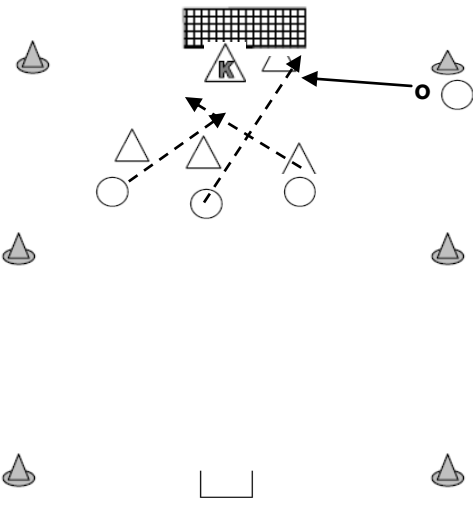
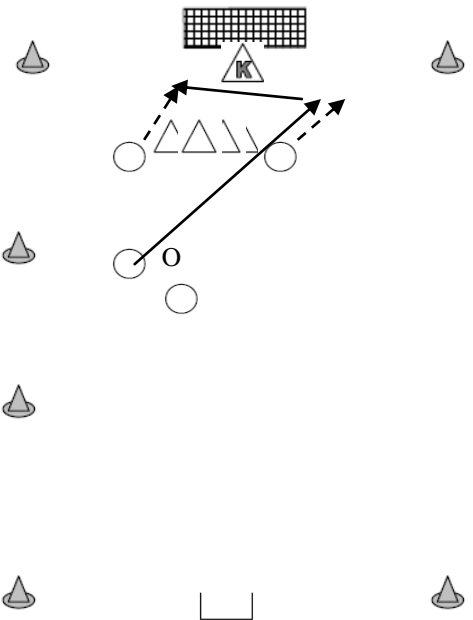


TRAININGSVOORBEREIDING

Leeftijdsgroep : E-pupillen
Training : E010
Leerstofthema : Het spelen van verschillende partijvormen
Probleemstelling :
Doelstelling : De corner en de vrije trap behandelen in een partijvorm.

Fase	Inhoud/methodiek:	Organisatie:	Aanwijzingen Correctiepunten (TIC):	Bijzonderheden:
10min	<p><u>Wiel Coerver oefeningen</u> Iedere speler een bal 1. Dribbelen naar de overkant tot de helft met rechts, de andere helft met links 2. Dribbelen terug afwisselend binnenkant voet buitenkant voet 3. Dribbelen naar de overkant met voortdurend kapbewegingen. Binnenkant voet kappen meenemen buitenkant andere voet etc 4. Dribbelen terug met voortdurend kapbewegingen maken. Buitenkant voet kappen en meenemen met de buitenkant voet etc 5. Dribbelen naar de overkant en na pm 5 mtr een 180 graden rond maken met binnenkant voet meenemen. Terug idem maar nu het rondje maken met de buitenkant voet alleen. (zowel links als met rechts) 6. Dribbelen naar de overkant zijwaarts en de bal meenemen door de voet over de bal heen te rollen. Terug idem maar met de nadere voet. 7. Op de plek de bal van voet naar voet passen. 8. Op de plek steeds met je voorvoeten op de bal plaatsen (links rechts om en om)</p>	<p>Let op: knieën moeten gebogen zijn.</p>		

Fase	Inhoud/methodiek:	Organisatie:	Aanwijzingen Correctiepunten (TIC):	Bijzonderheden:
20min	<p>Oefenvorm: Partijspel 4:4 (6:6) met 1 groot doel en een klein doel</p> <p>Na 10 min. Wisselen van helft..</p> <p>Let op: doelpunten tellen voortaan alleen indien het gehele team over de middenlijn is op het moment dat de bal in het doel komt. Hiermee willen we bereiken dat een team altijd aansluit.</p> <p>De wedstrijd begint elke keer vanuit een corner. De verdedigende partij kan scoren in het kleine doel. Indien de rondjes weer in balbezit komt, beginnen zij vanuit een corner.</p>	 <p>Afmetingen: 30mtr lang, 20 mtr breed (40x30 bij 6:6)</p> <p>Materiaal: 6 pionnen, 1 bal en 2 doelen</p>	<p>Er is er een die de corner neemt. De overige drie spelers spreken af wie waarnaar toe loopt. Eén loopt richting de eerste paal. De andere loopt naar de tweede paal en de derde naar het midden.</p> <p>Heel belangrijk is ook de omschakeling, als de bal niet in het doel belandt is, maar in bezit van de verdedigers is gekomen.</p>	<p>Spelen in een opstelling: 1-2-1 in ruitvorm zoals op tekening. Dat betekent 1 achterin, 1 aan de rechterkant, 1 aan de linkerkant en 1 in de spits. De kameleon speelt centraal. De overige spelers moeten niet in een vaste opstelling spelen, maar leren dat er altijd iemand staat (wie maakt niet uit)</p> <p>Accent: Balbezit: veld zo groot mogelijk maken zodat er meer ruimte komt om te spelen. Accent op aanvallen om doelpunten te maken.</p> <p>Balverlies: veld zo klein mogelijk maken, door druk te zetten op de balbezittende speler. Accent op bal afpakken.</p>

Fase	Inhoud/methodiek:	Organisatie:	Aanwijzingen Correctiepunten (TIC):	Bijzonderheden:
<p>20min</p>	<p>Oefenvorm: Partijspel 4:4 (6:6) met 1 groot doel en een klein doel</p> <p>Na 10 min. Wisselen van helft..</p> <p>Let op: doelpunten tellen voortaan alleen indien het gehele team over de middenlijn is op het moment dat de bal in het doel komt. Hiermee willen we bereiken dat een team altijd aansluit.</p> <p>De wedstrijd begint elke keer vanuit een vrije trap. De verdedigende partij kan scoren in het kleine doel. Indien de rondjes weer in balbezit komt, beginnen zij vanuit een corner.</p>	 <p>Afmetingen: 30mtr lang, 20 mtr breed (40x30 bij 6:6)</p> <p>Materiaal: 6 pionnen, 1 bal en 2 doelen</p>	<p>Er zijn verschillende mogelijkheden:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rechtsreeks op doel. De aanvallers in de muur, moeten altijd na het schieten naar het doel lopen voor het geval de keeper de bal loslaat 2. Een tikje breed en dan op doel schieten 3. De speler in de muur loopt naar buiten en ontvangt de bal, die vervolgens voorgeeft op de andere medespeler. <p>Heel belangrijk is ook de omschakeling, als de bal niet in het doel belandt is, maar in bezit van de verdedigers is gekomen</p>	<p>Spelen in een opstelling: 1-2-1 in ruitvorm zoals op tekening. Dat betekent 1 achterin, 1 aan de rechterkant, 1 aan de linkerkant en 1 in de spits. De kameleon speelt centraal. De overige spelers moeten niet in een vaste opstelling spelen, maar leren dat er altijd iemand staat (wie maakt niet uit)</p> <p>Accent: Balbezit: veld zo groot mogelijk maken zodat er meer ruimte komt om te spelen. Accent op aanvallen om doelpunten te maken.</p> <p>Balverlies: veld zo klein mogelijk maken, door druk te zetten op de balbezittende speler. Accent op bal afpakken.</p>

Einde: Met elkaar alle materiaal bij elkaar verzamelen en opruimen of het materiaal overdragen aan volgende trainer. Hesjes uithangen in het materiaalhoek svp !!