

STAP 11: 4V4 EINDVORM

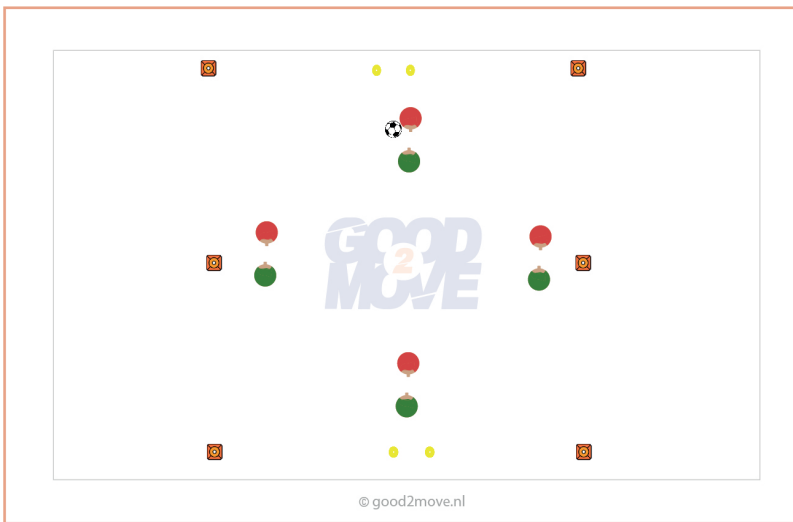
GAAN & LOPEN

DRAAIEN

KEREN

SCHIETEN

MIKKEN



Materiaal

- 8 Pionnen
- 8 Lintjes
- 1 Bal

Bewegingsopdracht

Speel een 4 tegen 4 situatie en scoor in het goaltje.

Organisatie

Maak een veld van 40m bij 20m of speel op hele zaal. Aan beide korte kanten wordt een goaltje neergezet.

Uitvoering

De verdedigers (rood) spelen de bal naar 1 van de 4 aanvallers (groen). De aanvallers proberen te scoren in de goal. De verdedigers voorkomen dat. Bij balverlies mogen de verdedigers ook scoren. Bij bal uit of doelpunt beginnen ze opnieuw. Eindvorm: Spel gaat continu door (tijdslimiet). Bal uit is indribbelen.

Aandachtspunten

- Zoek 1v1 situatie.
- Houd het veld breed.
- Speel in een ruitformatie.
- Maak snelheid bij de dribbel.
- Loop vrij van de tegenstander.

Differentiatie

Makkelijker:

- Veld groter maken.

Moeilijker:

- Veld kleiner maken.