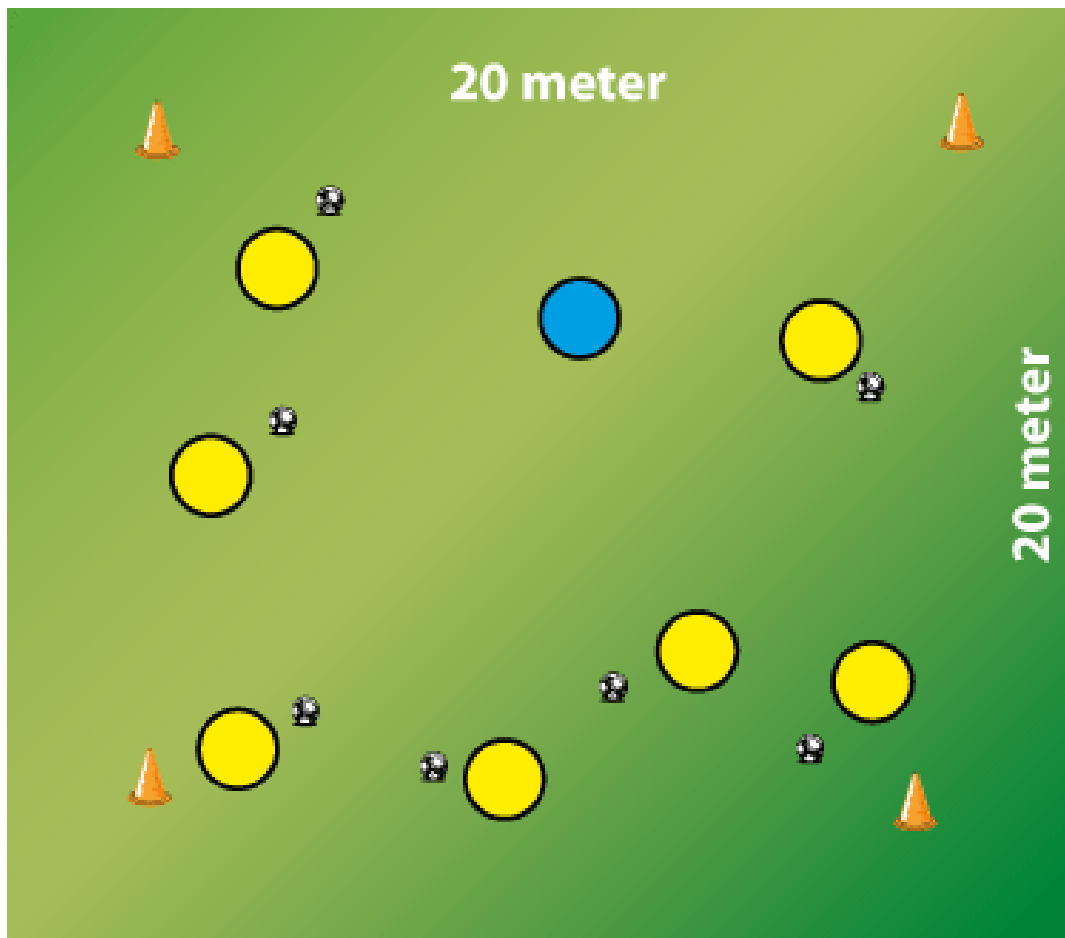


Rambo

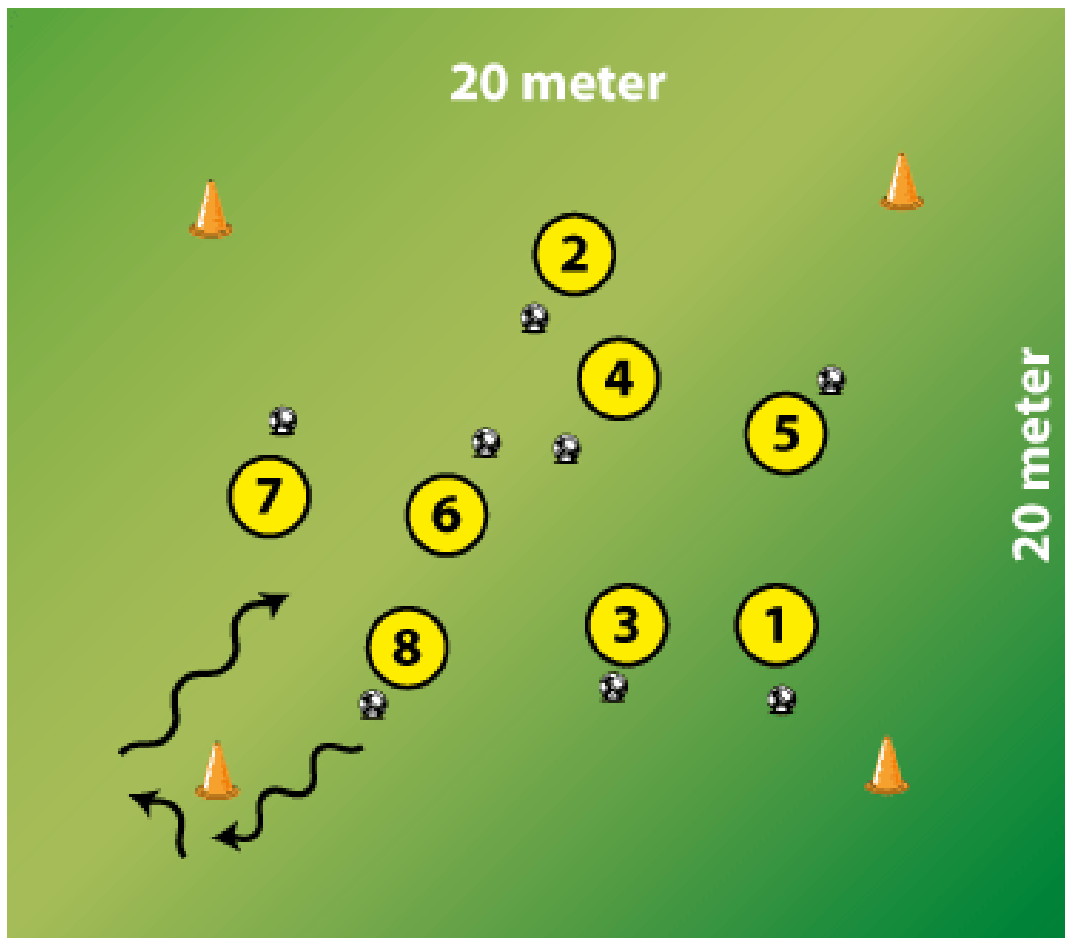
Oefenstofnummer: 170



- Uitleg**
- Iedere speler heeft een bal en dribbelt in de afgebakende ruimte
 - Er is één speler zonder bal, met hesje (= Rambo) en hij moet proberen alle ballen van andere spelers uit het vak te schieten
 - Als jouw bal uit het vak wordt geschoten ga je de bal halen en mag je meteen weer mee doen
 - 'Rambo' mag niet langer dan 4 seconden op dezelfde speler jagen
 - Wissel van 'Rambo' na 1 minuut
 - Hoeveel ballen heeft hij weggeschoten? Wie is zijn bal niet kwijt geraakt?

Het nummerspel

Oefenstofnummer: 1478

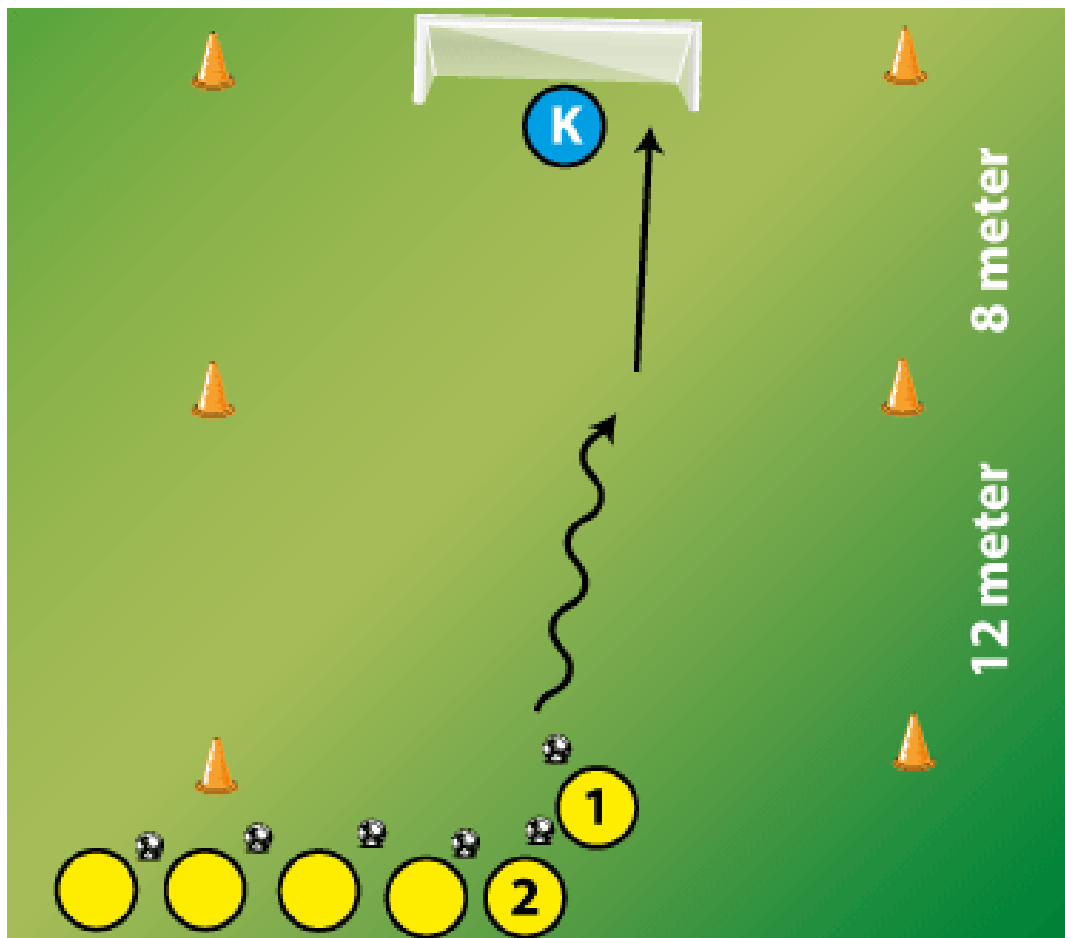


Organisatie

- We zetten een ruimte af, waarin elke speler een bal heeft. Elke speler krijgt een nummer
- Alle spelers dribbelen door elkaar heen en als de trainer een naam van een speler noemt, dan moet deze speler snel om een pylon dribbelen en weer terug in het vak komen
- Hierna mogen de spelers namen van hun favoriete voetballer kiezen. De oefenvorm werkt hetzelfde
- Daarna kan je als trainer bijvoorbeeld 2, 3 of 4 nummers tegelijk roepen. Let op: als er nummers tegelijk worden geroepen, moeten de spelers ieder om een andere pylon heen

Snel dribbelen, stoppen en schieten

Oefenstofnummer: 1479

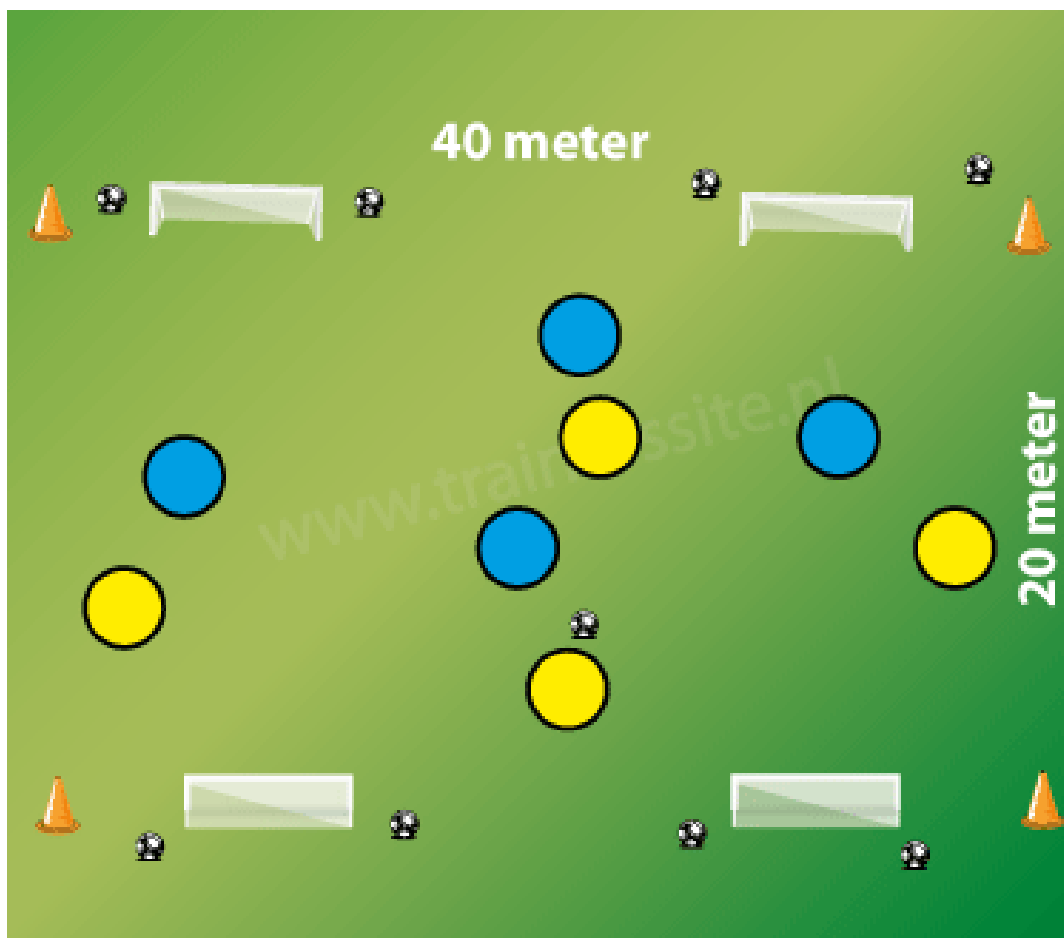


Organisatie

- We gaan doelschieten
- De speler dribbelt zo snel als hij kan naar de volgende pylon
- Daar probeert de speler precies tussen de twee pylonen in de bal stil te leggen, neemt vervolgens een aanloopje en schiet
- Daarna is de volgende speler aan de beurt

Partijspel 4 tegen 4 op 4 doeltjes - breed veld

Oefenstofnummer: 1389



Organisatie

- We spelen een partijspel 4 tegen 4, waarbij ieder team kan scoren op 2 kleine doeltjes (die aan de zijkant van het veld staan)