

**spel: Joris en de draak**

ca. 10 minuten

**organisatie**

- \* 4-tallen
- \* 1 tikker en 3 achter elkaar met vasthouden

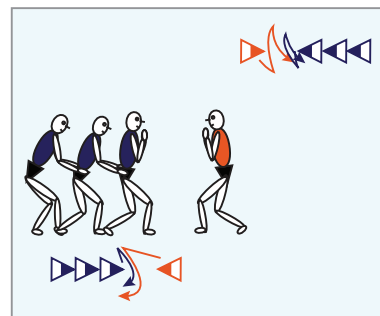
**spelverloop**

3 spelers staan achter elkaar en houden elkaars heupen vast  
 1 tikker staat voor het 3-tal

**regels**

- loslaten = punt voor de tikker
- laat ca. 30 seconden spelen

doel van de tikker is om de achterste van het 3-tal te tikken  
 doel van het 3-tal is te voorkomen dat de laatste wordt getikt


**thema 1    tippen met richtingveranderingen**

ca. 10 minuten

**organisatie**

- \* iedereen 1 bal
- \* afgebakend gebied
- \* bolletjes willekeurig neergelegd

**opdracht**

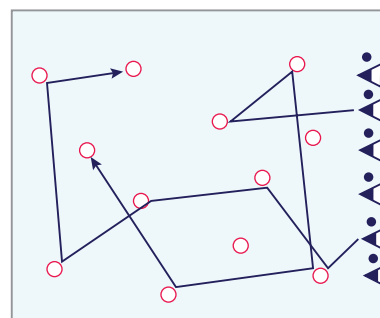
zonder botsingen van bolletje naar bolletje tippen

**regels**

- met je voet het bolletje aanraken en dan van richting veranderen
- blijven tippen

**aandachtspunt**

- zo veel mogelijk bolletjes aantikken
- met links en met rechts tippen


**thema 2    bal onderscheppen / lummelen 3:2**

ca. 10 minuten

**organisatie**

- \* 5-tallen met 1 bal
- \* afgebakend gebied
- \* herkenbare lummels

**opdracht aanvallers**

samenspelen

**opdracht verdedigers**

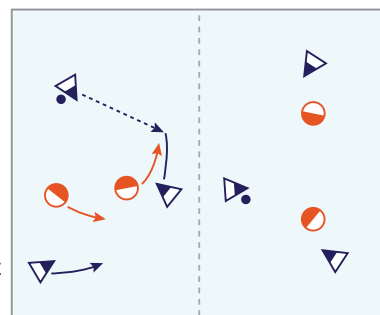
bal aanraken of onderscheppen, of de balbezitter tikken

**regels**

- alleen aanspelen via de grond (met stuitbal)
- aanvallers vrij bewegen binnen het gebied
- wisselen van taak na een oefentijd van ca. 1 minuut

**regels**

- de bal aanraken of onderscheppen = punt voor de verdedigers
- balbezitter tikken = punt voor de verdedigers


**thema 3    schot met verkeerde been voor**

ca. 10 minuten

**organisatie**

- \* 4-tallen met bal
- \* doeltjes / keeper

**opdracht**

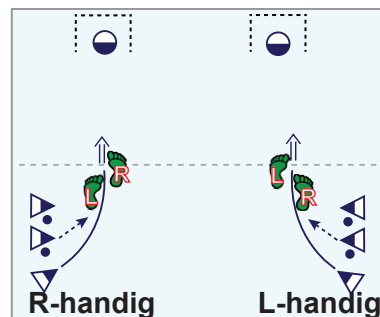
na balontvangst door een strekworp met het "verkeerde" been voor een doelpunt maken

**regels**

- starten als de ruimte vrij is
- maak je een doelpunt dan word je keeper

**aandachtspunten**

- vriendelijk aanspelen
- na balontvangst bij voorkeur na 2 passen schot


**spelvorm**

ca. 20 minuten

**organisatie**

- \* spelen met teams van gelijke sterkte
- \* spelen met 2 teams op een veld of op 1 helft
- \* 3-secondenregel en 3-passenregel toepassen

**opdracht**

 spelen volgens de regels met als accent:  
**aanspelbaar zijn**