



B-junioren en A-junioren - rol van de doelverdediger binnen de groepstraining

Uncategorized,



De doelverdediger wordt getest bij hoekschoppen en vrije trappen tegen! De doelverdediger is de baas van het hele 5-meter-gebied en moet een antwoord hebben op indraaiende en uitdraaiende spelhervattingen. De trainer kan de volgende aanwijzingen geven: kies voor het bezetten van de eerste en tweede paal of voor een van beiden; durf uit je doel te komen en de bal aan te vallen; bescherm jezelf bij het verlaten van je doel.

Organisatie

Beschrijving van de organisatie: - Zes blauw spelers + 1 doelverdediger. - Zes gele spelers + 1 doelverdediger. - Voldoende ballen. - Voldoende doppen.

Coaching

Beschrijving van de oefening: - Een aanvaller van geel start met een hoekschop of vrije trap vanaf de zijkant als startmoment van de oefening. - Zes spelers van blauw verdedigen het bovenste doel en vallen aan op het andere doel. - Zes spelers van geel verdedigen het onderste doel en vallen aan op het bovenste doel. - Bij een uitbal of achterbal hervat de ploeg in balbezit met een spelhervatting.

Overige

Aanwijzingen: - Kies afwisselend voor indraaiende of uitdraaiende spelhervattingen. - Verdedig de doellijn bij het uitkomen van de doelverdediger. - Schakel snel om van verdedigen naar aanvallen bij onderschepping door de doelverdediger.