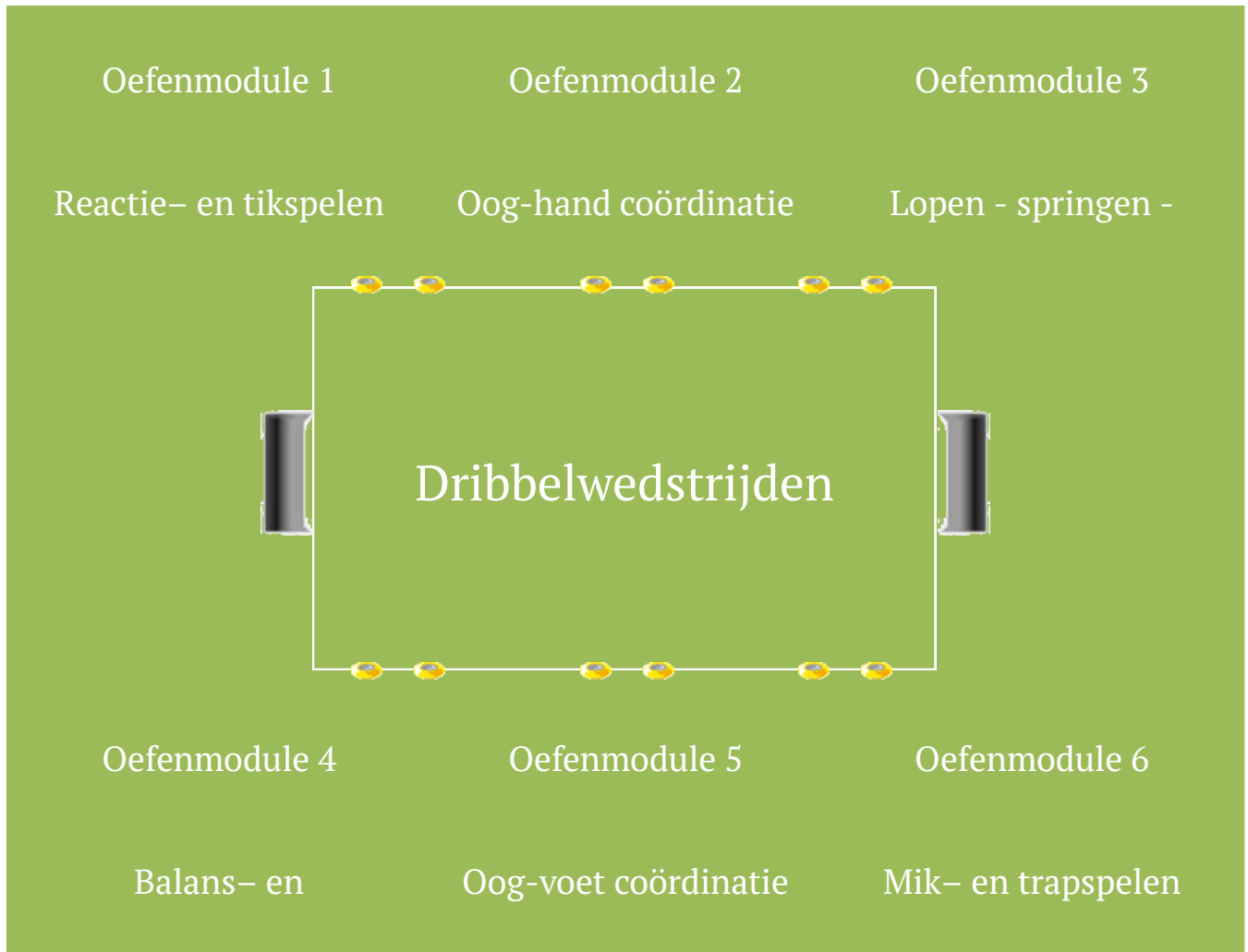


# 2v2 Demodag

Thematraining : kabouters



	Groep C	Groep A	Groep B
<b>Oefenmodule</b>	Oog-hand coördinatie	Oog-voet coördinatie	Lopen-springen-vallen-opstaan
<b>Dribbelwedstrijd</b>	1v1 lijnvoetbal	1v1 eilandvoetbal	1v1 kegelvoetbal
<b>Oefenmodule</b>	Reactie- en tikspelen	Mik- en trapspelen	Balans- en evenwichtsspelen
<b>Dribbelwedstrijd</b>	1v1 poortvoetbal	tweelingvoetbal	1v1 vlaggenspel
	20'-25'	20'-25'	20'-25'

# Thematraining: kabouters

Groep C



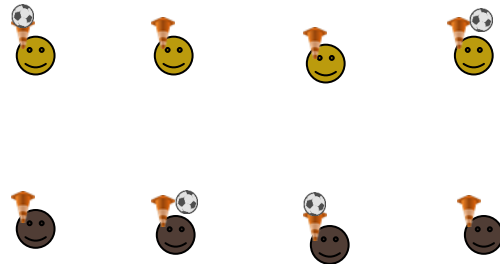
## Oog-hand coördinatie

### Balletje vangen in de pinnenmuts

De kabouters proberen hun balletje in de pinnenmuts (kegels) van de andere kabouter te gooien. Indien dit lukt mogen ze een kabouterpas achteruit zetten. Je werkt met 2 samen.

**Doel:** bal leren opgooien en vangen.

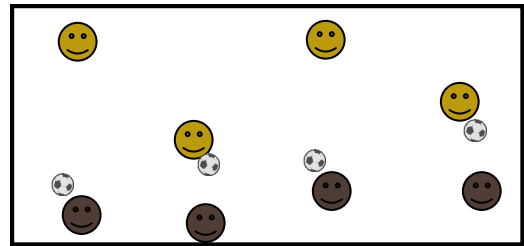
**Materiaal:** kegeltjes, tennisballen, hoepels.



## 1v1 lijnvoetbal

De spelers spelen 1v1 tegen mekaar. Men kan scoren door de bal op de doellijn van de tegenstander stil te leggen.

**Variante:** /



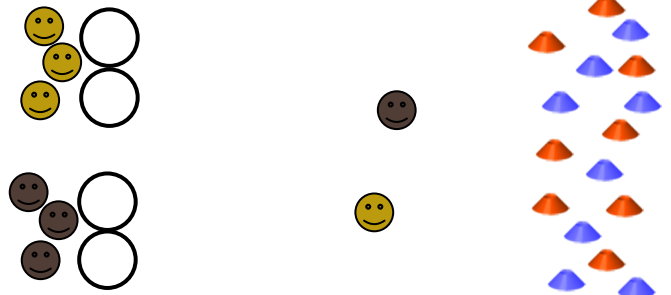
## Reactie- en tikspelen

### Paddenstoel vol met witte stippen!

De Rode en blauwe kabouters proberen om ter snelst de stippen (rode en blauwe hoedjes) in hun 2 paddenstoelen te krijgen (2 hoepels). De vangkabouters in het midden mogen de kabouters tikken. Ze moeten dan hun stip ter plaatse laten liggen en zonder stip terug naar hun paddenstoel voor ze opnieuw mogen lopen.

**Doel:** snel reageren en bewegen, wendbaarheid

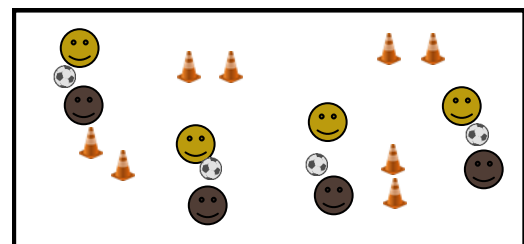
**Materiaal:** hoepels, potjes



## 1v1 poortvoetbal

De spelers spelen 1v1 tegen mekaar. Men kan scoren door de bal door een poortje te dribbelen. Gans het terrein mag gebruikt worden en men kan scoren langs 2 zijden van het poortje.

**Variante:** scoren = door het poortje trappen



# Thematraining: kabouters

Groep A



## Oog-voet coördinatie

### Kaboutercircus

De kabouters dribbelen kras kras door mekaar en voeren verschillende trucjes uit met de bal.

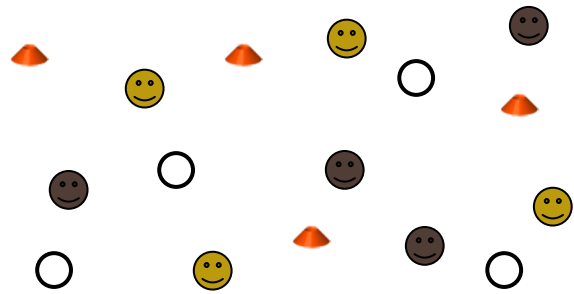
Rode kegel = volledige ronde dribbelen

Hoepel = bal stilleggen onder de voetzool

Poortjes = bal door het poortje trappen

**Doel:** Balgewenning

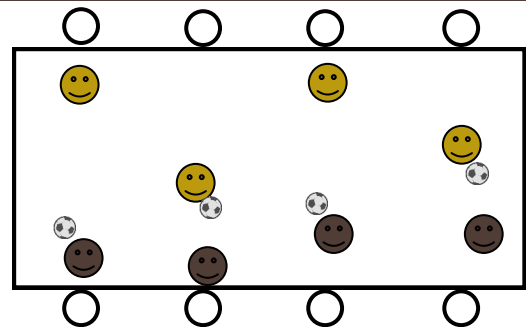
**Materiaal:** ballen, hoepels, potjes, kegels, poortjes



## 1v1 eilandvoetbal

De spelers spelen 1v1 tegen mekaar. Men kan scoren door de bal op het eiland (in hoepel) te leggen..

**Variante:** scoren in één van de hoepels aan de overkant



## Mik- en trapspelen

### Paddestoelschieten

De 2 teams van kabouters staan achter hun paddestoelen (kegels). Ze trachten met de bal de paddenstoel van de andere ploeg omver te schieten. Wie het eerst alle paddestoelen van de andere ploeg omver schiet heeft gewonnen.

**Doel:** Zo veel mogelijk kegels omver trappen

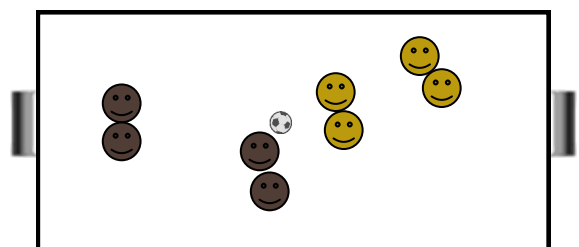
**Materiaal:** Kegels en ballen



## tweelingvoetbal

De spelers houden per 2 elkaars hand vast en spelen op die manier een wedstrijd.

**Variante:** de spelers houden een hoepel vast, de spelers per twee in een hoepel



# Thematraining: kabouters

Groep B



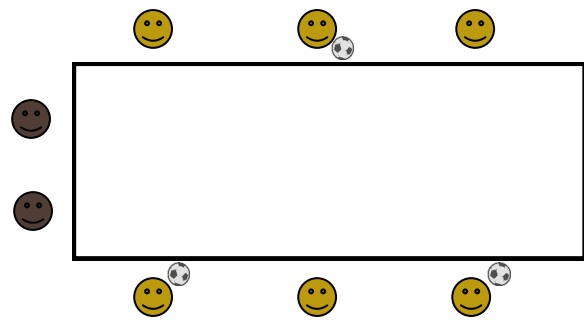
## Lopen-springen-vallen-opstaan

### Hazen schieten

De twee hazen lopen over het slaveld van de kabouters. Zij vinden dit niet leuk en proberen de hazen weg te jagen door er met stenen (ballen) naar te gooien of met ballen naar te trappen. De hazen proberen te ontkomen zonder geraakt te worden.

**Doel:** Overlopen zonder geraakt te worden.

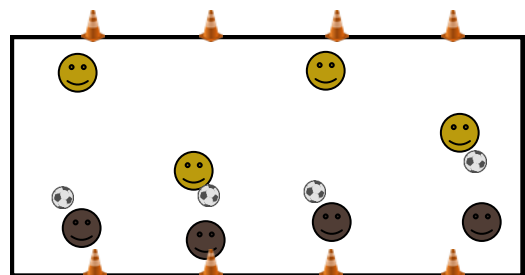
**Materiaal:** 3 (zachte) ballen, 6 potjes



## 1v1 kegelvoetbal

De spelers spelen 1v1 tegen mekaar. Men kan scoren door de kegel van de tegenstander omver te trappen.

**Variant:** Je mag om het even welke kegel van de andere ploeg omver trappen



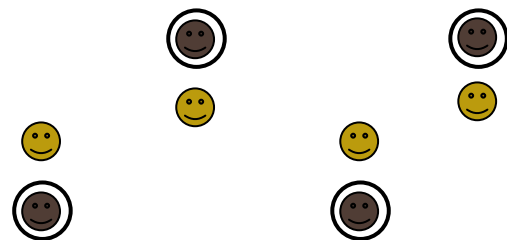
## Balans- en evenwichtsspelen

### Kabouterspiegel

Twee kabouters staan tegenover mekaar (waarvan een in een hoepel) op één been. De kabouter die in de hoepel staat is het spiegelbeeld van de andere kabouter en bootst hem na in alles wat hij doet.

**Doel:** Spelers houden hun evenwicht op 1 been.

**Materiaal:** geen



## 1v1 vlaggenspel

2 teams staan naast hun eigen doel en krijgen een nummer van 1 tem 4. Op signaal van de trainer komen de afgeroepen nummers in ter terrein en spelen 1v1.

**Variant:** 1v1, scoren in doel aan eigen kant

