

Tennisbalspel

Balspelen



15

Doel

De tennisbal met zo vaak mogelijk in de beker te gooien met als het lukt op verschillende manieren

Materiaal

- 1 Tennisbal
- 1 (grote) beker/ bak

Activiteit

1. De deelnemers spelen of met de begeleider het spel
2. Een van de 2 of de begeleider heeft de beker in de hand
3. De deelnemer met de tennisbal probeert de tennisbal in de beker van de begeleider te gooien
4. Als de tennisbal in de beker zit is er een punt gescoord
5. Iedere deelnemer mag 5x gooien, herhaal dit 3 rondes
6. De deelnemer met aan het einde de meeste punten heeft gewonnen

Variant

- Zet de beker in het midden op een tafel of ergens anders neer
- Laat de deelnemers op een andere manier gooien; bovenhands, onderhands, verkeerde hand, 1 op been

Link instructie filmpje:

<https://youtu.be/CNYnIHKvsdY>

Hoe zet je het neer?

1. De deelnemers gaan recht tegenover elkaar zitten
2. Wordt het met meerdere gespeeld, maak een kring. De begeleider schuift steeds met de stoel op naar de deelnemer die aan de beurt is of zet de beker in het midden van de kring. Kijk wat de deelnemers qua niveau aan kunnen

Let op!

- Beweeg mee met de worp van de cliënt om zo de bal te vangen.
- Moedig de cliënten aan de bal zo ver mogelijk te gooien.
- Geef duidelijk aan hoe vaak de bal in de beker moet (duidelijk eind)

Te makkelijk?

- Zet de beker in het midden op een tafel of ergens anders neer
- Laat de deelnemers op een andere manier gooien; bovenhands, onderhands, verkeerde hand, 1 op been
- Vergroot de afstand tussen de deelnemer en de beker

Te moeilijk?

- Neem in plaats van een beker een kom of schaal die groter is
- Gebruik een kleinere bal