



Positiespel klein - 3 tegen 1

Uncategorized,



Dit is een oefening waarin een positiespel klein 3 tegen 1 wordt gespeeld. De nadruk ligt hierbij op het vrijlopen, zodat de ploeggenoot in balbezit altijd twee afspeelmogelijkheden heeft. In het voetbal is het belangrijk om de bal meerdere kanten op te kunnen spelen richting medespelers.

Organisatie

'-speelveld 15 meter lang, 10 meter breed

-verdediger veroverd de bal en dribbelt over een van de vier zijdes? wisselen van verdediger

Coaching

'-balbezitter heeft 2 afspeelmogelijkheden; 1 links en 1 rechts

-speler en ontvanger van de pass blijven staan

-andere speler kiest opnieuw positie zodat balbezitter weer 2 afspeelmogelijkheden heeft

Overige

makkelijker:

-vrij aantal balcontacten

moeilijker;

-maximaal 2 balcontacten per speler per keer

-verplicht 2 balcontacten per speler per keer