|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Naam activiteit**  Dribbelkoning | **Onderwerp** Warming-up, balcontrole | **Tijdsduur** 10 minuten | **Aantal personen**  12 kinderen |
| **Tijd** | **Regels en bijzonderheden** | **Materialen** | **Plattegrond** |
| 0-1 min  Uitleg    1-10 min Uitvoering | Iedereen dribbelt in een vierkant (ongeveer 20X20) door elkaar heen. Vervolgens volgen zij het commando van de trainer op. Na ieder commando dribbelen ze weer verder.   De commando’s: 1) Voet op de bal 2) Zit op de bal 3) Ren naar een pion  Aanpassing: Twee kinderen leveren de bal in en proberen alle ballen uit het vierkant te schieten. Als je bal uit het vierkant is geschoten dan haal je de bal en wacht je aan de zijkant op de anderen.  Aandachtspunten: Uitleggen hoe ze moeten dribbelen Om je heen kijken. Uitleggen hoe ze de bal af kunnen schermen. | 4 pionnen 12 ballen | X X    X X X    X X X X    X X X    = pion  X = deelnemer met  bal |