

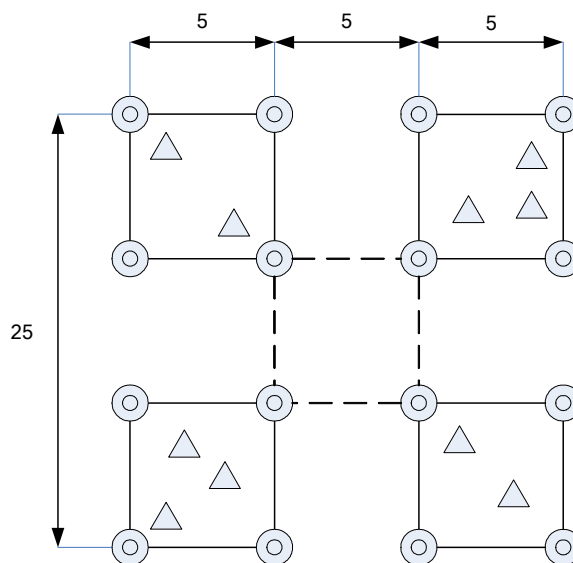
5



Spel 1: Team / Stedenspel

Organisatie:

- 10 ballen
- 16 hoedjes
- Veldafmeting 15 - 25 mtr.



Uitvoering:

Geef ieder vierkant een naam
bv: SV Venray, VVV, NEC, PSV.
In ieder vierkant staan 2 (3) spelers
met ieder een bal. Iedereen maakt
één volle ronde (speler moet terug
zijn in zijn vak). Wie is het
eerste terug?

Varianten:

- 2 groepen rechtsom de andere 2 groepen linksom (blijf rondkijken)
- Tikker toevoegen die probeert zoveel mogelijk spelers te tikken terwijl spelers met bal zoveel mogelijk steden bezoeken in willekeurige volgorde
- Op teken bal afstoppen / omdraaien etc.

Veranderingen:

- In ieder vak 2 spelers. Op teken schuin of recht oversteken naar een ander vak. (denk aan tegenliggers).
- Bal vanuit het vak passen zodat de bal precies in het volgende vak komt en er achteraan rennen. (denk aan balsnelheid)
- Vanuit middelste ruimte op teken naar een bepaald vak dribbelen. Wie het laatste is moet rondje om de steden dribbelen.

Leermomenten:

- Het dribbelen met de bal in "een vrije ruimte", het reageren op spelsituaties zoals bal afstoppen en met een andere verder

Aandachtspunten / coach momenten:

- Bij iedere stap met de voet even een balcontact
- Kijk over de bal heen



Spel 2: Afwerken op Goal

Organisatie:

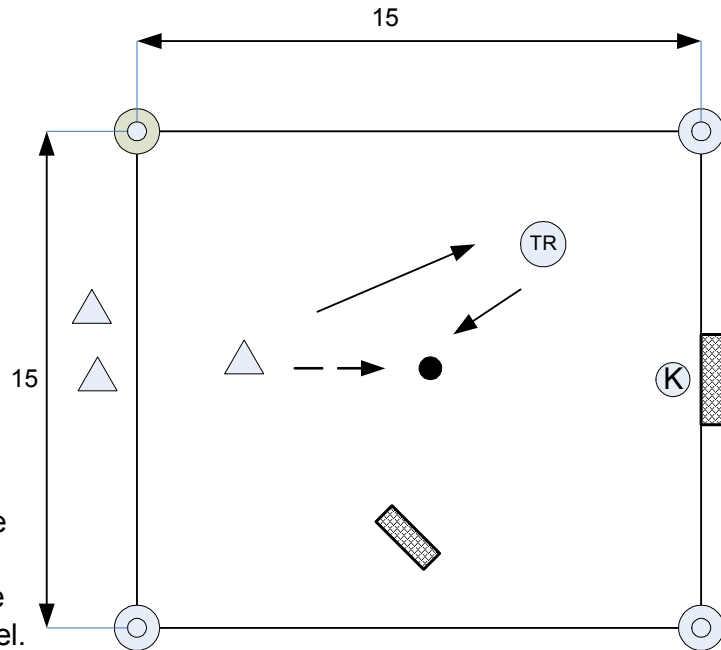
- 8 ballen
- 4 hoedjes
- Veldafmeting: 15 - 15 mtr.
- 1 pupillen goal
- 1 klein goaltje

Uitvoering:

De speler speelt de bal in op de Speler / trainer, deze legt hem breed (links / rechts) waarna de speler afwerkt (schieten) op doel.

Indien de keeper de bal loslaat

gebruik maken van de rebound, als de keeper de bal heeft kan deze scoren door de bal in het kleine doel te gooien. De aanvaller probeert dit te voorkomen



Veranderingen:

- Bal terug leggen in plaats van breed
- Afstand kleiner maken als er niet / moeilijk wordt gescoord, vergroten als er teveel / makkelijk wordt gescoord
- Spelers met het zwakke been laten schieten

Leermomenten:

- Voor de schutter
 - Wreeftrap gebruiken
 - Afwerken als de keeper de bal niet vast heeft, dus opletten
 - Omschakelen als de keeper de bal heeft, scoren van de keeper voorkomen
- Voor de Keeper
 - Kijken naar de speler die schiet, waar gaat de bal komen
 - Spelvoortzetting door te scoren in het lege doel

Aandachtspunten / coach momenten:

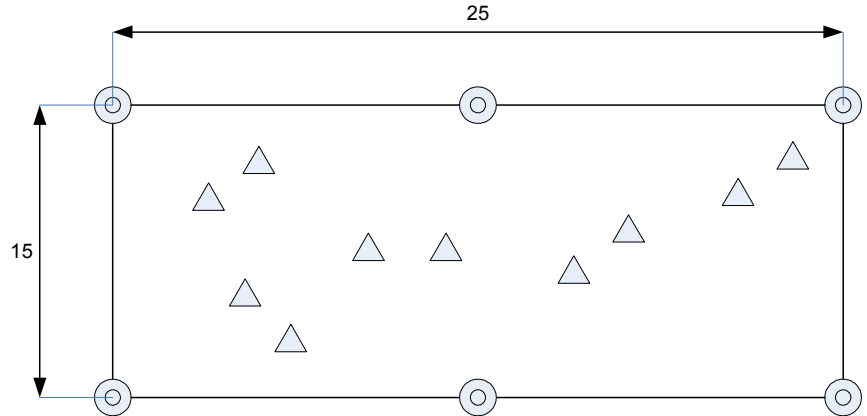
- Intensief voor de keeper
- Het schieten met de wreef. Voor beginnende spelers het oefenen van de wreeftrap ; de spelers de bal uit de hand laten trappen
- Kijken tijdens het schieten, zoek de hoeken.
- Vervolgactie, bij loslaten bal keeper alsnog scoren. Bij balbezit keeper omschakelen op verdedigen van doel.



Spel 3: Gericht overspelen in beweging

Organisatie:

- 5 ballen
- 16 hoedjes
- Veldafmeting: 15 - 25 mtr.



Uitvoering:

Waar het bij deze uitvoering om draait is het aannemen van een bal die overgespeeld wordt. Maak de spelers de volgende 2 punten duidelijk:

- 1 Hoe je een bal aanneemt
- 2 waarom je een bal aanneemt

De volgende oefeningen kunnen individueel gedaan worden bij het dribbel gedeelte...zo kun je toetsen of er iets is blijven hangen bij de spelers en ze stimuleren nu samen te werken.

Oefeningen:

Oefenvorm : 2 spelers staan tegenover elkaar en gaan samenwerken.

- 1: A speelt de bal naar B. Deze neemt hem aan en speelt hem over de grond terug.
- 2: A gooit de boogbal **onderhands** naar B (met of zonder een stuit ertussen) deze neemt hem aan en speelt hem over de grond terug
- 3: A gooit een boogbal **onderhands** naar B, deze neemt hem met zijn (zachte) bovenbeen (niet zijn knie....die is hard) aan en speelt hem over de grond terug
- 4: A gooit een boogbal **onderhands** naar B, deze neemt hem aan op de borst en speelt hem over de grond terug

Spelvorm voor de andere 2 weken;

Na de 4 overspeelvormen geoefend te hebben kun je de volgende spelvorm doen: Geef je tiental nummers: 1, 2 en 3. Laat de nummers 1 en 2 ergens stilstaan met een bal. De nrs 3 gaan nu rond bewegen en proberen zoveel mogelijk passes te maken. Na 1 minuut doorwisselen en na 3 rondes de spelers laten zeggen hoeveel passes ze gemaakt hadden

Leermomenten:

- bal eerst aannemen/controleren en dan overspelen
- overzicht houden (zien naar wie je overspeelt en wie je vervolgens opzoekt)
- contact maken voordat je de bal ontvangt

Aandachtspunten / coach momenten:

- zorgen dat de aannames goed gemaakt worden / positief stimuleren
- Goed samenwerken: eerlijk spelen / goed aangooien / elkaar helpen

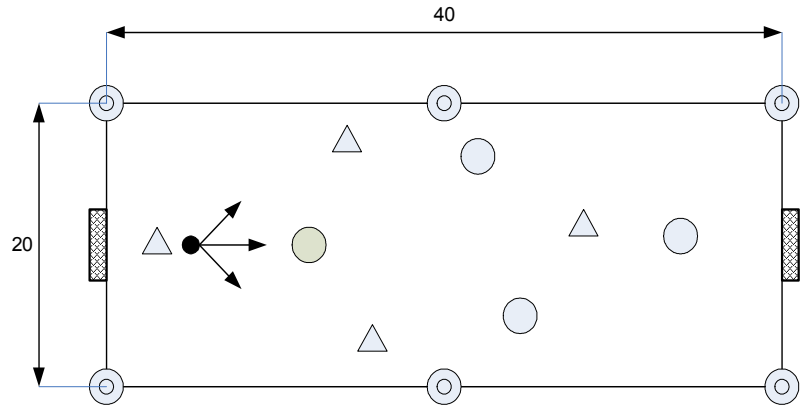
5



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!