

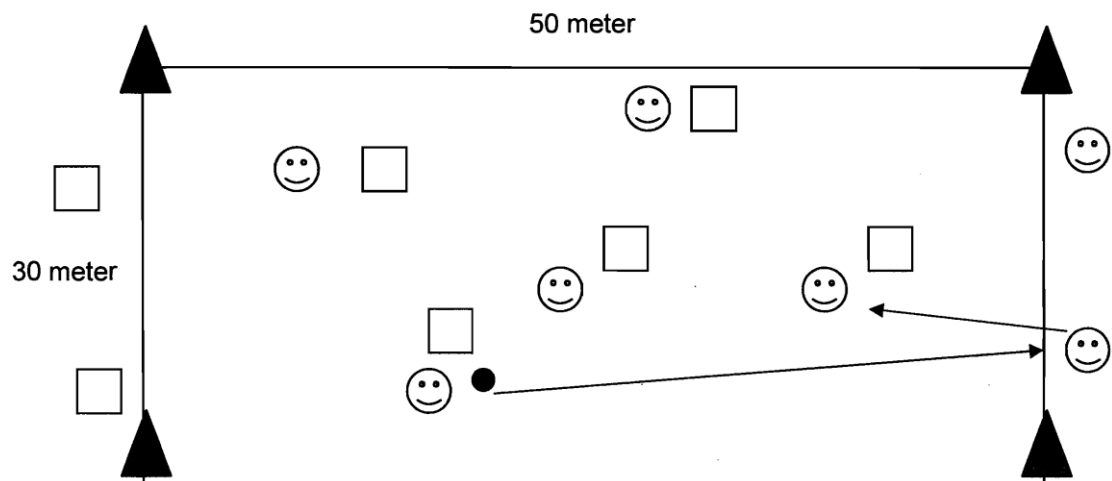
C. Opbouwen van achteruit

Een zorgvuldige opbouw van achteruit is de basis voor het creëren van kansen voorin. In dit thema worden een aantal wedstrijd specifieke vormen aangereikt waarin dit geoefend kan worden.

C. Het aansluiten na het geven van de dieptepass

Scoren door de kaats te ontvangen

Doel: *Het verbeteren van het aansluiten na het aanspelen van een diepe speler*



Bedoeling:

Partijspel 5 tegen 5, waarbij beide partijen twee kaatsers hebben op de achterlijn van de tegenpartij. Het is de bedoeling één van beide kaatsers aan te spelen, waarna de bal direct teruggespeeld moet worden op een medespeler. Dat is dan een doelpunt. Na de dieptepass moet er dus vlot aangesloten worden om de kaats te kunnen verwerken.

Variatie:

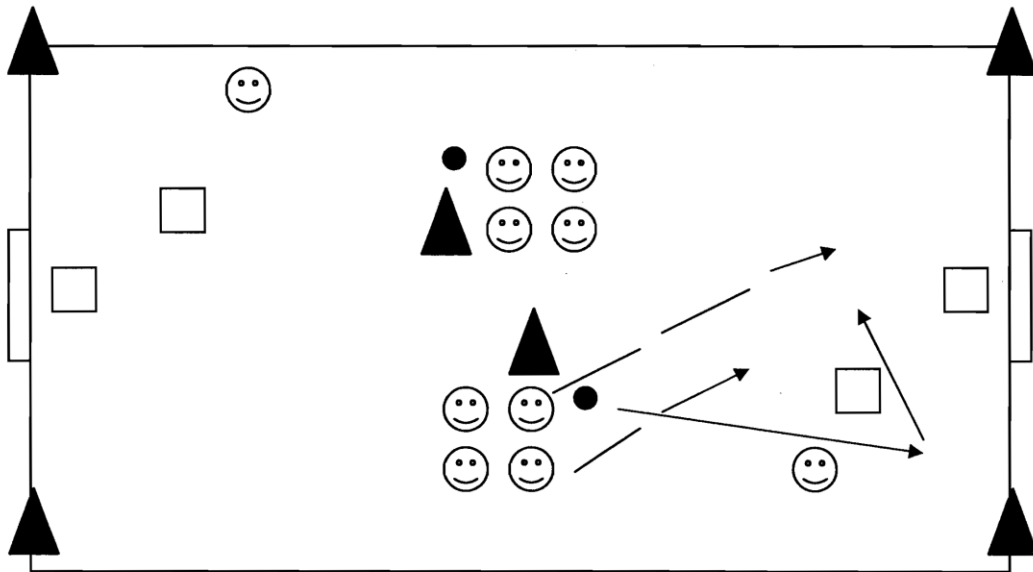
De pass op de kaats mag alleen vanaf de eigen helft worden gegeven. Plaats hiervoor 2 pilonnen op de zijlijnen in het midden. Is dit te moeilijk, maak dan een zone van bijv. 10 meter aan weerszijden, waarbinnen de kaats niet mag worden aangespeeld.

Aanwijzingen:

- Sluit direct aan na het geven van de diepe bal
- Coach elkaar
- Zorg dat je aanspeelbaar blijft, ook al is de bal ver weg

Passen, aansluiten, voorzetten en scoren

Doel: *Het verbeteren van het aansluiten na het geven van een dieptepass*



Bedoeling:

Op een heel veld wordt vanaf de middenlijn een diepe bal gespeeld op de rechterspits, deze controleert en zet voor op het aansluitende tweetal, waarvan er één de diepe bal heeft gespeeld. Er staat een keeper en een verdediger. Daar wordt afgerond. Vervolgens wordt één van beide middenvelders rechterspits, de rechterspits en de andere middenvelder sluiten aan op de andere zijde van het veld, waar dezelfde situatie wordt uitgevoerd.

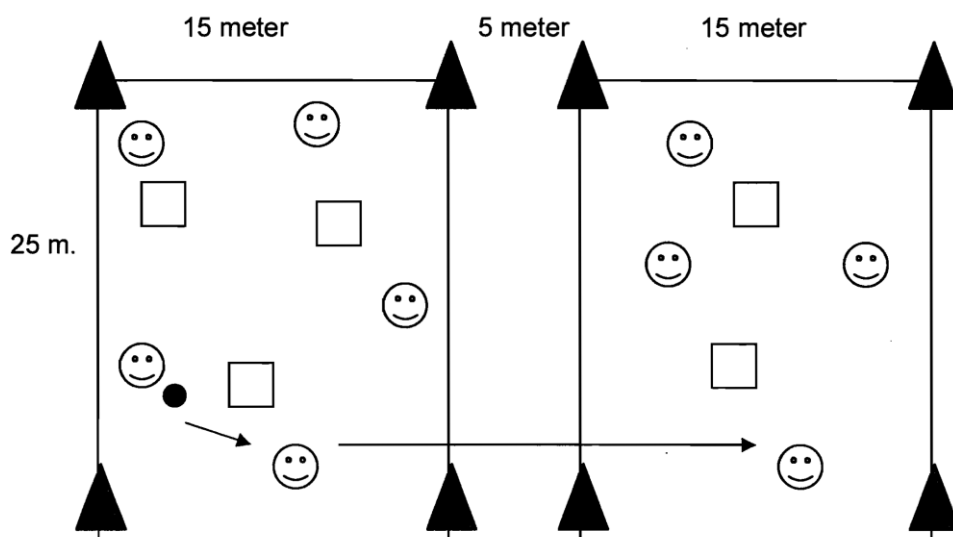
Variatie: Dezelfde situatie over links laten uitvoeren.

Aanwijzingen:

- Sluit zo aan dat je de voorzet kunt ontvangen
- Loop niet naast elkaar, maar houd diepte
- Werk snel af

Van vak naar vak

Doel: *Het verbeteren van het aansluiten nadat een medespeler in de diepte is aangespeeld.*



Bedoeling:

In het eerste vak wordt 5 tegen 3 gespeeld. Via goed samenspel proberen de 5 een medespeler in het andere vak aan te spelen. Als dat lukt sluit één speler uit het eerste vak en een verdediger aan in het tweede vak, zodat daar ook weer 5 tegen 3 ontstaat. De bal zonder onderschepping terug in het eerste vak is een doelpunt. Als de verdedigers de bal onderscheppen kunnen ze scoren door een medespeler in het andere vak aan te spelen.

Variatie:

Te moeilijk? 5 tegen 2 in plaats van 5 tegen 3
Vak vergroten

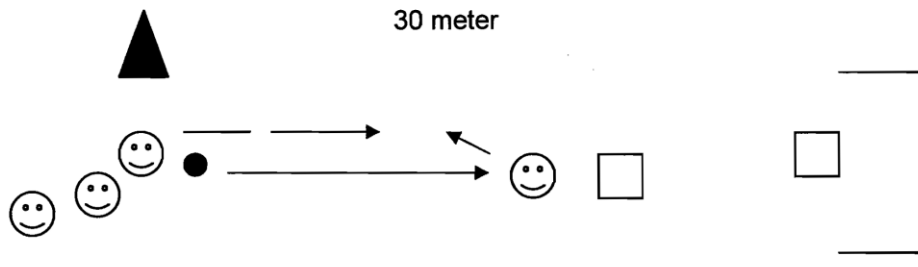
Te eenvoudig? De 5 mogen de bal maar twee maal raken.
Vak verkleinen

Aanwijzingen:

- Speel de bal op het juiste been aan
- Loop goed vrij
- Zorg dat je na de pass direct weer aanspeelbaar bent
- Speel pas diep als er om gevraagd wordt en het mogelijk is

Ondersteun de spits

Doel: *Het verbeteren van het bijsluiten na het aanspelen van de spits*



Bedoeling:

Spits wordt aangespeeld op moment van aanbieden, de spits speelt de verdediger uit of betreft de aansluitende speler in het spel om tot afronden te komen.

Noot: Deze situatie tweemaal uitzetten. Wissel geregeld van verdediger.

Variatie:

In plaats van één spits, twee spitsen met 2 verdedigers. De middenvelder kan dan één van beide aanspelen. Vervolgens krijgen we dan 3 tegen 2.

Aanwijzingen:

- Spits, trek je verdediger mee en kom dan los van hem
- Kaats met de binnenkant en met de juiste snelheid
- Blijft de verdediger weg, ga het duel aan en speel 2 tegen 1 uit