

STAP 4: 3V2 BASISPEL

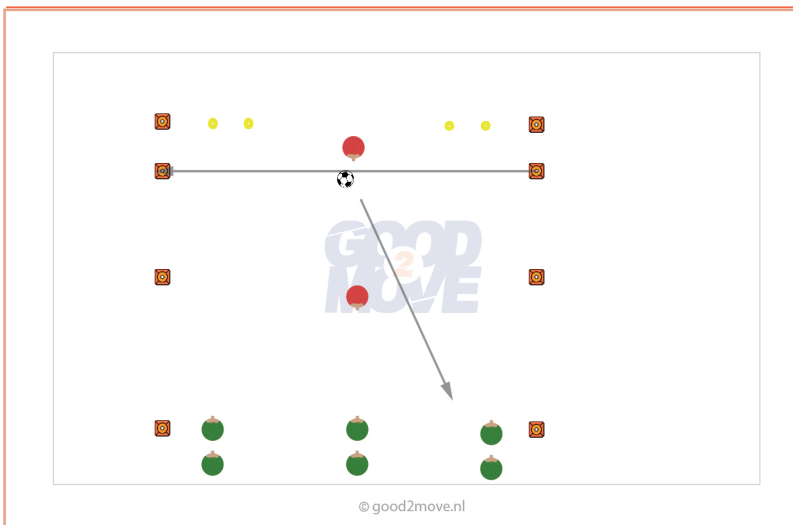
GAAN & LOPEN

DRAAIEN

KEREN

SCHIETEN

MIKKEN



Materiaal

- 8 Pionnen
- 6 Lintjes
- 3 Ballen
- 2 Goals.

Bewegingsopdracht

Speel een 3 tegen 2 situatie uit en scoor in een van de 2 goals.

Organisatie

Maak een veld van 15m bij 15m of speel op halve zaal. Zet op de achterlijn van de verdedigers 2 goals en maak daarvoor een vak van 2m bij 15m. Er zijn 2 vaste verdedigers met 1 in het achtervak. Bal begint bij de verdedigers (rood).

Uitvoering

De verdediger (rood) in het vak speelt de bal naar 1 van de 3 aanvallers (groen). De aanvallers proberen te scoren in 1 van de 2 goals. 1 van de 2 verdedigers staat vast in het vak en mag daar niet uit. De andere verdediger kan vrij bewegen. Bij balverlies dribbelt de verdediger over de achterlijn van de aanvallers voor een punt. Bij bal uit of doelpunt begint een nieuw 3 tal. Na 5x wisselen de verdedigers met aanvallers.

Aandachtspunten

- Houd het veld breed.
- Doe alles op hoge snelheid.
- Loop vrij van de tegenstander.
- Lok de verdedigers en speel dan snel over.

Differentiatie

Makkelijker:

- Veld groter maken.
- Verdediger mag niet in het vak komen.

Moeilijker:

- Veld kleiner maken.
- Na 5x overspelen mag de verdediger uit het vak.