



Auteur: Rudy Papo  
Ludus Outdoor  
datum: November 2014

### **Leskaarten Eagle Eye**

De Eagle Eye is een gave manier om elastieken te schieten! Voor kinderen is schieten erg aantrekkelijk en kan een leuke afwisseling zijn naast de meer reguliere sporten en activiteiten. Op de volgende pagina's worden oefeningen beschreven die de kinderen op een leuke en speelse manier laten bewegen met de Eagle Eye. De kaarten zijn als volgt opgebouwd:

- 1 – Wat is de Eagle Eye?
- 2 – Hoe werkt de Eagle Eye en hoe zit het met de veiligheid?
- 3 – De basis, waar kan ik op schieten?
- 4 – Een hele les met de Eagle Eye!
- 5 – Eindspel: Het Super Eagle Eye parcours!
- 6 – Hitmiss4all, nog een stap dichterbij handboogschieten.

## Wat is de Eagle Eye?

Met de Eagle Eye kan op een veilige manier geschoten worden en is met name geschikt voor het onderwijs, buitenschoolse opvang, de vereniging en recreatief gebruik. De Eagle Eye is gemaakt om het, door de Nederlandse Handboog Bond ontwikkelde, handbooglespakket aan te vullen. De grip is die van een echt handbooghandvat en is zowel links- als rechtshandig. De gadget is klein, simpel en leuk in het gebruik en kan in vele lessituaties gebruikt worden. De Eagle Eye kan bijvoorbeeld ingezet worden bij mikspelen, estafettes en tijdens de handboogsport in de gymles. Er wordt geschoten met een (post)elastiek. Zorg altijd voor een grote hoeveelheid elastieken. Het beste is om twee elastieken aan elkaar te knopen. Door twee elastieken te koppelen ontstaat de ideale schietlengte. Het elastiek benadert dan het uittrekken van een echte pees op de handboog.

## Hoe werkt de Eagle Eye en hoe zit het met de veiligheid?

- Zet je voeten parallel aan de schietlijn en draai je hoofd richting het doel;
- Neem de Eagle Eye voor het gemak in de andere hand dan waarmee je schrijft;
- Neem een elastiek in je schrijfhand en haak deze om de snavel van de Eagle Eye;
- Strek de arm met de Eagle Eye en trek het elastiek met 1 vinger naar je gezicht, de snavel komt omhoog;
- Trek het elastiek tot onder je oog;
- Richt door over het elastiek te kijken en het opstaande puntje van de snavel;
- Laat los door het elastiek van je vinger te laten schieten!

### **Schieten de leerlingen tegen de Eagle Eye aan?**

Breng de arm waarmee de Eagle Eye vast gehouden wordt wat naar beneden.

### **Zetten de leerlingen de voeten niet op de goede plek?**

Gebruik tape bij de lijn waar vanaf geschoten wordt. Plak 2 streepjes waar de leerlingen de voeten neer moeten zetten.

### **Vliegt het elastiek niet mooi naar voren, waardoor de raak kans erg klein wordt?**

- het elastiek raakt de Eagle Eye, zie eerste tip.
- de leerling heeft het elastiek met meerdere vingers vast, daardoor is het moeilijker om het elastiek goed los te laten, gebruik 1 vinger.
- de elastiek zit niet goed om de snavel, geef een goed voorbeeld en laat de leerling het een aantal maal oefenen.

### **Vinden leerlingen het eng om het elastiek los te laten?**

Zorg ervoor dat het elastiek goed om de snavel zit. Laat de kinderen het elastiek de eerste keer niet zo ver uittrekken voordat ze loslaten. De tweede keer trekken ze het elastiek wat verder etc. Zo raken ze eraan gewend en is het elastiek niet meteen zo dicht bij het gezicht.

Waarop je ook schiet, het is altijd belangrijk om een aantal regels af te spreken omtrent de veiligheid. Deze regels gelden voor alle oefeningen. Natuurlijk is de kans erg klein dat er iets gebeurt tijdens het schieten met de Eagle Eye, maar voorkomen is beter dan genezen!

- Schiet altijd vanachter de schietlijn;
- Richt nooit op andere mensen;
- Schiet altijd richting het doel;
- Niet schieten als er iemand elastieken aan het halen is.

Zorg ervoor dat er altijd achter het doel een afscheiding is die ervoor zorgt dat de elastieken niet door de hele ruimte kunnen vliegen. Als je een doel laag op de grond maakt, richten de leerlingen al naar beneden, waardoor het elastiek niet zo hoog geschoten wordt.

**Overall waar "leerling" staat kan ook "deelnemer" worden gelezen. Bijvoorbeeld wanneer de Eagle Eye wordt gebruikt bij een buitenschoolse opvang.**

## De basis, waar kan ik op schieten?

De Eagle Eye kan goed gebruikt worden tijdens lessen waar richten centraal staat. Hieronder een aantal voorbeelden van doelen die gebruikt kunnen worden:

### Makkie!

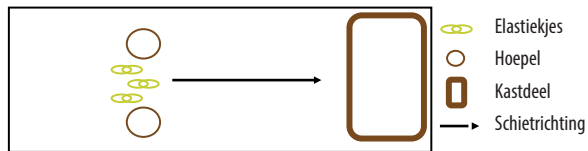
- Kastdeel op zijn kant, in de bak is raak
- Door of in een korf is raak
- Via de wand in een hoepel

### Best lastig!

- Gebruik het wandrek, elk vak geeft een ander aantal punten (hoog-laag).  
Hang lintjes om de vakken te markeren
- Rechtstreeks in een hoepel
- Schiet op blikjes

### Voor pro's!

- Schiet onderin een omgedraaide pion (het elastiek moet erin blijven liggen)
- Bewegende ring
- Schieten vanaf een balanceertol



Maak duidelijk wat de schietrichting is en zorg ervoor dat het niet gemakkelijk is om door het schietgebied te lopen.

### Blijven de kinderen niet achter de schietlijn?

Zorg voor een duidelijke plek waarvandaan geschoten wordt, bijvoorbeeld een hoepel of mat.

### Gaat bij de oefeningen in elke categorie de uitdaging verloren?

- Vergroot de afstand. Let op, de schietlijn alleen in zijn geheel verplaatsten.
- Laat de leerlingen op 1 been staan.
- Schiet eens met je andere hand.
- Ga verder met mikdoelen uit een hogere categorie.
- Laat de leerlingen zelf een situatie verzinnen (niet op dieren en mensen schieten).

## Een hele les met de Eagle Eye!

Deze kaart beschrijft een les waarbij alleen gebruik gemaakt wordt van de Eagle Eye voor een groep van 30 leerlingen.

**Warming up:** Laat de kinderen zelf groepjes maken (of doe het zelf als dat beter uitkomt) Geef elk 2-tal een Eagle Eye en 6 elastieken. Maak een groot vak in het midden van de zaal. Gebruik lijnen van een bestaand veld of zet pionnen neer. Plaats om dit vak 5 verschillende attributen waarop geschoten kan worden, zoals een korf, het wandrek en een hoepel. Gebruik doelen uit **Makkie!**. Alle 2 tallen dribbelen hand in hand door het vak. Op "ja!" rennen de 2-tallen naar de rand van het vak en schieten met z'n tweeën 1 elastiek weg naar het attribuut. Een persoon houdt de Eagle Eye vast, de ander schiet het elastiek. Als iedereen geschoten heeft dribbelen ze weer verder en wisselen ze van taak. Laat elk groepje minimaal 1 keer op alle attributen schieten. Welk 2 tal weet het meest te raken?

### Hebben de leerlingen geen ruimte om goed te schieten?

Geef aan dat er maximaal 6 groepjes bij elke schietplek kunnen staan. Laat de leerlingen bedenken waarom die extra ruimte prettig is.

### Gaat de uitdaging verloren?

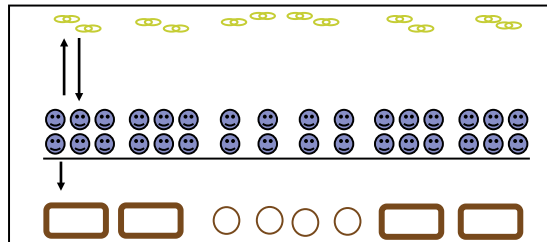
- Maak de schietafstanden naar de attributen groter.
- Laat de kinderen hand in hand lopen. Op "ja!" springt de een bij de ander op de rug. Samen lopen ze naar een doel, waar de leerling vanaf de rug het elastiek schiet.

## Samenspel 1:

Deze oefening is om het schieten met de Eagle Eye te oefenen.

Gebruik de zaal in de breedte en verdeel de twee tallen over de zaal. Laat alle leerlingen dezelfde kant uitschieten. Een leerling heeft de Eagle Eye vast, de andere start op "ja" en rent naar de andere kant van de gymzaal, pakt daar 1 van de elastieken, rent terug en zijn of haar partner schiet met deze elastiek. Als hij of zij klaar is, wordt de Eagle Eye doorgegeven en rent hij of zij naar de elastieken, et cetera. Het voordeel is dat de elastieken niet allemaal bij elkaar liggen en dat de leerlingen elkaar kunnen helpen bij het schieten.

Gebruik een doel uit **Makkie!**.



## Samenspel 2:

Gebruik dezelfde tweetallen. Verdeel de zaal in de lengte in twee helften. Maak aan weerskanten van de middellijn een startlijn. Verdeel de tweetallen over deze tweelijnen. Zie hiernaast.

Op "ja" rent de eerste leerling van het tweetal naar de schietlijn en schiet op de dichtstbijzijnde korf of hoepel. Hij/zij rent zo snel mogelijk terug naar zijn partner en geeft de Eagle Eye door. Deze doet hetzelfde.

Welk team is als eerste klaar met het schieten van vier elastieken?  
Als iedereen klaar is worden de elastieken gezamenlijk gehaald.

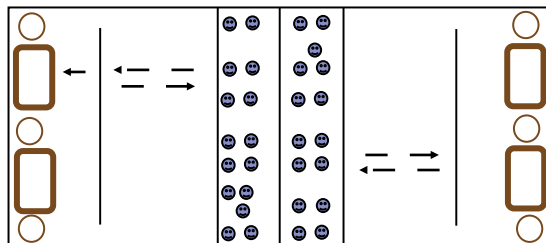
### Starten de leerlingen te vroeg?

Laat ze op de grond of in een hoepel gaan zitten. Ze mogen pas starten als de Eagle Eye van achteren doorgegeven wordt.

### Gaat de uitdaging verloren?

- Zorg dat de doelen verder weg staan. Let op, de schietlijn alleen in zijn geheel verplaatsen.
- Zorg voor obstakels in het veld, zoals een bank of kast waar ze overheen moeten.
- Maak grotere groepen die tegen elkaar strijden.
- Laat de tweetallen die achter elkaar staan tegen elkaar strijden, of juist samen punten scoren.

## Avalrace



Gebruik dezelfde opzet als hierboven. Voeg alle tweetallen van een kant bij elkaar. Er zijn nu twee teams.

Op "ja" starten beide groepen met 7 leerlingen en rennen de leerlingen naar de schietplek. Alle 7 schieten een elastiek. Iedereen die raakt mag blijven. Daarna rennen de leerlingen terug en geven de Eagle Eye door aan de volgende. Mis je, dan moet je nadat je de Eagle Eye hebt doorgegeven aan de kant gaan staan of zitten. Degene die voorop staat of zit, mag als eerste het veld weer in. En let op: geschoten is geschoten! Er zijn 3 soorten doelen, zie de volgende kaart.

## vervolg afvalrace

- 1 - **Makkie!**, scoor je dit doel dan mag je blijven en de Eagle Eye doorgeven;
- 2 - **Best Lastig!**, scoor je dit doel dan mag je blijven en mag 1 leerling terug in het spel;
- 3 - **Voor Pro's!**, scoor je dit doel dan mag je blijven en mogen 2 leerlingen terug.

De leerlingen mogen maar 1 keer achter elkaar schieten. De Eagle Eye moet dus altijd doorgegeven worden. Mocht er 1 iemand overblijven dan is hij/zij een uitzondering op deze regel. Zodra er een leerling bij komt, valt deze uitzondering. Het team dat na vijf minuten de meeste leerlingen heeft, wint. Het kan natuurlijk ook zijn dat een team alleen overblijft, zij zijn dan ongeacht de tijd de winnaar van het spel.

### Zijn na 1 minuut de groepen al klaar of is er nog niemand uit?

- Maak de afstanden kleiner of groter.
- Maak het makkelijker om kinderen terug te krijgen door de doelen te vergroten.

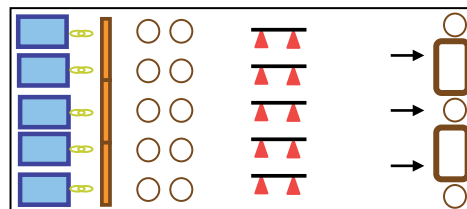
### Gaat de uitdaging verloren?

- Maak de schietafstanden naar de doelen langer.
- Zorg voor obstakels in het veld, zoals een bank of kast waar ze overheen moeten.

## Eindspel 1: Teamestafette

Maak 5 groepen. Laat de leerlingen plaatsnemen op een eigen mat aan een kant van de gymzaal. Tussen de schietlijn en de mat staan voor elke groep dezelfde hindernissen. Denk aan een bank, een aantal hoepels waarin ze moeten springen, 2 pionnen met een stok erop waar ze onderdoor moeten, et cetera. Aan het einde van de gymzaal staan de doelen.

De eersten van de groepen starten en rennen via de hindernissen naar de schietlijn en schieten daar een elastiek op het doel. Als ze raken mogen ze rechtstreeks terug naar hun groep en geven de Eagle Eye door aan de volgende persoon. De enige hindernis die ze hebben is de bank. Als ze missen moeten ze het volledige parcours teruglopen! Iedereen schiet 2 keer, welke groep is als eerste klaar?



## Eindspel: Het Super Eagle Eye parcours!

Dit spel is erg leuk aan het einde van de les of bijvoorbeeld tijdens een sportdag van de school. Deze activiteit kan op het plein, in de gymzaal, in een leslokaal en in het bos gedaan worden. Er wordt namelijk gebruik gemaakt van alles wat er beschikbaar is.

### Het idee!

Samen met de kinderen wordt een obstakelparcours uitgezet met daarin minimaal 4 schietlocaties. Zorg ervoor dat het parcours door 2 mensen tegelijk gedaan kan worden.

### Wat heb je nodig?

- Gebruik bijvoorbeeld kasten, tafels of een klimrek of bank
- hoepels, touwen, stoelen, blokjes, matjes
- 8 Eagle Eye's
- meer dan genoeg elastieken

### Wat is de bedoeling?

Volg het parcours, schiet de elastieken op de doelen en scoor zo veel mogelijk punten.

### Regels:

- zie kader veiligheid
- zodra de eerste 2 kinderen hun eerste elastiek geschoten hebben, kunnen de volgende twee starten et cetera.

### Gaat de uitdaging verloren?

- Varieer niet alleen in afstand, maar ook in de manier van schieten. Bijvoorbeeld vanaf een kast of een tafel.
- Verdeel de groep in tweeën. Welk team scoort na 2 beurten het meeste aantal punten?
- De grond mag tijdens de rondgang van het parcours niet geraakt worden.
- De groepen moeten gezamenlijk door het parcours en niemand mag de grond aanraken. Iedereen schiet op de verschillende plekken een elastiek op het doel.
- Werk met tijd; wie kan het parcours het snelst afleggen? Elk gescoord punt betekent 5 sec. aftrek van de eindtijd. Denk aan de veiligheid!