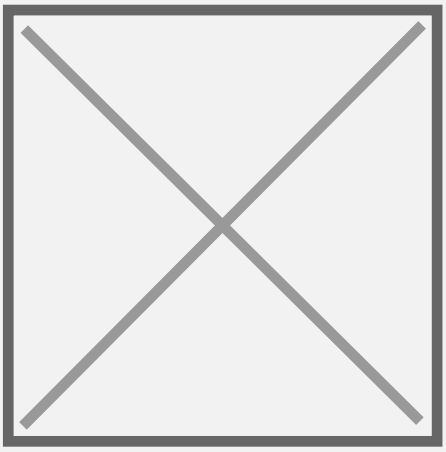
Evenwicht, Coördinatie: Opwarming: Kampspelen



Materiaal
Geen

Opstelling
Rijen, Cirkel

Partneroefening
Ja

Fysieke basis eigenschappen
Evenwicht, Coördinatie

Standen
Kokutsu dachi, Zenkutsu dachi, Kiba dachi

BESCHRIJVING:

DUWKAMP :

- Men plaatst de handen op de schouders van de partner en probeert zo de partner over een lijn te duwen.

TREKKAMP:

- Elkaar vasthouden aan de polsen en over een lijn proberen trekken

VARIANTEN:

- twee groepen : een buitenkring en een binnenkring. De kinderen van de buitenkring houden elkaars handen vast. De kinderen van de binnenkring trachten de buitenkring te breken door op de schouders te duwen van de kinderen van de buitenkring die bij hen in de buurt staan.

- Trekken en duwen met standen te bewaren

LET OP:

- Voorkom ruw spel, de kinderen moeten duwen, niet stampen.