

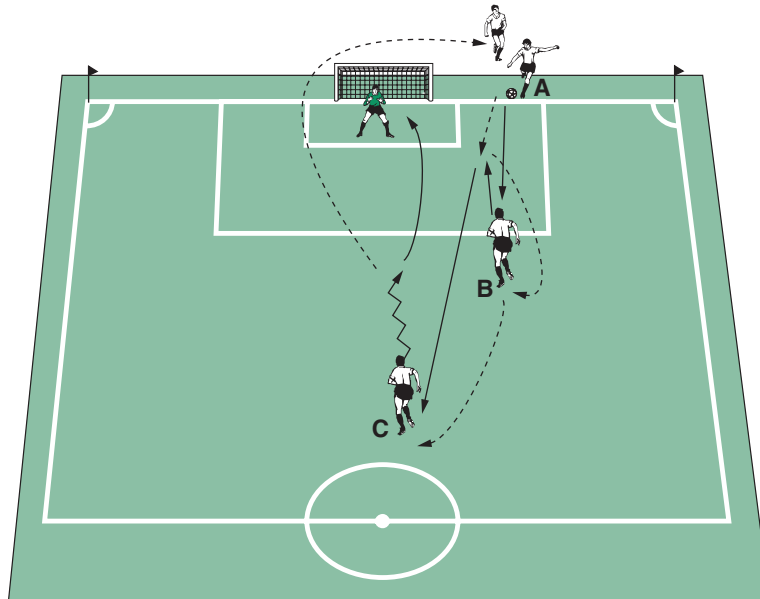


SCHIETEN

56

DOEL:

- verbeteren van het afwerken op doel vanuit de dribbel



ORGANISATIE:

- speler A passt de bal op speler B
- speler B kaatst de bal terug op speler A
- speler A passt de bal op speler C
- speler C schiet op doel vanuit de dribbel
- alle spelers schuiven steeds een positie door

AANWIJZINGEN:

- vragen om de bal
- kijk naar de positie van de keeper

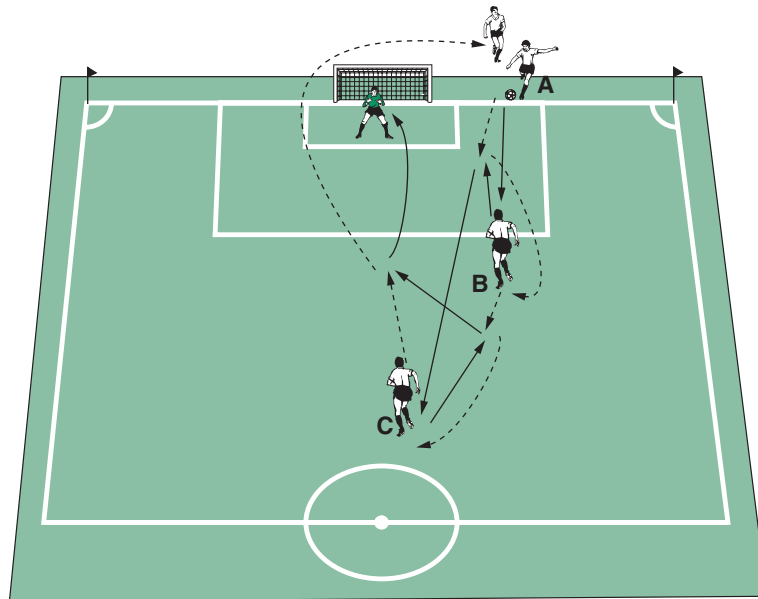


SCHIETEN

57

DOEL:

- verbeteren van het afwerken op doel na een pass



ORGANISATIE:

- speler A passt de bal op speler B
- speler B kaatst de bal terug op speler A
- speler A passt op speler C
- speler C passt op speler B
- speler B legt de bal breed voor speler C
- speler C schiet op doel
- alle spelers schuiven steeds een positie door

AANWIJZINGEN:

- vragen om de bal
- kijk naar de positie van de keeper

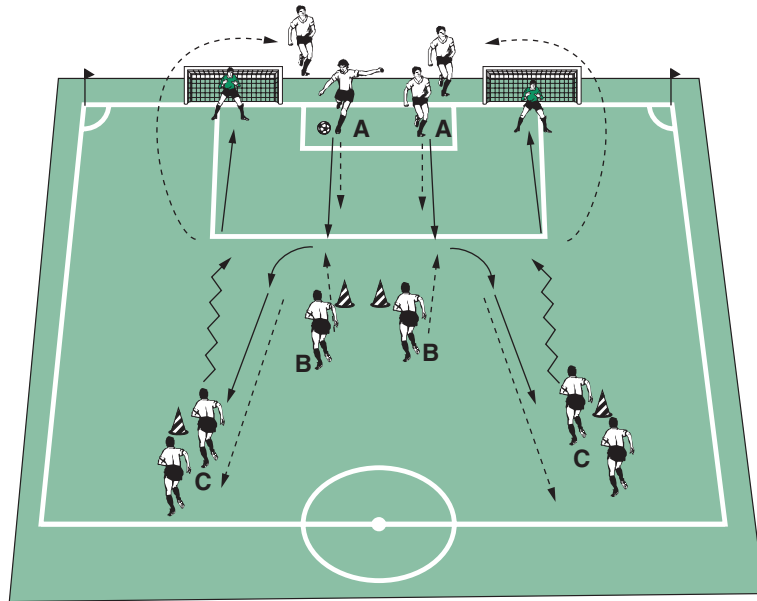


SCHIETEN

58

DOEL:

- verbeteren van het afwerken op doel vanuit de dribbel



ORGANISATIE:

- speler A passt de bal op speler B
- deze neemt de bal aan met een halve draai
- speler B passt de bal op speler C
- speler C probeert te scoren vanuit de dribbel
- alle spelers schuiven steeds een positie door

OPMERKINGEN:

- vragen om de bal
- kijk naar de positie van de keeper

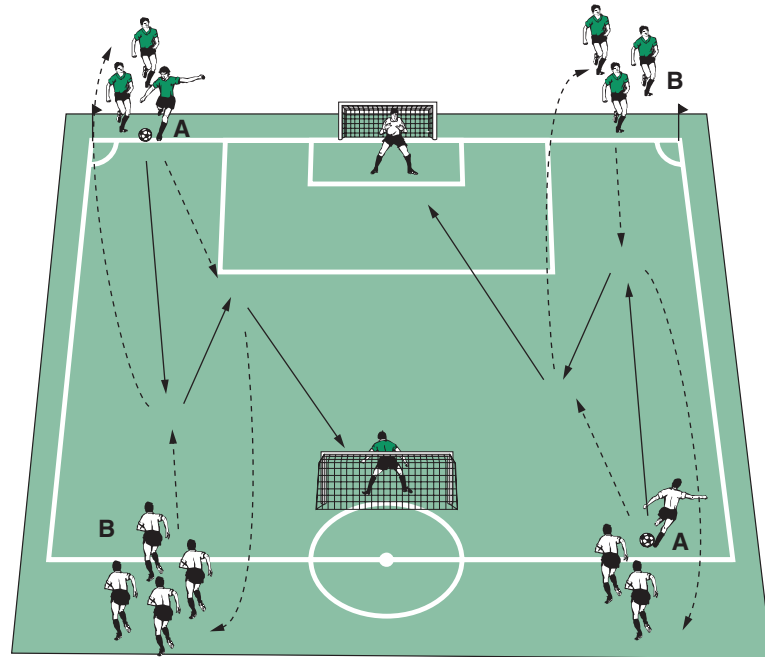


SCHIETEN

59

DOEL:

- verbeteren van het verdedigen



ORGANISATIE:

- speler A passt de bal op de inkomende speler B
- speler B legt de bal terug op de inkomende speler A
- deze werkt af op doel
- de spelers schuiven één plaats door

AANWIJZINGEN:

- kies positie tussen bal en doel
- als je de bal ontvangt, moet je in voorwaartse richting zijn
- niet de bal controleren, maximaal 2 keer spelen, nog beter is de bal in een keer spelen
- ogen los van de bal
- ritmeversnelling bij dribbel, meer agressiviteit

VARIATIES:

Variatie 1

- speler A volgt nu een andere looplijn;
- speler B moet kijken waar speler A is

Variatie 2

- speler A wordt verdediger nadat hij gepast heeft op speler B

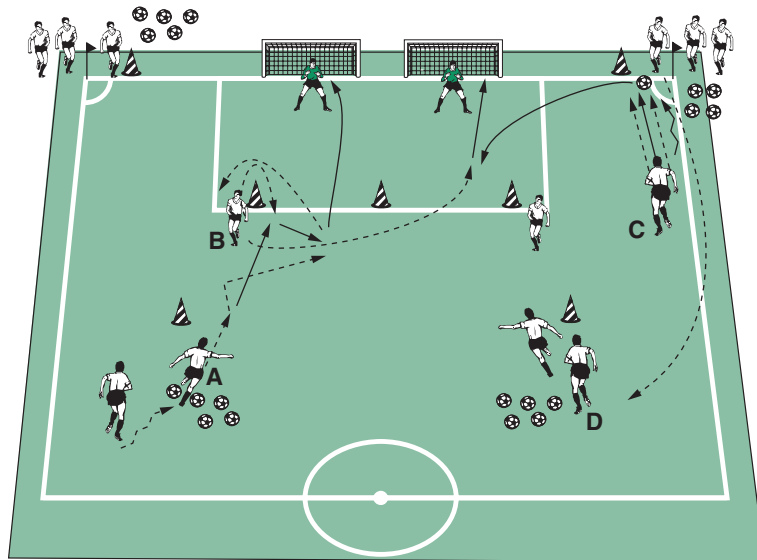


SCHIETEN

60

DOEL:

- het afwerken op doel vanuit de kaats



ORGANISATIE:

- speelveld met twee doelen (4 meter van elkaar)
- minimaal 12 spelers en 2 doelverdedigers
- speler A speelt de bal vanuit stilliggende positie of vanuit dribbel naar speler B, die eerst een vooractie maakt
- speler B kaats de bal op speler A die zich met een vooractie aanbiedt
- vervolgens werkt speler A de bal met rechts af (binnenkantvoet of wreef)
- speler A komt op positie van speler B
- speler B loopt achter speler A om en vraagt via een loopactie een lage, half hoge of hoge voorzet van speler C
- speler C geeft een voorzet (stilliggende bal, vanuit de loop of vanuit een dribbel)
- speler B werkt af en sluit achter speler C aan
- speler C gaat naar positie van speler D
- van hieruit dezelfde vorm

AANWIJZINGEN:

- doelverdedigers regelmatig van doel wisselen
- pass vanuit dribbel
- kaats/aan- en meenemen/doorsteek bal
- afwerken met binnenkant, wreef, volley of kopbal
- vooractie (blijf de bal zien), zowel om de bal te ontvangen als voor afwerking vanuit de kaats

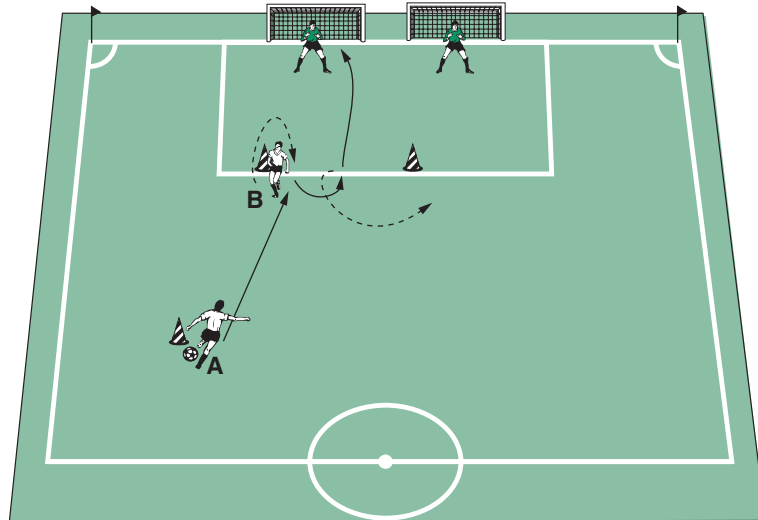


SCHIETEN

61

DOEL:

- afwerken op doel vanuit een halve draai/aan- en meenemen



ORGANISATIE:

- een speelveld met twee doelen (4 meter van elkaar)
- minimaal 12 spelers en 2 doelverdedigers
- speler A speelt de bal vanuit stilliggende positie of vanuit dribbel naar speler B, die eerst een vooractie maakt
- speler B neemt de bal met een halve draai mee naar binnen en werkt zelf af op doel

AANWIJZINGEN:

- doelverdedigers regelmatig van doel wisselen
- pass vanuit dribbel
- kaats/aan- en meenemen/doorsteek bal
- afwerken met binnenkant, wreef, volley of kopbal
- vooractie (blijf de bal zien), zowel om de bal te ontvangen als voor afwerking vanuit de kaats
- goede loopactie om de flankbal te ontvangen
- flankbal tijdig geven
- reactie op rebound
- goede balsnelheid
- in afwerking kijken naar doelverdediger
- verplaatsen na actie (doorlopen)

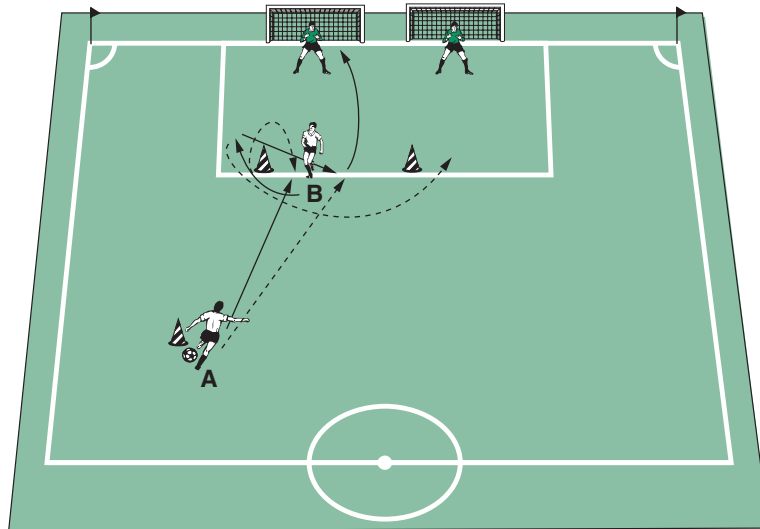


SCHIETEN

62

DOEL:

- het afwerken op doel vanuit een halve draai/aan- en meenemen



ORGANISATIE:

- een speelveld met twee doelen
- minimaal 12 spelers en 2 doelverdedigers
- speler A speelt de bal vanuit stilliggende positie of vanuit dribbel naar speler B, die eerst een vooractie maakt
- speler B neemt de bal mee naar buiten (binnen- of buitenkant van de voet) en legt de bal breed voor speler A die daarna afwerkt op doel

AANWIJZINGEN:

- doelverdedigers regelmatig van doel wisselen
- pass vanuit dribbel
- kaats/aan- en meenemen/doorsteek bal
- afwerken met binnenkant, wreef, volley of kopbal
- vooractie (blijf de bal zien), zowel om de bal te ontvangen als voor afwerking vanuit de kaats
- goede loopactie om de flankbal te ontvangen
- flankbal tijdig geven
- reactie op rebound
- goede balsnelheid
- in afwerking kijken naar doelverdediger
- verplaatsen na actie (doorlopen)

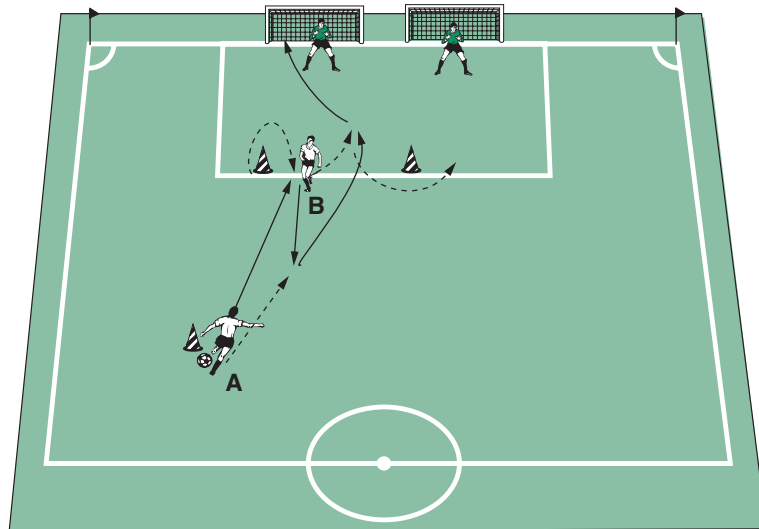


SCHIETEN

63

DOEL:

- afwerken op doel vanuit een lage voorzet (schot op geplaatste bal), half hoog (volley) of hoog (kopbal)



ORGANISATIE:

- een speelveld met twee doelen
- minimaal 12 spelers en 2 doelverdedigers
- speler A speelt de bal vanuit stilliggende positie of vanuit dribbel naar speler B, die eerst een vooractie maakt
- speler B legt de bal terug op speler A, die de bal doorsteekt, waarna speler B de bal afwerkt op doel via een (direct) schot, steekbal of stift

AANWIJZINGEN:

- doelverdedigers regelmatig van doel wisselen
- pass vanuit dribbel
- kaats/aan- en meenemen/doorsteek bal
- afwerken met binnenkant, wreef, volley of kopbal
- vooractie (blijf de bal zien), zowel om de bal te ontvangen als voor afwerking vanuit de kaats
- goede loopactie om de flankbal te ontvangen
- flankbal tijdig geven
- reactie op rebound
- goede balsnelheid
- in afwerking kijken naar doelverdediger
- verplaatsen na actie (doorlopen)

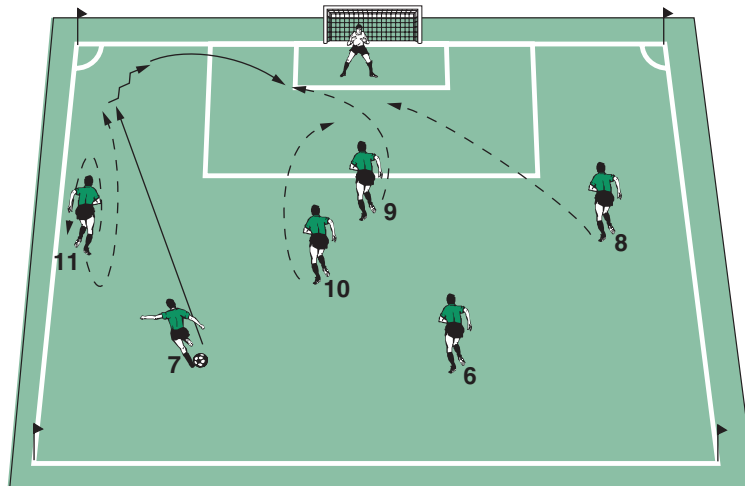


SCHIETEN

64

DOEL:

- verbeteren van het afwerken op doel na een balaanname



ORGANISATIE:

- speler 7 speelt de bal naar 11
- komt speler 11 in de bal dan wil hij die diep of hij gaat eerst diep en wil daarna de bal in de voeten
- de balaanname komt altijd vanuit de beweging, nooit vanuit stilstand
- voorzet voor de goal naar speler 9 die naar de 1e paal gaat of naar speler 10 die zich rond de penaltystip bevindt of naar speler 8 die bij de 2e paal staat
- voor de goal nooit op één lijn staan
- zowel over links als rechts werken
- afwisselend in de bal of eerst diep gaan

AANWIJZINGEN:

- vragen om de bal
- kijk naar de positie van de keeper

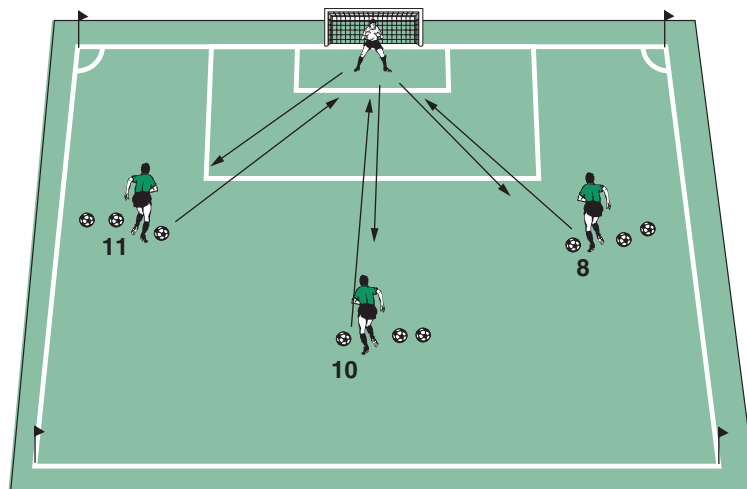


SCHIETEN

65

DOEL:

- verbeteren van het afwerken op doel na een balaanname



ORGANISATIE:

- de spitsen hebben ieder 3 ballen
- om de beurt krijgen de spitsen een hoge, een strakke of bal met stuit aangespeeld
- de spits heeft één aanname om de bal goed te leggen en daarna af te werken op doel
- aanname altijd naar de goal toe
- bal altijd binnen speelbereik houden
- zowel het linker- als rechterbeen gebruiken bij balaanname en bij het afwerken op doel
- proberen zoveel mogelijk in wedstrijdvorm te werken

AANWIJZINGEN:

- vragen om de bal
- kijk naar de positie van de keeper

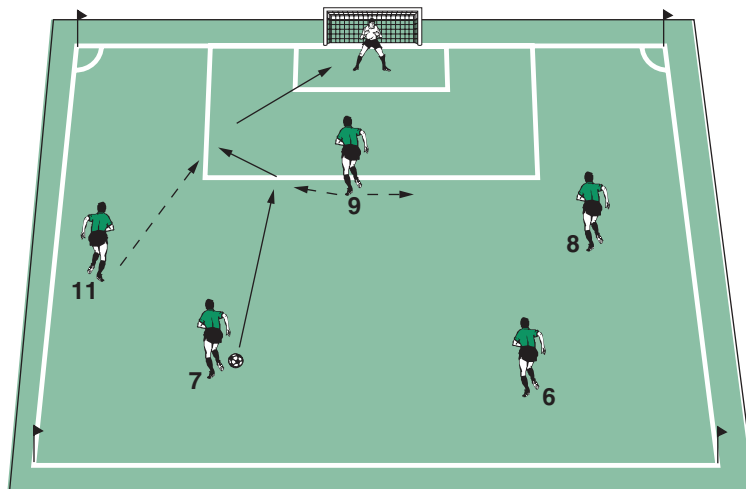


SCHIETEN

66

DOEL:

- verbeteren van het afwerken op doel



ORGANISATIE:

- middenvelder 7 of 6 geeft een pass op spits 9 nadat deze een voorbeweging heeft gemaakt
- op het moment van de pass loopt buitenspeler 11 of 8 in
- spits 9 kaatst de bal naar de inkomende buiten-speler en draait binnendoor weg zodat hij constant contact houdt met de bal en het doel
- speler 9 schermt dus ook de bal van zijn denk-beeldige tegenstander af zodat de buitenspeler kan afwerken op doel
- speler 9 pakt altijd de rebound

AANWIJZINGEN:

- vragen om de bal
- kijk naar de positie van de keeper