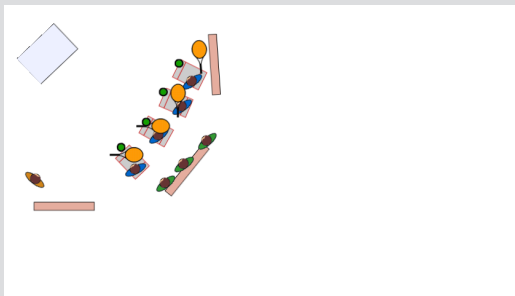
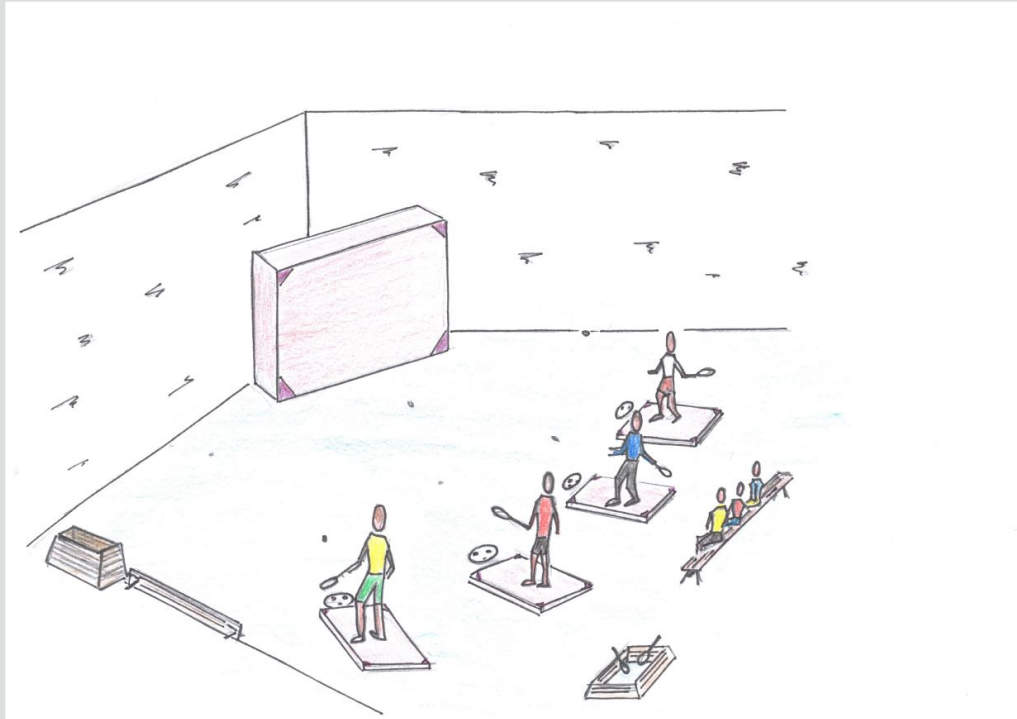




Wegslaan naar de mat



Klaarzetten

- 1/4 zaal (minimaal 6 m. x 12 m.)
- 8 deelnemers: 4 wegspeelers, 1 regelaar en 3 wachters

Materiaal

- veld in een hoek van de zaal plaatsen
- 4 kleine tennisrackets
- 4 x 5 zachte tennisballen (of foamballen)
- 4 hoepels als verzamelplek voor de ballen
- 4 matten als wegspeelplek
- 1 dikke mat (recht op staand) als mikdoel
- materiaal als afbakening van de speelruimte om weggrollende ballen tegen te houden (zoals banken en kastdelen)



Opdracht

De speler pakt het racket in de voorkeurshand en bal in de andere hand. Gooi de bal iets op en probeer de bal weg te slaan naar de rechtopstaande dikke mat.

Regels

startregel

- verdeel de funties: spelers, wachters en regelaar

regels spelers

- ga op de mat klaar staan, pak het racket en steeds maar 1 bal uit jouw hoepel
- wacht op het signaal van de regelaar
- sla 5 ballen één voor één naar de dikke mat

wisselregels

- als alle ballen weg zijn geslagen, gaan de spelers zitten op de wachtbank
- de wachters verzamelen alle ballen en leggen die eerlijk verdeeld in de 4 hoepels
- de nieuwe regelaar geeft het sein om te beginnen

einde spel

- als de tijd om is, dan leg je met elkaar de ballen terug (verdeeld over de hoepels)



Tips - Wegslaan naar de mat

	WAT ZIE JE?	WAT DOE JE?
Loopt 't	de kinderen kunnen niet zelf de activiteit regelen	de begeleider neemt de functie van regelaar
	de ballen rollen uit het speelveld	zachte (foam)ballen gebruiken
		veld nog beter afbakenen met hoge kasten en mattenwagens
		een gordijn ophangen waar tegen aan geslagen kan worden i.p.v. de dikke mat
		de wachters de rol geven om ballen tegen te houden
Lukt 't	de bal wordt niet geraakt of weggeslagen	de bal uit de hand weg laten staan
		een kleiner racket gebruiken (of het racket dicht bij het racketblad vastpakken)
		de (stilstaande) bal vanaf een balhouder wegslaan, bijv. een pilon met een opgerolde krant door de bovenkant, waarop de bal ligt
	de mat wordt niet geraakt	de wegspeelplek dicht bij de mat plaatsen (afstand verkleinen)
		de bal rustiger wegslaan (tijd nemen, rust bewaren)
		de tip geven: "Gooi de bal voor je op en niet teveel naast je"
	iedere bal raakt de dikke mat	probeer de bal nog harder te raken (versnellen)
		probeer de bal meer naast je op te gooien (indraaien)

Leeft 't

	gooi de bal hoger op en maak een langere slagbeweging
	probeer het eens met je 'verkeerde' hand
ze vinden het na 4 beurten (2 keer wegslaan) saai worden	andere slagbeweging bijv. de opslag of de backhand oefenen
	er een mikactiviteit van maken, bijv. wie weet de bal in de met krijt getekende cirkel op de mat te raken (en krijgt een punt)

- Het gericht wegspeken van de bal met het racket vraagt om gecontroleerd slaan. Voor (jonge) kinderen is deze ontwikkelde oog-hand coördinatie (zeker met een racket als verlenging van de arm) complex en vaak ontbreekt de ervaring. Probeer de uitdaging te zoeken in het mikken en niet in het zo hard mogelijk raken van de bal.

Tips en trics om kinderen met een verstandelijke beperking en/of zeer moeilijk lerend (cluster 3) nog beter tot hun recht te laten komen bij deze sportactiviteit

- Laat het kind de bal achter de mat slaan in plaats van tegen de mat. Dat maakt het spel interessanter.
- Laat de kinderen gooien in plaats van slaan.
- Tegen een bal aan een touwtje, die gespannen is tussen 2 palen, aan laten slaan.

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



- Maak gebruik van miniracket en foambal, als het niet lukt om de bal uit de hand te slaan.
- Leg een bal of pittenzakje op het racket en speel het voorwerp weg, als het niet lukt om de bal uit de hand te slaan.
- Tip voor kinderen in een handbewogen rolstoel. Geef het kind een werkplek aan de zijkant en zet de rolstoel op de rem iets schuin t.o.v. de mikrichting, als het niet lukt om de bal in de juiste richting te slaan.
- Tip voor kinderen in een handbewogen rolstoel. Leg bal of pittenzakje op het racket en speel weg, als het niet lukt om de bal uit de hand te slaan.

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

- Maak gebruik van aangepast materiaal: zachte ballen, rackets met korte stelen en groot blad (geldt voor alle tennisactiviteiten).
- Maximaal 2 kinderen naast elkaar laten werken en in eigen tempo om teveel afleiding te voorkomen.
- Begin met de bal uit de hand te slaan.
- Maak een cirkel met krijt op een matje, zodat duidelijk is welke voet je daar in zet (rechterhand slaan, linkervoet in de cirkel), als de bal niet wordt geraakt.
- Tip voor kinderen die meer uitdaging nodig hebben. Gooi de bal op en sla hem dan weg.

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 met de felst mogelijke gekleurde ballen werken (*slechtziend*).
- Laat de bal vanaf een balhouder wegslaan (*slechtziend*).
- Gebruik contrasterend tape om een vak op de mat te maken waarop gemikt moet worden (*slechtziend*).
- Ga achter het kind staan, pak zijn handen/polsen vast en laat eerst een paar keer langzaam voelen hoe de slagbeweging aanvoelt (*blind*).
- Vereenvoudig de opdracht door de bal weg te laten slaan met de hand of handpaddle (*blind*).
- Laat tegen een bal slaan dat aan een touwtje is opgehangen (*blind*).
- Luister goed of de bal de mat raakt, zodat je weet of de richting juist is of vervang de valmat door een groot verticaal opgehangen stuk plastic (*blind*).

Veiligheid

