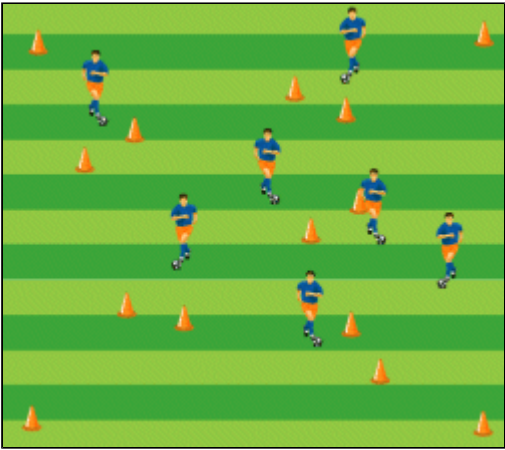


Dribbelen door doeltjes van pilonnen	
Doelstelling: Verbeteren van het dribbelen	
Fase: Kern	Leeftijd: E-J, F-J
Thema: Dribbelen	_numberofplayers: 6-10
	<p>Organisatie</p> <ul style="list-style-type: none"> - We maken van pilonnen maken we in een afgebakende ruimte doeltjes van ongeveer 2 meter breed - De spelers dribbelen door de ruimte. Welke speler kan binnen 1 minuut door zoveel mogelijk doeltjes heen dribbelen/ - Voor 8 spelers ongeveer 20 bij 20 meter - Voor het markeren van het grote veld is het verstandig om andere pilonnen te gebruiken dan voor de doeltjes.

Dribbel en Ren	
Doelstelling: Het verbeteren va het drbbelen	
Fase: Warming-up	Leeftijd: D-J, E-J, F-J
Thema: Dribbelen	_numberofplayers: 8-10
	<p>Organisatie</p> <ul style="list-style-type: none"> - De spelers dribbelen rond de cirkel naar de bal - Op signaal moeten zij de bal stoppen en zo snel mogelijk naar de middelste pilon sprinten zonder bal - Pilon aantikken en weer zo snel mogelijk terug naar de bal om daar het dribbelen weer te hervatten - Zowel linksom als rechtsom

Dribbelen in een rechthoek met jager	
Doelstelling: Het verbeteren van het dribbelen en het afschermen van de bal	
Fase: Warming-up	Leeftijd: D-J, E-J, F-J
Thema: Dribbelen	_numberofplayers: 8-10
	<p>Organisatie</p> <ul style="list-style-type: none"> - De spelers dribbelen in een rechthoek. Eén speler is de jager, hij heeft een hesje aan. - De jager probeert de ballen van de dribbelaars uit de rechthoek te tikken. - Wanneer dit lukt, gaat de speler die de bal verloren is, buiten de rechthoek jongleren met de bal. Dit kunnen ook andere opdrachten zijn, zolang de speler maar bezig is met het trainen van zijn voetbalvaardigheden. <p>Coaching</p> <ul style="list-style-type: none"> - T: Dribbelen - T: Drijven - T: Afschermen van de bal - I: Zoeken van de vrije ruimte