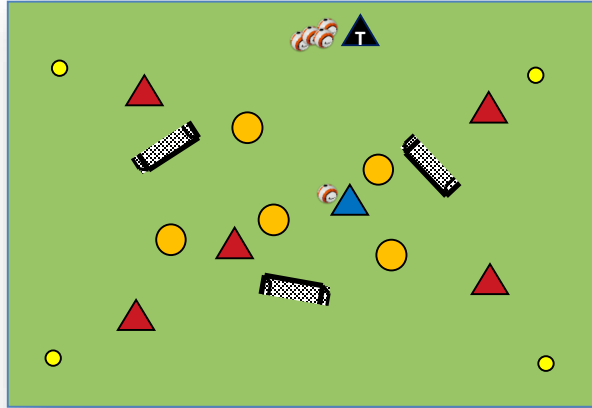


Positiespel

Zestienmeterspel



- Organisatie:**
- Lengte veld 40 meter / Breedte veld 40 meter
 - 12 ballen

- Aantal spelers:**
- 11-15 spelers

- Spelregels**
- Aanvallende team dient te scoren op kleine doeltjes.
 - Methodieken (direct scoren, direct scoren uit directe pass, combinatie met aantal keren samenspelen, regel als alleen scoren wanneer tussen de 6 en de 10 keer is samengespeeld en daarna door tot 15 keer samenspelen) kunnen worden afgewisseld.

Inhoud – Bedoeling van deze oefenvorm

Aanwijzingen aanvallers:

Algemeen:

- Zorg er voor dat de onderlinge afstanden zo groot mogelijk zijn. Dus samen de ruimtes groot maken en houden.
- Probeer, indien mogelijk, diep te spelen in plaats van breed. Dus al in je eerste aanname ervoor zorgen dat je de goede kant op staat en diep kunt spelen.
- Ondersteun elkaar waar mogelijk, dus kom vrij om aanspeelbaar te zijn zodat je medespeler de bal kan afspelen.

Specifiek:

- Beweeg zonder bal in zoveel mogelijk schuine lijnen om het spel snel te kunnen verplaatsen
- Houdt het tempo hoog om de tegenstander niet te laten organiseren of vertraag om de tegenstander te binden.
- Beoordeel goed waar de ruimtes liggen om tot scoren te komen, ga niet geforceerd op zoek naar een doelpunt, maar versnel het spel zodra een kans zich voordoet.

Aanwijzingen verdedigers:

- Zorg er voor dat de onderlinge afstanden klein zijn, dus samen de ruimtes klein houden in de lengte en breedte van het veld
- Probeer zo snel mogelijk druk op de bal te krijgen. Verdedig dus direct vooruit met z' n allen. Vooral in de omschakeling.
- Tegenstander de kant op dwingen daar waar de kans het grootst is dat je samen de bal veroverd.
- Zorg er voor dat je elkaar telkens rugdekking verleend, waardoor je de tegenstander dwingt om breed te spelen
- Kies het juiste moment om door te dekken op de tegenstander. Kijk hierbij goed naar hoe de tegenstander staat en wat jouw rol is in die situatie. Communiceer hierbij duidelijk met je medespelers wie wat precies moet doen.

Weerstanden: Moeilijker maken

- In combinatie met spelregels aantal verdedigers van 3 naar 4