



De oefening kan gebruikt worden om spelers beter samen te leren verdedigen. Als aandachtspunten kun je denken aan de begrippen mandekking, ruimtedekking en rugdekking. Probeer altijd de gevaarlijkste man (de man met de bal) te verdedigen. Verlies daarbij je directe tegenstander nooit uit het oog.

Organisatie

- Een speelveld van 25 meter lang en 15 meter breed.
- Verdedigers passen de bal in naar de aanvallers en zetten direct druk.
- Terugspeelbal naar de doelverdediger mag niet.
- Na 1 minuut 4 andere spelers en doorwisselen.

Coaching

Samenwerking binnen 2 tegen 2:

- 1 speler verdedigt de man met bal.
- 1 speler geeft ruimte dekking aan zijn tegenstander en rugdekking aan zijn medespeler.

Overige

Makkelijker maken?

- Speelveld groter maken.
- Starten vanuit dribbel in plaats van pass.

Moeilijker maken?

- Verdedigers halverwege laten starten waardoor aanvallers minder ruimte hebben.