

## **Week 10 (5 t/m 9 maart)**

### *Veldhockey*

Vooraf vrij spel, warming up en speluitleg. Deze keer geen hockeyknotsen, maar de normale hockeysticks. Dat is een tijdje geleden. Belangrijk is een goed gebruik van de stick i.v.m. de veiligheid. Niet te hoog, twee handen gebruiken etc. Na oefening en teamindeling gaan we een wedstrijd spelen van 2 x 20 minuten met gebruik van de allerkleinste doeltjes die we lenen van de voetballocatie. Doelstelling is spelplezier en vooral : sportiviteit !!

Nodig : hockeysticks, hesjes, hockeyballen, doeltjes, fluit, eventueel pionnen veldafzetting

## **Week 11 (12 t/m 16 maart)**

### *Basketbal*

Vooraf vrij spel, warming up en speluitleg. We spelen basketbal met veel beweging en variatie. Daarbij is het toegestaan om te dribbelen, maar niet lopen met de bal. Nadruk ligt op overspelen naar je teammaatjes. Na oefening en teamindeling gaan we een wedstrijd spelen van 2 x 20 minuten. Doelstelling is spelplezier en vooral : sportiviteit !!

Nodig : Free Players, basketballen, fluit, hesjes en eventueel pionnen

## **Week 12 (19 t/m 23 maart)**

### *Levend Stratego*

Op speciaal verzoek van de meeste kinderen. Vooraf speluitleg en teamindeling (of beter : commando indeling). Levend Stratego is een spel dat we spelen in het Springerpark. Twee commando teams hebben hun eigen vlag te verdedigen. Deze vlag moet vooraf worden verstopt op een plaats die naderhand (wanneer de vlag niet gevonden wordt) gemakkelijk is terug te vinden. Tactiek en slimheid zijn sleutelwoorden bij dit boeiende spektakel. Omstebeurt ben je een maarschalk, luitenant, kolonel, mineur, dan wel een bom of spion etc. Wie slim speelt wint de slag ! Doelstelling is spelplezier en vooral : sportiviteit !!

Nodig : hesjes, spelkaarten, vlaggen

## **Week 13 (26 t/m 30 maart)**

### *Hoogspringen en estafette run*

Vooraf vrij spel en uitleg. Het is begin van de lente en sommige kinderen die lid zijn van atletiekvereniging Avatri willen weer eens graag naar de Stormbaan. Wanneer de hoogspring accommodatie beschikbaar is kunnen we gaan hoogspringen. Het record staat nog altijd op 1 meter 25 (gesprongen door Stijn Hoogendoorn, 2016). Voor de veiligheid voor de jongste kinderen gebruiken we uiteraard de zachte hoogspring mat maar ook een elastiek als springlat. Als afsluiting lopen we in teams van 4 lopers een heuse estafette over 4 x 300 meter. Let wel : we zijn te gast bij de Atletiek, alle materialen die we lenen gebruiken waar ze voor bestemd zijn en na afloop weer netjes opruimen. Doelstelling is spelplezier en vooral : sportiviteit !!

Hopende op een fraai en sportief begin van het voorjaar !

Rachella en Ab