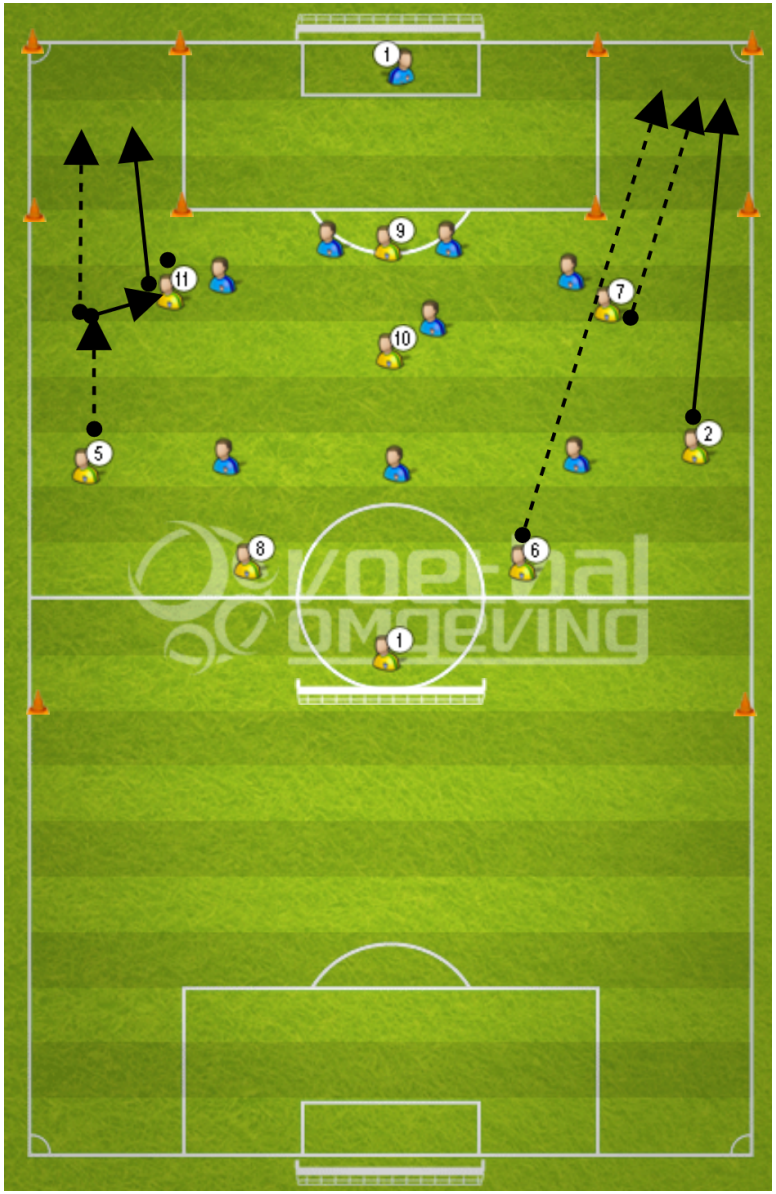
A-junioren en B-junioren - teamtactische training - balbezit - ruimtes creëren aanvallend vanuit een dynamische veldbezetting

Uncategorized,



De oefening is geschikt om de samenwerking tussen middenvelders en aanvallers te verbeteren. De oefening is een wedstrijdvorm omdat spelers vanuit de positie op zaterdag getraind worden en de ruimtes gebruiken van tijdens een wedstrijd. In balbezit worden in aanvallend opzicht de ruimtes aan de zijkant (gemarkeerd door vier pionnen) vrijgelaten. In plaats van een statische en voorspelbare veldbezetting heb ik gekozen voor een dynamische veldbezetting. Het positiespel wordt daardoor gevarieerder en verrassender en de tegenstander wordt zowel individueel, maar ook als team gedwongen om lastige keuzes te maken en oplossingen te bedenken.
De trainer kan de volgende variaties toepassen:
1. Geel 2 of geel 5 eindigt in de gemarkeerde ruimte.
2. Geel 7 of geel 11 eindigt in de gemarkeerde ruimte.
3. Geel 6 of geel 8 eindigt in de gemarkeerde ruimte.

Organisatie

Speelveld: - Lengte 1/2 veld + 15 meter - Breedte standaard veld

Coaching

Wedstrijdvorm 8 + keeper tegen 8 + keeper - Teams van 8 + keeper verdedigt een groot doel. - Bij een uitbal, achterbal of doelpunt start het team van 8 + doelverdediger aan de kant van de middenlijn met een nieuwe bal.

Overige

Verdediging: - Toepassen variaties in veldbezetting - 5 hoog, 2 laag; 2 hoog, 5 laag; 2 en 5 hoog Middenveld en aanval: - Niet in een ruimte staan, wel in een ruimte komen. - In de gemarkeerde ruimte komen via een individuele actie, een combinatie of een diepte-loopactie gevolgd door een pass. - Positiekiezen voor het doel bij een voorzet.