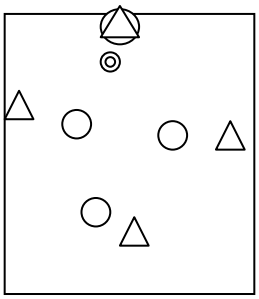
F74 Vorm: Spel Aantal: 7-tal Onderwerp: Aanbieden algemeen

Deel	Tijd	Oefenstof	Methodiek	Aanwijzingen
		Spelvorm 3:3 +1N  "Groot" veld Regelmatig wisselen neutrale speler	Ruimte: - Groter/kleiner - Smaller/breder Balcontacten: - Vrij spel - Max 3 x raken - Verplicht 2 x raken - Kaatsers 3x\2x raken - Vrij spel Manier van scoren: - 10 x rondspelen = extra beurt verdediger - 6 x rondspelen = punt verdediger - Van lijn naar lijn is punt - Verdedigen op goaltje Regels: - Niet terug naar aan-speler (kaats)	Vrijlopen - Snel (zodra pass gegeven wordt) - Fel (sprinten) - Ver (goed van de man weg achter de man vandaan) - Ingedraaid - Kijken Aanbieden manier (I) - Groot maken - Eventueel lichamelijk contact - Voorbeweging (lokken naar bal/diep) - Fel/snel uit de dekking komen - Indien mogelijk licht opengedraaid Aanbieden plaats (I) - Goed achter de man vandaan - Uit de lijn van de bal (schuin achteruit) - Afwisselen met diep aanbieden Aanbieden moment (I + C) - Juiste moment samen bepalen - Coaching - Oogcontact (Pass/ aan/meenemen) (Keuzes)