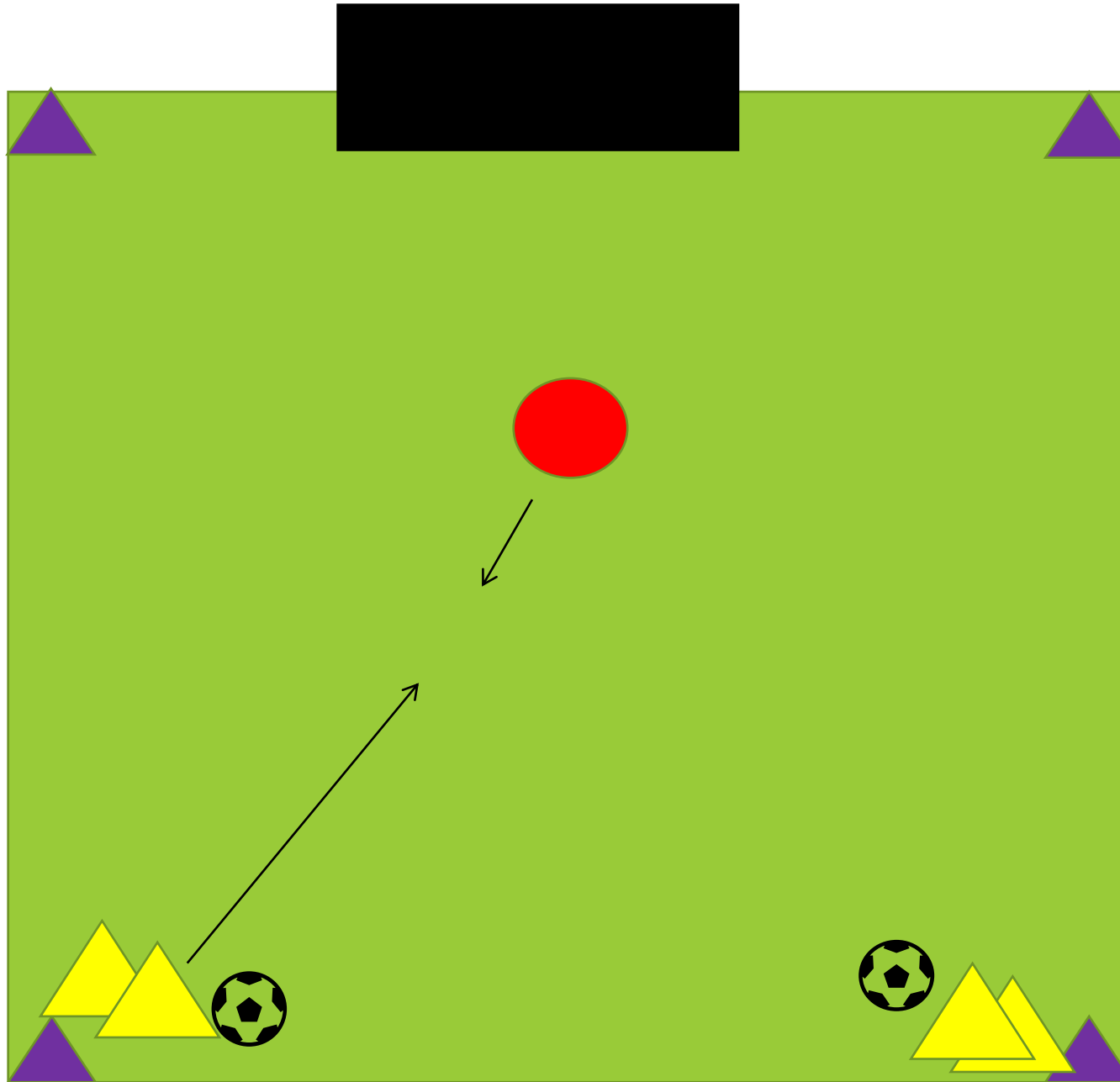


Thematraining Actie 1v1 Omschakelen

<https://www.youtube.com/watch?v=JhRS75TNVF8>



Organisatie:

Veld groter/kleiner maken.

Keeper in doel voor de succesbeleving.

Aanvallers (geel) staan opgesteld in 2 rijen met ballen.

Eerste aanvaller probeert de verdediger (rood) uit te spelen en te scoren. Lukt dat, dan start meteen de eerste aanvaller uit de andere rij. Om en om!

Wint de verdediger het duel, dan wordt de aanvaller verdediger.

Coaching en aanwijzingen:

Houd het tempo hoog.

Aanvaller snelheid laten maken en ruimte voor de actie. Stimuleer de passeerbeweging.

Coach ook de verdediger op druk zetten op de bal en ruimtes klein maken.

Wijs de spelers op het omschakelmoment van aanvallen naar verdedigen.

Laatste 5 minuten 2v1 spelen.