

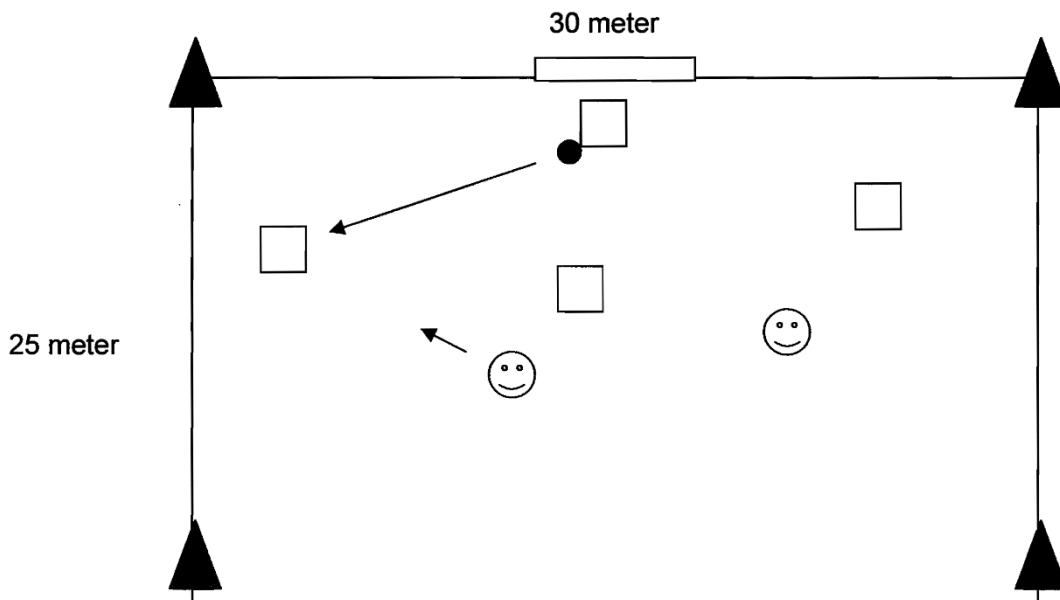
## **H. Het storen van de opbouw van de tegenstander (teamfunctie: verdedigen)**

*Op het moment dat we de bal kwijt zijn is het van belang de tegenstander onder druk te houden. Hoe doe je dat? Welke eisen moeten er worden gesteld aan de aanvallers en de middenvelders die op dat moment de bal niet hebben?*

## G. Het storen van de opbouw van de tegenstander

### Twée tegen drie

Doel: *Het leren veroveren van de bal tegenover een meerderheid van verdedigers*



Noot: Deze situatie tweemaal uitzetten

Bedoeling:

De verdedigers proberen op te bouwen en te scoren door over de achterlijn van de aanvallers te dribbelen. De aanvallers proberen de bal te veroveren en scoren op het grote doel.

Variaties:

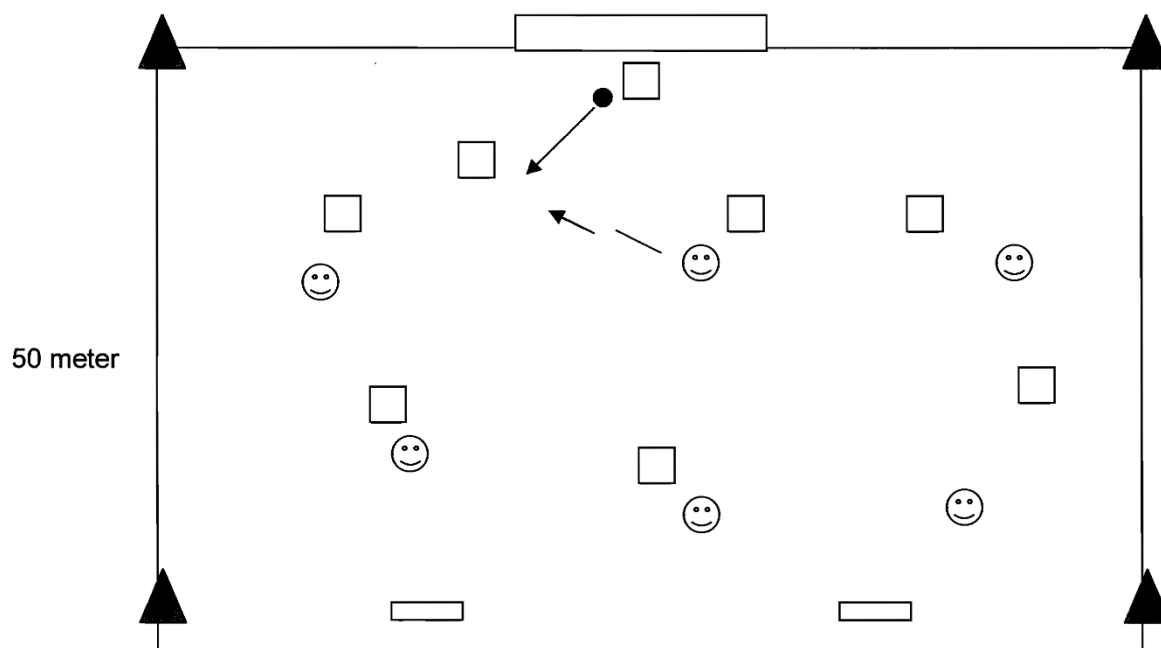
Te moeilijk voor de aanvallers?      Een aanvaller extra  
Veld smaller  
Terugspelen op de keeper mag niet

Aanwijzingen:

- Zet druk op het moment van spelen
- Dwing de verdedigers naar de zijkant
- Coach elkaar, samen snel handelen
- Eventueel sliding

## Aanval tegen verdediging

Doel: *Het verbeteren van het verstoren van de opbouw*



Bedoeling:

De keeper start met de opbouw en probeert op te bouwen. De aanvallers proberen zo snel mogelijk druk te zetten en de bal te veroveren. De verdedigers scoren op de twee kleine doeltjes, de aanvallers op het grote doel.

Variaties:

Als het opbouwen nog te eenvoudig gaat, het veld verkleinen, bijv. 30 meter breed en 40 meter lang.

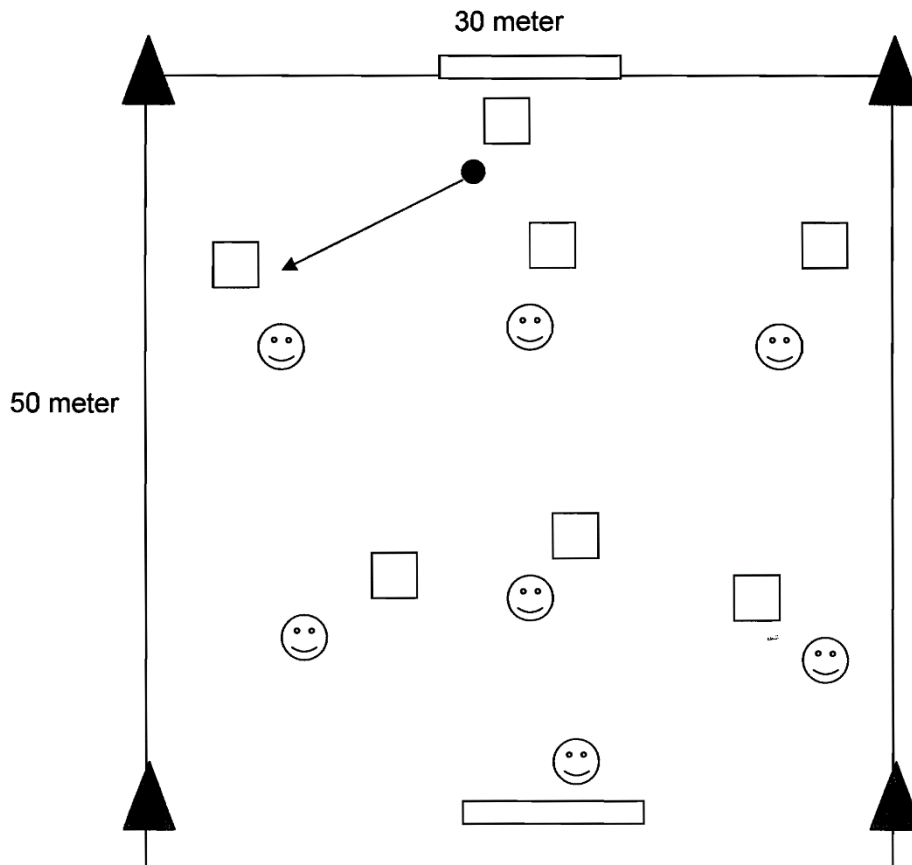
Een andere mogelijkheid is om de verdedigers de beperking op te leggen van het maar 3 keer mogen raken van de bal.

Aanwijzingen:

- Zet direct druk op de aanvallers
- Voorkom de dieptepass
- Verdedigers dicht bij de bal kort dekken
- Coach elkaar op het goede moment

## Vastzetten op eigen helft

Doel: *Het verbeteren van het vastzetten van de tegenstander op eigen helft*



Bedoeling:

Partijspel 7 tegen 7 op een relatief smal veld. De opbouw start steeds bij de verdedigers. Zo zijn er veel mogelijkheden om de opbouw te verstoren. De aanvallers proberen direct de bal te veroveren door druk te zetten op de speler die de bal krijgt en kort te dekken van spelers in de nabije omgeving.

Variatie:

Als het niet lukt, het veld smaller maken of de regel invoeren dat de verdedigers de bal op eigen helft maar 2 keer mogen raken. Maak hiervoor een middenlijn zichtbaar.

Aanwijzingen:

- Zet direct druk op de balbezitter
- Voorkom de diepe bal
- Maak de ruimte klein naar de bal toe.
- Neem risico, meer kansen om te scoren
- Coach elkaar op het juiste moment