

Doelwerpen



Wandelen en lopen
Doelspelen en terugslagspelen

Lesverloop

De sporters slalommen tussen de kegels met de bal in de handen. Op het einde proberen ze de bal in het doel te werpen.

Organisatie & materiaal

Er staat een rij kegels voor een doel.

Kegels of Potjes | Doel | Bal | Looppladder

Variatie of uitbreiding

- Al dribbelend tussen de kegels gaan/lopen.
- Bal voortdrijven met hockeysticks of tennisracket.
- Variëren in afstand van het doel.
- Een looppladder leggen i.p.v. kegels.
- Variëren in soorten van doel (tussen palen, voetbaldoel, korf, ..).
- Een keeper in het doel zetten.

