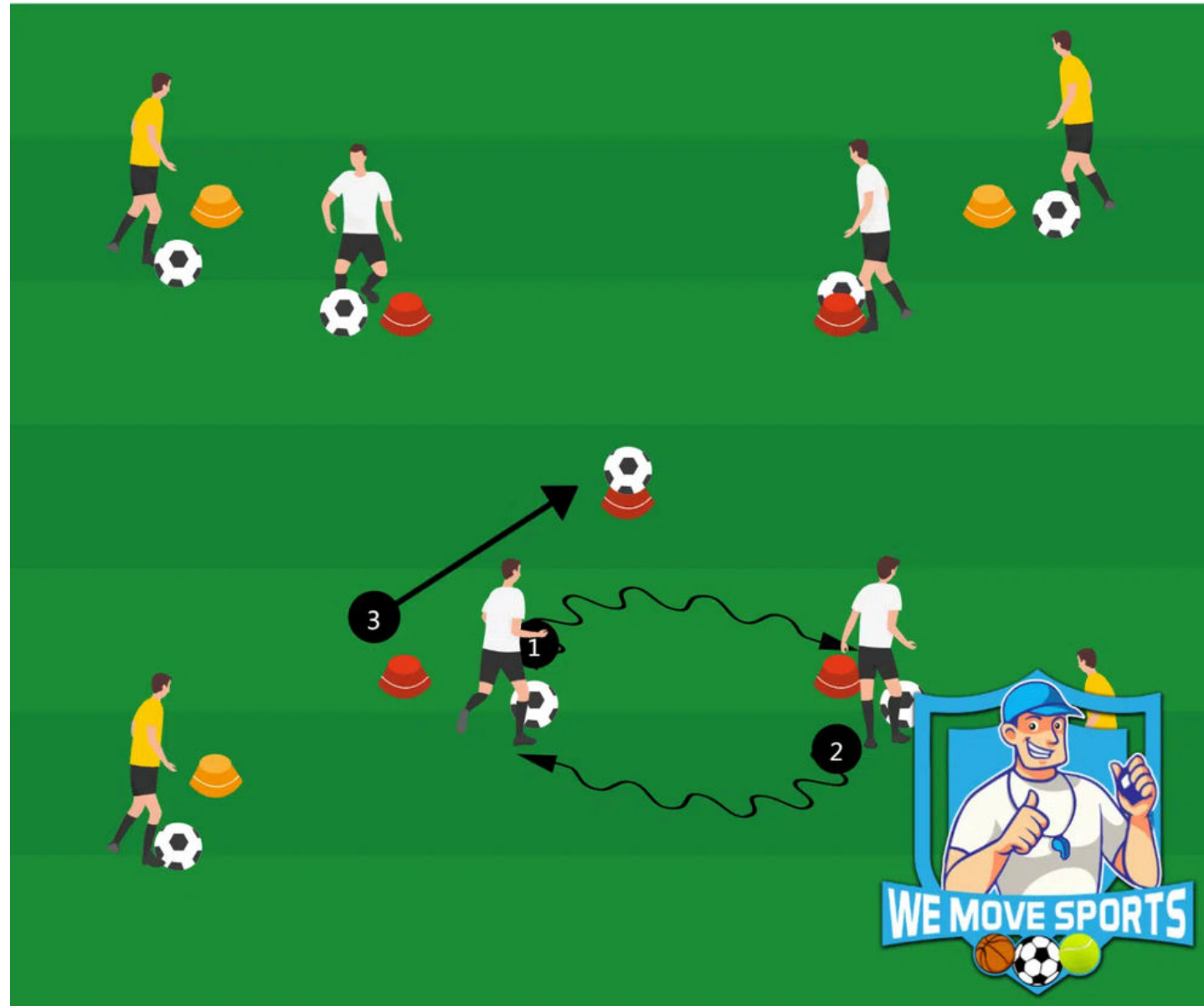


Vaardigheid



Onder 12

9 - 12 spelers

Kwart veld

De materialen

4 Gele en 5 rode grondoppes, 13 voetballen

Dribbelen op snelheid en gericht schieten

Spelbeschrijving

Het veld wordt aangegeven door de 4 rode grondoppes. Het veld is 10x10 meter. In het midden van het veld ligt een grondoppes met bal erop. Per rode grondoppes start er één speler. De overige spelers die deze ronde niet aan de beurt zijn wachten bij de gele grondoppes.

De 4 spelers starten tegelijkertijd. Ze dribbelen zo snel mogelijk naar de grondoppes rechts van hen. Er wordt om deze grondoppes heen gedribbeld, terug naar de grondoppes waar de speler gestart is. Om deze startgrondoppes wordt ook heen gedribbeld. Vervolgens proberen de spelers de bal die in het midden op de grondoppes ligt, van de grondoppes af te schieten. De spelers halen hun bal op en wachten bij de gele grondoppes. Nu zijn de volgende 4 spelers aan de beurt.

Spelregels

- De 4 spelers die bij de rode grondoppes staan, starten wanneer de trainer het startsein geeft.
- Er wordt zo snel mogelijk gedribbeld naar de rode grondoppes rechts van de speler.
- De speler moet om deze grondoppes heen dribbelen.
- Vervolgens wordt er terug gedribbeld naar de startgrondoppes. Om de startgrondoppes heen dribbelen en dan mag er pas geschoten worden op de bal in het midden.
- Variatie: I.p.v. dribbelen naar 1 grondoppes rechts van de speler, kan er gedribbeld worden naar 2 grondoppes rechts van de speler.