

Actie 1v1 en schijnbewegingen

<https://youtu.be/5CnBVwL2hks>



Organisatie:

Vak van 15x15m met 2x2 doeltjes van pionnen.

Twee rijen spelers (geel en rood) voor 1v1 duel. Rood speelt steeds de bal in.

Aanvaller (geel) kan scoren op 1 van de 2 blauwe doeltjes. Pakt de verdediger (rood) de bal af, dan kan hij scoren bij de twee grijze doeltjes.

Bal stilleggen tussen de pionnen = punt.
Stimuleer de dribbel, niet schieten.

Coaching en aanwijzingen:

Extra punt(en) geven voor een geslaagde schijn- of kappbewegingen.

Voor de beter spelers: Eerste aanname, in de richting van 1 van de 2 doeltjes, is belangrijk. Benadruk dit ook in je coaching.

Aanvaller moet na de eerste aanname ruimte voor zijn acties maken. 'Lok' de verdediger mee en ga dan ineens de andere kant op door te versnellen.

