

Bij deze oefening draait het om balvaardigheid en timing. De deelnemer stuit een bal een aantal keer en vangt hem weer op.

## Materiaal



- Zachte goed stuitende bal met een diameter van 15,6 cm.

## Norm



- 4,6-5,0 jaar: kan de bal, op de plaats, met twee handen meer dan 2 keer stuiten en weer opvangen.
- 5,1-6,0 jaar: kan de bal, op de plaats, met één hand 5 keer stuitend houden en weer opvangen met twee handen.

## Score



- Voldoende is het voldoen aan de norm: score is 5 punten.
- Matig is afwisselend wel en niet voldoen aan de norm: score is 3 punten.
- Onvoldoende is niet voldoen aan de norm: score is 1 punt.

## Werkwijze



- De deelnemer stuit de bal op de grond en probeert de bal in beweging te houden.
- Bij 5,1-6,0 jarigen wordt er gescoord op 5 keer achter elkaar met één hand stuiten. Er mag tussendoor met twee handen gestuiterd worden.

## Tips



- Zorg voor voldoende ruimte.
- Laat de deelnemers even oefenen.
- Geef aan dat ze de bal aan de bovenkant moeten raken.
- Geef aan dat ze de bal niet te hard moeten raken.