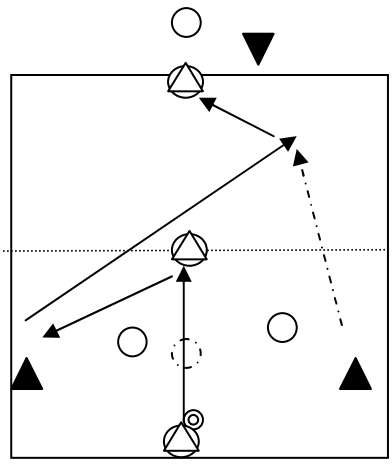
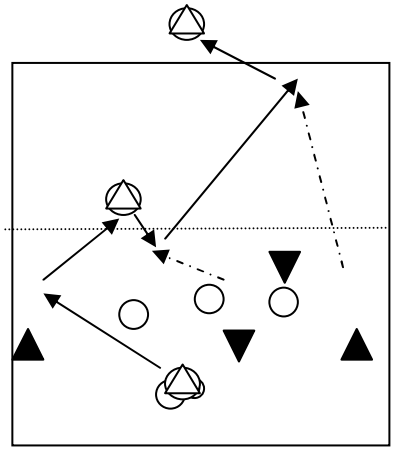
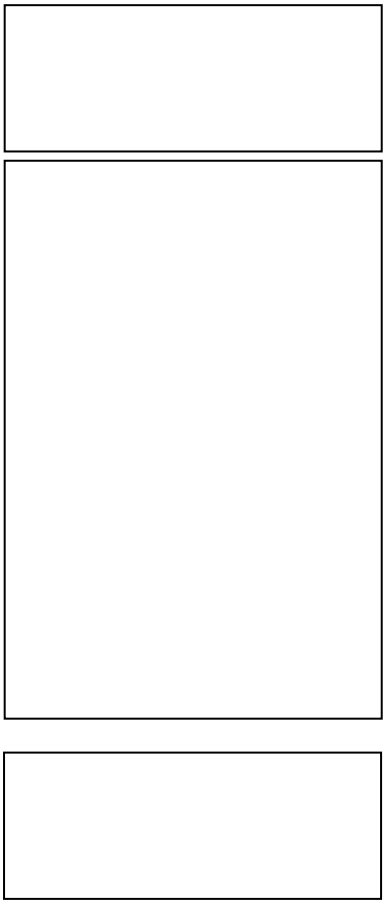
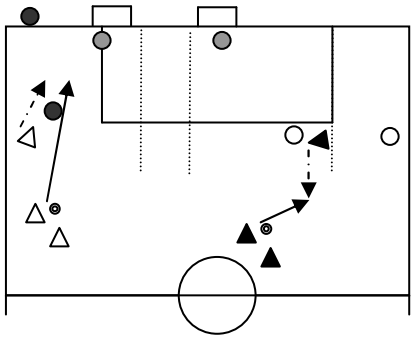
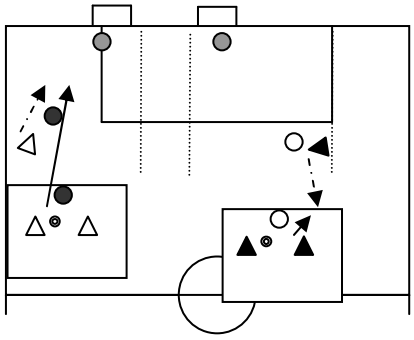
G02 Vorm: Spel Aantal: 7-10 Onderwerp: Dieptespel achter verdediging

Deel	Oefenstof	Methodiek	Aanwijzingen
	 Spelvorm 4:2/3 naar 1 (tegen 1) En groter Regelmatig wisselen 4 V 2/3 spelen met als doel Diepgaande speler aan te spelen En door balbezit te houden 	Spelerweerstand: - Na pass sluit 1 verdediger bij - Na pass niet bijsluiten - Na pass allen bijsluiten Ruimte: - Groter/kleiner - Smaller/breder Balcontacten: - Max # x passen 2-tal Manier van scoren: - aanvallen bij gelukte overgang eventueel gevolgd door 4x rondspelen - Aanvallen door middel van lijndribbel Regels: - Balverlies = overnieuw beginnen divers: - Hoge snelheid - Felheid - Naar 1vs 1 of 2:1	"Opbouw" Kwaliteit positiespel: - Positiekiezen - Ingedraaid staan - Kijken - Passing - Meenemen - Handelingssnelheid Keuzes / speltempo - Geduld - Baltempo hoog en rust - Juiste moment samen bepalen - Coaching - Oogcontact Aanbieden: - In de opbouw positie zijmensen tegen over elkaar - Juiste moment komen en gaan - Moment van diepgaan herkennen

	Eventueel uitbreiden met 2 “vakken” in geval van verovering op de aanvallende helft 		

Vorm: Oefen/afrondvorm Aantal: 2x5 +2K Onderwerp: Aanbieden voorhoede

Deel	Tijd	Oefenstof	Methodiek	Aanwijzingen

		 Afrondvorm Pass naar 1:1, 2 organisaties Verdedigers regelmatig wisselen, aanvallers draaien door  Spelvorm 2:1 naar 1:1, 2 organisaties Regelmatig wisselen 2 verdedigers	Spelerweerstand: Ruimte: - Groter/kleiner - Smaller Balcontacten: - Vrij raken - 2x raken Manier van scoren: - Verdediger scoort door pass naar 2e verdediger Regels: - Aanvaller binnen 10 sec. scoren - Max # keren passen 2-tal - Na pass niet bijsluiten - Na pass sluiten allen bij	Aanbieden manier (I) - Eerst groot maken - Voorbeweging - Fel/snel uit de dekking komen - Indien mogelijk korte blik over schouder waar is tegenstander - Indien mogelijk licht opengedraaid Aanbieden plaats (I) - Afwisselen met diep aanbieden Passing (T+I+C) - Dicht (kort gedekt) / open (ruimte) Balverwerking (T) - Of doorbewegen en in beweging meenemen/wegdraaien - Idem mee terug en daarna indraaien, eventueel m.b.v schijnbeweging - Indraaien - Lichaam zetten en afschermen - Bij 2e speler keuze afspelen/meenemen Aanbieden moment (I + C) - Juiste moment samen bepalen - Coaching - Oogcontact Kwaliteit positiespel 2-tal (T+I+C) = voorwaarde