

JULLOVSKUL MED ÅRSTA HANDBOLL



HITTA DE GÖMDA HANDBOLLSORDEN

Titta noga på bilden till höger. Försök hitta handbollsorden i bilden i bokstavsollen här nedan. Det finns sex gömda ord.

Leta liggande och stående!









RÄKNA BOLLARNA!

Hur många bollar hittar du på sidan? _____ stycken



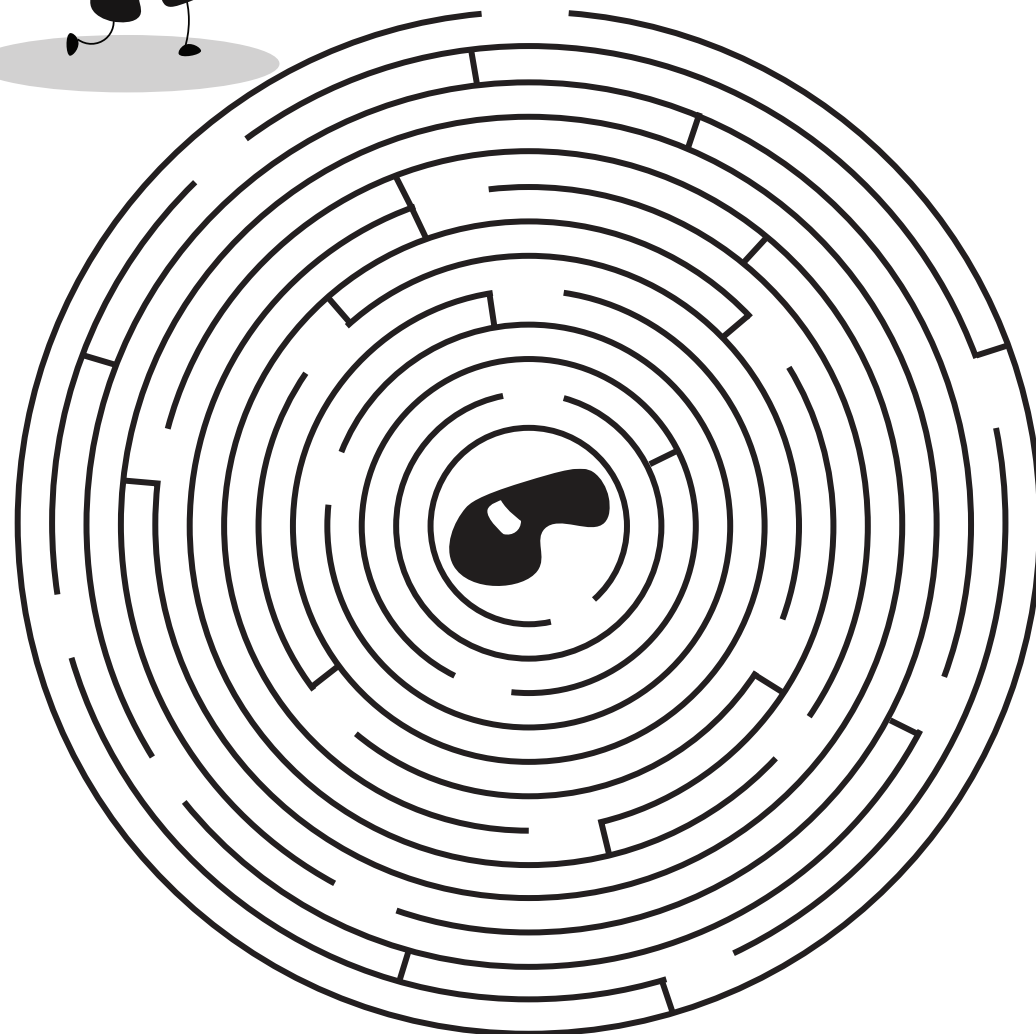
HANDBOLLS-SUDOKU

Varje rad – åt sidan och neråt – ska innehålla en boll av varje färg eller nummer. Men det ska varje box om fyra göra också!
Rita in bollarna som saknas så sudokut blir rätt!

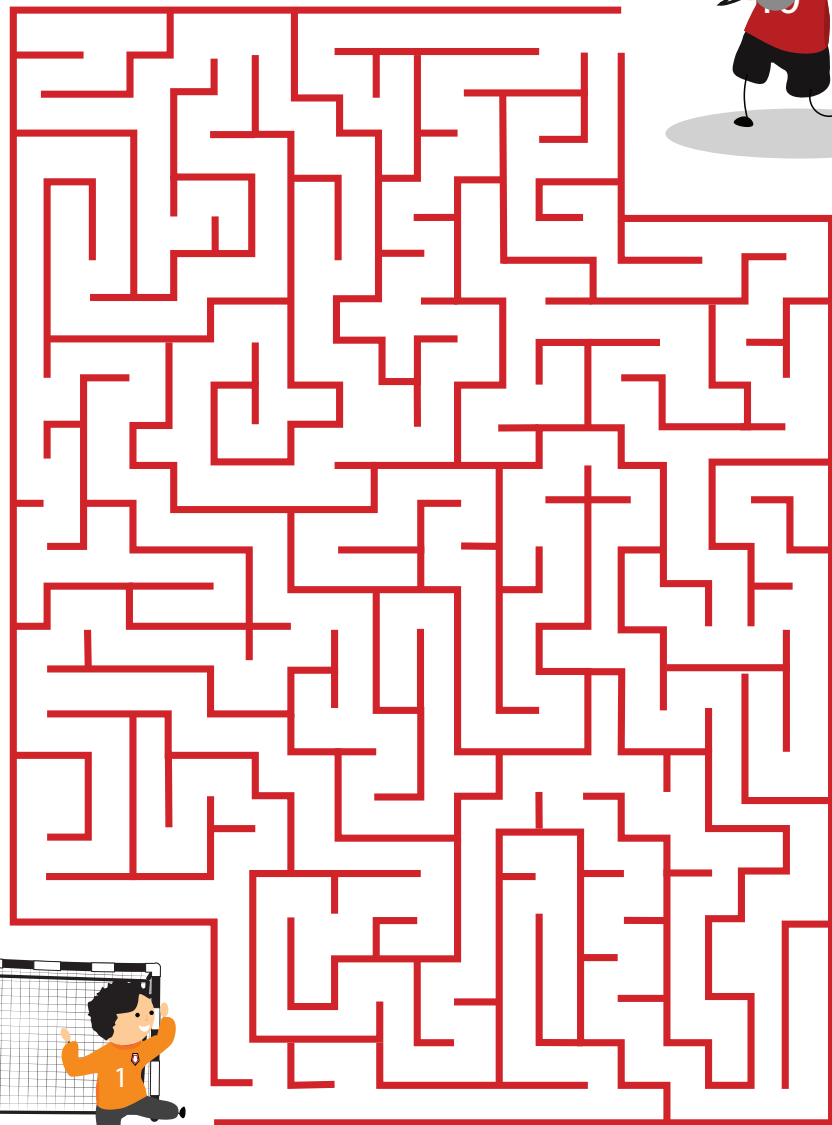
DOMAREN HAR TAPPAT PIPAN

Hjälp domaren att hitta sin visselpipa
annars blir det ingen match.



DRIBBLA RÄTT!

Hjälp spelaren dribbla genom labyrinten för att komma till målet.



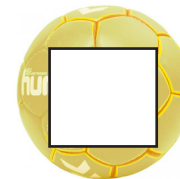
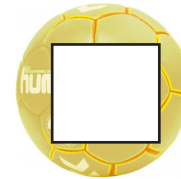
HANDBOLLSBINGO

Utmana en kompis eller bara dig själv. Bra träning och roligt samtidigt! Sätt ett kryss i rutan när uppdraget är utfört. Du kan få bingo när en rad är klar eller när hela bingon är kryssat.

Träna kast: 10 kast mot en vägg eller till en kompis.	Öva kondition: Hoppa hopprep i fem minuter. Utmana en förälder också!	Öva på en målgest!
Sikta rätt: Ställ en plastflaska mot väggen, backa fem steg. Försök träffa flaskan med en boll tre gånger i rad.		Öva balans: Stå på ett ben och blunda i minst 30 sekunder. Testa båda benen.
Studsas en boll mellan benen 5 gånger utan att tappa den.	Kom på och öva in en hejaramsa.	Öva driv: Gör en bana med stenar, koner eller vad du har. Dribbla runt med bollen tio varv, testa med "fel" hand också.

NUMRERA RÄTT

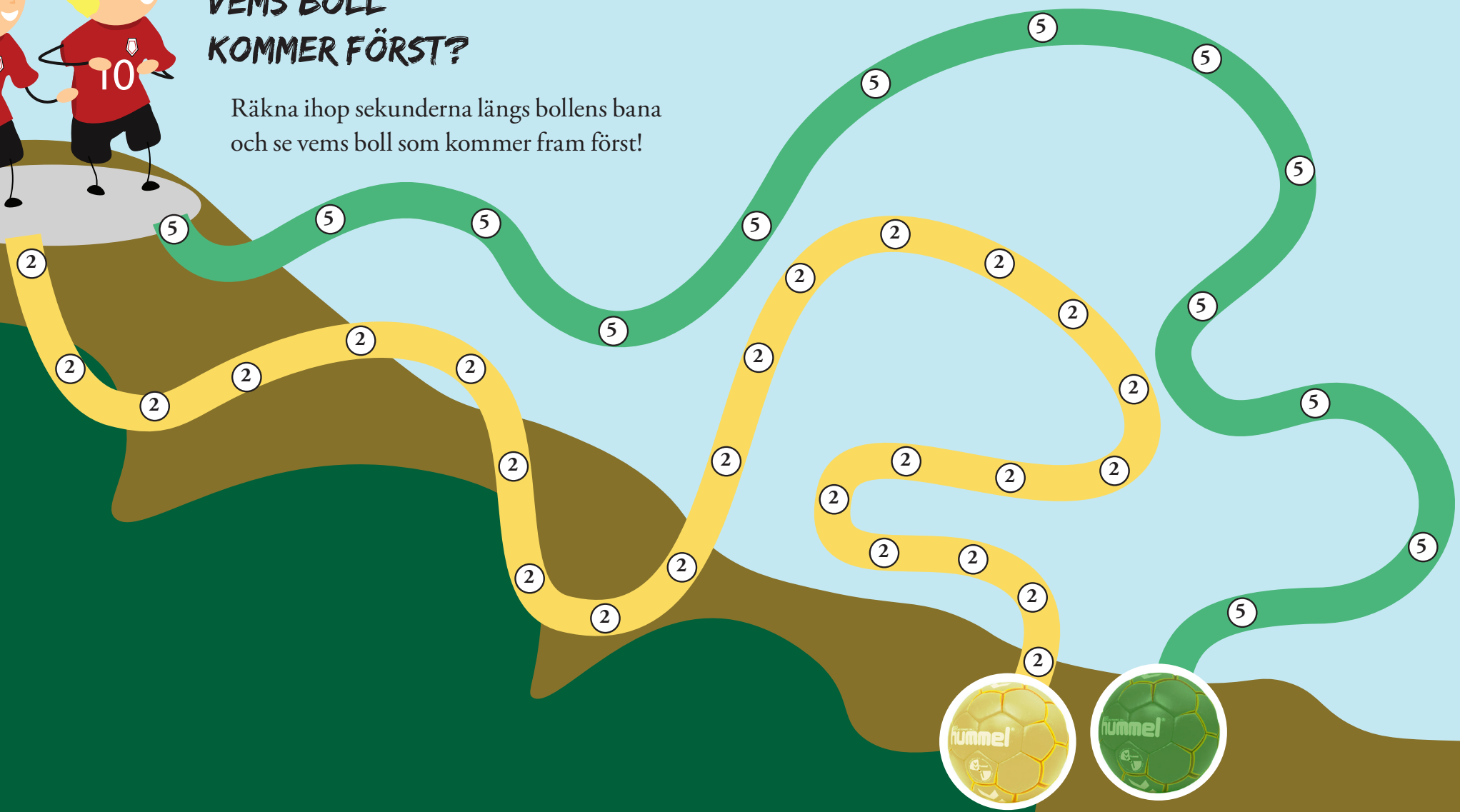
Hur ska tränaren numrera bollarna och flaskorna? Kan du lista ut vilken siffra som saknas på de tomma platserna?





VEMS BOLL KOMMER FÖRST?

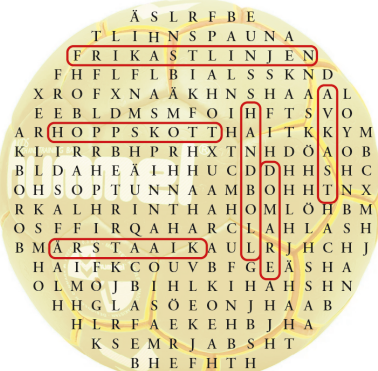
Räkna ihop sekunderna längs bollens bana
och se vems boll som kommer fram först!



FACIT

HITTA DE GÖMDA HANDBOLLSORDEN

Titta noga på bilden till höger. Försök hitta handbollsorden i bilden i bokstavsollen här nedan. Det finns sex gömda ord. Leta liggande, stående och på diagonalen!



RÄKNA BOLLARNA!

Hur många bollar hittar du på sidan? **18** stycken



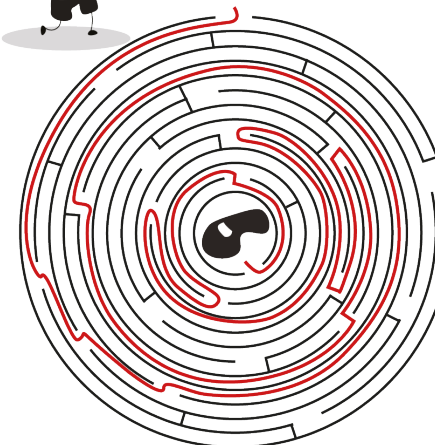
HANDBOLLS-SUDOKU

Varje rad – åt sidan och neråt – ska innehålla en boll av varje färg eller nummer. Men det ska varje box om fyra göra också! Rita in bollarna som saknas så sudokut blir rätt!

3	I	2	4
4	2	I	3
2	4	3	I
I	3	4	2

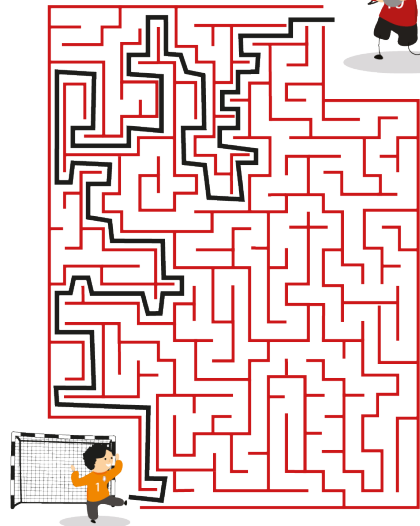
DOMAREN HAR TAPPAT PIPAN

Hjälp domaren att hitta sin visselpipa annars blir det ingen match.



DRIBBLA RÄTT!

Hjälp spelaren dribbla genom labyrinten för att komma till målet.



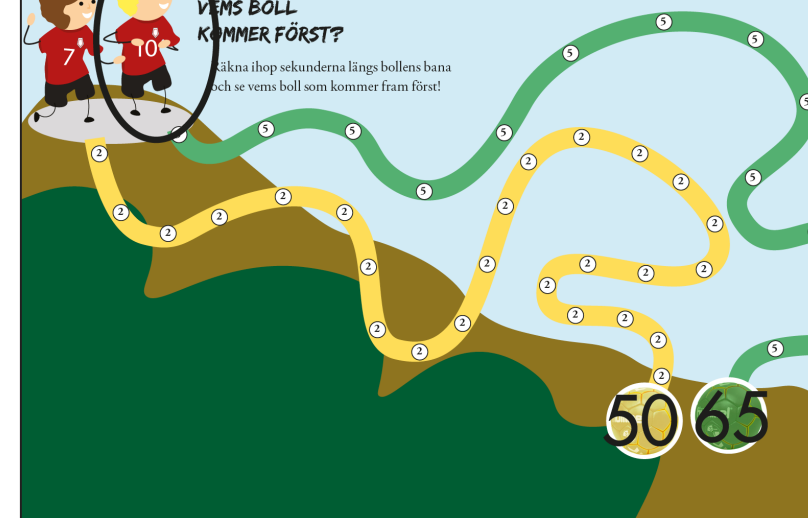
NUMRERA RÄTT

Hur ska tränaren numrera bollarna och flaskorna? Kan du lista ut vilken siffra som saknas på de tomma platserna?



VEMS BOLL KOMMER FÖRST?

Räkna ihop sekunderna längs bollens bana och se vems boll som kommer fram först!



GOD JUL & GOTT NYTT ÅR ÖNSKAR



ARSTAHANDBOLL.SE