

Spel 9: Stoot en ren

Spelidee en spelregels:

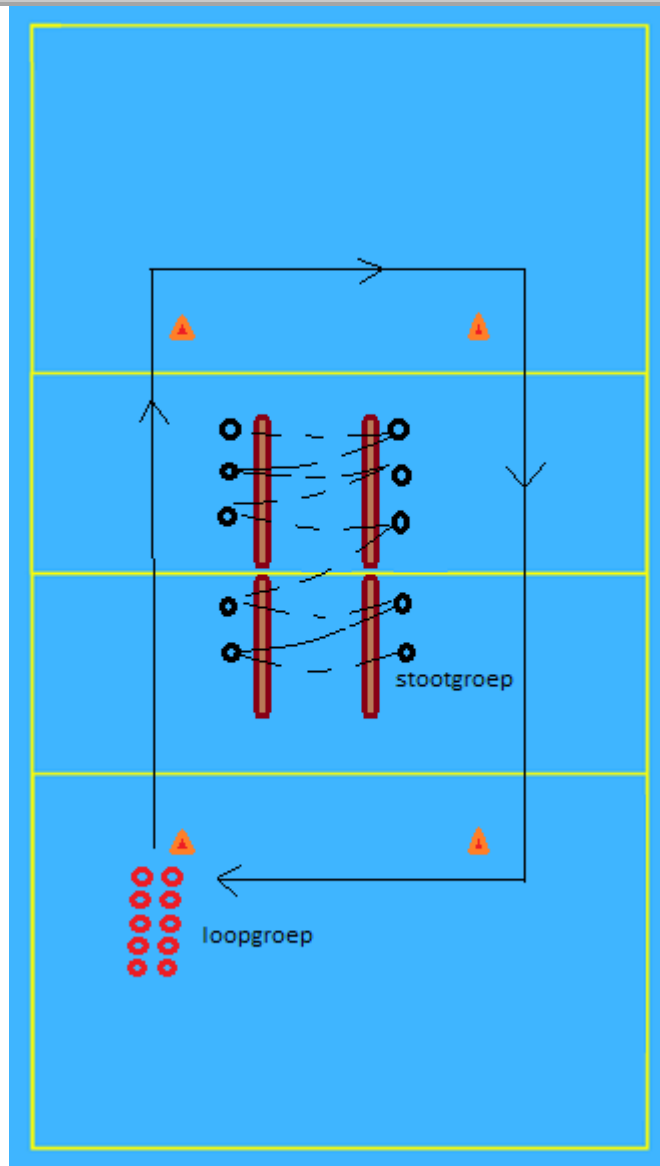
- De leerlingen die tegenover elkaar staan bij de banken proberen de medicijnbal zo snel mogelijk over te stoten, 1 of 2 keer op en neer.
- De leerlingen die bij de kegel staan gaan als groep zo snel mogelijk rondjes lopen.
- Na de aangegeven aantal keren over stoten worden de hoeveelheid rondjes die gelopen zijn geteld en er wordt gewisseld van functie.
- Er moet om de kegels heen worden gelopen.
- Welk team kan de meeste rondjes lopen?

Varianten:

- Er kan met verschillende ballen of technieken worden gestoten.
- Er kan afgesproken worden dat de minder goede lopers voorop lopen.
- De afstand tussen de banken kan vergroot of verkleind worden.
- De aantal stoten die moeten worden uitgevoerd kunnen worden aangepast.

Spelleiding:

- Duidelijk aangeven dat er als groep moet worden gelopen, niemand raakt dus achterop!
- Duidelijk de nadruk leggen op het stoten van de bal



Organisatie:

- De klas wordt verdeeld in 2 groepen, een groep staat klaar achter de kegel en een groep stelt zich op bij de banken.
- Na een ronde wisselen de groepen en gaat de loopgroep stoten en omgekeerd.

Sport overschrijdende vormen

- Spelvorm geschikt als opwarming voor kogelstoten, kan eventueel ook als opwarming voor basketbal of handbal worden gebruikt, technieken worden dan aangepast.