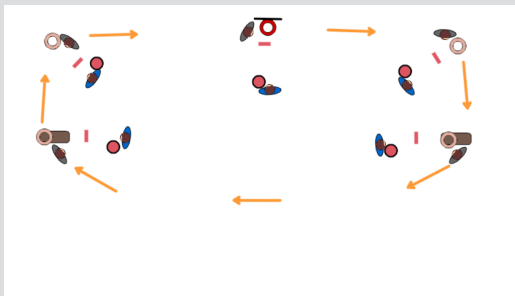
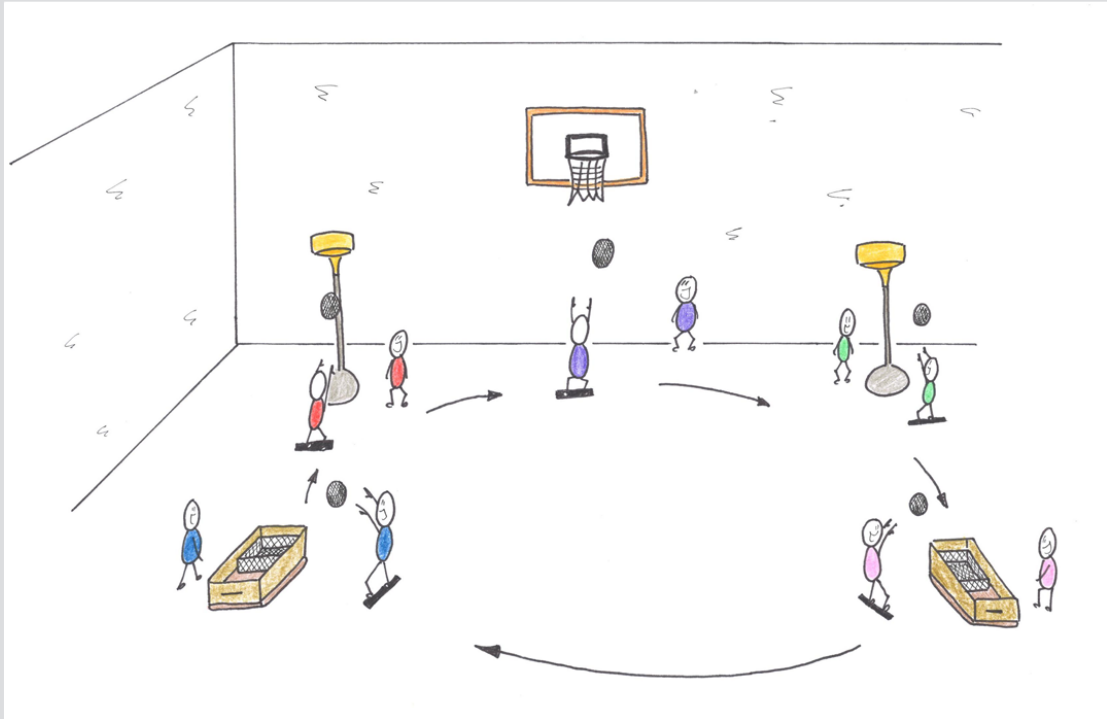




Met een afstandschot scoren



Klaarzetten

- 1/4 gymzaal (minimaal 6 m. x 12 m.)
- 4 t/m 12 kinderen: in tweetallen waarvan 1 gooier en 1 afvanger

Materiaal

- 4 korfballen (1 bal per tweetal)
- een omgekeerde kastkop met verschillende ballen (o.a. foambal, volleybal)
- 5 mikdoelen:
 - 2 korfbalpalen met korf op de laagste stand
 - 1 basket op de laagste stand
 - 2 kasten met elk een (plastic) kratje midden op de kast
- 5 schijfjes of streepjes als mikplekken: bij elk mikdoel 1 schijfje op 1 m. van het mikdoel
- pijlen (eventueel getekend met krijt) om de wisselrichting aan te geven



Opdracht

Probeer de bal vanaf de mikschijs in het mikdoel (korf, basket of kratje) te gooien.

Regels

startregels (eerste ronde)

- elk tweetal staat bij één van de 5 mikonderdelen
- per tweetal deel je samen 1 bal
- maak zelf afspraken over wie begint met gooien (mikken) en wie de ballen terug gooit
- de gooier begint bij het schijfje/streepje (op 1 m. van het mikdoel)
- de afvanger staat (in de buurt) bij het mikdoel
- je mag pas beginnen als er geen ander tweetal bij jouw miksituatie staat

regel gooier

- je mag 5 keer achter elkaar proberen het mikdoel te raken vanaf het eerste schijfje/streepje

regel afvanger

- zorg ervoor dat de gooier dezelfde bal weer terug krijgt om opnieuw te gooien

wisselregels

- na 5 keer gooien wisselen van functie: de gooier wordt afvanger en de afvanger mag gooien
- als je allebei 5 keer gegooid hebt, wissel je door naar het volgende mikdoel (door de pijlen te volgen)
- je mag pas beginnen als er geen ander tweetal (voor je) meer bij de miksituatie bezig is, anders even wachten tot ze klaar zijn

stopregel

- de begeleider geeft aan wanneer het tijd is om te stoppen met de activiteit



Tips - Met een afstandschot scoren

	WAT ZIE JE?	WAT DOE JE?
Loopt 't	het is lastig voor de kinderen om te onthouden welke doelen ze al hebben behaald en hierdoor kan verwarring en discussie ontstaan	geef ieder kind vijf post-its met hun naam erop: wanneer ze gegooid hebben schrijven ze de score op die ze gehaald hebben
Lukt 't	het lukt de leerling niet om 1 of meerdere worpen raak te gooien	leg het flapje op 0,75 m. van het doel om de afstand te verkleinen
		verhoog de afgooiplek door een kastkop te plaatsen (afstand verkleinen)
		mikdoel vergroten en/of verlagen
		een lichtere bal geven
	het lukt de leerling makkelijk om een 3 uit 5 score te behalen	plaats een extra flapje op 1,5 m. (afstand vergroten)
	het lukt de leerling makkelijk om vanaf de extra geplaatste schijf op 1,5 m. een score van 3 uit 5 te halen	plaats nog een schijf op 1,8 m.
Leeft 't	leerlingen hebben de behoefte om zichtbaar te hebben welke doelen ze al hebben geraakt	wanneer je 5 verschillende kleuren lintjes hebt, kan je bij ieder mikdoel een aantal lintjes leggen van een bepaalde kleur, die ze krijgen als ze een drie uit vijf score gehaald hebben (probeer alle kleuren te verzamelen)

Tips en trics om kinderen met een visuele beperking (cluster 1) nog beter tot hun recht te laten komen bij deze sportactiviteit.



- Laat het kind uit het ballenassortiment kiezen welke bal hij het beste kan zien (*slechtziend*).
- Vervang het toverkoord voor een beter zichtbare (brede) elastische band (*slechtziend*).
- Laat de aanwijzingen van dichtbij zien en controleer of het kind ze begrepen/gezien heeft (*slechtziend*).
- Laat het kind vooraf voelen op welke afstand de doelen staan, hoe hoog de doelen staan en hoe zij er uit zien (*blind*).
- Werk met een vast tweetal, waarbij het maatje steeds de bal voor het kind ophaalt (*blind*).
- Leg voor elk doel een turnmat neer, zodat het kind steeds vanaf dezelfde plaats start (laat het kind met de tenen net over de rand gaan staan, zo staat hij nu recht voor het doel) (*blind*).
- Laat het maatje na elke poging de werprichting corrigeren met de commando's: (iets)hoger/lager, (iets)harder/zachter of (iets) meer naar links/rechts (*blind*).

Tips en trics om kinderen met een lichamelijke beperking, in een (handbewogen) rolstoel en/of met een chronische ziekte (cluster 3) nog beter tot hun recht te laten komen bij deze sportactiviteit.

- Zet een korf lager of laat leerlingen vanaf een verhoging gooien.
- Zorg voor diverse ringgroottes.
- Maak een werkplek aan de zijkant als de leerling te afgeleid is.

Tips en trics om kinderen met een gedragsmatige problematiek (cluster 4) nog beter tot hun recht te laten komen bij deze sportactiviteit.

- Geef elk tweetal een lintje, zo is er duidelijk wie bij wie hoort.
- Wees duidelijk in wanneer je door mag draaien. Als een plek bezet is, blijft deze bezet totdat het andere tweetal is doorgedraaid.
- Daag leerlingen uit door gelijk nadat ze aangespeeld zijn, ze te laten mikken op de korf.

Veiligheid