



De oefening wordt gebruikt om een overtalsituatie uit te leren spelen in de opbouw en een vervolg te geven van opbouw naar aanval.

Als aandachtspunten kun je als trainer denken aan: Veldbezetting in vak 1, denk, kijk en dribbel/speel de bal diep als dit kan en hoe kom ik van vak 1 naar vak 2. Stimuleer de individuele actie, de combinatie tussen spelers en het doorbewegen van vak 1 naar vak 2.

Organisatie

- Speelveld 50 meter lang en 25 meter breed.
- 2 vakken van 25/25 meter.
- Vak 1 speelt 1 keeper + 3 tegen 2.
- Vak 2 staat 2 tegen 3.
- Vanuit vak 1 mag 1 speler doorschuiven naar vak 2.
- Spel hervatten bij keeper.

Coaching

Veldbezetting vak 1:

- 1 keeper + 3 spelers vormen ruit.

Veldbezetting vak 2:

- 2 aanvallers naast elkaar.

Hoe kom ik van vak 1 naar vak 2?

- 1 tegen 1.
- Combinatie binnen vak 1.
- Combinatie met vak 2.

Overige

Makkelijker maken:

- 3 tegen 3 in twee vakken.

Moelijker maken:

- 5 tegen 5 in 3 vakken.