

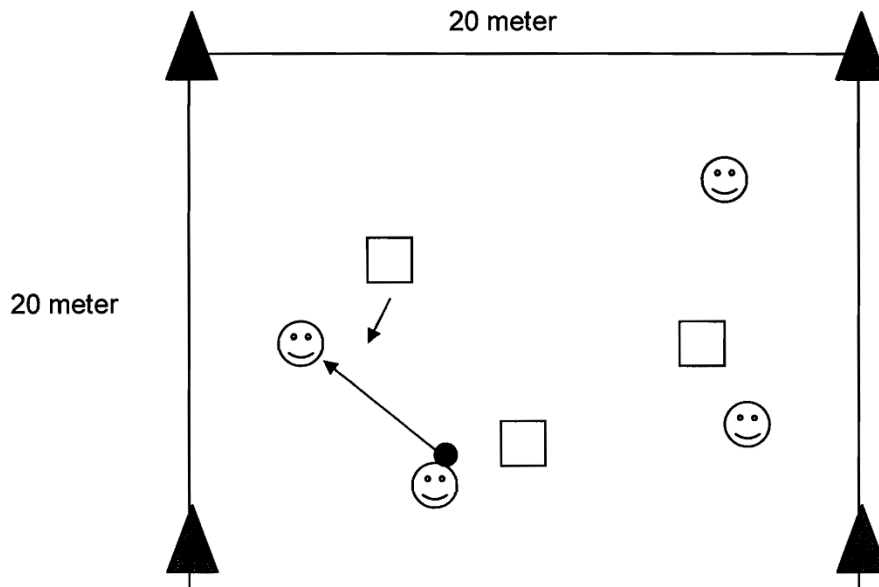
H. Het storen van de opbouw van de tegenstander

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?

H. Het storen van de opbouw van de tegenstander

3 tegen 4

Doel: *Het verbeteren van het veroveren van de bal in een positie spel*



Noot: Bovenstaande situatie tweemaal uitzetten

Bedoeling:

Positiespel 4 tegen 3. De 4 aanvallers kunnen scoren door 8 keer samen te spelen. De 3 verdedigers kunnen scoren door de bal te veroveren en buiten het vierkant te dribbelen.

Variaties:

Te gemakkelijk voor de verdedigers: Veld groter/ 5 tegen 3

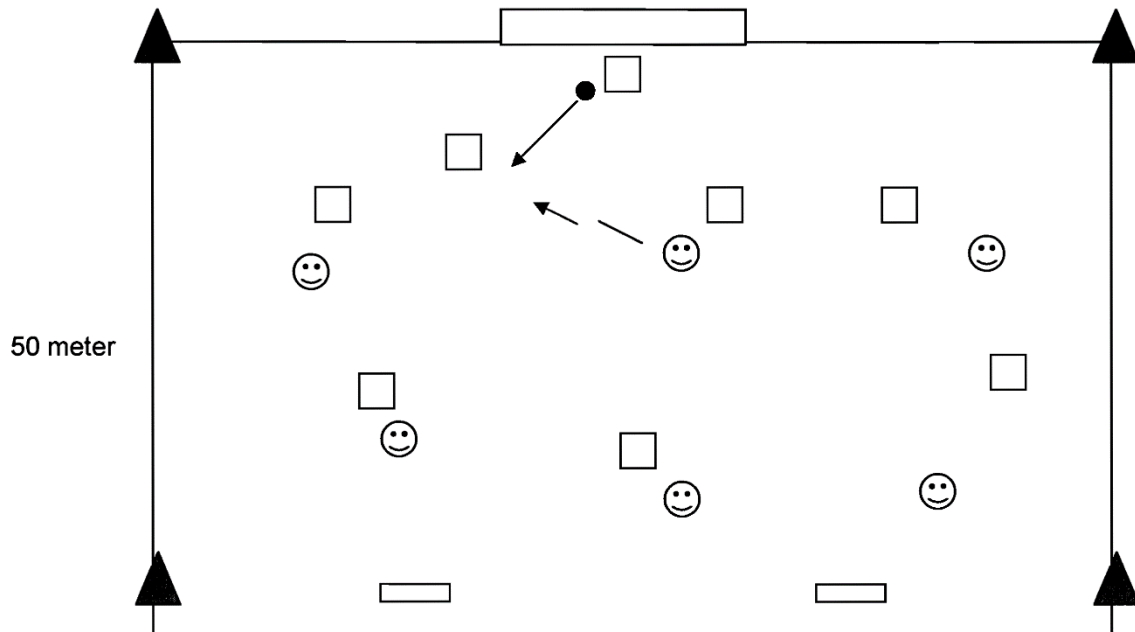
Te moeilijk voor de verdedigers: Veld kleiner maken/balaanrakingen beperken van de aanvallers.

Aanwijzingen:

- Probeer de bal te veroveren bij een slechte pass of aanname
- Verdedigers dicht bij de bal kort dekken

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.

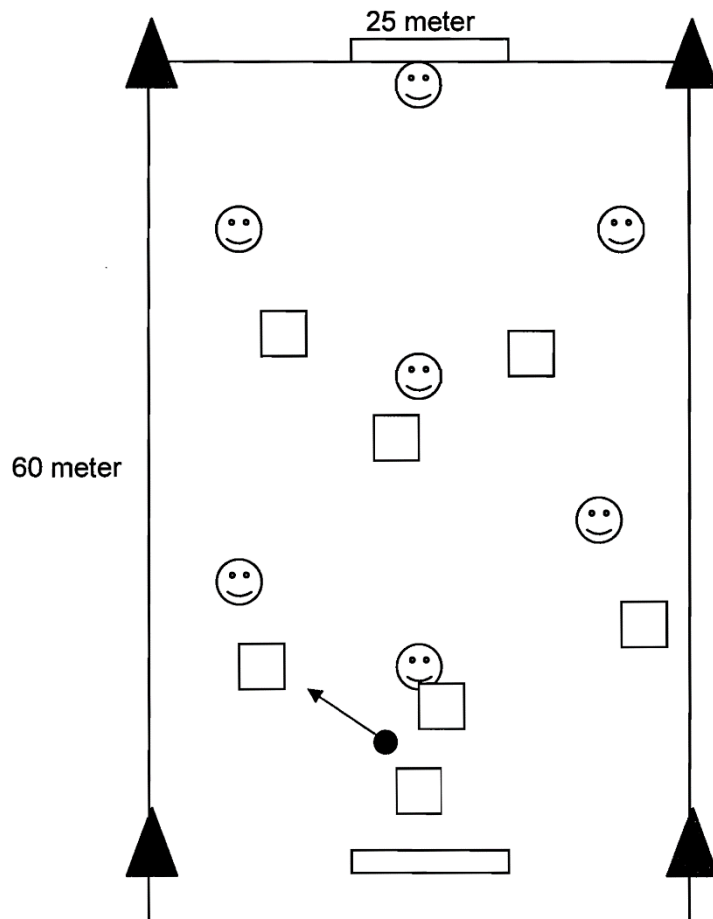
Een andere mogelijkheid is om de verdedigers de beperking op te leggen van het maar 3 keer mogen raken van de bal.

Aanwijzingen:

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

Partijspel op een lang en smal veld

Doel: *Het verbeteren van het vroeg vastzetten van de tegenstander*



Bedoeling:

Partijspel 7 tegen 7 op een lang en smal veld. Hierdoor is het mogelijk de opbouw van de tegenstander vroeg te verstoren, zij hebben immers weinig ruimte om in de breedte op te bouwen. De diepe bal kan worden onderschept.

Variatie:

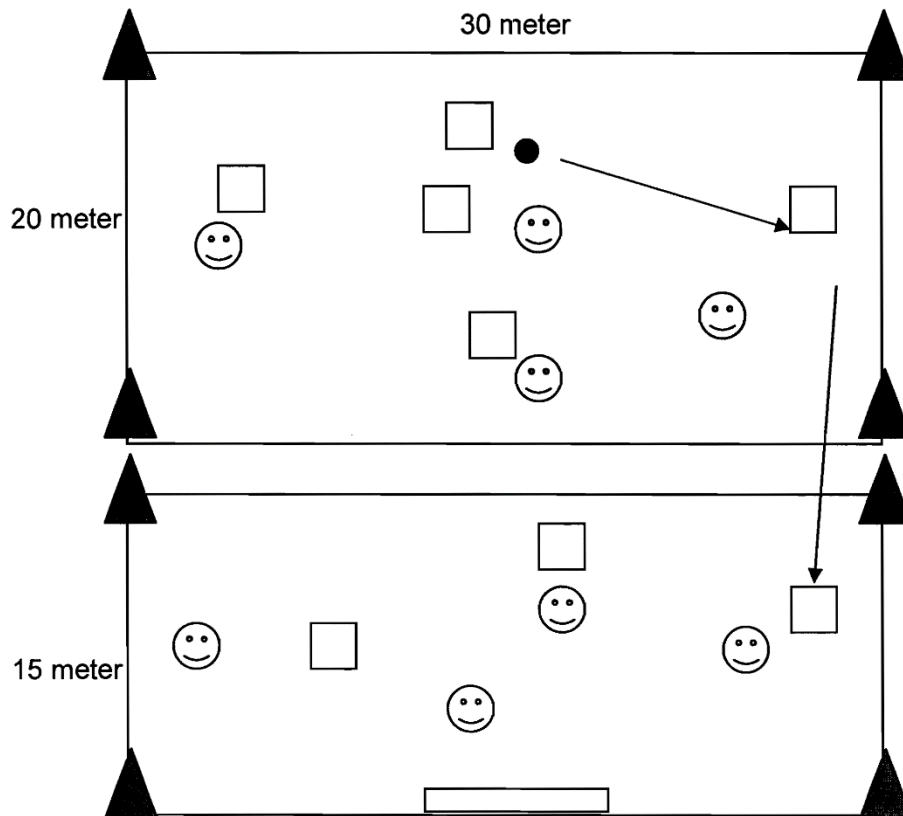
Het veld versmallen of verbreden als dat noodzakelijk is.

Aanwijzingen:

- Houd druk op de balbezitter
- Voorkom de dieptepass
- Dek kort in de omgeving van de bal

Vakkenspel

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



Bedoeling:

In het bovenste vak wordt 5 tegen 4 gespeeld. De 5 moeten proberen een medespeler aan te spelen in het andere vak. Als dat lukt mogen er 2 aansluiten en wordt geprobeerd te scoren op het lege doel. Daar wordt dan ook 5 tegen 4 gespeeld. De 4 in het bovenste vak proberen dit te voorkomen (storen van de opbouw) en kunnen bij balverovering scoren door over de achterlijn van het 5-tal te dribbelen.

Variatie:

Het storen/veroveren van de bal is te eenvoudig: Vakken vergroten of een verdediger erbij.

Het storen/veroveren gaat te moeilijk: Vakken verkleinen of balaanrakingen verdedigers beperken

Aanwijzingen:

- Houd druk op de balbezitter
- Voorkom de dieptepass
- Dek kort in de omgeving van de bal