



Het voetbalseizoen nadert zijn einde. Een mooi moment om het seizoen op een leuke manier af te sluiten. Trainingsvormen gericht op fun zijn bij uitstek geschikt vanwege de onderlinge competitie. De druk en behoefte om nieuwe tactieken en technieken aan te leren is laag, maar door een competitieve oefenvorm te doen kan je onbewust toch trainen aan de standaard basistechnieken zoals passen en schieten.

Organisatie

Beschrijving van de organisatie:

- twee teams van 4-8 spelers
- 1 keeper geel
- 1 keeper blauw
- voldoende ballen
- wissel regelmatig van kant

Spelregel:

- direct na het afwerken start de volgende speler.
- de speler van het afwerken schakelt razendsnel om.

Coaching

Beschrijving van de oefening:

- speler 1 van geel (links in de tekening) start en werkt af op doel met een keeper van blauw.
- na het schot schakelt speler 1 van geel om en probeert via een duel te voorkomen dat blauw 1 scoort.
- na het afwerken schakelt blauw 1 om naar geel 2 enz.
- welke kleur scoort het eerst 10 punten?

Overige

Aandachtspunten:

- omschakelen van afwerken naar verdedigen moet razendsnel.
- wordt er te makkelijk gescoord? vergroot de afstand naar het doel.
- wordt er niet gescoord? verklein de afstand naar het doel.