

Trainingsvorm:	Mikvorm 1.	Hoedjes schieten	
Doelstelling:	Het richten verbeteren.		
Niveau:	F-pupillen.	Duur:	15 minuten.
Aantal spelers:	Minimaal 6 spelers.	Veldafmetingen:	25x25 meter.

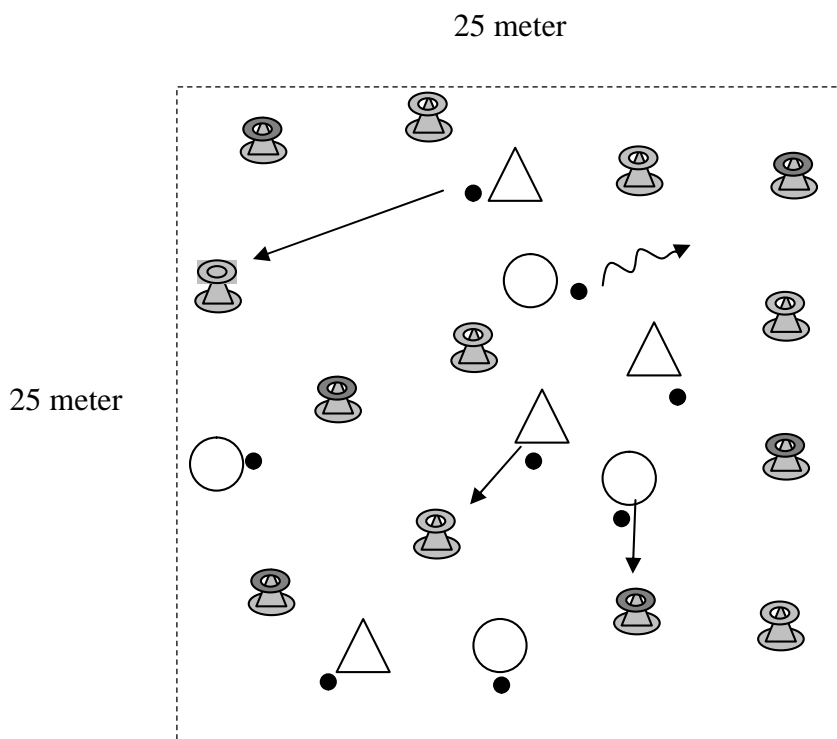
Uitleg organisatie:

Er zijn 2 ploegen.
Iedereen heeft een bal.
De spelers moeten de pionnen met het hoedje, geel of rood, van hun ploeg omschieten.
De ploeg die dit het eerst voor elkaar heeft is de winnaar.

Variatie:

Als het goed loopt kun je dit een volgende keer spelen met verdedigers. Elke ploeg heeft 1 verdediger die de ballen van de tegenstander tegenhoudt en wegschiet.

Organisatie:



Aandachtspunten:

Met de binnenkant van de voet schieten.
Van dichtbij schieten.
Niet te zacht schieten.
De bal snel pakken en de volgende omschieten.

	pion		looplijn
	hoedje		passlijn
	spelers		dribbel
	keepers		boogbal
	kameleon		goaltje zonder keeper
	trainer		goaltje met keeper

Trainingsvorm:	Mikvorm 2.	Pionnenvoetbal.	
Doelstelling:	Het richten verbeteren.		
Niveau:	F-pupillen.	Duur:	15 minuten.
Aantal spelers:	Minimaal 6 spelers.	Veldafmetingen:	15x25 meter.

Uitleg organisatie:

Er zijn 2 ploegen.

Iedereen heeft een bal.

De spelers moeten de pionnen met het hoedje, geel of rood, van hun ploeg omschieten. Als het hoedje eraf geschoten wordt telt dit alsof de pion is omschoten.

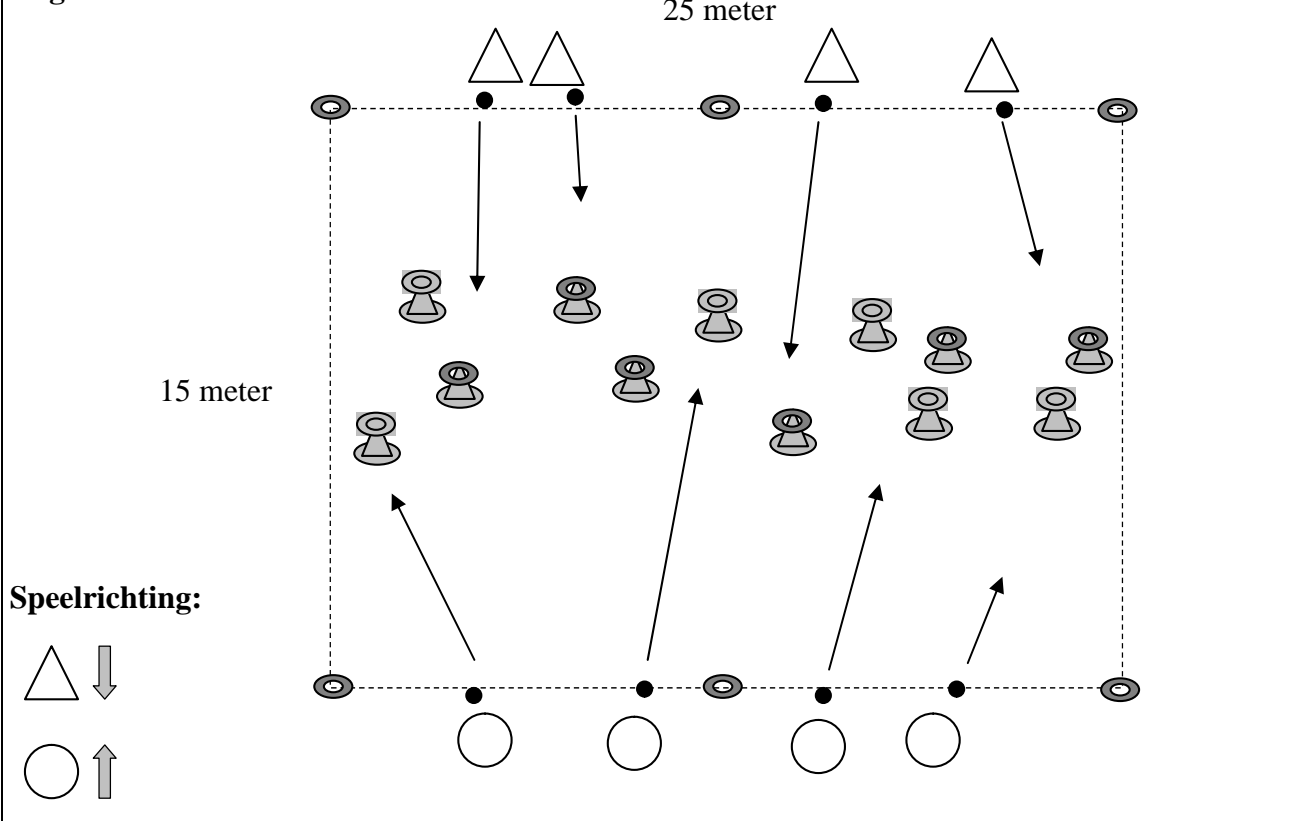
Er wordt geschoten vanaf de zijlijn.

De ploeg die dit het eerst voor elkaar heeft is de winnaar.

Variatie:

Als het goed loopt kun je dit een volgende keer spelen met verdedigers. Elke ploeg heeft 1 verdediger die de ballen van de tegenstander tegenhoudt en naar zijn eigen spelers schiet.

Organisatie:



Aandachtspunten:

Met de binnenkant van de voet schieten.

Niet te zacht schieten.

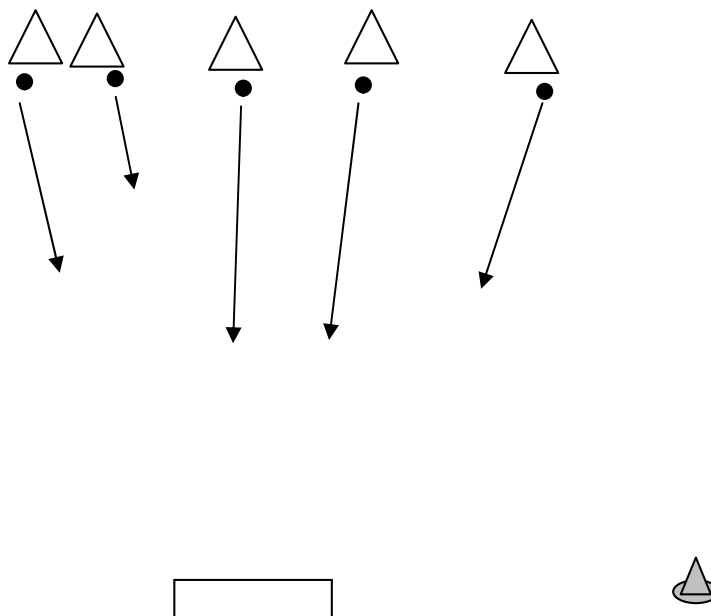
	pion		looplijn
	hoedje		passlijn
	spelers		dribbel
	keepers		boogbal
	kameleon		goaltje zonder keeper
	trainer		goaltje met keeper

Trainingsvorm:	Mikvorm 3.	Voetbalgolf.
Doelstelling:	Het richten verbeteren.	
Niveau:	F-pupillen.	Duur: 15 minuten.
Aantal spelers:	Minimaal 6 spelers.	Veldafmetingen: Niet van toepassing.

Uitleg organisatie:

Iedereen heeft een bal.
 De trainer wijst een voorwerp aan, een pion, een goaltje of een struik, die dan in zo weinig keren geraakt moet worden.
 Afhankelijk van de hoeveelheid spelers en het te raken voorwerp, kan men tegelijk schieten of om de beurt schieten.

Organisatie:



Aandachtspunten:

Met de binnenkant van de voet schieten.
 Niet te zacht schieten.

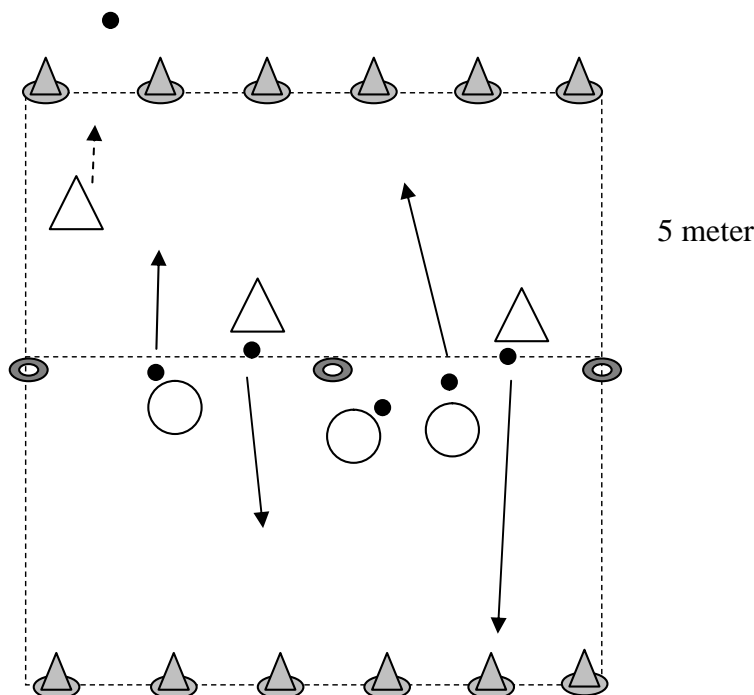
	pion		looplijn
	hoedje		passlijn
	spelers		dribbel
	keepers		boogbal
	kameleon		goaltje zonder keeper
	trainer		goaltje met keeper

Trainingsvorm:	Mikvorm 4.	Pion schietspel (1).
Doelstelling:	Het richten verbeteren.	
Niveau:	E- en D-pupillen.	Duur: 20 minuten.
Aantal spelers:	6 tot 14 spelers.	Veldafmetingen: 20x25 meter.

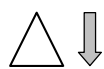
Uitleg organisatie:

Er word 3:3 en/of 2:2 gespeeld op 2 of 3 velden
 Bij D-pupillen kun je de afstand van 5 meter iets vergroten.
 Ze kunnen scoren door de pionnen van de tegenstander om te schieten.
 Ze mogen niet op de kant van de tegenstander komen, ook niet om een bal op te halen.
 Je speelt 2 of 3 keer tegen dezelfde of wisselende tegenstanders.

Organisatie:



Speelrichting:



Aandachtspunten:

Schieten met de binnenkant van de voet.

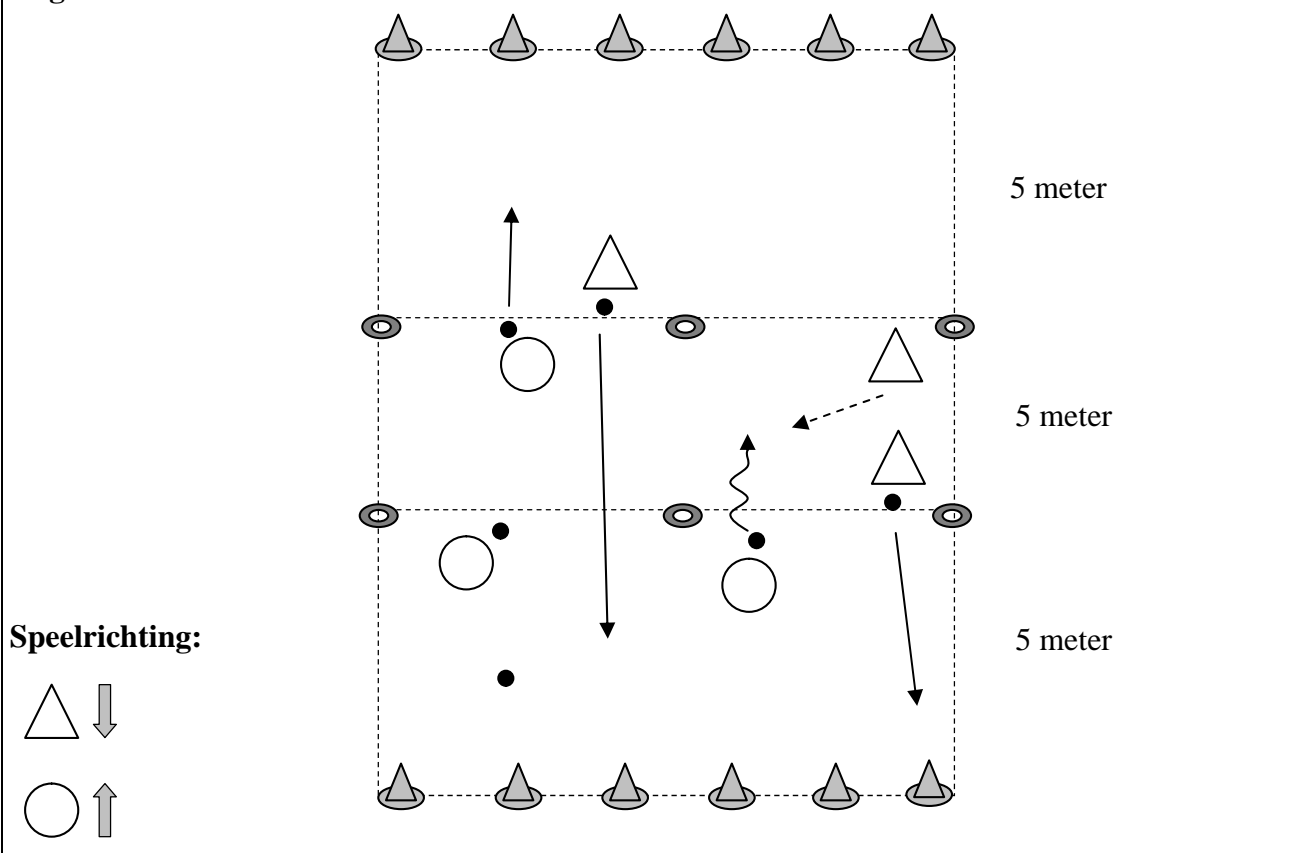
	pion		looplijn
	hoedje		passlijn
	spelers		dribbel
	keepers		boogbal
	kameleon		goaltje zonder keeper
	trainer		goaltje met keeper

Trainingsvorm:	Mikvorm 5.	Pion schietspel (2).
Doelstelling:	Het richten onder druk van een tegenstander verbeteren.	
Niveau:	E- en D-pupillen.	Duur: 20 minuten.
Aantal spelers:	6 tot 14 spelers.	Veldafmetingen: 20x25 meter.

Uitleg organisatie:

Er wordt 3:3 en/of 2:2 gespeeld op 2 of 3 velden.
 Ze kunnen scoren door de pionnen van de tegenstander om te schieten.
 Ze mogen niet in het vak van de tegenstander komen, ook niet om een bal op te halen.
 Iedereen mag in het middenvak komen. Vanuit dit vak mag geschoten worden, maar ook kun je de bal van de tegenstander proberen af te pakken.
 Als je vanuit je eigen vak schiet is de afstand groter, maar de bal kan niet afgepakt worden. De tegenstander in het middenvak kan de bal wel proberen tegen te houden.
 Je speelt 2 of 3 keer tegen dezelfde of wisselende tegenstanders.

Organisatie:



Aandachtspunten:

Schieten met de binnenkant van de voet.
 Afstand tussen het schietbeen en het standbeen moet niet te groot of te klein zijn.
 De bal klaar leggen en snel schieten.

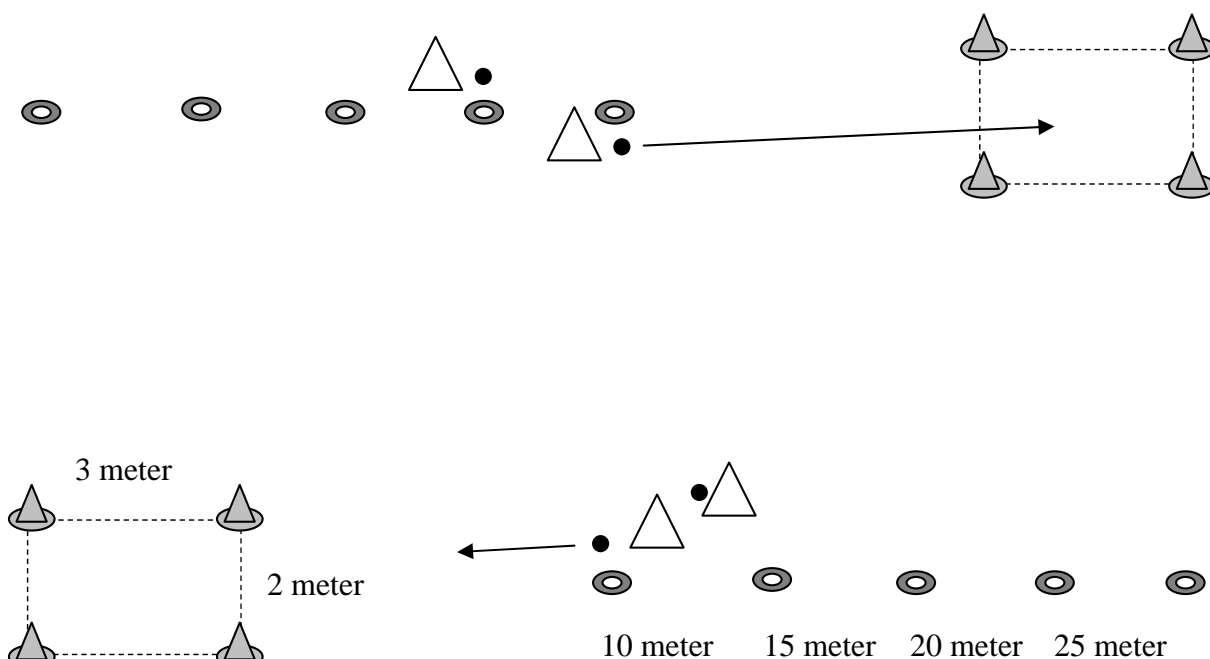
	pion		looplijn
	hoedje		passlijn
	spelers		dribbel
	keepers		boogbal
	kameleon		goaltje zonder keeper
	trainer		goaltje met keeper

Trainingsvorm:	Mikvorm 6.	Schot in de roos spel.
Doelstelling:	Leren de bal de juiste snelheid te geven.	
Niveau:	F-, E- en D-pupillen.	Duur: 20 minuten.
Aantal spelers:	6 tot 14 spelers.	Veldafmetingen: Niet van toepassing.

Uitleg organisatie:

Er zijn 2 groepen, iedereen heeft een bal.
 Per veld zijn er 2 vakken waar op gemikt moet worden.
 Iedereen begint op 10 meter. Als de bal in het vak blijft liggen dan hebben ze een punt.
 De speler die 3 punten heeft moet van 5 meter verder schieten. Na 3 missers moet je weer 5 meter terug.
 Als je een afstand vooruit of terug moet, dan begin je opnieuw te tellen tot 3 punten of missers.
 Als iemand de 25 meter heeft gehaald is hij de winnaar. Nu kun je het spel nog een keer spelen.
 Misschien ook door ze met de mindere voet te laten schieten.

Organisatie:



Aandachtspunten:

Schieten met de binnenkant van de voet.
 Standbeen in de richting van het vak.
 Het schietbeen hier loodrecht op gericht houden.

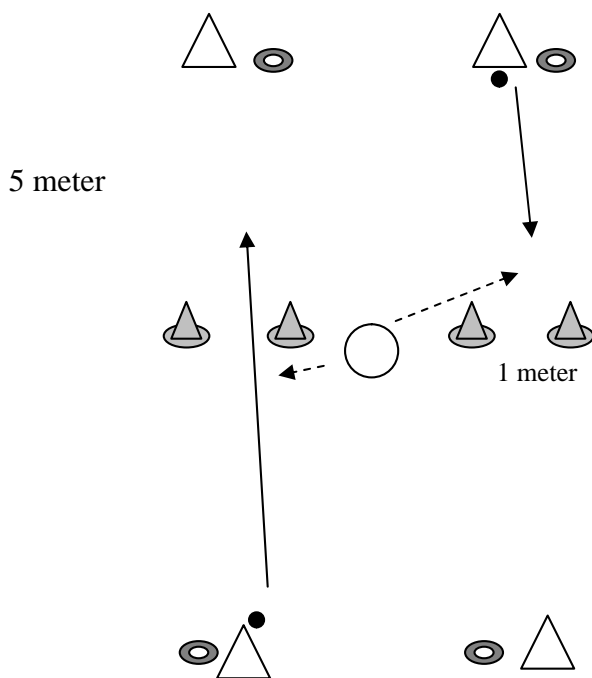
	pion		looplijn
	hoedje		passlijn
	spelers		dribbel
	keepers		boogbal
	kameleon		goaltje zonder keeper
	trainer		goaltje met keeper

Trainingsvorm:	Mikvorm 7.	Poortenspel.
Doelstelling:	Leren passen met de mindere voet	
Niveau:	E- en D-pupillen.	Duur: 25 minuten.
Aantal spelers:	5 tot 14 spelers.	Veldafmetingen: Niet van toepassing.

Uitleg organisatie:

Dit spel kun je ook spelen met drie 2-tallen en 1 verdediger. Hierbij moeten de doeltjes dichter bij elkaar staan om de verdediger meer kans te geven.
 Een 2-tal kan scoren door een keer heen en weer door het doeltje te schieten.
 De verdediger moet de ballen tegenhouden voordat deze door het doeltje gaan, lukt dit dan krijgt hij 1 punt.
 Nadat de verdediger enkele keren is doorgewisseld, moeten de 2-tallen met de mindere voet schieten
 Bij D-pupillen kun je de afstand van 5 meter iets vergroten.

Organisatie:



Aandachtspunten:

Schieten met de binnenkant van de voet.
 Speelbeen loodrecht op de speelrichting.
 Voetzool parallel met de grond.

	pion		looplijn
	hoedje		passlijn
	spelers		dribbel
	keepers		boogbal
	kameleon		goaltje zonder keeper
	trainer		goaltje met keeper

Trainingsvorm:	Mikvorm 8.	Buurmanspel.
Doelstelling:	Het richten verbeteren (5).	
Niveau:	F- en E-pupillen.	Duur: 15 minuten.
Aantal spelers:	6 tot 10 spelers.	Veldafmetingen: 15x15 meter.

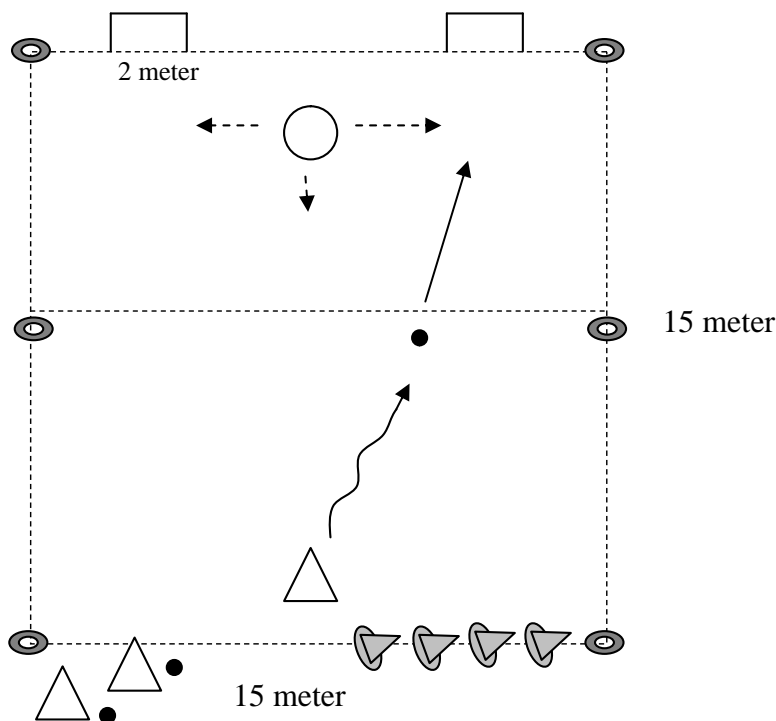
Uitleg organisatie:

Er word op 2 velden gespeeld met 2 partijen.
 De belhamels moeten proberen door de schutting van de buurman te schieten. De gaten in de schutting zijn doeltjes.
 De schutter (belhamel) dribbelt met de bal naar de middellijn. Hiervandaan, of eerder, mag hij op 1 van de 2 doeltjes (gaten) schieten. De keeper, een speler van de andere partij, speelt de buurman.
 Elke keer als er gescoord word zetten ze 1 pion overeind.
 Welke partij heeft het eerst alle pionnen overeind.

Opmerkingen:

Maak de doeltjes breder als er weinig word gescoord.
 Als er te gemakkelijk word gescoord zet je de doeltjes verder van elkaar af of je vergroot de schietafstand.

Organisatie:



Aandachtspunten:

Schieten met de binnenkant van de voet.
 Keeper moet tussen de bal en het dichtstbijzijnde doeltje gaan staan.

	pion		looplijn
	hoedje		passlijn
	spelers		dribbel
	keepers		boogbal
	kameleon		goaltje zonder keeper
	trainer		goaltje met keeper

Trainingsvorm:	Mikvorm 9.	Penaltyspel.
Doelstelling:	Het richten verbeteren (6).	
Niveau:	F- en E-pupillen.	Duur: 15 minuten.
Aantal spelers:	6 tot 10 spelers.	Veldafmetingen: Niet van toepassing.

Uitleg organisatie:

Er word op 2 velden.

Iedereen probeert eerst van de eerste penaltystip (hoedje) te scoren. Wanneer dit lukt moet je de volgende keer 1 verder.

Mis betekent dat de volgende keer vanaf dezelfde afstand word geschoten.

2 keer missen betekent dat je weer een hoedje terug moet.

Wanneer iemand ook vanaf het derde hoedje heeft gescoord kun je de keeper wisselen.

Opmerkingen:

Maak de doeltjes breder of de schietafstand kleiner als er weinig word gescoord.

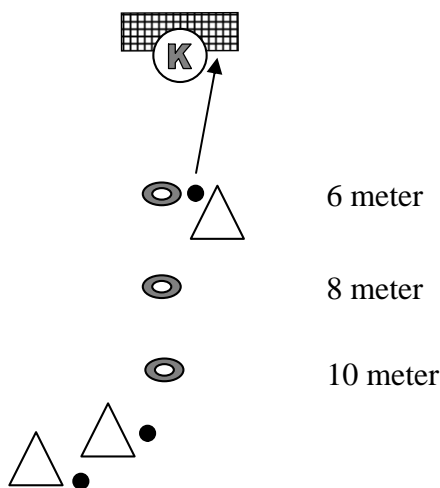
Geef van te voren goed aan dat ze elkaar niet in de weg gaan staan.

Maak het doeltje niet te klein, je kunt hiervoor ook pionnen gebruiken zodat je nog kunt vergroten of verkleinen.

Variatie:

De penaltystippen kunnen een volgende keer meer naar rechts of links worden gezet. Nu kan vanuit een hoek op doel worden geschoten.

Organisatie:



Aandachtspunten:

Schieten met de binnenkant van de voet.

Probeer in de hoeken te schieten.

	pion		looptlijn
	hoedje		passlijn
	spelers		dribbel
	keepers		boogbal
	kameleon		goaltje zonder keeper
	trainer		goaltje met keeper

Trainingsvorm:	Mikvorm 10.	Ballen knallen.
Doelstelling:	Het snel schieten verbeteren.	
Niveau:	F-pupillen.	Duur: 15 minuten.
Aantal spelers:	Minimaal 6 spelers.	Veldafmetingen: 25x25 meter.

Uitleg organisatie:

Er zijn 10 of meer ballen.

De 2 spelers in het vak moeten alle ballen zo snel mogelijk uit het vak schieten.

De andere spelers moeten de ballen weer terug in het vak schieten, maar ze mogen niet in het vak komen.

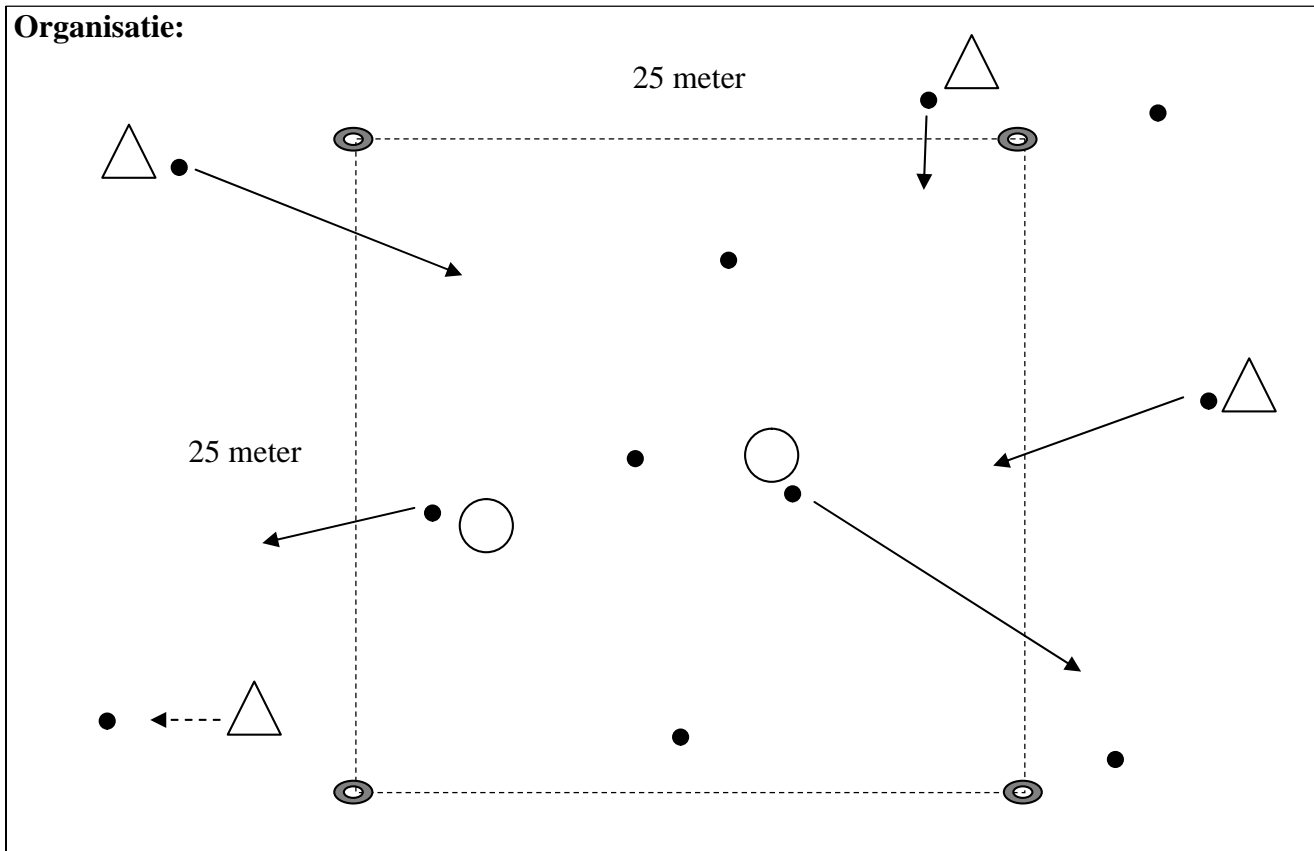
Als alle ballen uit of in het vak zijn is er een winnaar.

Duurt het te lang dan kun je na bijvoorbeeld 3 minuten kijken hoeveel ballen er nog in het vak zitten.

Variatie:

Als het goed loopt kun je dit een volgende keer spelen met 3 wegschieters en 1 verdediger in het vak.

Organisatie:



Aandachtspunten:

De bal niet eerst mooi neerleggen, maar direct knallen.

	pion		looplijn
	hoedje		passlijn
	spelers		dribbel
	keepers		boogbal
	kameleon		goaltje zonder keeper
	trainer		goaltje met keeper