

PION DRIBBELSPEL

DOEL

Uitspelen van één tegen één situatie verbeteren.

ORGANISATIE

- Lengte: 20 meter
- Breedte: 10 meter
- Spelers 1 en 3 dribbelen tegelijk (!) op de middelste 3 pionnen af
- Hier volgt een actie om de pionnen heen
- Vervolgens versnellen naar het poortje
- De speler die als eerst door het poortje gaat, wint
- Daarna beginnen spelers 2 en 4 tegelijk

Makkelijker of moeilijker maken

AANVALLEN MOEILIJKER MAKEN

- Haal de pionnen in het midden weg. Hierdoor dribbelen de spelers op elkaar af en moeten ze hun actie nog beter timen

AANVALLEN MAKKELIJKER MAKEN

- Gebruik in het midden één of twee pionnen, in plaats van drie. Hierdoor wordt het wat makkelijker een actie te maken

Bedoeling van deze oefening

EISEN AAN HET SPEL

- Overdreven met de veter dribbelen
- Proberen de bal bij elke pas aan te raken
- Snelheid houden
- De actie op tijd inzetten

TIP

Zorg ervoor dat het dribbelen constant op een hoog niveau gebeurt. Dat wil zeggen: vaak de bal aanraken en op een hoog tempo. Daarnaast letten op het inzetten van de actie.

