

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

**organisatie**

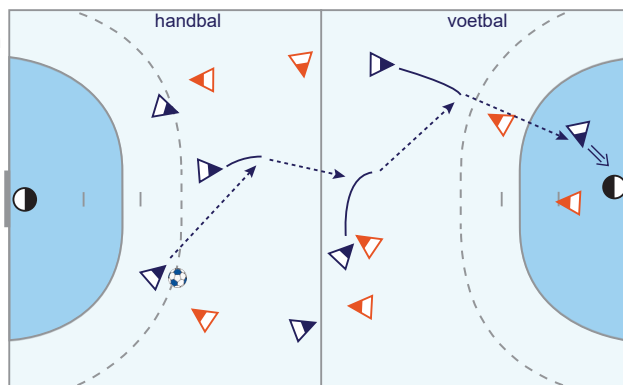
- \* afgebakend gebied
- \* 2 teams / 1 of van meer ballen
- \* doelen, keepers

**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


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

**met verdediger**
**organisatie**

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

**opdracht**

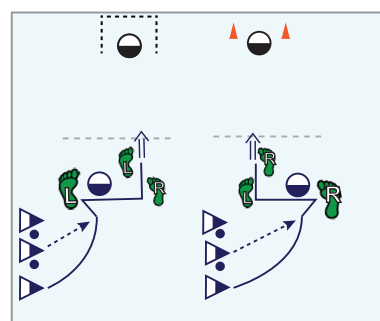
na balontvangst en een 1-benige landing de verdediger passeren en afronden met een schot op het doel

**regels**

- de verdediger is richtpunt
- speel de bal vlak voor de 1-benige landing aan
- 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


**samenwerking 2-tal verdediging** ca. 10 minuten

**met 1 aanspeelpunt**
**organisatie**

- \* een afgebakende ruimte
- \* 5-tallen of 6-tallen
- \* 1 aanspeelpunt

**opdracht aanval**

samenspelen en afronden met een schot

**opdracht verdediging**

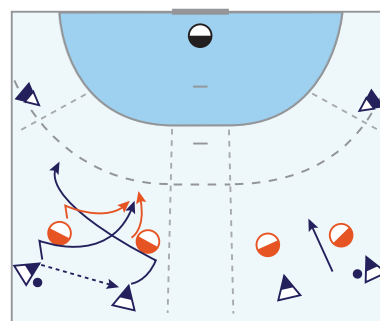
in balbezit komen of een doelpunt voorkomen

**regels**

- geen dribbel en stuit
- het aanspeelpunt is altijd aanspeelbaar

**aandachtspunten**

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


**snelle tegenaanval 2:2** ca. 10 minuten

**organisatie**

- \* 4-tallen met 1 bal
- \* keepers

**opdracht aanvallers**

samenspelen en tot schot komen

**regels**

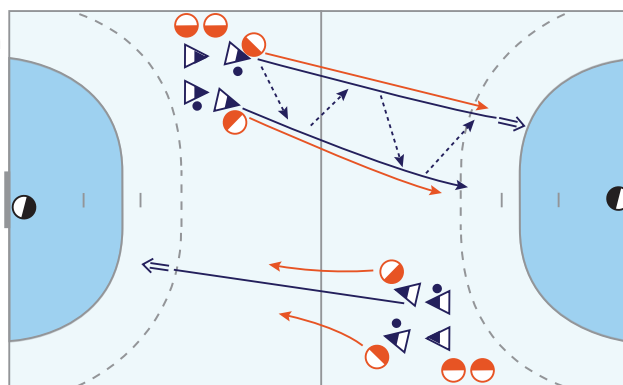
- geen dribbel of stuit
- verdedigers komen in actie zodra de aanvallers starten
- bij een doelpunt niet wisselen van taak (aanval/verdediging) en bij een stop wel

**opdracht verdedigers**

in balbezit komen

**aandachtspunten**

- geen contact
- aanvallers vooruit lopen en zijwaarts afspelen


**spelvorm** ca. 20 minuten

**organisatie**

- \* spelen met teams van gelijke sterkte
- \* spelen met 2 teams op een veld of op 1 helft
- \* binnen 3 seconden de bal spelen

**opdracht**

 spelen volgens de regels met als accent:  
 positie tov tegenstander