|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Bewegingsopdrachten behendigheid Week: 25-29 mei**  naam:**………………………………………………………………..** nr:**………** | | | | |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | Opdracht | Materiaal |  |  |  |  |
| 1 | Gaan staan & gaan zitten met rol op hoofd die niet mag vallen! | WC-rol | Afbeelding met buiten, gras, persoon, vasthouden  Automatisch gegenereerde beschrijving+Afbeelding met buiten, gras, persoon, vrouw  Automatisch gegenereerde beschrijving | 5x | 10x | 15x |
| 2 | Bal tegen muur gooien & weer opvangen. **Bal mag niet botsen!** | Bal & muur |  | 5x | 10x | 15x |
| 3 | Al zittend op handdoek 5 m afstand afleggen. **Geen handen gebruiken!** | Handdoek | Afbeelding met persoon, kind, jong, zitten  Automatisch gegenereerde beschrijving 🡪 | 3x | 5x | 7x |
| 4 | Bal tegen muur gooien, ronddraaien & weer opvangen. **Bal mag niet botsen!** | Bal & muur | +Afbeelding met tekening  Automatisch gegenereerde beschrijving + | 5x | 10x | 15x |
| 5 | Handen-& voetensteun, 2 voeten op handdoek, 5 m afleggen, **alleen handen gebruiken!** | Handdoek | Afbeelding met gras, buiten, voetbal, veld  Automatisch gegenereerde beschrijving | 3x | 5x | 7x |