

Toegepast principes inzake methodiek & didactiek tijdens trainingen

1. Toegepaste basisprincipes

Op elk moment de speler motiveren een positieve ingesteldheid uitstralen zowel naar de groep als naar het individu,

- rekening houden met de groep – beleving, vaardigheid en leeftijd
- juiste coaching betekent
- spelbedoeling verduidelijken
- spelers laten leren door aanwijzingen te geven, vragen te stellen en te laten stellen, oplossingen aan te bieden en voorbeeld geven.
- veel herhalen , veel beurten en geen lange wachttijden voorbereiding verzorgen : goede planning, organisatie voldoende materiaal en ballen (1 per speler)
- spelen om te winnen met attractief voetbal

2. Coachingsvocabularium voor spelers

Richtlijnen bij het coachen

1. Individueel bijsturen bij balbezit

ALLEEN: de betrokken speler staat vrij en kan zelf beslissen hoe hij verder kan spelen

LOS: de betrokken speler mag de bal niet aanraken zodat de doelman de bal zelf kan spelen

WEG: de betrokken speler dient de bal onmiddellijk te ontzetten

GEEF: de betrokken speler dient de bal te spelen naar degene die roept

RUG: de betrokken speler moet opletten want er komt een tegenstrever in de rug

VERANDER: de betrokken speler dien het spel te verleggen naar de andere zijde

AANBIEDEN: de betrokken speler is voor de bal en dient zich aan te bieden voor passing

STEUNEN: de betrokken speler moet achter de medespeler komen, zeker wanneer deze in moeilijkheden komt

ZAKKEN: de betrokken speler dient te zakken om een verdedigende taak over te nemen van een ingeschoven speler

HOUDEN: de betrokken speler moet de bal trachten bij te houden en wachten op steun

ACTIE: de betrokken speler kan een individuele actie (naar doel) maken

GA DOOR: de betrokken speler wordt aangemoedigd om zijn actie verder te zetten

DIEP: de betrokken speler kan de bal diep spelen

2. Individueel bijsturen bij balverlies

LOS: de betrokken speler mag de bal niet meer aanraken zodanig dat de doelman de bal zelf kan spelen

PRES: de dichtstbijzijnde speler valt de balbezitter aan

ZAKKEN: de betrokken speler dient te zakken langs de kant waar de bal niet is om de nodige dekking te geven

KORTER: de betrokken speler dient korter bij de tegenstrever in zijn zone te gaan

DEKKING: de betrokken speler dient de speler in duel dekking te geven

3. Collectief bijsturen tijdens balverlies

SPEELRUIMTE:

- Ieren klein houden
- Zone respecteren, tegenstrever overnemen en verplaatsen in functie van de bal
- Hoe dicht bij eigen doel, hoe scherper de dekking - Onderlinge dekking, remmend wijken en controlerend storen
- Onderlinge coaching

ZAKKEN .

- Aandacht afvallende bal
- Dieptepas van de tegenstrever eruit halen PRES ;
- Collectief vastzetten van de tegenstrever - Moment van pressen herkennen

4. Collectief bijsturen tijdens balbezit

OPEN:

- de spelers dienen ruimte creëren door de onderlinge afstanden zo groot mogelijk te maken

VOORUIT:

- als de bal naar voor wordt gespeeld dient de verdediging naar voor te schuiven en naar de bal druk te zetten; wordt bevolen door doelman of centrale verdediger

ZAKKEN :

- de ploeg of linie moet zich lager opstellen

SCHUIVEN:

- alle spelers dienen in blok naar de bal te schuiven

POSITIE:

- iedere speler dient onmiddellijk in zijn positie terug te vallen

SLUITEN:

- de ploeg dient de onderlinge afstanden te verkleinen : de spelers ruimte creëren

5. Toegepaste principe tijdens wedstrijden

Zie hierboven (PUNT 1-2-3-4)