

Spelprincipe 1 (verdedigen)

Als team meebewegen met de bal



Partijspel 4+2:4+2

Organisatie en inhoud

Beide teams hebben zes spelers. Het veld is in de lengte opgedeeld in vier vakken. Als hiervoor de materialen aanwezig zijn kunnen de twee middelste vakken ook nog eens in de breedte worden opgedeeld in vier vakken, bijvoorbeeld met behulp van platte dopjes.

Als de vier blauwe opbouwers in balbezit zijn, spelen ze de bal rond op zoek naar de twee blauwe spitsen. De bal moet onder kniehoogte blijven, anders gaat het balbezit naar het andere team. Als een spits de bal ontvangt, mag het rode viertal het eigen vak verlaten en 'achteruit' drukzetten om een doelpunt te voorkomen.

Coaching

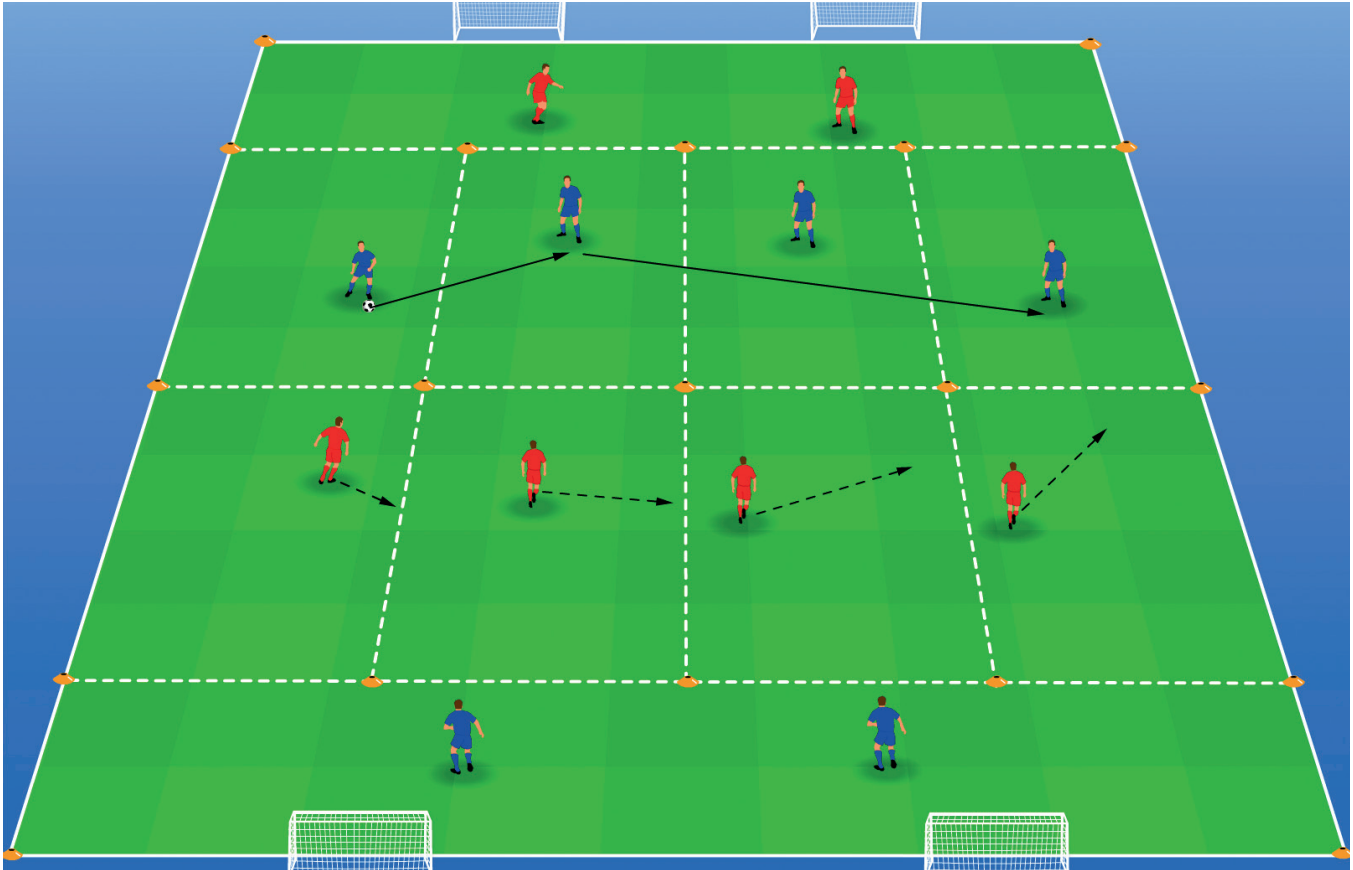
De focus ligt op het meebewegen met de bal van de vier middelste spelers die verdedigen. Het is het meest logisch als dit middenvelders zijn, maar dit kunnen ook verdedigers zijn. Zij moeten niet alleen meebewegen van kant naar kant, maar ook de passlijnen naar de spitsen eruit halen.

Methodiek

Een logische methodische stap is de mogelijkheid voor tegenstanders om druk te zetten op het viertal in balbezit. Dat kan een speler van het viertal zijn (vooruit druk), of een van de twee spitsen (achteruit druk). Het doel blijft om een van de spitsen te bereiken.

Spelprincipe 1 (verdedigen)

Als team meebewegen met de bal



Partijspel met vakken

Organisatie en inhoud

Het veld is verdeeld in vier vakken in de lengte en drie in de breedte. Dit kan worden gedaan met pylonen aan de zijkanten of met platte dopjes in het veld. De vakken dienen als referentiepunt.

Het verdedigende team speelt, zowel in de lengte als in de breedte, in maximaal twee vakken. Het heeft telkens maximaal vijf seconden om dit voor elkaar te krijgen als er van vak wordt gewisseld. Voor elke keer dat de compacte organisatie niet binnen vijf seconden is geformeerd, krijgt het andere team na afloop van de partij een vrije schietkans vanaf twintig meter.

Coaching

Met de vakken en de bijbehorende regel wordt er op impliciete wijze van de spelers gevraagd om telkens mee te bewegen met de bal. De spelers houden daarvoor automatisch de onderlinge afstanden klein. In de breedte (kantelen), maar ook in de lengte (opsluiten en terugsluiten). Als de spitsen het initiatief nemen om door te dekken op de keeper, betekent dat automatisch dat de verdedigers moeten opsluiten.

Methodiek

Als dit langere tijd goed gaat, kan het verdedigen moeilijker worden gemaakt door het veld te vergroten. Ook kan de tijd die een team krijgt om van vak te wisselen worden ingekort, bijvoorbeeld naar drie seconden.

Spelprincipe 1 (verdedigen)

Als team meebewegen met de bal



Partijspel in ondertal

Organisatie en inhoud

Het rode zetal heeft, exclusief de keeper, twee spelers minder. Zij spelen met een keeper, vier verdedigers en twee middenvelders. Het blauwe achttal neemt een flexibele formatie aan en begint met de bal. Zij proberen te scoren in het grote doel. In totaal krijgen zij tien keer de bal uit.

Er wordt doorgespeeld tot de bal uit gaat of er gescoord wordt. Veroverd rood de bal, dan kunnen zij scoren op de drie kleine doeltjes op de middenlijn. Lukt dit, dan gaat er voor blauw een punt af. Rood begint met een 1-0 voorsprong. Na tien aanvallen wint het team met de meeste punten.

Coaching

Het meebewegen met de bal door het rode zetal en de keeper staat centraal. Omdat zij met twee veldspelers minder spelen, moeten ze ver meekantelen om niet overlopen te worden. Ook in de lengteas is meebewegen belangrijk. Dreigt er een dieptebal, dan halen zij de diepte eruit door een paar meter af te stappen richting de eigen keeper. Speelt blauw de bal terug, dan sluiten zij juist op om niet te ver in het eigen strafschoepgebied uit te komen.

Methodiek

Doet rood het goed, dan kan blauw met extra spelers spelen, tot maximaal tien veldspelers. Gaat zelfs dat goed, dan kan er een controleur bij rood worden weggehaald. Eventueel kan rood zelfs spelen met alleen een keeper en vier verdedigers.