

Balspelen

Bekertjes voetbal

Benodigdheden:

Plastic bekertjes (twee per kind), elastiekjes, en vliegertouw

Uitleg:

Met de bekertjes, de elastiekjes en het touw voor elke deelnemer een brilletje maken. Knip de bodems uit de bekertjes, en de deelnemers zet je gewoon aan een partijtje voetbal. Door de tunnel-vision is dat een heel nieuwe ervaring.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Te makkelijk? Die gaten kunnen ook kleiner!

Blind trefbal

Benodigdheden:

Speelsterrein, bal, zeiltje en mogelijkheden om dat zeil hoog te spannen.

Uitleg:

Zelfde spel als trefbal. Alleen is er op de middellijn een zeil gespannen zo hoog dat de spelers er niet overheen kunnen kijken. Voor de rest geen verschillen: Twee speelvelden met een achtervak voor mensen die af zijn. Bij de start neemt een vrijwilliger daar plaats die terug mag nadat de eerste echt af is. Afgooien met de bal, die niet via grond mag. Handen of hoofd zijn vrij. Als je af bent ga je naar je eigen achtervak (dat is dus achter de tegenstander). Vangbal die gevangen wordt van tegenpartij betekent iemand terug uit achtervak naar eigen vak. Als je in een achtervak staat en je gooit iemand af mag je ook terug, maar altijd minimaal 1 persoon in de achtervakken. De verliezers hebben verloren als er niemand meer in hun speelvak staat.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

De scheidsrechters moeten goed opletten, want de helft van de spelers staat buiten beeld ! Ook hier kan een tweede bal de moeilijkheidsgraad wat opvijzelen.

Boompjes Voetbal

Benodigdheden:

Bal

Uitleg:

Iedere speler kiest een eigen boom binnen het speelterrein. Voor de start wordt duidelijk gemaakt met hoeveel punten iedereen begint, bijvoorbeeld 5. Tijdens het individuele voetbalspel wat dan volgt. Raak je telkens een punt kwijt als je boom geraakt is door de bal. Op nul? Dan is het voor je afgelopen. Blijf als laatste over en win!

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Niet in de luxe situatie dat er een bos in de omgeving is, of een andere plek met genoeg bomen? Geen nood, bomen kan men vervangen door flesjes, banken, palen, etalagepoppen, enz.

Catch 5

Benodigdheden:

Bal

Uitleg:

Twee groepen van gelijke grootte lopen vrij over terrein en mogen met de bal overgooien. Is er vijf keer over gegooid binnen een team, heeft men een punt. Er mag veel gedaan worden om bal te heroveren.

Alternatieve spelwijzen en opmerkingen:

Beslis van te voren hoe moeilijk het moet worden. Mag de grond ook? Hoe hard mag er gespeeld worden om de bal af te pakken?

Earthball

Benodigdheden:

Grote bal (skippybal of groter)

Uitleg:

Voetbalspel met een grote bal. Afhankelijk van de grootte, kan men regels versoepelen. Een zeer grote bal maakt het noodzakelijk om duwen en rollen toe te staan.

Alternatieve spelwijzen en opmerkingen:

Kan ook als flessenvoetbalvariant gespeeld worden.

Flessenvoetbal

Benodigdheden:

Voor elke deelnemer een (bier)flesje gevuld met water en een bal

Uitleg:

Iedereen krijgt een flesje gevuld met water en een streepje op x cm hoogte. Iedereen plaatst zijn flesje op de grond. Vervolgens start het voetbalspel, waarbij het doel is om te voorkomen dat bij je eigen flesje het waterniveau daalt onder het streepje. Flesje leeg? Niet meer meedoen.

Alternatieve spelwijzen en opmerkingen:

Te traag? Meerdere ballen toevoegen.

Fopbal

Benodigdheden:

Bal

Uitleg:

Alle spelers moeten in een kring gaan staan met het gezicht naar het midden. Daar staat de spelleider met een bal. Alle spelers hebben hun handen op de rug. Als de spelleider je de bal toegoit, moet je deze vangen. Dan mogen je handen dus achter je rug vandaan gehaald worden. Vang je een bal niet die je volgens de onafhankelijke jury wel had moeten hebben, ben je af, en ga je uit de kring. Als de spelleider je door een schijnbeweging op het verkeerde been zet, en de bal niet gooit, maar doet alsof, mag je je handen niet achter je rug vandaan halen. Doe je dat toch, ben je ook af.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Kies een spelleider met talenten hiervoor. Bij jongere kinderen kan de leiding het beter zelf doen.

Global**Benodigheden:**

2 verschillende ballen (klein), uitzetmateriaal

Uitleg:

Er wordt een spelveld uitgezet van 2 bij 2 vierkante, even grote velden van +/- 10 bij 10 meter per veldje. Over de centrale kruising (het midden van de vier velden) wordt nog een cirkel met een diameter van zo'n 4 meter gelegd. De vier velden zijn continenten, de cirkel de stille oceaan (en verboden gebied). Twee teams, veld- en slagpartij. Veldpartij staat verdeeld over continenten, en daar staan ze vast. Veldpartij mag niet van continent wisselen gedurende het spel. Slagpartij heeft 4 man/vrouw in het veld en die mogen wel in alle continenten komen. Speler 5 van de slagpartij pakt het slaghout/knuppel/broodplank of het tennisracket en slaat de veldpartijbal in het veld. Vinden de (minimaal 2) scheidsrechters dit een slag dan gooit speler 5 ook gelijk de slagpartijbal naar een van de 4 spelers uit de slagpartij die in de continenten loslopen. Hoe scoor je punten? De slagpartij krijgt 1 punt voor elke keer dat de bal met de klok mee of omgekeerd alle continenten door is, zonder op de grond gevallen te zijn (niet lopen met de bal). Valt de bal? Vanaf dat continent begin je dan weer opnieuw. Dit mag doorgaan tot de veldpartij ook de weggeslagen bal gepakt heeft en ook een ronde door de vier continenten gemaakt heeft.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Deze vorm van slagbal kent geen uitjes; beide partijen moeten evenveel slagen krijgen. Daarnaast kan het spelkarakter leuk beïnvloed worden door hinderen toe te staan (tot rugby toe). Speel dit spel alleen met minimaal 2 leiding, want in je eentje is de puntentelling niet bij te houden. (beide houden 1 bal in de gaten)

Handbal**Benodigheden:**

Speelterrein, twee goals en bal

Uitleg:

De goals hebben een ruime halve cirkel rondom waar de tegenpartij uitblijft, lopen met de bal mag niet, en andere regels kunnen naar goeddunken wel of niet gebruikt worden (leeftijdsafhankelijk).

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Neem bij jonge kinderen een vrij kleine bal. Makkelijker te gooien.

Koningsbal**Benodigheden:**

Bal, paaltjes, flessen of iets anders wat omgetrapt kan worden

Uitleg:

Een groep van 3-6 spelers krijgt in een afgebakende niet al te grote ruimte (of veld) een eigen object ter verdediging. Men gaat vervolgens binnen het terrein voetballen. Als het object omgevallen is, is de speler af en moet naar de kant. Een nieuwe speler

komt erin. Op een lastig punt binnen het terrein staat nog een object, maar zonder verdediger. Dit is het object van de koning. Wordt deze omgetrapt, dan moeten alle spelers het veld verlaten en komen er nieuwe in.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Duurt het spel te lang? Zet een extra speler er in, die als enige doel heeft het koningsobject om te laten vallen.

Poortbal

Benodigdheden:

Bal

Uitleg:

Iedereen in een kring met de benen wijd en aangesloten, dwz. je rechterbuurman staat met zijn/haar linkervoet tegen jouw rechervoet. Benen wijd genoeg om er een bal door te gooien. Vervolgens een bal in het spel die alleen met de handen bewogen mag worden. Bal tussen de benen door? Achterstevoren gaan staan en verder spelen. Nog een keer af? Uit de kring.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Handicaps (een hand) of meerdere ballen behoren tot de mogelijkheden.

Rugby

Benodigdheden:

Bal

Uitleg:

Een veld met een middenlijn en twee achterlijnen. Twee teams proberen de bal over de achterlijn van de andere partij te krijgen door te rennen met de bal of terug (achteruit!) te gooien. Bal afpakken mag, mensen alleen om middel pakken.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Druk tackelen e.d. de kop in. Zorg dat oude spelers tegenover oude spelers komen te staan. Gebruik een niet te kleine bal. Speel niet te snel.

Spinnenweb

Benodigdheden:

Per groepje een bolletje wol en een strandbal

Uitleg:

Elk groepje (ong. 6 deelnemers) krijgt een bolletje wol. Eentje pakt het uiteinde en roept een naam. Vervolgens gooit hij het bolletje naar die persoon, die vangt. Zelf had hij het uiteinde vastgehouden. Persoon twee roept een naam en gooit, maar houdt ook een stukje wol vast. Zo vormt zich een spinnenweb. En met behulp van een strandbal kun je daar leuk mee volleyballen. Bal mag niet op de grond komen.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Laat ze desnoods een knoop in hun uiteinden wol leggen, want als iemand valt zit je hele spinnenweb in de knoop.

Tafelvoetbal

Benodigheden:

Touw en bal

Uitleg:

De voetbaltafel wordt gevormd door net als bij een voetbaltafel 4 lijnen per groep. Keeper, verdedigers, middenvelders en aanvallers. Dus van links naar rechts eerst Keeper A, Verdediger A, Aanvaller B, Middenvelder A, Middenvelder B, Aanvaller A, Verdediger B, Keeper B. Spelers mogen niet van hun lijn af, alleen naar links of rechts lopen.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Spelers kunnen aan elkaar gebonden worden. Neem terrein niet te klein.

Torenbal

Benodigheden:

Bal en evenveel palen als groepen

Uitleg:

Elke groep krijgt een paal (of een koker) die uit zich zelf rechtop op de grond kan blijven staan. Daaromheen wordt een cirkel met een diameter van ongeveer 3 à 4 meter getekend. Als het spel start mag er overgegooid worden met een bal (niet lopen als je een bal hebt !) en moet men de koker(s) van de andere partij(en) om zien te gooien. De cirkels zijn echter verboden gebied! Wil men het eenvoudig houden, kan men zeggen dat zodra de bal boven de cirkel is hij niet meer aangeraakt mag worden. Dit om "jumpshots" te voorkomen, maar bij oudere deelnemers kan men ze best toestaan, als de cirkel iets wijder genomen wordt. Puntverdeling: iedereen krijgt 5 punten, elke keer dat een paal omvalt wordt daar een punt van afgehaald.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Te traag? Er zijn vast nog wel enkele ballen te vinden voor een multibalspel !

Touwbal

Benodigheden:

Genoeg touw en een bal

Uitleg:

Alle spelers worden per twee met hun benen aan elkaar gebonden. (rechterbeen linkerspeler aan linkerbeen rechterspeler). Vervolgens gewoon voetbal, of flessenvoetbal

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Kies spelers van gelijke lengte om samengebonden te worden

Trefbal

Benodigheden:

Bal, uitzetmateriaal

Uitleg:

Twee speelvelden met een achtervak voor mensen die af zijn. Bij de start neemt een

vrijwilliger daar plaats die terug mag nadat de eerste echt af is. Afgooien met de bal, die niet via grond mag. Handen of hoofd zijn vrij. Als je af bent ga je naar je eigen achtervak (dat is dus achter de tegenstander). Vangbal die gevangen wordt van tegenpartij betekent iemand terug uit achtervak naar eigen vak. Als je in een achtervak staat en je gooit iemand af mag je ook terug, maar altijd minimaal 1 persoon in de achtervakken. De verliezers hebben verloren als er niemand meer in hun speelvak staat.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Meerdere ballen maakt het allemaal wat spannender!

Zitvoetbal

Benodigdheden:

Bal

Uitleg:

Spel voor een egale, niet splinterende vloer (binnen) of een willekeurig buitenterrein. Regels van gewoon voetbal (behalve buitenspel, e.d.) maar de spelers mogen alleen zich zittend verplaatsen. Dat houdt in dat de spelers op hun zitvlak over de grond schuiven, of er hooguit een paar centimeter boven hangen, om erge slijtage te voorkomen. Doelen tussen twee objecten. Rest ongeveer gelijk aan voetbal.

Alternatieve speelwijzen en opmerkingen:

Spreek van te voren duidelijk af wat wel en wat niet mag. Kinderen spelen vaak in de straat waar ze wonen ook voetbal, en zoveel regels als straten kan men ontdekken. Kijk binnen uit met lampen en ramen, of speel met een schuimrubber bal.