

# Tikkertje bal



Wandelen en lopen  
Werpen, vangen en rollen

## Lesverloop

De tikkers proberen de sporters eraan te gooien met de bal. Wanneer de bal je raakt, ga je aan de kant een opdracht uitvoeren en kom je terug in het spel. Of de sporter die geraakt is, wordt de nieuwe tikker.

## Organisatie & materiaal

1 of 2 tikkers met een bal.

De andere sporters staan verspreid op het terrein.

## Zachte ballen | Zwemnoodle

### Variatie of uitbreiding

- In het zwembad met zwemnoodle i.p.v. bal.
- Meerdere tikkers.
- Mogelijke opdrachten aan de kant:
  - 5x bal omhoog gooien + toertje draaien
  - 5 x bal omhoog gooien + op buik gaan liggen
  - ...

