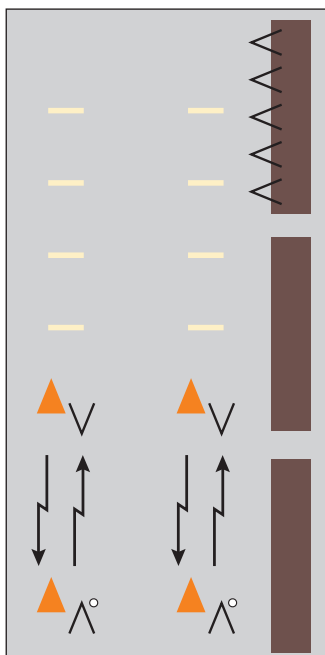


Station 1 - Overspelen van de bal



Organisatie

8 Leerlingen verdeeld in twee groepen van vier leerlingen (steeds twee leerlingen actief bezig).

Speelruimte: 1/4 van de zaal (5 bij 12 meter).

Arrangement

4 Sticks – 1 stick per actieve leerling.

2 Pylonen – 2 per groep (4 meter uit elkaar is de startplek).

2 Ballen – 1 bal per groep.

3 Afstandsstreepjes (op 6 – 8 – 10 meter) van schilderstape of krijt per groep.

Veld is afgebakend door drie banken waarvan één bank een wachtbank is.

Opdracht

Speel de bal (pushen) naar de ander en stop de bal voordat je deze terugspeelt.

Regels

Startregel

- Twee leerlingen per groep beginnen, twee leerlingen per groep wachten op de bank.
- Eén leerling staat bij de pylon op de 4 meter lijn en de andere leerling staat er tegenover.
- De leerling met de bal pusht deze naar de leerling tegenover hem.

Spelregels

- De stick op de grond houden.
- De bal met de platte kant van de stick raken.
- De bal pushen (niet slaan).
- De bal bij het ontvangen stilleggen.
- Als de bal stilligt zijn de rollen omgekeerd.

Wisselregel

- Wanneer de bal 8 keer door beide leerlingen is gespeeld.
- De leerlingen ruilen met de wachtende leerlingen.
- Bij de volgende beurt: de leerling (aan de streepjes kant) verplaatst de pylon naar het volgende streepje.

Stopregel

- Als alle leerlingen de bal vanaf het verste afstandsstreepje hebben gespeeld, de docent roepen.
- Na het stopteken van de docent alle materialen terugleggen waar ze lagen.



Tips voor de docent

Loopt het?

Wat moet je doen als je minder dan 8 leerlingen hebt?

Bij 7 leerlingen: wissel steeds één van de actieve leerlingen met de wachtende leerling.

Bij 6 leerlingen: wissel steeds met de wachtende leerlingen.

Staat de pylon in de weg?

Haal deze weg en gebruik een markering van schilderstape of krijt.

Wordt de telling niet eerlijk gedaan?

Blijf als docent even staan en controleer de telling.

Laat een wachtende leerling hardop tellen.

Lukt het bijna?

Rolt de bal steeds onder de stick door?

Zorg dat de stick al op de grond ligt (bovenkant iets naar voren, soort dakje) en knijp in je stick als de bal de stick raakt.

Gaat de bal te hard om te stoppen?

Laat de medeleerling de bal zachter aanspelen.

Gaat de bal de verkeerde richting uit?

Maak de afstand kleiner (doe één pas naar voren).

Maak een poortje (als mikpunt) in het midden waar de bal doorheen gespeeld moet worden.

Lukt het beter?

Kun je makkelijk de bal stoppen?

Vraag of de aangever de bal harder kan aanspelen.

Probeer de bal nu in een vloeiende beweging aan te nemen en direct terug te spelen zonder de bal echt stil te leggen.

Vraag of de aangever de bal op de backhandkant kan spelen.

Leeft het?

Zijn de leerlingen toe aan een nieuwe uitdaging?

Wissel van tweetal.

Neem de tijd op hoe snel een tweetal 20 keer kan overspelen.

Maak er een wedstrijdje van: welk tweetal kan het snelst 30 keer overspelen?



Aannemen



Push

