



Checklist F-jeugd

Deze checklist is gemaakt om de algemene kwaliteiten van dit team te meten. Aan de hand hiervan kunnen we kijken welke onderdelen extra aandacht nodig hebben. Elke trainer en coach graag invullen.

Team:

Trainers:

Coaches:

Schot	Slecht	Matig	Goed	Uitstekend
Team kan;				
Een afstandsschot uit stilstand vanaf 3m op techniek schieten <i>Handen stand, duimen onder de bal, armen strekken, ellebogen niet naar buiten, vingers gespreid aan de zijkanten. Sprong omhoog, niet naar voren</i>				
Een strafworp nemen op techniek <i>Goede been voor, niet lopen, bal voor de buik(niet eerst boven het gezicht), armen iets gebogen, bal op het hoogste punt loslaten, strekken bij het springen</i>				
Een doorloper nemen op techniek <i>Juiste moment vangen, snelle balverwerking en daarnaast zelfde techniek als de strafworp.</i>				

Scoren	Slecht	Matig	Goed	Uitstekend
Team kan;				
Een afstandsschot vanaf 3m scoren				
Een strafworp scoren				
Doorloper scoren				

Samenspelen/aanvallen	Slecht	Matig	Goed	Uitstekend
Team kan;				
Gooien met één hand en met twee handen uit stand over korte afstanden (5m)				
Vangen met twee handen uit stand, uit beweging en uit sprong en een rollende bal.				
Een doorloopbal aangeven <i>Op goede hoogte de bal aangeven</i>				
Samenspelen in de aanval zonder een bepaald patroon <i>de functies(aanval, afvang en steun) invullen en de ruimtes binnen een vak te benutten.</i>				
Zien wanneer vrij geschoten kan en moet worden				
Vrije bal kunnen nemen <i>Innemen van de juiste posities en tot schot komen</i>				
De bal onderscheppen en hierin ook op reageren				

Verdedigen	Slecht	Matig	Goed	Uitstekend
Team kan;				
Verdedigen <i>Bij de tegenstander blijven, tussen paal en tegenstander(een op een duel) en de hand(en) opsteken. Behoud van verdedigende positie.</i>				

Evt. op- en aanmerkingen met betrekking tot goede en minder goed punten van dit team: