



Bij deze oefening staan de basistechnieken passen over de grond, aannemen in beweging met de binnen- en buitenkant voet vanuit een kwart draai en schieten centraal. De trainer kan hierbij de volgende aandachtspunten geven; speel in over de grond, ontvangende speler laag bij de grond zitten, aan- en meenemen met enkel/knie boven de bal = controle, werk af vanuit controle en techniek (vaak binnenkant voet), niet (alleen) vanuit kracht.

Organisatie

- 1 pupillen doel
 - 8-10 spelers
- Puntentelling:
- Direct scoren = 2 punten
 - Scoren vanuit rebound = 1 punt

Coaching

- Speler 1 speelt naar speler 2.
- Speler 2 draait naar binnen weg en werkt af.
- Speler 1 wordt speler 2.
- Speler 2 pakt de bal en sluit aan de andere kant aan.

Overige

- Pass binnenkant voet over de grond en zuiver
- Wegdraaien vanuit controle door het poortje van 2 pionnen.
- Werk af met links vanaf rechts.
- Werk af met rechts vanaf links.