

**samenspel 2 partijen**

ca. 10 minuten

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

- \* 2 teams
- \* hoepels als doel

**opdracht**

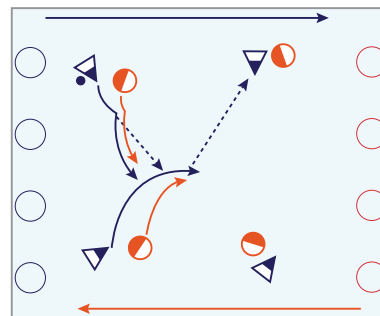
door samenspelen de bal in een hoepel van de tegenstander leggen

**regels**

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

**aandachtspunt**

- meer hoepels geeft meer ruimte


**strekworp na schotdreiging**

ca. 10 minuten

**organisatie**

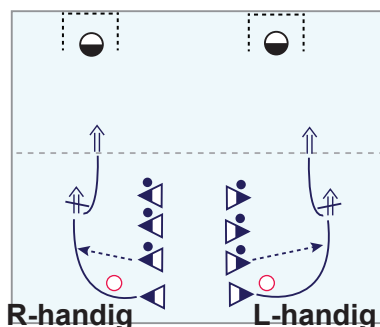
- \* 4-tallen met 3 ballen
- \* doelen
- \* keepers

**verloop**

- na balontvangst met 1 of 2 passen een schotdreiging maken
- dan een stuit
- na een richtingverandering als bij een sidestep afronden met een strekworp

**regel**

- na de stuit binnen 3 passen tot schot komen


**passeren - ruggelings afdraaien**

ca. 10 minuten

**naar de schotarmkant**
**organisatie**

- \* 3-tallen iedereen 1 bal
- \* een paaltje als verdediger
- \* doel en keeper

**opdracht**

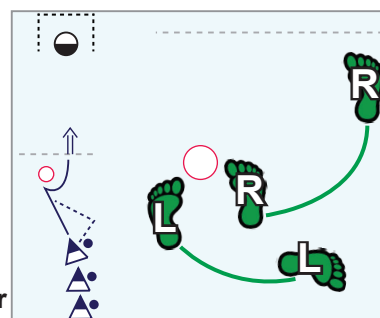
na stuit en 2-voetenlanding tegengesteld ruggelings afdraaien en afronden met een schot over "verkeerde" been

**regels**

- na het gooien haal je zelf je bal op
- de 2-voetenlanding telt als nulpas als de bal in de sprong wordt gevangen

**aandachtspunten rechtshandige speler**

- na de 2-voetenlanding met het linker been achteruit draaien
- 1 stap met rechts richting doel
- in de draai je arm al in schotpositie brengen
- zo veel mogelijk rechtop blijven


**samenwerking 2-tal verdediging**

ca. 10 minuten

**met aanspeelpunten**
**organisatie**

- \* een afgebakende ruimte
- \* 6-tallen
- \* 2 aanspeelpunten

**opdracht aanval**

samenspelen en afronden met een schot

**opdracht verdediging**

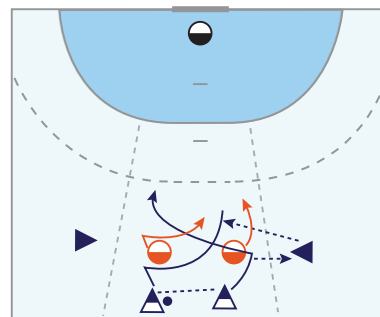
in balbezit komen of een doelpunt voorkomen

**regels**

- geen dribbel en stuit
- het aanspeelpunt is altijd speelbaar
- aanspeelpunten kunnen ook elkaar aanspelen

**aandachtspunten**

- verdedigers steeds aan de balkant staan en steeds zowel de bal als de tegenstander zien
- frontaal contact met de aanvallers is toegestaan


**spelvorm**

ca. 20 minuten

**organisatie**

- \* spelen met teams van gelijke sterkte
- \* spelen met 2 teams op een veld
- \* spelen met 2 teams op 1 helft

**opdracht**

 spelen volgens de regels met als accent:  
 initiatief met bal