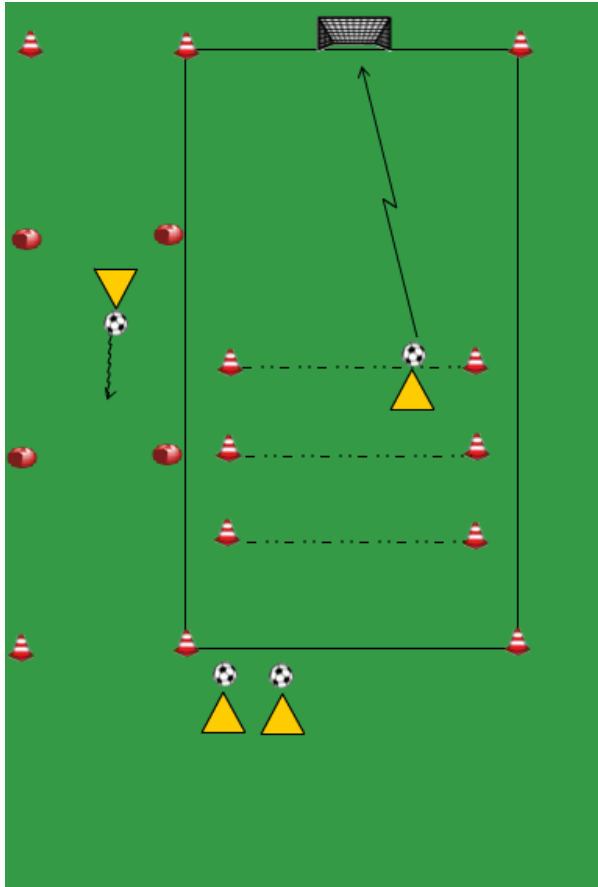




## DOELSCHIETSPEL HOOG - LAAG



### Organisatie

#### Regels:

- spelers kunnen scoren door de bal stil te leggen op 8 meter van het doel en te scoren
- bal boven de lijn en hoog in het doel = 3 punten / bal onder de lijn en in het doel = 1 punt. Wanneer je 5 punten of meer hebt ga je naar de volgende lijn (10 meter). Wanneer je wederom 5 punten of meer hebt ga je naar de kampioenslijn (12 meter)
- wie het eerst 5 punten of meer haalt vanaf de kampioenslijn heeft gewonnen
- wordt 2 x achter elkaar van een bepaalde lijn gemist dan ga je weer een lijn dichter naar het doel toe
- punten tellen alleen wanneer de speler via het 'slootje' teruggedribbelt naar de beginpositie

#### Organisatie:

afmeting: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid

- lengte: 15-20 meter
- breedte: 10-12 meter

#### Aantal spelers:

- 4-5 spelers

#### Materiaal:

- 4-5 ballen
- 10 pionnen
- 6-8 hoedjes
- 1 grote doel (5 x 2 meter)
- 1 spanband

### Inhoud

#### Karakteristiek:

#### Aanvallen

- scoren door te schieten op een groot doel (binnenkant of met de wreef)

#### Eisen aan het spel:

#### Aanvallen

- dribbelen en stilleggen van de bal
- schieten op het doel (binnenkant of wreef)

### Methodiek

Aanvallen moeilijker maken / Verdedigen makkelijker maken

- afstand naar het doel groter maken (10 – 12 – 14 meter)
- schieten van een rollende bal
- schieten vanaf schuin links of rechts van het doel
- schieten met het 'verkeerde' been
- 1 tegen 1 (+k) grote doelen tegenstander van achteren (oefenvorm 2.8) of 1 tegen 1 (+k) grote doelen tegenstander van de zijkant (oefenvorm 2.7)

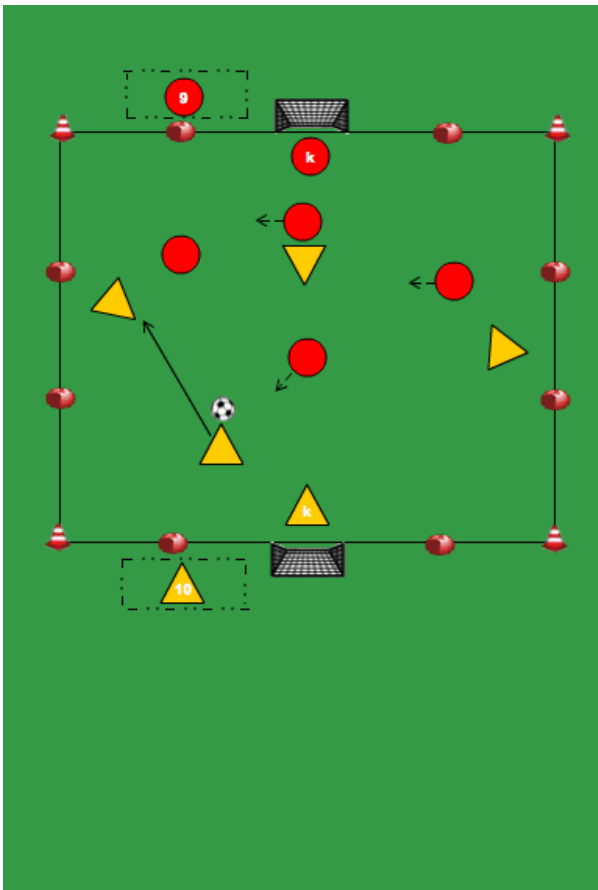
Aanvallen makkelijker maken / Verdedigen moeilijker maken

- afstand naar het doel kleiner maken
- doelschietspel met pionnen (voorfase 2.1 – variant)

#### Tip:

- zorg dat de volgende speler pas start nadat de bal op doel is geschoten (niet te snel achter elkaar)
- alternatieve oefenvormen zijn: doelschietspel met keeper (voorfase 2.1) of met pionnen (voorfase 2.1 – variant)

## 4 (+K) TEGEN 4 (+K) MET 2 GROTE DOELEN



### Organisatie

#### Regels:

- beide teams kunnen scoren op een groot doel
- als de bal uit is inpassen
- bij een hoekschop starten bij de eigen keeper

#### Organisatie:

afmeting: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid

- lengte: 30-35 meter
- breedte: 40 meter

#### Aantal spelers:

- 10-12 spelers
  - 11 of 12 spelers
- (doorwisselen na elk doelpunt, achterbal of hoekschop)

#### Materiaal:

- 8 ballen
- 4 pionnen
- 10 hesjes (5 om 5)
- 2 grote doelen (5 bij 2 meter)
- 16 hoedjes

### Inhoud

#### Karakteristiek:

- Aanvallen
- scoren
  - vrij komen met en zonder bal
  - medespelers in scoringspositie brengen, bal goed klaarleggen
  - spelvoortzetting van de doelverdediger belangrijk

#### Verdedigen

- doelpogingen voorkomen
- verwerken van schoten op het doel door de doelverdediger

#### Eisen aan het spel:

#### Aanvallen

- doelgericht
- zeer goed verzorgd positieospel
- zodra bal vrij is, schieten
- passeeracties om bal vrij te krijgen (schijnbeweging)
- nauwkeurig en met juiste balsnelheid aangooien/-rollen door de doelverdediger

#### Verdedigen

- scherp op balbezittende tegenstander dekken
- niet uitgespeeld worden, niet laten passeren
- niet terugwijken naar eigen doel
- schot blokkeren
- verwerken van schoten op het doel

### Methodiek

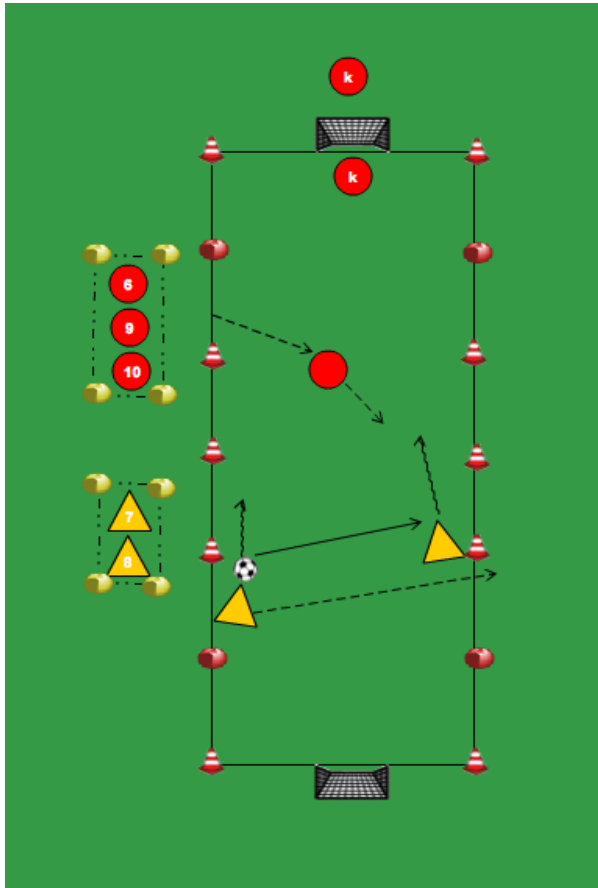
Aanvallen moeilijker maken / Verdedigen makkelijker maken

- veld smaller maken
- verdedigende team belonen wanneer ze de bal veroveren op helft tegenpartij en scoren (eerder druk zetten)

Aanvallen makkelijker maken / Verdedigen moeilijker maken

- veld langer maken

## 1 TEGEN 1 (+K) GROTE DOELEN TEGENSTANDER VAN VOREN



### Organisatie

#### Regels:

- beide teams kunnen scoren op een groot doel
- als de bal uit is volgende aanvaller en verdediger

#### Organisatie:

- afmeting: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid
- lengte: 32 meter
- breedte: 10-12 meter
- een variatie is de vorm waarbij de trainer-coach steeds de 1e bal inspeelt op de speler die moet starten (aannemen en vervolgens dribbelen / schieten)

#### Aantal spelers:

- 4-10 spelers
- keepers wisselen door om de 5 aanvalspogingen
- spelers wisselen door na elke aanval of wanneer de bal uit is

#### Materiaal:

- 8 ballen
- 10 pionnen
- 10 hesjes (5 om 5)
- 2 grote doelen (5 bij 2 meter)
- 12 hoedjes

### Inhoud

#### Karakteristiek:

#### Aanvallen

- scoren op groot doel met keeper

#### Verdedigen

- positioneel zeer goed verdedigen
- tegenstander dwingen naar een zijkant / tot het maken van fouten
- bal afpakken

#### Eisen aan het spel:

#### Aanvallen

- goede eerste aanname (vooruit en in de loop)
- overzicht in de situaties en het kiezen van het juiste moment

en de richting van de passeeractie / kappen

- het afsnijden van de pas van de tegenstander en het afschermen van de bal

#### Verdedigen

- bal blijven zien
- zonder overtredingen het scoren van de tegenstander beletten
- overzicht houden, herkennen van het juiste moment om een aanval op de bal te doen

### Methodiek

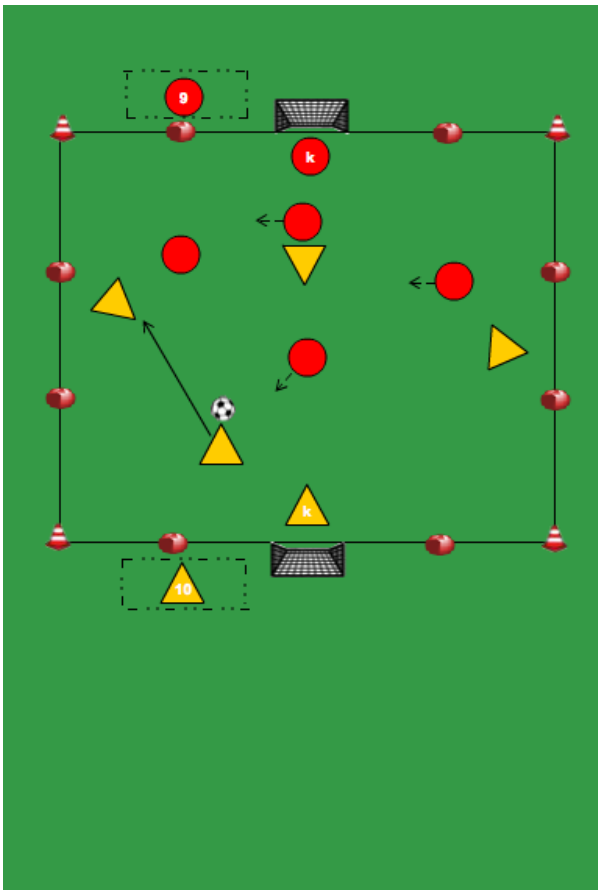
Aanvallen moeilijker maken / Verdedigen makkelijker maken

- veld smaller maken
- verdediger korter op de situatie laten starten (spelen met de afstanden tussen de pionnen)

Aanvallen makkelijker maken / Verdedigen moeilijker maken

- veld breder maken
- verdediger verder van de situatie laten starten (spelen met de afstanden tussen de pionnen)
- oefenvorm 3.8

## 4 (+K) TEGEN 4 (+K) MET 2 GROTE DOELEN



### Organisatie

#### Regels:

- beide teams kunnen scoren op een groot doel
- als de bal uit is inpassen
- bij een hoekschop starten bij de eigen keeper

#### Organisatie:

afmeting: afhankelijk van leeftijd en vaardigheid

- lengte: 30-35 meter
- breedte: 40 meter

#### Aantal spelers:

- 10-12 spelers
  - 11 of 12 spelers
- (doorwisselen na elk doelpunt, achterbal of hoekschop)

#### Materiaal:

- 8 ballen
- 4 pionnen
- 10 hesjes (5 om 5)
- 2 grote doelen (5 bij 2 meter)
- 16 hoedjes

### Inhoud

#### Karakteristiek:

- Aanvallen
- scoren
  - vrij komen met en zonder bal
  - medespelers in scoringspositie brengen, bal goed klaarleggen
  - spelvoortzetting van de doelverdediger belangrijk

#### Verdedigen

- doelpogingen voorkomen
- verwerken van schoten op het doel door de doelverdediger

#### Eisen aan het spel:

#### Aanvallen

- doelgericht
- zeer goed verzorgd positieospel
- zodra bal vrij is, schieten
- passeeracties om bal vrij te krijgen (schijnbeweging)
- nauwkeurig en met juiste balsnelheid aangooien/-rollen door de doelverdediger

#### Verdedigen

- scherp op balbezittende tegenstander dekken
- niet uitgespeeld worden, niet laten passeren
- niet terugwijken naar eigen doel
- schot blokkeren
- verwerken van schoten op het doel

### Methodiek

Aanvallen moeilijker maken / Verdedigen makkelijker maken

- veld smaller maken
- verdedigende team belonen wanneer ze de bal veroveren op helft tegenpartij en scoren (eerder druk zetten)

Aanvallen makkelijker maken / Verdedigen moeilijker maken

- veld langer maken