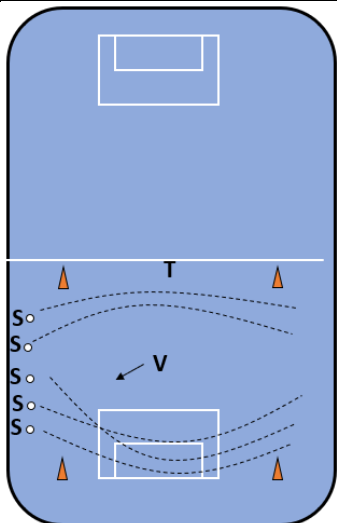


Leskaart Floorball

Schipper mag ik overvaren	Individuele balcontrole	6 tot 12-jarigen	Duur: 5-10 minuten
Doel	Aan het einde van de oefening is het alle deelnemers minstens één keer gelukt om naar de overkant van het veld te lopen zonder de bal te verliezen.		

Spelverloop	Niveau 2
<ul style="list-style-type: none"> - Alle deelnemers hebben een bal aan de stick, behalve de deelnemer die verdediger wordt. - De verdediger staat met stick in het verdedigingsgebied (op het midden van het veld). - Op het teken van de trainer steekt iedereen met de bal aan de stick over naar de andere zijde van het veld. - De verdediger moet in het verdedigingsgebied zo veel mogelijk ballen proberen te onderscheppen. - Degene die de bal verliest, moet mee gaan verdedigen. De laatste deelnemer met bal is winnaar! 	

Organisatietekening



Legenda:

T Trainer

S Speler

V Verdediger

→ Verdedigende actie

--- Looplijn speler

○ Bal

▲ Pion

**Het gebied tussen de pionnen is het verdedigingsgebied.*

Benodigd materiaal	Aantal
Sticks	1 per deelnemer
Ballen	1 per deelnemer
Pionnen	4

Uitleg oefening
<ul style="list-style-type: none"> - We gaan schipper mag ik overvaren spelen. - In het midden van het veld, tussen de pionnen, staat straks een schipper met stick. - De rest gaat met een bal aan de stick aan die kant (aanwijzen) van het veld staan, achter de pionnen (of lijn). - Op mijn teken steken jullie met de bal aan de stick over naar de andere kant. - Maar let op, want als je in het gebied van de schipper komt, mag hij/zij jouw bal afpakken! - Ben je je bal verloren, dan word je helper van de schipper en ga je in de volgende ronde ballen proberen af te pakken. - Degene die het vaakst is gelukt om zonder de bal te verliezen over te steken, is winnaar!

Leskaart Floorball



Variaties

Makkelijker	Niveau 1
<ul style="list-style-type: none">- <i>Maak het verdedigingsgebied kleiner.</i>- <i>De helpers mogen niet lopen, maar houden wel hun stick.</i>- <i>De helpers mogen wel lopen, maar hebben geen stick en kunnen dus alleen hinderen.</i>- <i>De verdedigers houden elkaar vast en vormen zo een slinger. Alleen de buitenste verdedigers hebben een stick.</i>	

Moeilijker	Niveau 3
<ul style="list-style-type: none">- <i>Maak het veld kleiner.</i>- <i>Maak het verdedigingsgebied groter.</i>	

Uitdaging	Niveau 4
<ul style="list-style-type: none">- <i>Speel met je backhand.</i>	

Spelvorm
<ul style="list-style-type: none">- <i>Werk met twee teams: lopers en tikkers.</i>- <i>De tikkers gaan op een lijn (parallel aan de startlijnen van de lopers) staan. De tikkers mogen heen en weer langs de lijn lopen, maar de lijn niet verlaten.</i>- <i>De lopers proberen hun bal veilig aan de overzijde te brengen.</i>- <i>Wel team bereikt het vaakst de overkant?</i>

Coaching

Veiligheid
<ul style="list-style-type: none">- <i>Indien er belijning op het veld aanwezig is, gebruik deze dan om het verdedigingsgebied af te bakenen.</i>

Aandachtspunten
<ul style="list-style-type: none">- <i>Let op stickslag.</i>- <i>Plaats je lichaam tussen de bal en de tegenstander om de bal af te schermen.</i>