

spel: Joris en de draak

ca. 10 minuten

organisatie

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

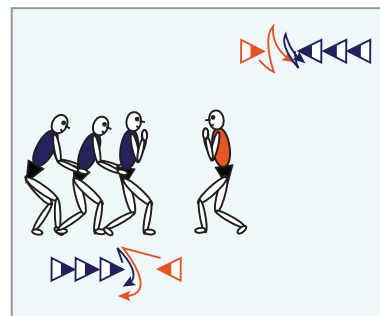
spelverloop

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 bal wegtikken bij tippen

ca. 10 minuten

organisatie

- * 2-tallen met 1 bal
- * doel en keeper
- * bepaal de afstand

opdracht aanval

in een rechte lijn voorwaarts tippen en afronden met schot

opdracht verdediging

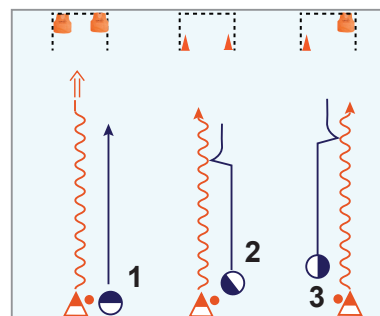
1 poging om de bal weg te tikken of over te nemen

regel

- steeds wisselen van aanvaller en verdediger

aandachtspunt

- bepaal als verdediger wat de beste uitgangshouding is: 1, 2 of 3


thema 2 1:1 - voor de aanvaller blijven

ca. 10 minuten

organisatie

- * 3-tallen met 2 ballen
- * afgebakende speelruimte

opdracht verdediger

recht voor de aanvaller blijven

opdracht aanvaller

de cirkel halen

regels

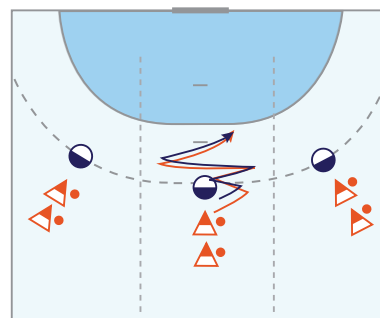
- binnen 5 seconden met je voet de cirkel aantikken
- na de aanval direct om-draaien en verdedigen

aandachtspunten verdediger

- zo veel mogelijk je benen gebruiken
- klemmen is niet toegestaan

aandachtspunten aanvaller

- veel links/rechts bewegen
- met je voet de cirkel raken
- loopfout is toegestaan


thema 3 snelle tegenaanval 2-tallen

ca. 10 minuten

organisatie

- * 5-tallen met 2 ballen
- * doel en keeper

opdracht

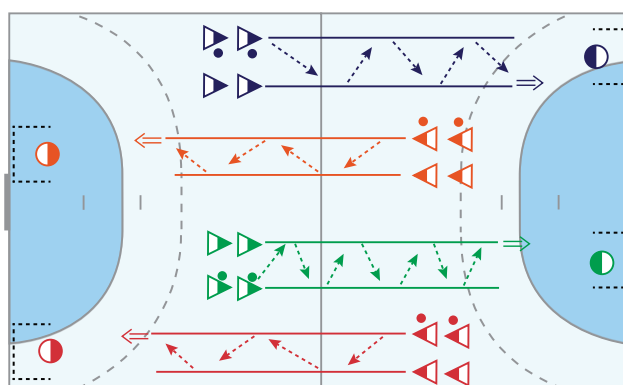
samenspelen en tot schot komen

regels

- geen dribbel of stuit
- geen loopfout
- wisselen van positie
- na een doelpunt word je keeper

aandachtspunten

- zo snel mogelijk lopen
- met het gezicht richting doel lopen en zijwaarts afspelen
- afspelen kan ook onderhands


spelvorm

ca. 20 minuten

organisatie

- * teams van maximaal 4 spelers
- * spelen op een afgebakend veld
- * (mini)doeltjes, lijnen of pilonnen gebruiken als doel

opdracht

 spelen volgens de regels met als accent:
bal heroveren