

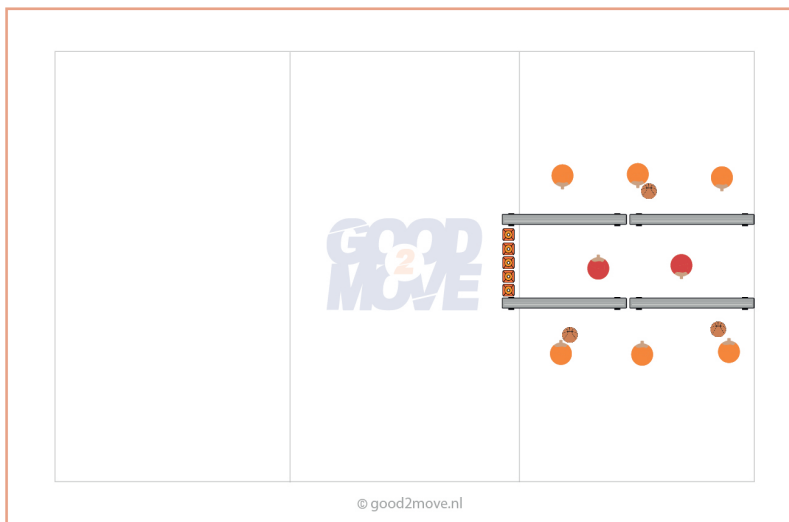
OEFENVORM 4: BOUNCEPASS VERDEDIGER

GAAN EN LOPEN

GOOIEN

VANGEN

MIKKEN



Materiaal

- 4 banken (of pionnen)
- 1/2 lintjes
- 5 pionnen
- 5 basketballen

Bewegingsopdracht

Passeer de verdediger met een bounce-pass en scoor punten.

Organisatie

Speel op 1/3 zaal. Maak een langwerpige vak met 4 banken of pionnen. 1 verdediger in het vak en de rest erbuiten met de ballen. Zet 5 pionnetjes neer aan de zijkant van het vak.

Uitvoering

De leerlingen proberen de bal d.m.v. een bounce-pass in het vak naar de overkant te krijgen. Als de bal aan de overkant gevangen wordt krijgt de groep een punt. De verdediger(s) probeert dit te voorkomen. Als dat lukt mag een pion worden neergelegd. Alle pionnen om is een nieuwe verdediger.

Aandachtspunten

Bounce pass:

- Vanuit de borst, vingers gespreid.
- Handen naar buiten uitklappen
- Uitstappen met 1 voet
- Stuiter op 2/3e van de afstand

Differentiatie

Makkelijker:

- Vak smaller maken.
- Meer verdedigers in het vak.

Moeilijker:

- Vak kleiner maken.
- Bal mag maar 1x stuiteren.

