

**samenspel 2 partijen**

ca. 10 minuten

**met hoepels als doelen**
**organisatie**

- \* 2 teams
- \* hoepels als doel

**opdracht**

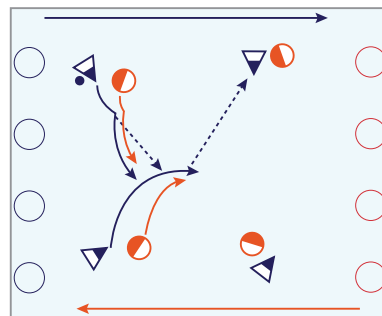
door samenspelen de bal in een hoepel van de tegenstander leggen

**regels**

- geen dribbel en geen stuit
- bal in een hoepel = 1 punt en bal voor de tegenpartij

**aandachtspunt**

- meer hoepels geeft meer ruimte


**thema 1 bal wegtikken bij tippen**

ca. 10 minuten

**organisatie**

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

**opdracht aanval**

in een rechte lijn voorwaarts tippen en afronden met een schot

**regels**

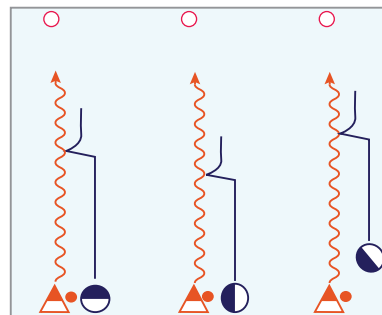
- de verdediger kiest de opstelling ten opzichte van de aanvaller
- steeds wisselen van aanvaller en verdediger

**opdracht verdediging**

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

**aandachtspunten**

- verdediger stelt zich op aan de schotarmkant van de aanvaller
- kies de opstelling naast of schuin voor de aanvaller en bepaal wat de beste oplossing is
- altijd eerst meelopen en het balritme herkennen


**thema 3 passeren - ruggelings afdraaien**

ca. 10 minuten

**met verdediger**
**organisatie**

- \* 4-tallen met 2 ballen
- \* doeltje of pilonnen als doel
- \* keeper

**opdracht aanvaller**

uit stand door ruggelings afdraaien de verdediger passeren

**opdracht verdediger**

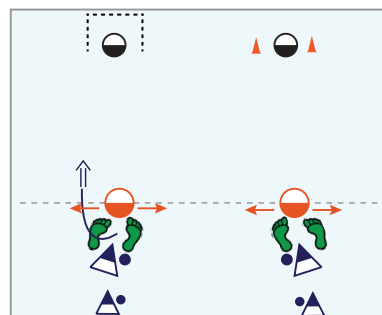
door zijwaarts bewegen de aanvaller tegenhouden

**regels**

- de verdediger beweegt zijwaarts over de lijn
- na een schot word je keeper bij een doelpunt, anders verdediger

**aandachtspunten**

- de aanvaller zet de eerste pas naast of iets voorbij de verdediger
- tegelijk de arm in schotpositie brengen
- bal wegtikken door de verdediger is niet toegestaan


**thema 3 snelle tegenaanval 2:1**

ca. 10 minuten

**organisatie**

- \* 4-tallen met 1 bal
- \* doel en keeper

**opdracht aanvallers**

samenspelen en afronden met een schot

**opdracht verdediger**

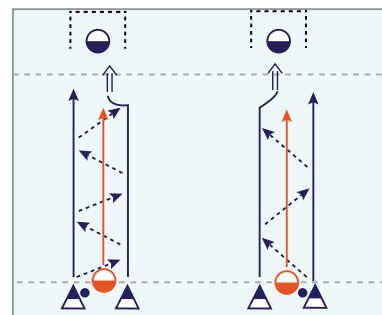
bal heroveren zonder contact

**regels**

- geen dribbel of stuit
- geen loopfout
- schot vanaf ca. 6 meter
- bij een doelpunt word je keeper

**aandachtspunten**

- met het gezicht richting doel lopen
- zijwaarts afspelen / met links naar links en met rechts naar rechts
- onderhands afspelen is toegestaan


**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:  
**handelingssnelheid**