


<b>Naam:</b>	<b>Thema:</b>	<b>Letter(s):</b>	<b>Aantal spelers:</b>	<b>Tijdsduur:</b>
Ferdy	Schot	F t/m A	Hele team	5 min.
<b>Doel van de oefening:</b>			<b>Materiaal:</b>	
Het omgaan met mentale druk (het moeten scoren).			4 palen 4 ballen 4 matjes	
<b>Spelregels:</b>		<b>Korte uitleg:</b>		
2 keer missen bij een paal is paal terug. Je scoort alleen punten op paal 4		4 palen op een rij, je kan alleen op paal 4 punten scoren, iedereen begint bij paal 1. Je krijgt 2 pogingen per paal, scoor je dan mag je een paal verder. Mis je 2 keer moet je een paal terug (bij paal 1 sluit je gewoon weer achter aan, verder terug kan niet). Scoor je op paal 4 heb je een punt en mag je daar weer achteraan sluiten om voor een volgend punt te gaan. Wie heeft als eerst .. punten.		
<b>Differentiatie:</b>	<b>Aanwijzingen:</b>	<b>Plattegrond van de oefening:</b>		
<u>Makkelijker:</u>  <u>Moeilijker:</u> Op paal 4 maar 1 poging, of overall maar 1 poging	<u>Aanvallers:</u>  <u>Verdedigers:</u>			

# Vorbereidingsformulier



**Bal**



**Speler**



**Pion**



**Paal**



**Mat**



**Hoepel**

Meer nodig? Invoegen -> vormen