

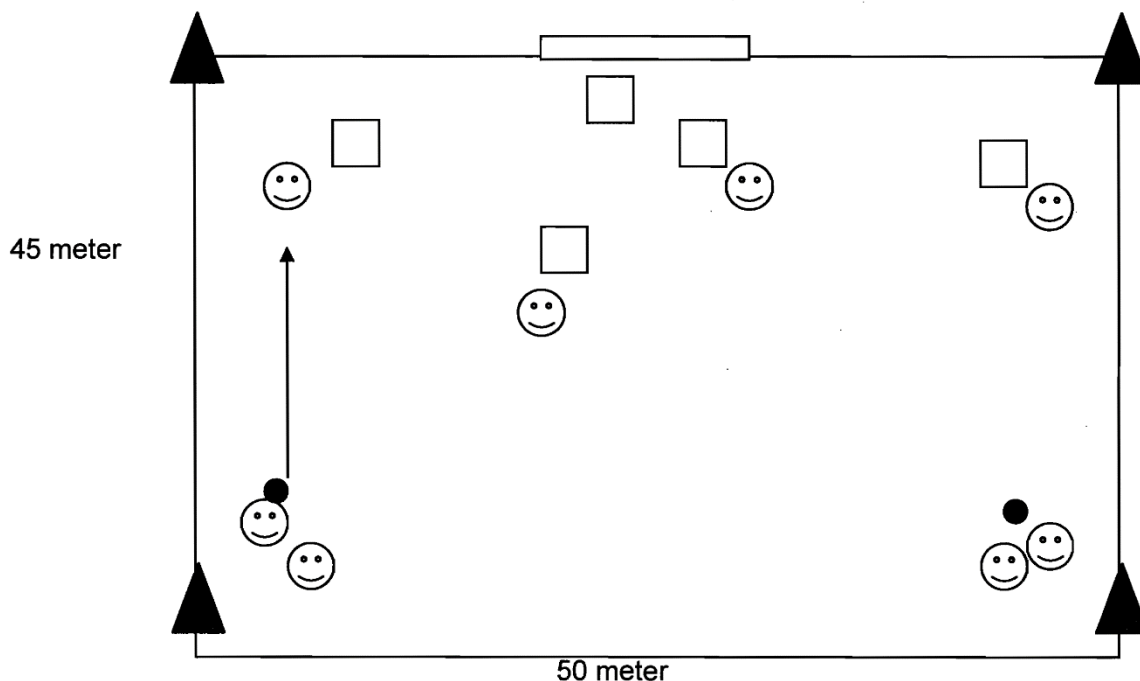
H. Goed gebruik maken van de vleugels

Weinig ruimte in het centrum betekent goed gebruik maken van de ruimte op de vleugel. Maar hoe moet je dat doen. Dit thema behandelt een aantal mogelijkheden.

H. Goed gebruik maken van de vleugels

Inspelen van de vleugelspitsen

Doel: *Het verbeteren van het inspelen van de linker- of rechtervleugelspits*



Bedoeling:

Beurtelings wordt door een middenvelder op links en rechts de vleugelspits aangespeeld. Het spel start in de situatie als op de tekening aangegeven. De vleugelspits biedt zich aan en de middenvelder speelt de bal. Vervolgens kan de spits kiezen voor een individuele actie buitenom en vervolgens voorzetten. Hij kan ook een centrumspits betrekken in een combinatie. De middenvelder die aanspeelt doet mee in de afronding. Het is de bedoeling te komen tot afronding via een voorzet of een actie door het centrum.

Variatie:

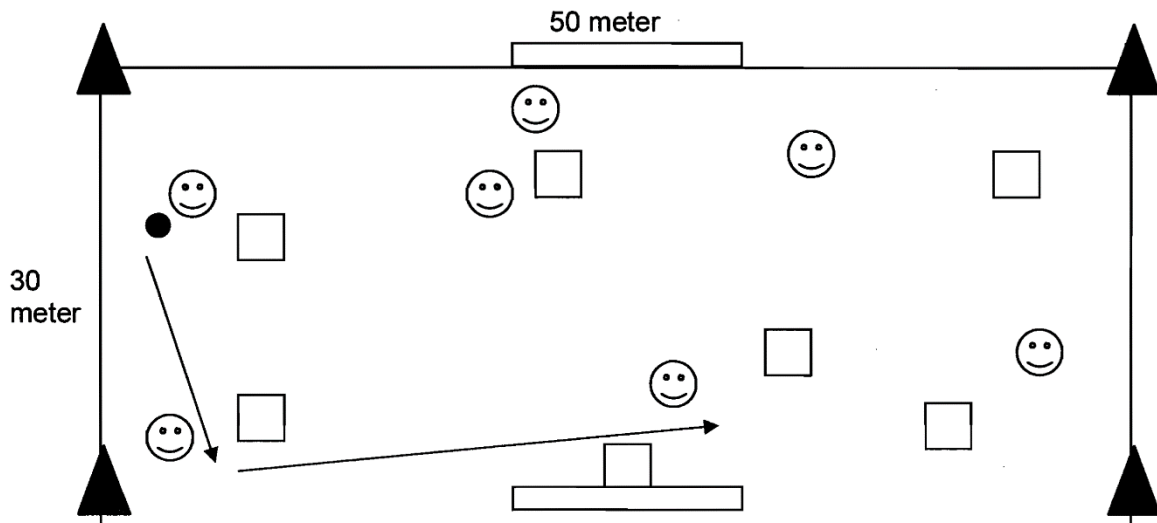
De middenvelder doet niet mee als aanspeelpunt. Zo wordt het moeilijker voor de aanvallers.

Aanwijzingen:

- Blijf ver weg en bied je als vleugelspeler dan aan
- Neem de bal kort aan of kaats op de centrumspits/middenvelder
- Maak snelheid bij de passeeractie en zet voor

6 tegen 6 op een kort maar breed veld

Doel: *Het verbeteren van het gebruik maken van de zijkant in het partijspel*



Bedoeling:

Partijspel 6 tegen 6 met keepers. Er kan alleen gescoord worden via een voorzet. Door de vorm van het veld is er veel ruimte aan de zijkant en kan er een voorzet worden gegeven.

Variatie:

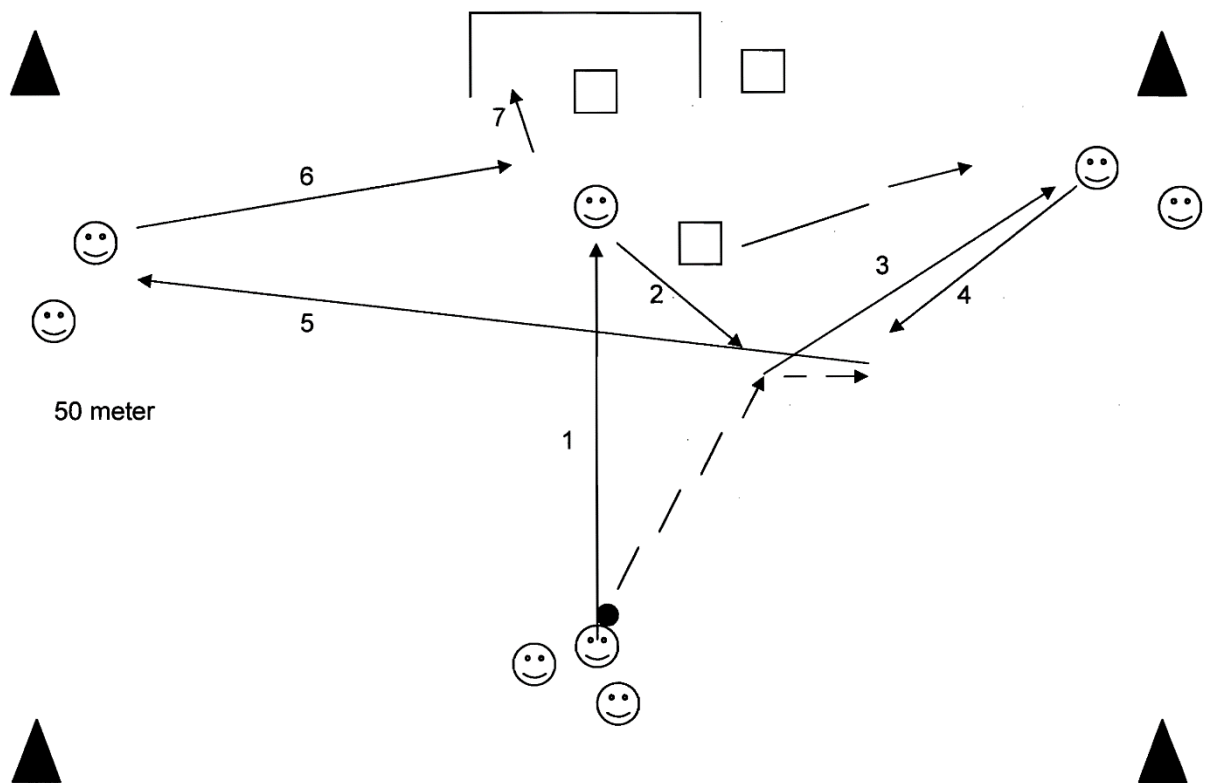
Als blijkt dat de zijkanten goed verdedigd worden kan er een gewone partij worden gespeeld, met de regel dat een doelpunt uit een voorzet dubbel telt.

Aanwijzingen:

- Speel snel een speler aan de zijkant aan.
- Kaats eventueel terug
- Kom in op het juiste moment om te scoren

De wisselpass

Doel: *Het verbeteren van het geven van de wisselpass*



Bedoeling:

Middenvelder speelt spits aan (1), spits kaatst terug op middenvelder (2), pass naar de buitenkant (3), verdediger schermt een eventuele voorzet af, vleugelaanvaller passt terug op middenvelder (4), waarna de wisselpass volgt (5), voorzetten en afronden (6 en 7). Na een aantal uitvoeringen wisselen van functies. De verdediger, de middenvelders en de buitenspelers, wisselen na elke uitvoering. Taak van de verdediger is om ervoor te zorgen dat er niet direct gescoord kan worden, zodat de wisselpass noodzakelijk is.

Variatie:

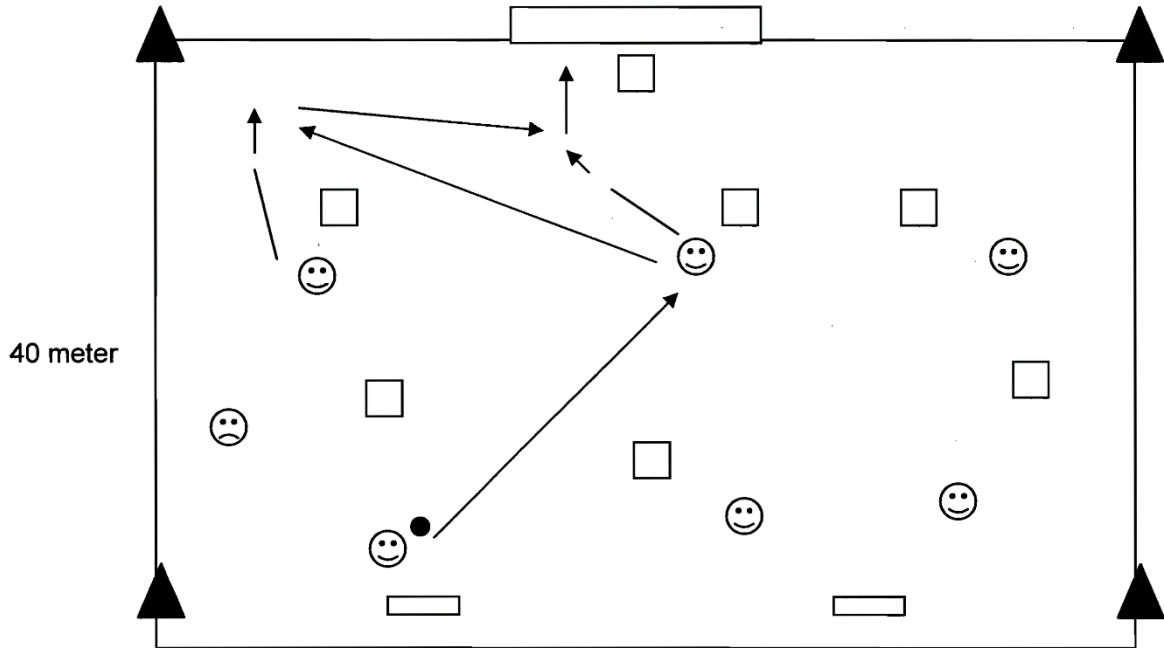
- Een tweede verdediger inbrengen.
- De oefening over links uitvoeren

Aanwijzingen:

- Pass met de binnenkant van de voet
- De wisselpass met de binnenkant van de wreef

Partijspel 8 tegen 6

Doel: *Het verbeteren van het gebruik maken van de vleugels*



Bedoeling:

De 8 aanvallers kunnen scoren op het grote doel, de 6 verdedigers + keeper scoren op 2 kleine doeltjes. Het veld is breed zodat er goed gebruik kan worden gemaakt van de ruimte aan de zijkant. Er kan veel aandacht besteed worden aan het creëren van de voorzet, de wisselpass en het afronden daarna.

Variatie:

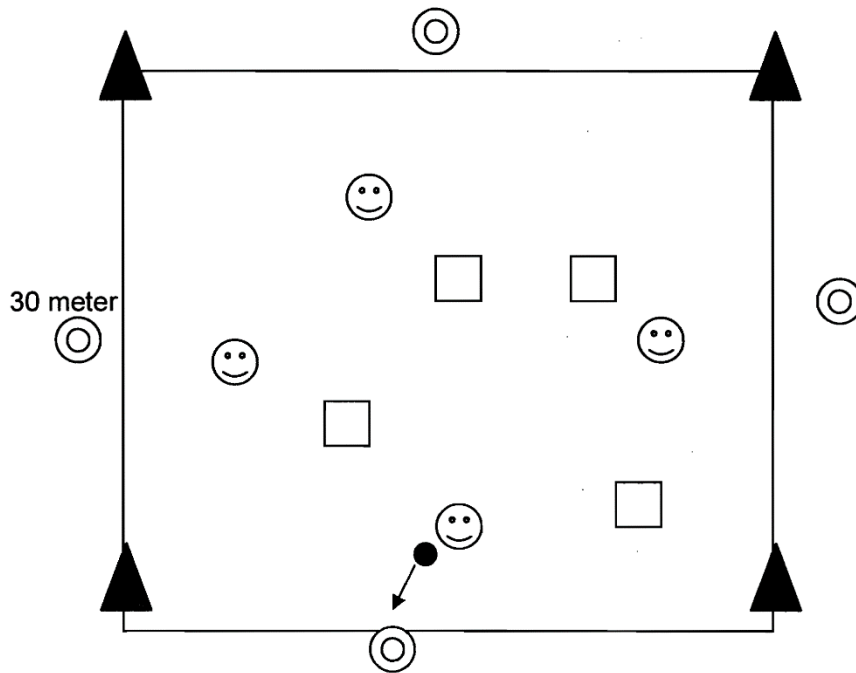
- Het scoren via een voorzet is verplicht
- Een extra verdediger als het te gemakkelijk gaat

Aanwijzingen:

- Zoek zo snel mogelijk de zijkant op
- Blijf aanspeelbaar aan de zijkant
- Zorg dat je aanspeelbaar **blijft**
- Loopt de aanval vast aan één zijde, speel dan terug en bouw op over de andere zijde

Kaatsen en openen

Doel: *Het verbeteren van het openen naar de andere kant door steeds aanspelbaar te blijven*



Bedoeling:

4 tegen 4 in een grote ruimte met 4 neutrale spelers aan de zijkant. De balbezittende partij moet proberen een neutrale speler aan te spelen, deze moet de bal kaatsen op dezelfde speler of een andere medespeler van dat team. Lukt dit 3 keer achtereen, dan is dat een punt. De andere partij krijgt dan de bal. Door na het aanspelen van de kaatser steeds aanspelbaar te blijven wordt de situatie aan de zijkant van het veld nagebootst. Op de vleugels dienen vleugelspits, middenvelder en centrale spits immers steeds aanspelbaar te zijn.

Variatie:

Er kan alleen maar gekaatst worden op de derde man.

Aanwijzingen:

- Blijf continu aanspelbaar
- Coach elkaar
- Open na het ontvangen van de kaats direct naar een andere zijde
- Speel met de binnenkant van de voet