



## leerplan:

- less is more
- big ideas
- reality based learning



# opleidingsplan

## ksvk maldegem

### bovenbouw

samenstelling: sportieve cel  
ontwerp: secretariaat



Blijvende aandacht en werken  
rond de psychomotorische vaardigheden via MSFF  
- Multi SkillZ for foot.

# Jeugdvoetbal



# VOETBAL VLAANDEREN

<b>11V11</b>		<b>SPEELTIJD</b>  U14-U17: 4 x 20' U19-U21: 2 x 45'	<b>TERREIN</b>  Volledig terrein	<b>DOELEN</b>  2,44m x 7,32m
<b>CATEGORIE</b>  U14+ U14 en ouder	<b>BAL</b>  U14 + U15: maat 4 U16 en ouder: maat 5	<b>RANGSCHIKKING</b>  Van toepassing	<b>VERVANGINGEN</b>  U14-U17: enkel verplichte wissels na quarter U19-U21: doorlopende wissels	<b>BUITENSPEL</b>  Van toepassing
<b>STRAFSCHOP</b>  Van toepassing	<b>DOELTRAP</b>  Intrappen	<b>VRIJE TRAP</b>  (On)rechtstreeks 9m afstand	<b>HOEKSCHOP</b>  Van toepassing 9m afstand	<b>ZIJLIJN</b>  Inworp
<b>START WEDSTRIJD</b>  Aftrap centraal	<b>GELE/RODE KAARTEN</b>  Van toepassing	<b>FAIRPLAY</b>  Handen schudden voor en na de wedstrijd	<b>SCHOEISEL</b>  Voetbalschoenen	



## Mentaal:

Spelers zijn in deze fase zelf verantwoordelijk voor hun ontwikkeling. Ze bepalen grotendeels zelf de inspanning die ze willen leveren om te komen trainen en hun doelen te bereiken. De combinatie school en voetbal is één van de meest uitdagende zaken. Belangrijk is de ondersteuning van ouders en trainers, maar de speler moet zelf voorzien in een goede planning doorheen het ganse seizoen om zowel op school als op het trainingsveld zijn doelstelling te halen.

Spelers moeten in deze fase ook leren omgaan met druk, evaluatie van hun prestaties en tegenslagen. Ze moeten dus heel wat investeren om hiervan op termijn de vruchten te plukken.



## Coördinatie:

Fysiek-coördinatieve eigenschappen moeten onderhouden worden. In de collectieve periodisering van vier weken komt dit aan bod. De start van het seizoen is een zesweken cyclus waarin spelers voorbereid worden op het seizoen en tekorten gedetecteerd worden.



## Lenigheid:

Indien de lenigheid niet wordt geoefend zal deze snel afnemen. Daarom moet dit systematisch aangeboden worden op training en wedstrijden. In de opwarming moet dit via dynamische vormen aangebracht worden.

## Kracht:

Gezien het beperkte aantal trainingen is er geen ruimte om dit op de club aan te bieden. Spelers krijgen van de club een programma met verschillende combinaties van buik-, rugspieren, rompstabilisatie en push ups. Deze oefeningen worden wel in de voorbereiding naar voor gebracht zodat spelers de oefeningen correct kunnen uitvoeren. De kwaliteit van de oefeningen is immers van primordiaal belang.



## Uithouding:

Tijdens de voorbereiding wordt een programma opgemaakt van zes weken. Daarna volgt de collectieve teamperiodisering een cyclus van vier weken. In totaal worden er een zestal blokken afgewerkt doorheen het seizoen waarin EDT, IDT, EIT en IIT elkaar afwisselen.

De VCT trainingen worden op maandag afgewerkt, gezien de wedstrijden van beloften op vrijdag en deze van de U21 op zaterdagmiddag vallen. Die zijn steeds minstens 48 uur na het wedstrijdmoment zodat spelers op de optimale momenten hun voetbalconditionele prikkel krijgen.

De opbouw is duidelijk te zien in het bijgevoegde schema van VCT trainingen.

Bij blessures, vakantieperiodes en andere periodes waarbij spelers trainingen missen wordt hun VCT belasting aangepast.



## Snelheid:

De snelheidsvormen komen ook wekelijks terug in de VCT trainingen zoals hierboven beschreven.

Vorbereiding: de eerste trainingen van het seizoen worden snelheidsvoorbereidende vormen gegeven.

Seizoen: gekoppelde vormen aan uithoudingsprikkels op de VCT training zoals hierboven beschreven: startsnelheid, snelheidsuithouding, versnellingsvermogen, herhaald kort sprintvermogen. De opbouw is duidelijk te zien in het bijgevoegde schema van VCT trainingen.





# bovenbouw

## module 1

september - oktober



## Teamtactics

- 1 - Speelveld breed maken
- 2 - Speelveld diep maken
- 3 - Driehoeksspel toepassen
- 4 - Zich vrij lopen
- 5 - vrijlopen om ruimte voor een medespeler te creëren
- 6 - Geen dom balverlies
- 7 - Nauwkeurige passing
- 8 - Snelle balrecuperatie
- 9 - Diagonale passing "in and out"
- 10 - Een speler/linie overslaan

## Werkpunten

In te vullen door de trainer.

## Taken en functies

Opbouw

- overtal
- gelijkheid
- ondertal

## Basics

- Onderbouw + Vervolmaking via individuele training
- Halflange passing
- Controle op halfhoge bal
- Doelpoging vanop 15 à 20m
- Doelpoging op halfhoge voorzet
- Vrijlopen om zelf aanspeelbaar te zijn
- Corner + indirecte vrije trap
- Controle op hoge bal
- Doelpoging vanaf 20m
- Doelpoging op hoge voorzet
- Directe vrije trap

bovenbouw

module 1



## Teamtactics

---

1. Speelruimte verkleinen
2. Evenredige onderlinge afstanden
3. Medium blok
4. Centrale verdediger dichtst bij bal bepaalt offside-lijn (1:4:3:3)
5. Positieve pressing op de baldrager
6. Negatieve pressing op de baldrager
7. Dekking door medespeler(s)
8. Geen kruisbewegingen
9. Schuiven en kantelen van het blok
10. Een mee schuivende doelman

## Werkpunten

---

In te vullen door de trainer.

## Taken en functies

---

Verdedigen

- overtal
- gelijkheid
- ondertal

## Basics

---

- Onderbouw + Vervolmaking via individuele training
- Korte dekking op halflange pass
- Interceptie of afweren halflange pass
- Corner + indirecte vrije trap
- Korte dekking op lange pass
- Onderlinge dekking
- Directe vrije trap
- Interceptie of afweren lange pass

bovenbouw

module 1

Accent ⇒ Algemene organisatie



# bovenbouw

## module 2

november - december



## Teamtactics

---

- 15 - De individuele actie
- 16 - Een goed flankvoorzet
- 17 - Subtiële eindpass in de diepte
- 18 - Efficiënte bezetting in 16 m
- 19 - Individuele dekking  
ontvluchten
- 20 - Diep vrijlopen
- 21 - Doelpoging ondernemen:  
afwerken

## Werkpunten

---

In te vullen door de trainer.

## Taken en functies

---

Aanvallen

- overtal
- gelijkheid
- ondertal

## Basics

---

- Onderbouw + Vervolmaking via individuele training
- Halflange passing
- Controle op halfhoge bal
- Doelpoging vanop 15 à 20m
- Doelpoging op halfhoge voorzet
- Vrijlopen om zelf aanspeelbaar te zijn
- Steunen
- Corner + indirecte vrije trap
- Controle op hoge bal
- Doelpoging vanaf 20m
- Doelpoging op hoge voorzet
- Directe vrije trap

bovenbouw



## Teamtactics

---

- 15 - Niet laten uitschakelen door individuele actie
- 16 - Voorzetten beletten
- 17 - Doelpoging afblokken
- 18 - Centrum afsluiten
- 19 - Efficiënte bezetting 16 m
- 20 - Split vision
- 21 - Geen systematisch buitenspel

## Werkpunten

---

In te vullen door de trainer.

## Taken en functies

---

Verdedigen

- overtal
- gelijkheid
- ondertal

## Basics

---

- Onderbouw + Vervolmaking via individuele training
- Korte dekking op halflange pass
- Interceptie of afweren halflange pass
- Corner + indirecte vrije trap
- Korte dekking op lange pass
- Onderlinge dekking
- Directe vrije trap
- Interceptie of afweren lange pass

bovenbouw

module 2

Accent → Waarheidszone beheersen



# bovenbouw

## module 3

januari - februari



## Teamtactics

---

- 11 - Moment van infiltratie
- 12 - Give and Go
- 13 - Infiltratie zonder gevaar
- 14 - Dribbelen of leiden

## Werkpunten

---

In te vullen door de trainer.

## Taken en functies

---

Aanvallen

- overtal
- gelijkheid
- ondertal

## Basics

---

- Onderbouw + Vervolmaking via individuele training
- Halflange passing
- Controle op halfhoge bal
- Doelpoging vanop 15 à 20m
- Doelpoging op halfhoge voorzet
- Vrijlopen om zelf aanspeelbaar te zijn
- Steunen
- Corner + indirecte vrije trap
- Controle op hoge bal
- Doelpoging vanaf 20m
- Doelpoging op hoge voorzet
- Directe vrije trap

bovenbouw

module 3





## Teamtactics

---

- 11 - Probeer het duel nooit te verliezen
- 12 - 100% zekerheid duel
- 13 - Recuperatie van de bal door interceptie
- 14 - Collectieve pressing

## Werkpunten

---

In te vullen door de trainer.

## Taken en functies

---

Verdedigen

- overtal
- gelijkheid
- ondertal

## Basics

---

- Onderbouw + Vervolmaking door individuele training
- Korte dekking op halflange pass
- Interceptie of afweren halflange pass
- Corner + indirecte vrije trap
- Korte dekking op lange pass
- Onderlinge dekking
- Directe vrije trap
- Interceptie of afweren lange pass

bovenbouw

module 3

Accent → Balrecuperatie



# bovenbouw

## module 4

maart - april



## Teamtactics

---

- 22 - Hoogst geplaatste speler verplaatst zich snel (offensieve anticipatie)
- 23 - Eerste optie: diepe bal
- 24 - Diep spelen en diep blijven spelen
- 25 - Tegenaanval met ondersteuning

## Werkpunten

---

In te vullen door de trainer.

## Taken en functies

---

Aanvallen

- overtal
- gelijkheid
- ondertal

## Basics

---

- Onderbouw + Vervolmaking via individuele training
- Halflange passing
- Controle op halfhoge bal
- Doelpoging vanop 15 à 20 m
- Doelpoging op halfhoge voorzet
- Vrijlopen om zelf aanspeelbaar te zijn
- Steunen
- Corner + indirecte vrije trap
- Controle op hoge bal
- Doelpoging vanaf 20 m
- Doelpoging op hoge voorzet
- Directe vrije trap

bovenbouw

Accent ⇒ Gevaarlijke tegenaanval inzetten

module 4



## Teamtactics

---

- 22 - Restverdediging
- 23 - Uithalen van diepe bal
- 24 - Remmend wijken
- 25 - Terug in blok komen

## Werkpunten

---

In te vullen door de trainer.

## Taken en functies

---

Verdedigen

- overtal
- gelijkheid
- ondertal

## Basics

---

- Onderbouw + Vervolmaking via individuele training
- Korte dekking op halflange pass
- Interceptie of afweren halflange pass
- Corner + indirecte vrije trap
- Korte dekking op lange pass
- Onderlinge dekking
- Directe vrije trap
- Interceptie of afweren lange pass

bovenbouw

Accent ⇒ Gevaarlijke tegenaanval beletten

module 4



# bovenbouw

## Afdeling U15 – U17

1:4:3:3

Taken per positie bij balbezit

11V11

## Veldbezetting 1:4:3:3



### Flankverdedigers - 2 en 5

- speelveld breed maken door tegen zijlijn te lopen
- op het juiste moment mee inschuiven, centrale verdediger schuift naar uw zone
- middenvelders aanspelen zowel kort als lang
- terug spelen naar keeper of centrale verdedigers als men vastzit



### Centrale verdedigers - 3 en 4

- aanspeelbaar opstellen en met de juiste positie, zoals ingedraaid staan
- steun geven aan keeper en flankverdedigers
- proberen altijd vooruit te spelen, dan lateraal, pas dan achteruit
- coaching aan gans de ploeg
- snel het spel verleggen van flanken
- mee aansluiten naar de middenvelders



Taken per positie bij balbezit

## Veldbezetting 1:4:3:3



### Verdedigende middenvelder - 6

- aanspeelbaar zijn voor de verdedigers
- steun geven aan aanvallende middenvelders en flankaanvallers
- foute laterale pas vermijden
- spel snel verleggen naar zwakke zones
- proberen altijd vooruit te spelen, dan lateraal, pas dan achteruit
- coaching aan aanvallende spelers



### Flankaanvallers - 7 en 11



- zo diep mogelijk spelen
- vrijlopen of ruimte maken voor opkomende flankverdediger om voorzet te trappen
- zo breed mogelijk maken zodat centraal meer ruimte komt
- acties opzetten en bij mogelijkheid op doel trappen
- aan de tweede paal opduiken bij een voorzet

Taken per positie bij balbezit

## Veldbezetting 1:4:3:3



### Aanvallende middenvelder – 8 en 10



- aanspeelbaar zijn voor alle speler
- bal bijhouden tot aansluiting komt
- aannemen van de bal met de juiste ingedraaide positie voor het kaatsen of trappen
- aanvaller steunen
- zelf de actie aangaan en op doel trappen
- goede positie nemen bij voorzetten vb 16 meter



### Diepe spits - 9

- centraal aanspeelbaar zijn voor dieptepas
- bal afschermen en acties maken doelgericht
- terugkaatsen naar aanvallende middenvelders en flankaanvallers
- bij voorzetten naar de eerste paal insnijden
- duel aangaan en fouten uitlokken rond en in de 16 m
- trappen op doel



## Veldbezetting 1:4:3:3



### Keeper - 1

- mee voetballen en spel verleggen
- snelle tegenaanval inzetten
- coaching van achterste

Taken keeper bij balbezit

# bovenbouw

## Afdeling U15 – U17

1:4:3:3

Taken per positie bij balverlies

11V11

## Veldbezetting 1:4:3:3



### Flankverdedigers - 2 en 5

- niet kruisen met de centrale verdediger, zone flank verdedigen
- snel druk zetten met dichtste tegenstander
- naar binnen knijpen als de bal aan de ander flank is
- stevig duel 1\*1
- dicht bij eigen doel, kort dekken van directe tegenstander



### Centrale verdedigers - 3 en 4

- niet kruisen met andere verdedigers, eigen zone verdedigen
- snel druk zetten indien dicht bij de bal
- dicht bij eigen doel, kort dekken van directe tegenstander
- coaching van de andere verdedigers en middenvelders
- dekking bieden aan speler die duel aangaat



# Veldbezetting 1:4:3:3



## Verdedigende middenvelder - 6

- coaching van middenvelders en aanvaller, start signaal geven voor collectieve pressing
- stevig duel 1\*1
- dekking geven aan de flankaanvallers
- dieptepas beletten door de speelhoeken af te sluiten
- snel druk zetten indien dichtsbij de bal
- steun verlenen aan centrale verdedigers



## Flankaanvallers - 7 en 11



- niet kruisen met andere middenvelders, eigen zone dekken
- speelhoeken afsluiten door middel van naar binnen sluiten
- verdedigers dwingen om naar buiten te passen
- agressieve pressing na teken centrale speler
- schaduw pressing, achter tegenstander gaan als men voorbij hem is

# Taken per positie bij balverlies

## Veldbezetting 1:4:3:3



### Aanvallende middenvelder – 8 en 10

- centrale zone verdedigen, niet kruisen
- dieptepassen afsluiten door speelhoeken af te sluiten
- terug zakken bij centrale verdediger
- coaching van de spits
- mee schuiven met collectieve pressing
- snel druk zetten indien dichtsbij de bal en remmend wijken
- opbouw naar de zijkant duwen



### Diepe spits - 9

- zich tussen beide centrale verdedigers plaatsen
- in het centrum dieptepas afsluiten
- opbouw naar zijkant duwen
- collectieve pressing na teken centrale middenvelder
- schaduw pressing, achter tegenstander gaan als men voorbij hem is
- snelle opbouw verstoren

Taken per positie bij balverlies

## Veldbezetting 1:4:3:3



### Keeper - 1

- met goede coaching en positie ver voor doel doelkansen voorkomen
- anticiperen op dieptepas
- duel opzoeken 1\*1, snel

Taken keeper bij balverlies

# bovenbouw

## Afdeling U15 – U17

1:3:4:3

Taken bij opbouw per linie en positie

11V11

## Veldbezetting 1:3:4:3



### Flankverdedigers - 2 en 5

- wees aanspeelbaar
- denk bij balbezit reeds aan balverlies
- probeer de aanvallers weg te trekken om ruimtes te creëren
- veld breed houden
- kijk, denk diep en speel indien mogelijk diep



### Centrale verdediger - 3

- geef leiding, coach
- spel verleggen naar andere kant
- juiste positie voor terugspeelbal
- kijk, denk diep en speel indien mogelijk diep
- steun je flankverdedigers 2 en 5
- coach directe voortzetting

Taken bij opbouw per linie en positie



## Veldbezetting 1:3:4:3



### Verdedigende middenvelder - 4

- altijd aanspeelbaar zijn
- loop niet te veel met de bal
- op het juiste moment voor de verdediging schuiven
- acties durven maken door het centrum
- denk bij balbezit reeds aan balverlies
- spel verleggen naar andere kant



### Middenvelders - 6 en 8



- diepte mogelijk maken
- wees aanspeelbaar
- denk bij balbezit reeds aan balverlies
- aanspeelbaar zijn van achteruit, steun de aanvallers in balbezit

Taken bij opbouw per linie en positie

## Veldbezetting 1:3:4:3



### Keeper - 1

- altijd aanspeelbaar zijn
- geef leiding, coachen
- terugspeelbal vragen en spel verleggen
- durf met de bal aan de voet het veld in te stappen en speel zo iemand vrij van je team

Taken keeper

## Veldbezetting 1:3:4:3



### Taken voor het totale team

- ruimte groot houden in diepte en breedte
- de onderlinge afstanden niet te groot of te klein houden
- alle linies goed aansluiten
- positiespel afstemmen op creëren van diepte

### Taken voor de verdediging

- balsnelheid zo snel mogelijk houden
- het spel zo vlug mogelijk verplaatsen
- zo snel mogelijk diepte zoeken
- probeer spelers vrij te spelen
- beperkt het balverlies tot een minimum
- goed positiespel tov je medeverdedigers
- ruimtes goed benutten tov tegenstander

Taken bij opbouw per linie en positie

## Veldbezetting 1:3:4:3



### Taken voor het middenveld

- balsnelheid hoog houden
- aanspeelbaar zijn of dieptebal mogelijk maken
- snelheid van uitvoering hoog houden, alles in 1 of 2 tijden
- spelers proberen vrij spelen
- positie verzorgen tov je medespelers
- op de juiste moment het verschil proberen maken

### Taken voor de aanval

- vraag de bal, diep of in de voet
- dieptebal mogelijk maken
- buitenspelers: blijf aan de buitenkant

Taken bij opbouw per linie en positie



# bovenbouw

## Afdeling U15 – U17

1:3:4:3

Aanval via flank en centrum per linie

11V11

## Veldbezetting 1:3:4:3



### Flankverdedigers – 2 en 5

- hou balverlies in het achterhoofd
- diep spelen indien mogelijk
- veld breed houden
- het moment van de dieptebal goed herkennen
- probeer achterom de buitenspeler te gaan indien mogelijk
- steunende rol voor de buitenspeler
- haal de bal eruit indien flank dicht zit



### Middenvelders - 6 en 8

- alles proberen om diepte te creëren
- aanvallers steunen
- bij voorzet aan 16 meter plaats nemen
- durf individuele actie aan te gaan
- ga achterom bij buitenspelers



Aanval via flank en centrum per linie

# Veldbezetting 1:3:4:3



## Buitenspelers – 7 en 11



- aanspeelbaar zijn aan de buitenkant
- voorzet voor doel proberen geven door acties of combinaties
- durf op het juiste moment acties te maken
- goed positie kiezen bij voorzet van de andere kant
- overzicht houden bij geven van voorzet
- kansen creëren en scoren



## Schaduwspits - 10

- afwisselend dienende/steunende en overlappende rol
- speel niet te diep, aanspeelbaar blijven
- denken aan derde man
- kansen creëren en scoren
- zorg bij voorzet voor een goede bezetting voor doel

Aanval via flank en centrum per linie

## Veldbezetting 1:3:4:3



### Diepe spits – 9

- aanspeelbaar zijn
- lees de opbouw
- positie kiezen voor doel
- scoren van doelpunten en acties maken

Aanval via flank en centrum per linie



## Veldbezetting 1:3:4:3



### Taken voor het totale team

- groot maken van ruimte zowel in breedte en diepte
- onderlinge afstand niet te klein of te groot houden
- creër bij een voorzet de juiste bezetting voor doel
- gevaar brengen in de 16 meter van de tegenpartij zonder aan de visie van de club afbraak te doen

### Taken voor de verdediging

- hoge balsnelheid
- spel laten kantelen van flanken
- snel diepte zoeken
- ruimte goed benutten ten opzichte van de tegenpartij

Aanval via flank en centrum per linie

## Veldbezetting 1:3:4:3



### Taken voor het middenveld

- goed het spel lezen
- hoge balsnelheid en verleggen van flanken
- loop niet te snel in de diepte
- bij voorzet, opstellen aan de rand van de 16m
- diepe bal spelen of zelf durven trappen naar doel

### Taken voor de aanval

- oog hebben voor derde man
- kansen creëren en scoren
- het veld ze groot mogelijk houden
- goede wisselwerking met elkaar (naar de bal toe, weg van de bal)
- op het juiste moment de aanval op de bal inzetten

Aanval via flank en centrum per linie

# bovenbouw

## Afdeling U15 – U17

1:3:4:3

Verdedigende taken per linie en positie

11V11

## Veldbezetting 1:3:4:3



### Flankverdedigers - 2 en 5

- voorkomen van doelpunten als eerste taak
- kies positie tussen tegenstander en eigen doel
- naar binnen knijpen als de bal aan de andere flank is en geef rugdekking
- stevig duel 1\*1



### Centrale verdediger - 3

- voorkomen van doelpunten als eerste taak
- rugdekking geven bij dieptebal tegenstander
- stevig duel 1\*1
- op het juiste moment diepte wegnemen
- hou de onderlinge afstand klein
- coach de directe voortzetting van het spel

Verdedigende taken per linie en positie

## Veldbezetting 1:3:4:3



### Verdedigende middenvelder - 4

- contact houden met de centrale verdediger, speel niet ver vooruit
- stevig duel 1\*1
- loop niet te veel met de bal
- speel je voor de centrale verdediger ben je verantwoordelijk voor de aanvallende middenvelder, speel je tussen de verdediging vang je infiltraties op



### Middenvelders - 6 en 8



- kies het juiste moment om druk te zetten
- zorg dat je de bal voor je hebt en sluit goed bij
- kantel mee naar de kant van de bal
- dek scherp aan de kant van de bal

Verdedigende taken per linie en positie

# Veldbezetting 1:3:4:3



## Keeper - 1

- concentratie behouden: blijf actief
- positie aanpassen en leiding geven aan de verdedigers

Taken keeper

## Veldbezetting 1:3:4:3



### Taken voor het totale team

- de speler aan de bal wordt kort gedekt
- dwing de tegenstander in de fout
- maak de ruimtes klein in de breedte en in de lengte
- de bal zo snel mogelijk terug winnen en ver van eigen doel blijven
- hou onderlinge afstanden klein
- jaag niet steeds aan het zelfde tempo

### Taken voor de verdediging

- sluit voldoende bij de andere linies
- hoe korter bij doel, hoe scherper je dekt
- snel diepte zoeken
- meeschuiven naar kant van de bal
- maak geen onnodige overtredingen

Verdedigende taken per linie en positie

## Veldbezetting 1:3:4:3



### Taken voor het middenveld

- probeer andere vrij te spelen
- sluit goed bij de aanvallers
- niet te veel middenvelders voor de bal
- coach elkaar
- niet makkelijk laten uitschakelen

### Taken voor de aanval

- bij het storen moet men goed samenwerken
- probeer dieptepas te voorkomen
- niet jagen in je eentje
- zorg dat je team eerst in positie is
- kies het juiste moment om druk op de bal te zetten

Verdedigende taken per linie en positie





# bovenbouw

## Afdeling U15 – U17

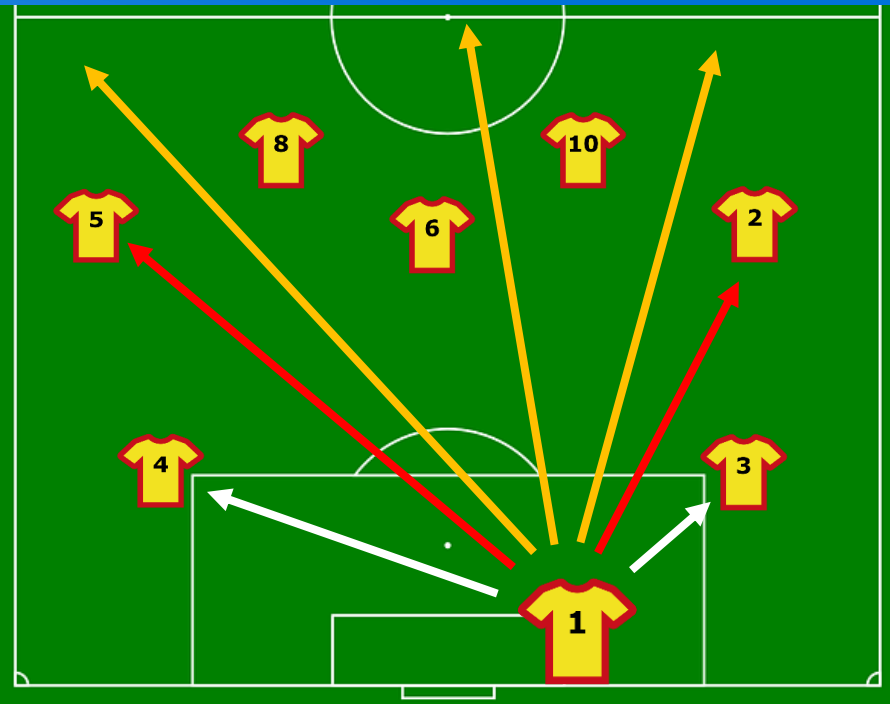
### DOELMANNEN

Opbouw bij de doelman

11V11

## Een opbouw die van bij de doelman start, daarbij beslist de doelman, hij krijgt 3 opties

- In 1<sup>e</sup> instantie kort over 3 en 4 (wit)
- In 2<sup>e</sup> instantie halflang over 2 en 5 (rood)
- Als het niet anders kan lang op 7-9-11 (geel)
- 6-8-10 maken zich aanspeelbaar
- om de diagonale 2e bal te ontvangen na het inspelen van de doelman



## Vanaf doelman

- —Altijd kort opbouwen
- —Altijd lang opbouwen
- (leren) altijd de juiste keuze maken

## Open play

- —Vaste patronen
- Opties geven: spelers zonder bal
- Keuze maken: speler aan de bal
- Afhankelijk van je speelwijze en tegenstander (game plan)
- Keeper bepaalt de opbouw->integratie

## Progressief balbezit

- Diepte voor op breedte
- Breed/Diagonaal als voorbereiding om vooruit te spelen
- Verschil in ritme brengen
  - 2 contacten ->minder risico
  - 1 contact ->versnelling in het spel
  - Meer dominantie

Opbouw bij de doelman



# Coachingvocabulary

Je hoort	Je doet het volgende	Je leert dit vanaf
Durf	De eerste en belangrijkste coaching-term van KSK Maldegem. Het woord "DURF" spreekt voor zich.	U7
Alleen of actie	Dit is het gepaste moment om een dribbelactie in te zetten. Zorg ervoor dat de dribbelbeweging richting veranderend en versnellend is.	U7
Speel	Je zit in een situatie waarin het geen zin heeft de bal lang bij te houden, een ploegmaat staat vrij.	U9
Steun	Maak je aanspeelbaar bij je medespeler in balbezit. Je bevindt je achter of naast de bal.	U10
Rust	Breng rust aan de bal. Zorg dat je meester van de bal bent en gebruik je "hoofd".	U10
Druk	Je geeft de tegenstrever geen tijd en je zet hem onder druk. Je dwingt hem tot een pass in de breedte of achteruit. Je hapt niet!	U10
Rem	Je vermijdt de actie naar voren toe. Je moet het spel vertragen en de speelhoeken verkleinen.	U10
Sluit aan	De bal wordt naar diep gespeeld. Je moet snel aansluiten (ook bijsluiten genoemd). Je kan dit ook moeten doen als de bal – richting doel - teruggespeeld wordt door de tegenstander.	U10
Coach	Je moet coachen in het veld met de gekende termen.	U11
Aanbieden	Maak je los van je tegenstander. Je bevindt je voor de bal.	U11
Tijd	Je staat zodanig vrij dat je zelf kan beslissen hoe je verder wil spelen. Je kan de bal in elk geval aan-/meenemen.	U11
Rug	Je werd of wordt aangespeeld met een tegenstrever in je rug. Je schermt de bal goed af en je maakt je "sterk".	U11



## Teamtactics balbezit

1. Speelveld breed maken
2. Speelveld diep maken
3. Driehoeksspel toepassen
4. Zich vrij lopen
5. Vrijlopen om ruimte voor een medespeler te creëren
6. Geen dom balverlies
7. Nauwkeurige passing
8. Snelle balcirculatie
9. Diagonale passing "in and out"
10. Een speler/linie overslaan
11. Moment van infiltratie
12. Give and Go
13. Infiltratie zonder gevaar
14. Dribbelen of leiden
15. De individuele actie
16. Een goede flankvoorzet
17. Subtiële eindpass in de diepte
18. Efficiënte bezetting in 16m
19. Individuele dekking ontvluchten
20. Diep vrijlopen
21. Doelpoging ondernemen: afwerken
22. Hoogst geplaatste speler verplaatst zich snel (offensieve anticipatie)
23. Eerste optie: diepe bal
24. Diep spelen en diep blijven spelen
25. Tegenaanval met ondersteuning

## Teamtactics balverlies

1. Speelruimte verkleinen
2. Evenredige onderlinge afstanden
3. Medium blok
4. Centrale verdediger dichtst bij bal bepaalt offside lijn (1:4:3:3)
5. Positieve pressing op de baldrager
6. Negatieve pressing op de baldrager
7. Dekking door medespeler(s)
8. Geen kruisbewegingen
9. Schuiven en kantelen van het blok
10. Een mee schuivende doelman
11. Probeer het duel nooit te verliezen
12. 100% zekerheid duel
13. Recuperatie van bal door interceptie
14. Collectieve pressing
15. Niet laten uitschakelen door individuele actie
16. Voorzetten beletten
17. Doelpoging afblokken
18. Centrum afsluiten
19. Efficiënte bezetting 16 meter
20. Split vision
21. Geen systematisch buitenspel
22. Restverdediging
23. Uithalen van diepe bal
24. Remmend wijken
25. Terug in blok komen

**1**

**experimenteren**

**2**

**aanleren**

**3**

**maximaliseren**



Balvaardigheden		U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U15	U17	U21
B	Voetbalvaardigheid (ter plaatse – in beweging) = coerver, jongleren,...	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3
B	Kappen en draaien	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3
B	Snelheid maken aan de voet – leiden en dribbelen	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3
B	Oog-, hand-, en voetcoördinatie	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3
B	Schijn- en passeerbewegingen	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3
S	1 v 1 - aanvallend	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3

Balaanames		U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U15	U17	U21
B	1 <sup>e</sup> aanname binnenkant voet	1	1	1	1	2	3	3	3	3	3
B	1 <sup>e</sup> aanname buitenkant voet			1	1	2	3	3	3	3	3
B	1 <sup>e</sup> aanname wreef				1	1	2	2	3	3	3
B	1 <sup>e</sup> aanname dij				1	1	2	2	2	3	3
B	1 <sup>e</sup> aanname borst				1	1	2	2	2	3	3
B	Drop	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3
S	1 <sup>e</sup> aanname camoufleren – geörienteerde aannames			1	1	1	2	2	2	3	3



Passing		U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U15	U17	U21
B	Pass binnenkant - kort	1	1	2	2	2	3	3	3	3	3
B	Pass binnenkant/wreef - halflang				1	2	3	3	3	3	3
B	Juiste balsnelheid			1	2	2	2	3	3	3	3
B	Voorzet - chip							1	2	3	3
B	Vallende bal (op spits, in rug verdediging,...)					1	1	1	2	3	3
B	Pass wreeftrap voet						1	1	2	3	3
B	Pass buitenkant voet							1	2	3	3
B	Vroege voorzet (indraaiend – uitdraaiend)					1	1	1	2	3	3
B	Drop			1	1	1	1	2	2	3	3
S	Camoufleren van je pass			1	1	1	2	2	2	3	3
S	Splijtende subtiële pass (lage of halfhoge creatieve bal door een linie)						2	2	2	3	3





Finishing – afwerken op doel		U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U15	U17	U21
B	Plaatsen – gericht hard of subtiel plaatsen		1	1	1	2	2	2	2	3	3
B	Trappen							1	2	3	3
B	Drop					1	1	1	2	3	3
S	Camoufleren van shot				1	1	1	1	2	3	3
S	Stift				1	1	1	1	2	3	3
S	Volley							1	2	3	3
S	Trap buitenkant voet							1	1	2	2



Koppen		U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U15	U17	U21
B	Koppen technisch (ik en de bal – per – spelvormen)					1	1	2	2	3	3
S	Aanvallend koppen							1	2	3	3
S	Verdedigend koppen							1	2	3	3



Extra vaardigheden		U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U15	U17	U21
B	1 touch verdediging / 1 touch deviatie				1	1	1	1	2	3	3
B	Inworp						1	1	2	3	3
S	Handelingsnelheid (juiste keuze onder druk, kleine ruimte, geen tijd)				1	1	2	2	2	3	3
S	Technisch slim je lichaam gebruiken (B- en B+)				1	1	2	2	2	3	3
S	1v1 – verdedigen			1	1	1	2	2	2	3	3
S	Traptechniek stil liggende ballen				1	1	1	1	2	3	3



opleiden  
is de sleutel  
naar de toekomst