

Lesvoorbereiding rollen en gooien groep 1/2

Iesthema: Rollen en gooien (doelgericht, mikken)

groep: 1/2

datum:

aantal leerlingen: ± 25

beginsituatie

De kinderen hebben al vaker met een bal gerold, hoeft niet doelgericht te zijn.

doelstelling

De kinderen kunnen aan het einde van de les mikken op een doel. In ieder geval door een rolbeweging, eventueel door te gooien.

accent

Doelgericht rollen of gooien.

onderwijsleerstof

Inleiding

Verlostikkertje met balletjes

Er zijn twee geheime verlossers die elk een pingpongballetje hebben. Kinderen die getikt zijn gaan met hun handen open ('als een kommetje') staan. Krijgen ze van een geheime verlosser het pingpongballetje dan zijn ze vrij en worden ze zelf de geheime verlosser.

Kern 1

We beginnen met allemaal een plekje voor de muur, met de rug tegen de muur. De kinderen krijgen allemaal een middelgrote bal. De kinderen rollen de bal weg van de muur en lopen er zelf achter aan. De bal hoeft niet snel te rollen, er hoeft dus ook niet gerend te worden.

Dit kan een paar keer herhaald worden.

De groep wordt in tweeën gedeeld door het omdoen van lintjes. De kinderen staan om en om. Nu rollen de kinderen de bal en proberen hun bal in te halen. Weer een paar keer herhalen om en om met en zonder lintjes.

De kinderen met lintjes staan aan de ene kant van de zaal, zonder lintjes aan de andere kant. De kinderen komen wat dichterbij elkaar zitten en rollen over in tweetallen (zittend).

De kinderen gaan staan en rollen bij elkaar door de benen. Eventueel nog wat dichterbij elkaar staan. De kinderen gaan weer allemaal naast elkaar staan op ongeveer 3 meter van de muur. Voor de muur worden kegels geplaatst. De kinderen rollen de ballen naar de kegels.

Kern 2

De kinderen blijven voor de muur staan op ongeveer 1 a 2 meter. Ze gooien de bal tegen de muur laten 'm éénmaal stuiten en vangen 'm op. Voor sommige kinderen is het makkelijker om de bal niet te laten stuiten.

We proberen een paar oefeningen:

- handenklap voor de opvang;
- grond aanraken met handen;
- éénmaal ronddraaien.
- afstand tot muur vergroten.

Voor de kinderen die het te moeilijk vinden kan weer over gegaan worden op alleen gooien en vangen eventueel met stuit of naar rollen en vangen eventueel wel met de oefeningen zoals bij het gooien.

Tegen de muur staan twee matten. De kinderen splitsen weer in de twee groepen. En gaan in de rij staan voor de matten. Twee pionnen geven de afstand aan waar de kinderen moeten gaan staan om te gooien. De kinderen gooien de bal tegen de mat, pakken de bal weer op geven deze aan de volgende en sluiten daarna weer achteraan in de rij.

Voor de matten komen twee korven te staan. De kinderen mikken in de korven. De kinderen waarvoor het gooien te moeilijk is kunnen blijven rollen. Eventueel kan er een hoepel voor de mat gezet worden om het rakvlak voor hen te verkleinen.

Uiteraard doe ik zelf elke handeling voor.

Afsluiting

Tijgerbal

Alle spelers vormen een kring. Eén speler is de tijger. Hij bevindt zich in het midden van de kring op een afstand van tenminste 1 m van de anderen. Eén van de spelers rolt de bal naar een andere speler zo dat de tijger hem niet kan pakken. Wanneer de tijger de bal pakt mag hij zijn "kooi" verlaten en is degene die de bal rolde de tijger. Opgepast ! Je mag de bal niet gooien.

Materialen

- 2 of 3 pingpongballetjes
- 25 middelgrote ballen
- 15 lintjes
- 2 matten
- 2 korven
- 2 pionnen
- enkele hoepels