

Vorm 3: Actie 1v1 na eerste aanname met 2x2 doeltjes van pionnen

<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. Dus niet schieten van afstand, stimuleer de dribbel.

Coaching en aanwijzingen:

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

Bedenk met welk been de aanvallers de bal aan moeten nemen en waarom.

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.