

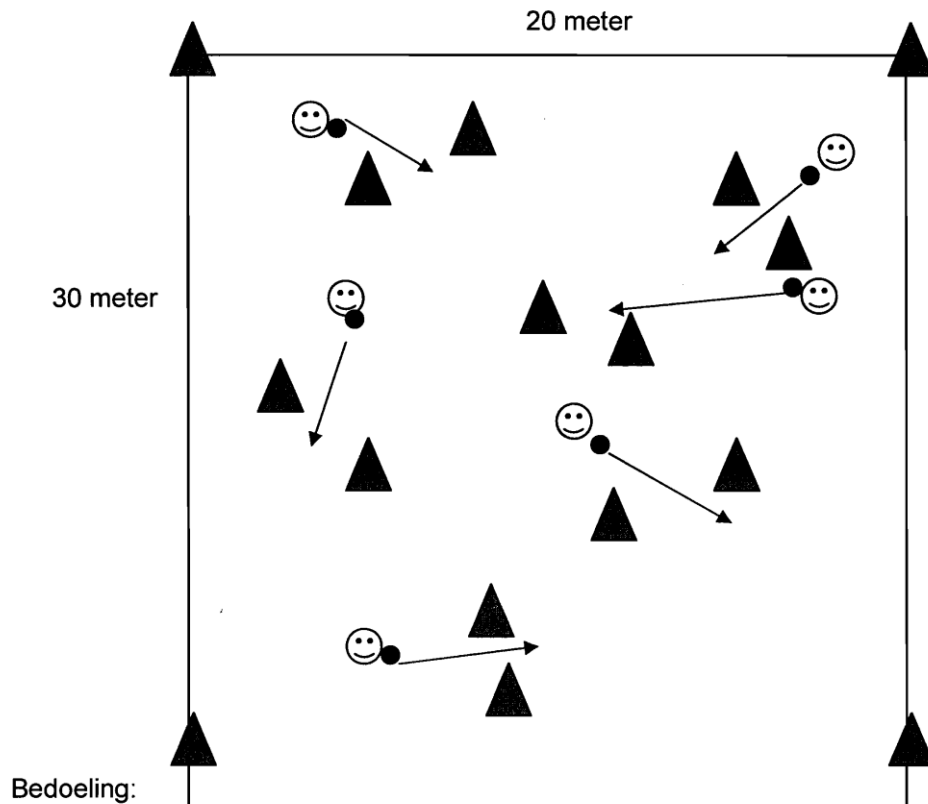
B. Dribbelen en drijven van de bal/pingelen

Met het dribbelen bedoelen we het bewegen met de bal aan de voet, waarbij we de bal kort bij de voet houden. Dribbelen doen de spelers wanneer er weinig ruimte is of er is een tegenstander dichtbij in de buurt. Drijven doen de spelers wanneer er veel ruimte is; de bal wordt dan verder vooruit gespeeld. Bij alle vormen in deze jaarplanning is het dribbelen en drijven gekoppeld aan een doel. Met het dribbelen willen we iets bereiken, zoals het overbruggen van een afstand of het passeren van een tegenstander (pingelen).

B. Dribbelen en drijven/ pingelen

Doeltjesdribbel

Doel: Het verbeteren van het "verder kijken dan de bal" tijdens het dribbelen



Spelers met bal dribbelen door de doeltjes die neergezet zijn in het vierkant.
Verschillende opdrachten zijn mogelijk:

- Wie scoort de meeste doelpunten in één minuut, twee minuten.
- Wie heeft het eerst alle doeltjes gehad?

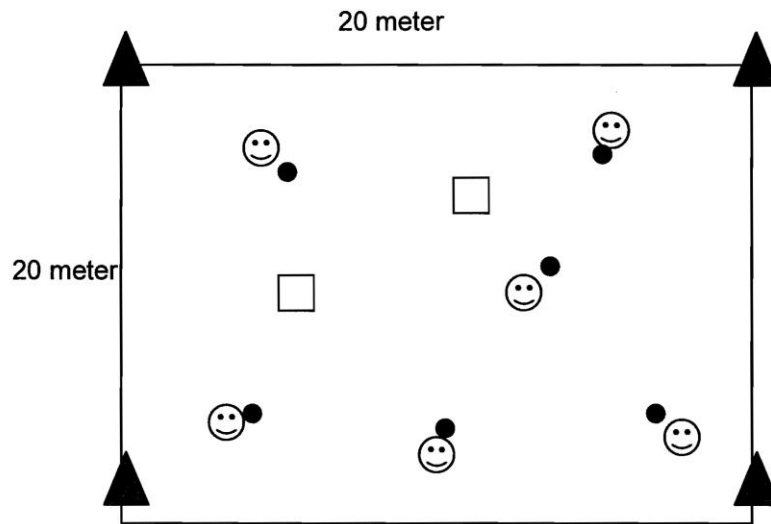
Variatie: Er is een balafpakker die probeert een bal te veroveren, eventueel meerdere balafpakkers.

Aanwijzingen:

- * Kijk goed welk doeltje vrij is.
- * Speel de bal niet te ver naar voren als het druk is bij een doeltje

Dribbelkoning

Doel: Het verbeteren van het in bezit houden van de bal



Bedoeling:

Spelers met bal proberen de bal in bezit te houden. Twee balafpakkers proberen de ballen buiten het vierkant te schieten, of, proberen een bal af te pakken en vervolgens wisselen van functie.

Wie raakt zijn bal niet kwijt? Dit is dan de dribbelkoning.

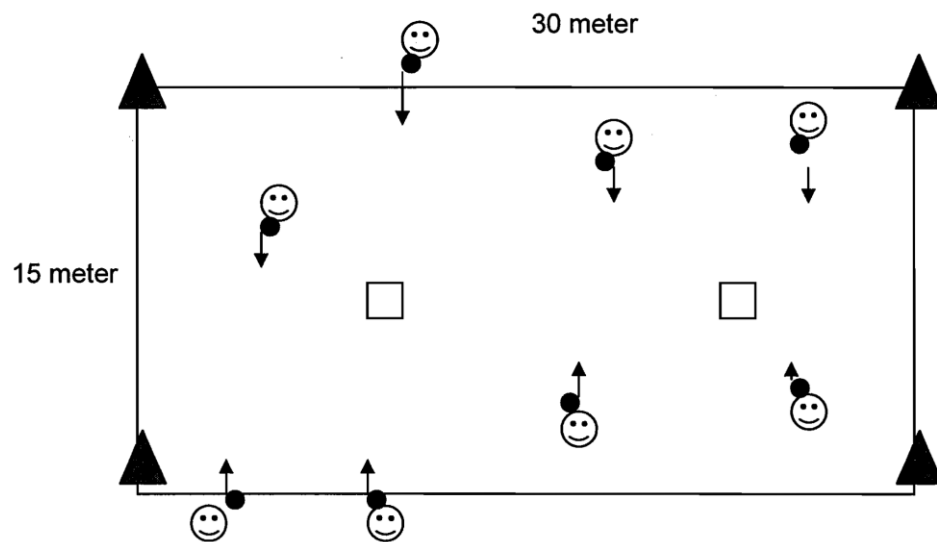
Variaties: Als het te moeilijk is, minder balafpakkers of een groter vierkant
Twee balafpakkers proberen binnen één minuut zoveel mogelijk ballen af te pakken. Daarna twee andere balafpakkers.

Aanwijzingen:

- * Houd de bal goed bij je.
- * Pas op voor de balafpakkers.
- * Speel de bal niet te ver naar voren als er veel spelers in de buurt zijn.
- * Kijk goed om je heen.

Overloopspel

Doel: Het verbeteren van het in bezit houden van de bal tijdens het dribbelen



Bedoeling:

Spelers met bal proberen de overkant te bereiken. Twee verdedigers in de rechthoek proberen de bal te onderscheppen. Wanneer dat lukt, wisselen van functie, of, wisselen na twee minuten.

Wie scoort de meeste doelpunten binnen een bepaalde tijd?

Wie raakt zijn bal niet kwijt?

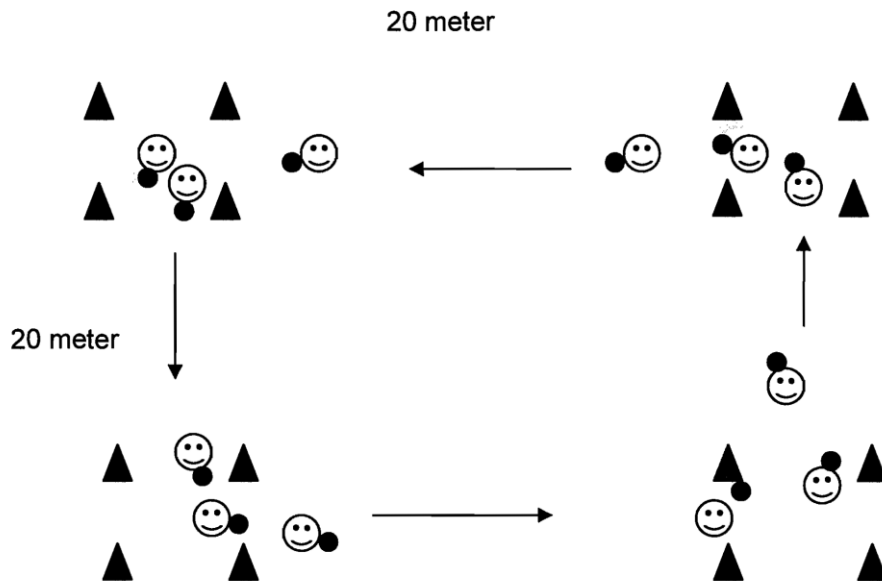
Variaties: Als het goed gaat: meer verdedigers of een kleiner vak.

Aanwijzingen:

- Houd de bal goed bij je als de verdediger er aan komt.
- Scherm de bal goed af.
- Houd de verdedigers goed in de gaten.
- Speel de bal niet te ver naar voren.

Vierhoekenspel

Doel: Het verbeteren van het dribbelen en drijven



Bedoeling:

In elk vak staan een aantal spelers met bal. Elk vak heeft de naam van een dorp, plaats, stad of voetbalclub.

Verschillende opdrachten zijn mogelijk:

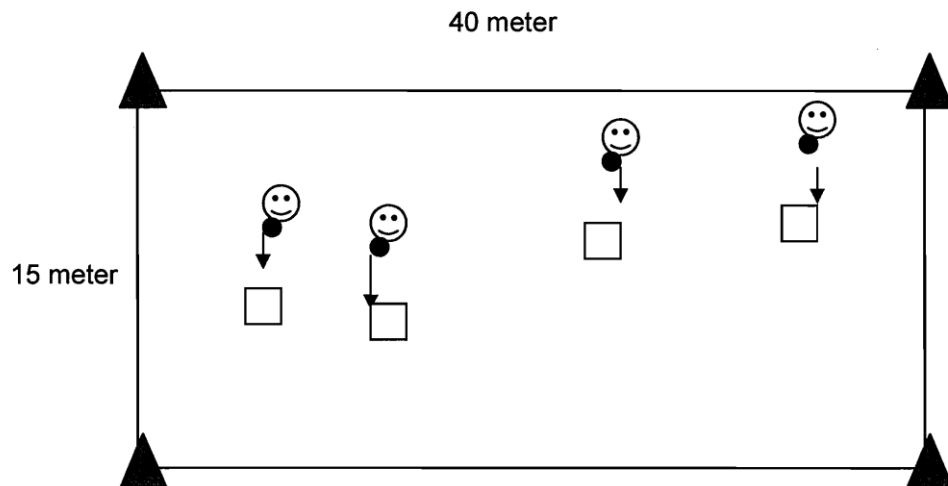
- Dribbel één, twee, drie, etc. vakken verder
- Dribbel naar (spelers mogen door het vierkant heen dribbelen)
- Laat ze in verschillende richtingen dribbelen.
- Zet een paar balafpakkers in het vierkant. De spelers moeten dan van dorp naar dorp dribbelen en zo punten vergaren. Heeft de balafpakker een bal veroverd, wisselen van functie.

Aanwijzingen:

- Houd de bal goed bij je.
- Speel de bal niet te ver naar voren als er veel spelers in de buurt zijn

Eén tegen één

Doel: Het passeren van de tegenstander door middel van een dribbel



Bedoeling:

Tweetalen spelen één tegen één lijnvoetbal. Er is gescoord als één van beide met de bal over de lijn van de tegenstander heeft gedribbeld.

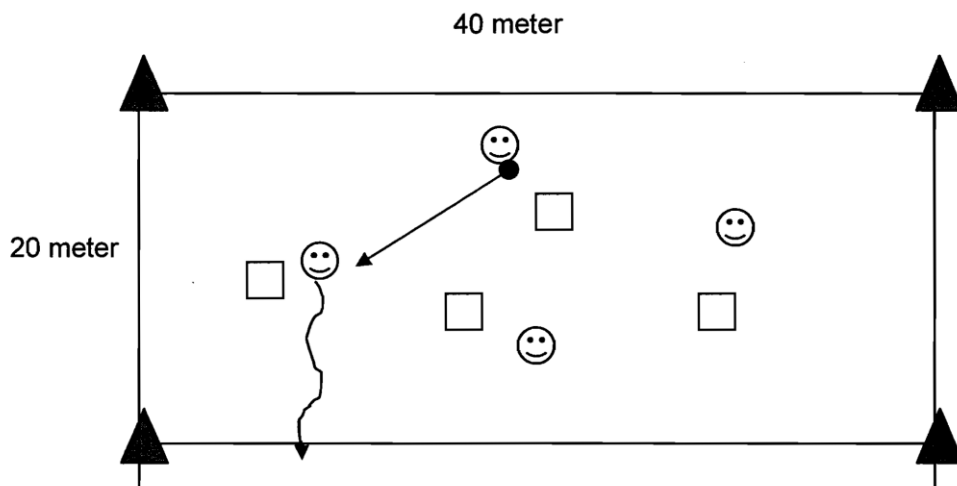
Variaties: Wisselen van partner.
Elk tweetal heeft een eigen veldje (20 bij 10 meter)

Aanwijzingen:

- Zoek de tegenstander op
- Houd de bal goed bij je in het duel.
- Probeer snelheid te maken voordat je er langs gaat.
- Probeer een schijnbeweging te maken.

Vier tegen vier lijnvoetbal

Doel: Het verbeteren van het duel 1 tegen 1 binnen een partijvorm



Bedoeling:

4 tegen 4 lijnvoetbal. Beide partijen proberen te scoren door te dribbelen over de achterlijn van de tegenpartij.

Variaties: Als er moeilijk gescoord wordt, maak dan het veld breder

Aanwijzingen:

- Let op de ruimte voor je, als er geen tegenstanders voor je zijn, probeer dan snel te scoren.
- Maak snelheid met de bal als er geen tegenstanders in de buurt zijn.