

**handbal/voetbalspel per half veld** ca. 10 minuten

**organisatie**

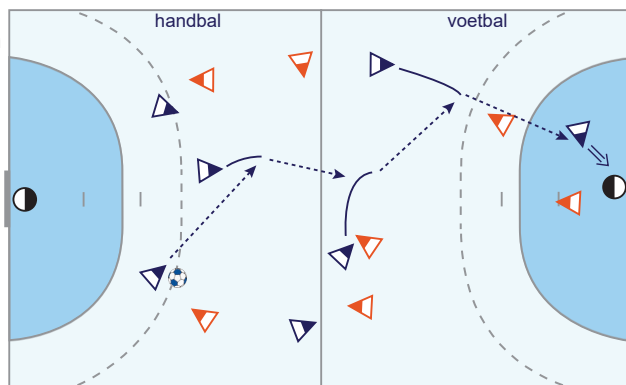
- \* afgebakend gebied
- \* 2 teams / 1 of meer ballen
- \* doelen, keepers

**opdracht**

samenspelen met handbal en voetbal en tot afronding komen

**regels**

- op 1 helft spelen met handbalregels, op de andere helft met voetbalregels
- op de handbalhelft van buiten de cirkel scoren
- op de voetbalhelft ook van binnen de cirkel scoren


**strijd om de bal** ca. 10 minuten

**organisatie**

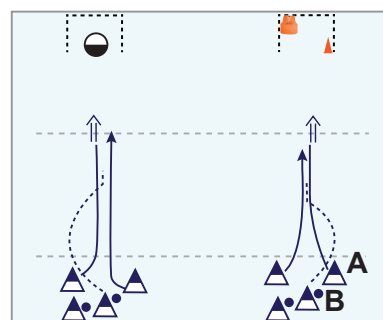
- \* 2-tallen met 1 bal
- \* doelen met hesjes, pilonnen of keeper

**opdracht**

in balbezit komen en afronden met een sprongschot

**regel**

- B speelt de bal op voor A
- alleen de bal veroveren, geen contact met elkaar
- de bal rollen of gooien is toegestaan


**strekworp na schijnpass** ca. 10 minuten

**met verdediger**
**organisatie**

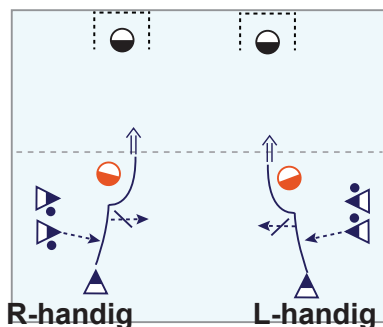
- \* 4-tallen met 2 ballen
- \* doel of pilonnen als doel
- \* keepers

**verloop**

- na balontvangst binnen 3 passen een afspreekbeweging maken
- dan een stuit
- na een richtingverandering als bij een sidestep afronden met een strekworp

**regels**

- na de stuit binnen 3 passen tot schot komen
- na het schot wordt je verdediger


**passeren na 1-benige landing** ca. 10 minuten

**met verdediger**
**organisatie**

- \* 4-tallen met 3 ballen
- \* verdediger
- \* doel of pilonnen als doel
- \* keeper

**opdracht**

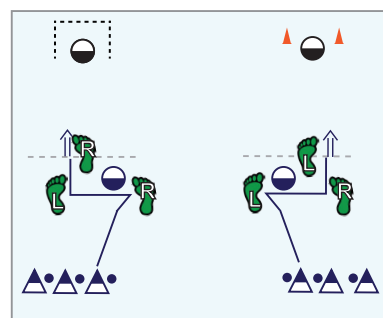
na een aanloop en een 1-benige landing de verdediger passeren en afronden met een schot op het doel

**regels**

- in de aanloop is loopfout toegestaan
- een 1-benige landing op links of op rechts is eigen keuze

**aandachtspunten**

- de 1-benige landing is naast de verdediger
- beslis vooraf naar welke kant je gaat passeren


**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:  
**de bal heroveren**