

SAM Onderwijs

Spelkaart



Judo - stoeien

Speluitleg:

- Op elk matje zijn 3 kinderen waarvan onder verdeeld in de 3 functies. 2 kinderen gaan stoeien op de matjes en proberen elkaar op de rug te krijgen, in de houdgreep (liggend op de rug).
- De scheidsrechter draait drie keer met een hoepel om de tijd bij te houden.

Regels:

- Startregel: de kinderen starten met de ruggen tegen elkaar aan, het spel start als de scheidsrechter begint met draaien van de hoepel
- Stopregel: Als de hoepel 3x heeft gedraaid
- De kinderen proberen elkaar in een houdgreep te leggen: probeert de ander op zijn rug te krijgen.
- Spelregel aanvaller: niet kietelen, niet bijten en trekken en geen handen om de nek
- Spelregel verdediger: niet schoppen.
- Wisselregel: Aanvaller → Verdediger → Scheidsrechter → Aanvaller

Variaties:

Makkelijker:

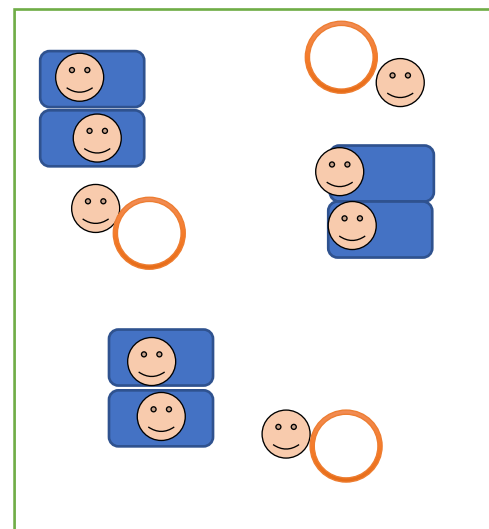
- In plaats de ander in een houdgreep te leggen een lintje in de broek doen (staartje) en dan moeten de kinderen elkaars staartje proberen af te pakken.
- In plaats van drie keer met de hoepel te draaien moet de scheidsrechter vijf keer met de hoepel draaien.

Moeilijker:

- Een kind ligt op zijn buik en het andere kind moet vanuit deze houding het kind zien te draaien en in een houdgreep proberen te leggen.

Aantal spelers: 6 – 10 spelers

Materiaal: - 6 turnmatten en 3 hoepels



Ruimtelijke oriëntatievermogen 	Koppelingsvermogen
Reactievermogen 	Kinetisch differentiatievermogen