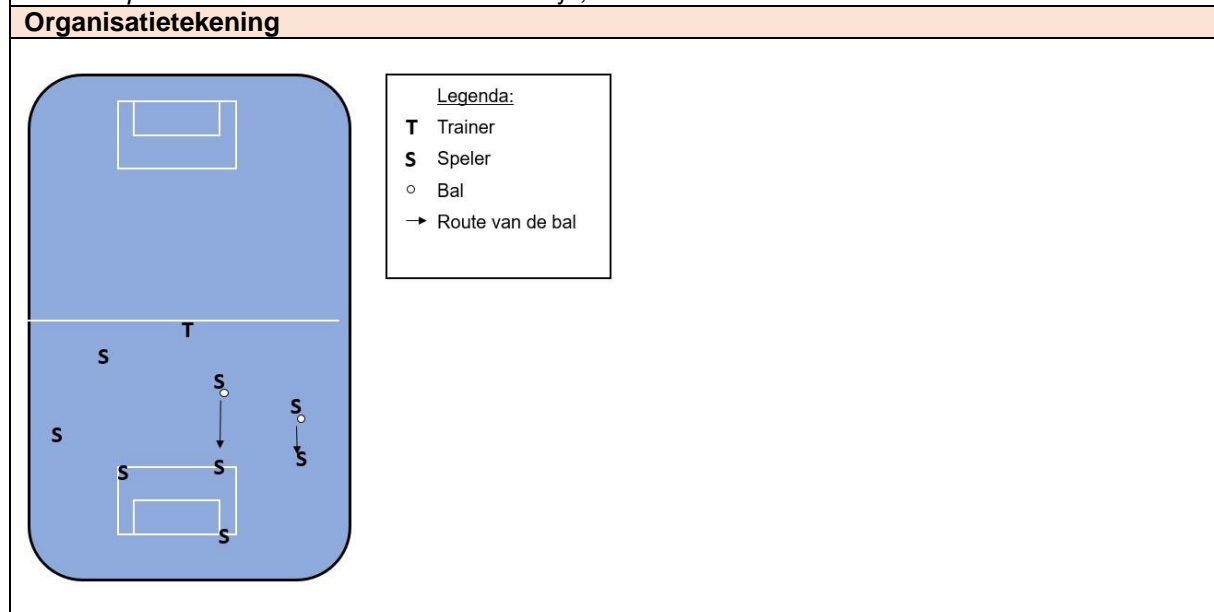


Leskaart Floorball

Tikspel	Warming-up/Cooling-down	6 tot 12-jarigen	Duur: 5-10 minuten
Doel	Aan het einde van de oefening is het iedere deelnemer gelukt een bal af te weren.		

Spelverloop	Niveau 2
<ul style="list-style-type: none">- De spelers lopen met stick en zonder bal door de zaal.- Er zijn twee tikkers met bal, die andere proberen te tikken door de bal tegen de voeten/onderbenen van spelers te spelen.- Spelers mogen de bal met de stick afweren, maar niet wegslaan.- Degene die getikt is, pakt een bal en wordt ook tikker.- De speler die als laatst zonder bal overblijft, is winnaar.	



Benodigd materiaal	Aantal
Sticks	1 per deelnemer
Ballen	2

Uitleg oefening
<ul style="list-style-type: none">- We gaan een tikspel doen met twee tikkers.- De twee tikkers hebben ieder een bal.- De rest loopt zonder bal rond over het veld.- Spelen de tikkers de bal tegen je voeten of onderbenen, dan ben je af.- Je mag de bal afweren met je stick, maar niet wegslaan.- Als je af bent, pak je een bal en word je ook tikker.- Degene die als laatste overblijft, wint!

Leskaart Floorball



Variaties

Makkelijker	Niveau 1
<ul style="list-style-type: none">- <i>Degenen die af zijn, gaan aan de kant zitten.</i>- <i>Maak het veld groter.</i>	

Moeilijker	Niveau 3
<ul style="list-style-type: none">- <i>Maak het veld kleiner.</i>- <i>Wie getikt is, gaat met benen gespreid staan. Kruipt een andere speler tussen de benen door, dan is hij/zij weer vrij.</i>	

Uitdaging	Niveau 4
<ul style="list-style-type: none">- <i>Verdeel de zaal in gebieden en geef een X aantal (bijvoorbeeld 5) seconden aan waarin spelers in dat gebied mogen blijven staan.</i>	

Spelvorm
<ul style="list-style-type: none">- <i>Deze oefening is al een spelvorm.</i>

Coaching

Veiligheid
<ul style="list-style-type: none">- <i>Er mag niet (hard) geschoten worden.</i>- <i>De ballen moeten onder kniehoogte blijven.</i>

Aandachtspunten
<ul style="list-style-type: none">- <i>Verspreid je over de zaal.</i>- <i>Blijf in beweging en ga niet stilstaan.</i>- <i>Probeer de bal te ontwijken door te springen of door hem tegen te houden met je stick.</i>