

Leerplan O.12 en O.13

“De weg naar de top”



Inhoudsopgave

1. Algemeen	3
Positief coachen is een absolute must!.....	3
Winnen en verliezen	3
Leren winnen	3
Zelfvertrouwen	3
Pingelen mag!	3
Leerplan per categorie	3
2. Visie op leren voetballen	4
2.1. Inleiding	4
2.2. Onze visie op tactiek: KNVB/Zeister visie	4
2.3. Onze visie op techniek: de Coerver-methode	4
3. Jeugdvoetballeerproces en kenmerken per leeftijdscategorie	5
4. Waar moet een training aan voldoen bij Kolping Boys?	6
5. Coachen technische en inzichtelijke handelingen	7
6. Leerplan O.12 en O.13	8
6.1 Training volgens 4 fasemodel:	10
6.2 Jaarplan O.12 en O.13:	11
7. Speelwijze Kolping Boys.....	14
7.1 Teamorganisatie 11-11	15
<i>Verdedigen (gele team) veld klein Aanvallen (gele team) veld groot</i>	15
7.2 Taken linie verdediging & verdedigende posities 1-4-3-3	16
7.3 Taken linie middenveld & middenveldposities 1-4-3-3	17
7.4 Taken linie aanval & aanvallende posities 1-4-3-3	18

1. Algemeen

Positief coachen is een absolute must!

Voetbalplezier en zelfvertrouwen zijn cruciaal om een betere jeugdvoetballer te kunnen worden. Door spelers op een positieve manier aan te moedigen en de nadruk te leggen op de dingen die goed gaan, zal het spelplezier en het opleidingsresultaat groter zijn.

Winnen en verliezen

De spelbedoeling van voetbal is helder: meer doelpunten maken dan je tegenstander; winnen.

We maken ons soms zorgen over het belang dat trainers, leiders en ouders toedichten aan het resultaat van jeugdwedstrijden. Bij welke ontwikkeling dan ook, hoort het maken van fouten. Door iets niet goed te doen, kan iemand leren hoe hij het wel moet doen. Dat kan er toe leiden dat een wedstrijd wordt verloren.

Als de spelers er alles aan gedaan hebben wat binnen hun vermogen ligt, is het prima. Het uiteindelijk resultaat van de wedstrijd is onbelangrijk. Door het belang van het winnen van wedstrijden centraal te stellen en kinderen onder druk te zetten, worden ze onzeker en bang om fouten te maken. Dit zal uiteindelijk ten koste gaan van het plezier dat ze beleven aan voetbal en van hun voetbalontwikkeling.

Leren winnen

Winnen wordt wel steeds belangrijker naarmate de opleiding vordert. Mentaliteit is te trainen, bouw in zoveel mogelijk oefenvormen een wedstrijdelement in en verlang altijd maximale inzet, strijd en duelkracht.

Zelfvertrouwen

Een speler met zelfvertrouwen functioneert beter. Laat spelers merken dat je vertrouwen in ze hebt. Laat ze merken dat het helemaal niet erg is als ze fouten maken. Laat merken dat je ze blijft steunen, als ze het maar blijven proberen! Leer spelers zelfvertrouwen te hebben en te durven voetballen.

Pingelen mag!

Stimuleer spelers met een individuele actie deze telkens weer uit te voeren, zeker bij de jongste jeugd. Leer de spelers uitsluitend wanneer de actie wel en wanneer die niet te gebruiken, haal de actie er beslist niet uit.

Vaak horen we, al voordat de pingelaar de bal aanneemt, van alle kanten roepen dat hij over moet spelen, Doe dat niet, dat strookt niet met onze opleidingsvisie, pingelen is prima. Vroegere pingelaars maken later vaak het verschil. Een passeeractie is een extra wapen dat je prima kunt gebruiken op welke leeftijd en welke positie dan ook. Naarmate de opleiding vordert komt het rendement van de actie aan bod.

Leerplan per categorie

Bij het coachen van F-pupillen handel je anders dan bij A-junioren. Je moet rekening houden met de leeftijdskenmerken van een bepaalde categorie en per categorie ligt het accent op andere teamtaken, andere teamfuncties en andere voetbalhandelingen. In de leerplannen wordt dit per categorie verder uitgewerkt. Bij elke categorie horen bepaalde opleidingsdoelstellingen die we willen bereiken.

Als u een team gaat trainen is het noodzakelijk kennis te hebben van het betreffende leerplan!

2. Visie op leren voetballen

2.1. Inleiding

Jeugdvoetballers maken in hun ontwikkeling een proces door: het jeugdvoetballeerproces. Het begint bij het leren beheersen van de bal en langzamerhand leren de jeugdvoetballers naarmate ze ouder worden steeds beter in teamverband te spelen en te presteren.

In dit hele proces zijn er dus aan de leeftijd gerelateerde ontwikkeldoelen: op een bepaalde leeftijd heeft een jeugdvoetballer bepaalde leeftijdskenmerken en het is belangrijk om de doelstellingen daar op aan te passen. Binnen de jeugdopleiding gaat Kolping Boys uit van dit beginsel van leeftijdskenmerken en leeftijdsdoelstellingen.

De manier van spelen en de positieve voetbalopvatting moet op trainingen duidelijk terug te zien zijn in de trainingsmethoden- en vormen. Bij de Pupillen ligt bij Kolping Boys de nadruk op het ontwikkelen van technische vaardigheden. Deze vaardigheden zijn nodig om in de Junioren de tactische vaardigheden te kunnen ontwikkelen en in mindere vorm op de tactische vaardigheden. De technische vaardigheden worden beter ontwikkeld als er bepaalde tactische voorwaarden aan ten grondslag liggen. Deze vaardigheden zijn nodig om in de Junioren de tactische vaardigheden verder te kunnen ontwikkelen.

In de Pupillen leren de spelers om eerst zonder weerstand baas te worden over de bal, zowel met rechts als met links. Ze leren dribbelen, stoppen, passen, schieten, kappen en draaien. Wanneer ze deze vaardigheden spelenderwijs onder de knie hebben gekregen, zullen ze dit onder grotere weerstand moeten trainen.

In de Junioren moeten spelers technisch geschoold zijn, zodat ze in staat zijn om tactische opdrachten in het veld uit te voeren. Op trainingen zullen voetbalvormen, waarin het uitspelen van een overtal situatie en het verdedigen van een ondertal situatie als basisvaardigheden worden aangeleerd, centraal staan.

We hoeven de visie op trainen gelukkig niet zelf uit te vinden en er zijn twee beroemde visies op het trainen, die ook prima te combineren zijn, waar wij voor kiezen. Dit zijn de visie van de KNVB en de Coerver-methode.

2.2. Onze visie op tactiek: KNVB/Zeister visie

Ten eerste de visie van de KNVB, die uitgaat van het idee dat je leert voetballen in (versimpelde) wedstrijddechte vormen, zoals 1:1, 2:2, 4:4, 8:8 en 11:11. De KNVB-methode (Zeister Visie) zegt eigenlijk dat de technische ontwikkeling vanzelf gaat wanneer spelers veel partijvormen spelen. Oefenvormen zonder weerstand, zoals kappen/draaien of passen/trappen zonder tegenstander zijn minder geschikt, zeker op latere leeftijd, omdat dat niet wedstrijddecht is. De KNVB probeert in oefenvormen zoveel mogelijk de wedstrijdssituatie na te bootsen. Dat betekent dus wedstrijddecchte regels en weerstand.

2.3. Onze visie op techniek: de Coerver-methode

De tweede trainingsmethode is bedacht door Wiel Coerver, welke is gericht op technische ontwikkeling. Spelers leren kappen, draaien, aannemen, passen, schieten en passeren. Spelers beginnen met oefenvormen zonder weerstand: kappen, draaien, passeren zonder tegenstander. Daarna wordt de weerstand langzaam opgevoerd tot maximaal (tegenstander probeert de bal af te pakken op 100%). Vormen die Coerver voorstaat zijn 1-1, 2-2, 3-3, 4-4 maar ook 2-1, 3-2. Vaak kleine partijvormen waar spelers veel balcontacten hebben, veel moeten kappen/draaien en passeren en veel kunnen schieten en scoren.

3. Jeugdvoetballeerproces en kenmerken per leeftijdscategorie

Jeugdvoetballeerproces

leeftijdsspecifieke kenmerken

"ontwikkelen van voetbalhandelingen" (aanvallen, verdedigen en omschakelen)



Kenmerken per leeftijdscategorie

Mini pupillen	F-pupillen	E-pupillen	D-pupillen
⇒ Deze kinderen hebben nog geen beeld wat het spel is, wat het doel is, wat de regels zijn etc. ⇒ De bal laat de kinderen bewegen. ⇒ Helemaal geen gevoel voor dingen samen doen.	⇒ Na de eerste periode van gewenning en ontdekking van wat de bal is, doet en welke richting die uit moet, volgt een periode waarin de kinderen meer beseft krijgen van de structuur in het spel. ⇒ Het gevoel voor de bal ontwikkelt zich meer en meer, alhoewel er nog niet echt doelgericht gespeeld wordt. ⇒ Het gevoel om samen situaties op te lossen ontwikkelt zich steeds langzaam. ⇒ De kinderen zijn nog snel afgeleid.	⇒ Beheersen van de bal in allerlei voetbalsituaties (van doel op zich naar middel om het winnen van de wedstrijd te realiseren) ⇒ De eerste contouren van teambeseft zijn zichtbaar ⇒ Er wordt bewuster aan het oefenen gewerkt. E-tjes kunnen op zich langer op het zelfde onderdeel controleren dan F-jes. ⇒ Doelgerichtheid in het spel en ook in het oefenen, ontwikkelt zich ⇒ Samenspel krijgt meer betekenis	⇒ Meer begrip voor het verbeteren en ontwikkelen van de eigen- en teamprestatie ⇒ Het team wordt belangrijker ⇒ 11 tegen 11 dat vraagt opnieuw een oriëntatie en aanpassing aan nieuwe omstandigheden ⇒ Telkens meer sprake van een zekere specialisatie binnen de teamorganisatie (verdeling van spelers op het veld) ⇒ De handelingen die bij bepaalde taken en posities in het team horen, worden duidelijker zichtbaar ⇒ De handelingen (vrijlopen, druk zetten, etc.) worden specialistischer naar de taak ⇒ De principes van aanvallen en verdedigen zullen hoe langer hoe meer en beter het handelen van de spelers gaan sturen
	C-junioren	B-junioren	A-junioren
	⇒ Eigen mening ontwikkelt zich (beoordelen +) ⇒ Drang om te vergelijken neemt toe ⇒ Meer verantwoordelijkheid / rekening houden met.. ⇒ Meer verwarring / andere verhoudingen / geslachtskenmerken meer zichtbaar ⇒ Geldingsdrang neemt toe ⇒ Eisen stellen aan taakbewustheid ⇒ Taken per positie worden duidelijk ⇒ Binnen verdedigen minder focus op alleen de tegenstander	⇒ (soms) Grote veranderingen van het lichaam ⇒ Kenmerken van de puberteit (lusteloosheid, lamelligheid, onredelijkheid en humeurigheid) ⇒ Veelal de waarom-vraag ⇒ Fanatieke houding ⇒ Zichzelf willen manifesteren en bewijzen ⇒ Het ontwikkelen van eigen verantwoordelijkheid en inzicht in teambelangen ⇒ Regelmatig acties met weinig rendement voor het team ⇒ Wedstrijden kenmerken zich door een (te) hoog speeltempo waardoor veel fout gaat ⇒ Hierdoor worden er nogal eens overbodige overtredingen gemaakt	⇒ De lichamelijke groei-ontwikkeling laat meer spierontwikkeling en normalisering van de verhoudingen zien. ⇒ Komt meer in evenwicht met zichzelf en omgeving. ⇒ Keuze tussen prestatie of recreatief wordt gemaakt. ⇒ Raakt meer gespecialiseerd in een bepaalde taak. ⇒ Is beter bestand tegen weerstanden en moeilijkheidsfactoren in het spel. ⇒ Het onrustige, in een hoog tempo maakt plaats voor meer overleg en beheersing in woord en daad.

4. Waar moet een training aan voldoen bij Kolping Boys?

Voor de training

- Op tijd aanwezig zijn
- Trainingsvoorbereiding op papier (via trainingsvoorbereidingsformulier)
- Voldoende materiaal
- Voorbespreking vóór de training (en wedstrijd nabespreking)
- Duidelijke Communicatie richting spelers/ouders

Warming-up

- Pupillen meteen met de bal: geen loopvormen
- Warming-up vóór de training (anderhalf uur voetbaltraining)
- Hardlopen en loopvormen
- Dynamisch rekken
- Loopscholing (bijv. met loopladder)
- Stabiliteitsvormen (FIFA 11+)
- Sprints
- Tikspel
- Technische vaardigheid als verlengde warming-up: 1 bal per 1 of 2 spelers

Voetbalprobleem – doelstelling

- Keuze voor één voetbalprobleem
- Het oplossen van dit probleem is de (hoofd)doelstelling van de training
- In deze doelstelling komt 1 van de 4 hoofdmomenten van het voetbal terug
- Trainingsvormen passen bij de doelstelling
- Coaching wordt aangepast aan de doelstelling (op 1 hoofdmoment coachen)
- Spelers snappen de relatie tussen de voetbalvorm en de doelstelling van de training
- Het voetbalprobleem wordt aangereikt in een reeks van trainingen

Wedstrijdecht

- Trainingsvormen zijn wedstrijdechte voetbalvormen (4-4, 8-8, 11-11, enz.)
- In voetbalvormen kun je scoren en winnen
- In voetbalvormen zit een richting
- In voetbalvormen gelden wedstrijdechte regels (buitenspel hoeft niet altijd)
- Spelers herkennen posities – taken per positie van het eigen 4-3-3 systeem (pna of pnv)
- Spelers spelen vanuit hun eigen positie
- Spelers komen in overtal- en ondertal situaties terecht (2-1, 3-2, 4-3, 5-4, 8-7, 9-8, enz.)
- Weerstanden worden opgevoerd van 0% - 50% - 100% (wedstrijdechte weerstand)
- Er is een goede mix van kleine en grote voetbalvormen (veel-weinig balcontacten)
- Afsluitend wordt een partijspel gespeeld; het geleerde kan in praktijk worden gebracht

Intensiteit

- Anderhalf uur voetbaltraining
- Arbeid-rust verhouding/periodisering
- Spelers hebben veel balcontacten
- Spelers kunnen vaak scoren (succesbeleving)
- Spelers staan weinig stil of in lange rijen te wachten
- Conditietraining = voetbaltraining

Organisatie

- Voor de training benoemen van voetbalprobleem (voorbespreking)
- Spelers worden gestimuleerd mee te denken over het oplossen van het probleem
- Organisatie van training zoveel mogelijk klaar zetten voor training (veldjes, goals)
- Weinig tijd verspillen door veranderen van organisatie tussen oefenvormen door
- Spelers van tevoren indelen in twee of drie teams (hesjes uitdelen voor training)
- Drie of vier oefenvormen kiezen (niet teveel oefenvormen)
- Er is samenhang tussen oefenvormen
- Oefenvormen zijn niet te moeilijk maar ook niet te makkelijk
- Methodische stappen zetten (oefenvorm makkelijker/moeilijker maken wanneer nodig)

5. Coachen technische en inzichtelijke handelingen

COACHING TIJDENS TECHNISCHE HANDELINGEN

Oefeningen:

1. Oefeningen zijn voetbal echt
2. Oefeningen zijn gerelateerd aan de spelintenties en basistaken
3. Rol van instructeur

Uitvoeren van de oefening:

1. Veel herhalingen.
2. Veel tempowisselingen. (van slow motion tot het hoogste tempo.)
3. Veel verschillende omstandigheden. (organisatie, afstanden, balmaat/gewicht.)
4. Aanleren beide kanten.
5. Techniek uitvoeren op het juiste moment.(timing.)
6. Differentiëren tussen de spelers

Coaching:

1. Coachen op details/veeleisend zijn/er bovenop zitten.
2. Directe feedback geven
3. Coach op wat goed, vermijd negatieve coaching.
4. Vertrouwensrelatie; geef de speler tijd & ruimte om vragen te beantwoorden

COACHING TIJDENS INZICHTELIJKE HANDELINGEN

Oefeningen:

1. Oefeningen zijn voetbalecht.
2. Oefeningen zijn gerelateerd aan de spelintenties en basistaken.
3. Voetbalvisie inslijpen; spelers moeten het spel begrijpen en weten waarom de spelintenties zijn zoals ze zijn.
4. Rol van begeleider.

Uitvoering van de oefening:

1. Daag spelers uit om eigen keuzes te maken
2. Begeleidend coachen
3. Oplossingsgericht laten werken.

Coaching

1. Stel neutrale vragen.
2. Snel feedback geven; zo snel mogelijk na de oefening of 1 op 1 tijdens de oefening.
3. Coach op wat goed gaat vermijd negatieve coaching.
4. Vertrouwensrelatie; geef de speler tijd & ruimte om vragen te beantwoorden.

Neutrale vragen:

1. Wat is de bedoeling van jouw keuze?
2. Kan je uitleggen waarom je die keuze hebt gemaakt?
3. Welke keuze had je kunnen maken?

6. Leerplan O.12 en O.13

Opleidingsdoelstellingen:

- Spelers technisch verder ontwikkelen onder hoge weerstand
- Het creëren van spelinzicht (Tactiek)
- De spelers hebben zoveel mogelijk aanvallende intenties
- Elke linie kan goed met elkaar samenwerken
- De spelers proberen in balbezit met een ruit op het middenveld te spelen
- De spelers denken diep en spelen diep
- De spelers stralen vertrouwen uit in balbezit

Leerdoelen Aanvallen

Het leren vanuit een basistaak (Aanvallen)	
Doelstelling	- Leren om de bal met de juiste snelheid te spelen - Leren positie kiezen om aanspeelbaar te zijn - Leren dat een speler zich op het juiste manier aanbiedt - Leren om in balbezit te blijven om te kunnen aanvallen - Leren om het moment te kiezen om een bal te spelen of een individuele actie te maken - Domineren van de 1:1 onder hoge weerstand
Algemene uitgangspunten	- Leren om de ruimte met elkaar groot te maken (lengte/breedte) - Leren dat diep spelen gaat voor breed spelen - Leren dat spelen in de breedte of terugspelen voorbereidend of inleidend zijn voor de dieptepass - Leren om de veldbezetting optimaal te houden (onderlinge afstanden)
Dominante voetbalhandelingen	- Leren dat de voetbalhandelingen taakspecifiek zijn (verdediger, middenvelder en aanvaller) - Leren dat handelingen met en zonder bal steeds meer in relatie tot de positie, richting, moment en snelheid (rol tegenstander) staan - Verbeteren van de onderlinge afstemming van voetbalhandelingen (passen in relatie tot vrijlopen, wel of geen passeeractie)

Leerdoelen Omschakelen

Het leren vanuit een basistaak (Omschakelen)	
Doelstelling	- Leren om zo snel mogelijk betrokken bij de bal te zijn (zowel met als zonder bal)
Algemene uitgangspunten	- Leren om snel en doelgericht om te schakelen - Leren dat iedereen snel betrokken is
Dominante voetbalhandelingen	Moment van balverovering - Leren om weer direct doelgericht te handelen Moment van balverlies - Leren om de bal zo snel mogelijk terug te veroveren - Leren om snel tussen de bal en het eigen doel te komen (leren positie kiezen) - Voor alle overige handelingen; zie verdedigen

Leerdoelen Verdedigen

Het leren vanuit een basistaak (Verdedigen)	
Doelstelling	- Leren dat verdedigende voetbalhandelingen gerelateerd zijn aan een taak in het elftal (basistaak) - Leren dat handelingen met en zonder bal steeds meer in relatie tot positie, richting moment en snelheid staan - Herorientatie op inzicht en communicatie (meer opties voor verdedigen: grotere afstanden, nieuwe spelregels, enz.)
Algemene uitgangspunten	- Leren dat iedereen een bijdrage levert bij het verdedigen - Leren om de ruimtes met elkaar klein te maken (lengte/breedte = knijpen) - Leren om druk te zetten op de balbezittende spelers - Leren om kort te dekken in de buurt van de bal - Leren om rug- en ruimte dekking te geven verder van de bal vandaan
Dominante voetbalhandelingen	- Leren dat de voetbalhandelingen taakspecifiek zijn (verdediger, middenvelder, en aanvaller) - Leren dat handelingen met en zonder bal steeds meer in relatie tot positie tussen tegenstanders (en doel), richting, moment en snelheid (rol tegenstander) staan - Verbeteren van de onderlinge afstemming van voetbalhandelingen (bijvoorbeeld samenwerking tussen de laatste linie en keeper in het verdedigen van de ruimte tussen de keeper en de laatste linie)

Door:

- Veel balcontacten en herhalingen
- Partijspel en positiespel (zie bijlagen)
- Techniektrainingen: kappen en draaien, balaanname, dribbelen en drijven, passen en trappen (alles zowel links- als rechtsbenig)
- Succes laten ervaren en leren omgaan met 'rouwmomenten'
- Invoeren van formatie en speelwijze → organisatie
- Ontwikkelen teambelang → leren samenwerken
- Invoeren van verdedigen, aanvallen en omschakelen naar balbezit en balverlies
- Begrip creëren verschil balbezit en balbezit tegenpartij → organisatie
- Verhouding: 50% Techniek en 50% Tactiek
- Verantwoordelijkheid laten voelen voor het gebruikte materiaal
- Differentiatie

Mentale opbouw

- Plezier in het voetbalspel
- Omgaan met winst en verlies
- Accepteren wedstrijdleiding
- Accepteren instructies trainers/leiders
- Accepteren correcties trainers/leiders

Tactisch

- Leren omgaan met het grote veld
- Afstanden ten opzichte van elkaar overbrugbaar maken
- Veldbezetting bij balbezit (VELD GROOT MAKEN)
- Veldbezetting bij balbezit tegenpartij (VELD KLEIN MAKEN)
- Wedstrijdorganisatie: 1-4-3-3 → 1-3-4-3
- Opbouw van achteruit

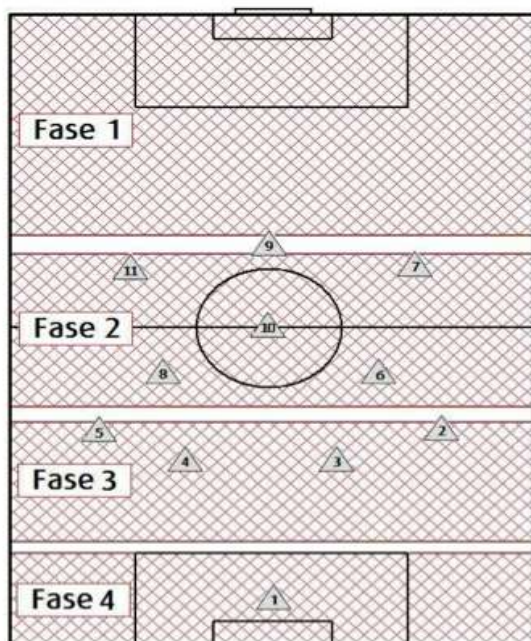
6.1 Training volgens 4 fasemodel:

Tijdens elke week staan de trainingen uit het schema centraal. Oefeningen zijn geheel voor eigen invulling. Elke eerste training van de week moet in het teken staan van de teamfunctie en fase van die week. Zodat iedereen werkt met dezelfde leerdoelen etc. Probeer je aan bovenstaande planning te houden.

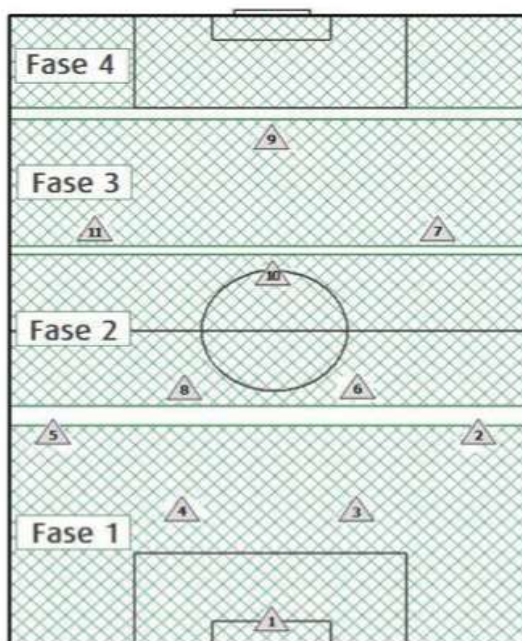
De rest van de trainingen zijn voor eigen invulling. Iedereen dus vrij om zelf de andere trainingen in te delen. Wel is het aanbevolen om deze andere trainingen ook accenten terug te laten komen uit de fase die, die week centraal staat.

	1 ^e fase	2 ^e fase	3 ^e fase	4 ^e fase
Verdedigen	<i>Wat?</i> Het voorkomen dat de verdedigers van de tegenstander kunnen opbouwen. <i>Doelstelling:</i> Het verstoren van de opbouw van de tegenstander.	<i>Wat?</i> Het voorkomen dat het spel kan worden verplaatst naar de aanval. <i>Doelstelling:</i> Het verstoren van de opbouw van de tegenstander.	<i>Wat?</i> Het voorkomen dat het spel kan worden verplaatst richting het doel. <i>Doelstelling:</i> Het verstoren van de opbouw van de tegenstander.	<i>Wat?</i> Het voorkomen van doelpunten in het strafschopgebied. <i>Doelstelling:</i> Het voorkomen dat de tegenstander een doelpunt kan maken.
Aanvallen	<i>Wat?</i> Het spel verplaatsen naar het middenveld. <i>Doelstelling:</i> Speler vrijspelen in fase 2, 3 of 4 met het gezicht naar het doel van de tegenstander.	<i>Wat?</i> Het spel verplaatsen naar de aanval. <i>Doelstelling:</i> Aanspelen van een speler met het gezicht naar het doel van de tegenstander.	<i>Wat?</i> Het spel rondom het strafschopgebied. <i>Doelstelling:</i> Middels een actie of combinatie vrij komen in fase 4 of komen tot een doelpoging rond het strafschopgebied.	<i>Wat?</i> Tot afronden komen. <i>Doelstelling:</i> Doelpunten maken.

De 4 fases bij het verdedigen:



De 4 fases bij het aanvallen:



6.2 Jaarplan O.12:

Periode 1 - Begin seizoen tot eind oktober	Doelstellingen
- Tactiek: Het voorkomen van tegendoelpunten	De spelers leren het speelveld klein te maken
	Fase 1 en 2: Samenwerking tussen middenvelder en aanvallers om de zone te verdedigen
	Fase 4: Doelman, verdedigers en middenvelden werken samen om de zone te verdedigen
	De spelers kunnen technische mandekking uitvoeren
- Techniek:	De speler leert een positiespel 6:4 uit te voeren
	De spelers leren technische handeling in grotere aantallen (4:4) uit te voeren
Periode 2: - Half oktober tot eind december	Doelstellingen
- Tactiek: Opbouwen op de eigen helft	De spelers leren het speelveld groot te maken
	Fase 1 en 2: De keeper, verdedigers en de middenvelden kiezen positie ten opzichte van elkaar in de opbouw
	Fase 1 en 2: De samenwerking tussen keeper, verdediging en middenveld zorgt voor een overtalsituatie op het middenveld.
- Techniek:	De spelers kunnen een overtalsituatie 4:3 uitspelen
	De spelers leren een 1:1 situatie te creëren over het hele veld en kunnen hierin domineren
	De speler leert een positiespel 7:5 uit te voeren ten aanzien van de doelstelling
Periode 3: - Januari tot half maart	Doelstellingen
- Tactiek: Het creëren van scoringskansen	De spelers leren het speelveld groot te maken
	Fase 2 en 3: Het middenveld circuleert ten opzichte van elkaar, maar letten op de restverdediging
	Fase 3 en 4: De middenvelden en de aanvallers werken samen in het creëren van kansen
- Techniek:	De speler leert een positiespel 7:5 uit te voeren ten aanzien van de doelstelling
	De spelers leren om te schakelen naar balverlies
	De spelers kunnen een overtalsituatie 5:4 uitspelen
Periode 4: - Half maart tot einde seizoen	Doelstellingen
- Tactiek: Verstoren van de opbouw	De spelers leren het speelveld klein te maken
	Fase 2: Samenwerking tussen aanvallers en middenvelden om de zone te verdedigen
	Fase 1: Samenwerking tussen aanvallers en middenvelden om druk te geven
	De spelers leren om te schakelen naar balbezit
- Techniek:	De spelers kunnen technisch mandekking uitvoeren
	De speler leert een positiespel 7:5 uit te voeren ten aanzien van de doelstelling

6.3 Jaarplan O.13:

Periode 1 - Begin seizoen tot eind oktober	Doelstellingen
- Tactiek: Het voorkomen van tegendoelpunten	Fase 2: Samenwerking tussen de aanvallers en middenvelders om de zone te verdedigen
	Fase 3: Samenwerking tussen de verdedigers om de zone te verdedigen
	Fase 3 en 4: Doelman, verdedigers en middenvelders werken samen om doelpunten te voorkomen
- Techniek:	De spelers leren technische handeling in grotere aantallen (7:7) uit te voeren
	De spelers kunnen technische mandekking uitvoeren
	De spelers leren een positiespel 7:5 uit te voeren
Periode 2: - Half oktober tot eind december	Doelstellingen
- Tactiek: Opbouwen op de eigen helft en helft van de tegenpartij	Fase 1 en 2: De samenwerking tussen keeper, verdediging en middenveld zorgt voor een overtalsituatie op het middenveld.
	Fase 1 en 2: De samenwerking tussen de verdedigers zorgen voor restverdediging
	Fase 2 en 3: Het middenveld circuleert ten opzichte van elkaar
- Techniek:	De spelers kunnen een overtalsituatie 5:4 uitspelen
	De spelers leren een 1:1 situatie te creëren over het hele veld en kunnen hierin domineren
	De speler leert een positiespel 7:5 uit te voeren ten aanzien van de doelstelling
Periode 3: - Januari tot half maart	Doelstellingen
- Tactiek: Het creëren van scoringskansen	Fase 2 en 3: Het middenveld circuleert ten opzichte van elkaar, maar letten op de restverdediging
	Fase 3 en 4: De aanvallende middenvelder en de aanvallers werken samen in het creëren van kansen
	Fase 4: De spelers kiezen de juiste positie bij een voorzet
- Techniek:	De speler leert een positiespel 7:5 uit te voeren ten aanzien van de doelstelling
	De spelers leren om te schakelen naar balverlies
	De spelers kunnen een overtalsituatie 6:5 uitspelen
Periode 4: - Half maart tot einde seizoen	Doelstellingen
- Tactiek: Verstoren van de opbouw	Fase 2: Samenwerking tussen de aanvallers om druk te zetten
	Fase 2: Samenwerking tussen aanvallers en middenvelders om druk te zetten
	Fase 1: Samenwerking tussen de middenvelders om druk te zetten
	De spelers kunnen omschakelen van balverlies naar balbezit
- Techniek:	De spelers kunnen technisch mandekken
	De speler leert een positiespel 7:6 uit te voeren ten aanzien van de doelstelling

7. Speelwijze Kolping Boys

Belangrijk is dat jeugdspelers vanuit een eenduidige visie worden opgeleid. In het kort komt dit er op neer dat er vanuit een positieve voetbalopvatting wordt gespeeld en getraind. Deze positieve voetbalopvatting betekent dat in balbezit wordt geprobeerd door middel van een zorgvuldige opbouw tot kansen en doelpunten te komen. Het betekent ook dat je voetbalt vanuit een bepaald idee, en dat je opdrachten en afspraken aan de spelers meegeeft. Binnen deze afspraken is uiteraard ruimte voor creativiteit van spelers. Wanneer spelers veel in balbezit zijn, zullen ze betere voetballers worden dan wanneer spelers niet vaak de bal hebben.

De basisformatie voor deze manier van spelen is het 1-4-3-3 systeem met de punt naar voren of naar achteren. Het is een veldbezetting waarin de voetbalvisie zoals hierboven beschreven goed tot zijn recht komt, voor jonge spelers gemakkelijk te herkennen. In balbezit wordt er naar gestreefd om een verdediger door te schuiven naar het middenveld (een back of een centrale verdediger) om een overtal situatie te creëren. Hierdoor ontstaat een 1-3-4-3 systeem. We hebben bij Kolping Boys de voorkeur om met de punt naar voren of achteren te spelen en dus niet met een vlak middenveld te spelen.

Kenmerken van de voetbalvisie Kolping Boys zijn:

- Aanvallend voetbal
- Creatief
- Met buitenspelers/speelsters 1-4-3-3 (idem voor meisjes)
- Vanaf de Junioren spelers ook 1-4-4-2 leren (idem voor meisjes)
- Keeper is 1 van de 11, onderdeel van het team en de laatste man
- Hoog technisch vermogen
- Groot tactisch vermogen
- Domineren van de 1 tegen 1 situatie
- Creëren van de 1:1 situatie
- Veel initiatief zonder bal
- Motorisch vaardige spelers

7.1 Teamorganisatie 11-11

Bij trainingen en wedstrijden gaat het er om dat de karakteristieke elementen van het 11-11 voetbal aangeleerd worden. Het jeugdvoetbal dat Kolping Boys nastreeft is omschreven in het voorgaande hoofdstuk.

Kolping Boys kiest niet voor een vaste teamorganisatie. De te hanteren teamorganisatie is afhankelijk van de kwaliteiten van de individuele spelers. Kolping Boys kent wel een voorkeur: de 1-4-3-3 teamorganisatie is de meest logische en heldere om te leren spelen in 11-11 met de bijhorende taken. Elk team kent in het realiseren van de voetbalbedoelingen een aantal basistaken, ook elke linie en positie heeft zijn basistaken.

Verdedigen (gele team) veld klein



Aanvallen (gele team) veld groot



Teamtaken en uitgangspunten		
Verdedigen	Omschakelen	Aanvallen
Samenwerken om doelpunten te voorkomen en de bal te veroveren Speelruimte zo klein mogelijk maken - naar bal toe (pressen) - naar eigen doel (inzakken) - naar zijkanalen (knijpen) Druk op balbezittende tegenstander houden Scherp dekken in de omgeving van de bal Rug-/ruimtedekking geven ver van de bal af Zo lang mogelijk nuttig blijven Geen overtredingen maken	Snel omschakelen <u>Na balverlies</u> Counter voorkomen door direct druk te zetten op de speler met bal en/of anticiperen op een mogelijke lange bal Rest van het team komt snel in positie (geen treurmoment) <u>Na balverovering kijken of:</u> Er direct een kans te creëren is door de bal snel diep te spelen. Balbezit houden en komen tot een goede opbouw.	Opbouwen om kansen te creëren, doelpunten maken Speelruimte zo groot mogelijk maken - breedte - diepte Diep denken en zo mogelijk diep spelen Bal houden Principe: breedtespel dient als voorbereiding / inleiding voor dieptespel / dieptepass Optimale veldbezetting

7.2 Taken linie verdediging & verdedigende posities 1-4-3-3

Taken verdediging: posities (1)-(2)-(3)-(4)-(5)		
Verdedigen	Omschakelen	Aanvallen
Afschermen / verdedigen gevaarlijke ruimte tussen doelverdediger en laatste linie Ruimte klein maken en houden (niet te snel inzakken) Herkennen van moment lange bal tegenpartij Hoe dicht bij het eigen doel hoe scherper 2,4 en 5 moeten dekken (Onderlinge) rugdekking (m.n. 3) Slim verdedigen, geen overtredingen Elkaar coachen Zoneverdediging Mandekking	<u>Na balverlies</u> Zo snel mogelijk omschakelen Speler dicht bij de bal, pass vooruit / schot voorkomen, druk op de bal Knijpen, pressen op de bal, niet uitgespeeld worden <u>Na balverovering kijken of:</u> Direct dieptepass mogelijk Diepgaande spelers, buitenspel ? Uitwaaieren, positiespel spelen Andere spelers dan de balbezitter moeten initiatief tonen	Keuze opbouw lang / laatste linie mede afhankelijk van tegenpartij Foutloos in de opbouw spelen - geen onnodig balverlies Positioneel goed spelen, ruimte optimaal benutten Hoge balsnelheid Steeds de bedoeling hebben speler(s) vrij te spelen Elkaar coachen Overtal op het middenveld creëren

Basistaak doelverdediger (1)		
Verdedigen	Omschakelen	Aanvallen
Positie kiezen bij schoten, voorzetten en duel 1 tegen 1 Verwerken van de bal (handelingen met bal) - vallen, vangen tippen en stompen Organiseren van de verdediging (coachen) in het algemeen en specifiek bij spelhervattingen	<u>Na balverlies</u> Snel in positie komen om het doel weer te kunnen verdedigen Anticiperen op bal die direct diep wordt gespeeld (rugdekking / doel verkleinen) <u>Na balverovering kijken of:</u> Direct dieptepass mogelijk ? Goede voortzetting	Diep denken, diep spelen, meedoen in het positiespel Goede voortzetting d.m.v. pass, uitworp, uittrap, doeltrap Geen risico's nemen Organiseren en bewaken van de restverdediging

Basistaak vrije verdediger (3)		
Verdedigen	Omschakelen	Aanvallen
Rugdekking verzorgen centraal en aan de zijkanalen Oppakken doorkomende middenvelders Scherp (juiste moment) en sterk (juiste manier) in de duels Organiseren van de verdediging (coachen)	<u>Na balverlies</u> Snel in de positie komen om (weer) rugdekking te kunnen geven Anticiperen op bal die direct diep wordt gespeeld <u>Na balverovering kijken of:</u> Direct dieptepass mogelijk is Goede voorbereiding d.m.v. (diepte) pass of indribbelen	Zorgen voor een man extra om tot een goede opbouw te komen Inspelen (over de grond / door de lucht) van spitsen, middenvelders, verdedigers Op het moment dat de lange bal wordt gespeeld aansluiten (Op het juiste moment) inschuiven op het middenveld Aanspeelbaar zijn om terugpass mogelijk te maken Coachen van medespelers

7.3 Taken linie middenveld & middenveldposities 1-4-3-3

Taken middenveld: posities (6)-(8)-(10)		
Verdedigen	Omschakelen	Aanvallen
Linies kort op elkaar Afstand middenveld / spitsen niet te groot En afstand middenveld / verdediging niet te groot Positie kiezen tussen middenvelders van de tegenpartij en eigen doel Druk op de bal houden, agressief maar met verstand Scherp (juiste moment) en sterk (juiste manier) in de duels 2^e bal winnen Naar kant van de bal toe rugdekking geven en ruimte wegnemen (knijpen) Slim verdedigen, geen overtredingen Elkaar coachen	<u>Na balverlies</u> Zo snel mogelijk omschakelen Speler dicht bij de bal dieptepass voorkomen, druk op de bal Knijpen, pressen op de bal, niet uitgespeeld worden <u>Na balverovering kijken of:</u> Direct dieptepass mogelijk ? Diepgaande spelers, buitenspel ? Uitwaaieren, positiespel spelen Andere spelers dan de balbezitter moeten initiatief tonen	Schakel tussen verdediging en aanval - dienende rol Alles gericht op het realiseren van scoringskansen Eén of twee middenvelder(s) ondersteunen de spitsen, de andere middenvelder(s) bewaken restverdediging (controlerend) Geen onnodig balverlies, niet onnodig lopen met de bal Geen risico's (breedtepasses) Positioneel goed spelen, ruimte optimaal benutten Hoge balsnelheid Elkaar coachen

Basistaak rechtermiddenvelder (6), linkermiddenvelder (8)		
Verdedigen	Omschakelen	Aanvallen
In eigen zone spelen en positie kiezen tussen tegenstander en eigen doel Kort dekken in de omgeving van de bal Druk op de balbezittende tegenstander – dieptepass voorkomen en niet laten uitspelen Scherp (juiste moment) en sterk (juiste manier) in de duels Naar kant van de bal toe rugdekking geven en ruimte wegnemen (knijpen) Gevaarlijkste tegenstander overnemen Als op de bal gejaagd wordt, geen ontsnappingsmogelijkheid bieden	<u>Na balverlies</u> Zo snel mogelijk omschakelen Speler dicht bij de bal dieptepass voorkomen, druk op de bal Snel in positie komen en directe tegenstander dekken Snel rugdekking geven en ruimte wegnemen <u>Na balverovering kijken of:</u> Direct dieptepass mogelijk ? Diepgaande spelers, buitenspel ? Eventueel zelf loopactie in de diepte (omzeilen buitenspel)	Controlerende taak, balans Ruimte creëren om tot goed positiespel te komen Niet lopen met de bal (balverlies) Geen risico's (breedtepasses) Niet steeds voor de linker- en rechterspits de ruimte dichtlopen Bij aanval aan de andere kant opduiken in het strafschopgebied of positie kiezen voor afvallende bal (kopkracht / schieten van afstand)

Basistaak centrale middenvelder (10)		
Verdedigen	Omschakelen	Aanvallen
In de eigen zone spelen en positie kiezen tussen tegenstander en eigen doel Kort dekken in de omgeving van de bal Druk op de balbezittende tegenstander – dieptepass voorkomen en niet laten uitspelen Scherp (juiste moment) en sterk (juiste manier) in de duels (Naar kant van de bal toe) rugdekking geven en ruimte wegnemen Opvangen inschuivende centrale verdediger tegenpartij Als op de bal gejaagd wordt, geen ontsnappingsmogelijkheid bieden	<u>Na balverlies</u> Zo snel mogelijk omschakelen Speler dicht bij de bal dieptepass voorkomen, druk op de bal Snel in positie komen en directe tegenstander dekken Snel rugdekking geven en ruimte wegnemen <u>Na balverovering kijken</u> <u>of:</u> Direct dieptepass mogelijk ? Diepgaande spelers, buitenspel ? Eventueel zelf loopactie in de diepte	Kiezen van de juiste positie, niet te diep spelen / dienend ten opzichte van de centrale spits Ruimte creëren om tot goed positiespel te komen Niet lopen met de bal (balverlies) Geen risico's (breedtepasses) Komen in scoringsposities (opduiken in het strafschopgebied of positie kiezen voor de afvallende bal) Maken van doelpunten

7.4 Taken linie aanval & aanvallende posities 1-4-3-3

Taken aanval: posities (7)-(9)-(11)		
Verdedigen	Omschakelen	Aanvallen
Bij opbouw tegenpartij terugzakken tegen middenveld aan (ruimte met elkaar klein maken) - inzakken eigen helft - inzakken kop cirkel - druk vooruit zetten Positie kiezen tussen verdedigers van de tegenpartij en eigen doel – verantwoordelijk voor de vier verdedigers Opbouw tegenstander afschermen en dieptepass voorkomen Juiste moment kiezen om het jagen op de bal in te zetten Druk op de bal houden, agressief maar met verstand Naar kant van de bal toe rugdekking geven en ruimte wegnemen (knijpen) Elkaar coachen	<u>Na balverlies</u> Zo snel mogelijk omschakelen Speler dicht bij de bal dieptepass voorkomen, druk op de bal Knijpen, pressen op de bal, niet uitgespeeld worden <u>Na balverovering kijken</u> <u>of:</u> Je direct kunt scoren Of dat je een medespeler kunt laten scoren Loopacties in de diepte - let op buitenspel Uitwaaieren, positiespel spelen	Veldbezetting optimaal houden (veld zo groot mogelijk houden) Variatie in de wijze van vrijlopen (afwisselend in de bal of juist in de diepte) (Steeds) aanspeelbaar zijn voor de dieptepass of pass over de grond ("lezen van de opbouw") Creëren van kansen door het maken van een individuele actie, een (korte) combinatie en / of het geven van een voorzet Bij voorzetten van de andere kant opduiken in de 16 meter Maken van doelpunten

Basistaak rechtere vleugelspits (7), linkervleugelspits (11)		
Verdedigen	Omschakelen	Aanvallen
Veldbezetting: ruimte klein maken (naar binnen knijpen) Niet alleen verantwoordelijk voor directe tegenstander Ruimte op middenveld verdedigen (knijpen) Dieptepass voorkomen (dwingen tot breedtepass) Niet laten uitspelen, tijd winnen, zodat medespelers kunnen herstellen Overnemen andere (gevaarlijkere) tegenstander Bal veroveren	<u>Na balverlies</u> Zo snel mogelijk omschakelen Dicht bij de bal, dieptepass voorkomen, druk op de bal Knijpen, pressen op de bal, niet uitgespeeld worden <u>Na balverovering kijken</u> <u>of:</u> Je direct kunt scoren Of dat je een medespeler kunt laten scoren Loopacties in de diepte (breed of binnendoor) - let op buitenspel Ruimte zo snel mogelijk groot maken (uitwaaiëren)	Positiekiezen / ruimte creëren Vrijlopen, aanbieden breed en diep ("lezen van de opbouw") Individuele actie, 1-2 combinatie Voorzetten geven Bij voorzetten van de andere kant erbij zitten Doelpunten scoren

Basistaak centrumspits (9)		
Verdedigen	Omschakelen	Aanvallen
Veld klein maken en in samenwerking met de vleugelspitsen opbouw tegenpartij storen / afschermen Dwingen tot breedtepass / dieptepass wegnemen Niet laten uitspelen Druk op balbezitter, juiste moment aanval op de bal Opvangen van opkomende verdediger	<u>Na balverlies</u> Zo snel mogelijk omschakelen Dicht bij de bal, dieptepass voorkomen, druk op de bal Niet uitgespeeld worden <u>Na balverovering kijken</u> <u>of:</u> Je direct kunt scoren Of dat je een medespeler kunt laten scoren Loopacties in de diepte - let op buitenspel Ruimte zo snel mogelijk groot maken	Vrijlopen, aanbieden breed en diep ("lezen van de opbouw") Alert zijn op de dieptepass Individuele actie, 1-2 combinatie In scoringspositie komen Scoren van doelpunten Ruimte creëren voor opkomende middenvelders en vleugelspitsen