

Trainingsprogramma 1^e jaars D-pupillen



Jeugdvoetbalopleiding
iedere speler verdient een goede opleiding

www.jeugdvoetbalopleiding.nl

jeugdvoetbalopleiding.nl

Inhoudsopgave

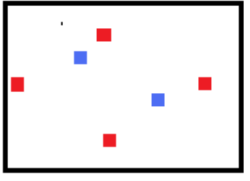
Training Nummer 1.....	3
Training Nummer 2.....	5
Training Nummer 3.....	7
Training Nummer 4.....	9
Training Nummer 5.....	11
Training Nummer 6.....	13
Training Nummer 7.....	15
Training Nummer 8.....	17
Training Nummer 9.....	19
Training Nummer 10	21
Training Nummer 11	23
Training Nummer 12	25
Training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

Training Nummer 1

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 1 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 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. • Variante: Dribbelen met chocoladebeen. • Variante: inspelen met je chocoladebeen.

Spelvorm

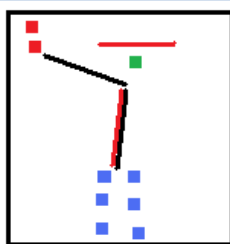
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen (positiespel) (4x2) <ul style="list-style-type: none"> • Positiespel 4x2 • 4 aanvallers tegenover 2 verdedigers. • Bij een x aantal keer overspelen krijgen de aanvallers een punt. • Bij een x aantal x afpakken krijgen de verdedigers een punt. • Wissel veel van aanvallers en verdedigers. • Houd het simpel 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Afmetingen 10m/10m • Veld 2x uitzetten 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 4x • Ballen 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= 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:

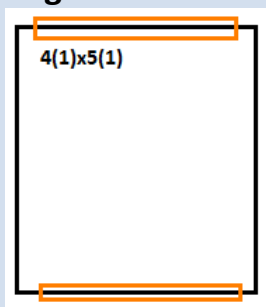
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Speel samen
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: Pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

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.
- Veld is smal dus let op

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Oranje lijn kunnen de verdedigers scoren.
- Afmetingen: L20m/B30m

Materialen:

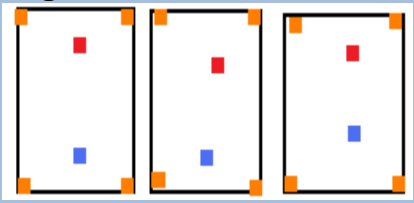
- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x

Coach momenten:

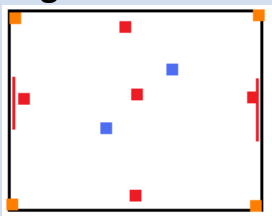
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 2

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 2 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. • Variant: Dribbelen met chocoladebeen. • Variant: actie/handeling met het chocoladebeen.

Spelvorm

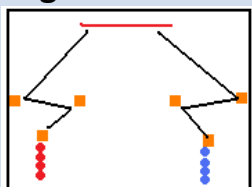
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen (positiespel) (5x2 met doelen) <ul style="list-style-type: none"> • Positiespel 5x2. • Overtal situatie. • Zet de spelers allemaal aan een zijlijn. • Een speler in het midden (deze vraagt continue om de bal). • Als de verdedigers de bal hebben mogen zij scoren. 	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. • Variant: Inspelen/aannemen met je linkerbeen. • Variant: x aantal keer overspelen is een punt.
---	---	--

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= kappend naar het doel.

- Ga al kappend naar het doel.
- Zorg voor veel diversiteit in de bewegingen.
- Niet te veel hetzelfde doen.
- Er wordt gekapt van pion naar pion.
- Volgende mag starten als de speler voor je klaar is met de handeling.

Organisatie:



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

Materialen:

- Pionnen 6x
- Ballen 8x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

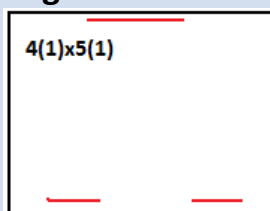
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

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

- 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:

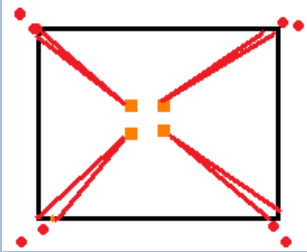
- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x
- Doelen junioren 1x
- Mini doelen 2x

Coach momenten:

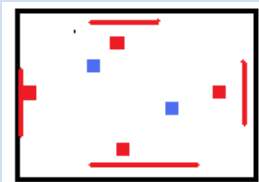
- Veel stimuleren, enthousiasmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor snel.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 3

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 3 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. X-vorm <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. 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Rode stip zijn de spelers • Oranje zijn de pionnen • Rode lijnen zijn de looplijnen. • 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

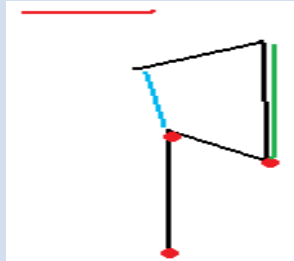
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen. (positiespel) (4x2 met 4 doelen) <ul style="list-style-type: none"> • Positiespel 4x2 • 4 aanvallers tegenover 2 verdedigers. • Bij een x aantal keer overspelen krijgen de aanvallers een punt. • Bij een doelpunt krijgen de verdedigers een punt. • Dan gaat er een punt van de aanvaller af (van wie het doel is). • Wissel veel van aanvallers en verdedigers. • Houd het simpel 	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 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= 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:

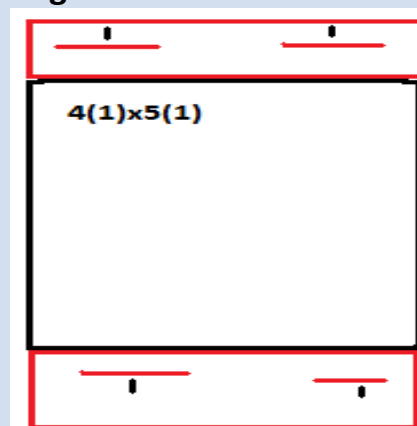
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Speel samen
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: Pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

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: L30m/B25m

Materialen:

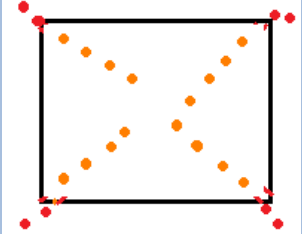
- Pionnen 20x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x

Coach momenten:

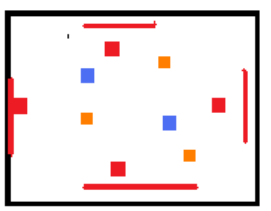
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 4

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 4 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. X-vorm <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.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Oranje zijn de pionnen.• 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.• Variante: Dribbelen met chocoladebeem.• Variante: inspelen met je chocoladebeem.

Spelvorm

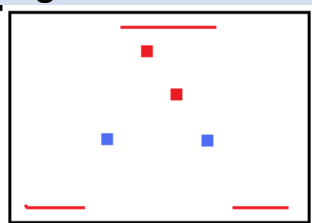
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen. (positiespel) (4x2 met 4 doelen) <ul style="list-style-type: none">• Positiespel 4x2• 4 aanvallers tegenover 2 verdedigers.• De aanvallers mogen de pionnen niet aanraken, zowel is punt eraf.• Verder gelden dezelfde regels als in week 11 en 12	Organisatie:  <ul style="list-style-type: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

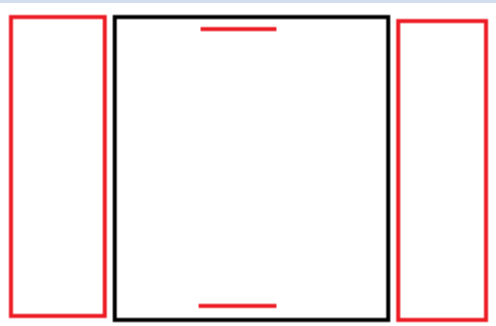
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Speel samen
- **Variante: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variante: Pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

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

- 4x4 met twee junioren doelen.
- Zie rode vierkant.

Organisatie:



- Rode lijnen zijn de doelen.
- Afmetingen: L25m/B35m

Materialen:

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

Coach momenten:

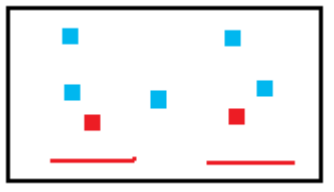
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 5

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 5 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 15m/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

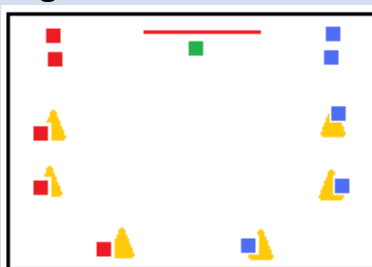
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen. 5x2 positiespel <ul style="list-style-type: none">• Positiespel 5x2• 5 aanvallers tegenover 2 verdedigers.• De aanvallers mogen de pionnen niet aanraken, zowel is punt eraf.• Verder gelden dezelfde regels als in week 11 en 12• Verdedigers kunnen scoren door over 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= Inspelen opendraaien. 1 keeper op het doel.

- Van achteruit wordt de bal ingespeeld naar de eerst volgende speler.
- Deze draait open en speelt in op de volgende speler.
- Deze draait ook open en speelt de bal schuin op de speler rond het 16 meter gebied.
- De speler schiet in een keer op doel en haalt de bal op.

Organisatie:



- Rood vs blauw.
- Rode lijnen zijn de doelen.
- 16 meter gebied aanhouden.
- Spelers blijven aan dezelfde kant.

Materialen:

- Pionnen 6x
- Ballen 8x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

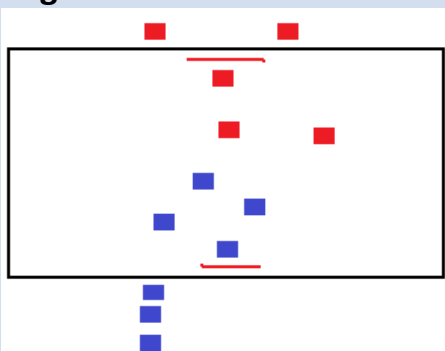
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Juiste been inspelen
- Loopactie maken
- 2x de bal raken, aannemen en spelen.
- **Variante: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variante: Wisselen van kant**
- **Variante: Maak er een wedstrijdvorm van, wie is het eerst bij de 10?**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 3x2 met twee keepers
Aanval tegen verdediging

- Accent ligt op zo snel mogelijk scoren.
- Aanvallers nemen steeds de bal uit, mogen niet in een keer schieten
- Wanneer er gescoord is door een van de teams, de bal uit is, of het te lang duurt, komt het nieuwe aanvallende team en verdedigende team in het veld.
- 3x2 (meerdere teams, wanneer aantallen niet uitkomen kameleons gebruiken)

Organisatie:



- 16 meter gebied, dus geen pionnen nodig
- Rode lijnen zijn de doelen.

Materialen:

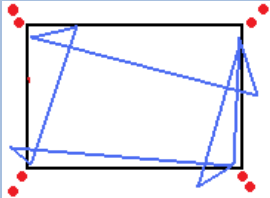
- Pionnen 0x
- Ballen 6x
- Hesjes blauw 6x
- Hesjes rood 4x
- Doelen junioren 2x

Coach momenten:

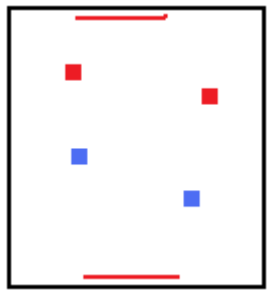
- Veel stimuleren, enthousiasmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.
- Keepers ook betrekken bij het spel, ze moeten mee bewegen met het spelletje.

Training Nummer 6

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 6 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. X-vorm. <ul style="list-style-type: none"> • Speel de bal in op de speler voor je. • Je ontvangt de bal terug. • Deze speel je vervolgens diagonaal (schuin) in. • De speler die de bal ontvangt, kaatst de bal op de tweede speler. 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Blauwe lijn geeft de bal richting aan. • Rood zijn de spelers. • Afmetingen 15m/10m 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 4x • Ballen 4x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none"> • Blijf motiveren/ stimuleren. • Bal kort aan je voet, strak inspelen. • Variant: inspelen met je chocoladebeen.

Spelvorm

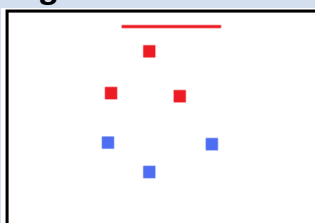
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen. 2x2 positiespel met doel. <ul style="list-style-type: none"> • Positiespel 2x2. • Maak zoveel mogelijk acties en scoor. • Er wordt veel gewisseld van tegenstander en van partij. 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Rode lijnen zijn de doelen. • Afmetingen 15m/10m • Veld 3/4 keer uitzetten. 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 16x • Ballen 6x • Mini doelen 6/8x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none"> • Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren. • Variant: x aantal keer overspelen is een punt. • Variant: scoor alleen met je chocoladebeen.
--	--	---

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= kappend naar het doel. 3x3 (1) met keeper.

- Van achteruit ingespeeld.
- De tegenpartij kan scoren in het doel.
- Er staat een keeper.
- En twee verdedigers.

Organisatie:



- Rood vs blauw.
- Spel is klaar als er is gescoord
- Spel is klaar als de bal uit gespeeld is.
- Rode lijn is het doel.

Materialen:

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

Coach momenten:

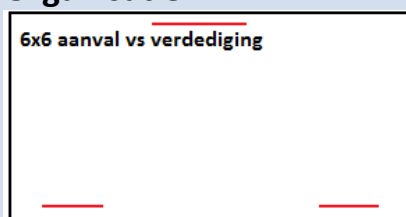
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Speel samen
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: Pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 6x6 (aanval vs verdediging) vanuit de verdediging.

- Een groot doel.
- Twee kleine doelen.
- Aanval verdedigt de kleine doelen.
- Verdediging verdedigt het grote doel.
- Speel vanuit de keeper en probeer op te bouwen.

Organisatie:



- Rode lijnen zijn de doelen.
- Afmetingen: L25m/B35m

Materialen:

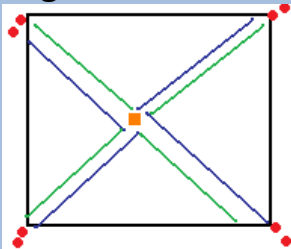
- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 6x

Coach momenten:

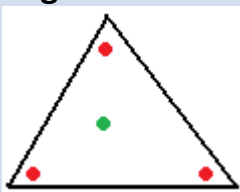
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 7

Warming-up

<p>Groep: 1e jaars D-pupillen</p>	<p>Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid</p>	<p>Training Nr. 7 Datum:.....</p>
<p>Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. X-vorm.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Er wordt vanuit twee kanten gedribbeld naar het midden. • Als je daar bent speel je de bal naar de speler voor je. • Loop elkaar niet in de weg, kijk goed wat je doet. • Je loopt naar de plek waar je ingespeeld hebt. 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Blauwe lijn geeft de dribbel richting aan. • Groene lijn waar ingespeeld wordt • Rood zijn de spelers. • Afmetingen 15m/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. • Bal kort aan je voet, strak inspelen. • Variant: inspelen/dribbelen met je chocoladebeen.

Spelvorm

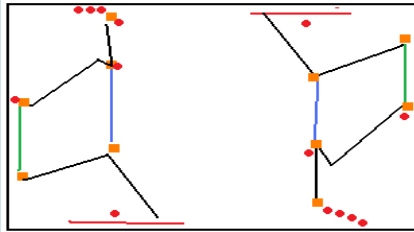
<p>Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen. 3x1 positiespel met doel.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Positiespel 3x1. • Iedereen kiest een hoek. • Speel de bal snel in gedurende een minuut. • Daarna gaat een andere speler in het midden jagen. 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Rood zijn de spelers die de bal rondspelen. • Groen is de jager • Afmetingen: 7m/7m • Veld 3/4 keer uitzetten. 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 16x • Ballen 6x • Mini doelen 6/8x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren. • Variant: x aantal keer overspelen is een punt.
---	--	---

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= kappend naar het doel. 3x3 (1) met keeper.

- Er wordt via de buitenspeler een voorzet gegeven.
- Deze geeft voor en de spits scoort.
- In stroomvorming

Organisatie:



- Rode stippen zijn de spelers
- Zwart is de bal richting
- Groen is de dribbel richting
- Blauw is de looplijn zonder bal.
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Rode stippen zijn de spelers.

Materialen:

- Pionnen 8x
- Ballen 8x
- Doelen junioren 2x

Coach momenten:

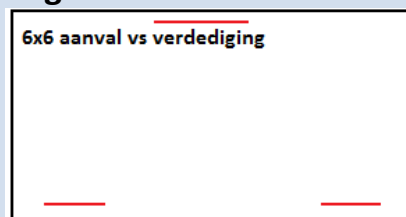
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Speel samen
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: Pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek= 6x6 (aanval vs verdediging) vanuit de aanval.

- Een groot doel.
- Twee kleine doelen.
- Aanval verdedigt de kleine doelen.
- Verdediging verdedigt het grote doel.
- Elke bal begint weer opnieuw tussen de twee kleine doelen.

Organisatie:



- Rode lijnen zijn de doelen.
- Afmetingen: L25m/B35m

Materialen:

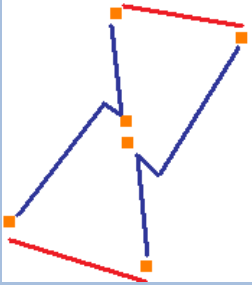
- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 6x

Coach momenten:

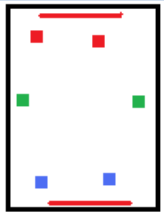
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 8

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 8 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. Dubbel y vorm <ul style="list-style-type: none"> • Dubbele Y vorm. • Houd in inspelen kaatsen, lange bal. • Altijd in beweging 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Oranje punten zijn de pionnen • Blauwe lijn de lijn hoe de bal gespeeld moet worden. • Rode lijn is hoe er gedribbeld wordt na in gespeeld te zijn. • 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. • Variante: Dribbelen met chocoladebeen. • Variante: Inspelen met je chocoladebeen.

Spelvorm

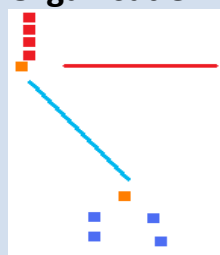
Inhoud/Methodiek= <ul style="list-style-type: none"> • 2x2 met twee kaatsers en twee doelen. • rood speelt tegen blauw. • Groen kan de balbezittende partij helpen. • Hierdoor krijg je 4x2 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Houd het simpel • Afmetingen 10m/10m • Veld 2x uitzetten 	Materialen: <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 8x • Ballen 4x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none"> • Blijf enthousiast /motiveren/ stimuleren. • Variante: Inspelen/aannemen met je linkerbeen. • Variante: x aantal keer overspelen is een punt.
--	---	--

Afrondvorm

Inhoud/Methodiek= kappend naar het doel.

- 2x2 Uitspelen en scoren.
- twee verdedigers.
- twee aanvallers.
- Verdediger speelt de aanvaller in.

Organisatie:



- Rood is de verdediger
- Blauw is de verdediger
- rode lijn is het doel
- Blauwe lijn is de eerste pass

Materialen:

- Pionnen 2x
- Ballen 8x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

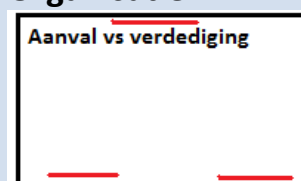
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek=

- 6x6 aanval vs verdediging.
- Met buitenspel oefenen.
- Zorg als trainer dat je er kort op zit.

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Afmetingen: half veld

Materialen:

- Ballen 3x
- Hesjes blauw 11x
- Doelen senioren 2x

Coach momenten:

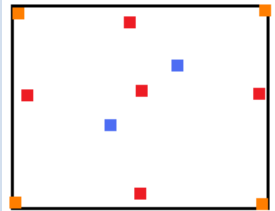
- Veel stimuleren, enthousiasmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 9

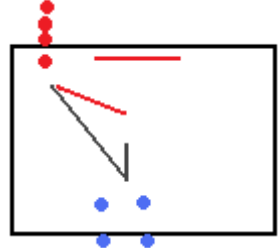
Warming-up

<p>Groep: 1e jaars D-pupillen</p>	<p>Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid</p>	<p>Training Nr. 9 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.

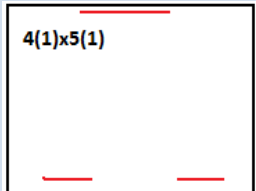
Spelvorm

<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

<p>Inhoud/Methodiek= (inspelen 2x1).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verdediger speelt in op de aanvallers. • De aanvallers spelen de verdediger uit en scoren. • Speel 2x1. 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Rood is de verdediger. • Blauw is de aanvaller. • Rode lijn zijn de loop richtingen. • Zwarte lijn de bal richting 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 2x • Ballen 4x • Doelen junioren 1x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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

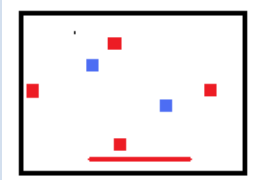
<p>Inhoud/Methodiek= 7x7 eindvorm.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aanval tegen de verdediging. • Draaien van kant na 10 minuten. • Omschakelen. • Speel zoveel mogelijk 1:3:3 • Kan je de ruimte op de zijkanten gebruiken 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Rode lijnen zijn de doelen. • Aanval vs verdediging • Afmetingen: 60m/35m 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 8x • Ballen 3x • Hesjes blauw 7x • Doelen junioren 1x • Mini doelen 2x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren. • Maak een actie en scoor snel. • Speel met elkaar.
--	---	--

Training Nummer 10

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 10 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

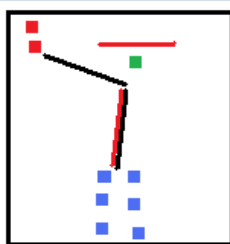
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen. (positiespel) (4x2 met doel) <ul style="list-style-type: none"> • Positiespel 4x2 • 4 aanvallers tegenover 2 verdedigers. • Bij een x aantal keer overspelen krijgen de aanvallers een punt. • Bij een doelpunt krijgen de verdedigers een punt. • Wissel veel van aanvallers 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:

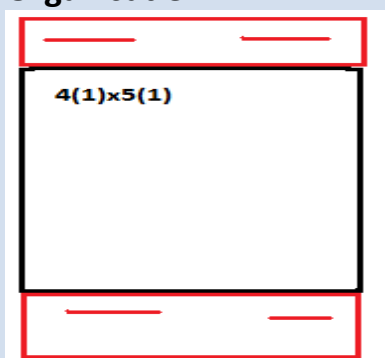
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet. Speel samen
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: Pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

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: L30m/B25m

Materialen:

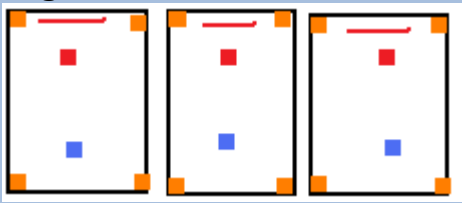
- Pionnen 20x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 4x
- Hesjes rood 1x

Coach momenten:

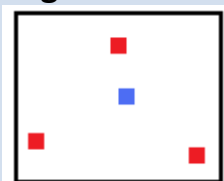
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 11

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 11 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

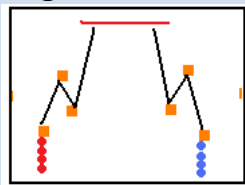
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen (positiespel) (3x1) <ul style="list-style-type: none"> • Positiespel 3x1 • Overtal situatie. • Zet de spelers allemaal aan een zijlijn. 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Houd het simpel • Afmetingen 10m/10m • Veld 2x uitzetten 	Materialen: <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= kappend naar het doel.

- Ga al kappend naar het doel.
- Zorg voor veel diversiteit in de bewegingen.
- Niet te veel hetzelfde doen.
- Er wordt gekapt van pion naar pion.
- Volgende mag starten als de speler voor je klaar is met de handeling.

Organisatie:



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

Materialen:

- Pionnen 6x
- Ballen 8x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

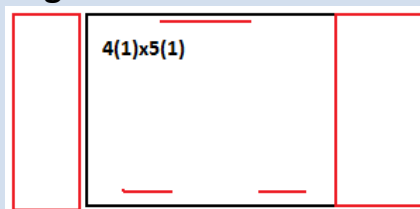
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: Pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

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

- 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: L20m/B30m
- Rode zone afmetingen: L20m/B10m

Materialen:

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

Coach momenten:

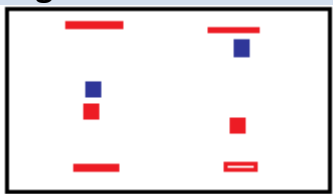
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 12

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 12 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. 1x1 met dribbel. <ul style="list-style-type: none"> • Maak twee tallen. • Eerst dribbel/speel je met elkaar 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. • Variante: Dribbelen met chocoladebeen.

Spelvorm

Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen <ul style="list-style-type: none"> • Lijnvoetbal met extra kleine doelen en breed veld. • 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 doelen. • 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. • Variante: dribbel met je chocoladebeen. • Variante: scoor met je linkerbeen.
--	--	--

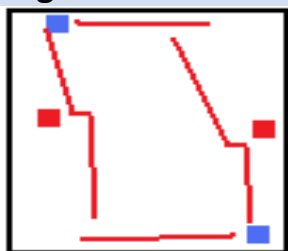
Afrondvorm

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:

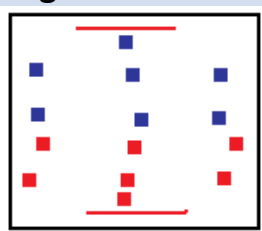
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- Maak een mooie actie
- **Variante: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variante: pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

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: 70m/35m

Materialen:

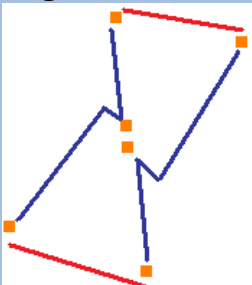
- Pionnen 8x
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 7x
- Doelen junioren 2x

Coach momenten:

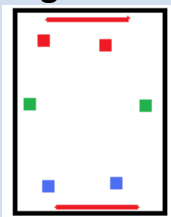
- Veel stimuleren, enthousiasmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor snel.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 13

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 13 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. Dubbel y vorm <ul style="list-style-type: none"> • Dubbele Y vorm. • Houd in inspelen kaatsen, lange bal. • Altijd in beweging 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Oranje punten zijn de pionnen • Blauwe lijn de lijn hoe de bal gespeeld moet worden. • Rode lijn is hoe er gedribbeld wordt na in gespeeld te zijn. • 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: Inspelen met je chocoladebeen.

Spelvorm

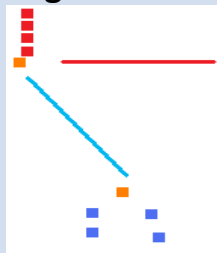
Inhoud/Methodiek= <ul style="list-style-type: none"> • 2x2 met twee kaatsers en twee doelen. • rood speelt tegen blauw. • Groen kan de balbezittende partij helpen. • Hierdoor krijg je 4x2 	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none"> • Rood vs blauw • Houd het simpel • Afmetingen 10m/10m • Veld 2x 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= kappend naar het doel.

- 2x2 Uitspelen en scoren.
- twee verdedigers.
- twee aanvallers.
- Verdediger speelt de aanvaller in.

Organisatie:



- Rood is de verdediger
- Blauw is de verdediger
- rode lijn is het doel
- Blauwe lijn is de eerste pass

Materialen:

- Pionnen 2x
- Ballen 8x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

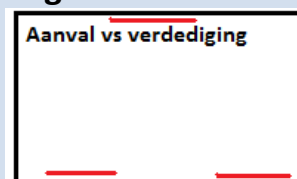
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: Pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

Inhoud/Methodiek=

- 6x6 aanval vs verdediging.
- Met buitenspel oefenen.
- Zorg als trainer dat je er kort op zit.

Organisatie:



- Rood vs blauw
- Rode lijnen zijn de doelen.
- Afmetingen: half veld

Materialen:

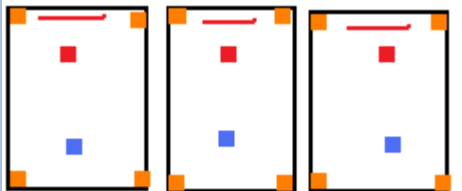
- Ballen 3x
- Hesjes blauw 11x
- Doelen junioren 2x

Coach momenten:

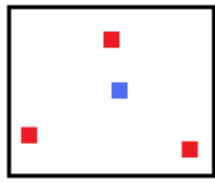
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 14

Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 14 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

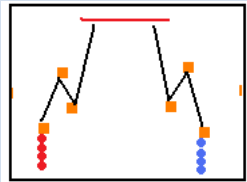
Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen (positiespel) (3x1) <ul style="list-style-type: none">• Positiespel 3x1• Overtal situatie.• Zet de spelers allemaal aan een zijlijn.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rood vs blauw• Houd het simpel• Afmetingen 10m/10m• Veld 2x uitzetten	Materialen: <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= kappend naar het doel.

- Ga al kappend naar het doel.
- Zorg voor veel diversiteit in de bewegingen.
- Niet te veel hetzelfde doen.
- Er wordt gekapt van pion naar pion.
- Volgende mag starten als de speler voor je klaar is met de handeling.

Organisatie:



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

Materialen:

- Pionnen 6x
- Ballen 8x
- Doelen junioren 1x

Coach momenten:

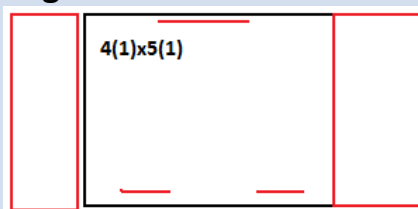
- Enthousiast, motiverend en stimulerend.
- Houd de bal kort aan je voet.
- **Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.**
- **Variant: Pionnen in doel, als er een geraakt wordt extra punt.**

Partijvorm

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

- 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: L20m/B30m
- Rode zone afmetingen: L20m/B10m

Materialen:

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

Coach momenten:

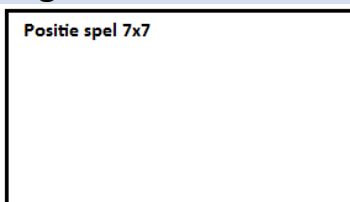
- Veel stimuleren, enthousiastmeren en motiveren.
- Maak een actie en scoor.
- Speel met elkaar.

Training Nummer 15

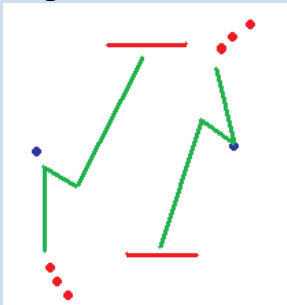
Warming-up

Groep: 1e jaars D-pupillen	Doelstelling: Het verbeteren van de handelingsnelheid	Training Nr. 15 Datum:.....
Inhoud/Methodiek= warming-up met bal. <ul style="list-style-type: none">• Pass en trap oefening.• Aannemen en spelen. In hoog tempo.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rood zijn de spelers• Blauw is de loop- bal richting• Oranje zijn de pionnen	Materialen: <ul style="list-style-type: none">• Pionnen 6x• Ballen 5x Coach momenten: <ul style="list-style-type: none">• Blijf motiveren/ stimuleren.• Variant: Inspelen met je linkerbeen.


Spelvorm

Inhoud/Methodiek=Techniek ontwikkelen (positiespel) <ul style="list-style-type: none">• 7x7 positiespel.• Na de eerder gespeelde positiespelen. Kijken hoe er nu wordt geschakeld.	Organisatie:  <ul style="list-style-type: none">• Rood vs blauw.• Afmetingen: half veld.	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: 2-3x raken
--	--	--

Afrondvorm

<p>Inhoud/Methodiek= Afwerken in stroomvorm</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inspelen kaatsen en schieten. • Simpel maar wel effectief en productief. • Zoek een hoek, met binnenkant voet. 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Groen is de loop en balrichting. • Rode lijnen zijn de doelen. • Rode stippen zijn de spelers. • Blauw is de kaatser. 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 4x • Ballen 6x • Doelen junioren 2x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Enthousiast, motiverend en stimulerend. • Leg de bal op zijn goed been (aangeven) • Variant: schiet/maak actie met je chocoladebeen.
--	---	---

Partijvorm

<p>Inhoud/Methodiek=</p> <ul style="list-style-type: none"> • Groen zijn de kaatsers. • De kaatsers moeten eerst ingespeeld worden voordat je kunt scoren. 	<p>Organisatie:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Groen zijn de kaatsers • Rode lijnen zijn de doelen. • Afmetingen 40m20m 	<p>Materialen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pionnen 8x • Ballen 3x • Hesjes blauw 7x • Doelen junioren 1x <p>Coach momenten:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Veel stimuleren, enthousiasmeren en motiveren. • Speel met elkaar. • Verplaats het spel en zoek de ruimte. • Geef verdediging in eerste instantie tijd om op te bouwen.
---	---	---