

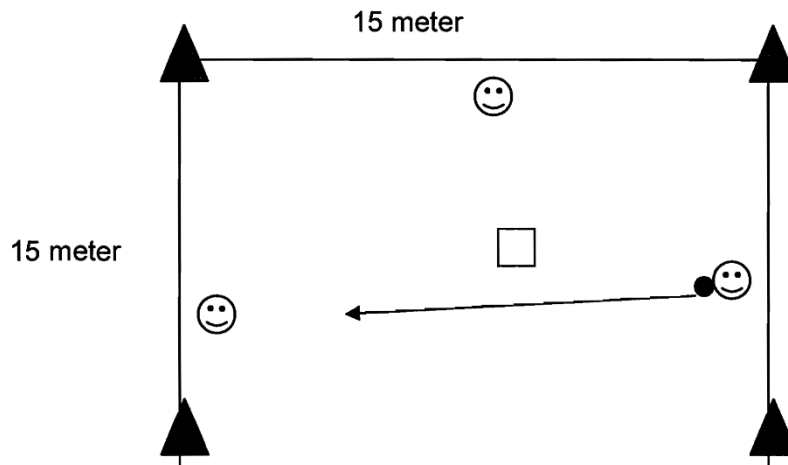
G. Verdedigen (alleen en samen)

In dit thema komen vormen aan de orde waarmee we de spelers leren hoe je een bal kunt afpakken. De spelers leren hoe je dit alleen kunt doen, maar ook samen met anderen.

G. Verdedigen (alleen en samen)

Positiespel 3 tegen 1 verdedigend

Doel: Het verbeteren van het afpakken van de bal in een positiespel



Bedoeling:

De verdediger probeert de bal af te pakken van de vier tegenstanders die de bal proberen te houden. Afpakken is een punt voor de verdediger. 4× samenspelen is een punt voor de aanvallers.

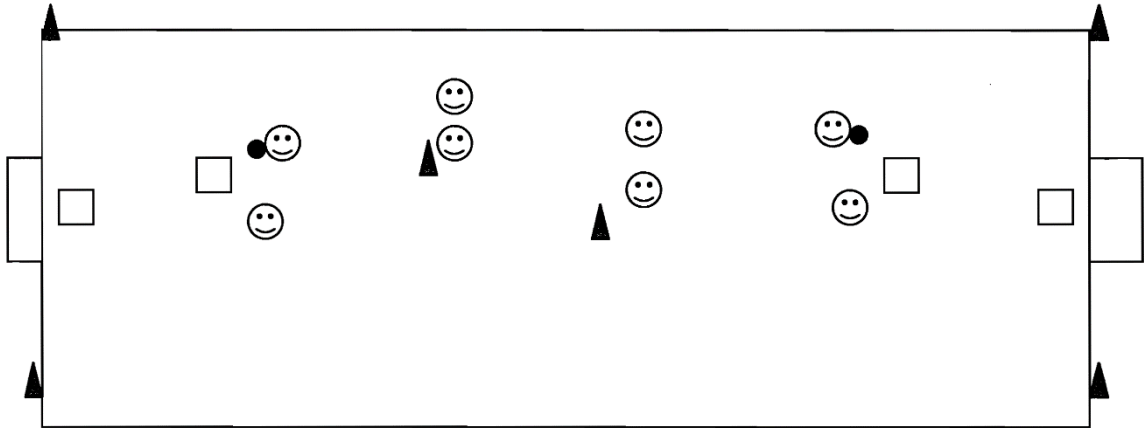
Variaties: Als het te moeilijk is voor de verdediger: - veld kleiner
- 2 aanvallers i.p.v.3
Als het te gemakkelijk is : - veld groter
- meer aanvallers

Aanwijzingen:

- Probeer de bal af te pakken als er een verkeerde bal wordt gegeven.
- Probeer de bal te pakken op het moment dat een speler de bal wil aannemen
- Pak de bal als er te zacht wordt gespeeld
- Wacht een goede kans af om de bal te pakken

Eén tegen twee

Doel: Het leren afpakken van de bal van twee spelers die proberen te scoren



Bedoeling:

Een tweetal start bij de pilon en probeert een doelpunt te maken. Het doel wordt verdedigd door een keeper en één verdediger. Deze verdediger moet het moment kiezen waarop de bal het beste kan worden afgepakt. Bijvoorbeeld, wanneer de aanvallers elkaar de bal toespelen. Het gaat om de verdediger, de samenwerking met de keeper komt later wel.

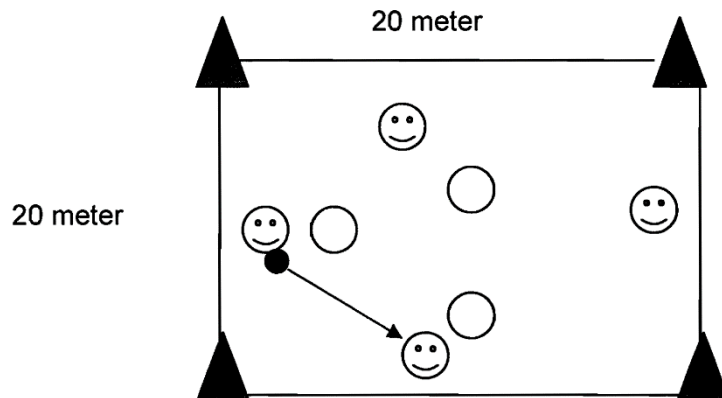
Let op: Werk in 2 groepen als er veel spelers zijn.

Aanwijzingen:

- Blijf tussen beide spelers en houdt ze voor je
- Pak de bal af als de bal te ver naar de zijkant wordt gespeeld
- Doe alsof je de bal afpakt, lok zo een pass uit en probeer dan de bal te onderscheppen

Positiespel 4 tegen 3 verdedigend

Doel: *Het samen de bal afpakken van een meerderheid aan aanvallers*



Bedoeling:

Het viertal probeert de bal 6 keer samen te spelen. Dat levert een punt op. Het drietal probeert de bal te onderscheppen en probeert de bal 2 keer samen te spelen. Als dat lukt, dan hebben zij een punt.

We gaan uit van 7 spelers. Bij 8 spelers 5 tegen 3 en bij 9 spelers 6 tegen 3.

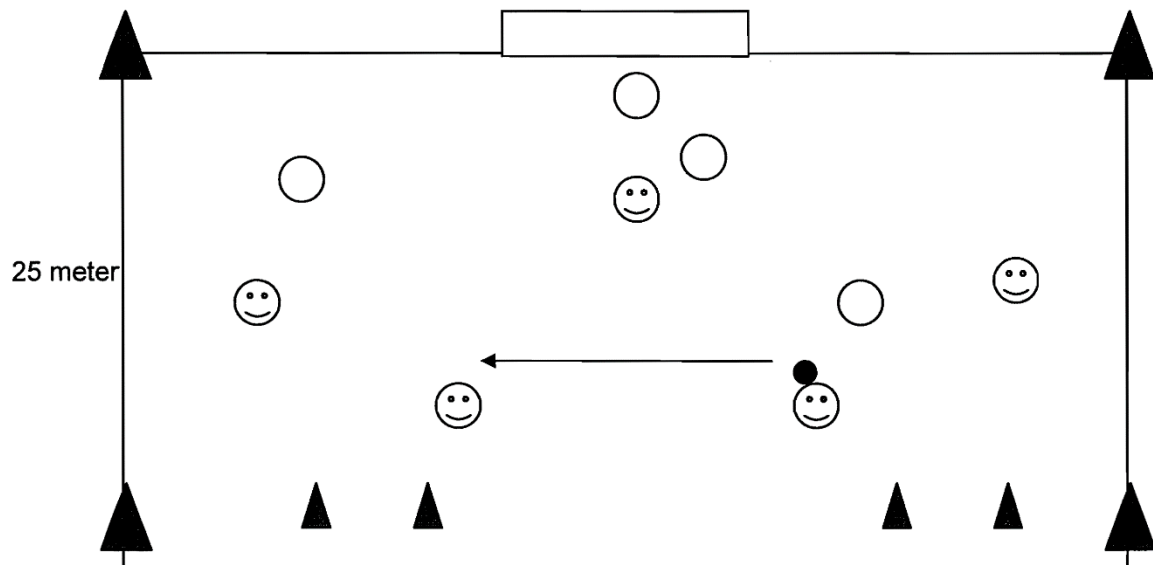
Variatie: Te moeilijk voor de verdedigers: Veld kleiner maken
 Te makkelijk voor de verdedigers: Veld groter of een verdediger minder

Aanwijzingen:

- Maak het de balbezitter moeilijk
- Probeer de bal af te pakken als je ziet dat de bal slecht gepast wordt
- Als een speler de bal afpakt gaan de 2 andere verdedigers dichtbij de dichtstbijzijnde aanvallers staan
- Help elkaar door te roepen wanneer op een moment de bal afgepakt kan worden

5 tegen 3 op een doel verdedigend

Doel: *Het samen voorkomen van doelpunten tegenover 5 aanvallers*



Bedoeling:

5 aanvallers proberen een doelpunt te maken. Er wordt steeds gestart bij de aanvallers. De 3 verdedigers (+ keeper) proberen de bal te veroveren en kunnen scoren op één van beide kleine doeltjes.

Variatie: Als de aanvallers te gemakkelijk scoren, mogen ze de bal maar 2 maal raken (eventueel een aanvaller minder).
Wordt de bal te gemakkelijk veroverd door de verdedigers, dan een aanvaller erbij.

Aanwijzingen:

- Voorkom dat er geschoten kan worden op doel
- Laat de aanvallers niet te dichtbij komen
- Ga niet met z'n tweeën op de balbezitter af
- Probeer de bal te onderscheppen bij een slechte pass van de aanvallers
- Dwing de aanvallers naar de zijkanten te spelen, daar zijn ze minder gevaarlijk