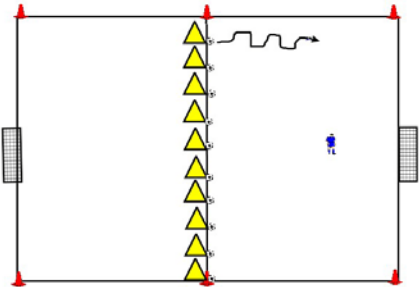
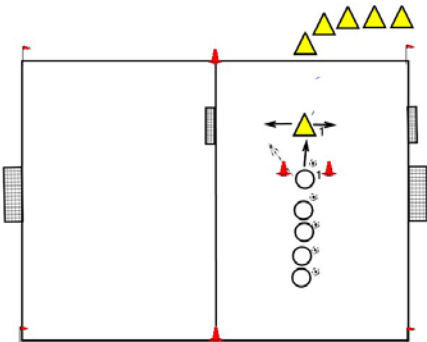
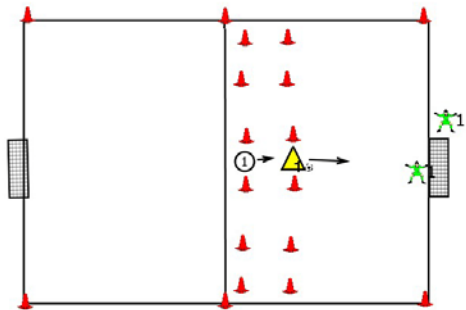
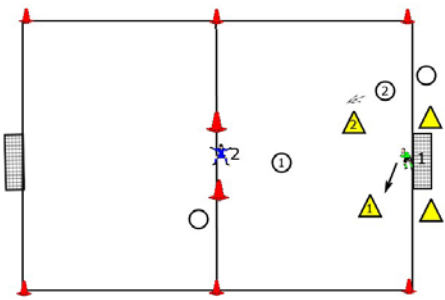
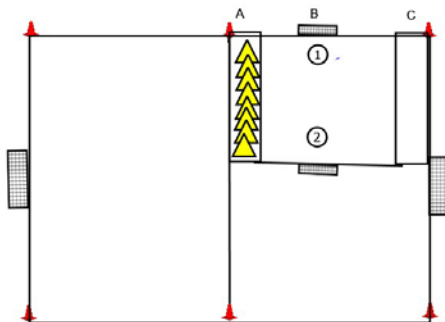
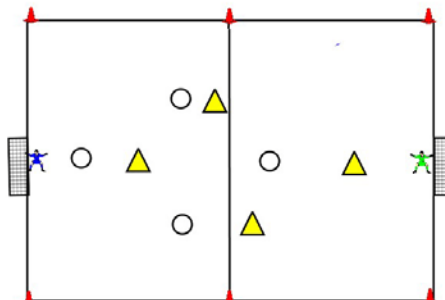


Naam: Ciccarella Vincent, Leraar FTS Thema: LEIDEN VAN DE BAL (tegenspeler in de rug).	Aantal : 10 (8+2K) Categorie / niveau: U8	Materieel: potjes, overgooiers, 2 doelen, kegels, 10 ballen. Terrein 32 x 25 m.
Richtlijnen en coachingswoorden : 1. Tracht de bal zo kort mogelijk aan de voet te houden -> KORT 2. Tracht voor je te kijken tijdens het leiden -> KIJK 3. Tracht de verdediger in je rug te houden -> BLIJF ER VOOR		

OPWARMING	Beschrijving: - terrein 32 x 25 m (1/2 terrein afgebakend) - duur : 12 minuten Oef 1 : politie-agent-spel De spelers met bal (de auto's) moeten rekening houden met de aanwijzingen van de opleider (politieagent) FUN : wie zal de beste bestuurder zijn ? Oef 2 : leiden van de bal met een hoed (kegeltje op het hoofd) FUN : wie zal de hoed op het hoofd kunnen houden ? Oef 3 : imitatiespel per koppel , X leidt de bal en O volgt en imiteert. Eerst al stappend, daarna al lopend. Elke 30 sec. wisselen. FUN : wie zal de beste imitator zijn ?
	Coaching:
WEDSTRIJDVORM 1	K + 1 / 1 + K
	Beschrijving: - terrein 32 x 25 m (1/2 terrein afgebakend) - duur : 10 minuten O1 speelt in naar X1 en tracht de bal te recupereren; X1 kan zowel links als rechts scoren. FUN : wie kan de meeste doelpunten scoren ?
TUSSENVORM 1	Beschrijving: - terrein 32 x 25 m (1/2 terrein afgebakend) - duur : 10 minuten Van zodra X1 de bal raakt, mag O1 verhinderen dat X1 kan gaan scoren. Telkens van rol wisselen. Startplaatsen wisselen : midden, links en rechts. FUN : wie zal de meeste doelpunten scoren ?
	Coaching: Richtlijnen 1, 2 en 3.

WEDSTRIJDVORM 2 	K + 2 / 2 + K <u>Beschrijving:</u> - terrein 32 x 25 m (1/2 terrein afgebakend) - duur : 15 minuten (X en O wisselen na 7 minuten) - werken in golven (20 sec. max) Van zodra K1 de bal aan X1 of X2 geeft, mag O2 O1 komen helpen om te vermijden dat X1 en X2 scoren. FUN : wie gaat winnen ? <u>Coaching:</u> Richtlijnen 1, 2 en 3.
TUSSENVORM 2 	<u>Beschrijving:</u> - terrein 12 x 16 m (verdeeld in 3 zones a, b en c) - duur : 10 minuten Spel : de kat en de muizen De muizen (zone a) moeten zone b oversteken naar zone c zonder dat de kat hen vangt. Als de kat de bal van een muis afpakt, en er in slaagt om de bal in 1 van de 2 doeltjes te scoren, wordt de muis ook kat. FUN : wie zal de overblijvende muis zijn ? <u>Coaching:</u> Richtlijnen 1 en 3
WEDSTRIJDVORM 3 	K + 4 / 4 + K <u>Beschrijving:</u> - terrein 32 x 25 m - duur : 18 minuten (2 x 9) K + 1 + 2 + 1 (X 2) ruit en symmetrie Regels van toepassing bij duiveltjes FUN : scoren na leiden van de bal = 2 ptn <u>Coaching:</u> Richtlijnen 1, 2 en 3 ➔ Evaluatie van de coachingspunten, Indien nodig gebruik van de STOP-HELP methode
COOLING DOWN	<u>Beschrijving:</u> Evaluatie van de training Gezamenlijk opruimen van het materieel We vormen een kleine trein en gaan naar de kleedkamer.