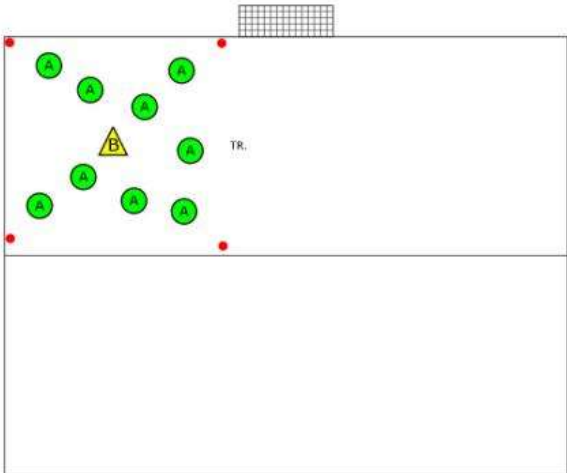
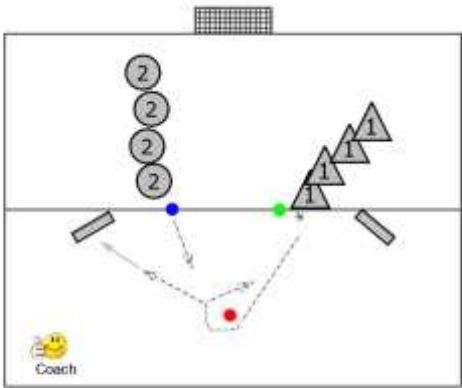




Naam: Jeugdwerking KSAV St. Dimpna Thema: Druk zetten, duel of remmend wijken	Aantal: 8 + 2K Cat/niveau: MB	Materiaal: 10 ballen, 4x2 hesjes, markeerhoedjes, kegels, 2 duiveltjesdoelen
Richtlijnen en coachingswoorden: 1. Druk zetten op de aanvaller : 2. In duel gaan met de aanvaller : 3. De aanvaller afremmen: 4. Niet te snel opgaan: "Zet druk" "Duel aangaan" "Opvangen" "Niet happen"		
OPWARMING 	Tikkertje (20') Beschrijving: • ¼ van duiveltjesveld • 1 tikker, • 1) na fluitsignaal lopen de spelers willekeurig rond in de afgebakende zone, de tikker probeert zoveel mogelijk spelertjes te tikken in een ½ minuut (zo komt iedereen aan de beurt) • 5' • FUN wie tikt de meeste spelertjes Coaching: • Richtlijn en coaching: 1	
WEDSTRIJDVORM 1 	vereenvoudigde vorm in golven (15') Beschrijving Verdeel de in 2 ploegjes = 1 en 2 1 start met de bal en drib naar potje rood Als 1 bij potje rood is start 2 die gaat verdedigen op 1. 1 kan scoren in beide doeltjes. Accent op draaien met de bal!!!! Punt voor als het doelpunt is 2 kan punten maken door de bal af te nemen en ook te scoren. Wisselen na 7 minuten Coaching: 1,2 en 3	



TUSSENVORM 1	Duel (15 ') Beschrijving: • ½ Duiveltjesveld • Op de 2 helften dezelfde oefening uitvoeren • Trainer staat tussen de 2 spelers • Als trainer de bal vooruit schiet ,mogen de spelertjes vertrekken en het duel aangaan ,en proberen te scoren • 10' • FUN: welke speler scoort het meeste doelpunten? Coaching: Richtlijnen en coaching: 1/2/3/4
WEDSTRIJDVORM 2	2+K/2+K (20 ') Beschrijving: • Duiveltjesveld • Wedstrijdreglement • Wedstrijd begint na de trainer de bal in het veld gooit • 2x5' • FUN: welke ploeg wint de wedstrijd? Coaching: • Richtlijnen en coaching: 1/2/3/4
COOLING DOWN	Penalty cup Beschrijving: • Penalty cup • 5' • die scoort mag nog eens • die mist gaat de kegeltjes opruimen