



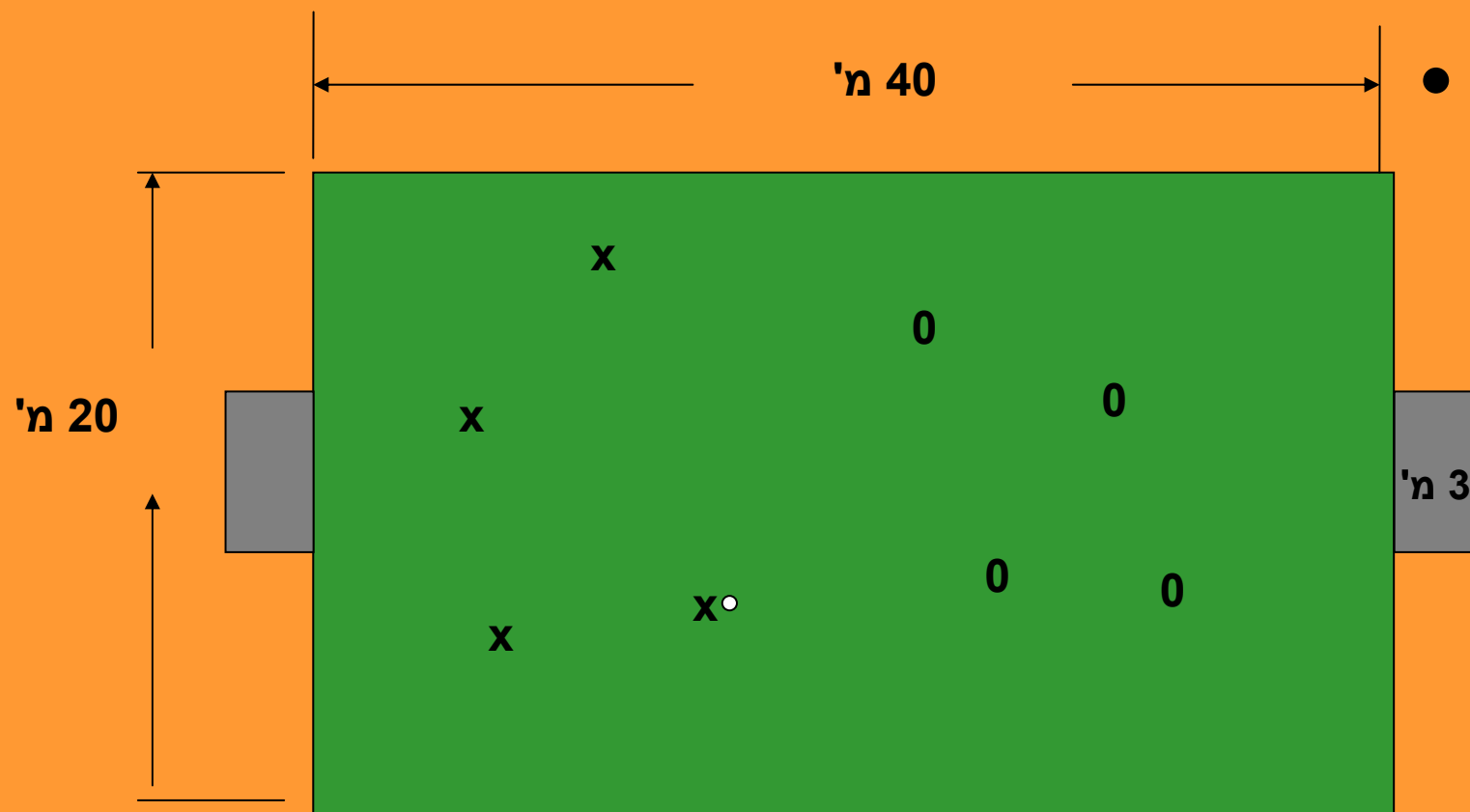
4 X 4

השיטה ההולנדית
ללימוד ושיפור הטכניקה
והקניית יסודות טקטיים

גילאי 8-12

אלון בן דור – המכללה ע"ש זינמן במכון וינגייט

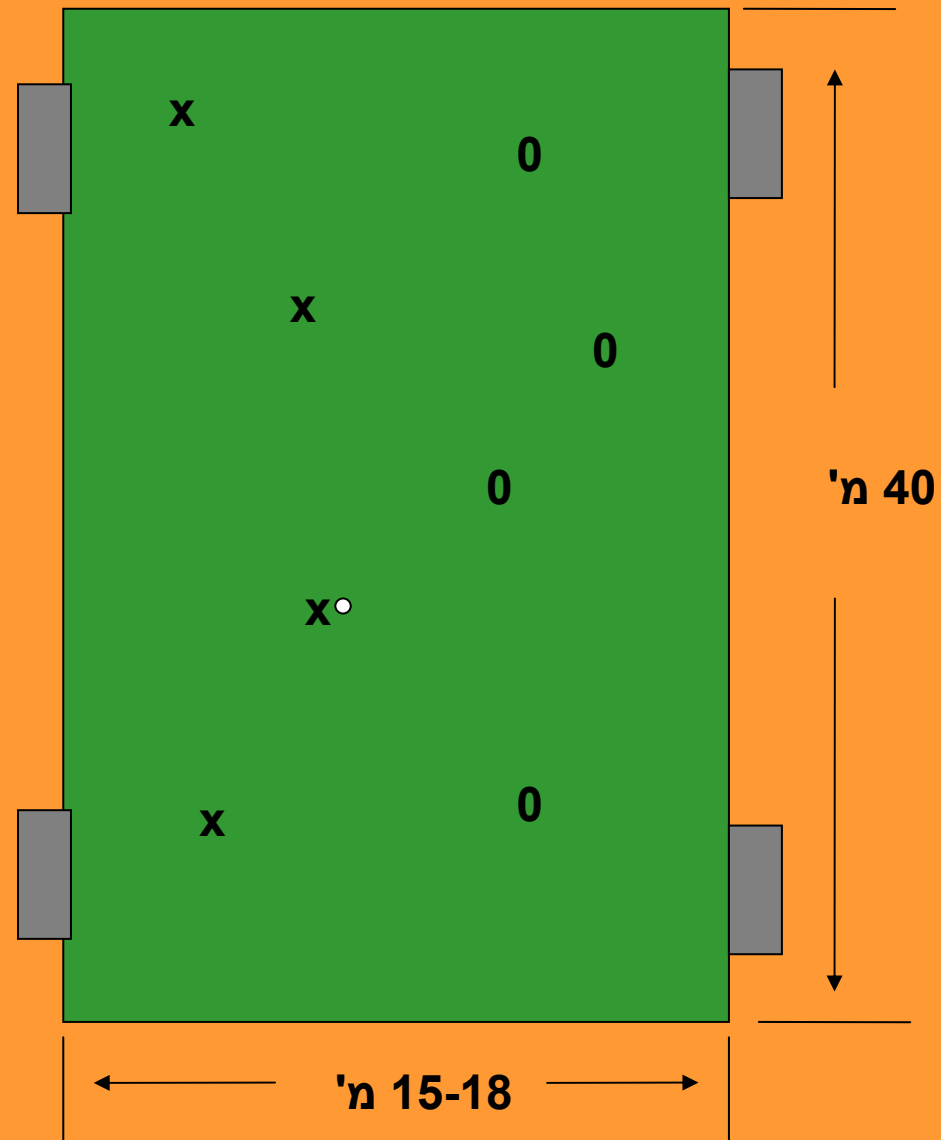
2 שערים, ללא שוער



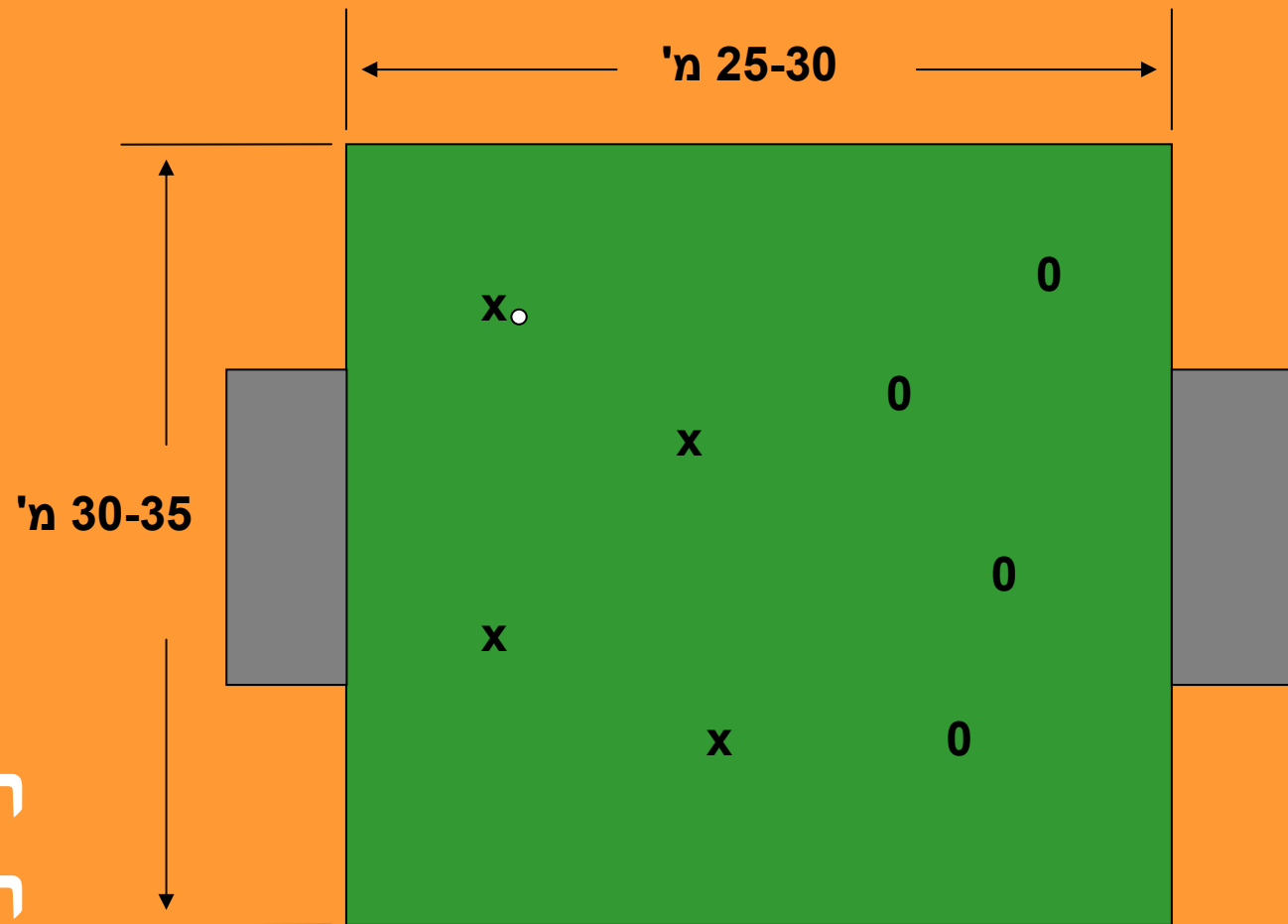
המטרה – משחק חופשי, הבקעת שערים

4 שערים קטנים

המטרה - הנעת
כדור ושינויי כיוון



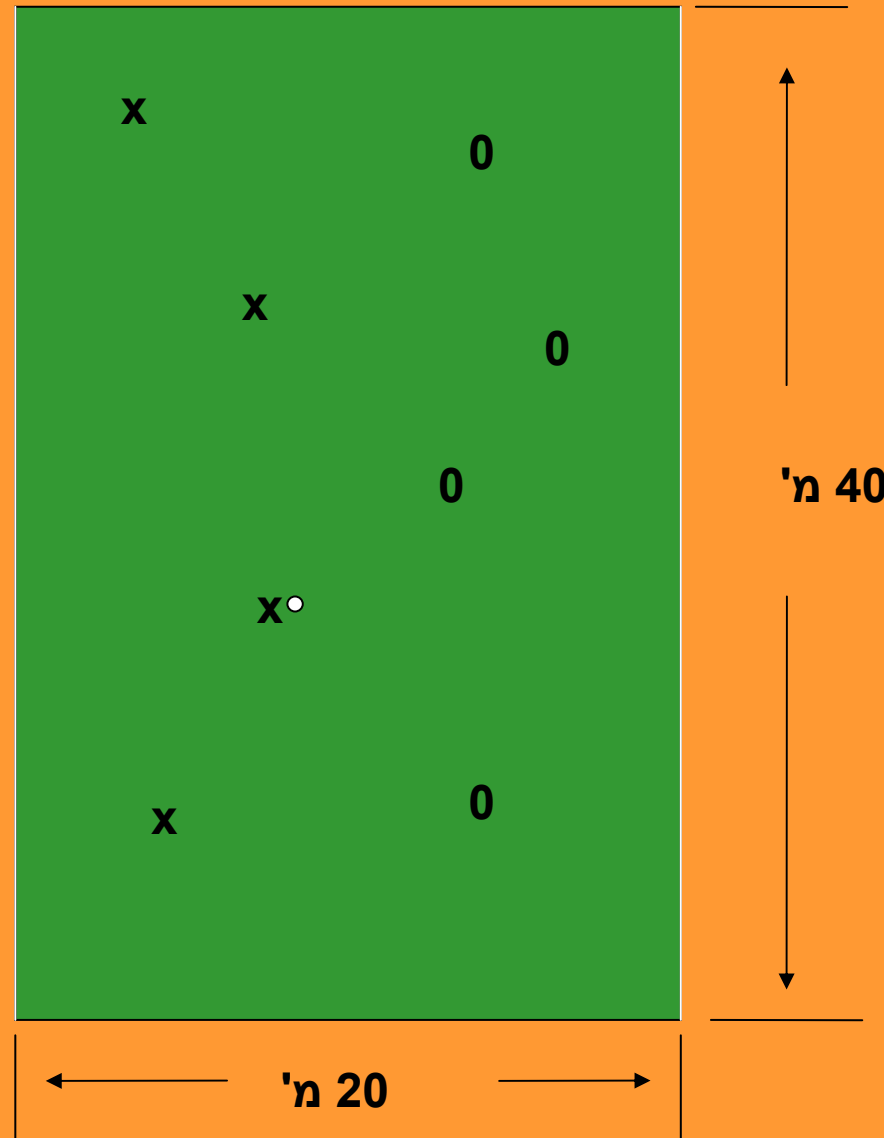
2 שערים גדולים



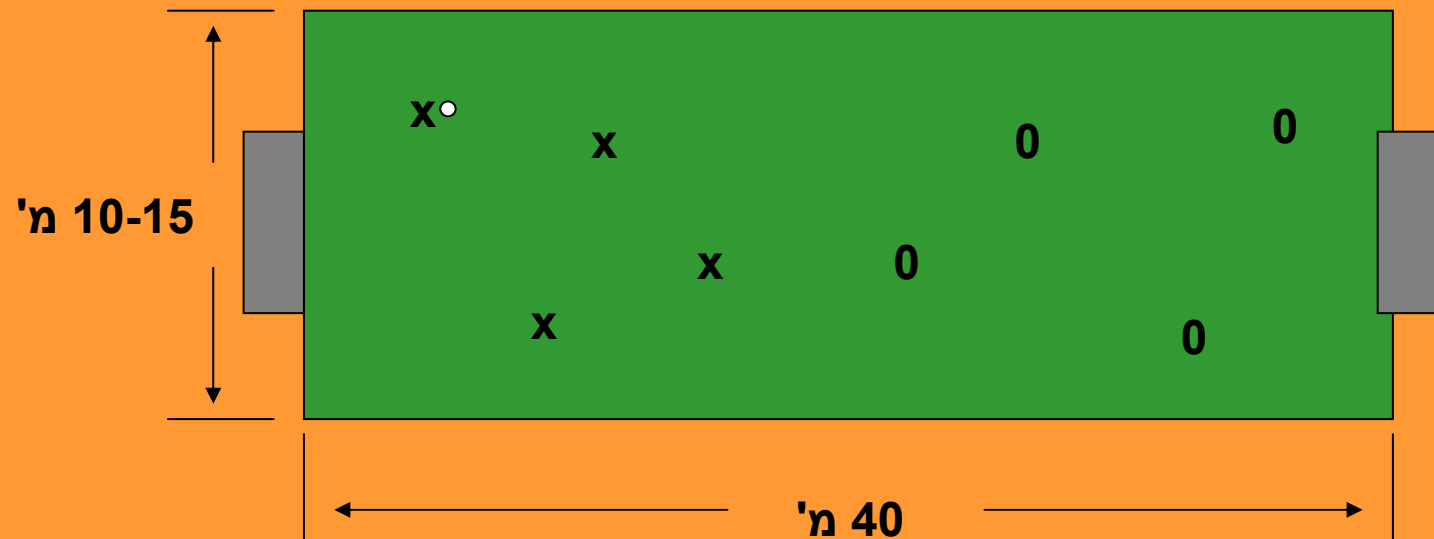
המטרה –
השתחררות
ובעיטה לשער

ללא שערים

המטרה – כדור
מעבר לקו הרוחב
של היריב



מגרש ארוך



המטרה – הכנסת כדור עומק

ללא שוער ואח"כ עם שוער