

# OEFENVORM 4: 2x KAATS EN AFRONDEN

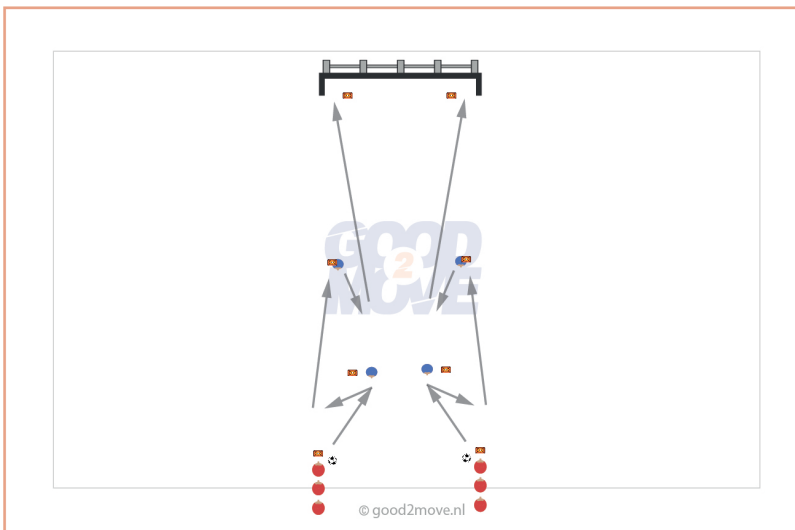
GAAN EN LOPEN

DRAAIEN

KEREN

SCHIETEN

MIKKEN



## Materiaal

Per situatie:

- 6 Pionnen
- 6 Ballen
- 1 Goal

## Bewegingsopdracht

Oefen het afronden na een dubbele kaats.

## Organisatie

Zet twee pionnen neer op 12, 20m en 25m van het goal. Bij de pionnen op 12m en 20m staat 1 speler. De rest staat in de rij op 25m. Elk rijtje een aantal ballen. Op 1m van de doelpalen staat 1 pion.

## Uitvoering

Speler pion 1 kaats met speler pion 2. Speler 1 speelt de bal op speler 3. Speler 3 kaats op speler 2 en rond deze af. Punten: bal in goal tussen de pionnen = 1 punt. Bal tussen paal en pion = 2 pt. . Bal direct in net (zonder grond raken) = extra pt. Na schot bal halen en achteraan sluiten. Speler pion 1 loopt naar pion 2, die naar 3. Groep werkt tegelijk.

## Aandachtspunten

- Maak een vooractie.
- Lichaam over de bal.
- Kaats op het goede been.
- Neem de tijd om te mikken.
- Denk aan de stappen van het schieten.

## Differentiatie

Makkelijker:

- Afstand verkleinen.

Moeilijker:

- Schieten met verkeerde been.
- Hesje ophangen als extra doelwit.

