

Hoepeljacht



Werpen, vangen en rollen
Doelspelen en terugslagspelen
Trappen en stoten

Lesverloop

De sporter met de bal probeert de bal in een hoepel te gooien. Als dat lukt, mag hij de hoepel wegnemen. Na elke worp sluit de sporter aan aan de overkant. De sporter aan de overkant neemt de bal en probeert hetzelfde, Welke ploeg kan het snelst alle hoepels wegspeken?

Organisatie & materiaal

Er liggen rijen van 5 hoepels.

De sporters staan per 4 aan een hoepelrij: 2 sporters aan elke kant. Eén sporter van elke groep heeft een bal.

Ballen | Hoepels | Markeerschijven

Variatie of uitbreiding

- De sporter met bal gooit of botst de bal naar de overkant. De sporter aan de overkant kaatst (slaan, stoten, boksen, trappen, ...) de bal in de hoepel.
- Afstand vergroten.
- Met niet-voorkeurshand of voet.
- Bal botsen vooraleer die in de hoepel botst.
- 1 groot terrein verdeeld in 2. Op elke kant liggen dezelfde voorwerpen: markeerschijven, kegels, hoepels, ... De sporters proberen op een voorwerp te gooien. Indien dit lukt, dan mogen ze het voorwerp gaan halen en op de eigen kant van het terrein zetten.



bekijk de video op
 @multiminuten

