



De trainer kan de volgende opmerkingen gebruiken: kies positie achterwaarts en zijwaarts om de passlijn naar voren open te maken, probeer de bal in voorwaartse richting te passen en door te bewegen onder de bal, de aanvaller heeft een verdediger in zijn rug en schermt de bal af, hou de bal vast en wacht op aansluiting in plaats van wegdraaien en de bal verliezen, wissel van links naar recht e.a. en ga op zoek naar de ruimte.

Organisatie

Organisatie van de oefening:

- 8-12 spelers + 1 keeper
- Wedstrijden van maximaal 4 minuten
- Wisselen na 4 minuten of na x aantal doelpunten
- Speelveld de helft van een speelveld.
- Twee verplaatsbare doelen op de hoogte van de 5 meterlijn en tussen de zijlijn en 16 meterlijn.

Coaching

Beschrijving van de oefening:

- Scoren op twee doelen met keeper.
- 4 tegen 4 in vak 1
- 2 tegen 2 in vak 3
- De spelers in vak 1 bewegen via vak 2 naar vak 3.
- Partij in balbezit, geel in de tekening, scoort op groot doel + doelverdediger
- Partij zonder balbezit, blauw in tekening, verovert de bal en passt naar de trainer.
- Bij de trainer kun je het recht van aanval halen en wissel je van functie.

Overige

Accenten van de oefening:

- Wissel snel van zijkant naar zijkant.
- Scoren op twee doelen vraagt geduld en op tijd de bal verplaatsen naar de vrije ruimte.
- Openen van de passlijn voorwaarts in het vak 4 tegen 4.
- Openen van de passlijn naar de twee aanvallers..
- 'Zekeren' van de bal door lichaam tussen tegenstander en bal te houden.
- Aansluiten vanuit middenveld naar aanval.