



FUN WEDSTRIJD – EN TUSSEN VORMEN



FUN - WEDSTRIJDVORM 1



**TITEL : 3+K / 2+K
TOPSCORER**

ORGANISATIE :

- Golven : 2 x 3 spelers en 3 x 2 spelers
- Golf tot bal uit het spel is
- Elk 3tal 10x de kans om aan te vallen en dan wisselen van functie

BESCHRIJVING :

→Keeper van 2tal start met een schouderworp naar het 3-tal

- 3tal : elke speler telt individueel +1 punt bij het scoren van een doelpunt en -1 bij het missen van een doelpunt (= niet lukken van een doelpoging, vb. redding van de keeper)
- 2tal : elke speler individueel +2 bij het scoren van een doelpunt
- Winnaar is de individuele speler met de meeste punten nadat elke groep 10x aangevallen heeft

**Vladimise
Trainersschool**

Sancti Verenigingsverband Bloso - Universiteiten
en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)

FUN - WEDSTRIJDVORM 2



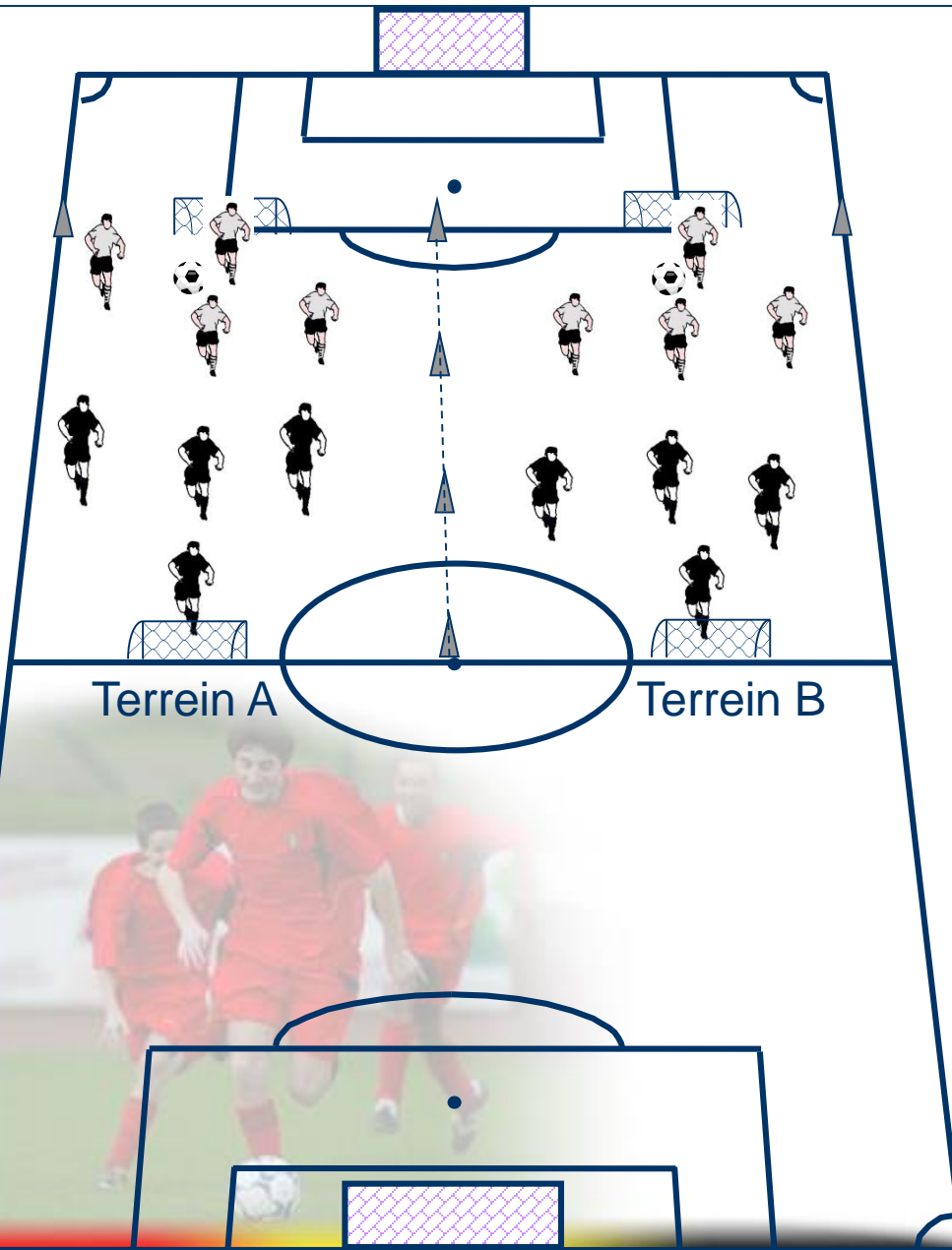
**TITEL : 3+K / 3+K
TENNISPEL**

ORGANISATIE :

- 2 groepen (wit tegen zwart) met elke ploeg 2 x 3+K op 2 terreinen
- Een « spel » duurt 2', een ploeg moet 6 « spellen » winnen om de « set » te winnen!

BESCHRIJVING :

- vrij spel gedurende telkens 2' waarbij het eerste doelpunt van elk « spel » steeds dubbel telt
- Na elk spel worden de punten van de witte ploeg van terrein A opgeteld bij de punten van de witte ploeg op terrein B (idem zwart), de ploeg die dan (samen) de meeste punten behaald is de winnaar van het « spel »



FUN - WEDSTRIJDVORM 3



**TITEL : K+4 / 4+K
AFWERKING**

ORGANISATION :

- Veld: zie tekening / 40m x 40m
- 3 ballen in ieder doel + 1 bal in het midden.
- Duur: 2 x 6'

DESCRIPTION :

- Opstelling: ruitvorm.
- Continue spel.
- Bij een doelpunt beginnen via aftrap met een bal uit het doel van de ploeg die gescoord heeft.
- Fun: **Tracht zo vlug mogelijk alle ballen in het doel van de tegenpartij te hebben!**

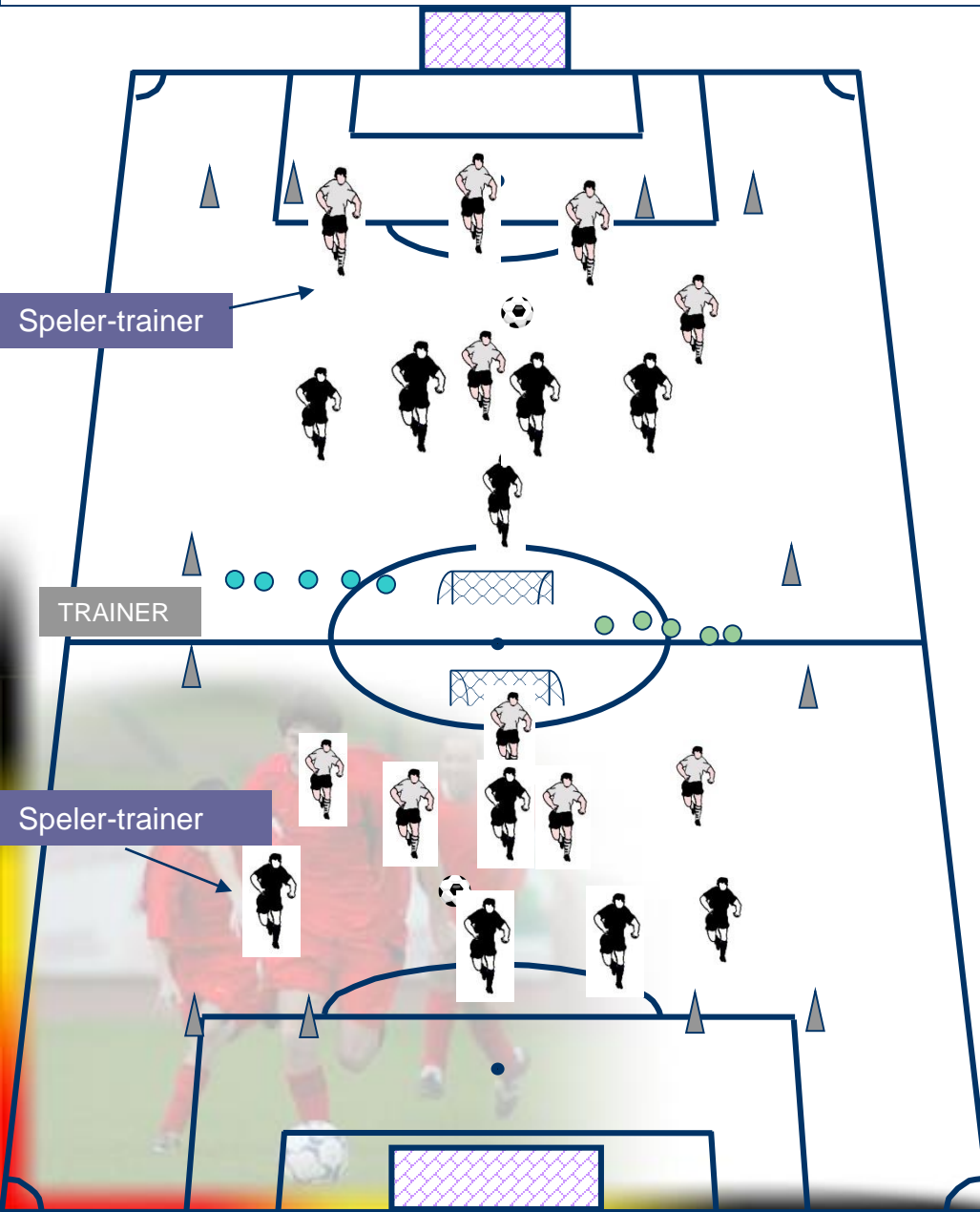
**Vlaamse
Trainersschool**

Samenwerkingsverband Bloso - Universiteiten
en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)



FUN - WEDSTRIJDVORM 4



TITEL : 5+K / 5+K
SPELER-TRAINER

ORGANISATIE :

Vier homogene groepen, twee afgebakende terreintjes met een groot doel en 2 kleine doeltjes (afm. 40 x 40), twee verplaatsbare doelen, elke ploeg 3 hoedjes. Ploegen worden bepaald door de speler-trainer.

Na elk doelpunt, pakt de scorende ploeg een hoedje van de tegenpartij. Wie heeft na bepaalde tijd de meeste hoedjes?

BESCHRIJVING :

Beide ploegen kiezen een trainer. Speler-Trainer bepaalt hoe zijn ploeg zal spelen. De tegenpartij doet hetzelfde. Beide trainers mogen niet weten wat de andere zal beslissen. Na 4 min spelen volgt 2 min pauze, de speler-trainer maakt eventueel een nieuwe veldbezetting.

Duur 4 x 4 min (steeds wisselen van terrein)
Welke speler-trainer wint het duel en scoort meeste doelpunten?

FUN - WEDSTRIJDVORM 5



**TITEL : K+7 / K+7
DARTSSPEL**

ORGANISATIE :

2 ploegen van 7+K
1/2 terrein
Alle spelregels

BESCHRIJVING :

Fun – spelen volgens het darts systeem.

Ipv de doelpunten op te tellen, tellen we af.

We starten op 10 en tellen af.

Scoren met het hoofd of in volley = 3 punten

Scoren met mindere voet = 2 punten

Al de rest = 1 punt

De bedoeling is van te eindigen op 0.

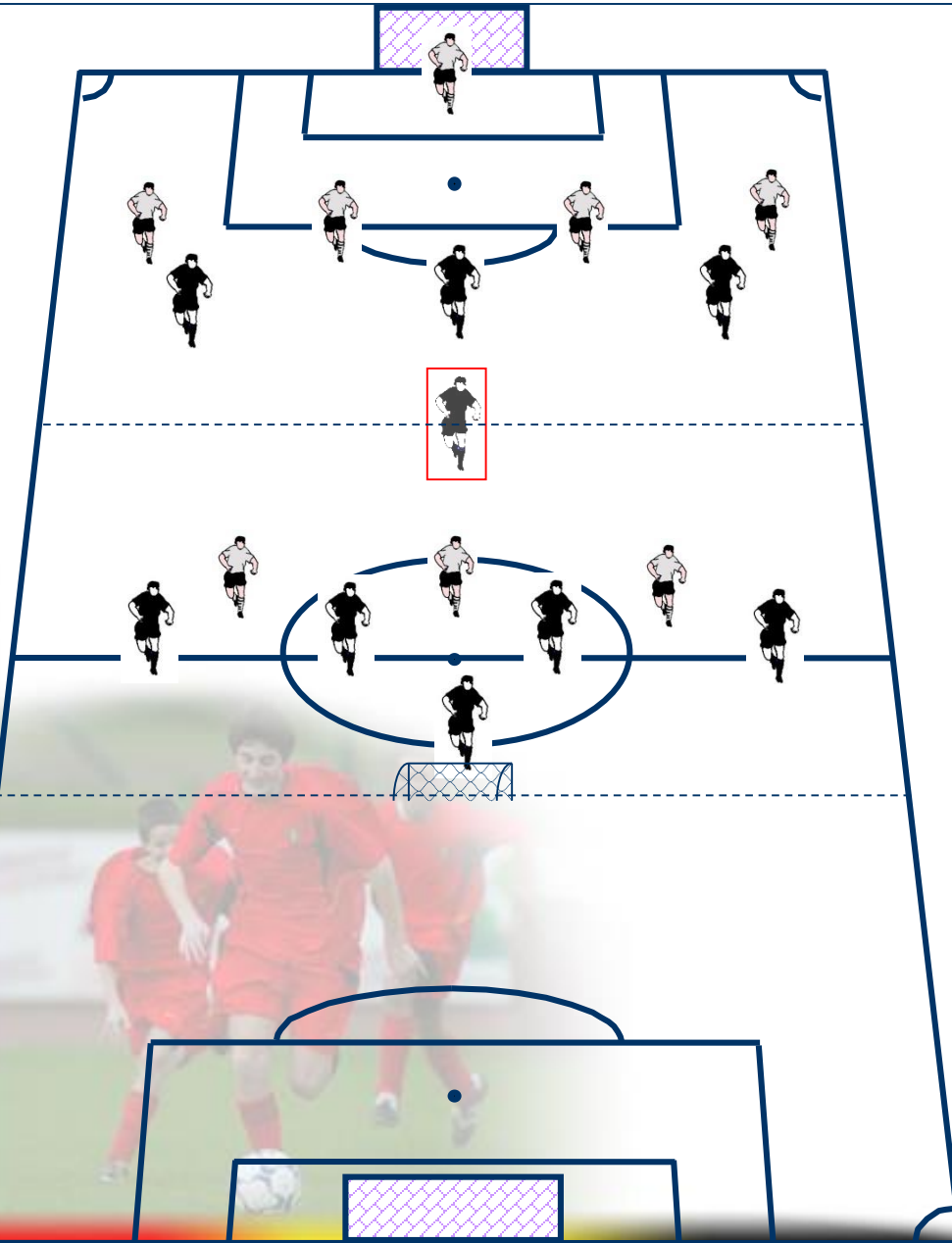
**Vlaamse
Trainersschool**

Samenwerkingsverband Bloso - Universiteiten
en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)



FUN - WEDSTRIJDVORM 6



**TITEL : K+7 + N / K+7
INFILTRATIE**



ORGANISATIE :

2 ploegen van 7+K met neutrale
speler centraal
½ terrein + 16m
Alle spelregels
2 x 8'

BESCHRIJVING :

Vrij spel maar :

bij doelpunt van de neutrale speler =
2 punten
Bij doelpunt van een infiltrerende
verdediger = 3 punten

**Vlaamse
Trainersschool**

Samenwerkingsverband Bloso - Universiteiten
en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)

FUN - WEDSTRIJDVORM 7



TITEL : 4+K / 4+K
1, 2, 3, ... keer scoren

ORGANISATIE :

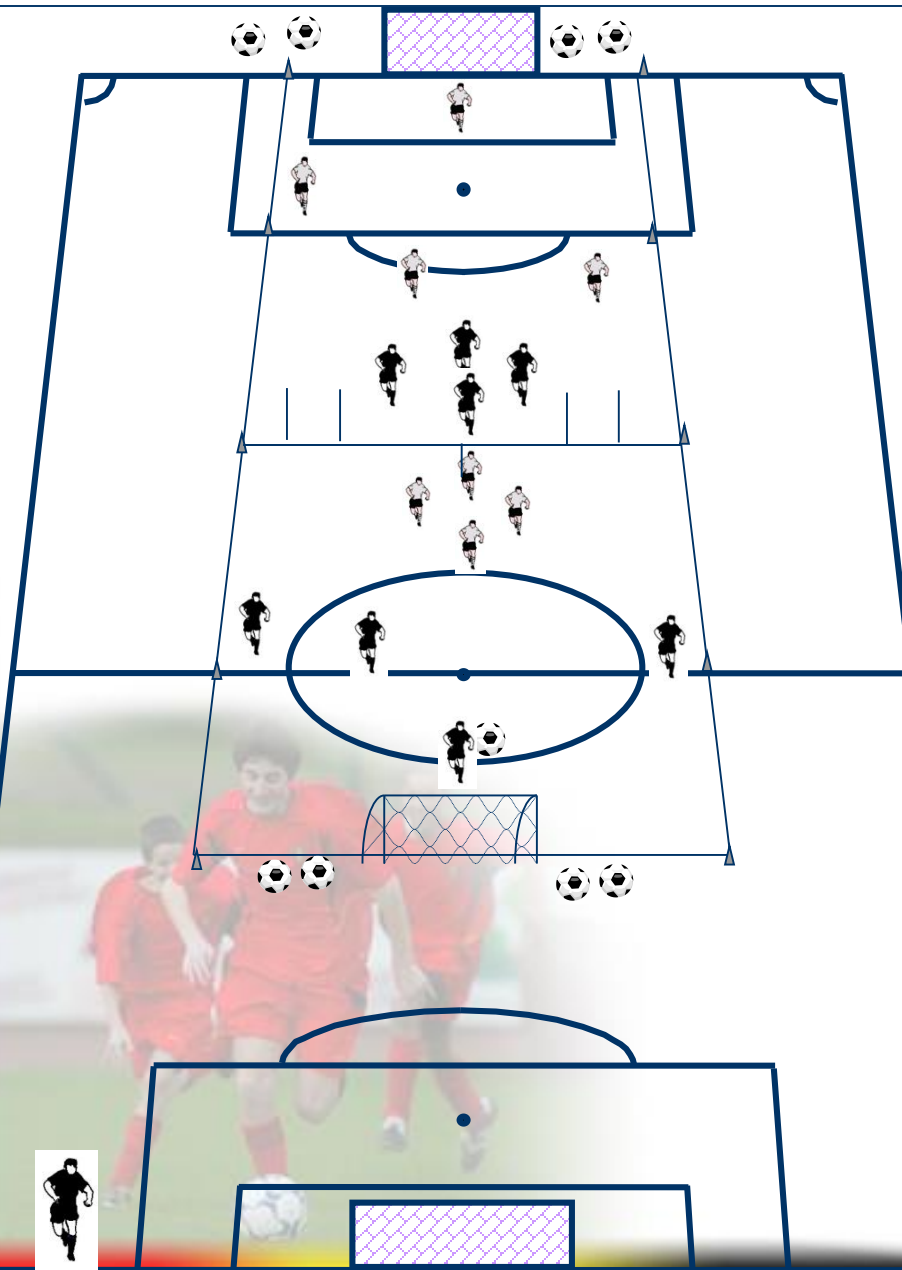
Doorschuiven : 2 spelers wisselen bij de ploeg die een doelpunt tegen gekregen hebben, de ploeg die scoort blijft staan. Voldoende ballen rond het terrein, wisselers halen de ballen op. Wedstrijden van 5'

BESCHRIJVING :

Keeper brengt de bal in het spel, trachten zo snel mogelijk een doelpunt te maken.

Als dezelfde ploeg ook het 2° doelpunt scoort, telt dit dubbel, als ze ook een 3° doelpunt maken, telt dit voor 3 punten en is de werkelijke score 6-0 De tegenpartij kan bij het scoren van meerdere doelpunten na elkaar ook extra punten verzamelen.

FUN - WEDSTRIJDVORM 8



TITEL : DRUK ZETTEN 4/3+K

ORGANISATIE :

- 2 terreinen van 25m op 35.
- match: 2'/recuperatie : 1' → totaal : 20'
- Bij elke rustpauze wisselen de ploegen van terreinhelft.

BESCHRIJVING :

- Op signaal starten de K het spel door een pass te geven aan het 3-tal op de aanvalhelft om trachten te scoren in de 2 kleine doeltjes.
- De 4 tegenstanders trachten via een collectieve pressing zeer snel in balbezit te komen om te scoren in het grote doel.
- De wedstrijden eindigen als het eerste doelpunt gemaakt wordt. Indien er binnen de 2 minuten niet gescoord wordt, is er tocht en rustpauze voorzien.
- Welke ploeg zal na een gelukte collectieve pressing eerst kunnen scoren (1 punt)? En welke ploeg zal vanuit zijn minderheidssituatie (3+1) een doelpunt kunnen maken (2 punten)?
- Na 20' worden de punten per ploeg geteld.

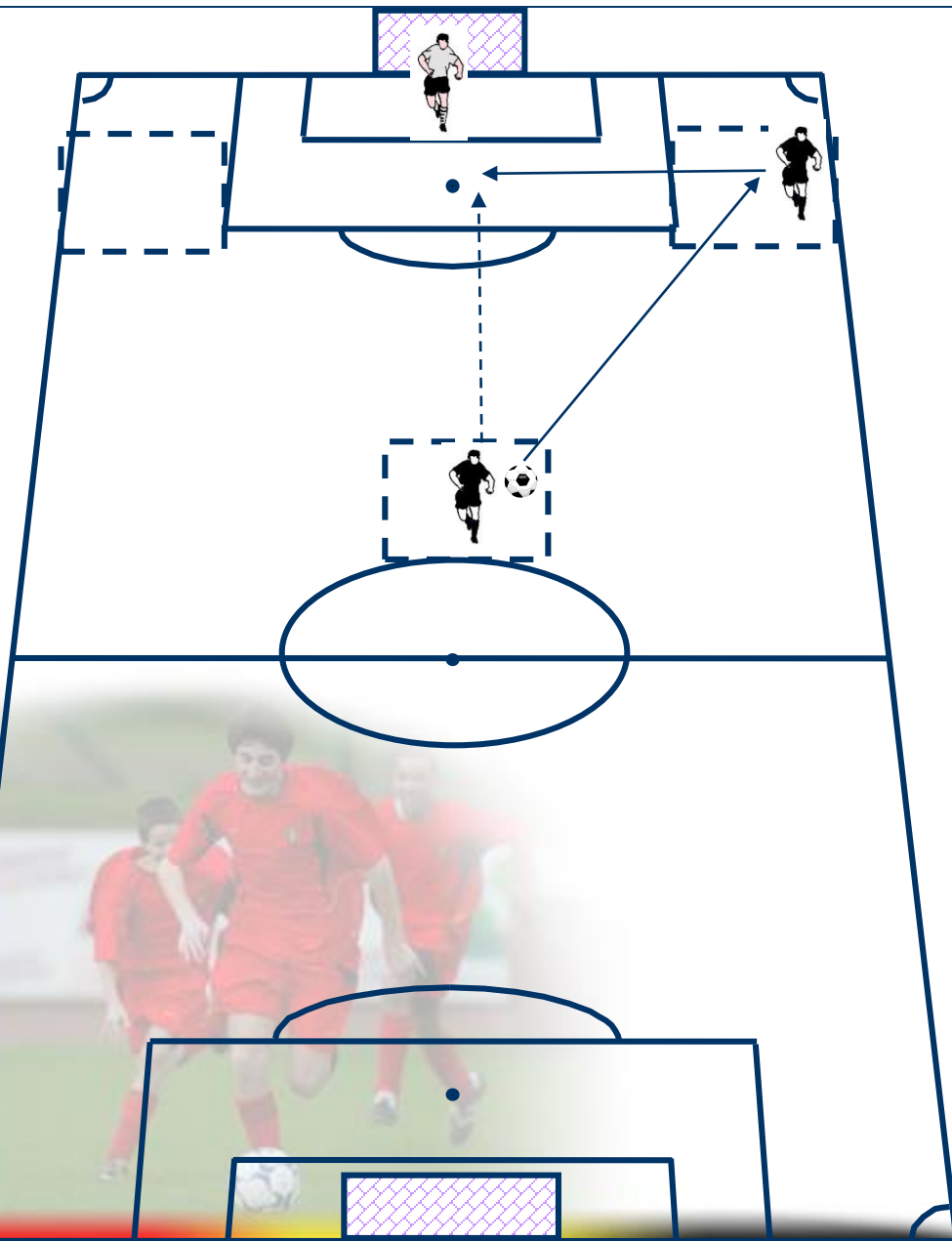
**Vlaamse
Trainersschool**

Streekverband van de Vlaamse voetbaltrainers en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)



FUN – TUSSENVORM 1 : Oefening



TITEL : voorzet + afwerken KONINGSKOPPEL

ORGANISATIE :

- Per 2 spelers
- Elke speler van het koppel geeft 5 voorzetten van links en 5 van rechts en werkt 10x af op doel
- Het koppel met de meeste punten wint het spel

BESCHRIJVING :

* X1 geeft lange lob naar X2 (bal moet in vierkant)

* X1 werkt af op de voorzet van X2

→ Puntenverdeling bij doelpunt :

- 1 : na controle
- 2 : 1 tijd over de grond
- 3 : volley
- 4 : koppen
- 5 : retro
- 6 : voorzet rechtstreeks

scoren

Vlaamse
Trainersschool

vereniging van Vlaamse Universiteiten
en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)

FUN – TUSSENVORM 2 : Spelvorm



TITEL: SHOOT OUT

ORGANISATIE :

2 groepen, iedere speler 1 bal

BESCHRIJVING :

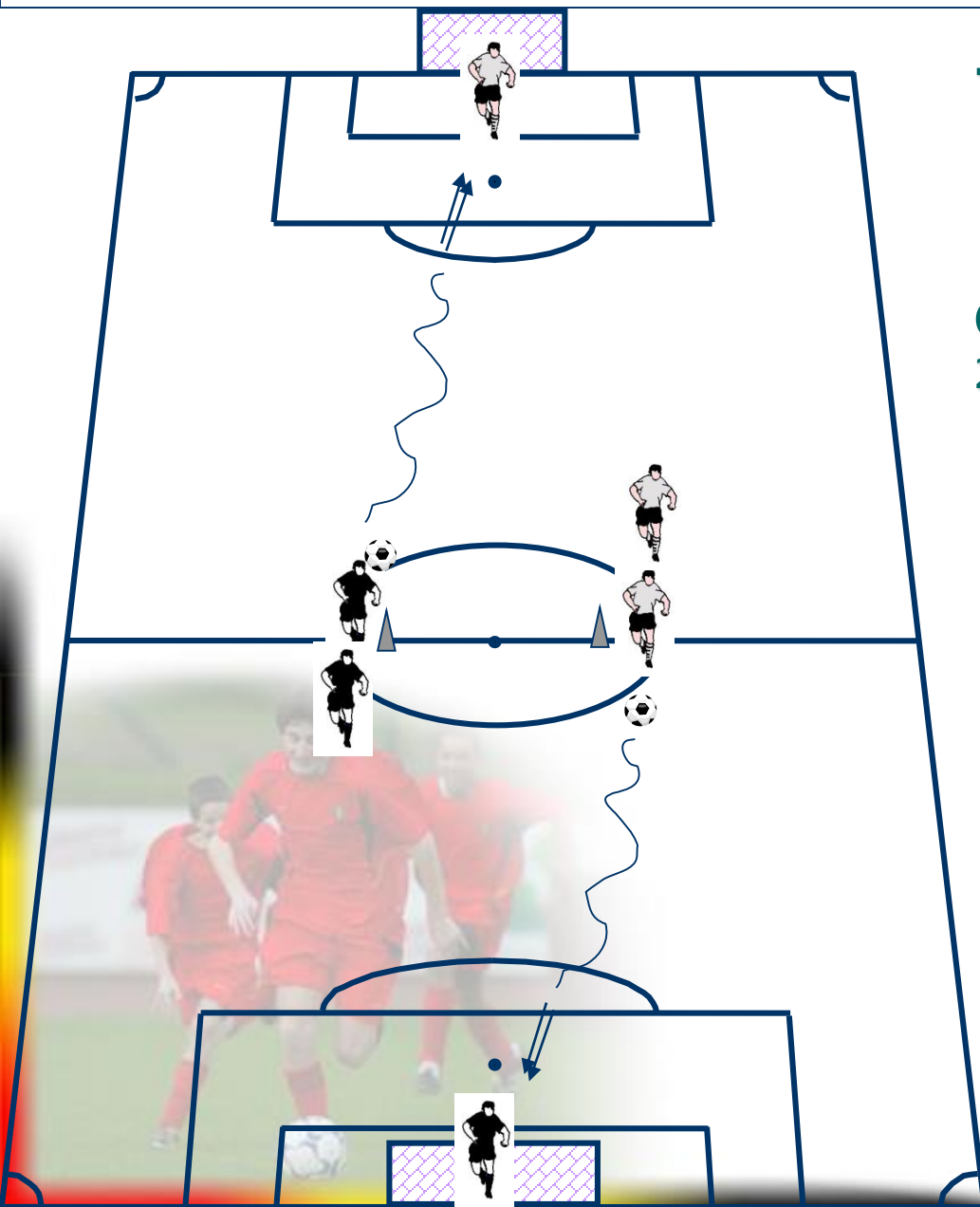
Spelers leiden bal naar doel (gelijktijdig starten) en **trachten om het snelst (=1 punt) te scoren via shoot out**

Iedere speler van de groep komt 3x aan bod, punten per groep optellen

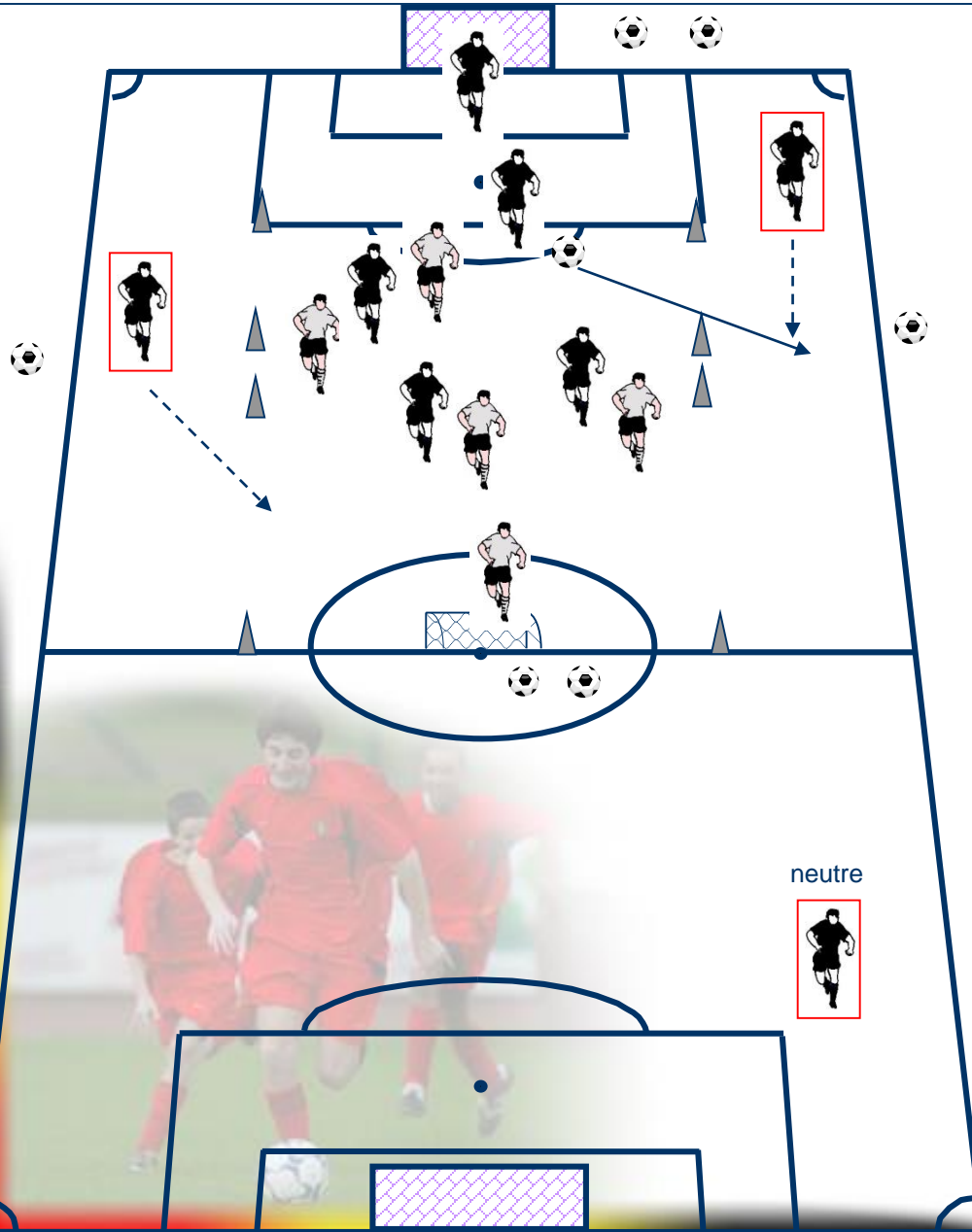
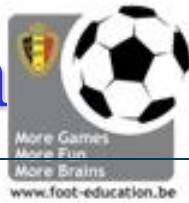
**Vlaamse
Trainersschool**

Samenwerkingsverband Bloso - Universiteiten
en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)



FUN – TUSSENVORM 3 : Spelvorm



TITEL : 4+K/4+K+2N
VOORZETSPEL 

ORGANISATIE :

2 neutrale spelers op de flanken,
zij worden om de 3' gewisseld
Half terrein met vrije zones op
de flanken

BESCHRIJVING :

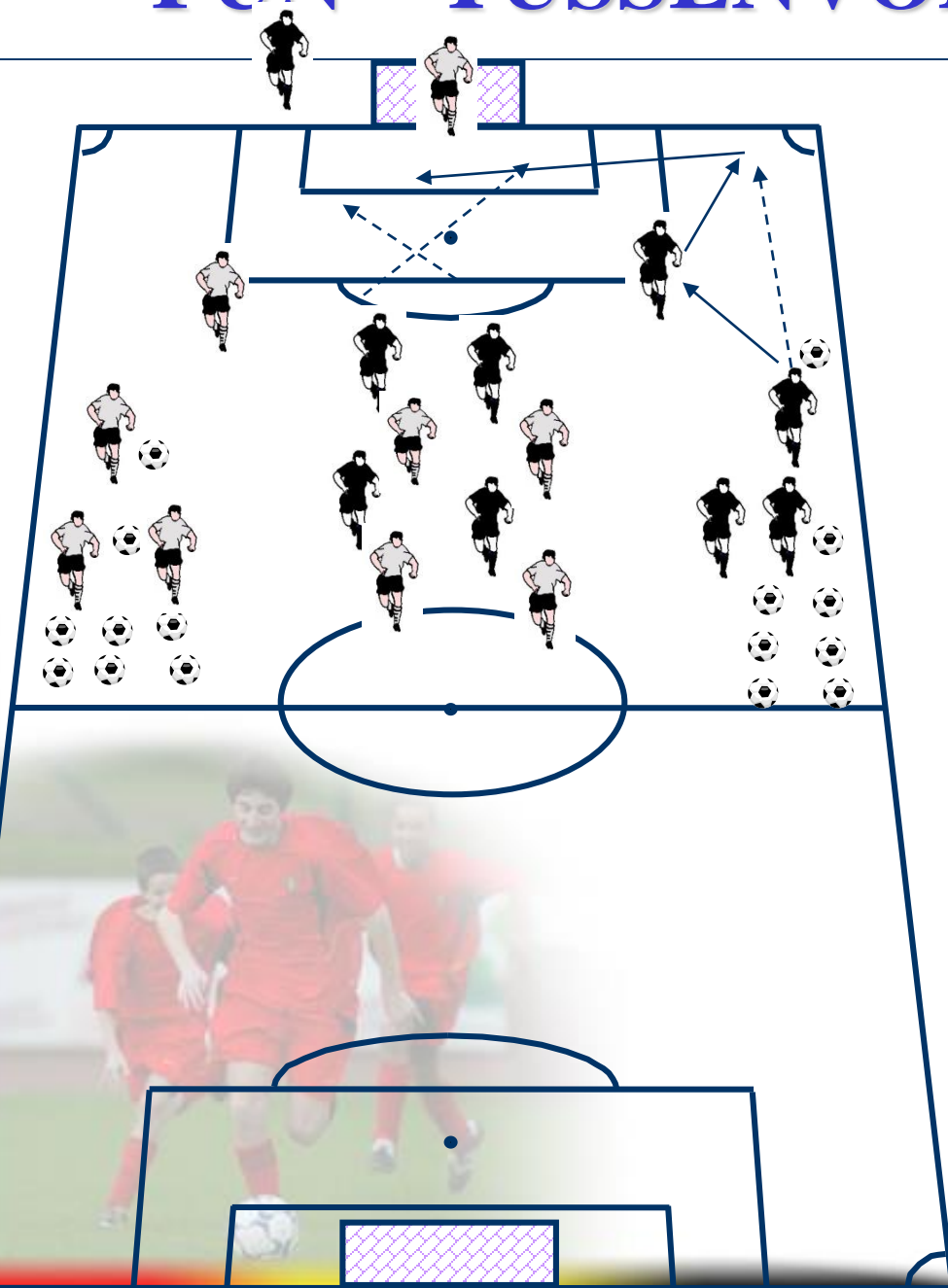
Een doelpunt na de voorzet via de
neutrale flankspelers telt voor dubbele
punten, indien dit met het hoofd of in
volley lukt telt dit zelfs voor 3 punten
Zij kunnen enkel een voorzet trappen
vanop de aanvallende helft, en de
flankspeler die niet voorzet kan mee
inkomen aan de 2^e paal

**Vlaamse
Trainersschool**

Samenwerkingsverband Bloso - Universiteiten
en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)

FUN – TUSSENVORM 4 : Oefening



TITEL : SCOREN, VIA KOPBAL OF VOLLEY... ORGANISATIE :

2 ploegen (X/Y) met elk een keeper.

Afwisselend een voorzet vanop R en L

X1 -> X2 -> X1, X1 voorzet --> X3 of X4 werkt af.

Na 8 voorzetten wisselen de spelers op de flank en de spelers centraal, na 16 voorzetten wisselen de 2 ploegen van kant, na 24 voorzetten wisselen de spelers aan de voorzet met de afwerkers en na 32 voorzetten worden de punten opgeteld.

BESCHRIJVING :

Het aantal doelpunten per ploeg en individueel optellen.

Wie is de beste schutter?

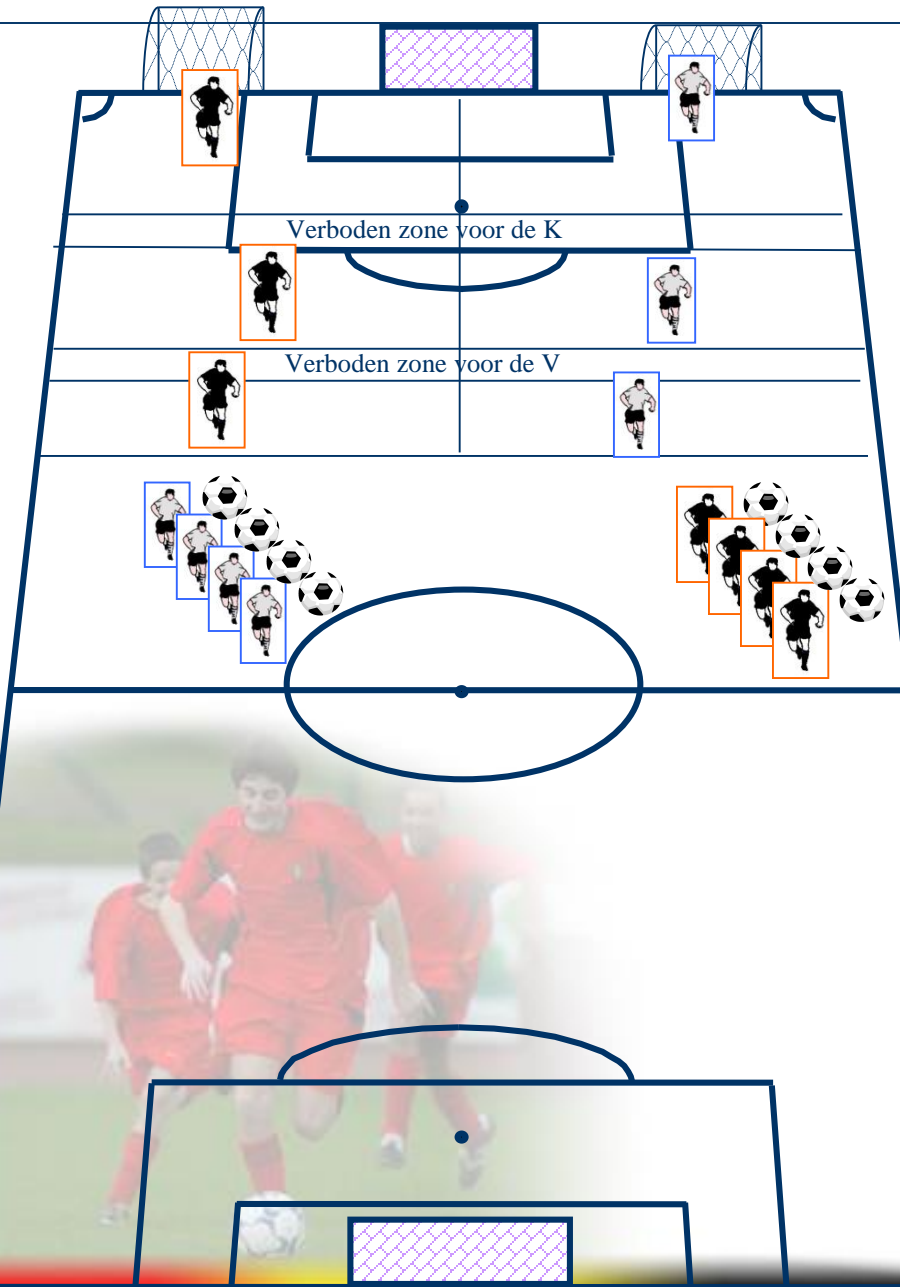
Wie is de beste doelman?

Vlaamse Trainersschool

Samenwerkenverband Bloso - Universiteiten Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)

FUN – TUSSENVORM 5 : Spelvorm



TITEL : DRIBBELPARCOURS

ORGANISATIE :

2 ploegen staan parallel tov elkaar.

Elke speler heeft 2 verdedigers en 1 keeper te omspelen.

De verdedigers worden gewisseld nadat iedereen 3x aan bod kwam

BESCHRIJVING :

De spelers trachten elke verdediger in zijn zone te dribbelen en uiteindelijk te scoren in het doel met de keeper als 3° tegenstander:

1 punt als de 1° verdediger is uitgeschakeld

2 punten als de beide verdedigers omspeeld zijn

5 punten als er ook gescoord wordt

Nadat iedere speler 6 pogingen ondernomen heeft wordt het

individueel klassement en het ploegentotaal opgesteld.

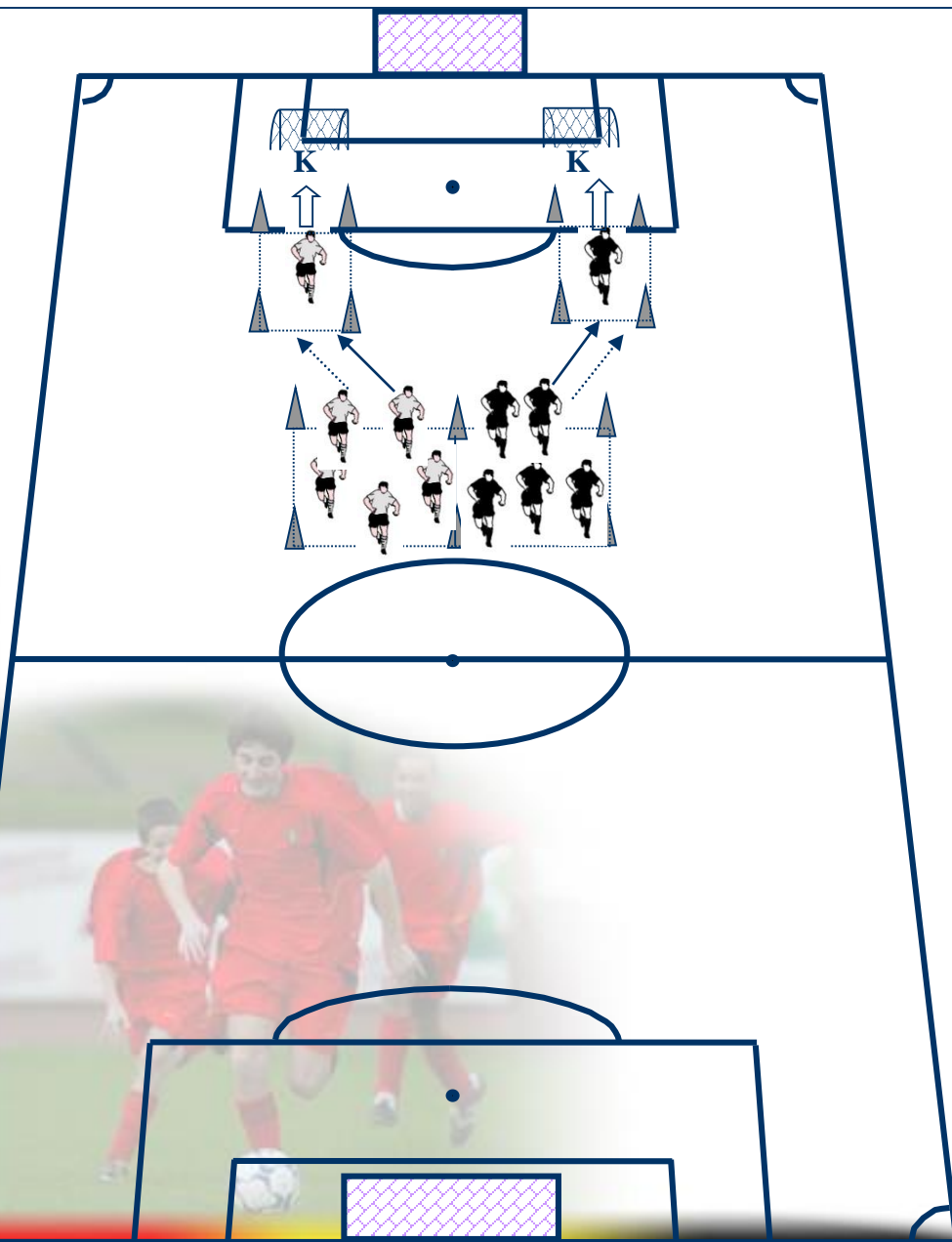
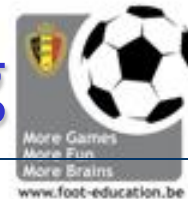


Vlaamse Trainersschool

aan de Universiteit van Antwerpen - Universiteiten en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Instituut voor Voetbal (Getuigschrift C)

FUN – TUSSENVORM 6 : Oefening



TITEL : **DOELPOGING**



ORGANISATIE :

Iedere ploeg plaatst 5 spelers met bal in het 1° vierkant, 1 speler zonder bal in het 2° vierkant en zijn doelman in het doel van de tegenpartij.

BESCHRIJVING :

De 1° speler passt op de speler in het volgende vierkant. Die tracht na een geöriënteerde controle te scoren van binnen dat vierkant (doorschuiven)
De ploeg die het snelst 10 doelpunte scoort, wint het spel

**Vlaamse
Trainersschool**

Samenwerkingsverband Bloso - Universiteiten
en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)

Voetbal spelen = fun !



FUN

NOT FUN



- Scoren –assist - doelpunten verhinderen – strafschop stoppen
 - Goed spelen én winnen
 - Sfeer in de ploeg, spanning voor de wedstrijd → ploegsport
 - Sfeer in “stadion”
 - Winnende doelpunt maken
 - Alle wedstrijdvormen op training (vnl. 4+k/4+k, 7+k/7+k en 10+k/10+k)
- Verliezen en slecht spelen
 - Negatieve commentaar van supporters, ouders, trainers
 - Individuele negatieve kritiek in groepsverband
 - Strafschop missen, own goal, lobbal over keeper
 - Kans missen, flater
 - Wedstrijdvormen met grote meerheid-minderheid

**Vlaamse
Trainersschool**

Samenwerkingsverband Bloso - Universiteiten
en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)

Voetbal spelen = fun !



FUN

- Afwerkingsoefeningen (na voorzet) met punten-systeem
- Individuele training op traptechniek (volley, VT, ...)
- Penaltycup, VT nemen
- Piet piper, andere tornooivormen
- Positiespelletje 4/1 (ezelspel)

NOT FUN

- Spelen op balbezit zonder meer
- Opwarming volledig zonder bal
- Te lange uitleg, theorie
- Sommige scheidsrechterlijke beslissingen
- Handbalvormen, shadowgame, looptraining



**Vlaamse
Trainersschool**

Samenwerkingsverband Bloso - Universiteiten
en Hogescholen L.O. - Sportfederaties

Initiator Voetbal (Getuigschrift C)