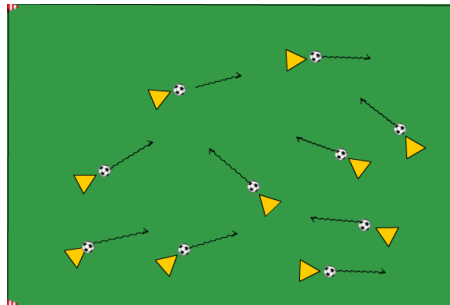


Trainingen Mini pupillen

Week 5 – Training 5 – Cyclus 1



DRIBBELEN IN VAK 'CARS'



Organisatie

Regels:

- Alle spelers starten met een bal en dribbelen door het vak heen.
- De spelers proberen de bal binnen het vak te houden en niet met elkaar te botsen.

Organisatie:

Afmeting: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid.

- Lengte: 20-25 meter.
- Breedte: 15-20 meter.

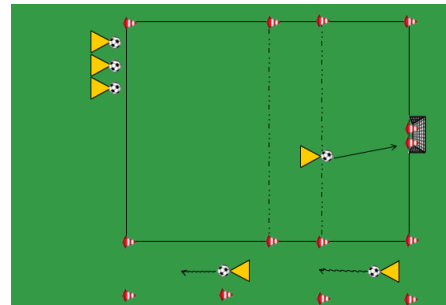
Aantal spelers:

- 4-10 spelers.

Materiaal:

- Iedere speler één

DOELSCHIETSPEL MET PIONNEN



Organisatie

Regels:

- Spelers kunnen scoren door de bal stil te leggen op vijf meter van het doel en te scoren.
- Als je in de hoeken scoort links of rechts van de pion = drie punten / bal in het midden = één punt. Wanneer je vijf punten of meer hebt ga je naar de volgende lijn (zeven meter). Wanneer je wederom vijf punten of meer hebt ga je naar de kampioenslijn (tien meter).
- Wie als eerste drie keer gescoord heeft vanaf de kampioenslijn is de Lion King.
- Wanneer je twee keer van een bepaalde lijn gemist hebt, dan ga weer een lijn dichterbij het doel toe.
- Punten tellen alleen wanneer de speler via het slootje teruggedribbelt naar de beginpositie.

Organisatie:

Afmetingen: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid aanpassen (bv. afstanden tot pionnen 7, 10 en 15 meter).

Aantal spelers:

- 4-6 spelers.

Materiaal:

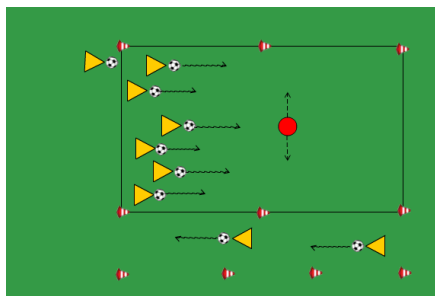
- Iedere speler één bal.
- 16 pionnen.
- 1 pupillendoel.

Trainingen Mini pupillen

Week 5 – Training 5 – Cyclus 1



OVERSTEEKSPEL MET PIONNEN (1 VERDEDIGER)



Organisatie

Regels:

- Vier tot zes spelers starten gelijktijdig met dribbelen naar de overzijde, waarbij ze door één van de drie kleine doelen moeten dribbelen.
- De verdediger probeert de bal af te pakken, lukt dat, krijgt hij één punt.
- Als de spelers aan de overzijde gekomen zijn, hebben ze één punt en kunnen ze via het slootje weer terug dribbelen.

Organisatie:

Afmeting: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid.

- Lengte: 15-25 meter.
- Breedte: 10-15 meter.

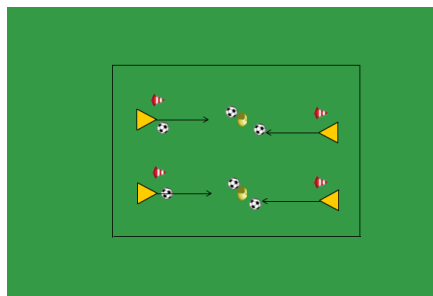
Aantal spelers:

- 4-10 spelers (evt. in 2 groepjes verdelen en apart laten starten).

Materiaal:

- Iedere speler één bal.
- 1-2 hesjes (alleen verdediger(s)).
- 14 pionnen.

LEEUWSCHIETSPEL



Organisatie

Regels:

- Spelers kunnen scoren door de bal stil te leggen op drie meter van de leeuwen en één van de leeuwen te raken welke met de ruggen tegen elkaar aan staan.
- De bal dient tegen de leeuw geschoten te worden, wanneer je drie keer vanaf drie meter de leeuw raakt, mag je jouw pion één reuzestap terugzetten. Als je na twee stappen weer drie keer de leeuw geraakt hebt, ben je de winnaar, de Lion King.

Organisatie:

Afmetingen: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid aanpassen (bv. 7, 10 en 15 meter).

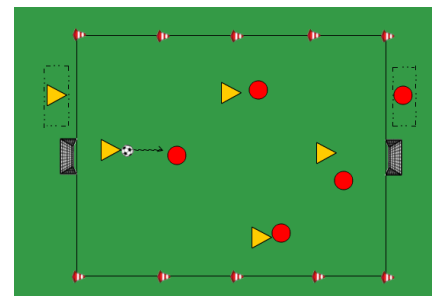
Aantal spelers:

- 4-8 spelers (evt. om en om schieten).

Materiaal:

- Iedere speler één bal.
- 8 pionnen.
- 4 leeuwen.

4 TEGEN 4 MET 2 GROTE DOELEN



Organisatie

Regels:

- Beide teams kunnen scoren op een pupillendoel.
- Als de bal uit is, indribbelen.
- Bij een achterbal of hoekschoep indribbelen.

Organisatie:

Afmeting: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid.

- Lengte: 30-40 meter.
- Breedte: 20 meter.

Aantal spelers:

- 8-10 spelers (evt. doorwisselen bij doelpunt, achterbal of hoekschoep).

Materiaal:

- 8 ballen.
- 8-10 hesjes (2 kleuren).
- 10 pionnen.
- 2 pupillendoelen (5 bij 2 meter).