

OEFENVORM 2: 2x OPENDRAAI + SCHOT

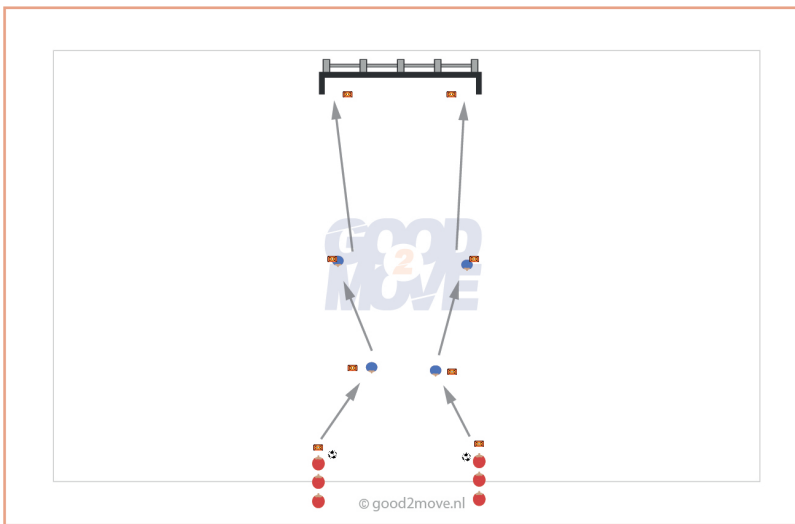
GAAN EN LOPEN

DRAAIEN

KEREN

SCHIETEN

MIKKEN

**Materiaal**

- Per situatie:
- 8 Pionnen
 - 6 Ballen
 - 1 Goal

Bewegingsopdracht

Oefen het afronden na het aannemen en opendraaien.

Organisatie

Zet twee pionnen neer op 12m, 20m en 25m van het goal. Bij de pionnen op 12m en 20 m staat 1 speler. De rest staat in de rij op 25 m. Ballen verdelen over de rijtjes. Op 1m van beide doelpalen staat 1 pion.

Uitvoering

Speler pion 1 passt naar speler pion 2. Deze neemt aan, draait open en passt naar speler pion 3. Deze neemt aan en schiet op goal. Punten: bal in het goal tussen de pionnen = 1 punt. Bal tussen de paal en pion = 2 punten. Bal direct in het net (zonder grond raken) = punt extra. Na schot zelf de bal halen en achteraan sluiten. Speler pion 1 loopt naar pion 2 en die naar 3. Rijtjes werken tegelijk.

Aandachtspunten

- Maak een vooractie.
- Probeer 2x ter raken.
- Neem de tijd om te mikken.
- Denk aan de stappen van het schieten.

Differentiatie

Makkelijker:

- Afstand verkleinen.

Moeilijker:

- Maximaal 2x raken.
- Rechts aannemen is links schot

