



ALWAYS FORWARD
zijn we samen!

Uitleg organisatie:

- Verdeel de ploeg in 2 groepjes. Iedereen een bal. Elk groepje bij een doel met keeper.
- Er wordt op verschillende manieren op het doel afgewerkt.
- Oefening A is met een kaats.
- Bij oefening B krijgen ze de bal van de zijkant aangespeeld.
- Bij oefening C komt de bal van achteren.
- Loopt alles vrij vlot dan kun je ook nog andere variaties proberen.
- Zoals: de bal opgooien; de bal over een speler gooien die met de rug naar het doel staat.

Opmerkingen:

- Bij F-pupillen is het aan te raden om zelf te kaatsen. Dit is om het tempo in de oefening te houden.
- Ook laten doorwisselen.

Trainingsvorm: Verbeteren schieten op doel

Doelstelling:

Het verbeteren van schieten op het doel (1).

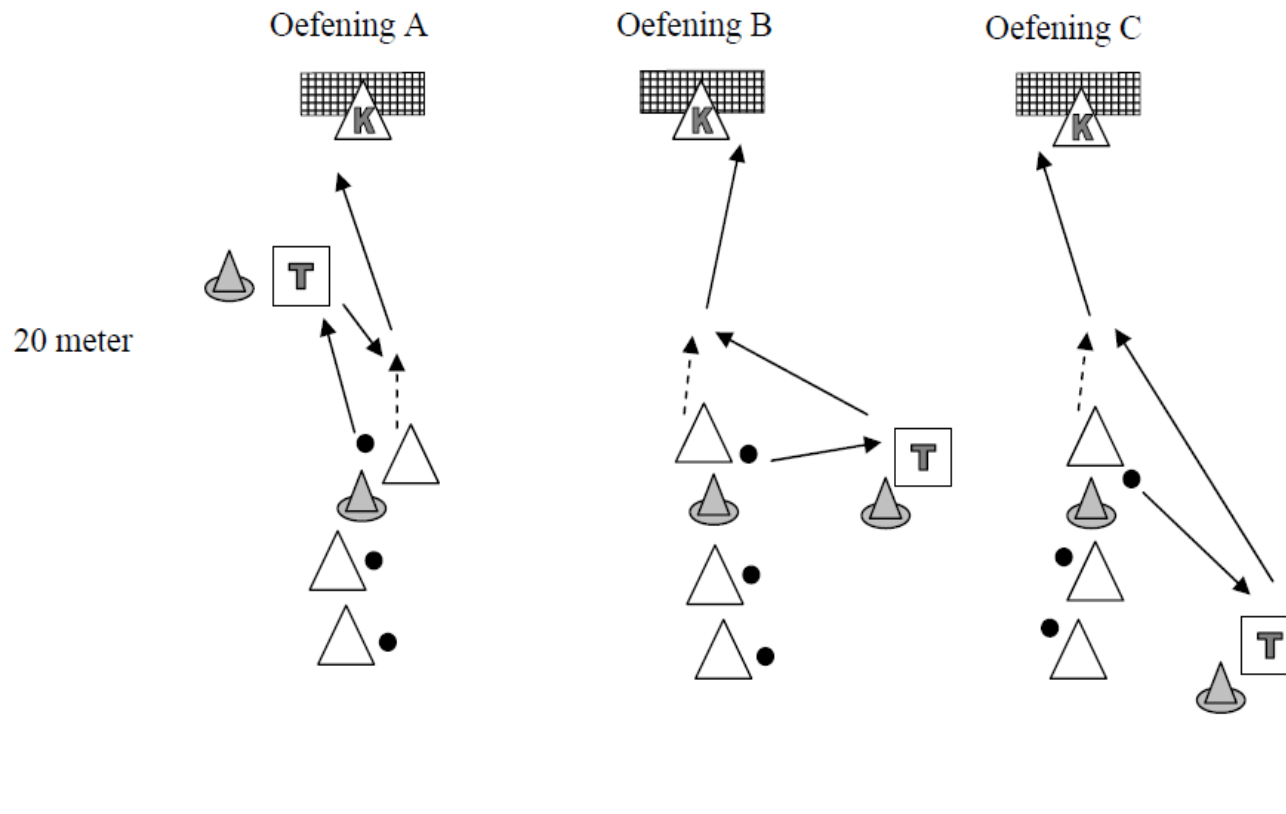
Niveau: JO8, JO9 – JO10, JO11/MO11.

Duur: 20 minuten.

Aantal spelers: 6 tot 12 spelers.

Veldafmetingen: Niet van toepassing.

Organisatie:



Aandachtspunten:

Kijk naar hun standbeen op het moment van schieten.

Schatten ze de balsnelheid goed in?