



De overheid heeft besloten, o.b.v. adviezen van de experts van het RIVM, dat er een zeer beperkt besmettings risico is voor kinderen (en van kinderen op volwassenen). In het verlengde van de voorzichtige herstart in het onderwijs, is het voor jeugd vanaf 29 april ook weer toegestaan om georganiseerd en beheersbaar te gaan sporten en te starten met de jeugdtrainingen.

Het Bestuur, de Technische Commissie Opleidingen (TCO) en de Jeugdcommissie zijn in nauw overleg met de trainers, om de voetbaltrainingen op te starten. Hoe gaat dit in zijn werk? Is het veilig? Is het wel verstandig? Logische vragen waar op dit moment niemand antwoord op heeft. Wel zijn wij er van overtuigd dat, in navolging van de overheid en de experts, het risico voor jonge kinderen zeer beperkt is. Wij ondersteunen het versoepelen van de maatregel dat kinderen, naast hun terugkeer naar school, ook kunnen sporten in de buitenlucht.

Middels dit protocol comitteren we ons aan de nodige afspraken om de juiste mate van veiligheid te garanderen, risico's te beperken en te voldoen aan de richtlijnen van de landelijke overheid, de Gemeente Ermelo en de KNVB.

Vanaf 29 april

- ✓ Kinderen t/m 12 jaar kunnen georganiseerd en onder begeleiding samen buiten sporten. Wedstrijden niet toegestaan.
- ✓ Jongeren van 13 t/m 18 jaar kunnen georganiseerd en onder begeleiding samen buiten sporten op 1,5 meter afstand. Wedstrijden niet toegestaan.

Gezondheid en veiligheid

Deze kernpunten staan voorop. Wij begrijpen dat er bij een aantal mensen twijfels heersen. DVS vaart op de koers zoals uitgezet door de landelijke overheid en wij vertrouwen op de experts die het risico inschatten.

Ieders keuze in deze situatie wordt gerespecteerd. Wilt u uw kinderen liever thuishouden dan is dat geen enkel probleem. Wij vragen u in dit geval uw kind te blijven stimuleren thuis, in de tuin of op straat, door te gaan met de voetballen. Kijk bijvoorbeeld op www.knvb.nl/voetbalfit voor leuke oefeningen of vraag oefenstof aan je trainer.

Competities liggen stil en starten niet voor het najaar. Ook zijn alle toernooien in mei-juni afgelast.

Maatregelen tegen het coronavirus

<p>Blijf zoveel mogelijk thuis.</p>	<p>Houd 1,5 meter afstand.</p>	<p>Was vaker je handen.</p>	<p>Hoest en nies in je elleboog.</p> <p>Gebruik papieren zakdoekjes.</p> <p>Schud geen handen.</p>
Beperk sociaal contact:			
<p>Ga alleen naar buiten voor boodschappen, een frisse neus of om iets voor een ander te doen.</p>	<p>Werk thuis wanneer dit mogelijk is.</p>	<p>Groepsvorming van meer dan twee personen is alleen toegestaan als er 1,5 meter afstand wordt gehouden.</p> <p><small>Uitzondering voor gezinnen / huishoudens en kinderen t/m 12 jaar.</small></p>	<p>Heb je verkoudheidsklachten? Blijf dan thuis en ziek uit. Ben je ook benauwd en/of heb je koorts? Dan moet iedereen in het huis thuisblijven.</p>



Algemene corona maatregelen NL

De Nederlandse overheid en de RIVM hebben de volgende gezondheidsadviezen afgegeven voor alle Nederlanders:

- Voor alles geldt: gezond verstand gebruiken staat voorop
- Blijf thuis als je een van de volgende (ook milde!) symptomen hebt: neusverkoudheid, hoesten, benauwdheid of koorts;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden koorts (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten heeft. Als iedereen 24 uur geen klachten heeft, mag je je kind weer laten sporten en naar buiten;
- Blijf thuis als iemand in jouw huishouden positief getest is op het nieuwe coronavirus (COVID-19). Omdat u tot 14 dagen na het laatste contact met deze persoon nog ziek kunt worden, moet u thuis blijven tot 14 dagen na het laatste contact;
- Houd 1,5 meter (twee armlengtes) afstand van iedere andere persoon buiten jouw huishouden (uitzondering voor kinderen tot en met 12 jaar);
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes om uw neus te snuiten en gooi deze daarna weg;
- Ga voordat je naar de club vertrekt thuis naar het toilet;
- Was voor je training thuis je handen met water en zeep, minimaal 20 seconden; was je handen met water en zeep voor en na bezoek van DVS'33;
- Vermijd het aanraken van je gezicht;
- Schud geen handen;
- Kom niet eerder dan 10 minuten voor de training op het sportpark en ga direct daarna naar huis.
- Breng kinderen zoveel mogelijk lopend of met de fiets naar de vereniging
- Risicogroep: Mensen die ernstiger ziek kunnen worden van het coronavirus zijn mensen van 70 jaar en ouder en mensen met een onderliggende aandoening. Behoort u tot deze groep? Blijf thuis.
- Buiten het sportpark geldt: Tegen groepen van meer dan twee personen kan worden opgetreden, ook als men 1,5 meter afstand houdt.

Alleen samen winnen we de strijd tegen het corona-virus. Hou vol!

Positieve invloed

Jan Dirk van der Zee, directeur amateurvoetbal KNVB: "Sport heeft een positieve invloed op de gezondheid van de jeugd en veel kinderen hebben de afgelopen weken te veel stil moeten zitten. Daarnaast kunnen ze ook weer naar het spelplezier en de omgang met hun voetbalvriendjes en -vriendinnetjes uitkijken. We zijn daarom blij voor hen dat we kunnen gaan toewerken naar de heropening van de poorten van de verenigingen."

Daar sluiten wij ons van harte bij aan.

Rol kinderen bij verspreiding COVID-19

Volgens het RIVM en het OMT bevestigen de nieuwe onderzoeksgegevens het beeld dat er al was:

- Waarschijnlijk kleine rol kinderen bij verspreiding COVID-19
- Wereldwijd relatief weinig kinderen gemeld met COVID-19
- Symptomen bij kinderen over algemeen milder
- Nauwelijks overdracht van kinderen op volwassenen beschreven
- In gezinnen testen kinderen minder vaak positief dan de ouders
- Verspreiding vooral tussen personen van dezelfde leeftijd (tussen 40 en 80 jaar)

Symptomen bij kinderen: hoesten, koorts en keelpijn. Kinderen met deze symptomen blijven uiteraard thuis. Dit geldt ook als er sprake is van een neusverkoudheid.



Rol van ouders

Conform de richtlijn van de overheid is het voor ouders niet toegestaan om tijdens de trainingen langs de lijn te staan en bij de trainingen aanwezig te zijn. Wij doen een beroep op ouders kinderen te stimuleren zoveel mogelijk zelfstandig naar DVS te komen.

DVS zal er op toezien dat ouders het sportpark niet betreden. Hier wordt op gehandhaafd door vrijwilligers. Het is dus alleen mogelijk om te halen/brengen. Komt u met de auto dan kunt u in de auto wachten op de parkeerplaats. Komt u op de fiets? Ook hier geldt de algemene regel dat er altijd 1,5 meter afstand wordt gehouden tussen volwassenen. Groepsvorming is niet toegestaan.

Heeft u zelf, of uw kind, gezondheidsklachten, ook bij milde klachten, zoals hoesten of neusverkoudheid, blijf thuis!

Tip! Laat uw kind voordat het naar DVS komt thuis eerst even naar de WC gaan.

Tevens is het belangrijk om zowel voor als na de trainingen thuis goed de handen te wassen. Spelers die een bidon meenemen gebruik deze alleen zelf en alleen om uit te drinken. Zet bij voorkeur een naam op de bidon.

Tenslotte vragen wij u dit protocol samen met u kind door te nemen. Bij vragen/opmerkingen neemt u contact op op met de trainer van uw kind.

Rol van de trainer

We raden trainers de eerste training te starten met een kort groepsgesprek en uitleg mbt naleving van dit protocol en waarom dit belangrijk is.

Per team zijn er maximaal twee trainers aanwezig. Eén trainer zorgt voor de materialen. De andere trainer begeleidt zijn team naar, op en van het trainingsveld en houdt toezicht dat de looproute wordt gevolgd, het gras niet wordt betreden, er altijd 1,5 meter afstand wordt bewaard en er geen groepsvorming is.

Wil je onder de huidige omstandigheden liever niet voor de groep staan dan is dat geen enkel probleem. Ieders keuze in deze situatie wordt gerespecteerd.

De trainers zijn ruim op tijd aanwezig. Het ophalen en wegbrengen van materialen zal deze weken meer tijd kosten omdat er één trainer per keer zich in de materiaalruimte mag begeven. Hierbij hebben trainers die materiaal halen voor de start van hun training voorrang.

Dit vraagt om geduld en begrip voor de situatie, houd altijd afstand.

Voor alle trainers is er gratis koffie/thee en is er de gelegenheid om, uiteraard met max. 3 personen en 1,5 meter afstand, even bij te praten en te evalueren.

Het is verboden voor teams, kratten met bidons te gebruiken. Iedere speler/trainer neemt zijn eigen bidon mee naar het trainingsveld. Voor en na de training handen wassen.



De trainer zal een speler bij overtreding van de regels aanspreken op ongewenst gedrag. Laat kinderen gefaseerd het sportveld betreden en verlaten. Wijs ze erop dat ze na de training direct naar huis gaan;

Rol van 'corona-coördinatoren'

Namens de vereniging zullen er tijdens de trainingsavonden een beperkt aantal 'corona-coördinatoren' aanwezig zijn. Zij houden toezicht op naleving van dit protocol en zijn aanspreekpunt voor vragen mbt. de genomen maatregelen.

Zij zullen ook regelmatig evalueren met de trainers over de praktische uitvoering van het protocol.

Instructies van de 'corona-coördinatoren' dienen altijd opgevolgd te worden.

Accommodatie

De gebouwen op onze accommodatie zijn gesloten. Het clubhuis, de wachtruimte, en de kleedkamers blijven voorlopig dicht. Voor de ruimtes die gebruikt worden, bijv. materiaalhoek en toilet, zal extra schoonmaak plaatsvinden.

Volg de aangegeven looprichtingen. Het is verboden de grasvelden te betreden. Voor iedereen geldt: bewaar 1,5 meter afstand op het sportpark.

Er is één toiletruimte beschikbaar, deze is dichtbij de materiaaluitgifte. Let op! Deze is uitsluitend voor de hoge nood. Hier kunnen trainers ook handen wassen.

De accommodatie zal ruim voor aanvang van de trainingen geopend zijn zodat trainers voldoende tijd hebben hun materialen te verzamelen.

Materiaal uitgifte/inname – Betreden Ballenhok

Een trainer zorgt zelf voor de materialen, met inachtneming van de nodige regels. Dezelfde trainer die de materialen heeft opgehaald, ruimt deze ook zelf weer op.

Ivm de beperkte ruimte in het Ballenhok kan één trainer per keer naar binnen. De trainers van de andere teams wachten buiten tot de trainer klaar is. Ook hier geldt voor trainers dat 1,5 meter afstand bewaren verplicht is.

Wij vragen de trainers om begrip en geduld, en raden jullie aan iets eerder aanwezig te zijn zodat een soepel kan verlopen.

Het is voor spelers niet toegestaan het ballenhok te betreden.



Velden

De grasvelden hebben vroegtijdig groot onderhoud gekregen ivm. de voetbalstop. Het is tot nader order verboden het gras te betreden. Dit geldt voor alle grasvelden en stroken, inclusief de keepershoeke. Dit duurt tot eind mei.

Voorlopig zijn alleen de kunstgrasvelden 1 en 6 zijn beschikbaar (zie trainingschema). De trainingsvelden 1A, 1B, 6A en 6B hebben ieder hun eigen ingang. Dit staat duidelijk aangegeven.

Voor degene die op veld 6 trainen gebruik alleen de tegelpaden om naar veld 6 te gaan.

Op veld 1 en 6 staan de doelen allemaal klaar en op de juiste plaats. We verzoeken trainers en spelers dringend om de doelen zoveel mogelijk te laten staan en de oefeningen en de ruimte hierop aan te passen.

Trainingschema

Onderstaand vindt u het tijdelijke trainingschema (zie Appendix A). Omdat momenteel alleen veld 1 en 6 beschikbaar zijn starten sommige trainingen op een eerder tijdstip.

We hebben geprobeerd zoveel mogelijk het vaste schema aan te houden. De frequentie van trainingen per team blijft gelijk. De duur van de trainingen is voor alle teams 1 uur per training.

Voor en na de training, bij het verlaten van het sportpark, geldt opnieuw dat er door iedereen 1,5 meter afstand wordt bewaard.

Keepers

Voorlopig trainen de keepers met hun eigen team. Op het moment dat de speciale keeperstrainingen weer hervat worden krijgen de keepers hiervan bericht.

Trainingen Onderbouw (07 t/m 012)

Kinderen t/m 12 jaar (basisschoolleeftijd) mogen weer voetballen, waarbij ze niet per se de 1,5 meter afstand hoeven aan te houden.

Dribbels

De Dribbels trainingen gaan voorlopig nog niet door. Dit in verband met de nodige aanwezigheid van ouders en/of opa's/oma's tijdens de trainingen. De talenten van de Dribbels kunnen voorlopig thuis blijven oefenen met de bal.

Bambino's

De Bambino's training zal zaterdag 2 mei starten om 9.45 uur op veld 1B met max. twee trainers. Ook hier geldt dat ouders niet het sportpark op mogen. De jeugdcoördinator is aanwezig.



Als je een bidon meeneemt is deze alleen voor eigen gebruik en graag je naam op de bidon vermelden.

F-League

De F-League training zal zaterdag 9 mei starten om 9.45 uur op Veld 1A. Ook hier geldt dat ouders niet het sportpark op mogen.

Als je een bidon meeneemt is deze alleen voor eigen gebruik en graag je naam op de bidon vermelden.

Pupillen O8 – O12

De training voor de jongste pupillenteams beginnen vanaf woensdag 29 april. Voor tijd en locatie zie het trainingsschema.

Kinderen in de Onderbouw (O8-O12) nemen zoals gebruikelijk hun rugzak met daarin het springtouw en de kleine oefenbal mee naar iedere training. Als je een bidon meeneemt is deze alleen voor eigen gebruik en graag je naam op de bidon vermelden.

Ouders mogen het sportpark niet betreden om bij de training aanwezig te zijn.

Trainingen Bovenbouw (O13 t/m O19)

Voor de jeugd van 13 t/m 18 jaar (voortgezet onderwijs) is het samen sporten ook toegestaan mits zij wél op 1,5 meter afstand van elkaar blijven.

Junioren O13 – O19

De TCO zal de O13-O19 trainers voorzien van speciale oefenstof (zie Appendix B) waarin de 1,5 meter afstand in acht wordt genomen.

Als je een bidon meeneemt is deze alleen voor eigen gebruik en graag je naam op de bidon vermelden.

We doen een dringend beroep op alle kinderen ook buiten de training 1,5 meter afstand te bewaren. Hier wordt op het sportpark op toegezien en gehandhaafd. Bij overtreding van de regels zal een waarschuwing volgen. Bij herhaalde waarschuwing zullen de ouders worden ingelicht. Dit kan tot gevolg hebben dat betreffende speler voor bepaalde tijd geschorst wordt voor trainingen.

De trainer helpt de kinderen om de regels zo goed mogelijk uit te voeren en spreek ze aan wanneer dat niet gebeurt. De trainer zal een speler bij overtreding van de regels aanspreken op ongewenst gedrag.

De trainer laat kinderen gefaseerd het sportveld betreden en verlaten. Wijs ze erop dat ze na de training direct naar huis gaan;



Handhaving

De gemeente is verantwoordelijk voor het handhaven van de noodverordening. Bij (herhaaldelijk) overtreden van de noodverordening zijn maatregelen mogelijk zoals het uitsluiten van deelname van (groepen van) personen tot zelfs het weer sluiten van de accommodatie.

Dit willen we uiteraard voorkomen, dus we doen een dringend beroep op iedereen dit protocol te volgen en er gezamenlijk voor te zorgen dat de gehele DVS-Jeugd voorlopig kan trainen.

De aanwijzingen van de aanwezige DVS-stewards dienen ten alle tijden opgevolgd te worden.

Voetbalschool (O8-O12)

Wij onderzoeken momenteel wanneer de DVS-Voetbalschool kan starten zodat ook vriendjes en vriendinnetjes de kans krijgen om te voetballen. Voor berichtgeving hou de DVS-website in de gaten.

Aanpassing maatregelen

In de volgende gevallen zal dit protocol worden aangepast:

- Opmerkingen vanuit de gemeente, politie en/of handhaving.
- Melding van een corona besmetting binnen onze vereniging bij een speler/trainer/functionaris die aanwezig is geweest en in aanraking is geweest met anderen.
- Aanpassing corona maatregelen door de (lokale/landelijke) overheid, de RIVM, NOC-NSF en/of de KNVB.
- Opmerkingen vanuit speler/trainer/functionaris die tijdens de evaluatie aan bod komen

We houden jullie op de hoogte over verdere ontwikkelingen en zullen de gang van zaken bij de opstart nauwlettend in de gaten houden.

Het protocol, en mogelijk updates, worden gepubliceerd op de DVS-website: www.dvs33.nl.

FAQ

De KNVB heeft een platform gelanceerd met tal van relevante informatie zoals speciale trainingsvormen, tips voor trainers en 'voetbalprotocollen' opgesteld voor zowel spelers, trainers en ouders. Veel gestelde vragen zijn gebundeld in een speciale FAQ over het opstarten van het jeugdvoetbal. Al deze informatie is te vinden op de online trainingsomgeving 'Rinus'.



Vragen/opmerkingen

Het is belangrijk dat de sport en ons voetbal de komende periode weer laat zien hoe belangrijk wij zijn voor een gezonde samenleving, waarin kinderen veilig en verantwoord kunnen sporten. Wij hebben het vertrouwen van de overheid gekregen om daar op een goede manier invulling aan te geven. Middels dit protocol, en de door onze vereniging genomen maatregelen, deelt u hopelijk dit vertrouwen.

Mocht u desondanks vragen of opmerkingen hebben, neem dan in eerste instantie contact op met uw elftalbegeleider of trainer. Zij zullen vervolgens afstemmen met de betreffende jeugdcoördinator.

Wij vertrouwen op ieders begrip en medewerking. Wij wensen iedereen, ondanks de beperkingen en de gezamenlijke uitdaging, veel voetbalplezier!

#samenwinnen

Bestuur DVS'33 Ermelo

Technische Commissie Opleidingen (TCO) DVS'33 Ermelo

Jeugdcommissie DVS'33 Ermelo



Appendix A – Trainingschema

Geldig in de periode 29 april t/m 16 mei 2020

v0.4

MAANDAG			DINSDAG			WOENSDAG			DONDERDAG			ZATERDAG		
Team	Tijd	Veld	Team	Tijd	Veld	Team	Tijd	Veld	Team	Tijd	Veld	Team	Tijd	Veld
J013-1	18.00-19.00	1A	J08-1	18.00-19.00	1A	J010-1	18.00-19.00	1A	J08-1	17.00-18.00	1A	F-League	9.45 - 10.45	1A
J013-2	18.00-19.00	1B	J08-2	18.00-19.00	1A	J010-2	18.00-19.00	1A	J08-2	17.00-18.00	1A	Bambino's	9.45 - 10.45	1B
J015-2	18.00-19.00	1B	J08-3	18.00-19.00	1A	J011-1	18.00-19.00	1A	J08-3	17.00-18.00	1A	J019-1	10.00-11.00	6A
J09-1	18.00-19.00	6A	J08-4	18.00-19.00	1B	J011-2	18.00-19.00	1B	J08-4	17.00-18.00	1B		10.00-11.00	6B
J09-2	18.00-19.00	6A	J08-5	18.00-19.00	1B	J011-3	18.00-19.00	1B	J08-5	17.00-18.00	1B			
J09-3	18.00-19.00	6A	J013-3*	18.00-19.00	6A	J011-4	18.00-19.00	1B	J014-1	18.00-19.00	1A			
J09-4	18.00-19.00	6A	J013-4*	18.00-19.00	6A	J012-2	18.00-19.00	6A	J013-2	18.00-19.00	1A			
J010-1	18.00-19.00	6B	J015-3*	18.00-19.00	6B	J012-3	18.00-19.00	6A	J013-3	18.00-19.00	1B			
J010-2	18.00-19.00	6B	J017-3	18.00-19.00	6B	J013-1	18.00-19.00	6B	J013-4	18.00-19.00	1B			
J010-3	18.00-19.00	6B	J014-1	19.00-20.00	1A	J013-2	18.00-19.00	6B	J09-1	18.00-19.00	6A			
J010-4	18.00-19.00	6B	J015-1	19.00-20.00	1B	M013-1	19.00-20.00	1A	J09-2	18.00-19.00	6A			
M013-1	19.00-20.00	1A	J015-4	19.00-20.00	6A	M015-1	19.00-20.00	1A	J09-3	18.00-19.00	6A			
M015-1	19.00-20.00	1A	J017-4	19.00-20.00	6B	J017-3	19.00-20.00	1B	J09-4	18.00-19.00	6A			
M017-1	19.00-20.00	1B	J019-3	20.00-21.00	1A	M017-1	19.00-20.00	1B	J010-1	18.00-19.00	6B			
J011-1	19.00-20.00	6A		20.00-21.00	1B	J012-1	19.00-20.00	6A	J010-2	18.00-19.00	6B			
J011-2	19.00-20.00	6A		20.00-21.00	6A	J015-2	19.00-20.00	6A	J010-3	18.00-19.00	6B			
J011-3	19.00-20.00	6A		20.00-21.00	6B	J016-1	19.00-20.00	6B	J010-4	18.00-19.00	6B			
J011-4	19.00-20.00	6A			J017-4	20.00-21.00	6B	J015-3	19.00-20.00	1A				
J012-1	19.00-20.00	6B			M019-1	20.00-21.00	1A	J015-4	19.00-20.00	1A				
J012-2	19.00-20.00	6B				20.00-21.00	1B	J015-1	19.00-20.00	1B				
J012-3	19.00-20.00	6B			J017-1	20.00-21.00	6A	J011-1	19.00-20.00	6A				
J014-1	20.00-21.00	1A				20.00-21.00	6B	J011-2	19.00-20.00	6A				
J015-1	20.00-21.00	1B						J012-1	19.00-20.00	6B				
J016-1	20.00-21.00	6A						J012-2	19.00-20.00	6B				
J017-1	20.00-21.00	6B						J012-3	19.00-20.00	6B				
J019-1*	21.00-22.00	1A						J016-1	20.00-21.00	1A				
J019-2*	21.00-22.00	1B						J017-1	20.00-21.00	1B				
M019-1	21.00-22.00	6A						J017-2	20.00-21.00	6A				
	21.00-22.00	6B						J019-3	20.00-21.00	6A				
								J019-2	20.00-21.00	6B				
								J019-1	20.00-21.00	6B				



Appendix B – Oefeningen met 1,5 meter afstand

V.OETBAL-KARTOTHEEK

TRAPPEN / AANNEMEN

Doel
 de speler leert een aanpakwijze bij de aanpak van de bal en de afstand van 1,5 meter vast te houden.

Oefentijd
 - versie van 5-10 ballen.

Organisatie
 - A probeert enkel de bal te aanpakken in de aanpakwijze van de bal onder controle te brengen en terug te spelen of te nemen.

Aanwijzingen
 - A maakt schijnbewegingen om B te laten zien.
 - B laat zich overtuigen van de aanpakwijze van A.

Variaties
 een extra verdediger C
 D speelt de bal op A, B, C of D. Verder afwisselen van de spelers in de aanpakwijze.

V.OETBAL-KARTOTHEEK

TRAPPEN

Doel
 - leren dribbelen van de bal
 - geven van een voorzet en afwijken op de bal.

Organisatie
 - speler A geeft de bal op speler B, die de bal terug geeft op speler C, waarna speler D, E, F en A de bal terug geeft aan de andere spelers.

Aanwijzingen
 - lichaam iets achterover bij trappen
 - bal aan de onderkant laten
 - standbeen vers voor de bal.

V.OETBAL-KARTOTHEEK

SCHIETEN

Doel
 - leren onderschoppen van een voorzet
 - bal afwijken
 - leren afwijken van een voorzet

Oefentijd
 - in elke serie van 4 ballen wisselen van functie
 - in elke serie van 12 ballen wisselen van doelvindigheid

Organisatie
 - 1 voorzet: keeper komt uit op pass van 2
 - 2 wisselen de schietende speler
 - 3 afwijken onder weerstand van de speler

Aanwijzingen
 - in elke serie van 4 ballen wisselen van functie
 - afwijken onder weerstand van de speler
 - afwijken onder weerstand van de speler

Variaties
 - wisselen van de voorzet (aanpakwijze, onderzet)
 - extra verdediger inzetten.

V.OETBAL-KARTOTHEEK

DRIBBELEN

Doel
 - het leren van de schijnbeweging en naar de verdediger en zorgen voor de bal.

Oefentijd
 - 10-15 minuten

Organisatie
 - speler A geeft de bal naar speler B
 - vervolgens loopt speler A de bal
 - speler B staat met zijn rug naar de verdediger (verdediger)
 - controleert de bal onmiddellijk in richting
 - voert een schijnbeweging uit
 - dribbelt het voorzet de goal
 - geeft een pass naar speler C

Aanwijzingen
 - simuleer het maken van een voorzet

V.OETBAL-KARTOTHEEK

SCHIETEN

Doel
 - verdedigen van de pass in de draag

Oefentijd
 - 10-15 minuten

Organisatie
 - speler 1 dribbelt naar de verdediger en geeft het aan speler 2 op de aanpakwijze van de bal
 - speler 2 legt de bal kort terug op de verdediger
 - speler 3 neemt de bal op de aanpakwijze van de bal
 - speler 3 geeft de pass en geeft de bal terug aan speler 1

Aanwijzingen
 - in elke serie van 4 ballen wisselen van functie
 - de ballen worden als variatie hoofdingezet

V.OETBAL-KARTOTHEEK

COMBINATIEVORMEN

Doel
 - oefeningen van passen, schieten in de beweging

Oefentijd
 - versie van 2 minuten

Organisatie
 - oefeningen van 2 minuten
 - 1. speler A geeft de bal naar speler B
 - 2. speler B geeft de bal naar speler C
 - 3. speler C geeft de bal naar speler D
 - 4. speler D geeft de bal naar speler A
 - 5. speler A geeft de bal naar speler B
 - 6. speler B geeft de bal naar speler C
 - 7. speler C geeft de bal naar speler D
 - 8. speler D geeft de bal naar speler A

Aanwijzingen
 - in beweging schieten
 - beweging van de bal
 - afwijken van de bal
 - afwijken van de bal

V.OETBAL-KARTOTHEEK

COMBINATIEVORMEN

Doel
 - oefeningen van vaste aanpakwijzen

Oefentijd
 - 15 minuten

Organisatie
 - half speelveld
 - verdediger geeft met een trap op de centrale middenvelder
 - de centrale middenvelder geeft de bal terug op de linker verdediger
 - de linker verdediger geeft de bal terug op de centrale middenvelder
 - de linker verdediger geeft een pass op de de verdediger linker zijkant
 - daarna komen tot voorzet en afwijken

Aanwijzingen
 - ballen terug trappen
 - afwijken van de bal of dan met direct inzet

V.OETBAL-KARTOTHEEK

SCHIETEN

Doel
 - verdedigen van de lage bal
 - hoge voorzet
 - ballen van juiste positie

Oefentijd
 - 15-20 minuten

Organisatie
 - 1. speler A geeft de bal richting achterhoofd
 - speler A legt de bal terug terug op speler B
 - speler B geeft de bal terug op speler C
 - speler C geeft de bal terug op speler A

Aanwijzingen
 - afwijken van speler A moet naar achterhoofd
 - de pass: afwijken van de bal
 - de pass: afwijken van de bal
 - de keeper moet in richting achterhoofd
 - 15 pass trappen
 - trappen hoge voorzet