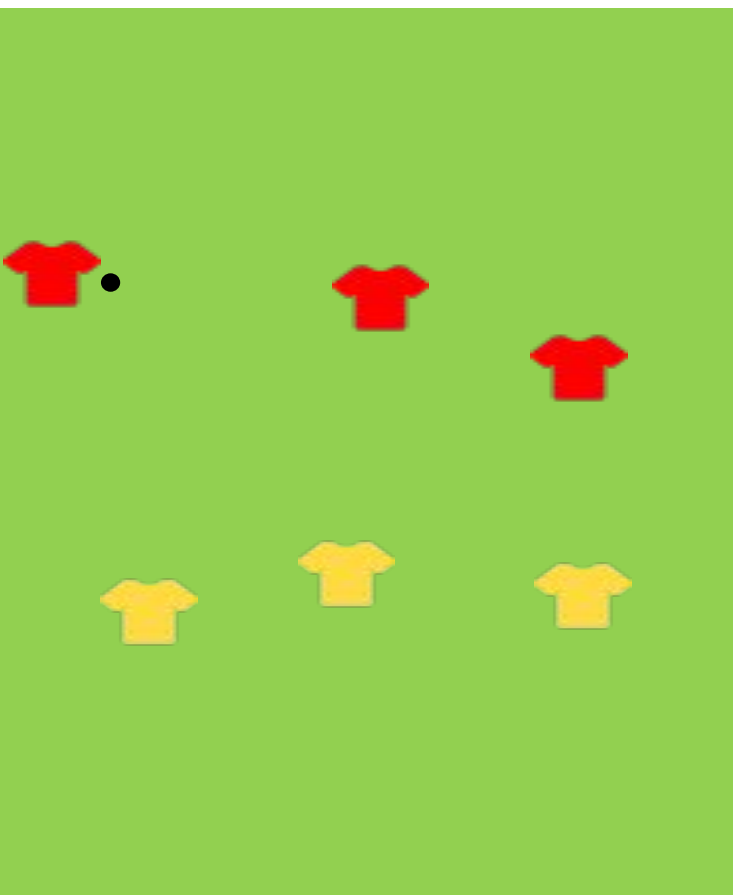


PARTIJVORM 3 TEGEN 3

15 MIN



ORGANISATIE

- Lengte: 12 meter Breedte: 12 meter
- Spelregels bal moet max binnen 1 meter (na de lijn) stil liggen Coaching
- Gericht op het samenwerken van de drie verdedigers. (midden dicht/rugdekking, kort dekken in de buurt van de bal)
- Variaties binnen de warming-up
- Eventueel met 2 ballen het spel spelen.
- Moeilijker maken
- Het veld groter maken.
- Aanpassing in aantal aanrakingen die een speler mag doen.
- Makkelijker maken
- Veld kleiner maken.

PARTIJVORM 6 TEGEN 5

20 MIN



ORGANISATIE

- Beide teams kunnen scoren door de bal over de achterlijn van de tegenstander te dribbelen en de bal te controleren in het vak
- Als de bal uit is, indribbelen of inpassen
- Bij een achterbal of hoekschop in het midden van de eigen doellijn starten van het viertal
- Na verloop van tijd wisselen team A en B van rol
- Bij 14 spelers veld 2x uitzetten

COACHING

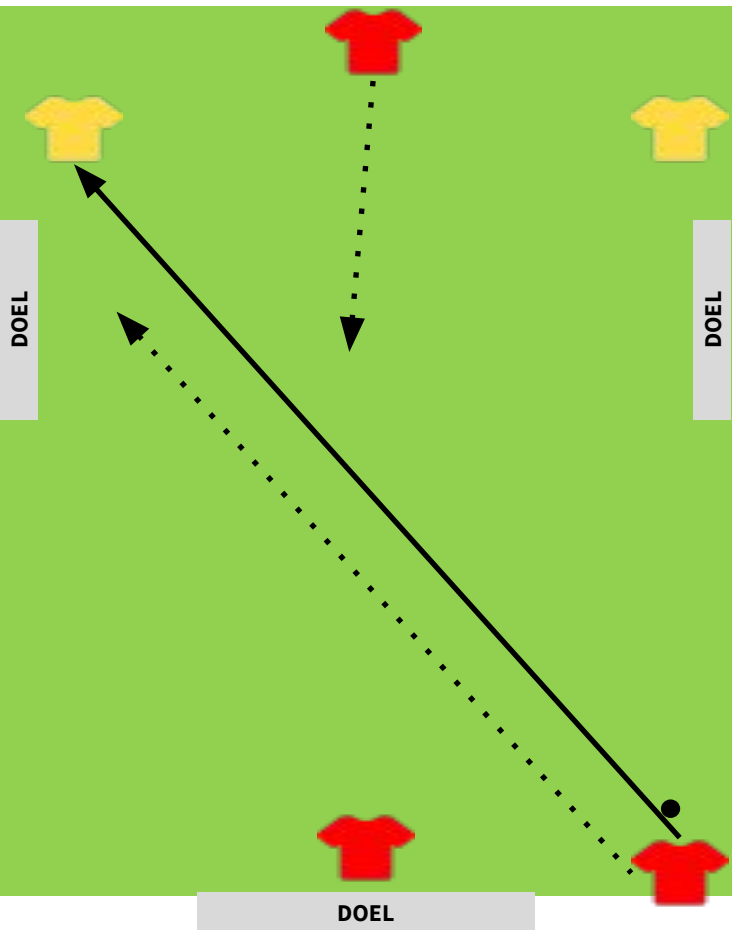
- Aan de zijkant pas druk zetten
- Midden dicht
- Kort dekken in de buurt van de bal
- Veld klein maken aan de kant van de bal

MAKKELIJKER OF MOEILIJKER MAKEN

- Veld smaller (makkelijk) verdediger erbij (makkelijk)
- Veld kleiner maken of aanvaller erbij (moeilijk)

PARTIJVORM 3 TEGEN 3

15 MIN



ORGANISATIE

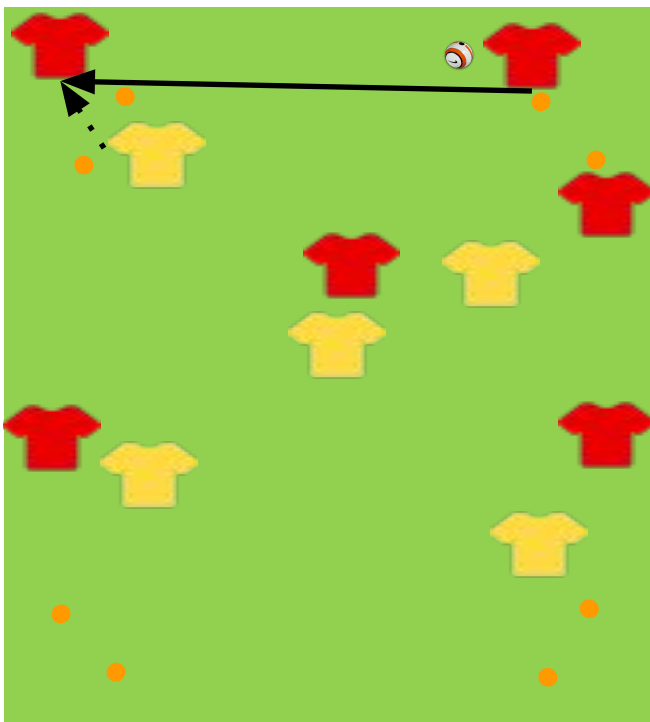
- De aanvallers spelen samen op het moment dat de aanvallers starten mogen de verdedigers 1 starten om zo snel mogelijk de bal te veroveren
- De verdedigers proberen het speelveld zo klein mogelijk te maken, waardoor ze kunnen duelleren met de tegenstander om de bal te veroveren
- De verdedigers kunnen scoren in twee kleine doelen
- De aanvallers kunnen scoren in een groot doel met keeper
- Wanneer de bal uit, direct uit het veld

COACHING

- Aan de zijkant pas druk zetten
- Kort dekken in de buurt van de bal
- Van achteren druk zetten door verste verdediger
- Voorste verdediger spel ophouden
- Veld klein maken aan de kant van de bal
- Onderlinge afstanden klein houden

PARTIJVORM 5 TEGEN 5

Onder weerstand voetballen



ORGANISATIE

- Lengte: 25 meter
- Breedte: 20 meter
- De aanvallers proberen in de opbouw op het juiste moment diep te spelen zodat ze kunnen scoren tussen de poortjes.
- Als mede-aanvaller in de juiste ruimte vrijmaken, waardoor de aanvallers op het juiste moment diep kunnen spelen
- Doelpunt telt alleen wanneer medespeler aanneemt nadat deze door het poortje is gespeeld.
- Er mag niet 2x achter elkaar op hetzelfde poortje gescoord worden.
- Extra punt wanneer andere partij nog een speler op de andere helft heeft staan.
- Wanneer de bal uit gaat, neemt de partij de bal opnieuw uit bij het eigen doel.

COACHING

- Groot houden
- Diepte voor breedte
- 2 tegen 1 situatie creëren