

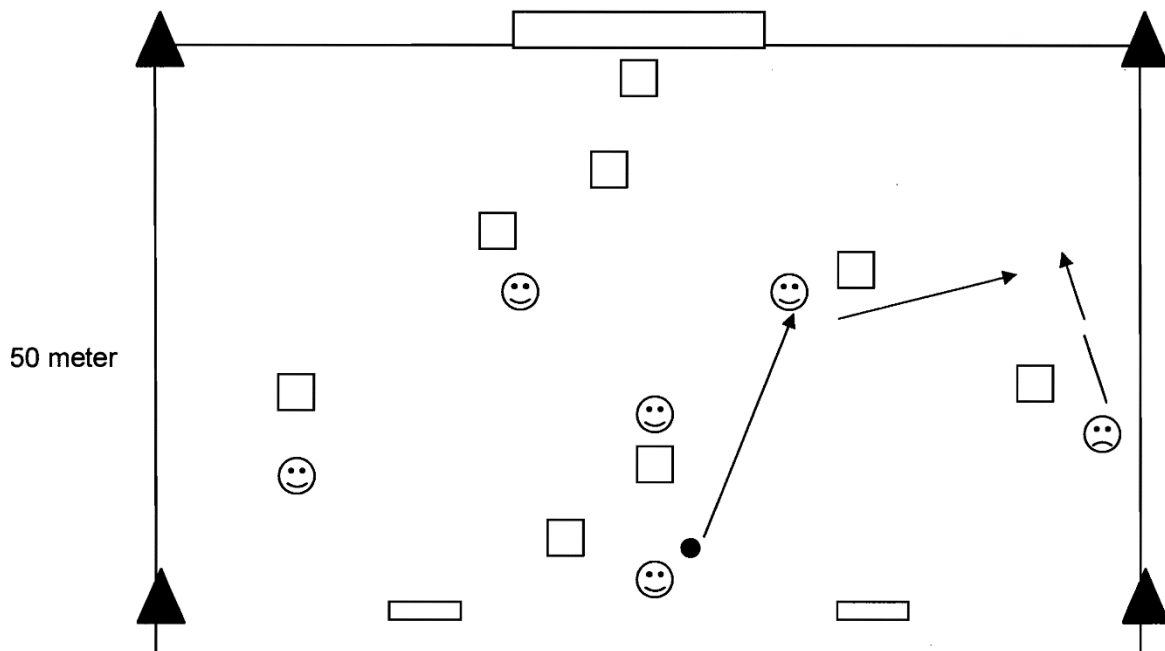
J. Laatste linie tegenover 2 spitsen

De tegenstander speelt met 2 spitsen en de eigen partij heeft een laatste linie van 4 verdedigers. Hoe bereid je de spelers voor op deze situatie in het veld. Een aantal oefenvormen waarbij de tegenpartij op verschillende manieren met 2 spitsen speelt, worden in de jaarplanning behandeld.

J. Laatste linie tegenover twee spitsen

Twee spitsen in het centrum

Doel: *Het oefenen van het verdedigen tegenover twee spitsen in het centrum*



Bedoeling:

Positie/partijspel 6 tegen 8. De 6 scoren op het grote doel en spelen in een formatie van 4 middenvelders in een ruit en 2 centrale spitsen. De verdedigers moeten hierop reageren. Bijvoorbeeld: de linkervleugelverdediger en een centrale verdediger nemen de 2 spitsen. De rechtervleugelverdediger schuift door naar de linkermiddenvelder van de 6. Er wordt steeds gestart bij de achterste middenvelder van de 6. De 6 krijgen de opdracht mee om de ruimte op de vleugels te benutten.

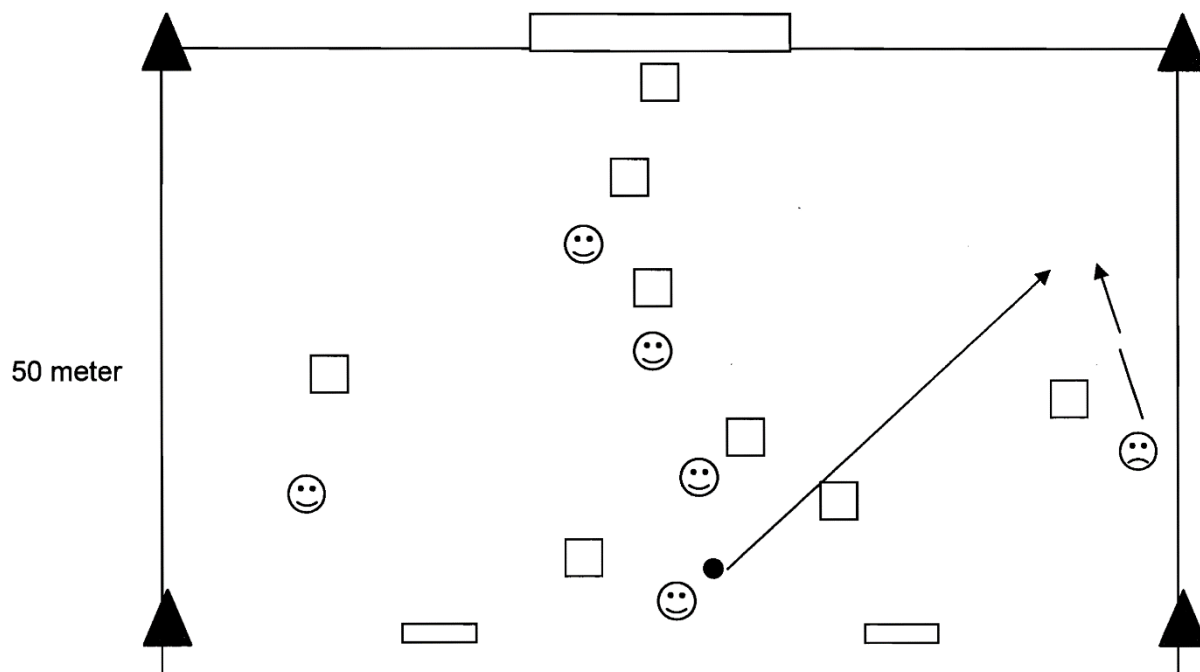
De 8 scoren op de 2 kleine doeltjes, de 6 op het grote doel.

Aanwijzingen:

- Kort op de bal blijven
- Voorkom de diepe bal
- Dek aan de binnenkant
- Voorkom de voorzet, sliding

Twee spitsen achter elkaar

Doel: *Het oefenen van het verdedigen tegenover twee spitsen achter elkaar in het centrum*



Bedoeling:

Positie/partijspel 6 tegen 8. De 6 scoren op het grote doel en spelen in een formatie van 4 middenvelders, waarvan er 3 op een rij spelen en één erachter en 2 centrale spitsen achter elkaar. De verdedigers moeten hierop reageren. Bijvoorbeeld: de 2 centrale verdedigers nemen de 2 spitsen. De rechtvleugelverdediger schuift door naar de linkermiddenvelder van de 6 en de linkervleugelverdediger schuift door naar het middenveld om zodoende druk te houden op het centrum. De 2 spitsen krijgen de opdracht gebruik te maken van de ruimte aan de zijkant.

Er wordt steeds gestart bij de achterste middenvelder van de 6. De 6 krijgen de opdracht mee om de ruimte op de vleugels te benutten.

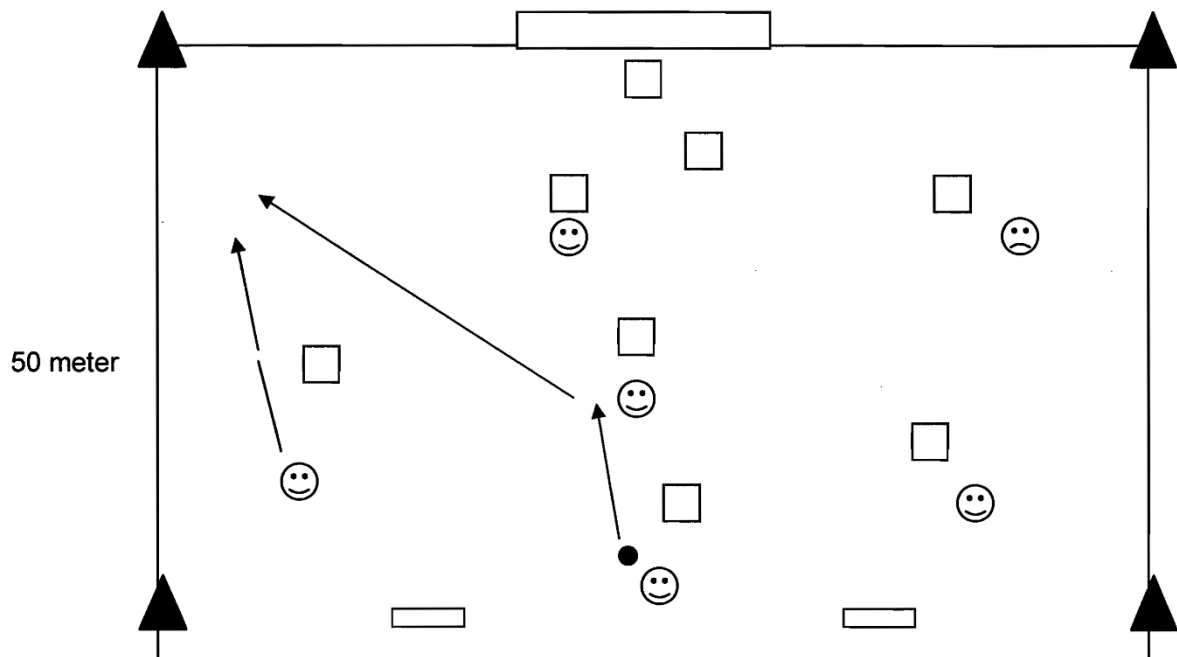
De 8 scoren op de 2 kleine doeltjes, de 6 op het grote doel.

Aanwijzingen:

- Kort op de bal blijven
- Houd de spits goed in de gaten
- Dek aan de binnenkant
- Voorkom de voorzet, sliding

Een rechter en een centrale spits

Doel: *Het oefenen van het verdedigen tegenover een centrale en een rechterspits*



Bedoeling:

Positie/partijspel 6 tegen 8. De 6 scoren op het grote doel en spelen in een formatie van 4 middenvelders in een ruit en een centrale spits en een rechterspits. De verdedigers moeten hierop reageren. Bijvoorbeeld: de rechtervleugelverdediger schuift door naar de linkermiddenvelder van de 6.

Er wordt steeds gestart bij de achterste middenvelder van de 6. De 6 krijgen de opdracht mee om de ruimte op de linkervleugel te benutten.

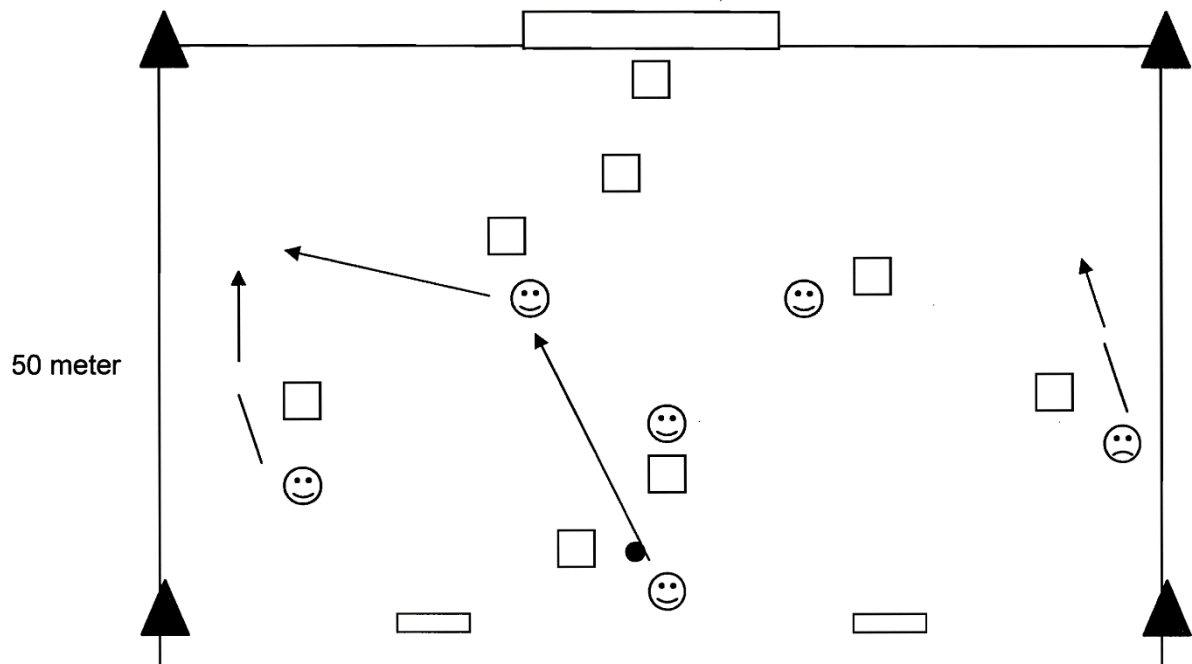
De 8 scoren op de 2 kleine doeltjes, de 6 op het grote doel.

Aanwijzingen:

- Kort op de bal blijven
- Voorkom de diepe bal op links
- Dek aan de binnenkant
- Voorkom de voorzet, sliding

Twee spitsen in het centrum en opkomende middenvelders aan de buitenkant

Doel: *Het verbeteren van het verdedigen van de opkomende middenvelders in combinatie met 2 centrale spitsen*



Bedoeling:

Positie/partijspel 6 tegen 8. De 6 scoren op het grote doel en spelen in een formatie van 4 middenvelders in een ruit en 2 centrale spitsen. De aanvallers krijgen de opdracht om direct een opkomende middenvelder diep aan te spelen of de spits aan te spelen, die de bal breed legt op de opkomende middenvelder. Dit kan over links en over rechts. De verdedigers moeten hierop reageren. Bijvoorbeeld: de linkervleugelverdediger en een centrale verdediger nemen de 2 spitsen. De rechtvleugelverdediger schuift door naar de linkermiddenvelder van de 6. Afhankelijk van de snelheid van de opkomende middenvelders kan of, de laatste man deze opvangen, of de directe tegenstander. De posities moeten in het eerste geval worden overgenomen.

Er wordt steeds gestart bij de achterste middenvelder van de 6. De 8 scoren op de 2 kleine doeltjes, de 6 op het grote doel.

Aanwijzingen:

- Coach elkaar bij het positie overnemen
- Voorkom de diepe bal
- Dek aan de binnenkant
- Voorkom de voorzet, sliding