

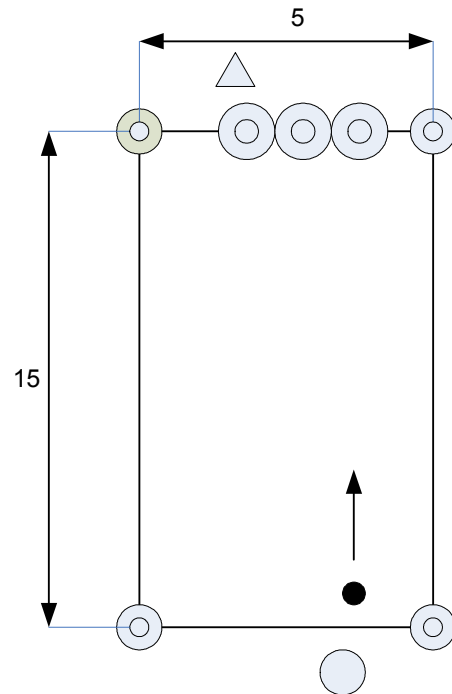
3



Spel 1: Pionnenspel

Organisatie:

- 5 ballen
- 15 pionnen
- 12 hoedjes
- Veldafmeting: 5 - 15 meter (5x)



Uitvoering:

- De spelers proberen de pionnen aan de overkant om te schieten, deze mogen niet worden verdedigd. Per beurt max. 3 keer.
- Hierna is de andere speler aan de beurt
- Na 4 minuten wisselen van speelveld, winnaar naar links en de verliezer naar rechts. De uiteindelijke winnaar bevindt zich dus in het winnaarsvak

Veranderingen:

- Afstand groter / kleiner maken
- Schieten van de bal met links / rechts (zwakke been)

Leermomenten:

- Tijd nemen voor het mikken van de bal
- Goed kijken naar de pionnen voor het schieten
- De bal rustig schieten met de binnenkant voet
- De bal goed raken

Aandachtspunten / coach momenten:

- spel is niet intensief
- bal spelen met binnenkant voet
- Kijken, waar staan de pionnen, mikken
- Juiste balsnelheid, niet te hard / niet te zacht

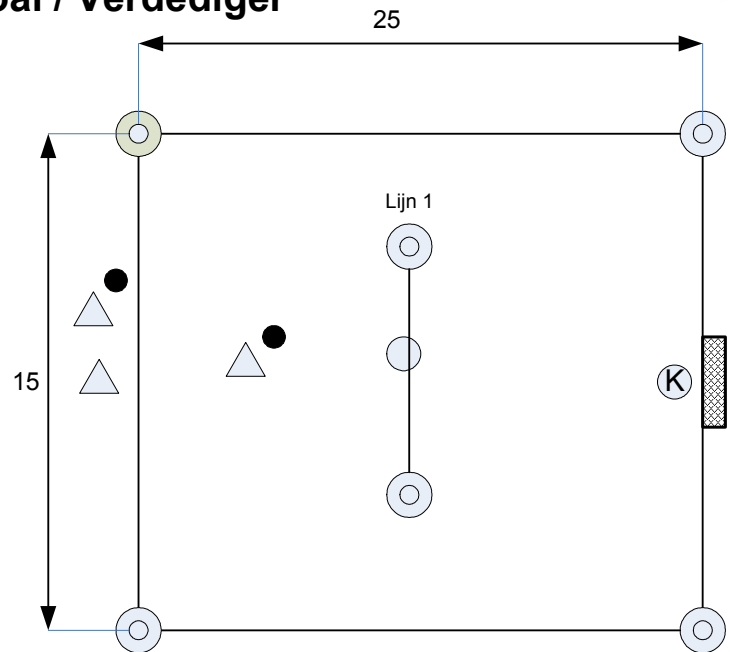
3



Spel 2: Afronden op Goal / Verdediger

Organisatie:

- 7 ballen
- 6 hoedjes
- Veldafmeting: 15 - 25 mtr.
- 1 Pupillen goal



Uitvoering:

- Dribbel naar lijn 1, en probeer de verdediger op de lijn te passeren. Als je de verdediger niet passeert wordt je zelf verdediger.
- Als de keeper de bal heeft gevangen rolt hij hem naar de zijkant zodat de schutter de bal weer kan pakken en achter aan kan sluiten

Veranderingen:

- I.p.v. een lijn kun je ook een vierkant maken. Verdediger mag alleen binnen het vierkant proberen de bal te onderscheppen.
- Schieten van de bal met links / rechts (zwakke been)

Leermomenten:

- De aanvaller
 - Passeerbewegingen uitproberen.
 - Versnellen na de actie
 - Mikken op de lege plekken in het doel
- De keeper
 - Positie kiezen t.o.v. de bal zodat zoveel mogelijk de lege plekken worden afgedekt

Aandachtspunten / coach momenten:

- Passeeracties stimuleren, eventueel voor (laten) doen.
- Aanvallers moeten op juiste moment versnellen.
- Bal spelen met de wreef, hard schot (schieten met de veter)
- Regelmatig van keeper wisselen

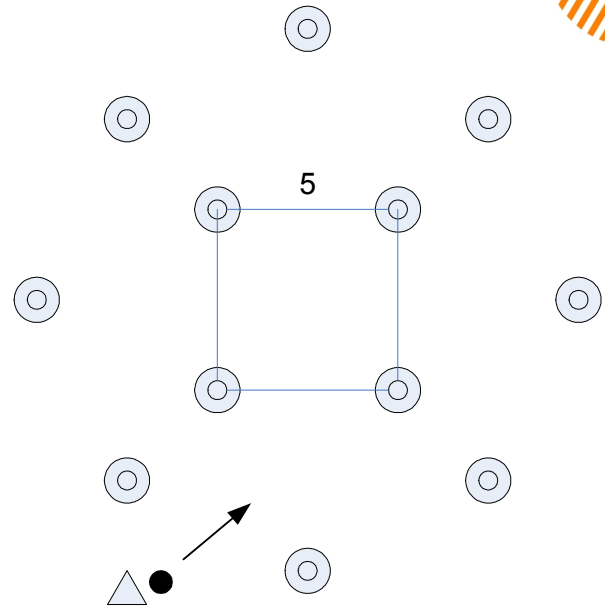
3



Spel 3: Postbodespel

Organisatie:

- 7 ballen
- 15 hoedjes, waarvan 4 in de midden
- Grote cirkel $r = 25\text{m} - 30\text{m}$



Uitvoering:

- Spelers staan zonder bal bij een hoedje aan de buitenkant
- Er wordt met 1 bal gestart
- 1 speler dribbelt naar het vierkant in het midden
- Daar voert hij een opdracht uit
 - 5x de bal met de binnenkant van de voet spelen
 - 10x de voet boven op de bal zetten
 - bal heen en weer rollen met de zool van de voet
- Daarna dribbelt hij de bal naar een medespeler die zijn naam geroepen heeft en geeft hem de bal
- Daarna neemt hij zijn plek bij het hoedje in
- Gaat dit goed, dan brengt de coach steeds meer ballen in het spel (conditineel is het heel zwaar dus bouw het goed op)

Veranderingen:

- Na de bal aan een medespeler gebracht te hebben gaat hij bij een vrije hoedje staan, en dus niet bij het hoedje van de andere speler

Leermomenten:

- Het dribbelen met de bal naar "een vrije ruimte".
- Het reageren op spelsituaties zoals bal afstoppen en van richting veranderen.
- Samenwerken door elkaar te ontwijken.

Aandachtspunten / coach momenten:

- Bal dicht bij je houden (juiste dribbeltechniek)
- Elkaar coachen door een naam te noemen omdat je de bal wil hebben
- Bal helemaal naar de ander toebrengen / niet laten overschieten
- Stimuleer verschillende opdrachten in het midden

LET OP!! Breng de oefening als een uitdaging om zoveel mogelijk ballen in beweging te houden!!

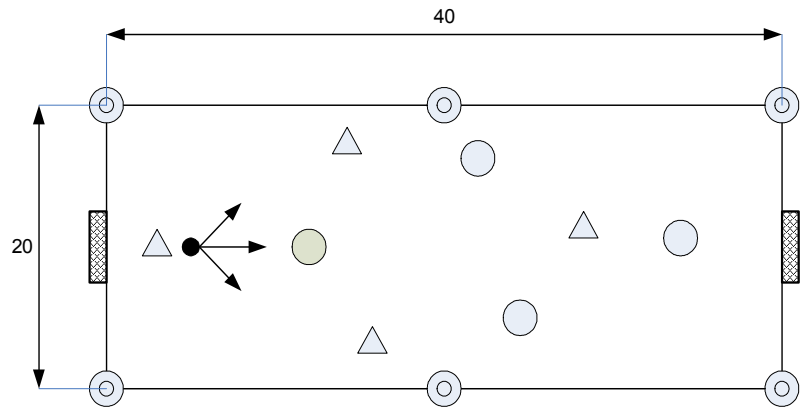
3



Spel 4: Partijspel 4:4 of 5:5 Basis

Organisatie:

- 1 bal
- 6 hoedjes
- Veldafmeting: 20-40 mtr.
- 5 hesjes
- 2 kleine gele doeltjes



Uitvoering:

- 4:4 Basis vorm = Ruitvorm
- Geen keepers, deze voetbalt mee
- Vanaf de doellijn / zijlijn mag **zowel** worden ingetrapt als ingedribbeld

Veranderingen:

- Scoren als iedereen over de middenlijn is, bevordert het meespelen (aansluiten)
- Op eigen helft mag de bal niet worden afgepakt, verdediging eigen helft
- Bal verplicht rondspelen, 2 of 3 keer (E-jeugd)

Leermomenten:

- Juiste balsnelheid
- Zoveel mogelijk **PINGELEN**
- Juiste moment van aanbieden herkennen
- Direct spel en / of aannemen-spelen
- Zich vrij (weglopen) van de verdediger opstellen

Aandachtspunten / coach momenten:

- Intensief voor aanvallers en verdedigers
- Ruitvorm, dat wil zeggen 3 aanspeelpunten voor de balbezitter
- Passen met binnenkant voet, nauwkeurig, controle over de bal
- Tegenstander dwingen tot breedte voetbal
- Actief verdedigen
- Naar de bal toekomen, de bal komt niet naar jouw
- Juiste balsnelheid
- Balaanname, bal moet meteen speel klaar liggen, indien mogelijk direct spelen
- Kinderen zelf beslissingen laten nemen bij bv een uitbal / overtreding

Laat ze lekker voetballen!