

Botsbal



Doelspelen en terugslagspelen

Lesverloop

De sporter met de bal laat de bal botsen in de hoepel. De andere sporter probeert de bal te vangen. Vervolgens stuiter die de bal op dezelfde manier terug. Elke keer dat een sporter de bal niet kan vangen, krijgt de andere speler een punt.

Organisatie & materiaal

Per 2, tegenover elkaar.

Er ligt 1 hoepel tussen de sporters.

1 sporter heeft een bal.

Hoepels | Ballen

Variatie of uitbreiding

- Verschillende soorten ballen gebruiken.
- 2 stappen zetten voor het botsen.
- Springen en dan botsen.
- Variëren in kracht en richting van botsen.



bekijk de video op
 @multiminuten

