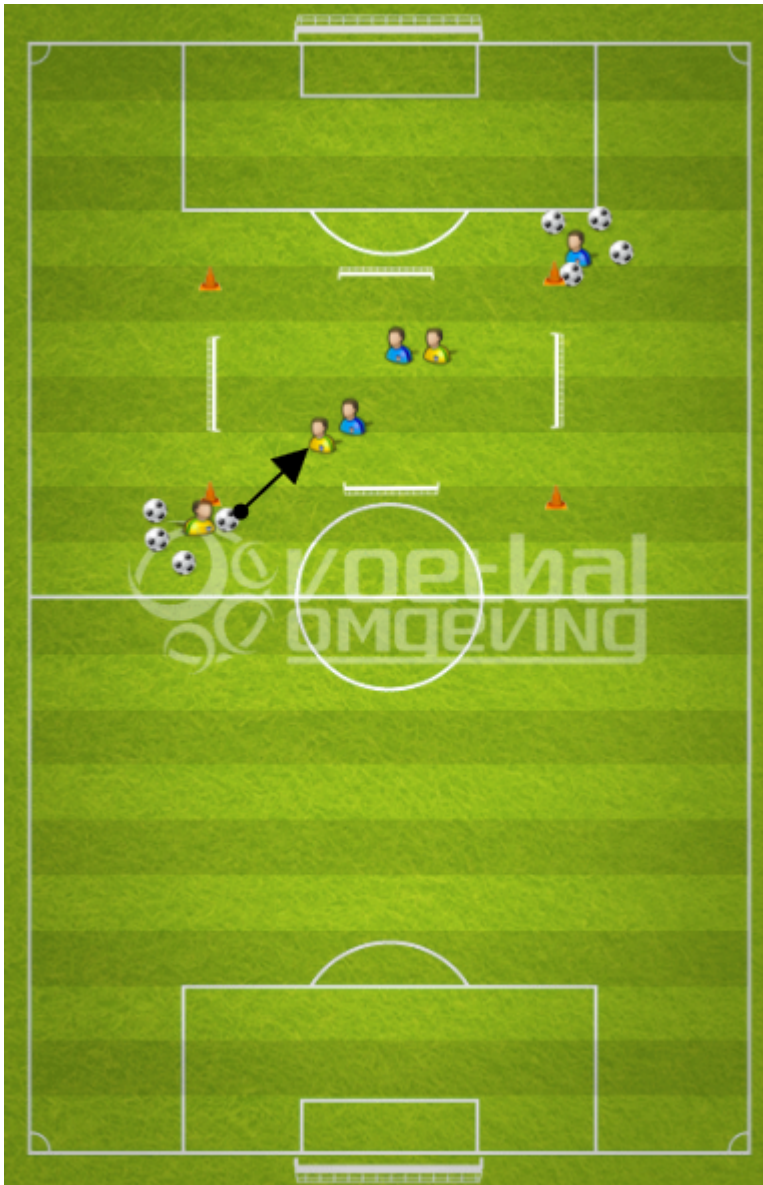




Onder 16 t/m 19-balbezit-verbeteren van het kijkgedrag + het verwerken onder druk binnen twee tegen twee.

Uncategorized,



Het verbeteren van het kijkgedrag van de spelers in balbezit binnen twee tegen twee staat centraal. De trainer kan gebruikmaken van de volgende coachopmerkingen: kies diagonaal positie ten opzichte van je medespeler in plaats van naar dezelfde ruimte, kies positie en vraag om een schuine pass en hou oogcontact met je tegenstander + medespeler, neem de bal in beweging aan of mee en blijf niet staan, verander van richting naar het vrije doel.

Organisatie

Organisatie van de oefening: - Speelveld 30 bij 30 meter. - Maximaal 8 spelers per organisatie. - Minimaal 6 spelers per organisatie. - Wisselen na 2 minuten. - Scorende tweetal houdt de bal.

Coaching

Beschrijving van de oefening: - Twee spelers met bal staan in de hoek van het veld; geel speelt met geel, blauw met blauw. - Geel valt aan op twee doelen tegenover elkaar, blauw valt aan op de twee andere doelen tegenover elkaar. - De spelers in het midden (geel in de tekening) ontvangen de bal en scoren op een van de twee tegenover elkaar staande doelen. - De verdedigers blauw veroveren de bal en scoren in de andere twee tegenover elkaar staande doelen..

Overige

Wat kan de trainer zeggen? - Kies diagonaal positie ten opzichte van je medespeler en blijf zodoende uit elkaars ruimte. - Kies schuin positie ten opzichte van de bal + directe tegenstander. - Maak steeds opnieuw een foto van je omgeving. - Doe alles in beweging: vragen om de bal, aannemen en passen.