



Bij deze oefening staat het uitspelen van een tegenstander in 1 tegen 1 centraal binnen 2 tegen 2. De trainer kan hierbij de volgende aandachtspunten geven: maak de juiste keuze tussen 1 tegen 1 of samenspel, maak de juiste keuze voor het doel bij het afronden. De balbezittende partij kan 4 extra, neutrale spelers gebruiken, waardoor het samenspel nog meer mogelijkheden krijgt. Probeer de diepste speler aan te spelen en sluit vervolgens bij. Belangrijk om na de inspeelpass gelijk door te bewegen en niet te blijven staan. Doordat er vanuit alle standen op doel geschoten kan worden kan je door een snelle loopactie je directe tegenstander in 1 tegen 1 verrassen, vrijkomen van je tegenstander, de bal krijgen en scoren.

Organisatie

- Speelveld 30 meter lang, 20 meter breed.
- Doorwisselen na doelpunt, na uit, na achterbal.
- Aanvallers en verdedigers wisselen van positie na 10 doelpunten voor de sterkste kleur.
- Terugspeelbal naar keeper verboden.

Coaching

Uitspelen en scoren:

- Verdedigers geel passen naar aanvallers blauw en zetten druk op de bal.
- Aanvallers en verdedigers scoren beiden op een groot doel met keeper.

Overige

Uitspelen en scoren:

- Twee aanvallers blauw kiezen schuin positie ten opzichte van elkaar.
- Niet krijgen van de bal betekent doorbewegen naar een andere ruimte en niet blijven staan.
- Creër ruimte door een loopactie te maken.
- Aanvaller in balbezit moet de keuze/ruimte krijgen voor 1 tegen 1 en samenspel:
- Bal verliezen betekent snel en voorwaarts druk op de bal, omdat er vanuit alle posities gescoord kan worden.
- Gebruik de neutrale spelers (paars) om een betere positie te krijgen in het veld en vanuit een loopactie vrij te komen voor de goal.