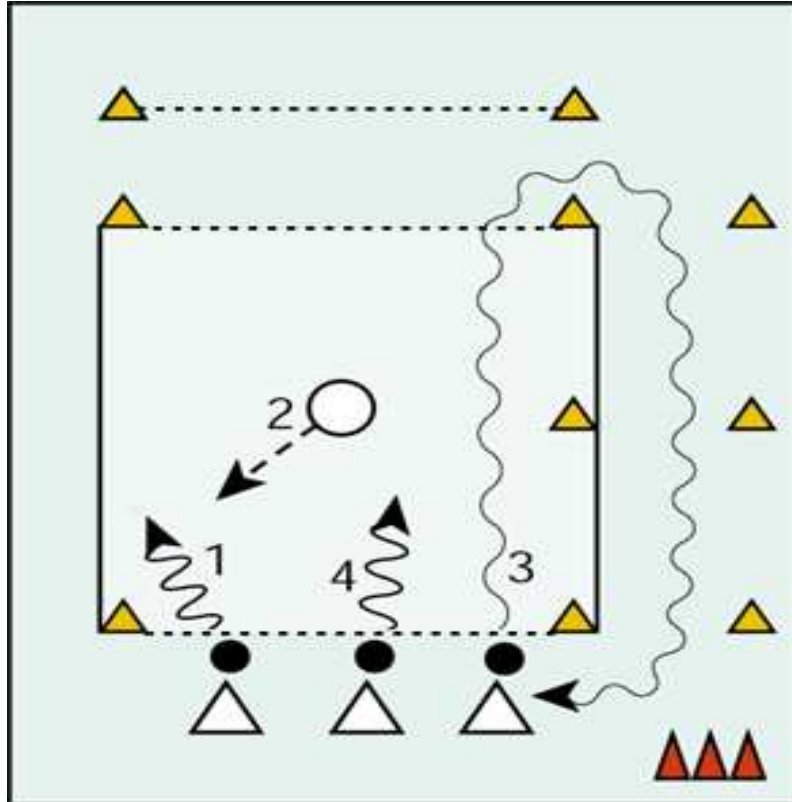


1.

Het Oversteekspel



Veldafmetingen

Het totale speelveld bedraagt 15 x 10 meter, waarbij de straat (en de sloot) 8 x 5 meter is.

Organisatie

- Vijf markeringshoedjes geven de straat aan: vijf meter breed en zes meter diep, en twee hoedjes de sloot die achter de straat loopt
- Drie markeringshoedjes om de gang te markeren : 1 meter breed
- Drie ballen liggen klaar, evenals 1 hesje voor de verdediger/afpakker
- Er spelen vier kinderen per veld
- Voor dit spel heb je drie telplionnen tien markeringshoedjes voor de straat en de sloot nodig

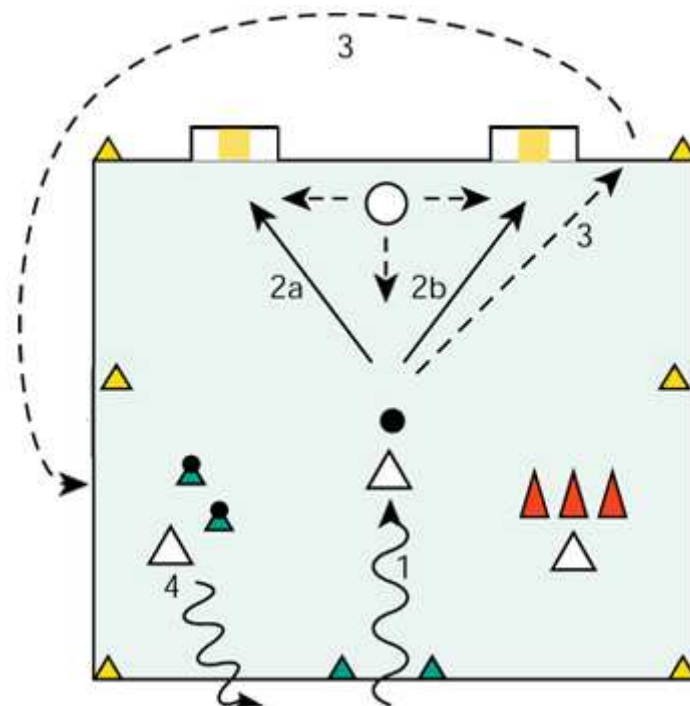
Spelverloop

De drie pingelaars proberen tegelijkertijd met de bal aan de voet aan de overkant van de straat te komen. Wanneer dat is gelukt stoppen ze de bal voor de sloot af en lopen ze met de bal door de gang terug en starten ze opnieuw. De afpakker op de straat probeert een bal weg te tikken met de voet

Voorbeeld

De trainer speelt zelf mee met het drietal en legt al spelend uit wat de bedoeling is. Wanneer een punt kan worden gemaakt en hoe opnieuw kan worden begonnen.

2. Het Buurmanspel



-Veldafmetingen

Het totale speelveld bedraagt 15 x 15 meter.

-Benodigd materiaal

Twee doelen (of vier pilonnen), drie telpilonnen, tien markeringshoedjes en drie ballen zijn nodig om het spel met vier kinderen te kunnen spelen.

-Spelverloop

Vanaf een plek tussen de markeringshoedjes proberen in één van de kleine doelen te schieten. Deze "gaten in de schutting" worden door de keeper ("buurman") verdedigd. Wanneer alle ballen zijn geschoten, wordt er gewisseld met een wachter.

-Spelregels en regelingen

De schutter moet de bal stil leggen op de denkbeeldige lijn tussen de markeringshoedjes; de helpers blijven aan de kant staan

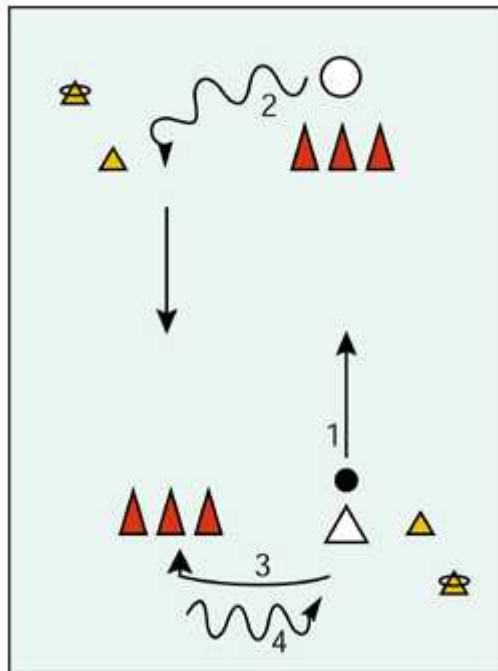
De bal wordt gehaald door de helpers die de ballen snel weer op de hoedjes leggen

Bij een doelpunt zet de teller een telpilon overeind

Wanneer de drie telpilonnen overeind staan, wordt er gewisseld: de schutter wordt keeper, de teller wordt schutter, één helper wordt teller en de andere helper blijft dat nog een ronde

Als de keeper een bal heeft gevangen, rolt hij deze naar de zijkant zodat de schutter de bal daar kan halen en weer achteraan kan sluiten.

3. Het Pilonnenspel



-Veldafmetingen

Het totale speelveld bedraagt 10 x 5 meter (maximale afstand tussen de pilonnen is acht meter).

-Benodigd materiaal

Zes pilonnen, vier markeringshoedjes (waarvan twee kampioenshoedjes) en een bal zijn nodig om het spel met twee kinderen te kunnen spelen.

-Spelverloop

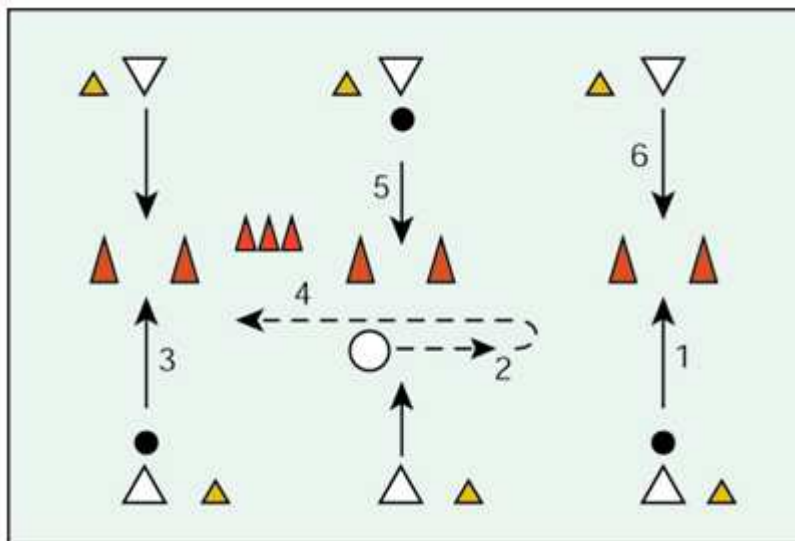
Vanaf de plek naast de eigen pilonnen proberen de pilonnen aan de overkant om te schieten. De speler aan de overkant is daarna aan de beurt.

-Spelregels en regelingen

De bal naast de pilonnen stil leggen voor het schieten

Er is een punt gescoord als er drie pilonnen zijn omgeschoten. Dan pas worden alle pilonnen weer overeind gezet. De winnaar schiet nu vanaf het kampioenshoedje (is een markeringshoedje met een speciale betekenis).

4. Het Poortenspel



-Veldafmetingen

Het totale speelveld bedraagt 20 x 15 meter, waarbij de afstand tussen tweetallen ongeveer tien meter is.

-Benodigd materiaal

Negen pilonnen (zes als doel en drie als telpilon), zes markeringshoedjes, een hesje en drie ballen zijn nodig om het spel met zeven kinderen te kunnen spelen.

-Organisatie

Drie doelen (gemaakt van twee pilonnen) staan in één lijn met een onderlinge afstand van ongeveer 1.50 meter. De onderlinge afstand tussen de markeringshoedjes van één tweetal bedraagt ongeveer tien meter

Voor elke speler ligt een kampioenshoedje klaar

Voor elk tweetal ligt een bal klaar en een hesje voor de verdediger

De drie telpilonnen staan op het midden

Er wordt gestart met zeven spelers.

-Spelverloop

De tweetallen die tegenover elkaar bij een markeringshoedje staan, proberen door het doel de bal heen en weer te spelen zonder dat de keeper de bal kan afpakken. Wanneer de keeper bijvoorbeeld vijf keer een bal heeft afgepakt of weggetikt, is het spel ten einde en wijst de keeper een nieuwe aan. Hij speelt nu zelf mee als schutter.

-Spelregels en regelingen

Het spel start op het moment, dat de keeper het hesje aan heeft .

De keeper kan de bal alleen onderscheppen als die gespeeld is door de schutters

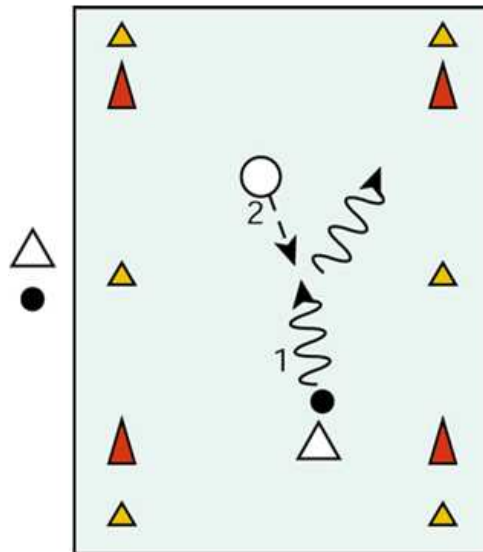
Bij elke onderschepping wordt er een telpilon overeind gezet: na drie onderscheppingen wordt er gewisseld met een speler van een tweetal.

De schutters moeten van achter hun eigen markeringshoedje door het doel naar de overkant schieten, zodanig dat de medespeler de bal gemakkelijk kan stoppen.

De schutters hebben allemaal een eigen markeringshoedje.

5.

Het pingelspel duel één tegen één



Trainingsvorm - Pingelvorm

Veldafmetingen:
veldje van 20 x 15 meter

Benodigd materiaal:
6 markeringshoedjes, 8 pilonnen, (bij drie spelers 14), 1 bal (2 reserveballen aan speelveldrand)

Spelverloop:

Twee spelers per veld, die allebei twee kleine doelen (twee meter breed) moeten verdedigen en mogen scoren op een van de doelen van de tegenstander. Degene die scoort moet zijn eigen doel vergroten met een voellengte. De speler bij wie gescoord is die krijgt de bal uit. Hij mag starten als de ander weer bij een van zijn eigen doeltjes staat. Speelt een speler de bal uit het veld, dan haalt hij zelf de bal op en legt hem klaar voor de tegenstander op de plaats waar deze buiten ging. De bal wordt dan weer dribbelend het speelveld in gebracht.

Variaties:

Bij drie personen staat derde persoon bij het scorebord (3-3 pilonnen)
Hij houdt de score bij, als er drie pilonnen om zijn mag winnaar blijven staan. Verliezer gaat bij scorepilonnen staan.

Het speelveld vergroten als er te weinig vrije ruimte is om te pingelen.

In plaats van twee doeltjes, drie pilonnen naast elkaar zetten. Wordt een van de pilonnen omgeschoten dan neemt de doelpuntenmaker de pilon mee en mag deze zelf bij zijn eigen pilonnenrijtje zetten.

Leermomenten:

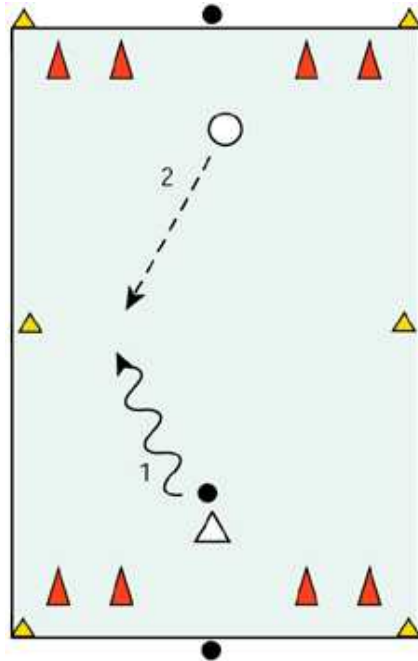
Voor de pingelaar:

- De bal binnen speelbereik houden op weg naar een doel
- Kijken of een doel niet wordt afgedekt, zodat kan worden gescoord.
- Tussen de bal en de tegenstander blijven (afschermen van de bal) als een tegenspeler dichtbij komt
- Wegdribbelen in de vrije ruimte om een nieuwe aanval te kunnen opbouwen.

Voor de afpakker:

- Tussen het eigen doel en de pingelaar blijven en het eigen doel zo goed mogelijk afdekken
- De doorgang van een pingelaar afsluiten en de bal afpakken

6. Oefenvormen Pingelspel duel 1 tegen 1 (vier doelen)



Voorbeeld uit KNVB opleidingboek " Zo doen wij dat effies" blz. 57

-Veldafmetingen

Het totale speelveld bedraagt 20 x 15 meter.

-Benodigd materiaal

Acht pilonnen, zes markeringshoedjes, een hesje en drie ballen zijn nodig om het spel met twee kinderen te kunnen spelen.

-Organisatie

Zes hoedjes bakenen een veld van 20 x 15 meter af

Vier doelen (gemaakt van twee pilonnen) staan op de doellijn in het veld. De doelen zijn twee meter breed

Er ligt een bal klaar in het veld en twee reserveballen buiten het veld

Bij een oneven aantal spelers is er één speler die in de VIP-box met de reservebal wacht. Wisselen als er drie keer bij een speler is gescoord of bij één doel nog maar één pilon staat.

-Spelverloop

Er zijn twee spelers per veld, die allebei twee kleine doelen moeten verdedigen en mogen scoren op een van de doelen van de tegenstander.

-Spelregels en regelingen

De speler zonder hesje mag beginnen bij zijn eigen doel

Na een score moet de doelpuntenmaker het eigen doel een voetlengte groter maken

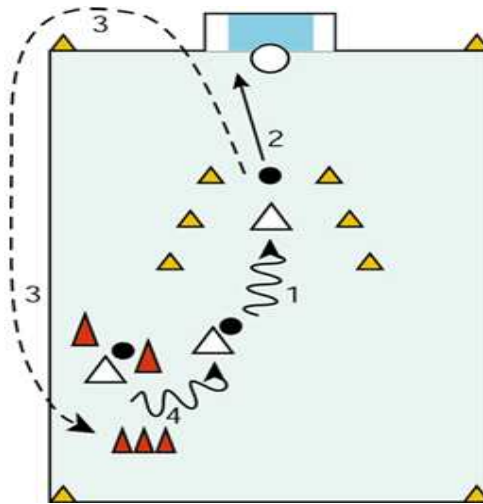
De speler, bij wie gescoord is, krijgt de bal uit

Deze mag starten als de andere speler weer bij de (één van de) eigen doelen staat

Speelt een speler de bal buiten het veld, dan haalt hij zelf de bal en geeft die aan de tegenstander, die de bal met de voet in het speelveld dribbelt.

7.

Het Penaltyspel



Veldafmetingen

Het F - speelveld bedraagt 7 x 12 meter.

let op: Het E - speelveld bedraagt 15 x 20 meter.

Organisatie

- Een pupillendoel staat klaar
- Twee markeringshoedjes liggen ongeveer zes meter van het doel en markeren de lijn van de penalty-stip.
- Op zeven en acht meter de volgende 'stippen'
- Een wachters-pion waar de wachtende kinderen op hun beurt wachten op ruime afstand van het doel.
- Bij zes of zeven spelers wordt bovenstaande situatie twee keer neergezet. De tussenruimte tussen de doelen is dan minimaal zeven meter.

Materiaal:

Een pupillendoel, zes markeringshoedjes, drie pilonnen (en eventueel twee pilonnen als extra doelpaal) drie ballen en twee wachters-pilonnen zijn nodig om het spel met vier kinderen te kunnen spelen.

Spelverloop:

Proberen vanaf de eerste penaltystip in het doel te schieten. Daarna kan de afstand tot het doel veranderen.

Voorbeeld

Loop met de bal naar het eerste markeringshoedje. Leg de bal neer en schiet op het doel. Is de bal raak, dan mag de volgende bal vanaf het tweede hoedje worden geschoten.

Spelregels en regelingen

- De schutter moet de bal met de voet stilleggen bij het hoedje; de kinderen die niet aan de beurt zijn, blijven buiten het strafschoopgebied (achter een pilon)
- Raak betekent dat de volgende keer vanaf het hoedje verder wordt geschoten
- Mis betekent dat de volgende poging nog een keer vanaf hetzelfde hoedje moet worden geschoten.
- Twee keer mis achter elkaar betekent dat de volgende poging een hoedje terug wordt gegaan
- De eigen bal moet na het schieten worden opgehaald en er wordt bij de wachtende speler aangesloten.

- Wanneer de keeper een bal heeft gevangen, rolt hij deze terug naar de zijkant zodat de schutter de bal weer kan pakken en achteraan kan sluiten.
- Elke score is een punt waarna er een telpilon overeind wordt gezet.
- Wanneer alle drie telpilonnen overeind staan komt er een nieuwe keeper.

Veranderingen

- De afstanden tot de eerste penalty-stip verkleinen als het halen van de afstand tot het doel een groter probleem is dan het scoren.
- Twee kleine pilonnen in de hoeken van het doel zetten. Als een speler een van die pilonnen omschiet heeft hij twee punten ineens gehaald.
- De penalty-stippen worden naar rechts of naar links verschoven. Nu wordt vanaf een hoek op het doel geschoten.

Leermomenten

Voor de schutter:

Mikken op de lege plekken in het doel, vooral in de hoeken.

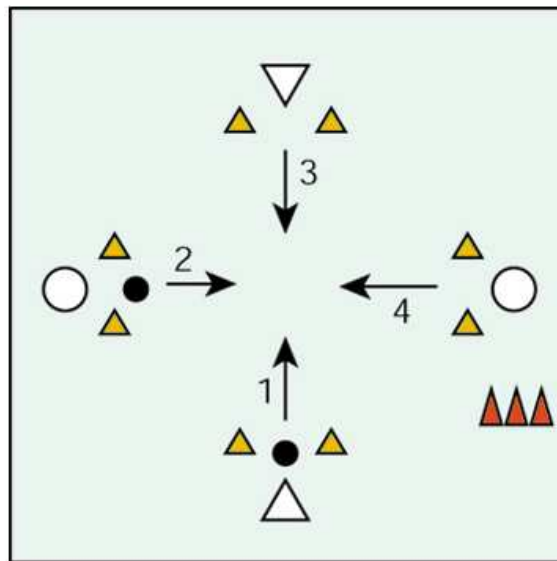
De juiste snelheid geven aan de bal.

Voor de keeper:

Zo positie kiezen dat zoveel mogelijk lege plekken in het doel zijn af te dekken.

8.

'Het-heen-en-weer-spel'



Organisatie

Zet veldje uit van 15 x 15. Maak vier doeltjes van een meter breed van rode pilonnen. Doeltjes tegenover elkaar plaatsen. Afstand tussen de doeltjes 8 meter. Drie pilonnen extra naast elkaar zetten. Benodigheden materiaal: 11 pilonnen, twee ballen, twee hesjes

Spelverloop

Achter ieder doeltje staat een speler. Tweetalen schieten de bal van achter hun doeltje naar elkaar toe. Het tweetal zonder hesjes probeert de bal te raken van het tweetal met hesje. Als dat lukt scoren ze een punt. Team met hesjes scoren een punt als de bal door het poortje gaat van de teammaat. Beide teams kunnen punten scoren. Spelers moeten achter hun doeltje blijven staan. Hesjesteam scoort als de bal door het poortje wordt geschoten van de teamgenoot. Als het hesjesteam drie punten heeft gescoord wisselen.

Voorbeeld

Schiet vanaf de beginplek zo precies mogelijk naar de medespeler aan de overkant. Deze mag niet in het veld komen, maar moet in/achter zijn poort blijven staan. Hij moet de bal eerst stoppen met zijn voet. Daarna de bal stilleggen op de beginplek en terugschieten. De kinderen zonder hesjes proberen die bal met hun eigen bal te raken door ook heen en weer te spelen.

Variaties

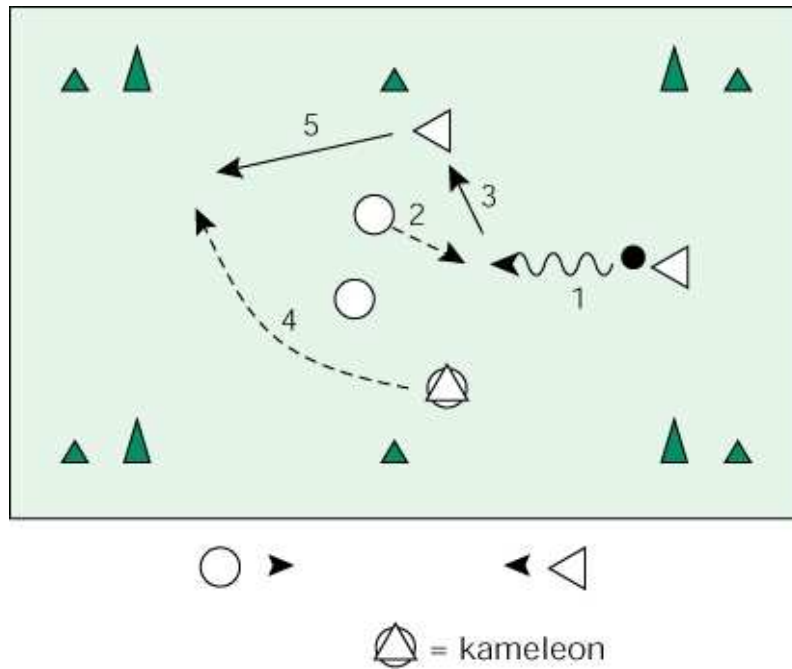
Onderlinge schietafstand vergroten als binnen vijf schotpogingen drie keer wordt raak geschoten of beide partijen drie keer hesjespartij zijn geweest. Onderlinge afstand verkleinen als meer dan vijf pogingen nodig zijn geweest om een punt te scoren.

Leermomenten

- Tijd nemen voor het schieten van de bal.
- Goed kijken (naar de bal van de andere partij) voordat de eigen bal naar de overkant wordt geschoten.
- De bal rustig schieten met de binnenkant van de voet.
- De bal goed raken, iets boven midden van de bal, waardoor de bal laag blijft.
- Dwingen de andere partij de bal te laten schieten , door een schijn (schiet) beweging te maken.

9.

Oefenvormen - Partijvorm - "Lijnvoetbal 2 tegen 2"



Het speelveld:

20 x 12 meter, waarvan het scoorvak 12 x 2 meter is.

Spelverloop

De balbezittende partij probeert via samenspel aan de overkant te scoren door de bal over de doellijn te dribbelen en in het scoorvak te stoppen. De tegenpartij probeert dit te voorkomen en ook te scoren.

Voorbeeld

De trainer speelt als partij-ongebonden speler met de kinderen het voorbeeld, legt de regels uit en laat vooral duidelijk zien hoe er kan worden gescoord.

Spelregels en regelingen

- Starten met de bal vanaf eigen doellijn; een speler mag de bal uitnemen.
- Na de score wordt de bal weer vanaf de eigen doellijn uitgenomen door een speler van de partij waarbij is gescoord. (de tegenstanders moeten in eerste instantie op eigen helft staan).
- Er wordt een partijtje gespeeld tot drie punten.
- Speelt een partij de bal buiten dan mag de andere partij de bal innemen door middel van dribbelen.

Veranderingen

- Variatie in de afmetingen van het speelveld: Vergroot het speelveld wanneer blijkt dat om de twee seconden van balbezit wordt gewisseld. Er ontstaat een kluit van spelers omdat ze te weinig ruimte hebben om via samenspel tot score te komen.

- Variatie in het aantal spelers. Ga van kleine aantallen van overtal naar gelijke aantallen, wanneer blijkt dat de balbezittende partij telkens te gemakkelijk scoort en de verdedigers er niet aan komen. Bijvoorbeeld van 3 tegen 2 naar 3 tegen 3.

Leermomenten

Voor de balbezitter:

- De bal over de lijn in het scoorvak dribbelen.
- Kijken waar medespeler vrij staat en de bal buiten bereik van de verdediger aanspelen
- In een vrije ruimte met de bal gaan lopen, waarbij eenvoudige richtingsveranderingen en stops kunnen worden gemaakt.
- De bal voor tegenspelers afschermen door zich tussen de bal en de tegenspeler te plaatsen en de bal van daaruit naar een vrijlopende medespeler te plaatsen.

Voor de medespeler van de balbezitter

- Zich vrij van de verdediger opstellen, zodat de balbezitter de bal kan aanspelen.
- Weglopen van een verdediger om aanspeelbaar te zijn
- Zich op een andere plaats opstellen of aanbieden dan een eventuele andere medespeler.

Voor de niet-balbezittende/verdediger:

- Tussen het doel en de tegenstander blijven en voorkomen van scoren door het afsluiten van de scoorlijn.
- Zodanig positie kiezen, dat afspeellijnen snel kunnen worden gesloten
- Zich op een andere manier opstellen dan de medespeler, zodat meerdere afspeellijnen worden afgeschermd.
- De ruimte voor een balbezitter afsluiten c.q. de bal van de balbezitter afpakken.

Organisatie

- Zes markeringshoedjes bakenen een veld van 20x12 meter af.
- Twee pilonnen markeren achter beide doellijnen scoorvak van twee meter diep.
- In elk veld ligt een bal klaar; naast het veld liggen reserveballen.

Benodigd materiaal

Vier pilonnen, zes markeringshoedjes, vijf ballen en twee hesjes.

10.

Vier tegen vier: Beter Voetbal, meer plezier!

Omdat er zo veel over vier tegen vier is te vertellen is er nu een apart hoofdstuk op de website over dit onderwerp. Wat 4 tegen 4 precies is wordt eerst op deze pagina uitgelegd. Onderaan deze pagina staan verwijzingen naar aparte stukje die op deze site zijn geplaatst met als hoofdonderwerp vier tegen vier.

Wat is vier tegen vier?

Vier tegen vier is bedoeld als uithangbord voor het belangrijkste motto in het jeugdvoetballeerproces. Namelijk: 'voetballen leer je vooral door te voetballen'. Het zal duidelijk zijn dat voor een kind de kans heel klein is om het voetbalspel onder de knie te krijgen en zich te ontwikkelen door het spelen in echte 11 tegen 11 wedstrijdsituaties.

Dit is voor kinderen een te onoverzichtelijke situatie: weinig kans op een volwaardige rol tijdens het spel; een klein aantal balcontacten. Kortom te weinig mogelijkheden om echt aan het spel deel te nemen.

Coaching

We kunnen bijvoorbeeld wel willen dat 7-jarigen de ruimte van het veld optimaal benutten en dat ze op het juiste moment de bal proberen terug te veroveren, maar in de praktijk zal blijken dat dit te zware eisen zijn voor kinderen van deze leeftijd. Te hoog gegrepen, te hoge verwachtingen aan het voetbalvermogen van kinderen. Globaal kan worden uitgegaan van de volgende indeling voor wat betreft de accenten die er in de coaching/training kunnen worden gelegd bij 4 tegen 4 (of afgeleide vormen daarvan)

Voor Pupillen

- Aanwijzingen en voorbeelden op het technische vlak (wijze van passen, dribbelen, aannemen, verwerken, etc)
- Het beheersen van de bal, het baas zijn over de bal moet de nadruk hebben.
- Organisatie, afmetingen speelveld, grootte van de doelen en spelregels moeten zo zijn dat er zoveel mogelijk gelegenheid is om de technische vaardigheden, het beheersen van de bal dus, goed te ontwikkelen.
- Naast het leren beheersen van de bal moeten stap voor stap ook andere weerstanden (moeilijkheidsfactoren) worden ingebracht in het leerproces, zoals doelgerichtheid, kleinere ruimte, minder tijd, meer tegenstanders, moeilijker situaties door grotere aantallen spelers.

Voor dat kinderen het spel kunnen spelen zullen ze onder andere moeten leren, hoe minimaal dan ook. hoe een bal getrapt of gestopt wordt en hoe er moet worden gedribbeld met de bal. Hierin zullen ze dus het nodige onderricht moeten krijgen door middel van gerichte instructie in de zogenaamde basisvaardigheden.

Voor Junioren

- Naast de aanwijzingen op het technische vlak, die altijd nodig blijven wanneer de situatie dit vraagt, zal er zeker moeten worden ingegaan op het inzicht in de bedoelingen van het spel.
- De balbeheersing is in de loop der jaren ontwikkeld (bij de een meer dan bij de ander) en nu moet veel aandacht worden gegeven aan het dienstbaar maken van de technische mogelijkheden aan de bedoelingen van het spel.
- De zogenaamde inzicht-aspecten van het spel zullen langs methodische weg (een logische opeenvolging) en systematische weg (wat eerst, wat daarna, en wat later) moeten worden ontwikkeld.

- Belangrijke pijler in deze fase is het bijbrengen van het besef dat het bij voetballen gaat om het winnen van de wedstrijd en dat dit een bepaalde sfeer en instelling vraagt. tevens zullen taken in het elftal moeten worden verduidelijkt.
- Het lezen van het spel moet ontwikkeld worden. Dat wil zeggen dat spelers voetbalsituaties leren herkennen en op grond van ervaring situaties kunnen interpreteren/beoordelen en de juiste beslissing kunnen nemen.

Ook hierbij geldt steeds weer dat spelers, al zijn ze van dezelfde leeftijd, onderling nog zeer sterk kunnen verschillen in de wijze waarop ze voetballen en hoe ze er als voetballer uit zien. Dit heeft vooral te maken met verschillen in aanleg, talent, maar ook met de plaats die voetballen in hun leven inneemt. We zien dan ook grote verschillen in vaardigheid, interesse, concentratie, discipline, reacties, etc. Voor de coach een extra belasting (moeilijkheidsfactor) maar een realiteit in de dagelijkse voetbalpraktijk bij de club.

Klik hier voor de verschillende uitwerkingen van het coachen van 4 tegen 4.

Samengevat

In 4 tegen 4 vinden we alles terug dat het partijtje op straat zo aantrekkelijk maakt(e). het is een wedstrijd, je komt veel aan de bal, er kunnen veel doelpunten worden gemaakt. Kortom alle bedoelingen van het voetbalspel komen er in naar voren. Jong en oud beleeft aan dit zo makkelijk te organiseren spel ongelooflijk veel voetbalplezier. En juist dit partijtje (meer dan bijvoorbeeld 3 tegen 3 of 5 tegen 5) is zeer geschikt om het voetbalspel te leren. Er moeten immers ontelbaar veel voetbalsituaties worden opgelost. en je kunt je daarbij nooit aan het spel onttrekken, want dan is jouw partij met 3 tegen 4 enorm in het nadeel. Voor de spelers is 4 tegen 4 een doel op zich. Ze willen het partijtje winnen, zo goed mogelijk spelen. De leiding, het bestuur en de trainers moeten dit spel echter als middel zien. Het moet niet beschouwd worden als een extra vorm om je als club te manifesteren. daar zijn de echte competitiewedstrijden voor!

Wat 4 tegen 4 niet is...

In de afgelopen jaren is 4 tegen 4 in een aantal gevallen - veelal door ondeskundige begeleiding - van middel tot doel op zich geworden. het werd dan een instrument waarmee clubs en/of coaches/leiders/ouders zich kost wat het kost trachtten te manifesteren. Kinderen werden op zo'n manier gebruikt voor de prestatyiedrang van volwassenen. Vier tegen vier is niet bedoeld als een extra competitie-element naast de bestaande reguliere competities van de clubs (7 tegen 7 voor F- en E-pupillen en 11 tegen 11 voor de overige categorieën). De wekelijkse wedstrijd tegen een andere club moet het hoogtepunt van de week blijven. Daar wordt naar toe gewerkt, daar wordt voor geoefend en getraind. Hierin is het spel 4 tegen 4 slechts een middel. Als 4 tegen 4 alleen maar dienst doet om voetbalgevechten op het scherpst van de snede uit te vechten, dan schiet het zijn doel voorbij. Het is de bedoeling dat het een overzichtelijke situatie blijft waarin de coach voetbaleigen coachmomenten benut om jeugdspelers beter te leren voetballen.

Kinderen moeten niet worden opgezweept om bepaalde zaken te forceren, zij moeten zich kunnen richten op hun eigen voetballen. Er liggen op grond van het geringe aantal spelers en de geringe afmetingen genoeg mogelijkheden zich te onderscheiden en te ontwikkelen in het zelf herkennen van bepaalde situaties en het creëren van de beste oplossingen. De rol van de coach en of leider zal meer gericht zijn op het aangeven hoe de zelf gekozen oplossing beter en/of anders kan, dan dat hij kinderen in een keurslijf perst en ze als een soort marionet beschouwt in zijn spel, zijn prestatie.

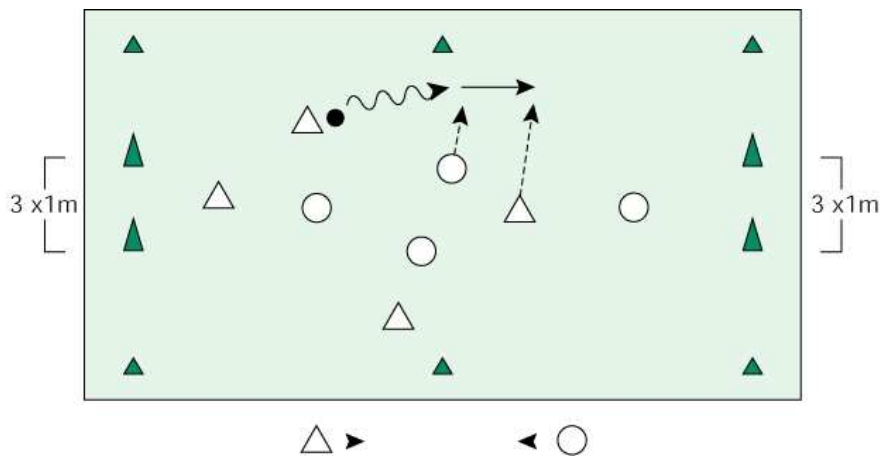
Het vier tegen vier spel is van en voor kinderen. De rol van de volwassenen in het vroegere straatvoetbal was er slechts een van het afpakken van de bal, wanneer voor de zoveelste keer een bloementuintje werd verwoest (overigens ook een kwestie van ontwikkelen van de technische vaardigheid).

Als een volwassene, coach, leider, vader, moeder niet in staat is door een gebrek aan eigen voetbalachtergrond (wat op zich geen schande is) de zinvolle voetbalcoachmomenten te herkennen en daarbij aangepaste coach-opmerkingen te maken dan doet hij/zij er het beste aan om een stapje terug te doen en het spel slechts als toeschouwer zijgend gade te slaan. Mocht de drang toch zo groot zijn om zich ermee te willen bemoeien dan is de beste raad een cursus te gaan volgen van de KNVB. Informeer over de mogelijkheden bij de eigen vereniging.

Een goede coach onderscheidt zich door kijkend naar de fase waarin kinderen zich bevinden (leeftijd, aanleg, motivatie) het middel 4 tegen 4 te benutten om bepaalde aspecten van het echte voetballen (7 tegen 7 en 11 tegen 11) verder te ontwikkelen. Ook is hij in staat om allerlei afgeleide vormen van 4 tegen 4 zinvol te benutten om bepaalde leerdoelen te realiseren. Hij moet de vertaling kunnen maken van veel voorkomende situaties in de 'echte' wedstrijd naar vergelijkbare situaties in het spel 4 tegen 4. Hij moet zich zeker niet slechts beperken tot het kost wat het kost najagen van het resultaat van een 4 tegen 4 wedstrijdje. Daarvoor is het nu net iets te onbelangrijk. Zeker voor volwassenen.

11.

Partijspel "4 tegen 4"



Het speelveld:

40 x 20 meter, waarbij het doel 3x1 meter breed is.

Spelverloop

Twee partijen van vier spelers spelen tegen elkaar. Beide partijen proberen bij elkaar te scoren en te voorkomen dat er in hun eigen doel wordt gescoord. Er wordt zonder keeper gespeeld.

Voorbeeld

Laat acht spelers het spel spelen en bespreek aan de hand van hetgeen zich voordoet de belangrijkste regels

Spelregels en regelingen

- De aftrap is vanuit het midden; na elke score de bal bij het doel uitnemen.
- Als de bal over de zijlijn rolt, wordt de bal vanaf die plaats weer ingetrapt. Er kan niet direct worden gescoord.
- Bij de doellijn mag zowel worden ingetrapt als ingedribbeld.
- Hoekschoppen worden genomen vanaf het hoekpunt.

Leermomenten

Voor de niet-balbezittende/verdediger:

- De bal in de buurt van het doel op doel schieten (scoren)
- De bal afschermen en de vrije ruimte in dribbelen, waarbij de bal binnen speelbereik wordt gehouden (pingelen)
- De bal buiten bereik van een tegenspeler naar een vrijstaande medespeler spelen (samenspelen)
- In een vrije positie de bal aannemen en binnen speelbereik houden

Voor de medespeler van de balbezitter:

- Zich herhalend vrij van tegenspelers en aanspeelbaar voor de balbezitter opstellen
- Weglopen (ruimte maken) als een medespeler jouw kant op dribbelt
- Zich aanbieden in scoringspositie

Voor de verdediger

- Tussen het doel en de tegenstander blijven en voorkomen van scoren door het afsluiten van de scorlijn.
- De doorgang van een balbezitter afsluiten en de bal afpakken met name als de balbezitter die niet binnen speelbereik heeft
- een afspeellijn sluiten

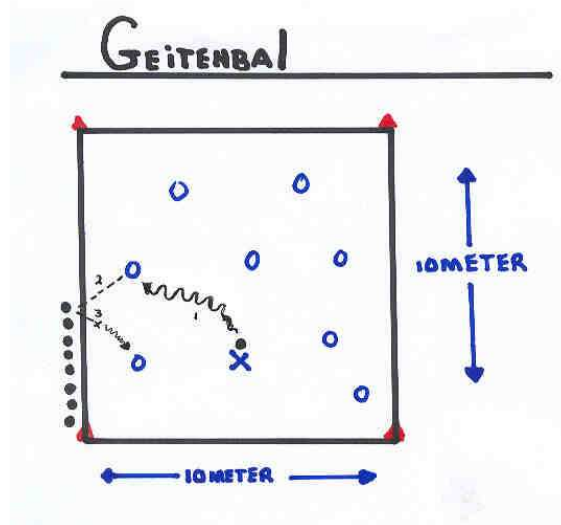
Organisatie

- Op beide doellijnen staan twee echte 4 tegen 4 doelen, of markeren pilonnen de twee doelen van elk drie meter breed.
- In het veld liggen vier hesjes en een bal klaar; naast elk doel twee reserveballen.
- Bij tien spelers kan worden gespeeld met twee partijen van vijf tegen vijf, of vier tegen vier met twee wachters

Benodigd materiaal Vier pilonnen, zes markeringshoedjes, vijf ballen en acht hesjes (twee kleuren).

12. Geitenbal

(warming-up dribbel tikspelletje voor alle leeftijden)



Organisatie:

Zet eerst veldje uit. 12 x 15 meter bij 10 spelers

Benodigheden:

Iedere speler een bal en vier hoedjes voor veldafbakening.

Een tikker (jager) met bal.

Spelverloop:

Jager gaat dribbelen met de bal aan de voet. Alle anderen gaan, zonder bal, verspreid door het vak lopen. De jager moet proberen zijn bal tegen iemand aan te schieten. Op het moment dat iemand geraakt wordt gaat deze persoon ook een bal halen uit het ballenvak en wordt ook een jager. Zo komen er steeds meer jagers. Uiteindelijk blijft er nog maar een slim geitje over. De trainer roept dan alle jagers op gezamenlijk **alle ballen op ???** af te vuren. Met dit spervuur aan schoten wordt de jacht afgesloten. Het slimste geitje mag het tweede spel beginnen als jager.

Knelpunten:

De beginnende jager heeft het, zeker bij de F-jes heel moeilijk. De trainer kan hem in het begin op weg helpen. Bijvoorbeeld, als tweede jager, of door samen met een bal te beginnen. Zo kan er al wat overgespeeld worden. Hoe groter het veld wordt uitgezet hoe moeilijker het wordt. Omgekeerd geldt ook: Verklein je het veldje dan kan je hiermee de beginnende jager ook helpen.

Als de geitjes buiten het veldje komen zijn ze direct af. Hier moet de trainer goed op letten. Zo moeten de spelertjes ook een beetje op de ruimte letten.

Zelfs junioren vinden dit leuk. Zeker het moment als de laatst overgebleven loper 'vogelvrij' wordt verklaard. Iedereen zal proberen 'het slimste geitje' zo hard mogelijk te raken...

Iedere jager moet zijn eigen bal halen. Hij moet dus pas op het allerlaatste moment schieten. Mist hij namelijk dan moet hij een heel eind lopen om zijn eigen bal op te halen