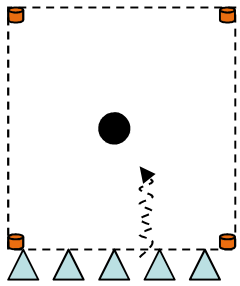
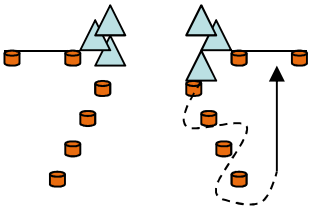
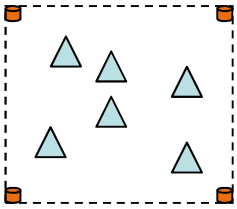
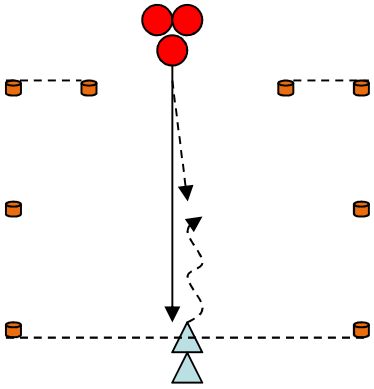
Naam:	Team: F pupillen	Datum: 25-02-2019	Dagdeel: Middag

Doelstelling:

Aantal spelers: 40
Totale trainingsduur: 60 min

Bewegingsvormen	Organisatie	Begeleiding/opmerkingen
Dribbelen en Drijven (oversteekspel) De spelers staan op lijn en moeten proberen door met de bal aan de voet aan de overkant te komen. Zonder dat ze daarbij de balverliezen door de Tikker. Als je af bent komt wordt je Ook een tikker. Alleen met rechts/Links dribbelen		-Houd controle over de bal - Op hoog tempo dribbelen en drijven met de bal. -Scherm de bal af met je lichaam.
Passen en trappen (mikken) 2 groepjes Dribbelen door de dopjes. Om de laatste pylon dribbelen. En mikken in op het goaltje.		-Hoe staat je standbeen? -Voet gespannen houden. -Goed mikken met je binnenkant van de voet -Niet te hard en niet te zacht spelen
Kappen en draaien Door het vierkant dribbelen. De trainer geeft aan wat ze moeten doen: Rechter/linkerbeen dribbelen, buitenkantvoet etc. Afwisselen met jongleren en een leukspelletje met de bal.		-Hoog tempo -**Controle** houden over de bal, het gaat om de controle dat je de bal kort bij je hebt. -Elkaar niet aanraken
Duel 1:1 1 of 2 organisaties. Kleine goaltjes gebruiken. Inoefenen daarna met punten werken. Wedstrijdje. Alleen de verdediger mag nu ook scoren door over de achterlijn te dribbelen. De aanvaller moet dribbelen door 1 van 2 goaltjes.		-Hoog tempo -Op tijd je actie inzetten -Strak inspelen -In de bal stappen -Op snelheid er langs