

1. Benodigdheden

Minimaal 10 spelers + 1 doelman

10 kegels - 2 hoedjes

2. Organisatie

Vorm 3 denkbeeldige lijnen op het veld, elk ongeveer 4-5 meter uit elkaar. Plaats op elke lijn een speler als verdediger.

Voor het doel creëer je een denkbeeldig vierkant van 6x4 meter, waarin één verdediger (verdediger 4) wordt geplaatst.

Groep A en B starten gelijktijdig vanaf twee verschillende posities.

3. Omschrijving

Start:

Op het fluitsignaal starten beide spelers A en B en dribbelen naar hun eerste tegenstander.

Acties van Speler A:

Speler A probeert verdediger 1 te passeren.

- Bij succes: Hij dribbelt door naar verdediger 2 en daarna naar verdediger 3, met hetzelfde doel.
- Bij falen: Als de bal wordt onderschept door een verdediger, wordt speler A zelf verdediger, en de verdediger die de bal onderschept heeft, dribbelt verder.

Wanneer speler A alle drie de verdedigers succesvol heeft gepasseerd, sluit hij aan bij groep B.

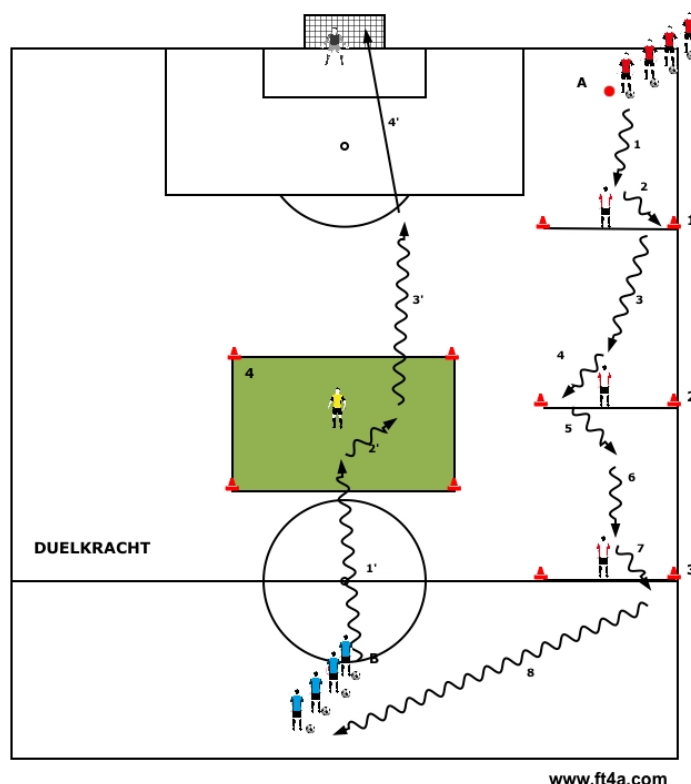
Acties van Speler B:

Speler B dribbelt naar verdediger 4 (in het denkbeeldige vierkant) en probeert hem te passeren.

- Bij succes: Hij mag afwerken op doel.
- Bij falen: Als de bal wordt onderschept, wordt speler B verdediger 4, en de nieuwe aanvaller werkt af op doel.

Rotatie:

Na het afwerken op doel sluit de speler aan bij groep A.



4. Coaching en Aandachtspunten

Coachpunten:

Aanvallers:

- Moedig spelers aan om acties te durven maken en individuele vaardigheden te tonen.
- Stimuleer snelle beslissingen bij dribbelen en het ontwijken van tegenstanders.

Verdedigers:

- Motiveer verdedigers om actief te zijn en gericht te werken aan het onderscheppen van de bal.
- Benadruk een goede positionering en timing bij het verdedigen.

Aandachtspunten:

Verdedigers 1, 2, en 3 blijven op hun denkbeeldige lijn en mogen die niet verlaten. Verdediger 4 blijft binnen het vierkant voor het doel.

Pas de afstand tussen de lijnen en het formaat van het vierkant aan op basis van het niveau en de leeftijd van de spelers.