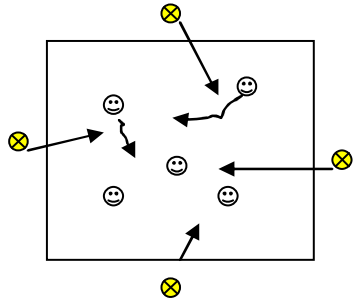


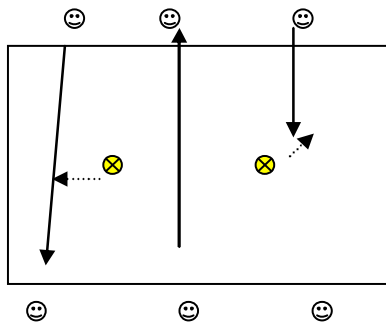


Warming-up: Ghostbusters



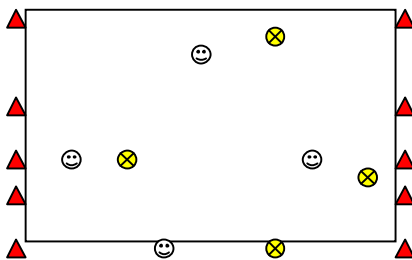
- Een aantal spelers dribbelt in een vierkant met bal
- Een aantal spelers proberen van buiten het 4-kant met een bal de bal van de dribbelaars af te schieten
- Lukt dat, dan wisselen van functie
- Zorg voor voldoende ballen
- Stimuleren – spannend maken!
- Grootte vak: 20 x 20 meter

Kern A: verover de bal



- Per 2-tal één bal. Ze staan tegenover elkaar en men scoort een punt als ze naar elkaar weten te passen (in de voeten)
- Twee verdedigers staan in het vak en proberen het passen te verhinderen
- Veroveren van de bal = 1 punt
- Na 1 minuut wisselen van verdedigers
- De passers mogen de bal niet te lang vasthouden
- Hoe passen? Strak – met een boog - hoog

Kern B: Pilonnenvoetbal



- Je maakt 2 partijen
- Men kan scoren door een pilon op de achterlijn om te schieten
- Zijn de pilonnen te zwaar, dan is het raken van een pilon voldoende (zoveel mogelijk pilonnen gebruiken)

Partij: met 2 grote doelen en keepers

- Doelen dicht bij elkaar zetten, zodat er veel gescoord (geschoten) kan worden
- Partij goed coachen
- Steeds wisselen van keeper bijv. hij die gescoord heeft gaat keepen

