

Trainingsprogramma 2^e jaars E-pupillen



Jeugdvoetbalopleiding
iedere speler verdient een goede opleiding

www.jeugdvoetbalopleiding.nl

jeugdvoetbalopleiding.nl

Inhoudsopgave

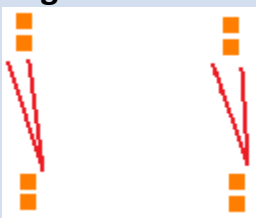
Training Nummer 1.....	3
Training Nummer 2.....	5
Training Nummer 3.....	7
Training Nummer 4.....	9
Training Nummer 5.....	11
Training Nummer 6.....	13
Training Nummer 7.....	15
Training Nummer 8.....	17
Training Nummer 9.....	19
Training Nummer 10	21
Training Nummer 11	23
Training Nummer 12	25
Training Nummer 13	27
Training Nummer 14	29
Training Nummer 15	31

Training Nummer 1

Warming-up

Groep: 2e jaars E-pupillen.	Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen	Training Nr. 1 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal.(x-vorm) <ul style="list-style-type: none">• Je maakt een actie naar het midden toe.• Je kunt ook voor kappen kiezen.• Daarna schiet je de bal naar je medespeler toe.• Kies voor veel wisselingen.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rood en blauw zijn een groep• Oranje zijn de pionnen in het midden.• Zwarte lijn is de looprichting.• Afmetingen 15m/15m	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 6x• Ballen 4x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf motiveren/ stimuleren.• Variant: Dribbelen met chocoladebeen.• Variant: actie met het chocoladebeen.

Spelvorm

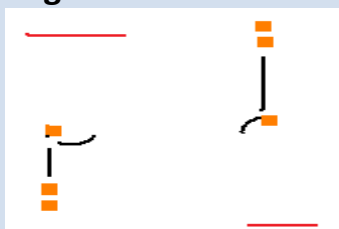
Inhoud/Methodiek= Inspelen en vragen om de bal. <ul style="list-style-type: none">• Inspelen → aannemen → inspelen.• Belangrijk is dat er gevraagd wordt om de bal.• Wissel met de afstanden en wissel met de oefeningen.• Met kaats (enkel-dubbel) of 1x/2x raken.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Oranje geeft de spelers weer.• Rode lijnen geeft de looprichting weer.• Afmetingen 15m/15m	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 4x• Ballen 3x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren.• Variant: dribbel met je chocoladebeen.
---	---	--

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= Kappen/opendraaien en schieten.

- Er wordt ingespeeld.
- De man die de bal ontvangt draait open.
- Vervolgens schiet hij meteen op doel.
- Na je schot loop je door en sluit je achteraan aan.

Organisatie:



- Oranje stippen zijn de spelers.
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Zwarte lijnen geven de loop en balrichting aan.

Materialen:

- Pionnen 4x
- Ballen 6x
- Doelen junioren 2x

Coach momenten:

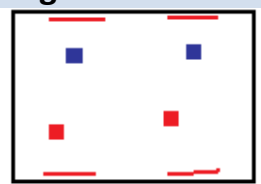
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- Maak een mooie actie
- **Variante: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variante: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 4x4.

- Beiden ploegen verdedigen twee doelen.
- Zoek met je twee tal de ruimte in een niet al te groot vierkant.

Organisatie:



- Rood vs blauw.
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Veldje 2x uitzetten.
- Afmetingen 10m/15m

Materialen:

- Pionnen 8x
- Ballen 4x
- Hesjes blauw 4x
- Mini doelen 8x

Coach momenten:.

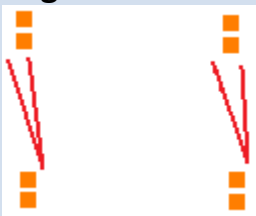
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor snel.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 2

Warming-up

Groep: 2e jaars E-pupillen.	Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen	Training Nr. 2 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal.(x-vorm) i <ul style="list-style-type: none">• Je maakt tweetallen en loopt naar de lijn.• Daar maak je een actie of een kapbeweging.• Veel wisselingen belangrijk.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rode lijn geeft de looprichting aan.• Oranje pion geeft aan waar elk tweetal moet staan.• Afmetingen 15m/15m	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 6x• Ballen 4x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf motiveren/ stimuleren.• Variant: Dribbelen met chocoladebeen.• Variant: actie met het chocoladebeen.

Spelvorm

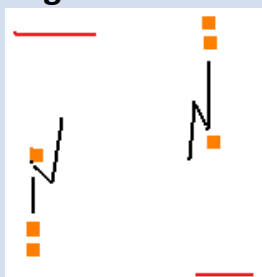
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen <ul style="list-style-type: none">• Zelfde opstelling als in week 11.• Alleen nu ga je techniek oefeningen tussen de pionnen afwerken.• Schaar, de Zidane, met onderkant voet meenemen, etc.• Houd de snelheid en wisselingen erin.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Oranje zijn de spelers• Rode lijnen geeft de looprichting weer.• Afmetingen 15m/15m	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 4x• Ballen 3x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren.• Variant: dribbel met je chocoladebeen.• Variant: maak de actie met je chocoladebeen.
---	--	--

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= In de loop schieten

- Je krijgt de bal in de loop mee, na de kaatst.
- Je maakt vervolgens af op doel.
- Na je schot sluit je achteraan aan.

Organisatie:



- Oranje stippen zijn de spelers.
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Zwarte lijnen is de loop/balrichting.

Materialen:

- Pionnen 7x
- Ballen 6x
- Mini doelen 3x

Coach momenten:

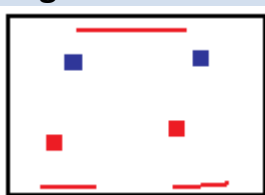
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- Maak een mooie actie
- **Variante: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variante: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 4x4 met een groot doel.

- .Een verdedigende partij.
- Een aanvallende partij.
- Scoor snel.
- Na 5 minuten van doelen wisselen.

Organisatie:



- Rood vs blauw
- rode lijnen zijn de doelen.
- Afmetingen: 10m/15m

Materialen:

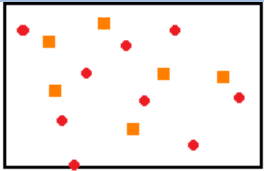
- Pionnen 4x
- Ballen 4x
- Hesjes blauw 4x
- Mini doelen 4x

Coach momenten:

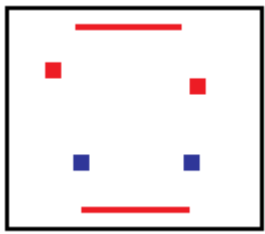
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor snel.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 3

Warming-up

<p>Groep: 2e jaars E-pupillen.</p>	<p>Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen</p>	<p>Training Nr. 3 Datum:.....</p>
<p>Inhoud/Methodiek= Warming-up met bal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dribbelen met de bal, zonder Pionnen aan te raken. • Als je een Pion aanraakt moet je een rondje om het vierkant heen dribbelen. • Maak ondertussen acties en kapbewegingen. 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Oranje zijn de pionnen. • Rood zijn de spelers. • Afmetingen 15m/15m 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 6x • Ballen 9x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Blijf motiveren/ stimuleren. • Variant: Dribbelen met chocoladebeen. • Variant: actie met het chocoladebeen.

Spelvorm

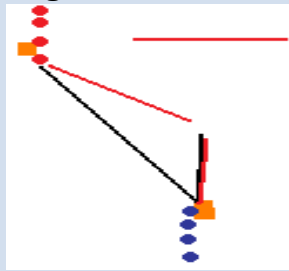
<p>Inhoud/Methodiek= 2x2 lijn voetbal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Simpel 2x2 lijnvoetbal, met allebei een klein doel. • Belangrijk: wissel veel af van partij. 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Rode lijnen geven de doelen weer. • Veld 2x uitzetten. • Afmetingen 15m/15m 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 8x • Ballen 4x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren. • Variant: dribbel met je chocoladebeen. • Variant: maak de actie met je chocoladebeen.
--	---	---

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= 1x1 afronden.

- De verdediger speelt de aanvaller in.
- Vervolgens maakt de aanvaller een actie en probeert te scoren.
- De verdediger probeert bij die actie de bal weg te schieten.

Organisatie:



- Rood is de verdediger.
- Blauw is de aanvaller
- Oranje zijn de pionnen.
- Rood is de looprichting
- Zwart is de bal richting.
- Rode lijn is het doel.

Materialen:

- Pionnen 2x
- Ballen 4x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

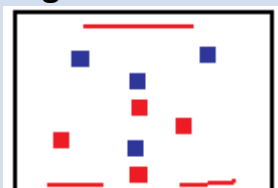
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- Maak een mooie actie
- **Variante: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variante: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 4x4 met een groot doel.(uitbreiding week 12)

- Een verdedigende partij.
- Een aanvallende partij.
- Scoor snel.
- Na 5 minuten van doelen wisselen.

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Afmetingen: 10m/15m

Materialen:

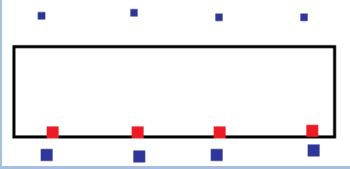
- Pionnen 4x
- Ballen 4x
- Hesjes blauw 4x
- Mini doelen 4x

Coach momenten:

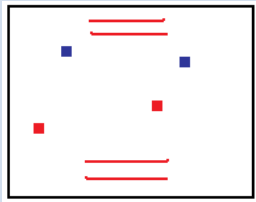
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor snel.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 4

Warming-up

Groep: 2e jaars E-pupillen.	Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen	Training Nr. 4 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. (1x1) <ul style="list-style-type: none"> Eerst acties maken naar de overkant (om en om) Na 5 minuten 1x1 spelen. Je krijgt een punt als je de lijn hebt gepasseerd. 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> Rood is speler 1 blauw is speler 2 Afmetingen 15m/15m 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> Pionnen 8x Ballen 4x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none"> Blijf motiveren/ stimuleren. Variant: Dribbelen met chocoladebeen. Variant: actie met het chocoladebeen. Variant: Wissel veel van tegenstander.

Spelvorm

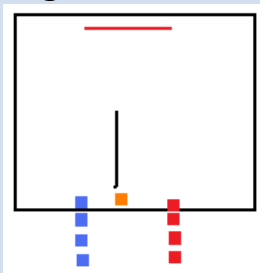
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen <ul style="list-style-type: none"> 2x2 met scoren aan beide kanten. Zet de twee kleine doelen met de opening van elkaar af. Hierdoor creëer je extra ruimte. 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> Rood vs blauw Rode lijnen geven de doelen weer. Afmetingen 15m/15m Veld 2x uitzetten. 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> Pionnen 8x Ballen 3x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none"> Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren. Variant: dribbel met je chocoladebeen. Variant: maak de actie met je chocoladebeen.
--	--	---

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= In de loop schieten

- Trainer schiet de bal en de twee gaan in een sprint uitmaken wie de bal heeft.
- Wie de bal heeft kan scoren.
- Probeer ondertussen nog een mooie actie te maken.

Organisatie:



- Rode stippen zijn de spelers van partij 1.
- Blauwe stippen zijn de spelers van partij 2.
- Zwarte lijnen is de balrichting.

Materialen:

- Pionnen 7x
- Ballen 6x
- Doelen junioren 3x

Coach momenten:

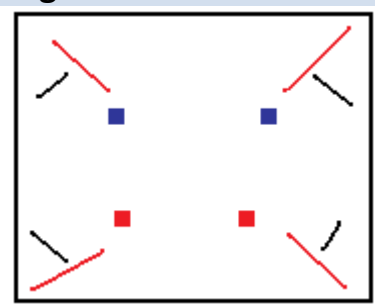
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- Maak een mooie actie
- **Variante: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variante: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 2x2 met doelen schuin

- Speel 2x2 en zoek weer de ruimte.
- Je kunt scoren door de bal in het doel te schieten.
- De doelen staan schuin.

Organisatie:



- Rode lijnen zijn de doelen
- Rood vs blauw
- Zwarte lijnen geven aan waar er gescoord kan worden
- Afmetingen: 10m/15m
- Veldje 2x uitzetten.

Materialen:

- Pionnen 4x
- Ballen 4x
- Hesjes blauw 4x
- Mini doelen 4x

Coach momenten:

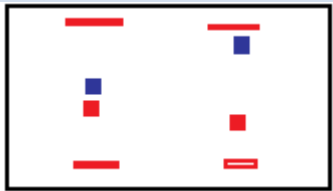
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor snel.
- Speel met elkaar.
- **Variante: pionnen in de doelen zijn extra punten.**

Training Nummer 5

Warming-up

Groep: 2e jaars E-pupillen.	Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen	Training Nr. 5 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. 1x1 met dribbel. <ul style="list-style-type: none"> • Maak twee tallen. • Eerst dribbel je met elkaar en speel je over. • Daarna gaat de speler die de bal niet heeft in het rode vierkant. • De spelers met bal proberen over te steken met een dribbel. • Word je bal afgepakt ga jij in het midden. 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Rood is man met bal. • Blauw is man zonder bal. • Rode vierkant moet overgestoken te worden. • Afmetingen 15m/15m 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 8x • Ballen 5x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none"> • Blijf motiveren/ stimuleren. • Variant: Dribbelen met chocoladebeen.

Spelvorm

Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen <ul style="list-style-type: none"> • Lijnvoetbal: scoren door middel van dribbel over de lijn van de tegenstander. • Als je scoort heb je een punt. • Zorg voor veel afwisseling qua teams. 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Rode lijnen zijn de scoringsmogelijkheden • Afmetingen 15m/15m • Veldje 2x uitzetten. 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 8x • Ballen 4x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none"> • Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren. • Variant: dribbel met je chocoladebeen. • Variant: scoor met je linkerbeen.
---	--	--

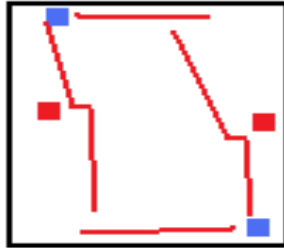
Afrondvorm

Inhoud/Methodiek=

Stroomvorming in junioren doel.

- In stroomvorm wordt er gescoord op beide junioren doel.
- Verdediger geeft actieve en passieve druk.

Organisatie:



- Rood is de verdediger.
- Blauw is de aanvaller.
- Rode lijnen zijn de looprichtingen.

Materialen:

- Pionnen 7x
- Ballen 6x
- Doelen junioren 2x

Coach momenten:

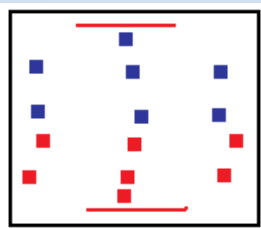
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- Maak een mooie actie
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 7x7 eindvorm.

- Eindvorm 7x7.
- Gemixte teams
- Speel zoveel mogelijk 1:3:3
- Kan je de ruimte op de zijkanten gebruiken

Organisatie:



- Rood vs blauw
- rode lijnen zijn de doelen.
- Afmetingen: 10m/15m

Materialen:

- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 7x
- Doelen junioren 2x

Coach momenten:

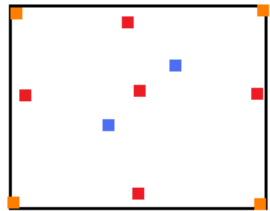
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor snel.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 6

Warming-up

<p>Groep: 2e jaars E-pupillen.</p>	<p>Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen</p>	<p>Training Nr. 6 Datum:.....</p>
<p>Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. 1x1 met dribbel.</p> <ul style="list-style-type: none"> Buiten het vierkant de oefening van de pion naar Pion. Eerst met de klok mee en dan tegen de klok in. 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> Rode stippen zijn de spelers. Oranje stippen zijn de pionnen. Afmetingen 15m/15m 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pionnen 4x Ballen 4x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> Blijf motiveren/ stimuleren. Variant: Dribbelen met chocoladebeen. Variant: actie/handeling met het chocoladebeen.

Spelvorm

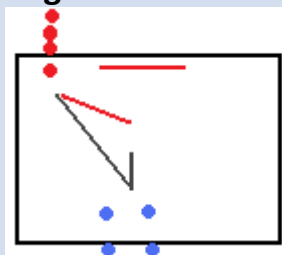
<p>Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen (positiespel) (5x2)</p> <ul style="list-style-type: none"> Positiespel 5x2. Overtal situatie. Zet de spelers allemaal aan een zijlijn. Een speler in het midden (deze vraagt continue om de bal). 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> Rood vs blauw Oranje stippen zijn de pionnen. Afmetingen 15m/15m 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> Pionnen 4x Ballen 2x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren. Variant: Inspelen/aannemen met je linkerbeen.
---	---	---

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= (inspelen 2x1).

- Verdediger speelt in op de aanvallers.
- De aanvallers spelen de verdediger uit en scoren.
- Speel 2x1.

Organisatie:



- Rood is de verdediger.
- Blauw is de aanvaller.
- Rode lijn zijn de loop richtingen.
- Zwarte lijn de bal richting

Materialen:

- Pionnen 2x
- Ballen 4x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

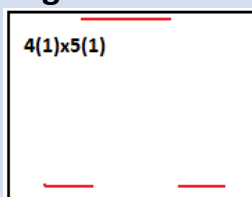
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- Speel samen
- **Variante: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variante: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 7x7 eindvorm.

- Aanval tegen de verdediging.
- Draaien van kant na 10 minuten.
- Omschakelen.
- Speel zoveel mogelijk 1:3:3
- Kan je de ruimte op de zijkanten gebruiken

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Aanval vs verdediging
- Afmetingen:

Materialen:

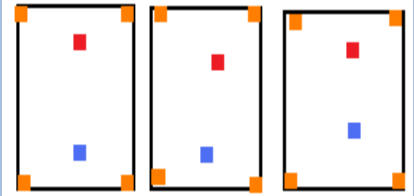
- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 7x
- Doelen junioren 2x

Coach momenten:

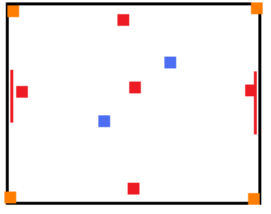
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor snel.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 7

Warming-up

Groep: 2e jaars E-pupillen.	Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen	Training Nr. 7 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. 1x1 in wedstrijdvorm <ul style="list-style-type: none">• Speel korte spellen.• 1x1 en zoveel mogelijk acties maken.• Houd het simpel	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rood vs blauw• Oranje zijn de pionnen• Maak 4/5 velden.• Afmetingen 15m/15m	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 4x• Ballen 4x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf motiveren/ stimuleren.• Variante: Dribbelen met chocoladebeen.• Variante: actie/handeling met het chocoladebeen.

Spelvorm

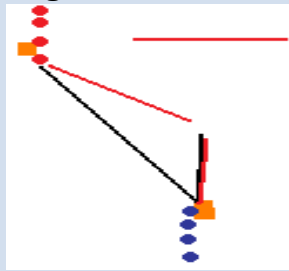
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen (positiespel) (5x2 met doelen) <ul style="list-style-type: none">• Positiespel 5x2.• Overtal situatie.• Zet de spelers allemaal aan een zijlijn.• Een speler in het midden (deze vraagt continue om de bal).• Als de verdedigers de bal hebben mogen zij scoren.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rood vs blauw• Oranje stippen zijn de pionnen.• Rode lijnen zijn de doelen.• Afmetingen 15m/15m	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 4x• Ballen 3x• Mini doelen 2x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren.• Variante: Inspelen/aannemen met je linkerbeen.• Variante: x aantal keer overspelen is een punt.
---	---	--

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= 1x1 afronden.

- De verdediger speelt de aanvaller in.
- Vervolgens maakt de aanvaller een actie en probeert te scoren.
- De verdediger probeert bij die actie de bal weg te schieten.

Organisatie:



- Rood is de verdediger.
- Blauw is de aanvaller
- Oranje zijn de pionnen.
- Rood is de looprichting
- Zwart is de bal richting.
- Rode lijn is het doel.

Materialen:

- Pionnen 2x
- Ballen 4x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

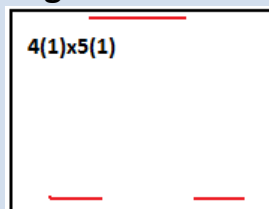
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- Maak een mooie actie
- **Variante: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variante: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 4(1)x5(1) eindvorm.

- Een groot junioren doel en twee kleine doelen.
- Zoek de vrije ruimte.
- 4x5 waarbij de 5^e man als keeper fungeert op het grote doel.
- Er is 1 kameleon die bij de balbezettende partij hoort.

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Afmetingen: 20m/30m

Materialen:

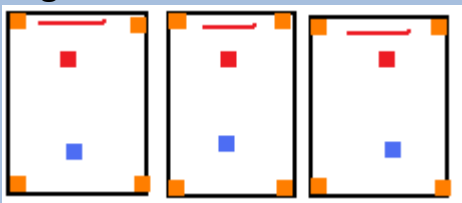
- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x
- Doelen junioren 1x
- Mini doelen 2x

Coach momenten:

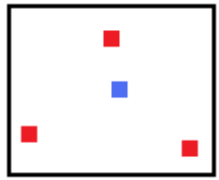
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor snel.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 8

Warming-up

Groep: 2e jaars E-pupillen.	Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen	Training Nr. 8 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. <ul style="list-style-type: none">• Bij een 1x1 is er maar 1 doel.• Veel afwisselingen qua teams.• Doel: actie en scoren moet snel.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rood vs blauw• Rode lijnen zijn de doelen.• Oranje zijn de pionnen.• Afmetingen 15m/15m	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 4x• Ballen 4x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf motiveren/ stimuleren.• Variant: Dribbelen met chocoladebeen.• Variant: Scoren met je chocoladebeen.

Spelvorm

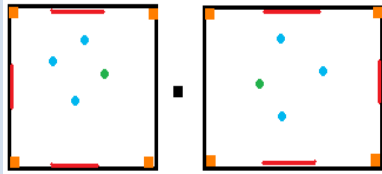
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen (positiespel) (3x1) <ul style="list-style-type: none">• Positiespel 3x1• Overtal situatie.• Zet de spelers allemaal aan een zijlijn.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rood vs blauw• Houd het simpel• Afmetingen 10m/10m• Veld 2x uitzetten	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 8x• Ballen 4x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren.• Variant: Inspelen/aannemen met je linkerbeen.• Variant: x aantal keer overspelen is een punt.
---	---	---

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= 3x1, met 3 doelen en weerstand

- De trainer speelt de bal in het vierkant.
- De speler die de bal aanneemt is vervolgens de aanvaller en mag scoren in 3 doeltjes.
- De andere 3 spelers zijn dan de verdedigers.
- Spel afgelopen als er is gescoord of de bal is afgepakt.

Organisatie:



- Rode lijnen zijn de doelen.
- Blauw tegen groen.
- Zwarte stip is de trainer
- Afmetingen: 10m/10m

Materialen:

- Pionnen 4x
- Ballen 6x
- Pupillen doelen 1x

Coach momenten:

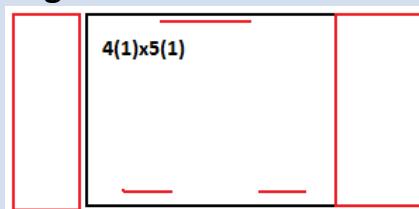
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Met tempo lopen om de kaatser.
- Snel scoren als de kans er is.
- **Variante: Trainer speelt de bal hoog**
- **Variante: Na de eerste aanname speel je 2x2.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 4(1)x5(1) eindvorm.

- Een groot junioren doel en twee kleine doelen.
- Zoek de vrije ruimte.
- 4x5 waarbij de 5^e man als keeper fungeert op het grote doel.
- Er is 1 kameleon die bij de balbezettende partij hoort.
- Speler van balbezittende partij mag in rode zone.
- Hij mag hier niet langer dan 5 seconden zijn.

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Rode zone is duidelijk weergegeven.
- Afmetingen: 20m/30m
- Rode zone afmetingen: 20m/10m

Materialen:

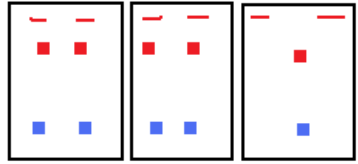
- Pionnen 14x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x
- Doelen junioren 1x
- Mini doelen 2x

Coach momenten:

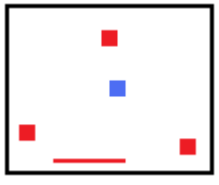
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 9

Warming-up

Groep: 2e jaars E-pupillen.	Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen	Training Nr. 9 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. <ul style="list-style-type: none"> • 2x2 met twee doelen voor een ploeg. • De aanvallende ploeg moet scoren. • De verdedigende ploeg moet als het de bal heeft over de lijn heen dribbelen. 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Rode lijn zijn de doelen. • Veld 2/3x uitzetten. • Afmetingen 15m/15m 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 12x • Ballen 5x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none"> • Blijf motiveren/ stimuleren. • Variant: Dribbelen met chocoladebeen. • Variant: Scoren met je chocoladebeen.

Spelvorm

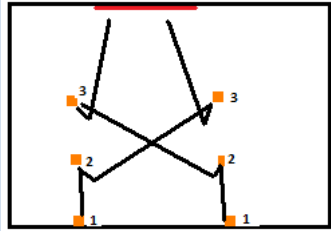
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen (positiespel) (3x1 met doel) <ul style="list-style-type: none"> • Positiespel 3x1 met doel. • Overtal situatie. • Zet de spelers allemaal aan een zijlijn. • De verdediger mag scoren als hij de bal heeft. 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Houd het simpel • Afmetingen 10m/10m • Veld 2x uitzetten 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 8x • Ballen 4x • Mini doelen 2x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none"> • Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren. • Variant: Inspelen/aannemen met je linkerbeen. • Variant: x aantal keer overspelen is een punt.
--	---	--

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek=

- Er staan bij de Pionnen twee en drie telkens 1 iemand.
- Er wordt vanuit punt 1 de bal ingespeeld op 2.
- Deze kaatst de bal.
- Vervolgens schiet punt 1 diagonaal naar punt 3.
- Punt 3 legt klaar voor punt 2 en die schiet.
- Schuif elke keer een plekje door.

Organisatie:



- Oranje zijn de Pionnen waar ingespeeld en gekaatst wordt.
- Zwarte lijnen geven de looplijnen aan.
-

Materialen:

- Pionnen 6x
- Ballen 9x
- Pupillen doel 1x

Coach momenten:

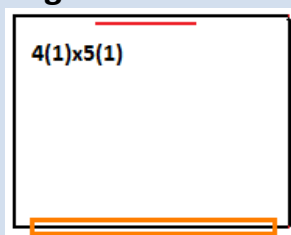
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Speel strak in
- Kaatst op het goede been.
- **Variant: schiet met je chocoladebeen.**
- **Variant: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 4(1)x5(1) eindvorm.

- Een groot junioren
- Zoek de vrije ruimte.
- 4x5 waarbij de 5^e man als keeper fungeert op het grote doel.
- Er is 1 kameleon die bij de balbezettende partij hoort.
- De verdedigende partij scoort door met de bal over de oranje lijn te lopen.

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Oranje lijn kunnen de verdedigers scoren.
- Afmetingen: 35m/25m

Materialen:

- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

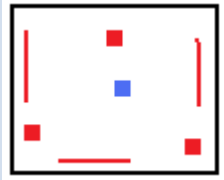
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 10

Warming-up

Groep: 2e jaars E-pupillen.	Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen	Training Nr. 10 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. Techniek in een driehoek <ul style="list-style-type: none"> • Spelers lopen van Pion naar Pion. • Aangekomen bij de pion maken ze een kapbeweging. • Er kunnen veel verschillende bewegingen gemaakt worden. • Speel de bal op het laatste stuk in op je medespeler 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Blauw zijn de spelers • Oranje zijn de pionnen • Veld 3/4x uitzetten. • Afmetingen 7m/7m 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 12x • Ballen 5x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none"> • Blijf motiveren/ stimuleren. • Variant: Dribbelen met chocoladebeen. • Variant: actie/handeling maken met je chocoladebeen.

Spelvorm

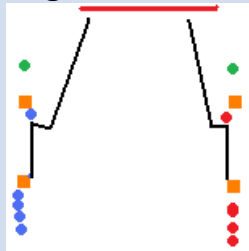
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen (positiespel) (3x1 met 3 doelen) <ul style="list-style-type: none"> • Positiespel 3x1 met doel. • Overtal situatie. • Zet de spelers allemaal aan een zijlijn. • Als de verdediger de bal heeft kan hij scoren bij een van de drie doelen. • Word er bij jou gescoord gaat er een punt af. 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Houd het simpel • Afmetingen 10m/10m • Veld 2x uitzetten 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 8x • Ballen 4x • Mini doelen 6x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none"> • Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren. • Variant: Inspelen/aannemen met je linkerbeen. • Variant: x aantal keer overspelen is een punt. • Variant: Pion omgeschoten in je doel extra punten eraf/erbij.
--	---	--

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= kappend naar het doel.

- Inspelen → draaien → scoren.
- Alleen nu met een verdediger 2 meter in je rug.
- Als je de bal hebt draaien en een actie maken.

Organisatie:



- Rood is team 1, blauw is team 2.
- Oranje zijn de pionnen.
- Oranje is de verdediger.
- Zwarte lijnen is de looprichting.
- Rode lijn is het doel.

Materialen:

- Pionnen 4x
- Ballen 6x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

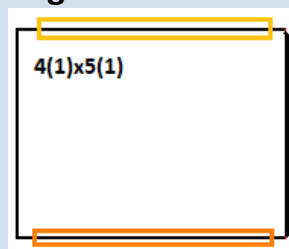
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Maak de actie snel.
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 4(1)x5(1) eindvorm.

- Zoek de vrije ruimte.
- 4x5 waarbij de 5^e man als keeper fungeert op een lijn
- Er is 1 kameleon die bij de balbezettende partij hoort.
- De verdedigende partij scoort door met de bal over de oranje lijn te lopen.

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Oranje lijn kunnen de verdedigers scoren.
- Afmetingen: 35m/25m

Materialen:

- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x

Coach momenten:

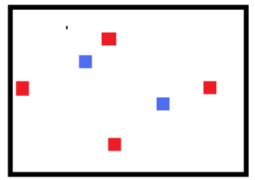
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 11

Warming-up

Groep: 2e jaars E-pupillen.	Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen	Training Nr. 11 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. Techniek in een driehoek <ul style="list-style-type: none">Eerste inspeel oefening.In de loop inspelen.Tegen de klok in inspelen.De laatste 5 meter dribbel je met de bal naar het begin punt.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">Blauw zijn de spelersOranje zijn de pionnenZwart is de looplijn.Veld 2x uitzettenAfmetingen 7m/7m	Materialen: <ul style="list-style-type: none">Pionnen 6xBallen 3x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">Blijf motiveren/ stimuleren.Variant: Dribbelen met chocoladebeen.Variant: inspelen met je chocoladebeen.

Spelvorm

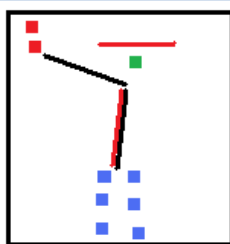
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen (positiespel) (4x2) <ul style="list-style-type: none">Positiespel 4x24 aanvallers tegenover 2 verdedigers.Bij een x aantal keer overspelen krijgen de aanvallers een punt.Bij een x aantal x afpakken krijgen de verdedigers een punt.Wissel veel van aanvallers en verdedigers.Houd het simpel	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">Rood vs blauwAfmetingen 10m/10mVeld 2x uitzetten	Materialen: <ul style="list-style-type: none">Pionnen 4xBallen 2x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren.Variant: Inspelen/aannemen met je linkerbeen.Variant: x aantal keer overspelen is een punt.
---	---	---

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= kappend naar het doel. (2x1 zelf meenemen)

- Met twee aanvallers een verdediger uitspelen.
- Daarna scoren op doel.

Organisatie:



- Blauw zijn de aanvallers
- Rood de verdedigers.
- Zwarte lijn is de looplijn
- Rode lijn is de bal richting lijn.
- Groen is de keeper

Materialen:

- Pionnen 2x
- Ballen 4x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

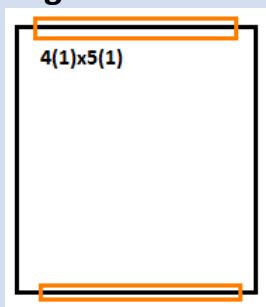
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Speel samen
- **Variante: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variante: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 4(1)x5(1) eindvorm.

- Zoek de vrije ruimte.
- 4x5 waarbij de 5^e man als keeper fungeert op een lijn
- Er is 1 kameleon die bij de balbezettende partij hoort.
- De verdedigende partij scoort door met de bal over de oranje lijn te lopen.
- Veld is smal dus let op

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Oranje lijn kunnen de verdedigers scoren.
- Afmetingen: 20m/30m

Materialen:

- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x

Coach momenten:

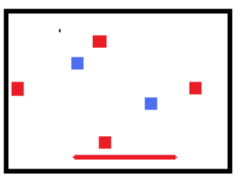
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 12

Warming-up

Groep: 2e jaars E-pupillen.	Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen	Training Nr. 12 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. Techniek in een driehoek <ul style="list-style-type: none">• Alleen maar dribbelen met de bal.• Niet de bal schieten.• Doe dit met je linkerbeen/rechterbeen.• Er kan onderweg ook een actie/handeling worden gemaakt.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Blauw zijn de spelers• Oranje zijn de pionnen• Zwart is de looplijn.• Veld 2x uitzetten• Afmetingen 7m/7m	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 6x• Ballen 3x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf motiveren/stimuleren.• Variant: Dribbelen met chocoladebeen.• Variant: inspelen met je chocoladebeen.

Spelvorm

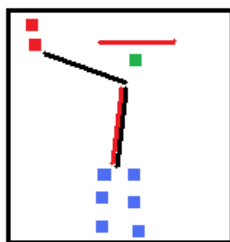
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen. (positiespel) (4x2 met doel) <ul style="list-style-type: none">• Positiespel 4x2• 4 aanvallers tegenover 2 verdedigers.• Bij een x aantal keer overspelen krijgen de aanvallers een punt.• Bij een doelpunt krijgen de verdedigers een punt.• Wissel veel van aanvallers en verdedigers.• Houd het simpel	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rood vs blauw• Afmetingen 10m/10m• Veld 2x uitzetten	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 4x• Ballen 2x• Mini doelen 1x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf enthousiast /motiveren/stimuleren.• Variant: Inspelen/aannemen met je linkerbeen.• Variant: x aantal keer overspelen is een punt.
--	---	---

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= kappend naar het doel. Variant op week 11(2x2 zelf meenemen)

- Met twee aanvallers twee verdedigers uitspelen
- Daarna scoren op doel.
- Speel goed samen.

Organisatie:



- Blauw zijn de aanvallers
- Rood de verdedigers.
- Zwarte lijn is de looplijn
- Rode lijn is de bal richting lijn.
- Groen is de keeper

Materialen:

- Pionnen 2x
- Ballen 4x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

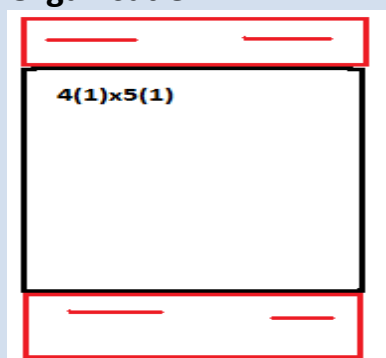
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Speel samen
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 4(1)x5(1) eindvorm.

- De vrije ruimte achterin zoeken.
- Als de bal er doormiddel van een steekpass in het rode gebied komt mag alleen de verdediger niet meer de aanvaller aanvallen.
- De aanvaller mag maar 5 seconden in het vak blijven.
- Mag voor en achterkant gescoord worden.

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Rode vak staat bij inhoud/methodiek
- Afmetingen: 30m/25m

Materialen:

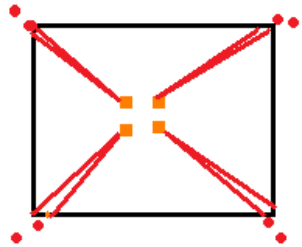
- Pionnen 20x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x

Coach momenten:

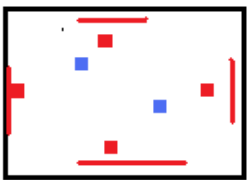
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 13

Warming-up

<p>Groep: 2e jaars E-pupillen.</p>	<p>Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen</p>	<p>Training Nr. 13 Datum:.....</p>
<p>Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. X-vorm</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deze is al eerder behandeld. • Nu moet hij sneller gaan en wissel in de oefeningen. • Doe een schaar, de Zidane* of de van Persie** etc. • Bij de Pion aangekomen volgt er een kapbeweging. 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Rode stip zijn de spelers • Oranje zijn de pionnen • Rode lijnen zijn de looplijnen. • Afmetingen 10m/10m 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 4x • Ballen 4x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Blijf motiveren/ stimuleren. • Variant: Dribbelen met chocoladebeen. • Variant: inspelen met je chocoladebeen.

Spelvorm

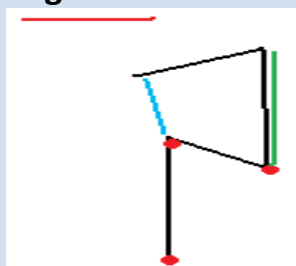
<p>Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen. (positiespel) (4x2 met 4 doelen)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Positiespel 4x2 • 4 aanvallers tegenover 2 verdedigers. • Bij een x aantal keer overspelen krijgen de aanvallers een punt. • Bij een doelpunt krijgen de verdedigers een punt. • Dan gaat er een punt van de aanvaller af (van wie het doel is). • Wissel veel van aanvallers en verdedigers. • Houd het simpel 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Rode lijnen zijn de doelen. • Afmetingen 10m/10m • Veld 1/2x uitzetten 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 4x • Ballen 3x • Mini doelen 4x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren. • Variant: Inspelen/aannemen met je linkerbeen. • Variant: x aantal keer overspelen is een punt.
---	--	--

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= kappend naar het doel. Variant op week 11(2x2 zelf meenemen)

- Met twee aanvallers twee verdedigers uitspelen
- Daarna scoren op doel.
- Speel goed samen.
- Als je ingespeeld hebt ga je naar positie 2 van positie 2 ga je naar de spits.
- De buitenspelers wisselen niet.

Organisatie:



- Rode stippen zijn de spelers.
- Zwarte lijn is de ballijn.
- Blauwe lijn is de looplijn voor de spits.
- Groens lijn is de looplijn voor de buitenspeler.
- Rode lijn is het doel.

Materialen:

- Pionnen 5x
- Ballen 4x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

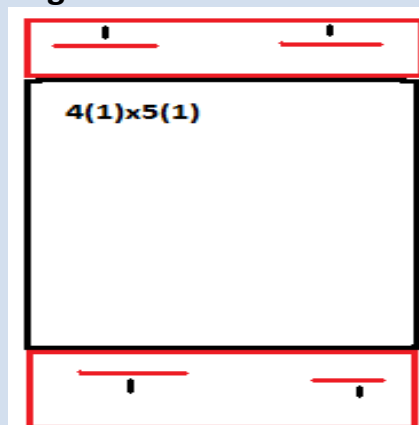
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Speel samen
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 4(1)x5(1) eindvorm.

- De vrije ruimte achterin zoeken.
- Als de bal er doormiddel van een steekpass in het rode gebied komt mag alleen de verdediger niet meer de aanvaller aanvallen.
- De aanvaller mag maar 5 seconden in het vak blijven.
- Mag allen aan de achterkant gescoord worden.
- Alleen met chocoladebeen schieten.

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Rode vak staat bij inhoud/methodiek.
- Zwarte streep geeft opening doel aan.
- Afmetingen: 30m/25m

Materialen:

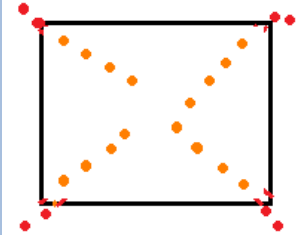
- Pionnen 20x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x

Coach momenten:

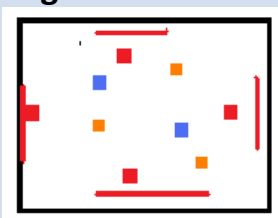
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 14

Warming-up

<p>Groep: 2e jaars E-pupillen.</p>	<p>Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen</p>	<p>Training Nr. 14 Datum:.....</p>
<p>Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. X-vorm</p> <ul style="list-style-type: none"> • Er wordt naar het midden geslalomd door de om de pionnen heen. • In het midden maak je een kapbeweging. • Vervolgens dribbel je terug naar je medespeler. 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Oranje zijn de pionnen. • Rood zijn de spelers. • Afmetingen 10m/10m 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 4x • Ballen 4x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Blijf motiveren/ stimuleren. • Variant: Dribbelen met chocoladebeen. • Variant: inspelen met je chocoladebeen.

Spelvorm

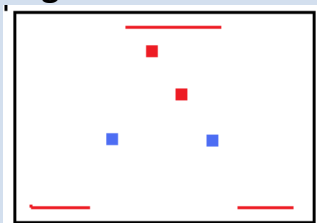
<p>Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen. (positiespel) (4x2 met 4 doelen)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Positiespel 4x2 • 4 aanvallers tegenover 2 verdedigers. • De aanvallers mogen de pionnen niet aanraken, zowel is punt eraf. • Verder gelden dezelfde regels als in week 11 en 12 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Rode lijnen zijn de doelen. • Oranje zijn de pionnen. • Afmetingen 10m/10m • Veld 1/2x uitzetten 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 7x • Ballen 3x • Mini doelen 4x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren. • Variant: Inspelen/aannemen met je linkerbeen. • Variant: x aantal keer overspelen is een punt.
---	---	--

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= kappend naar het doel. 2x1 (1) met keeper.

- Keeper speelt de bal op zijn verdediger.
- Deze probeert te scoren.
- Als de verdediger mist kunnen de twee aanvallers scoren op het grote doel.
- Zoek de ruimte.

Organisatie:



- Rood vs blauw.
- Spel is afgelopen als er is gescoord of als de bal uit is
- Rode lijnen zijn de doelen.

Materialen:

- Pionnen 5x
- Ballen 4x
- Doelen junioren 1x
- Mini doelen 2x

Coach momenten:

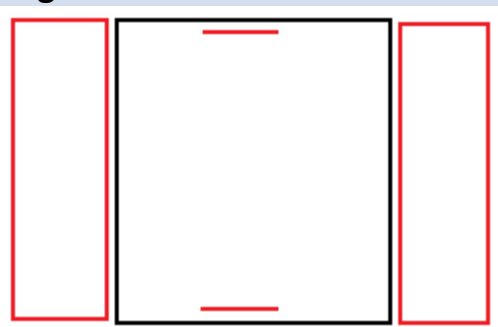
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Speel samen
- **Variante: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variante: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 4(1)x5(1) eindvorm.

- 4x4 met twee junioren doelen.
- Zelfde inhoud/methodiek als in week 8.
- Zie rode vierkant.

Organisatie:



- Rode vierkant: (zie inhoud/methodiek week 8)
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Afmetingen: 25m/35m

Materialen:

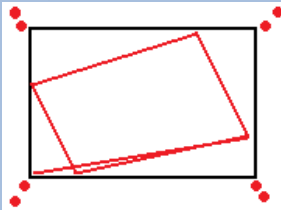
- Pionnen 20x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x

Coach momenten:

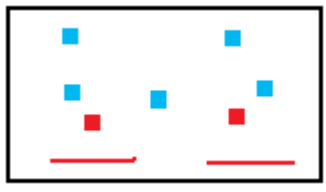
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 15

Warming-up

Groep: 2e jaars E-pupillen.	Doelstelling: Het aanleren van het samenspelen	Training Nr. 15 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. X-vorm richting de D. <ul style="list-style-type: none">• Speel de bal op de speler voor je.• Speel de bal voor de man.• Als je ingespeeld heb sluit je aan bij de Pion.• Als gaat op dribbel/drijf pas.• Elke hoek dubbel benutten.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rode lijn geeft de balrichting aan.• Rood zijn de spelers.• Afmetingen 10m/10m	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 4x• Ballen 4x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf motiveren/ stimuleren.• Variant: Dribbelen met chocoladebeen.• Variant: inspelen met je chocoladebeen.

Spelvorm

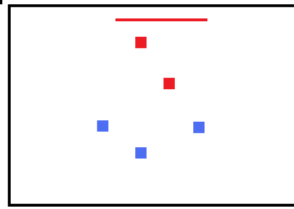
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen. 5x2 positiespel <ul style="list-style-type: none">• Positiespel 4x2• 5 aanvallers tegenover 2 verdedigers.• De aanvallers mogen de pionnen niet aanraken, zowel is punt eraf.• Verder gelden dezelfde regels als in week 11 en 12• Verdedigers kunnen scoren door over de lijn heen te dribbelen.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rood vs blauw• Rode lijnen zijn de doelen.• Afmetingen 10m/10m• Veld 1/2x uitzetten	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 4x• Ballen 3x• Mini doelen 2x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren.• Variant: Inspelen/aannemen met je linkerbeen.• Variant: x aantal keer overspelen is een punt.
---	---	--

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= kappend naar het doel. 3x2 (1) met keeper.

- Van achteruit ingespeeld.
- De tegenpartij kan alleen scoren door over de lijn heen te dribbelen.

Organisatie:



- Rood vs blauw.
- Spel is klaar als er is gescoord.
- Rode lijnen zijn de doelen.

Materialen:

- Pionnen 4x
- Ballen 4x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

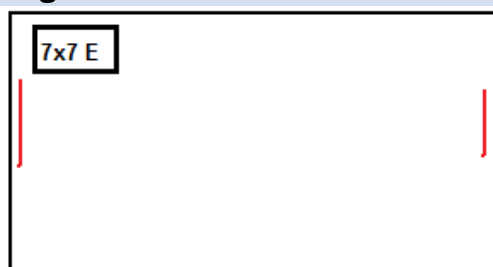
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Speel samen
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 7vs7→ naar de D toewerken.

- Wennen aan de ruimte.
- Wennen aan het veld.
- Inzicht etc.
- 7 tegen 7 (twee E-teams)

Organisatie:



- Rode lijnen zijn de doelen.
- Afmetingen: Half veld met een vast doel en een doel op de middenlijn

Materialen:

- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 9x
- Doelen junioren 2x

Coach momenten:

- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.