

Thema: Breed houden

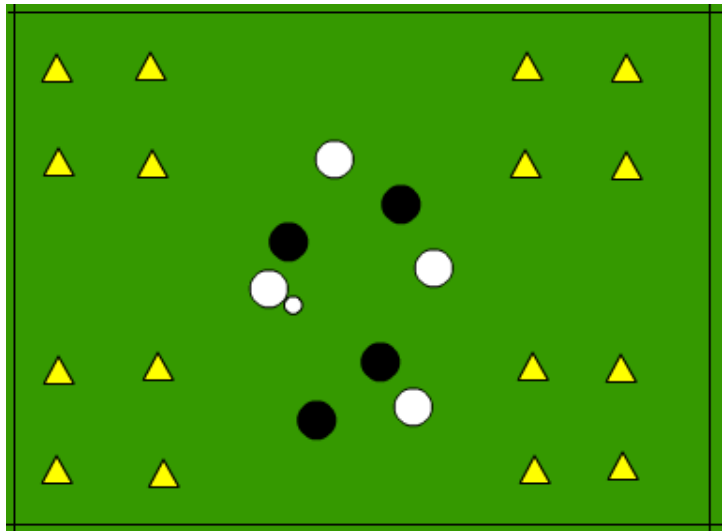
10 Minuten: Warming up met stick en bal

15 Minuten: Oefening met aanleren techniek

Kastelenhockey. Je speelt in een evental (dus 3:3, 4:4 enzovoorts. Bij oneven aantal zou ik een kameleon gebruiken) en kunt scoren door een teamgenoot in een vak (kasteel) aan te spelen. Dan heb je een punt.

Differentiatie

- Drijven door het vak is genoeg
- Als je een teamgenoot in het vak inspeelt, moet hij iemand in het veld inspelen voordat hij een punt heeft
- Elk team heeft maar 2 vakken waar ze kunnen scoren

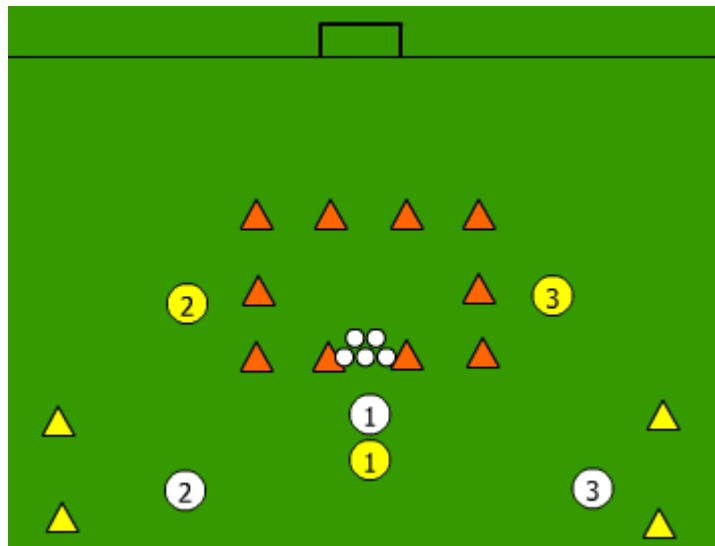


20 Minuten: Oefening toepassen van techniek in speelvorm

Speler 1 van het aanvallende team (wit) speelt speler 2 of speler 3 in. Op dat moment begint er een 3:3 richting het doel. Het verdedigende team kan scoren tussen de gele pylonnen. Het oranje vak is voor de trainer, dus daar mogen de kinderen niet inkomen. Probeer de kinderen er bewust van te maken welke kant ze een overtal kunnen maken en dus een grotere kans hebben om te scoren.

Differentiatie

- Als de aanval over rechts gaat, wil ik dat de verdediging over de linkerkant uitverdedigt. Dus via de andere kant



15 Minuten: Eindpartij