

**balvaardigheid 2-tallen**

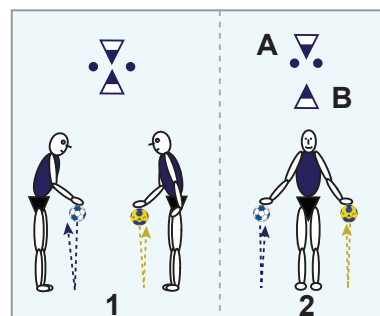
ca. 10 minuten

**mogelijkheden 1**

- 4 x tippen met rechts en 4 x tippen met links met de andere bal
- per 2-tal zelf bepalen na hoeveel keer tippen er gewisseld wordt

**mogelijkheden 2**

- A 4x tippen met 2 ballen tegelijk en daarna B 4 x tippen met 2 ballen tegelijk
- per 2-tal zelf bepalen na hoeveel keer tippen er gewisseld wordt


**thema 1 bal wegtikken bij tippen**

ca. 10 minuten

**organisatie**

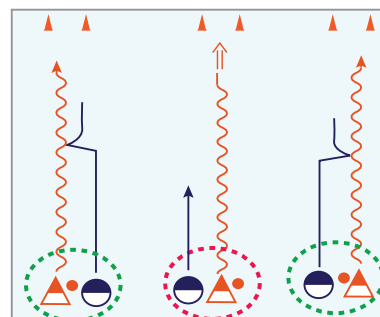
- \* 2-tallen met 1 bal
- \* pilonnen als doel

**opdracht aanval**

in een rechte lijn voorwaarts tippen en afronden met een schot

**opdracht verdediging**

1 poging om de bal weg te tikken of over te nemen


**regel**

- de verdediger kiest de opstelling links of rechts van de aanvaller
- steeds wisselen van aanvaller en verdediger

**aandachtspunt**

- altijd eerst meelopen en het balritme herkennen

**thema 2 tienbal / accent: vrijlopen**

ca. 10 minuten

**organisatie**

- \* een afgebakende ruimte
- \* 2 x 4-tal met 1 bal

**opdracht aanvallers**

steeds vrij lopen en aanspelbaar zijn

**opdracht verdedigers**

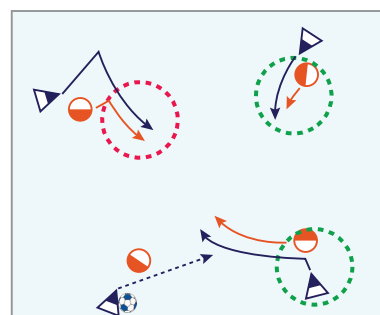
in balbezit komen

**regels**

- geen dribbel of stuit
- 3-passenregel toepassen
- na 10 keer samenspelen heb je een punt, daarna speel je gewoon verder

**accenten**

- aanvallers altijd in beweging zijn
- aanvallers altijd wegllopen van je verdediger


**thema 3 passeren vanuit stand**

ca. 10 minuten

**organisatie**

- \* 2-tallen met 1 bal
- \* afgebakend gebied van ca. 3 meter breed
- \* afstand tussen de lijnen is ca. 2 meter

**opdracht aanvaller**

vanuit stand de verdediger passeren

**opdracht verdediger**

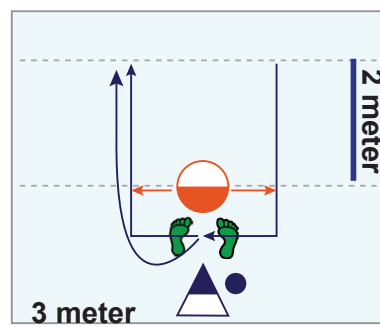
zonder overtreding op de lijn voor de aanvaller blijven

**regels**

- verdediger blijft op de lijn
- steeds wisselen van taak
- als de balbezitter met de voet de lijn raakt is dat een punt

**aandachtspunten**

- vanuit stand vertrekken
- passeren naar keuze: sidestep naar links / rechts of ruggelings afdraaien
- loopregel toepassen


**spelvorm**

ca. 20 minuten

**organisatie**

- \* teams van maximaal 4 spelers
- \* spelen op een afgebakend veld
- \* minidoeltjes, banken of pilonnen gebruiken als doel

**opdracht**

spelen volgens de regels met als accent:

verdedigend bal heroveren / dat mag over het hele veld