

D-pupillen

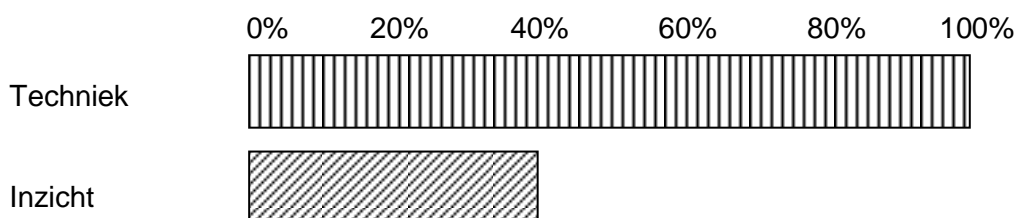
1 TEGEN 1

Ter herinnering:

Doelstellingen voor D-pupillen - datgene wat geleerd moet worden

- Verder ontwikkelen van de techniek in basisvormen en wedstrijddecite situaties.
 - Passen binnenkant voet
 - Aannemen
 - Dribbelen/drijven/passeren
 - Wreeftrap
 - Bal afschermen
 - Koppen
 - Aanvallend
 - verdedigend
 - Sliding
 - Bloktackle
- Verder ontwikkelen van het inzicht in het herkennen van spelbedoelingen (3).
- Het ontwikkelen van het inzicht in de algemene uitgangspunten (4) in de hoofdmomenten (5):
 - balbezit eigen team (teamfuncties opbouwen en aanvallen)
 - balbezit tegenpartij (teamfunctie verdedigen)in de verschillende linies in 11 tegen 11.

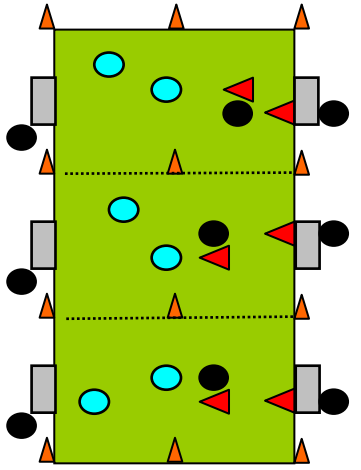
Indicatie coachingsaccenten:



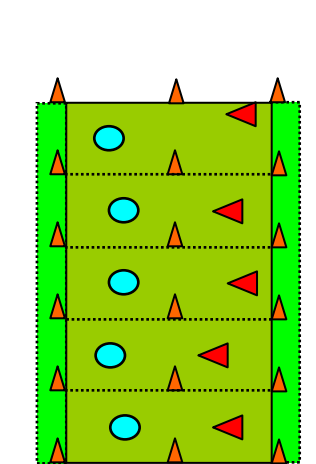
Toelichting doelstelling:

Spelers/speelsters moeten nu eerst leren functioneren binnen een teamorganisatie (1 : 4 : 3 : 3) bij balbezit en balbezit tegenpartij (hoofdmomenten) en de daarbij behorende 3 teamfuncties (opbouwen en aanvallen bij balbezit en verdedigen bij balbezit tegenpartij). De taken behorende bij de positie van de individuele spelers/speelsters dienen daarbij inhoud te krijgen.

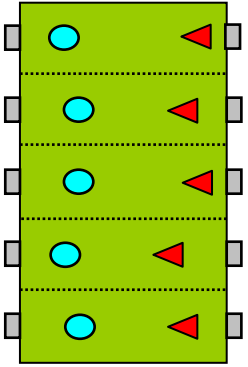
1. Chaos-pingelspel ('1 tegen 2')

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen/Organisatie
 <p data-bbox="560 247 772 295">- 12 spelers per veld - veld: 12 x 20 meter</p> <p data-bbox="560 542 772 694"><u>Materiaal:</u> - 9 ballen - 12 dopjes/pilonnen - 6 doeltjes (van pilonnen) - 6 rode hesjes</p>	<p data-bbox="806 231 1489 359">Spelverloop: Van de balbezitters is er één doelverdediger en de ander aanvaller die moet proberen bij de twee tegenstanders te scoren. Verdedigers proberen dit te voorkomen en vervolgens zelf te scoren.</p> <p data-bbox="806 582 1489 702">Spelregels: 1. Spel begint met dribbel vanaf achterlijn. 2. Bal uit: indribbelen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen vanaf hoekpunt.</p>	<p data-bbox="1500 231 2016 279">Veranderingen:</p> <ul data-bbox="1500 255 1814 279" style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen <p data-bbox="1500 534 2016 566">Organisatie:</p> <ul data-bbox="1500 566 2016 702" style="list-style-type: none"> • Behaalde punten onthouden. • Na ieder wedstrijdje kunnen alle teams met rode hesjes aan één veldje naar links doorschuiven. Zo krijgt men steeds een andere tegenstander.

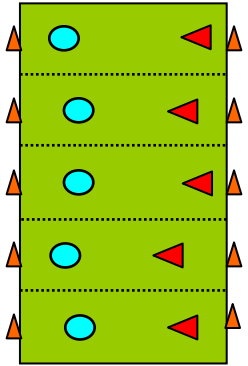
2. 1 tegen 1 lijnvoetbal

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen/Organisatie
 <p data-bbox="560 930 772 978">- 10 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p data-bbox="560 1228 772 1332"><u>Materiaal:</u> - 5 ballen - 18 dopjes/pilonnen - 5 rode hesjes</p>	<p data-bbox="806 914 1489 994">Spelverloop: Spelers met bal proberen bal over achterlijn te dribbelen en in scoorvak stil te leggen. Verdedigers proberen dit te voorkomen.</p> <p data-bbox="806 1297 1489 1409">Spelregels: 1. Spel begint met dribbel vanaf achterlijn. 2. Bal uit: indribbelen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen vanaf hoekpunt.</p>	<p data-bbox="1500 914 2016 962">Veranderingen:</p> <ul data-bbox="1500 941 1814 962" style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen <p data-bbox="1500 1082 2016 1114">Organisatie:</p> <ul data-bbox="1500 1114 2016 1417" style="list-style-type: none"> • Korte wedstrijdjes laten spelen (1 minuut). • Behaalde punten onthouden. • Na ieder wedstrijdje kunnen alle spelers met rode hesjes aan één veldje naar links doorschuiven. Zo krijgt men steeds een andere tegenstander. • Bij een oneven aantal staat de speler die over is buiten het veld met een rood hesje aan. Hij schuift met de spelers met de rode hesjes mee. Zo staat iedere speler één ronde stil.

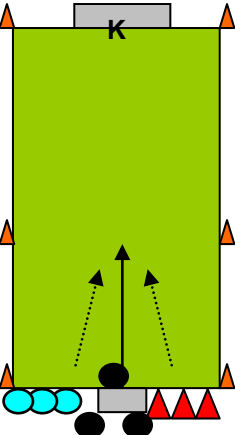
3. 1 tegen 1 met doeltjes

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen/Organisatie
 <p data-bbox="562 245 763 293">- 10 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p data-bbox="562 547 763 692"><u>Materiaal:</u> - 5 ballen - 18 dopjes/pilonnen - 10 doeltjes (van pilonnen) - 5 rode hesjes</p>	<p data-bbox="810 229 1487 309">Spelverloop: Spelers met bal proberen te scoren in doeltje van tegenstander. Verdedigers proberen dit te voorkomen.</p> <p data-bbox="810 587 1301 699">Spelregels: 1. Spel begint met dribbel vanaf achterlijn. 2. Bal uit: indribbelen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen vanaf hoekpunt.</p>	<p data-bbox="1505 229 1816 277">Veranderingen:</p> <ul data-bbox="1505 256 1816 277" style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen <p data-bbox="1505 368 1644 389">Organisatie:</p> <ul data-bbox="1505 400 2018 703" style="list-style-type: none"> • Korte wedstrijdjes laten spelen (1 minuut). • Behaalde punten onthouden. • Na ieder wedstrijdje kunnen alle spelers met rode hesjes aan één veldje naar links doorschuiven. Zo krijgt men steeds een andere tegenstander. • Bij een oneven aantal staat de speler die over is buiten het veld met een rood hesje aan. Hij schuift met de spelers met de rode hesjes mee. Zo staat iedere speler één ronde stil.

4. 1 tegen 1 pilonvoetbal

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen/Organisatie
 <p data-bbox="562 925 763 973">- 10 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p data-bbox="562 1224 763 1321"><u>Materiaal:</u> - 5 ballen - 22 dopjes/pilonnen - 5 rode hesjes</p>	<p data-bbox="810 908 1487 987">Spelverloop: Spelers met bal proberen te scoren door pilon van tegenstander te raken. Verdedigers proberen dit te voorkomen.</p> <p data-bbox="810 1297 1301 1409">Spelregels: 1. Spel begint met dribbel vanaf achterlijn. 2. Bal uit: indribbelen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen vanaf hoekpunt.</p>	<p data-bbox="1505 908 1816 956">Veranderingen:</p> <ul data-bbox="1505 935 1816 987" style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen • meer pilonnen plaatsen <p data-bbox="1505 1078 1644 1099">Organisatie:</p> <ul data-bbox="1505 1110 2018 1414" style="list-style-type: none"> • Korte wedstrijdjes laten spelen (1 minuut). • Behaalde punten onthouden. • Na ieder wedstrijdje kunnen alle spelers met rode hesjes aan één veldje naar links doorschuiven. Zo krijgt men steeds een andere tegenstander. • Bij een oneven aantal staat de speler die over is buiten het veld met een rood hesje aan. Hij schuift met de spelers met de rode hesjes mee. Zo staat iedere speler één ronde stil.

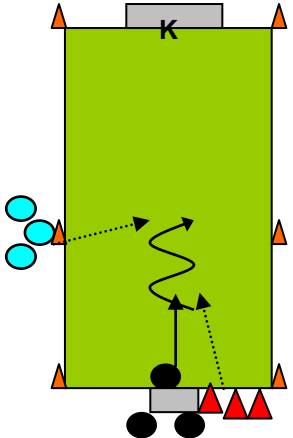
5. 1 tegen 1 na pass (1) (start op gelijke hoogte)

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 10 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 5 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 1 pupillendoel - 1 klein doeltje</p>	<p>Spelverloop: Trainer speelt bal naar voren. Twee spelers sprinten naar de bal en gaan duel aan. Balbezitter scoort op doel met keeper. Verdediger scoort op klein doeltje.</p> <p>Spelregels: 1. Spel begint met pass door trainer. 2. Bal uit: actie over. 3. Hoekschop: actie over.</p>	<p>Veranderingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen • één van de rijtjes krijgt een voorsprong • één van de rijtjes (de aanvallers) worden van opzij onder druk gezet • één van de rijtjes (de aanvallers) worden van voren onder druk gezet

6. 1 tegen 1 na pass (2) (één speler heeft voorsprong en wordt van achteren onder druk gezet)

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 10 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 5 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 1 pupillendoel - 1 klein doeltje</p>	<p>Spelverloop: Trainer speelt bal naar voren. Twee spelers sprinten naar de bal en gaan duel aan. Balbezitter scoort op doel met keeper. Verdediger scoort op klein doeltje. Nadat actie afgesloten is sluit men aan bij het andere rijtje spelers.</p> <p>Spelregels: 1. Spel begint met pass door trainer. 2. Bal uit: actie over. 3. Hoekschop: actie over.</p>	<p>Veranderingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen • spelers starten op gelijke hoogte • één van de rijtjes (de aanvallers) worden van opzij onder druk gezet • één van de rijtjes (de aanvallers) worden van voren onder druk gezet

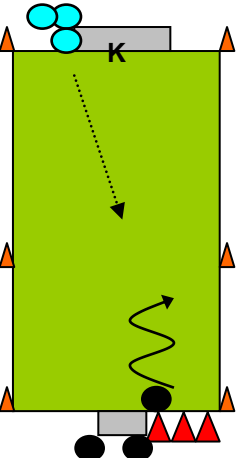
7. 1 tegen 1 na pass (3) (aanvaller/balbezitter wordt van opzij onder druk gezet)

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 10 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 5 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 1 pupillendoel - 1 klein doeltje</p>	<p>Spelverloop: Trainer speelt bal naar voren. Aanvaller neemt bal mee. Balbezitter scoort op doel met keeper. Verdediger scoort op klein doeltje. Nadat actie afgesloten is sluit men aan bij het andere rijtje spelers.</p> <p>Spelregels: 1. Spel begint met pass door trainer. 2. Aanvaller pikt bal op. 3. Bal uit: actie over. 4. Hoekschop: actie over.</p>	<p>Veranderingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen • zowel van links alsook van rechts onder druk zetten • spelers starten op gelijke hoogte • één van de rijtjes krijgt een voorsprong • één van de rijtjes (de aanvallers) worden van voren onder druk gezet

8. 1 tegen 1 na pass (4) (aanvaller/balbezitter wordt van voren onder druk gezet)

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 10 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 5 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 1 pupillendoel - 1 klein doeltje</p>	<p>Spelverloop: Trainer speelt bal naar voren. Aanvaller neemt bal mee. Balbezitter scoort op doel met keeper. Verdediger scoort op klein doeltje. Nadat actie afgesloten is sluit men aan bij het andere rijtje spelers.</p> <p>Spelregels: 1. Spel begint met pass door trainer. 2. Aanvaller pikt bal op. 3. Bal uit: actie over. 4. Hoekschop: actie over.</p>	<p>Veranderingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen • zowel van links alsook van rechts onder druk zetten • spelers starten op gelijke hoogte • één van de rijtjes krijgt een voorsprong • één van de rijtjes (de aanvallers) worden van opzij onder druk gezet

9. 1 tegen 1 (1) (balbezitter wordt van voren onder druk gezet)

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p data-bbox="562 245 763 293">- 10 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p data-bbox="562 520 770 639"><u>Materiaal:</u> - 5 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 1 pupillendoel - 1 klein doeltje</p>	<p data-bbox="808 229 958 252">Spelverloop: Aanvaller dribbelt vanaf achterlijn. Balbezitter scoort op doel met keeper. Verdediger scoort op klein doeltje. Nadat actie afgesloten is sluit men bij het andere rijtje spelers.</p> <p data-bbox="808 587 1088 695">Spelregels: 1. Spel begint met dribbel. 2. Bal uit: actie over. 3. Hoekschop: actie over.</p>	<p data-bbox="1503 229 1682 252">Veranderingen:</p> <ul data-bbox="1503 256 2016 368" style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen • balbezitter wordt van achteren onder druk gezet. • balbezitter wordt van opzij onder druk gezet

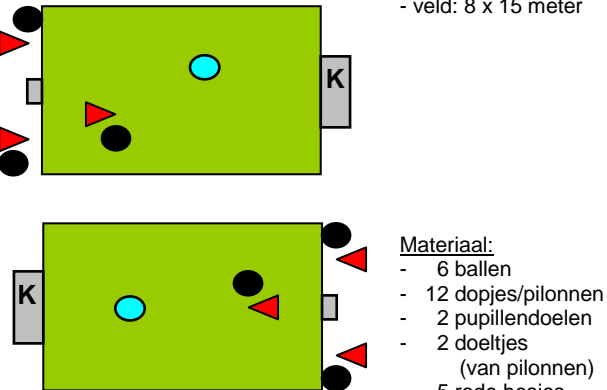
10. 1 tegen 1 (2) (balbezitter wordt van achteren onder druk gezet)

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p data-bbox="562 927 763 975">- 10 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p data-bbox="562 1201 770 1321"><u>Materiaal:</u> - 5 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 1 pupillendoel - 1 klein doeltje</p>	<p data-bbox="808 909 958 932">Spelverloop: Aanvaller dribbelt vanaf achterlijn. Balbezitter scoort op doel met keeper. Verdediger start vanaf zijlijn als aanvaller pilonnen gepasseerd is en scoort op klein doeltje. Nadat actie afgesloten is sluit men aan bij het andere rijtje spelers.</p> <p data-bbox="808 1297 1193 1406">Spelregels: 1. Spel begint met pass door trainer. 2. Bal uit: actie over. 3. Hoekschop: actie over.</p>	<p data-bbox="1503 909 1682 932">Veranderingen:</p> <ul data-bbox="1503 936 2016 1102" style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen • plaats van startpilon verder naar voren of naar achteren plaatsen • balbezitter wordt van opzij onder druk gezet • balbezitter wordt van voren onder druk gezet

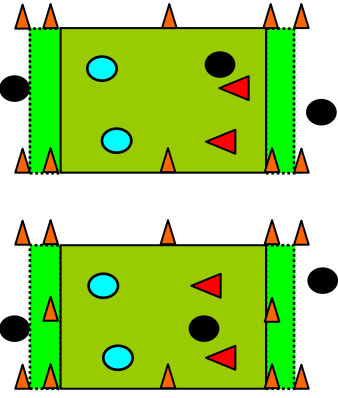
11. 1 tegen 1 (3) (balbezitter wordt van opzij onder druk gezet)

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 10 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 5 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 1 pupillendoel - 1 klein doeltje</p>	<p>Spelverloop: Aanvaller dribbelt vanaf achterlijn. Balbezitter scoort op doel met keeper. Verdediger start tegelijk vanaf zijlijn en scoort op klein doeltje. Nadat actie afgesloten is sluit men aan bij het andere rijtje spelers.</p> <p>Spelregels: 1. Spel begint met pass door trainer. 2. Aanvaller pikt bal op. 3. Bal uit: actie over. 4. Hoekschop: actie over.</p>	<p>Veranderingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen • zowel van links alsook van rechts onder druk zetten • plaats van startpilon verder naar voren of naar achteren plaatsen • balbezitter wordt van achteren onder druk gezet. • balbezitter wordt van voren onder druk gezet

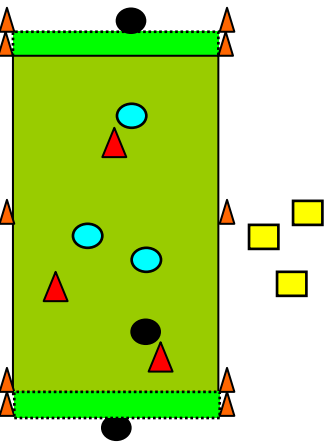
12. 1 tegen 1 met keeper

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen/Organisatie
 <p>- 10 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 6 ballen - 12 dopjes/pilonnen - 2 pupillendoelen - 2 doeltjes (van pilonnen) - 5 rode hesjes</p>	<p>Spelverloop: Spelers met bal proberen te scoren door bal in doel van keeper te schieten. Verdedigers proberen dit te voorkomen en scoren op klein doeltje.</p> <p>Spelregels: 1. Spel begint met dribbel door aanvaller. 2. Bal uit: indribbelen vanaf zijlijn of actie is voorbij en volgende aanvaller start. 3. Hoekschop: bal indribbelen vanaf hoekpunt of actie is voorbij en volgende aanvaller start.</p>	<p>Veranderingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen <p>Organisatie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Korte wedstrijdjes laten spelen (1 minuut). • Gescoorde doelpunten onthouden. • Spelers blijven steeds op hun eigen veldje of schuiven na de actie door naar volgend veldje. • Eventueel kunnen op ieder veldje twee verdedigers spelen die elkaar na iedere aanvaller afwisselen. • De verdedigers worden gewisseld op teken van de trainer. • Verdediger wisselt als er 3, 4 of 5 keer achter elkaar niet gescoord is.

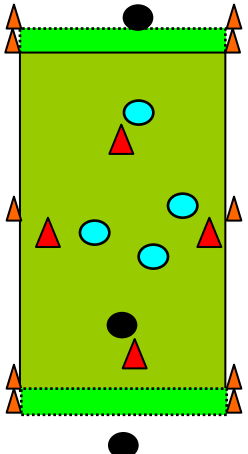
13. 2 tegen 2 lijnvoetbal

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen/Organisatie
 <p>- 8 spelers per veld - veld: 12 x 20 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 6 ballen - 20 dopjes/pilonnen - 4 rode hesjes</p>	<p>Spelverloop: Spelers met bal proberen bal via samenspel en/of individuele acties over achterlijn te dribbelen en in scoorvak stil te leggen. Verdedigers proberen dit te voorkomen.</p> <p>Spelregels: 1. Spel begint met dribbel vanaf achterlijn. 2. Bal uit: indribbelen of inpassen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen of inpassen vanaf hoekpunt.</p>	<p>Veranderingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> veld vergroten/verkleinen <p>Organisatie:</p> <ul style="list-style-type: none"> Behaalde punten onthouden. Na ieder wedstrijdje krijgt men een andere tegenstander. Bij een oneven aantal spelers wordt er één drietal geformeerd. Elke keer als het spel 'dood' is (uit, achter, doelpunt) wordt er in het drietal doorgeschoven.

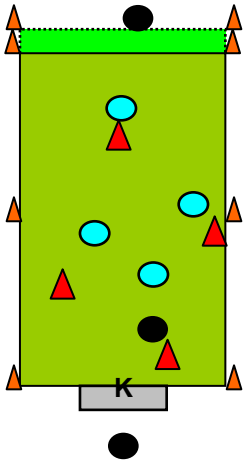
14. 3 tegen 3 lijnvoetbal

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen/Organisatie
 <p>- 6 spelers per veld - veld: 15 x 25 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 10 dopjes/pilonnen - 3 rode hesjes - 3 gele hesjes</p>	<p>Spelverloop: Spelers met bal proberen bal via samenspel en/of individuele acties over achterlijn te dribbelen en in scoorvak stil te leggen. Verdedigers proberen dit te voorkomen.</p> <p>Spelregels: 1. Spel begint met dribbel vanaf achterlijn. 2. Bal uit: indribbelen of inpassen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen of inpassen vanaf hoekpunt.</p>	<p>Veranderingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> veld vergroten/verkleinen <p>Organisatie:</p> <ul style="list-style-type: none"> Behaalde punten onthouden. Na ieder wedstrijdje krijgt men een andere tegenstander. Als er 9 spelers zijn kan er een extra team gemaakt worden dat langs de kant staat en gaat spelen als er bijvoorbeeld 2 of 3 doelpunten gemaakt zijn. Het winnende team wordt dan gewisseld.

15. 4 tegen 4 lijnvoetbal

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen/Organisatie
 <p data-bbox="560 247 772 295">- 8 spelers per veld - veld: 20 x 35 meter</p> <p data-bbox="560 550 772 646"><u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 10 dopjes/pilonnen - 4 rode hesjes</p>	<p data-bbox="806 231 963 255">Spelverloop:</p> <p data-bbox="806 255 1489 335">Spelers met bal proberen bal via samenspel en/of individuele acties over achterlijn te dribbelen en in scoorvak stil te leggen. Verdedigers proberen dit te voorkomen.</p> <p data-bbox="806 582 952 606">Spelregels:</p> <ol data-bbox="806 614 1489 702" style="list-style-type: none"> 1. Spel begint met dribbel vanaf achterlijn. 2. Bal uit: indribbelen of inpassen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen of inpassen vanaf hoekpunt. 	<p data-bbox="1500 231 1691 255">Veranderingen:</p> <ul data-bbox="1500 255 1814 279" style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen <p data-bbox="1500 646 1646 670">Organisatie:</p> <ul data-bbox="1500 678 1859 702" style="list-style-type: none"> • Behaalde punten onthouden.

16. 4 tegen 4 lijnvoetbal in combinatie met scoren op doel

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen/Organisatie
 <p data-bbox="560 925 772 973">- 9 spelers per veld - veld: 20 x 35 meter</p> <p data-bbox="560 1220 772 1316"><u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 8 dopjes/pilonnen - 4 rode hesjes</p>	<p data-bbox="806 909 963 933">Spelverloop:</p> <p data-bbox="806 933 1489 1045">Spelers met bal proberen bal via samenspel en/of individuele acties over achterlijn te dribbelen en in scoorvak stil te leggen. Verdedigers proberen dit te voorkomen en te scoren in het doel.</p> <p data-bbox="806 1268 952 1292">Spelregels:</p> <ol data-bbox="806 1300 1489 1404" style="list-style-type: none"> 1. Spel begint met dribbel vanaf achterlijn of inrollen vanaf de keeper. 2. Bal uit: indribbelen of inpassen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen of inpassen vanaf hoekpunt. 	<p data-bbox="1500 909 1691 933">Veranderingen:</p> <ul data-bbox="1500 933 1993 1021" style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen • spelen met andere aantallen (2 tegen 2 of 3 tegen 3) <p data-bbox="1500 1324 1646 1348">Organisatie:</p> <ul data-bbox="1500 1356 2004 1380" style="list-style-type: none"> • Na verloop van tijd wisselen van speelhelft.