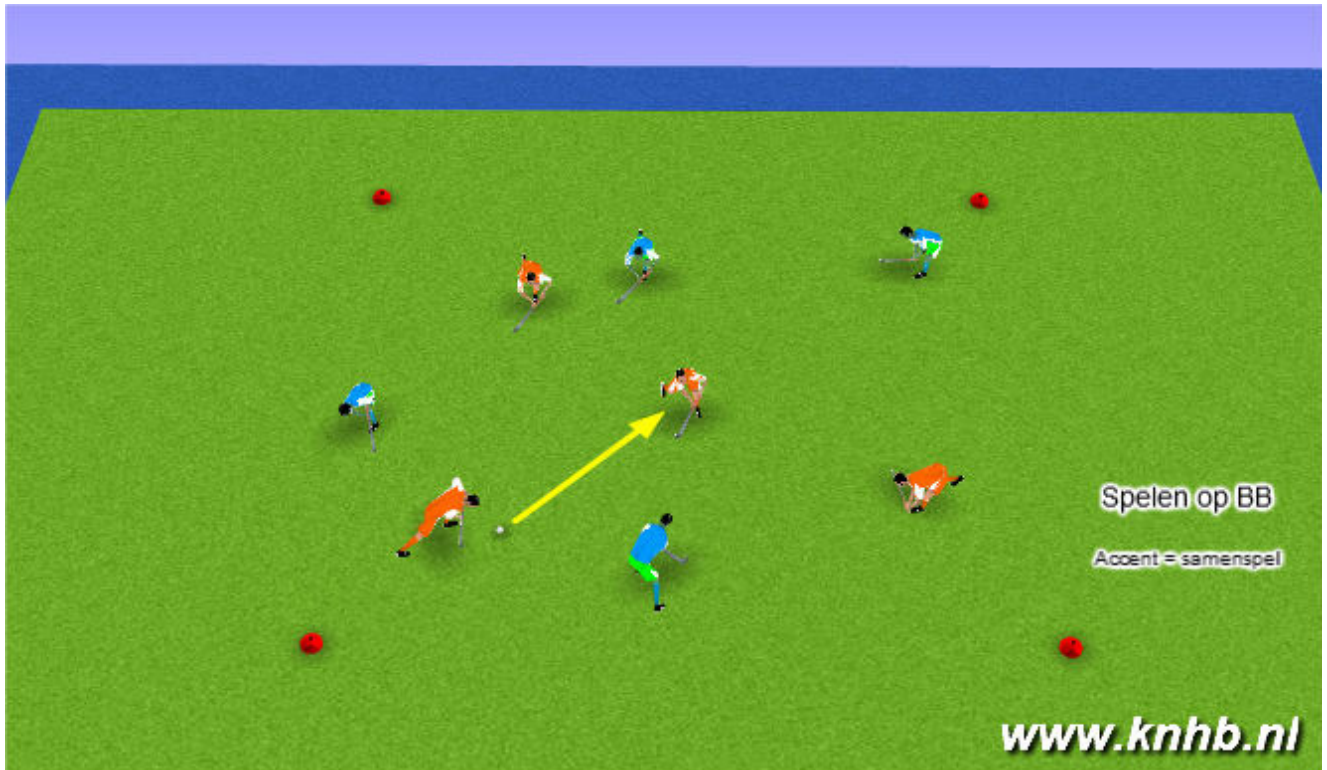




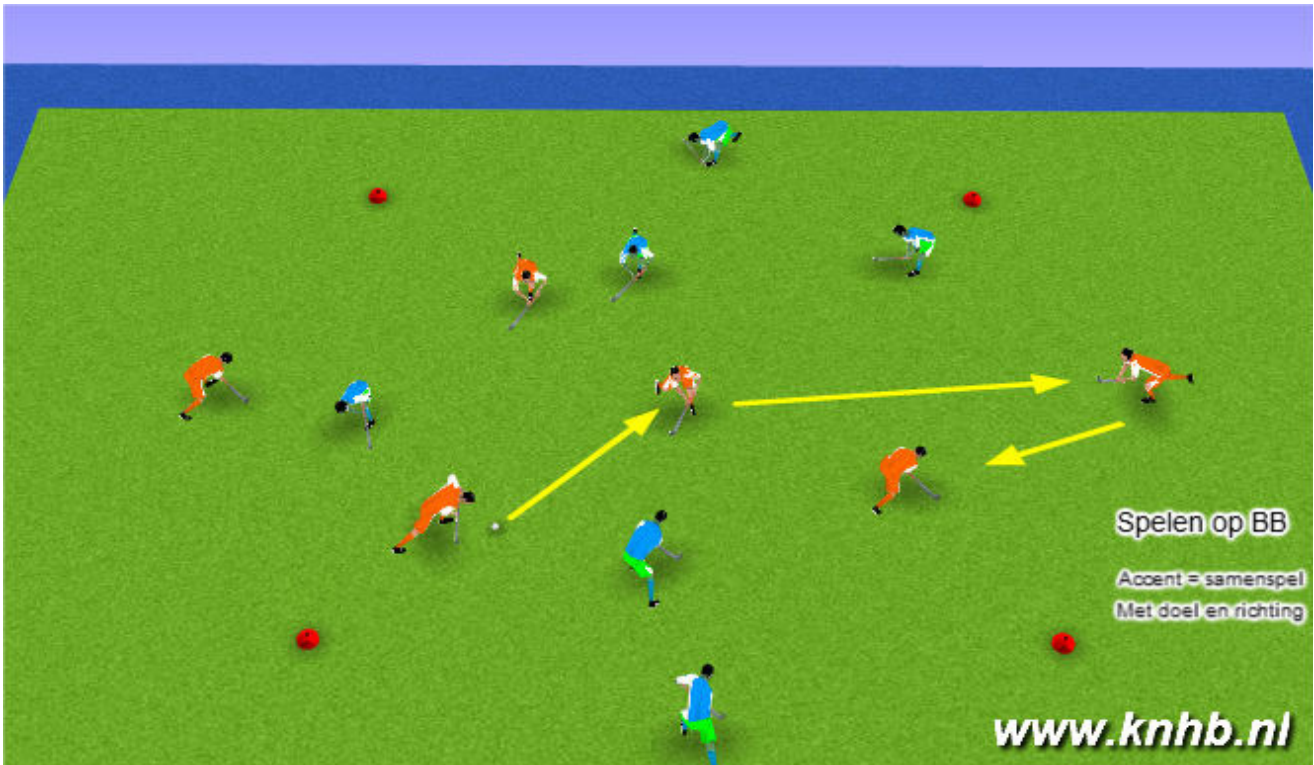
Tekeningen voorbeeld 2 (tekening 3 + 4)



Tekening 3: Trainingsvorm met spelen op balbezit

In dit voorbeeld probeert 1 ploeg op Balbezit (BB) te spelen, terwijl de andere ploeg, die in Niet-balbezit (NBB) is, de bal probeert te veroveren. Uiteraard zijn er voortdurend Omschakelmomenten (OS), maar er is geen sprake van Doel en Richting.

Conclusie: Natuurlijk spelen de spelers in BB samen en proberen de spelers in NBB de bal te veroveren. Om toch een doel te geven, krijgen spelers vaak de opdracht mee om te proberen 5 of 10 keer samen te spelen. Maar je ziet vaak dat de betrokkenheid en motivatie van spelers afneemt, omdat er geen duidelijk doel is.



Tekening 4: Spelgerichte trainingsvorm met spelen op balbezit

In deze vorm staan er echter per ploeg 2 spelers extra buiten de lijnen, als vrije aanspeelpunten. De ploeg in BB moet om te scoren één van deze 2 aanspeelpunten aanspelen; speelt deze dan de bal weer naar de eigen ploeg ... dan is het een punt. Er is nu voortdurend sprake van een overtalsituatie (6 : 4).

Variatie: Als een speler - die aanspeelpunt is - buiten het vierkant wordt angespeeld mag deze ook direct zelf het vierkant inlopen met de bal. De speler die hem aanspeelt, neemt dan direct de functie van aanspeelpunt over.

Conclusie: Door een aanpassing in het voorbeeld van spelen op BB (tekening 3) zijn Doel en Richting ingebouwd en verandert het spel meteen. Spelers hebben nu een doel en gaan veel gemotiveerder spelen. Bij de variatie komt er een stuk dynamiek en betrokkenheid bij die de spelers dwingt voortdurend op te letten en te reageren op alles wat er gebeurt.