



Lichamelijke Opvoeding



Dirk De Bock

6WWb

Nieuws

+ Toevoegen 

Smashbal-Smashvolley-Volleybal

Dirk De Bock 28 oktober
22 weergaven

Atletiek uithouding + American Flag Football

Dirk De Bock 28 oktober
14 weergaven

Opdrachten

Alle (1) Zelfevaluatie lessenreeks Smashbal-smashvolley-volleybal
Einddatum 3 dec 2024, 20:00

Informatiebronnen



SNS Sport na School



Gezond Sporten



Smashbal-Smashvolley-Volleybal



Dirk De Bock

Na de Herfstvakantie starten we met een lessenreeks **Smashbal-Smashvolley-Volleybal**.

Doelstellingen van deze periode:

- actief en bewust deelnemen aan het spel door:
 - opslag gericht in het veld van de tegenstrever slaan
 - aandachtig klaar staan op de afgesproken plaats om de opslag/aanval op te vangen of te blokken
 - aanval opbouwen via hoge passen
 - scoren door te smashen
- je spelniveau verbeteren door af en toe te kiezen voor *moeilijkere* (maar *haalbare*) technieken
- elkaar coachen:
 - spreken met je ploegmaat(s) op het terrein ("*ja*" roepen als je de bal speelt)
 - feedback geven over de gekregen pas ('*hoog*' en '*niet te ver*'?)
 - tactische tips i.v.m. opstelling op het terrein (2tg2 of 4tg4)

Ben je **geblesseerd**, dan *ondersteun jij de les door*

- in oefenvormen als **coach** mee te observeren en tips te geven
- in wedstrijdvormen de rol van **scheidsrechter** op te nemen

Ben je benieuwd naar wat we gaan doen, ga dan zeker eens kijken naar dit filmpje!

DEMO Van Smashbal tot Smashvolley

