

F. Het verbeteren van het samenspelen

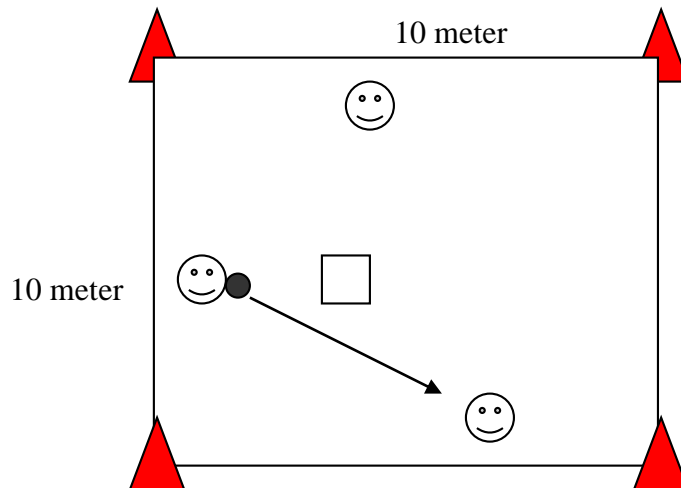
Samenspelen is bij D-pupillen niet perfect. Ze raken de bal nog steeds snel kwijt. Een tekort aan techniek, maar vaak ook een tekort aan goede communicatie. In de jaarplanning worden een aantal positie- en partijspelen behandeld die dit probleem aanpakken.

F. Het verbeteren van het samenspelen

Positiespel 3 tegen 1

Doel:

Het oefenen van de basisprincipes van het samenspelen



Bedoeling:

Op drie veldjes van 10 bij 10 meter wordt 3 tegen 1 gespeeld. Dit spel is de basis voor het samenspelen. Er is maar één verdediger en 2 afspeelmogelijkheden. De 3 proberen de bal 8 keer samen te spelen; dat levert een punt op. De verdediger kan bij balverovering buiten het vierkant dribbelen; dat is voor hem een punt.

Variatie:

Nog te moeilijk?

Vier tegen één of veld groter maken.

Te eenvoudig?

Veld iets kleiner of balaanrakingen beperken, bijv. twee keer raken

Aanwijzingen:

- Zorg dat je steeds aanspeelbaar bent
- Speel de bal in de voeten
- Speel met de binnenkant van de voet
- Wacht tot de verdediger dichtbij je is, pass dan. Zo heeft je medespeler meer tijd.

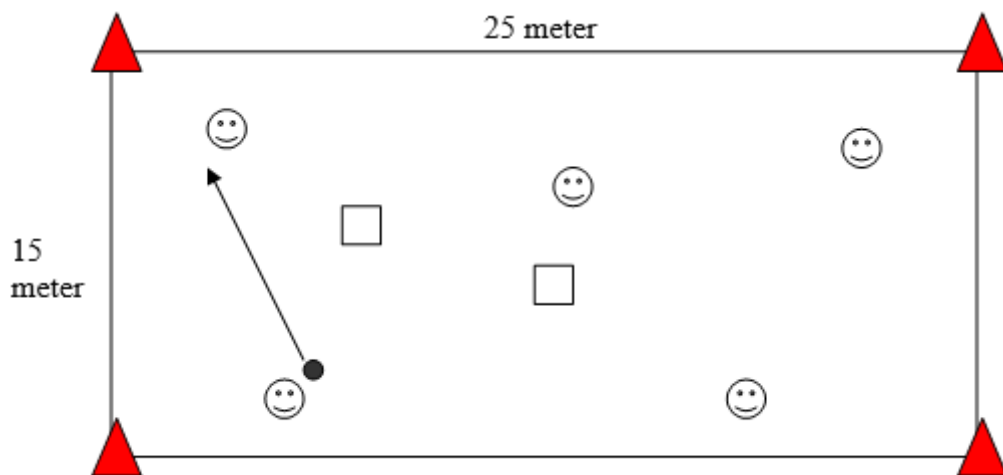
Positiespel 5 tegen 2

Doel:

Het verbeteren van het samenspelen

Bedoeling:

Het 5 –tal probeert de bal in bezit te houden. 8 × overspelen is een punt. Het 2-tal probeert de bal af te pakken en kan scoren door over één van beide korte zijden te dribbelen. Als de bal uit is voor het 5-tal: intrappen vanaf de plaats waar de bal de zijlijn passeerde. Is de bal uit voor het 2-tal, dan wordt de bal door het 2-tal vanaf een lange zijde weer in het spel gebracht door middel van een dribbel of een pass naar de medespeler.



Variatie:

Als het te moeilijk is voor de 5: - 6 keer overspelen is een punt
- ruimte vergroten

Als het te eenvoudig is voor de 5: - 10 keer overspelen is een punt
- ruimte verkleinen
- bal mag door de 5 maar twee keer worden geraakt

Aanwijzingen:

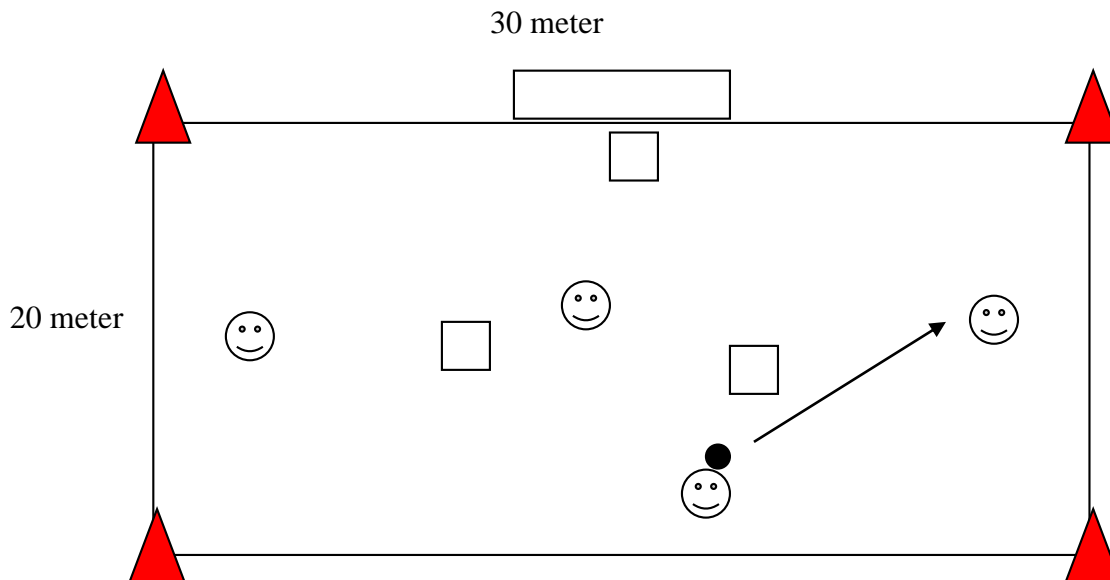
- Zorg dat je steeds aangespeeld kunt worden
- Laat je horen als je de bal kunt krijgen
- Speel de bal over de grond en in de voeten
- Speel de bal niet te zacht of juist te hard

Vier tegen drie

Doel:

Het verbeteren van het komen tot scoren via samenspel

De volgende situatie tweemaal uitzetten.



Bedoeling:

De 4 aanvallers proberen via goed samenspel tot scoren te komen. De 3 verdedigers, waarvan één keeper kunnen scoren door over de achterlijn van de aanvallers te dribbelen.

Variatie:

- De verdedigers scoren niet d.m.v. een dribbel maar op 2 kleine doeltjes op de achterlijn van de aanvallers.
- Gaat het goed dan mogen de aanvallers de bal maar 3 keer raken

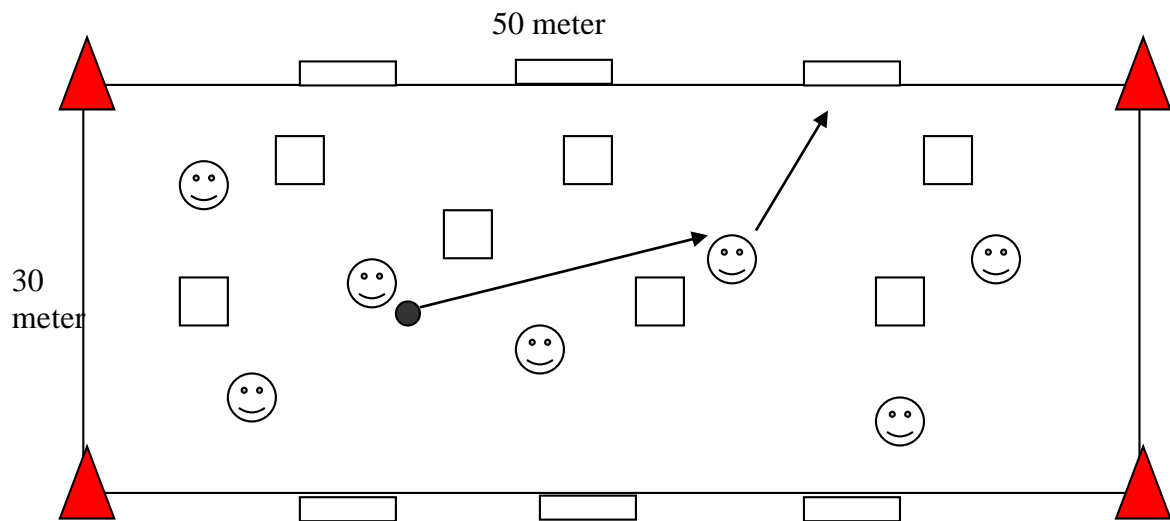
Aanwijzingen:

- Zorg dat je steeds aangespeeld kunt worden
- Laat je horen als je de bal kunt krijgen
- Speel de bal over de grond en in de voeten
- Speel de bal niet te zacht of te hard
- Speel in een ruitformatie

Partijspel 7 tegen 7 met 6 doeltjes

Doel:

Het verbeteren van het samenspelen in een partijspel



Bedoeling:

Partijspel 7 tegen 7 op een kort en breed veld met 6 doeltjes zonder keeper. Door het brede veld en de 3 scoringsmogelijkheden worden de spelers uitgenodigd steeds samen te spelen totdat zich de beste scoringsmogelijkheid voordoet.

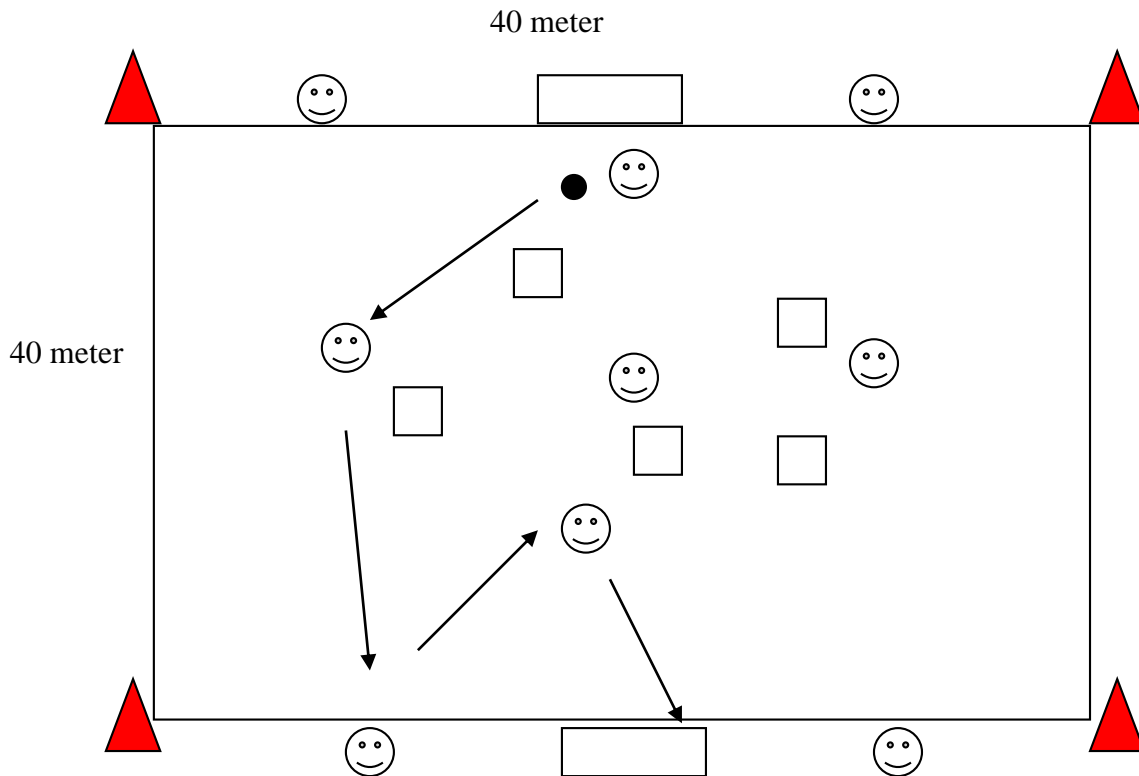
Aanwijzingen:

- Houd overzicht, kijk waar de meeste ruimte is om tot scoren te komen
- Speel de bal met de binnenkant van de voet, zo kun je goed mikken of passen
- Laat je horen als je in kansrijke positie bent
- Speel samen totdat je een goede mogelijkheid hebt

5 tegen 5 met 4 kaatsers

Doel:

Het verbeteren van het samenspel en op het moment van afronden



Bedoeling:

Partijspel 5 tegen 5 met 4 kaatsers op de achterlijn. Er wordt gespeeld zonder keeper en er kan alleen gescoord worden door eerst een kaatsers aan te spelen op de achterlijn en vervolgens uit de kaats of balaanname te scoren. Na het aanspelen van de kaatsers moeten de andere spelers vrij komen voor het doel, waardoor het samenspel en op het moment van afronden bevordert wordt.

Variatie:

Als het scoren niet lukt, dan mogen de kaatsers de bal eerst aannemen en vervolgens inpassen op een aansluitende speler.

Aanwijzingen:

- Speel zo snel mogelijk een kaatsers aan
- Loop direct mee als je ziet dat een kaatsers wordt aangespeeld
- Laat je horen als je kunt scoren
- Voor de kaatsers: speel de bal met de binnenkant van de voet