

## Description

### Techniek (15 mins)

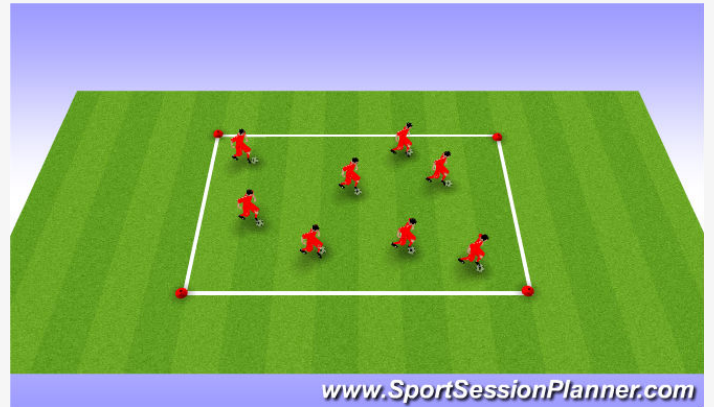
**Doel:** Verbeteren van de balcoördinatie: Snelvoetenwerk en dribbelen en drijven

**Coachpunten:**

- Vaak de bal raken.
- Beetje door de knieën zakken.

**Opbouw/Variatie:**

- 1: Snel voeten werk
- 2: Snel voeten werk op de bal
- 3: Dribbelen
- 4: Bal afrollen met de voet.
5. Kat en muis



### Afwerken (15 mins)

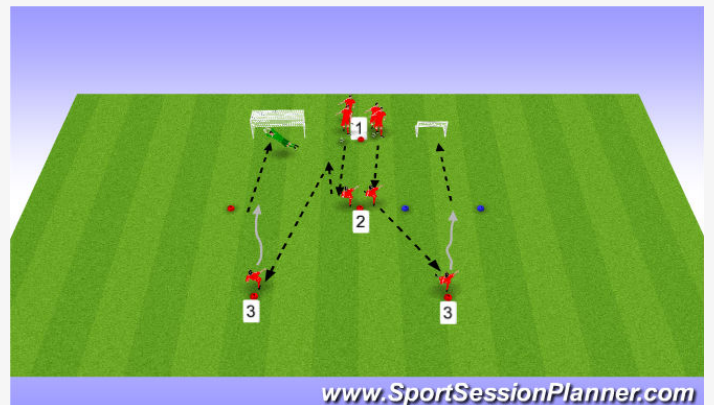
**Doel:** Verbeteren van het pass en trappen en komen tot scoren

**Coachpunten:**

- Passen met de binnenkant van de voet.
- Op het grote doel schieten met de wreef.
- Op het kleine doel schieten met de binnenkant van de voet.

**Opbouw/Variatie:**

- 1: Speler 2 draait open en passt op speler 3. Speler 3 dribbelt schiet op doel.
- 2: Speler 2 kaatst op speler 1. Speler 1 speelt naar speler 3. Speler 3 dribbelt en scoort.
3. Eventueel een wedstrijd van maken; welk team scoort als eerste 5 doelpunten.



### Positiespel (15 mins)

**Doel:** Positiespel verbeteren

**Coachpunten:** Driehoeken maken, vrijlopen, passen met binnenkant voet, aannemen met binnenkant voet, buitenste been inspelen.

**Opbouw/Variatie:**

Positiespel 3 v 1, nieuwe nadrukken leggen t.o.v. vorige week.

Met nieuwe regels:

- 30 sec in het midden, speler die de meeste ballen onderschept wint
- max 2 keer raken
- verplicht 2 keer raken



## Partijvorm (15 mins)

**Doel:** Partijspel met één groot doel: 4 tegen 4 plus 1 keeper.

**Coachpunten:**

- Acties maken.

**Opbouw/Variatie:**

Vrij spel

