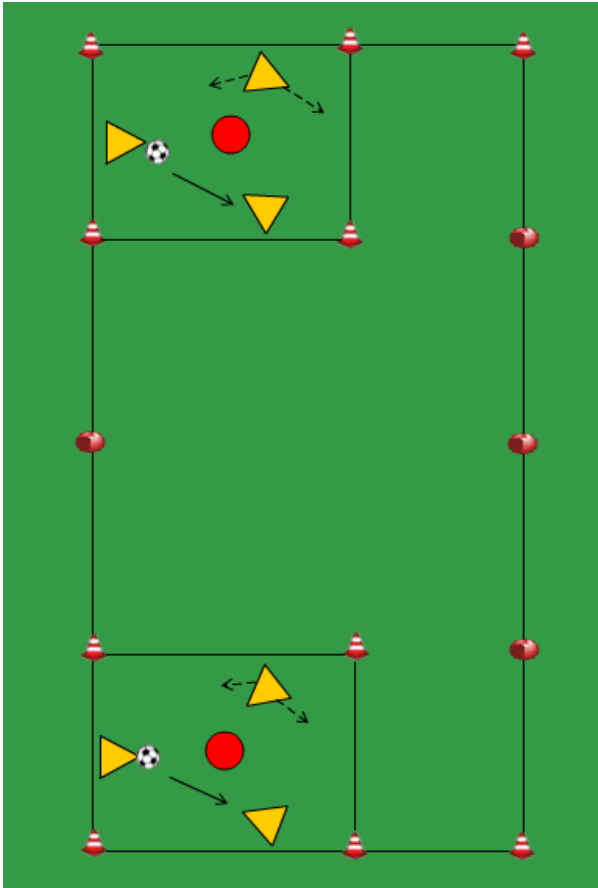




### 3 TEGEN 1 POSITIESPEL



#### Organisatie

Regels:

- als het drietal de bal 10x heeft rondgespeeld heeft het 1 punt
- als de verdediger de bal verovert en de bal onder controle hebben (bal onder de voet) of als het drietal de bal uitschiet krijgen ze 1 punt
- bij 3 punten voor de verdediger komt er een andere verdediger

Organisatie:

afmeting: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid

• lengte: 10-12 meter

• breedte: 7-10 meter

speel deze vorm altijd in een rechthoek

Aantal spelers:

- 8-10 spelers (organisatie 2x uitzetten)

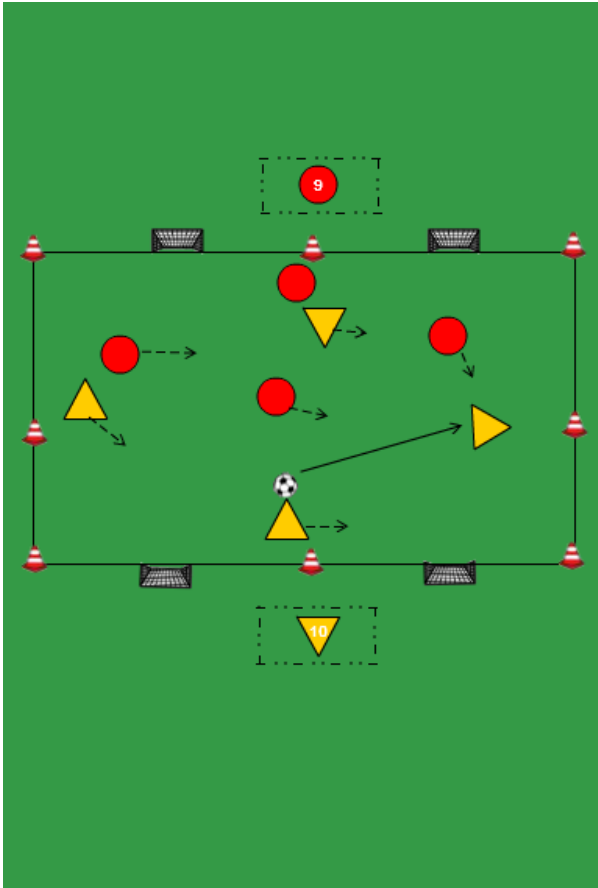
Materiaal:

• 8 ballen

• 4 pionnen

• 1 hesje (alleen de verdediger)

## 4 TEGEN 4 MET 4 DOELTJES



### Organisatie

Regels:

- beide teams kunnen scoren op twee kleine doeltjes
- als de bal uit is indribbelen of inpassen
- bij een achterbal of hoekschop in het midden tussen de twee eigen doeltjes starten

Organisatie:

afmeting: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid

- lengte: 20 meter
- breedte: 40 meter
- (afstand doeltjes vanaf zijlijn 3-10 meter)

Aantal spelers:

- 8-10 spelers
- 9 of 10 spelers (doorwisselen na elke doelpunt, achterbal of hoekschop)

Materiaal:

- 8 ballen
- 4 pionnen
- 8 hesjes (4 om 4)
- 4 doeltjes (3 bij 1 meter)
- 14 hoedjes

### Inhoud

Karakteristiek:

Aanvallen

- door snelle wisselingen speelveldgedeelte kunnen scoringskansen worden gecreëerd

Verdedigen

- positioneel zeer goed verdedigen
- tegenpartij dwingen tot breedtespel
- bal afpakken

Eisen aan het spel:

Aanvallen

- juiste balsnelheid
- direct spel en/of aannemen-spelen
- goede veldbezetting
- juiste moment van aanbieden herkennen

Verdedigen

- goede organisatie (veldbezetting)
- juiste moment herkennen om aanval op de bal te doen
- actief verdedigen (opbouw tegenpartij storen)
- niet alleen vanuit directe tegenstander verdedigen maar rugdekking geven

### Methodiek

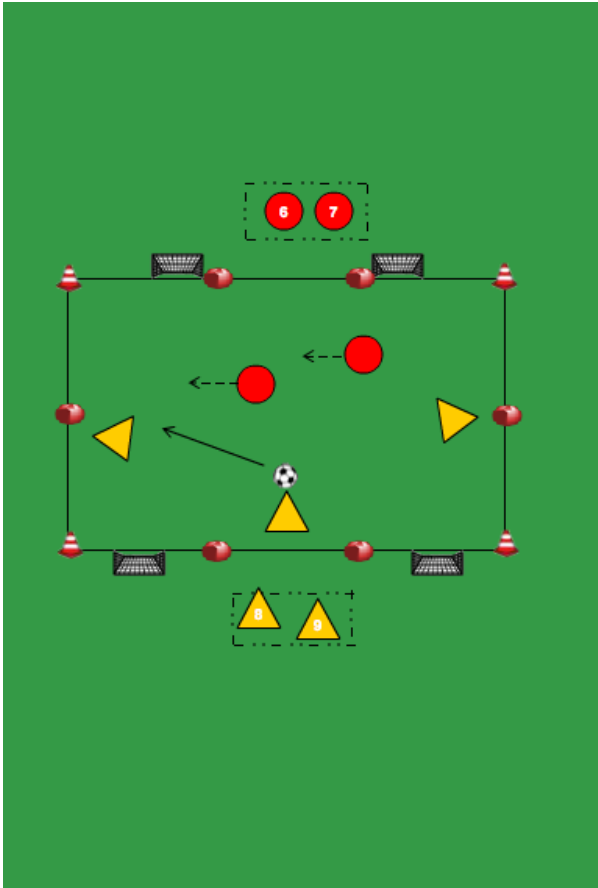
Aanvallen moeilijker maken / Verdedigen makkelijker maken

- veld smaller maken
- doeltjes dichterbij elkaar plaatsen

Aanvallen makkelijker maken / Verdedigen moeilijker maken

- veld langer maken

### 3 TEGEN 2 MET 4 DOELTJES



#### Organisatie

Regels:

- beide teams kunnen scoren op twee kleine doeltjes
- als de bal uit is indribbelen of inpassen voor het tweetal en inpassen voor het drietal
- bij een achterbal of hoekschop in het midden tussen de twee eigen doeltjes starten
- na verloop van tijd wisselen team A en team B van rol

Organisatie:

afmeting: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid

- lengte: 20 meter
  - breedte: 30 meter
- (bij een achterbal of hoekschop in het midden tussen de twee eigen doeltjes starten)

Aantal spelers:

- 5-9 spelers (2 spelers wisselen door bij het tweetal / 1 speler wisselt door bij het drietal)
- 10 spelers (organisatie dubbel uitzetten)

Materiaal:

- 8 ballen
- 4 pionnen
- 8 hesjes (4 om 4)
- 4 doeltjes (3 bij 1 meter)
- 14 hoedjes

#### Inhoud

Karakteristiek:

Aanvallen

- door snelle wisselingen speelveldgedeelte kunnen scoringskansen worden gecreëerd

Verdedigen

- positioneel zeer goed verdedigen
- tegenpartij dwingen tot breedtespel
- bal afpakken

Eisen aan het spel:

Aanvallen

- juiste balsnelheid
- direct spel en/of aannemen-spelen
- goede veldbezetting
- juiste moment van aanbieden herkennen

Verdedigen

- goede organisatie (veldbezetting)
- juiste moment herkennen om aanval op de bal te doen
- actief verdedigen (opbouw tegenpartij storen indien mogelijk)

#### Methodiek

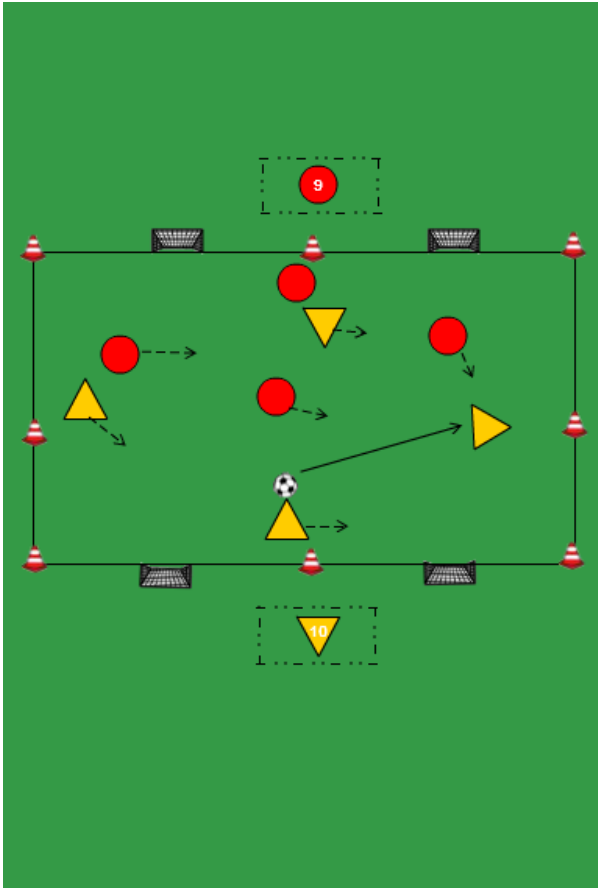
Aanvallen moeilijker maken / verdedigen makkelijker maken

- doeltjes tweetal dicht bij elkaar plaatsen
- veld smaller maken
- oefenvorm 1.1

Aanvallen makkelijker maken / verdedigen moeilijker maken

- doeltjes tweetal verder uit elkaar plaatsen
- veld langer maken
- oefenvorm 1.3

## 4 TEGEN 4 MET 4 DOELTJES



### Organisatie

Regels:

- beide teams kunnen scoren op twee kleine doeltjes
- als de bal uit is indribbelen of inpassen
- bij een achterbal of hoekschop in het midden tussen de twee eigen doeltjes starten

Organisatie:

afmeting: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid

- lengte: 20 meter
- breedte: 40 meter
- (afstand doeltjes vanaf zijlijn 3-10 meter)

Aantal spelers:

- 8-10 spelers
- 9 of 10 spelers (doorwisselen na elke doelpunt, achterbal of hoekschop)

Materiaal:

- 8 ballen
- 4 pionnen
- 8 hesjes (4 om 4)
- 4 doeltjes (3 bij 1 meter)
- 14 hoedjes

### Inhoud

Karakteristiek:

Aanvallen

- door snelle wisselingen speelveldgedeelte kunnen scoringskansen worden gecreëerd

Verdedigen

- positioneel zeer goed verdedigen
- tegenpartij dwingen tot breedtespel
- bal afpakken

Eisen aan het spel:

Aanvallen

- juiste balsnelheid
- direct spel en/of aannemen-spelen
- goede veldbezetting
- juiste moment van aanbieden herkennen

Verdedigen

- goede organisatie (veldbezetting)
- juiste moment herkennen om aanval op de bal te doen
- actief verdedigen (opbouw tegenpartij storen)
- niet alleen vanuit directe tegenstander verdedigen maar rugdekking geven

### Methodiek

Aanvallen moeilijker maken / Verdedigen makkelijker maken

- veld smaller maken
- doeltjes dichterbij elkaar plaatsen

Aanvallen makkelijker maken / Verdedigen moeilijker maken

- veld langer maken