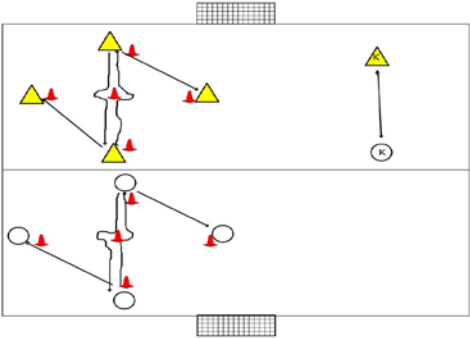
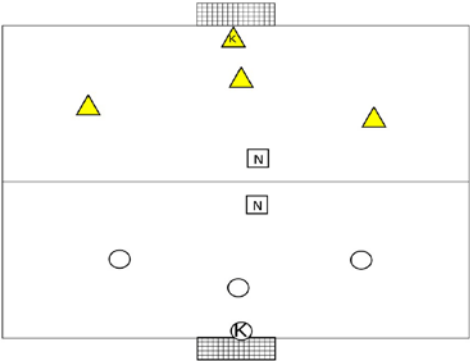
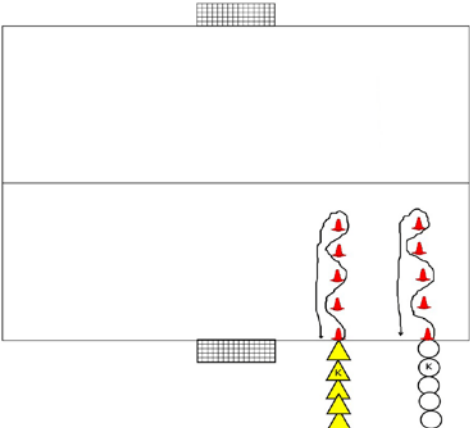
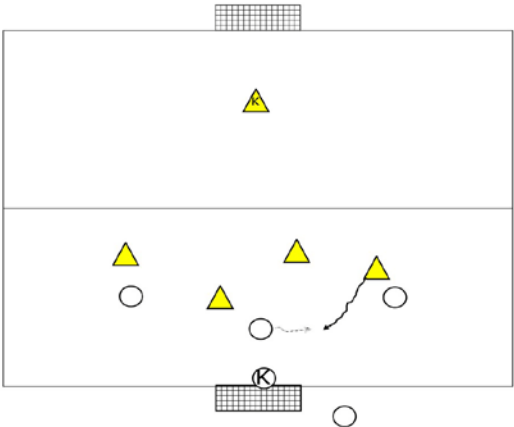
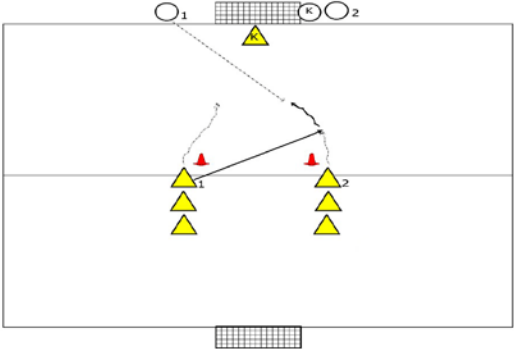
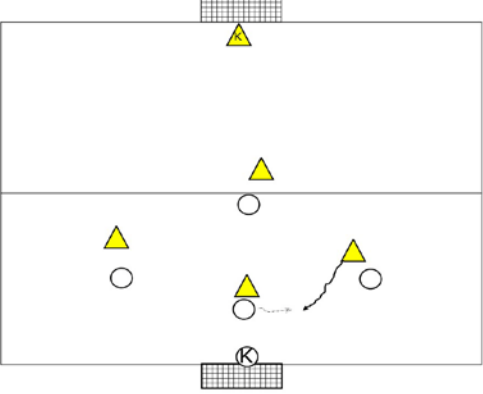


Naam: Berx Pierre, lesgever Federale trainersschool Thema: Juiste keuze: korte pass, dribbel of doelpoging	Aantal: 8+2 Categorie / niveau: U9	Materiaal: 10 ballen, 2x4 hesjes, markeerhoedjes, kegels, 2 duiveltjesdoelen
Richtlijnen en coachingswoorden: 1. Voer slechts een dribbel uit als er niemand in een gunstige positie vrij staat DRIBBEL, DURF 2. Zorg ervoor dat je bij een dribbel de bal dicht bij de voet houdt BAL KORT AAN DE VOET 3. Houd het overzicht bij het dribbelen zodanig dat je ook een korte pass kan geven naar een vrijstaande medespeler indien nodig OVERZICHT 4. Zo snel mogelijk afwerken bij werkelijke doelkans SCHIET, SCOOR		
OPWARMING		
	Beschrijving • 2 groepen met bal • Kegels in kruisopstelling (15m) • 2 spelers leiden naar elkaar, in het midden maken zij telkens een passeerbeweging, leiden rond de kegel en geven een korte pass naar medespeler die hetzelfde uitvoert • De spelers voeren verschillende passeerbewegingen uit • De spelers vertrekken gelijktijdig • De keepers warmen elkaar op • 2 x 5' Coaching: • 1 t/m 3	
WEDSTRIJDVORM 1	3+k/3+k + 2N	
	Beschrijving: • Duiveltjesveld • Ploegen proberen door dribbel of korte passing te infiltreren, doelkansen te scheppen en af te werken • 2 x 5' • FUN: welke ploeg wint? Coaching: • 1 t/m 4	
TUSSENVORM 1	Estafette	
	Beschrijving: • 2 groepen • Kegelafstand (uiterste) is 10m • Kegelafstand slalom is 1 m • Per groep 1 bal • 1) Dribbel tussen de kegels en snelle dribbel terug langs de kegels • 2) Dribbel tussen de kegels heen en terug • 3) Dribbel langs de kegels heen en tussen de kegels terug • elke oef. 2 x uitvoeren (plaatswissel) • 10' • FUN: welke ploeg is de snelste? Coaching: • 2 en 3	

WEDSTRIJDVORM 2 	4+k/3+k Beschrijving: • Duiveltjesveld • Ploeg in de meerderheid probeert door dribbel of korte passing te infiltreren, doelkansen te scheppen en af te werken • Als de ploeg in de minderheid scoort, telt dit voor 2 • Bij de ploeg in de minderheid worden om de anderhalve minuut een speler gewisseld • 2^{de} helft andere ploeg in de minderheid • 2 x 5' • FUN: welke ploeg wint? Coaching: • 1t/m4
TUSSENVORM 2 	Beschrijving: • Afwerkingsvorm: 2/1 • Aanvaller 1 geeft een korte pass in de loop van aanvaller 2 • Vanaf dan komt verdediger 1 in het veld • Aanvaller 2 dribbelt in de vrije ruimte • Aanvaller 2 heeft nu de mogelijkheid om te passen naar aanvaller 1 of zelf de actie te maken en af te werken • Iedere speler 3 x op elke positie (zowel aanvallend als verdedigend) • Keepers wisselen af • 10' • FUN: welk koppel scoort het meest? Coaching: • 1t/4
WEDSTRIJDVORM 3 	4+k/4+K Beschrijving: • Duiveltjesveld • Wedstrijdreglement • Nabootsing wedstrijd van het weekend met de nadruk op het infiltreren door dribbel en of korte passing met de bedoeling doelkansen te scheppen en af te werken. • 2x5' • FUN: welke ploeg wint de wedstrijd? Coaching: • 1 t/m 4
COOLING DOWN	Beschrijving: • Penaltycup

