

E-pupillen

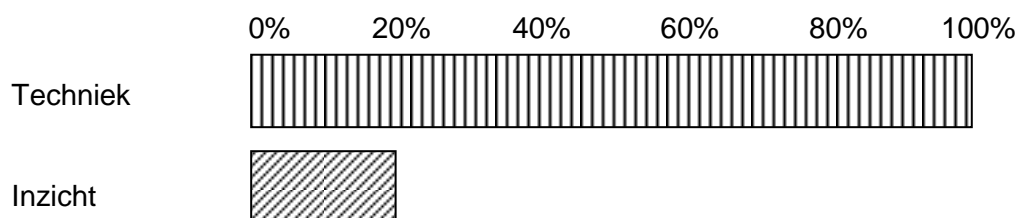
PASSEN BINNENKANT VOET

Ter herinnering:

Doelstellingen voor E-pupillen - datgene wat geleerd moet worden

- Verder ontwikkelen van de techniek door middel van het spelen van basisvormen.
 - Passen binnenkant voet
 - Aannemen
 - Dribbelen/drijven/passeren
 - Wreeftrap
 - Koppen
 - Sliding
 - Bloktackle
- Het ontwikkelen van het inzicht in en het herkennen van de spelbedoelingen en algemene uitgangspunten binnen de basisvormen.
- Leren spelen binnen een organisatievorm.

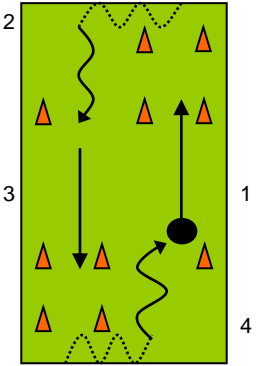
Indicatie coachingsaccenten:



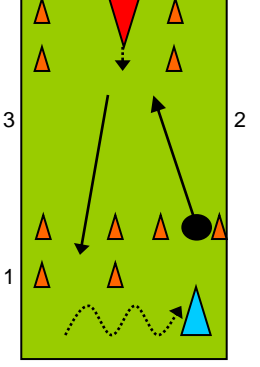
Toelichting doelstelling:

Aan de twee laatstgenoemde doelstellingen dient aandacht te worden besteed omdat deze voorwaarde zijn om de techniek verder te ontwikkelen. Bij spelers/speelsters op deze leeftijd betekent dit dat op hoofdlijnen aangegeven moet worden wat de spelbedoelingen zijn als men (zelf of een medespeler) balbezit heeft of als de tegenpartij balbezit heeft. Datzelfde geldt voor de algemene uitgangspunten en de organisatievorm bij balbezit en bij balbezit van de tegenpartij. **Hoofddoel blijft echter het verder ontwikkelen van de individuele techniek.**

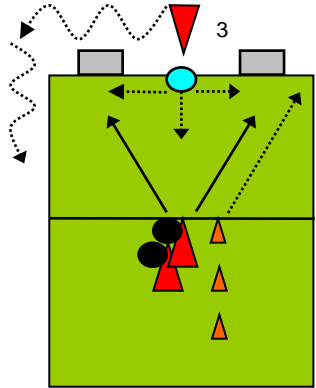
1. Schot-in-de-roos-spel

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 2 spelers per veld - veld: 5 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 1 bal - 10 dopjes/pilonnen</p>	<p>Spelverloop: Bal in scoorvak passen/schieten.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. pass richting scoorvak aan overkant 2. bal oppikken vanuit scoorvak, dribbelen naar beginplek, bal stil leggen 3. pass richting scoorvak aan overkant 4. bal oppikken vanuit scoorvak, dribbelen naar beginplek, bal stil leggen 5. enz. <p>Spelregels:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. De bal op de beginplek stil leggen voor het schieten. 2. Er is een punt gescoord als de bal in het scoorvak stil ligt. 	<ul style="list-style-type: none"> • afstand vergroten/verkleinen scoorvak verkleinen/vergroten of versmallen/verbreden • grote pilon in midden scoorvak die geraakt moet worden • drie pilonnen als muurtje in balbaan: bal met een boogje schieten

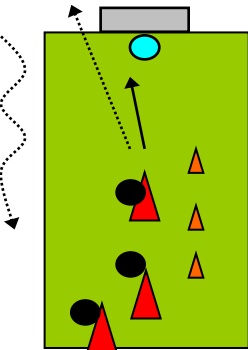
2. Kaatsspel

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 2 spelers per veld - veld: 6 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 1 bal - 10 dopjes/pilonnen</p>	<p>Spelverloop: Bal in kaatsvak spelen en vervolgens kaatsen in scoorvak.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. dribbel naar startlijn 2. rollende bal passen naar kaatsvak 3. kaatsen in scoorvak 1. enz. <p>Spelregels:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. De bal wordt naar de startlijn gedribbeld. 2. De rollende bal wordt naar de medespeler in het kaatsvak gespeeld. 3. De kaatser moet de rollende bal vanuit het kaatsvak naar het scoorvak kaatsen. 4. Als de bal stilligt in het scoorvak is er een punt gescoord. 5. Als er drie keer gescoord is wordt er gewisseld van taak. 	<ul style="list-style-type: none"> • Afstanden groter/kleiner • Kaatsvak groter/kleiner/smaller/breder maken • Bal eerst stil leggen bij startlijn • Kaatser neemt bal aan, speelt bal iets vooruit en speelt bal in scoorvak • Grote pilon midden in scoorvak die geraakt moet worden

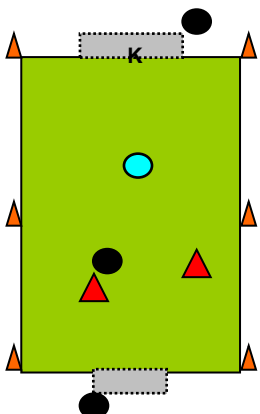
3. Buurmanspel

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 4/5 spelers per veld - veld: 15 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 2/3 ballen - 9 dopjes/pilonnen - 2 doeltjes (2 m) - 3 rode hesjes</p>	<p>Spelverloop: Bal door doeltje schieten t.o.v. verdedigen doeltje</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. pass richting één van doeltjes 2. bal achterna lopen en opstellen achter doeltjes om daar volgende bal op te pikken 3. andere speler staat achter doeltjes en pikt geschoten bal op, dribbelt naar beginplek, bal stil leggen <p>1. enz.</p> <p>Spelregels:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. De bal naast de eerste pilon stil leggen voor het schieten. 2. Er is een punt gescoord als de bal door een doeltje gaat. 3. Als er gescoord is mag de speler de volgende bal vanaf de volgende pilon schieten. 4. De 'buurman' die de gaten in de schutting verdedigt mag de bal wel of niet met de handen tegenhouden. 5. Iedereen wordt een keer keeper. 	<p>Veranderingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • afstand vergroten • afstand verkleinen • doelen verder uit elkaar • doelen dichterbij elkaar • doelen breder • doelen smaller • keeper mag wel/geen handen gebruiken

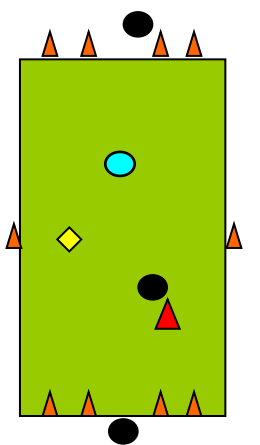
4. Penaltyspel

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 4/5 spelers per veld - veld: 7 x 12 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 3/4 ballen - 9 dopjes/pilonnen - 1 doel (5 x 2 m) - 3/4 rode hesjes</p>	<p>Spelverloop: Bal in doel schieten t.o.v. verdedigen doel</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. schot op doel 2. bal achterna lopen, oppikken en dribbelen naar beginplek 3. volgende speler schiet <p>1. enz.</p> <p>Spelregels:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. De bal naast de eerste pilon stil leggen voor het schieten. 2. Er is een punt gescoord als de bal in het doel verdwijnt. 3. Als er gescoord is mag de speler de volgende bal vanaf de volgende pilon schieten. 4. Als er twee keer gemist wordt bij de tweede en derde pilon moet men weer vanaf een pilon schieten die dichterbij staat. 5. Iedereen wordt een keer keeper. 	<p>Veranderingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • afstand vergroten • afstand verkleinen • doel breder • doel smaller • pilonnen in de hoeken van het doel plaatsen: raak betekent twee pilonnen naar achteren

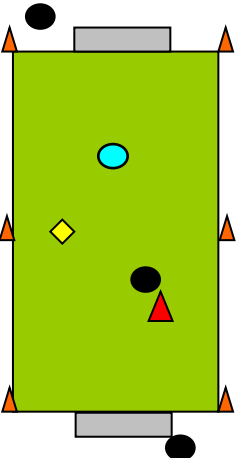
5. 2 tegen 1 + keeper

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p data-bbox="560 247 761 295">- 4 spelers per veld - veld: 7 x 15 meter</p> <p data-bbox="560 391 761 542"><u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 6 dopjes/pilonnen - pupillendoel - doeltje (2 m) - 2 rode hesjes</p>	<p data-bbox="810 225 1487 335">Spelverloop: Tweetal probeert via samenspel tot scoren te komen. Verdediger en keeper proberen dit te verhinderen en vervolgens in het lege doeltje te scoren.</p> <p data-bbox="810 391 1487 694">Spelregels: 1. Keeper mag niet scoren. 2. Bal uit: - ingooi voor tweetal - indribbelen vanaf zijlijn 3. Bal achter: - tweetal dribbelt in - keeper rolt in 4. Hoekschop: - tweetal neemt hoekschop - keeper en verdediger beginnen bij eigen doel</p>	<p data-bbox="1505 225 2011 454">Veranderingen</p> <ul data-bbox="1505 225 2011 454" style="list-style-type: none"> • Veld vergroten • Veld verkleinen • Aantallen veranderen <ul data-bbox="1534 311 2011 399" style="list-style-type: none"> - 3 tegen 1 - 4 tegen 2 - 3 tegen 2 • Met partij-ongebonden (neutrale) speler spelen

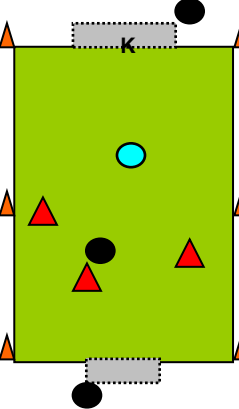
6. 2 tegen 1 met vier kleine doelen

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p data-bbox="560 933 761 981">- 3 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p data-bbox="560 1077 761 1197"><u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 14 dopjes/pilonnen - 1 rood hesje - 1 geel hesje</p> <p data-bbox="560 1300 761 1404">◆ Neutrale speler speelt samen met balbezitters.</p>	<p data-bbox="810 911 1487 1077">Spelverloop: Spelers met bal (balbezitter en partij-ongebonden (neutrale) speler) proberen via samenspel en/of individuele acties te scoren in één van de twee doeltjes. Verdediger probeert dit te voorkomen en vervolgens met neutrale speler tot scoren te komen.</p> <p data-bbox="810 1300 1487 1412">Spelregels: 1. Spel begint met dribbel vanaf achterlijn. 2. Bal uit: indribbelen of inpassen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen of inpassen vanaf hoekpunt.</p>	<p data-bbox="1505 911 2011 997">Veranderingen:</p> <ul data-bbox="1505 911 2011 997" style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen • doeltjes verder uit elkaar/dichter bij elkaar

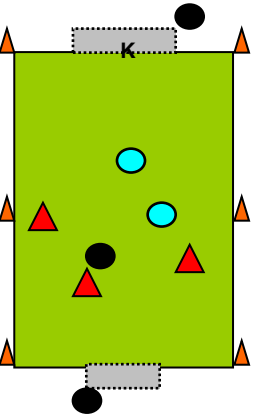
7. 2 tegen 1 met twee pupillendoelen zonder keepers

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 3 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 3 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 2 pupillendoelen - 1 rood hesje - 1 geel hesje <p>◆ Neutrale speler speelt samen met balbezitters.</p>	<p>Spelverloop: Spelers met bal (balbezitter en partij-ongebonden (neutrale) speler) proberen via samenspel en/of individuele acties te scoren in het pupillendoeltje. Verdediger probeert dit te voorkomen en vervolgens met neutrale speler tot scoren te komen.</p> <p>Spelregels:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Spel begint met dribbel vanaf achterlijn. 2. Bal uit: indribbelen of inpassen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen of inpassen vanaf hoekpunt. 	<p>Veranderingen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • veld vergroten/verkleinen

8. 3 tegen 1 + keeper

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 5 spelers per veld - veld: 7 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - 3 ballen - 6 dopjes/pilonnen - pupillendoel - doeltje (2 m) - 3 rode hesjes 	<p>Spelverloop: Tweetal probeert via samenspel tot scoren te komen. Verdediger en keeper proberen dit te verhinderen en vervolgens in het lege doeltje te scoren.</p> <p>Spelregels:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Keeper mag niet scoren. 2. Bal uit: <ul style="list-style-type: none"> - ingooi voor tweetal - indribbelen vanaf zijlijn 3. Bal achter: <ul style="list-style-type: none"> - tweetal dribbelt in - keeper rolt in 4. Hoekschop: <ul style="list-style-type: none"> - tweetal neemt hoekschop - keeper en verdediger beginnen bij eigen doel 	<ul style="list-style-type: none"> • Veld vergroten • Veld verkleinen • Aantallen veranderen <ul style="list-style-type: none"> - 2 tegen 1 - 4 tegen 2 - 3 tegen 2 • Met partij-ongebonden (neutrale) speler spelen

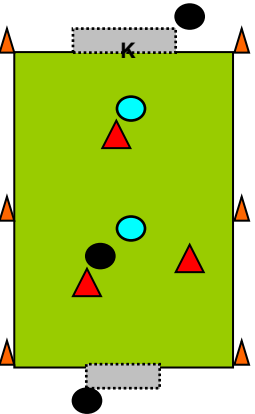
9. 3 tegen 2 + keeper

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 6 spelers per veld - veld: 7 x 15 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 6 dopjes/pilonnen - pupillendoel - doeltje (2 m) - 3 rode hesjes</p>	<p>Spelverloop: Tweetal probeert via samenspel tot scoren te komen. Verdediger en keeper proberen dit te verhinderen en vervolgens in het lege doeltje te scoren.</p> <p>Spelregels: 1. Keeper mag niet scoren. 2. Bal uit: - ingooi voor tweetal - indribbelen vanaf zijlijn 3. Bal achter: - tweetal dribbelt in - keeper rolt in 4. Hoekschop: - tweetal neemt hoekschop - keeper en verdediger beginnen bij eigen doel</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Veld vergroten • Veld verkleinen • Aantallen veranderen <ul style="list-style-type: none"> - 2 tegen 1 - 4 tegen 2 - 3 tegen 2 • Met partij-ongebonden (neutrale) speler spelen

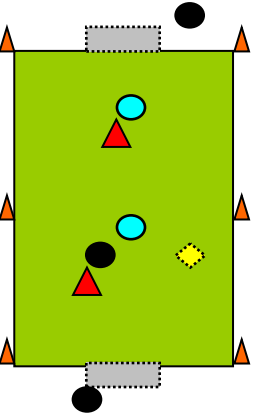
10. 4 tegen 2 + keeper

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 7 spelers per veld - veld: 15 x 25 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 6 dopjes/pilonnen - pupillendoel - doeltje (2 m) - 4 rode hesjes</p>	<p>Spelverloop: Tweetal probeert via samenspel tot scoren te komen. Verdediger en keeper proberen dit te verhinderen en vervolgens in het lege doeltje te scoren.</p> <p>Spelregels: 1. Keeper mag niet scoren. 2. Bal uit: - ingooi voor tweetal - indribbelen vanaf zijlijn 3. Bal achter: - tweetal dribbelt in - keeper rolt in 4. Hoekschop: - tweetal neemt hoekschop - keeper en verdediger beginnen bij eigen doel</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Veld vergroten • Veld verkleinen • Aantallen veranderen <ul style="list-style-type: none"> - 2 tegen 1 - 3 tegen 1 - 3 tegen 2 • Met partij-ongebonden (neutrale) speler spelen

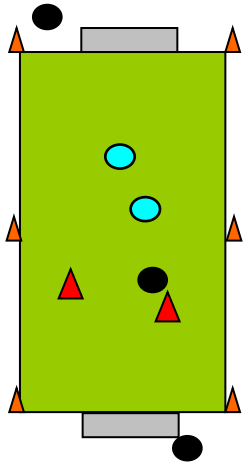
11. 3 tegen 2 + keeper

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 6 spelers per veld - veld: 12 x 20 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 6 dopjes/pilonnen - pupillendoel - doeltje (2 m) - 3 rode hesjes</p> <p>◆ Neutrale speler speelt samen met balbezitters.</p>	<p>Spelverloop: Tweetal probeert via samenspel tot scoren te komen. Verdediger en keeper proberen dit te verhinderen en vervolgens in het lege doeltje te scoren.</p> <p>Spelregels: 1. Keeper mag niet scoren. 2. Bal uit: - ingooi voor tweetal - indribbelen vanaf zijlijn 3. Bal achter: - tweetal dribbelt in - keeper rolt in 4. Hoekschop: - tweetal neemt hoekschop - keeper en verdediger beginnen bij eigen doel</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Veld vergroten • Veld verkleinen • Aantallen veranderen <ul style="list-style-type: none"> - 2 tegen 1 - 3 tegen 1 - 4 tegen 2 • Met partij-ongebonden (neutrale) speler spelen

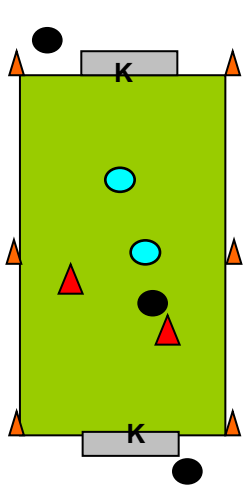
12. 2 tegen 2 met partij-ongebonden (neutrale) speler

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 5 spelers per veld - veld: 12 x 20 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 2 doeltjes (2 m) - 2 rode hesjes - 1 geel hesje</p> <p>◆ Neutrale speler speelt samen met balbezitters.</p>	<p>Spelverloop: Balbezitters probeert samen met partij-ongebonden (neutrale) speler via samenspel tot scoren te komen. Verdedigers proberen dit te verhinderen en vervolgens zelf samen met neutrale speler te scoren.</p> <p>Spelregels: 1. Bal uit: - ingooi 2. Bal achter: - indribbelen/passen 3. Hoekschop: - vanaf hoekpunt</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Veld vergroten • Veld verkleinen • Met keeper(s) spelen • Aantallen veranderen <ul style="list-style-type: none"> - 3 tegen 3 met 1 neutrale speler - 4 tegen 4 met 1 neutrale speler

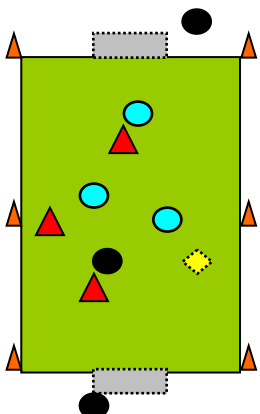

13. 2 tegen 2 met twee pupillendoelen zonder keepers

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p data-bbox="560 359 772 486"> <u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 2 pupillendoelen - 2 rode hesjes </p>	<p data-bbox="806 231 1489 335"> Spelverloop: Spelers met bal proberen via samenspel en/of individuele acties te scoren in het pupillendoeltje. Verdedigers proberen dit te voorkomen en vervolgens tot scoren te komen. </p> <p data-bbox="806 582 1489 694"> Spelregels: 1. Spel begint met dribbel vanaf achterlijn. 2. Bal uit: indribbelen of inpassen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen of inpassen vanaf hoekpunt. </p>	<p data-bbox="1500 231 2016 279"> Veranderingen: • veld vergroten/verkleinen </p>

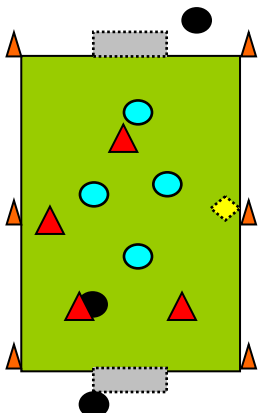

14. 2 tegen 2 met twee pupillendoelen met keepers

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p data-bbox="560 917 772 965"> - 6 spelers per veld - veld: 8 x 15 meter </p> <p data-bbox="560 1061 772 1189"> <u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 2 pupillendoelen - 2 rode hesjes </p>	<p data-bbox="806 911 1489 1015"> Spelverloop: Spelers met bal proberen via samenspel en/of individuele acties te scoren in het pupillendoeltje. Verdediger probeert dit te voorkomen en vervolgens tot scoren te komen. </p> <p data-bbox="806 1294 1489 1406"> Spelregels: 1. Spel begint met inrol vanaf keeper. 2. Bal uit: indribbelen of inpassen vanaf zijlijn. 3. Hoekschop: bal indribbelen of inpassen vanaf hoekpunt. </p>	<p data-bbox="1500 911 2016 959"> Veranderingen: • veld vergroten/verkleinen </p>

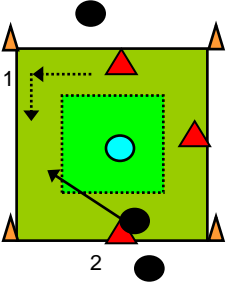
15. 3 tegen 3 met partij-ongebonden (neutrale) speler

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 7 spelers per veld - veld: 15 x 30 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 2 doeltjes (2 m) - 3 rode hesjes - 1 geel hesje</p> <p> Neutrale speler speelt samen met balbezitters.</p>	<p>Spelverloop: Balbezitters probeert samen met partij-ongebonden (neutrale) speler via samenspel tot scoren te komen. Verdedigers proberen dit te verhinderen en vervolgens zelf samen met neutrale speler te scoren.</p> <p>Spelregels: 1. Bal uit: - ingooi 2. Bal achter: - indribbelen/passen 3. Hoekschop: - vanaf hoekpunt</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Veld vergroten • Veld verkleinen • Met keeper(s) spelen • Aantallen veranderen <ul style="list-style-type: none"> - 2 tegen 2 met 1 neutrale speler - 4 tegen 4 met 1 neutrale speler

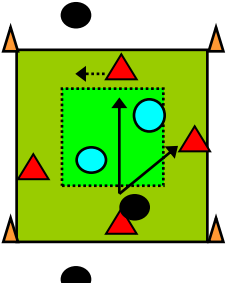
16. 4 tegen 4 met partij-ongebonden (neutrale) speler

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 9 spelers per veld - veld: 20 x 35 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 3 ballen - 6 dopjes/pilonnen - 2 doeltjes (2 m) - 4 rode hesjes - 1 geel hesje</p> <p> Neutrale speler speelt samen met balbezitters.</p>	<p>Spelverloop: Balbezitters probeert samen met partij-ongebonden (neutrale) speler via samenspel tot scoren te komen. Verdedigers proberen dit te verhinderen en vervolgens zelf samen met neutrale speler te scoren.</p> <p>Spelregels: 1. Bal uit: - ingooi voor tweetal - indribbelen vanaf zijlijn 2. Bal achter: - tweetal dribbelt in - keeper rolt in 3. Hoekschop: - tweetal neemt hoekschop - keeper en verdediger beginnen bij eigen doel</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Veld vergroten • Veld verkleinen • Met keeper(s) spelen • Aantallen veranderen <ul style="list-style-type: none"> - 2 tegen 2 met 1 neutrale speler - 3 tegen 3 met 1 neutrale speler

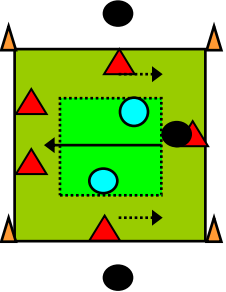
17. Positiespel 3 tegen 1 (in één vak, met 'binnenvak')

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 4 spelers per veld - veld: 10 x 10 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 3 ballen (2 reserveballen) - 8 dopjes/pilonnen - 3 rode hesjes</p>	<p>Spelverloop: Spelers met bal proberen de bal zodanig samen te spelen dat de verdediger de bal niet kan onderscheppen.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. loopt naar goede positie 2. speelt bal naar medespeler <p>Spelregels:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Balbezitters spelen buiten binnenste vierkant. 2. Verdediger probeert bal te onderscheppen en buiten eigen vierkant te dribbelen. 3. Het spel is ten einde als de verdediger de bal drie keer buiten het vak heeft gedribbeld en stillegt. 4. Elke verdediger speelt twee ronden achter elkaar. <p>'Binnenvak' is afgezet met 4 dopjes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aantallen veranderen (4 tegen 2, 5 tegen 2). • Speelruimte vergroten/verkleinen. • Aantal balcontacten limiteren (bijv. maximaal 2 keer raken). • Vierkant veranderen in rechthoek. • Verdediger en balbezitters samen in één vak laten spelen.

18. Positiespel 4 tegen 2 (in één vak, met 'binnenvak')

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 6 spelers per veld - veld: 10 x 10 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 3 ballen (2 reserveballen) - 8 dopjes/pilonnen - 4 rode hesjes</p>	<p>Spelverloop: Spelers met bal proberen de bal zodanig samen te spelen dat de verdedigers de bal niet kunnen onderscheppen.</p> <p>Spelregels:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Balbezitters spelen buiten binnenste vierkant. 2. Verdedigers proberen bal te onderscheppen en buiten eigen vierkant te dribbelen. 3. Het spel is ten einde als de verdedigers de bal drie keer buiten het vak hebben gedribbeld en stilgelegd. 4. De verdedigers spelen twee ronden achter elkaar. <p>'Binnenvak' is afgezet met 4 dopjes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aantallen veranderen (3 tegen 1, 5 tegen 2). • Speelruimte vergroten/verkleinen. • Aantal balcontacten limiteren (bijv. maximaal 2 keer raken). • Vierkant veranderen in rechthoek. • Verdedigers in doeltjes laten passen die aan 2 zijden staan.

19. Positiespel 5 tegen 2 (in één vak, met 'binnenvak')

Tekening	Spelverloop/Spelregels	Veranderingen
 <p>- 7 spelers per veld - veld: 10 x 10 meter</p> <p><u>Materiaal:</u> - 3 ballen (2 reserveballen) - 8 dopjes/pilonnen - 5 rode hesjes</p>	<p>Spelverloop: Spelers met bal proberen de bal zodanig samen te spelen dat de verdedigers de bal niet kunnen onderscheppen.</p> <p>Spelregels:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Balbezitters spelen buiten binnenste vierkant. 2. Verdedigers proberen bal te onderscheppen en buiten eigen vierkant te dribbelen. 3. Het spel is ten einde als de verdedigers de bal drie keer buiten het vak hebben gedribbeld en stilgelegd. 4. De verdedigers spelen twee ronden achter elkaar. <p>'Binnenvak' is afgezet met 4 dopjes.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aantallen veranderen (3 tegen 1, 4 tegen 2). • Speelruimte vergroten/verkleinen. • Aantal balcontacten limiteren (bijv. maximaal 2 keer raken). • Vierkant veranderen in rechthoek. • Verdedigers in doeltjes laten passen die aan 2 zijden staan.