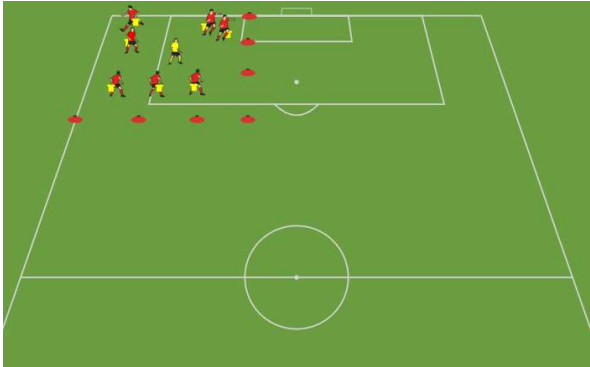
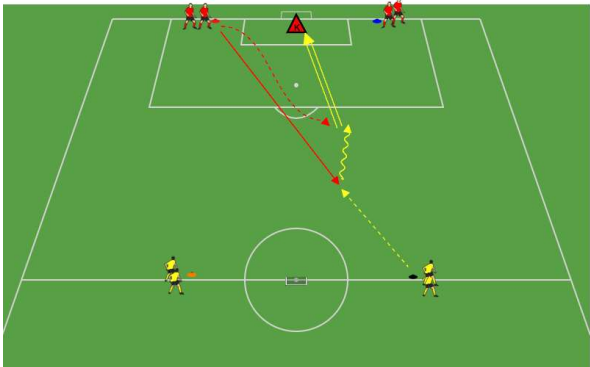
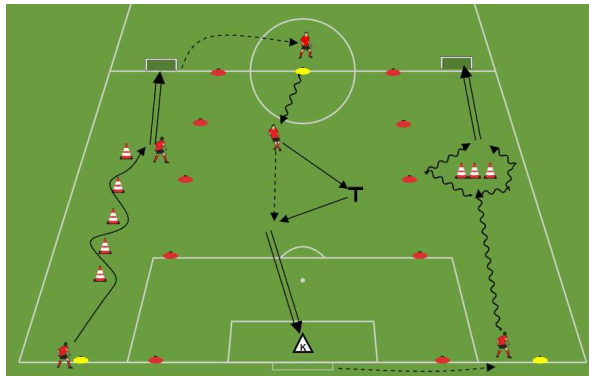


## Training 17/10

<p><b>Naam:</b> Ulrich Dhondt Bart Matthijs Verbruggen Mike</p>	<p><b>Aantal:</b> <b>Categorie/niveau:U8-U9</b></p>	<p><b>Materiaal:</b> <b>8 tal kegels, (gekleurde) potjes, 2 U7 doelen, touwladder, hesjes</b></p>
<p><b>Ontwikkelingsdoelen:</b> <b>B+ en SCOREN</b></p>		
<p><b>Richtlijnen en coachingswoorden:</b></p>		
<p><b>STARTSPEL (integratie MSfF)</b></p>		
	<p><b>Organisatie : Wolf vs konijntjes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Terrein : 20 x 15m</li> <li>- 1 Hesje per speler. Jager doet dit aan, konijntjes laten dit als staartje uit de broek hangen</li> <li>- witte potjes voor belijning)</li> </ul> <p><b>Beschrijving:</b></p> <p>De wolf lust graag konijntjes en tracht de staartjes te nemen. Konijntjes proberen uiteraard weg te vluchten van de wolf.</p> <p>1° fase : Staart afgepakt? → nieuwe wolf Volgende fase : staart afgepakt? → extra wolf</p> <p><b>Tijdsduur:</b> 5-10'</p> <p><b>Coaching:</b> Fun – wie blijft als laatste over?</p>	
<p><b>WEDSTRIJDVORM 1</b></p>		
	<p><b>Organisatie : [K+1/1]</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Terrein : ½ duiveltjes veld (25 x 17,5m)</li> <li>- 2 doelen (2x5 en 1,5x2)</li> <li>- 4 verschillende kleuren potjes</li> <li>- (desgevallend witte potjes voor belijning)</li> </ul> <p><b>Beschrijving:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aan elk gekleurd potje staan 2 spelers. Rood (V) en Geel (A). Trainer roept kleur van potje van (V) en van (A). (V) speelt in op genoemd potje van (A) en begeeft zich na inspeelpass in speelveld. (A) neemt bal aan en tracht na actie/dribbel tot scoringskans te komen.</li> <li>- In golven (elke golf duurt max 30')</li> <li>- Na 6' wisselen (V) en (A) van rol</li> </ul> <p><b>Tijdsduur:</b> 12'</p> <p><b>Coaching:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inspeelpass &amp; controle verzorgen</li> <li>- Bal leiden en dribbel (ACTIE)</li> <li>- Trappen op doel zodra scoringskans zich voordoet (TRAP)</li> </ul>	

## TUSSENVORM 1



### **Organisatie : Doelenparcours**

- Terrein : ½ duiveltjes veld (25 x 17,5m)
- 1 doel (2 x 5m) - 2 doelen (1,5x2m)
- potjes opsplisting in 3 stroken – 8 tal kegels

### **Beschrijving:**

Spelers leggen het volledige parcours en krijgen 3 scoringskansen.

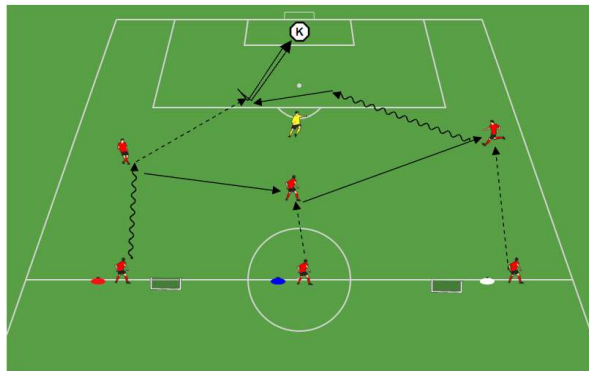
- 1) Slalom ts. kegels (1m) + afwerking op klein doel
- 2) Indribbelen en 1-2 met trainer + afwerking op groot doel
- 3) Indribbelen, actie maken voor kegelmuur, rond muur en afwerken op klein doel

**Tijdsduur:** 12'

### **Coaching:**

- Bij leiden/dribbelen bal kort bij voet houden (TIK – KORT)
- Gericht trappen (KIJK - TRAP)

## WEDSTRIJDVORM 2



### **Organisatie : [3/K+1]**

- Terrein : ½ duiveltjes veld (25 x 17,5m)
- 1 doel (2 x 5m) - 2 doelen (1,5x2m)
- witte potjes voor belijning – 3 gekleurde potjes
- hesjes

### **Beschrijving:**

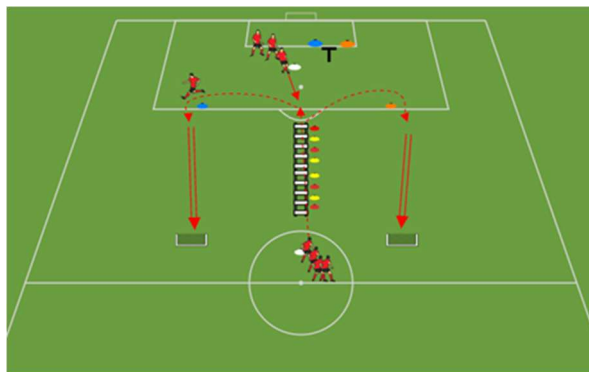
- Verdedigers (GEEL – Aanvallers (Rood)
- Trainer roept kleur van potje, aanvaller van dat kleur drijft op met bal geflankeerd door 2 medespelers en trachten in het grote doel af te werken. B+ houden belangrijk!
- Verdediger (Geel) tracht in B+ te komen en te scoren in 1 van de 2 kleine doeltjes
- In golven – elke golf max 30''
- A & V omwisselen na enige tijd

**Tijdsduur:** 12'

### **Coaching:**

- Actie proberen te ontlocken (ACTIE)
- Trappen zodra doelrijpe kans (TRAP)

## TUSSENVORM 2



### **Organisatie**

- Terrein : ½ duiveltjes veld (25 x 17,5m)
- 2 doelen (1,5x2m)
- 5 soorten gekleurde potjes
- ladder

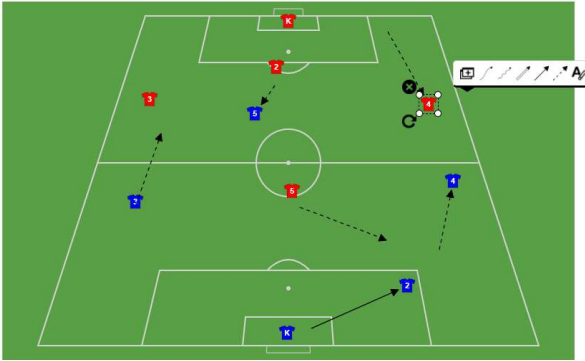
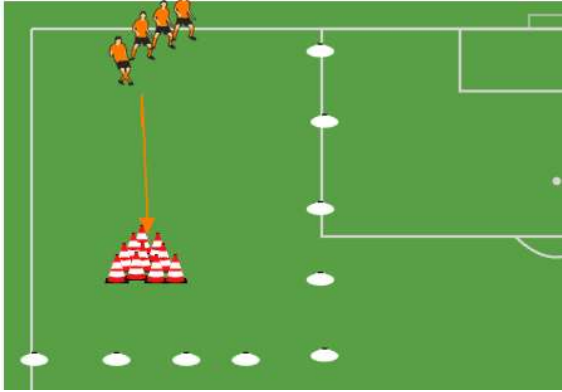
### **Beschrijving:**

- Op signaal vertrekt speler richting loopladder. Ligt een rood potje naast de ladder dan spring je op 1 been in vak, bij een geel potje met 2.
- Na uitloop loopladder wordt hij aangespeeld door ploeggenoot (vanop 4-5m), hij kijkt daarbij naar de trainer welk kleur van potje hij opsteekt waarna hij met de bal rond het desbetreffende potje heen draait en afwerkt op het daarbijhorende doel.
- De 'passeur' gaat de bal halen en sluit aan bij de groep voor de loopladder. De afwerker van dienst gaat aansluiten bij de 'passing' groep.

**Tijdsduur:** 12'

### **Coaching:**

- Hoofd horizontaal houden voor scannen kleur (KIJK)
- Controle verzorgen en bal meenemen (CONTROLE)
- Gericht trappen op doel (KIJK-TRAP)

<p><b>WEDSTRIJDVORM 3</b></p> 	<p><b>Organisatie : [K+4/K+4]</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Terrein : duiveltjesveld (25 x 35m)</li> <li>- 2 doelen (2 x 5m)</li> <li>- Hesjes voor teamverdeling</li> <li>- Witte potjes voor belijning</li> </ul> <p><b>Beschrijving:</b> Echte matchvorm U8 Rood vs Blauw Focus op scoren – inschatten van correcte doelkans om te trappen</p> <p><b>Tijdsduur:</b> 12'</p> <p><b>Coaching:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Actie proberen te ontlokken (ACTIE)</li> <li>- Trappen zodra doelrijpe kans (TRAP)</li> <li>- FUNfactor :wie wint CL? Chelsea of Bayern?</li> </ul>
<p><b>COOLING DOWN</b></p> 	<p><b>Organisatie/ Beschrijving: Bowling</b></p> <p>Oppervlakte 18 x 18m 10 kegels</p> <p>Bowling : elk om beurt probeert elke speler zoveel mogelijk kegels omver te trappen met 2 ballen.</p> <p>Tijdsduur: 5'</p> <p>Coaching: Gericht trappen. Wie haalt hoogste score?</p>