



OPLEIDINGSVISIE KBVB

5.

**WEDSTRIJD- en
TUSSENvormen**



WEDSTRIJD- en TUSSENvormen



« Teambuilding als route naar succes » Rinus MICHELS (2000)

➔ STRAATVOETBAL was en is de belangrijkste natuurlijke opleidingsvorm. Helaas zijn door allerlei factoren de mogelijkheden voor straatvoetbal sterk verminderd of zelfs verdwenen.

➔ Spelers dienen geconfronteerd te worden met trainingseenheden die de ingrediënten bevatten van het echte spel om zo de vereiste voetbalkwaliteiten voor het 5-5, 8-8 en 11-11 te ontwikkelen.

➔ Aan het POSITIESPEL worden enorme hoge eisen gesteld. Dit moet je al ontwikkelen bij de jeugd.

WET VAN DE TRANSFER



“Een verworven vaardigheid in de uitvoering van een geheel van activiteiten **(de training)** kan slechts overgebracht worden in een nieuw geheel **(de match)** als er een zo groot mogelijk aantal overeenkomsten tussen de 2 situaties bestaan”

WET VAN DE TRANSFER



Bij het aanleren van vaardigheden via geïsoleerde vormen is de kans reëel dat de spelers ze in de wedstrijd niet kunnen uitvoeren omdat ze de spelsituatie niet herkennen



Tijdens de training dezelfde spelsituaties als in een wedstrijd aanbieden



**Trainen door middel van
wedstrijdvormen**

WET VAN DE GELEIDELIJKHEID



De spelers kunnen in de wedstrijd de door de jeugdopleider gegeven richtlijnen niet uitvoeren omdat de spelsituatie te complex is



Tijdens de training spelsituaties, die minder complex zijn dan in de wedstrijd, aanbieden



**Trainen door middel van
wedstrijdvormen**

WET VAN DE GELEIDELIJKHEID



Soms is de meest eenvoudig wedstrijdvorm nog te complex om zich te concentreren op de juiste uitvoering (bv wreeftrap)



Nog meer eenvoudige leersituaties in meer geïsoleerde omstandigheden aanbieden



**Trainen door middel van
tussenvormen**

WET VAN DE HERHALING



De spelers dienen vaak met dezelfde doelstellingen uit het leerplan geconfronteerd te worden



Tijdens de trainingen identieke spelsituaties regelmatig laten terugkomen



Trainen door middel van wedstrijdvormen

WET VAN DE HERHALING



Soms komt de aan te leren vaardigheid te weinig voor in de wedstrijdvorm (bv. kopspel)



Meer specifieke leersituaties in meer geïsoleerde omstandigheden aanbieden



**Trainen door middel van
tussenvormen**

WEDSTRIJDVORM



REGEL VAN 6

1. afgebakend terrein met doel(en) op de doellijn
2. 1 bal
3. speler(s) bij ploeg in balbezit
4. speler(s) bij ploeg niet in balbezit
5. minstens 1 keeper in groot centraal doel
6. echte wedstrijdreglementen



WEDSTRIJDVORM

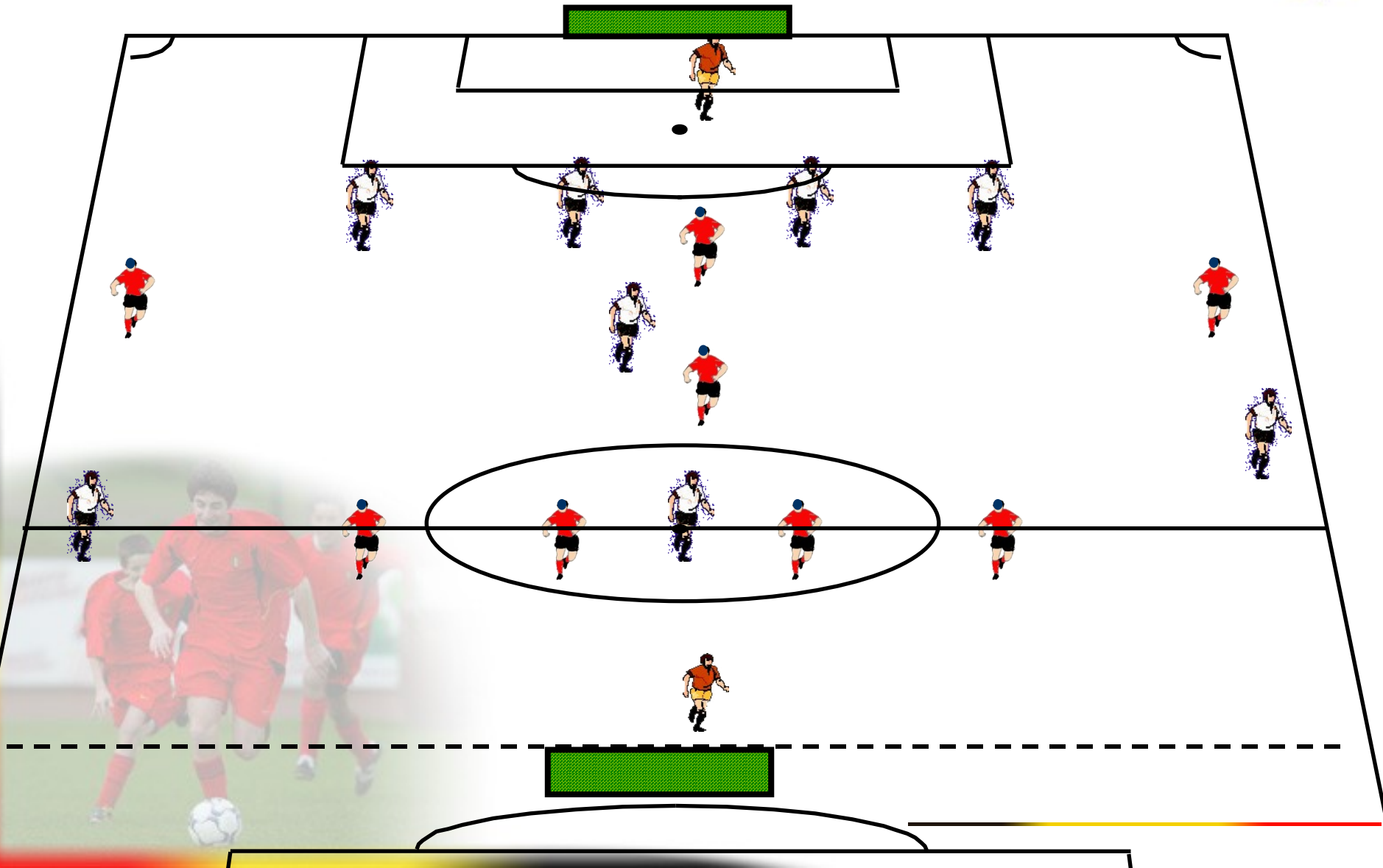


K

- **minstens 1 groot doel op doellijn**
 - **centraal (symmetrie)**
 - **5-5 en 8-8 = 5m op 2m**
 - **11-11 = 7,32m op 2,44m**
 - **verdedigd door keeper**
- **kleine doeltjes (kegels) mag langs één zijde, bij voorkeur 2 (1 links en 1 rechts)**



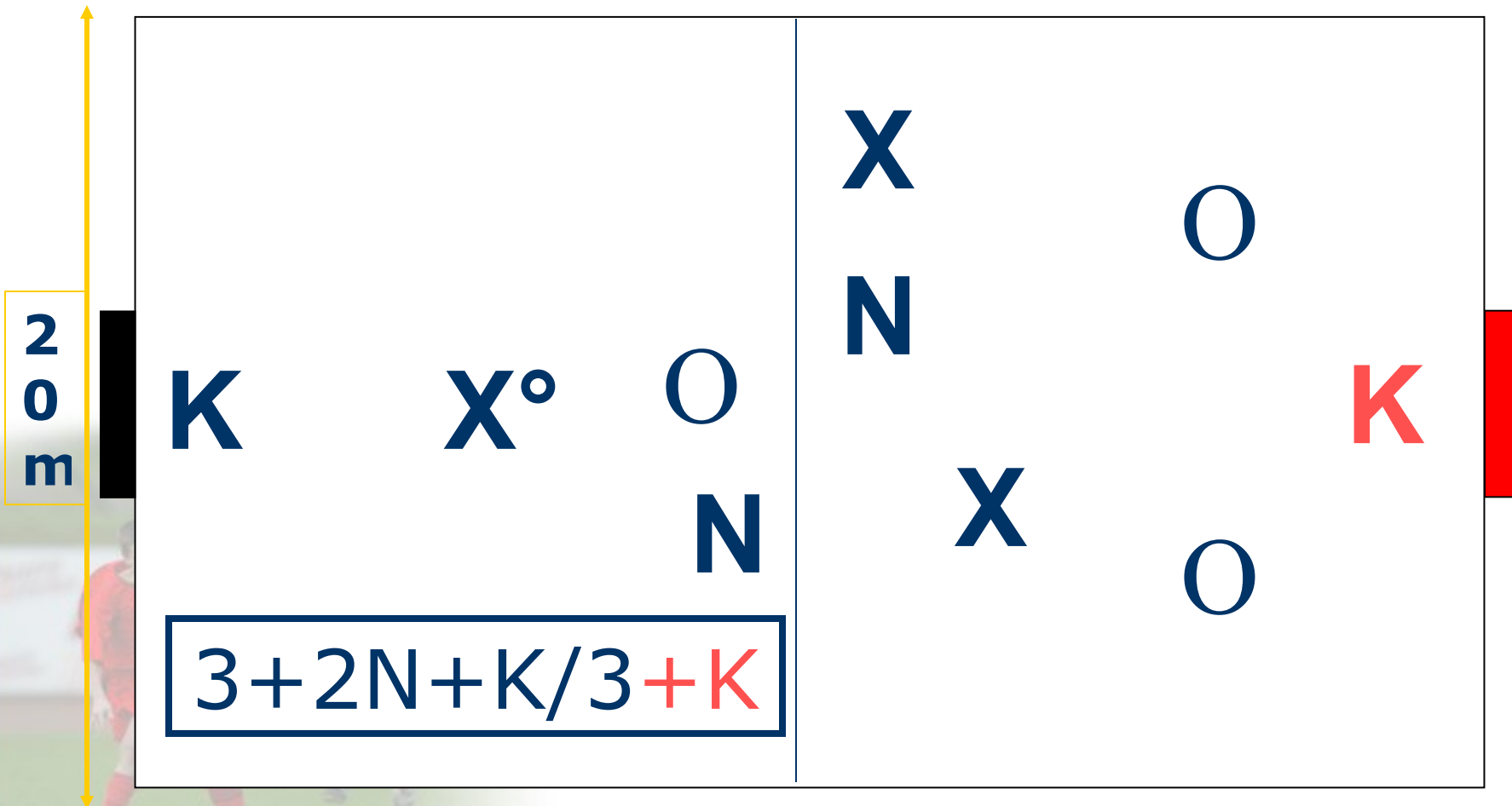
WEDSTRIJDVORM: numerieke gelijkheid 8+K/K+8



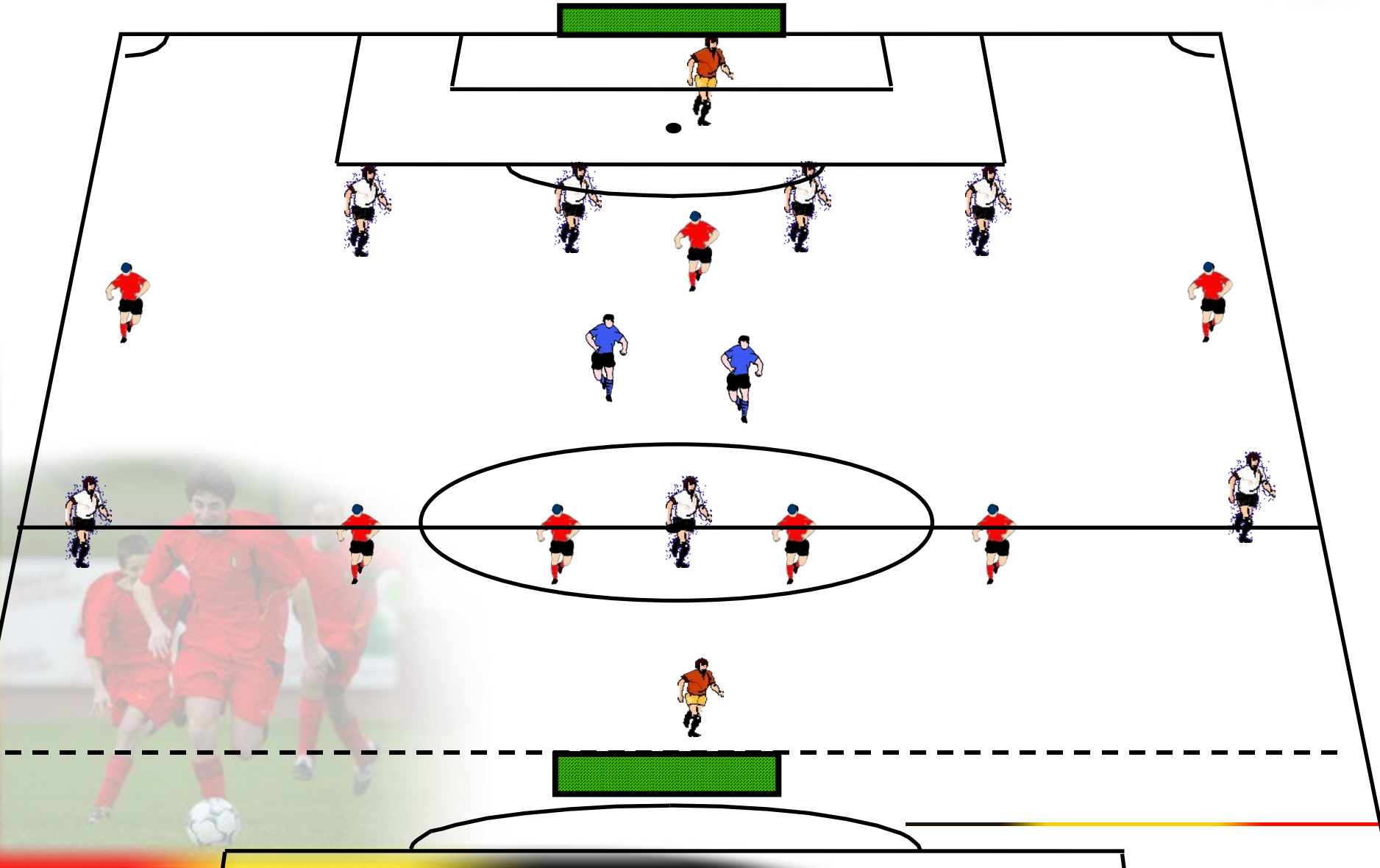
WEDSTRIJDVORM



met neutrale spelers



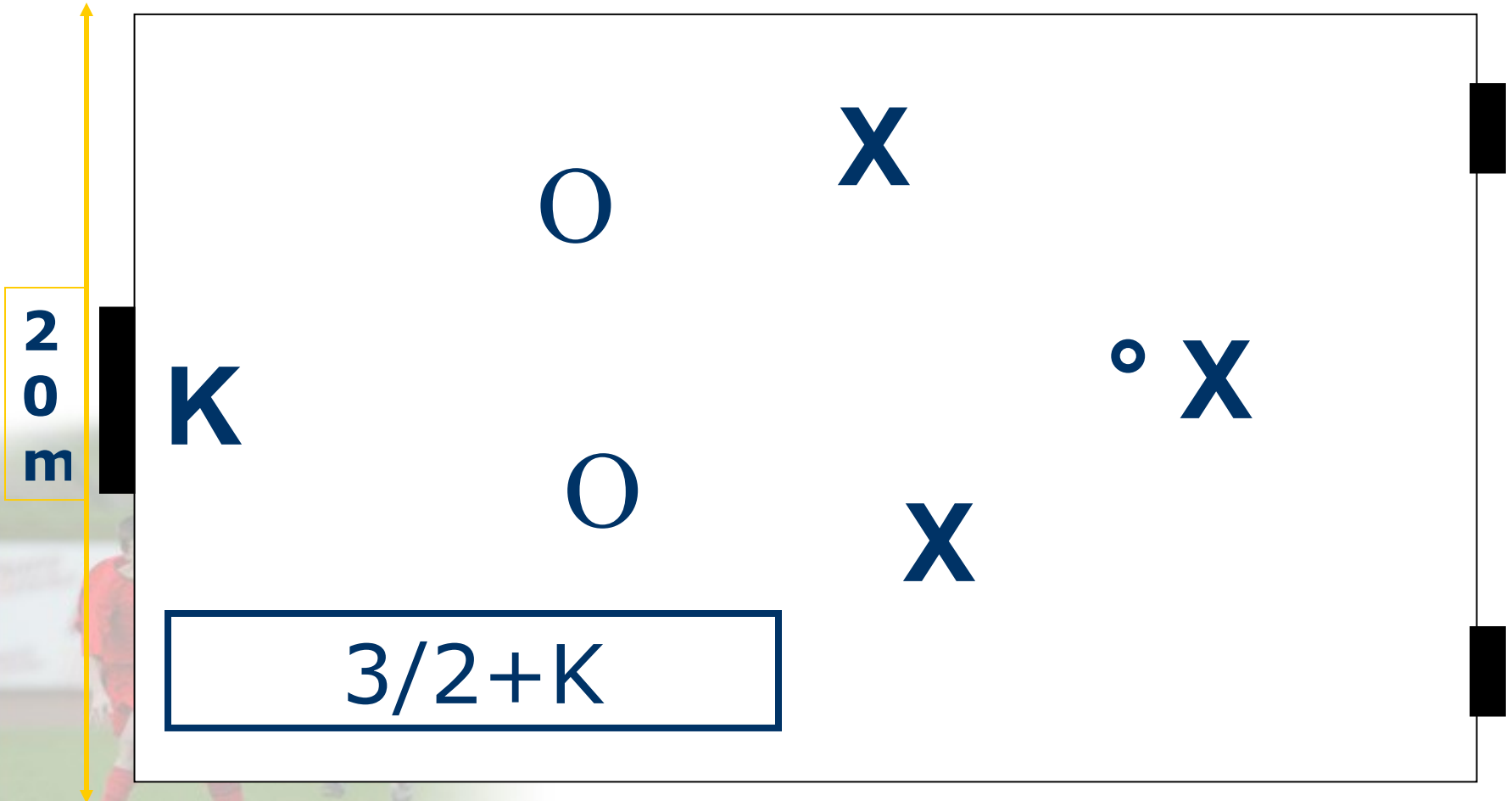
WEDSTRIJDVORM: neutrale spelers 7+K+2N/K+7



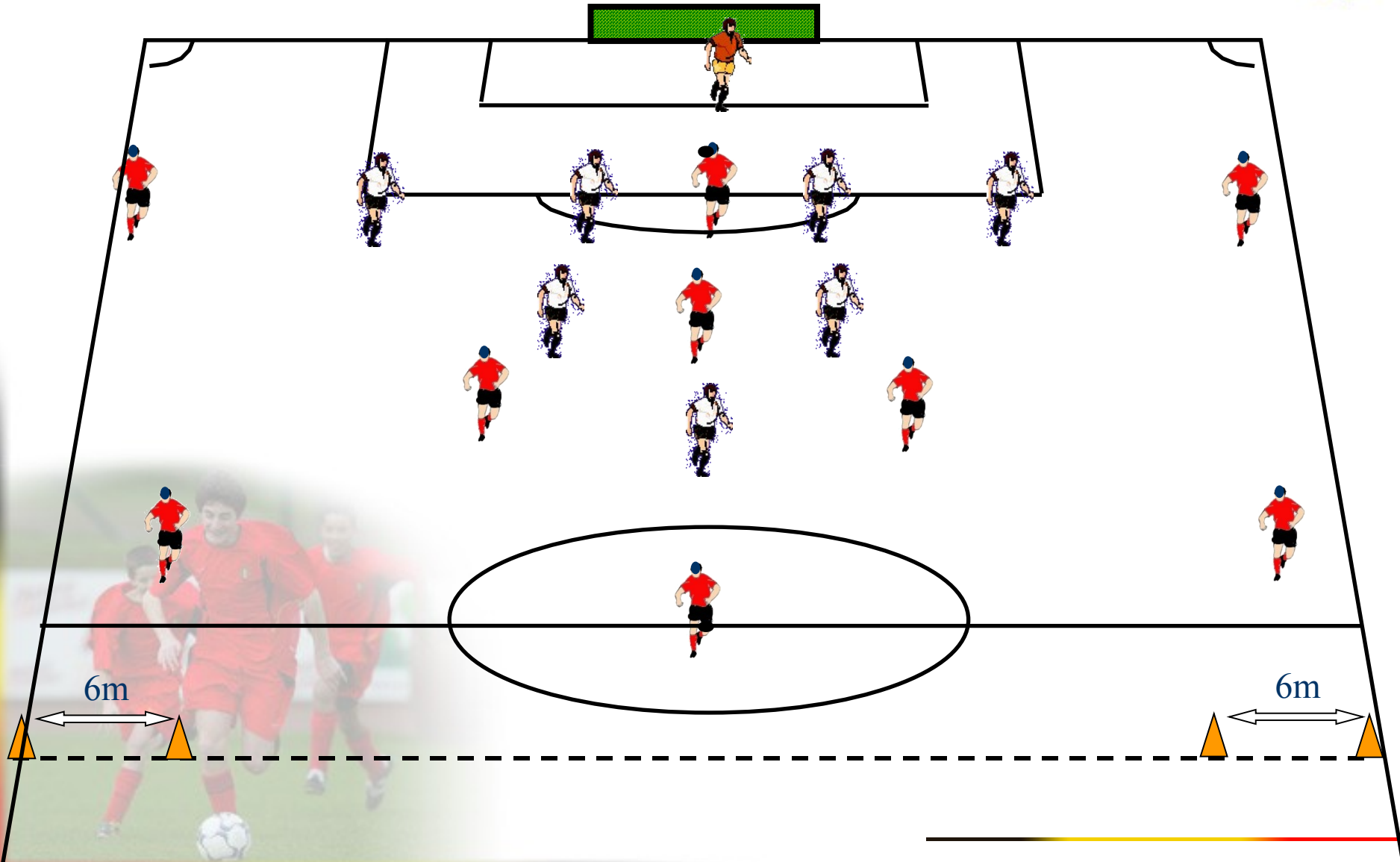
WEDSTRIJDVORM



numerieke ongelijkheid



WEDSTRIJDVORM: numerieke ongelijkheid 9/K+7



WEDSTRIJDVORM



Geen verplichte opdrachten
naast de echte
voetbalreglementen !

~~Slechts 3x
ballen raken~~

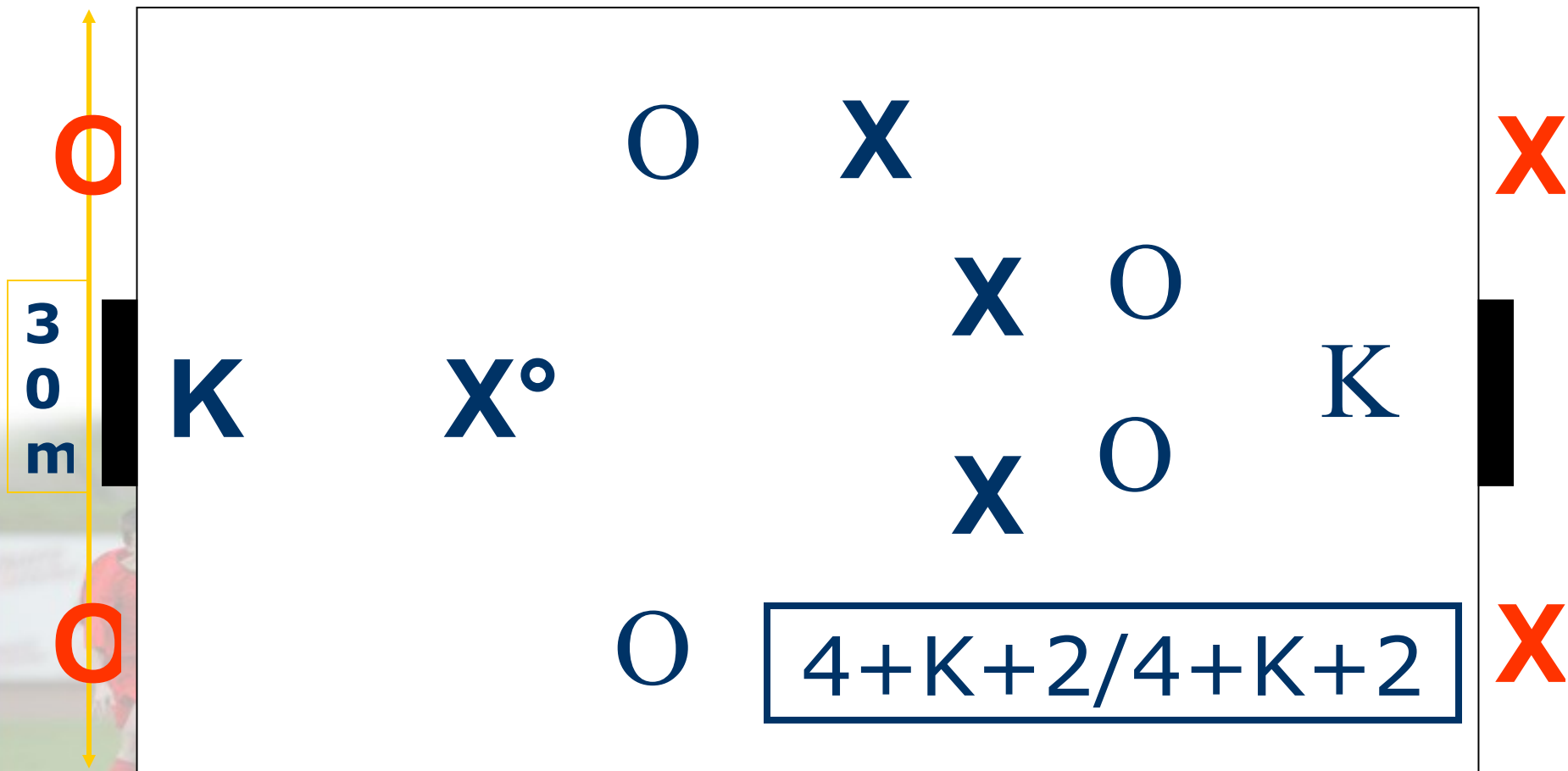
~~Doelpunt telt
alleen maar
na voorzet~~



GEEN WEDSTRIJDVORM



Spelvorm met kaatsers



GEEN WEDSTRIJDVORM



Lijnvoetbal

2
0
m

X
O
X^o O
X
O

3/3 zonder doelen

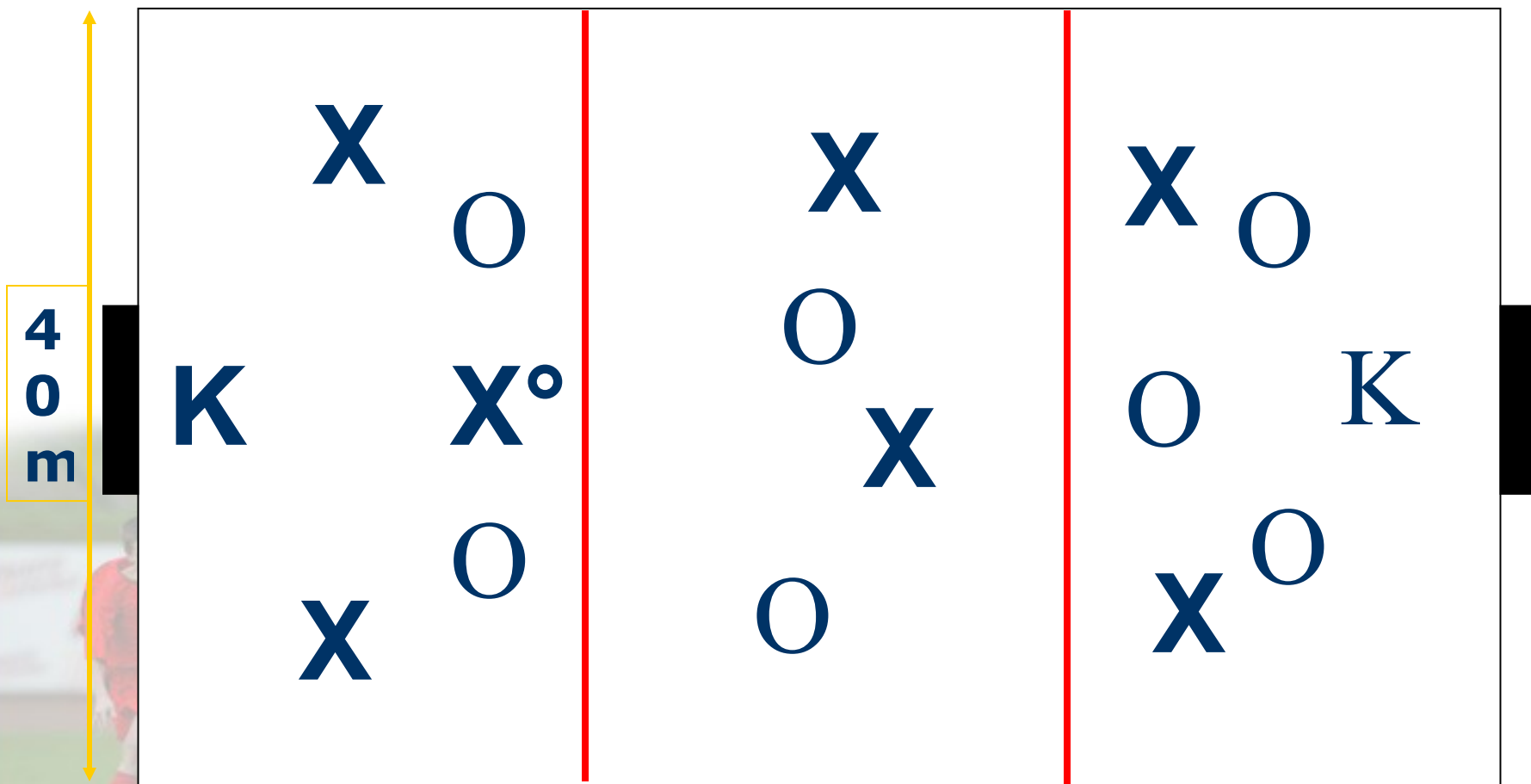


GEEN WEDSTRIJDVORM



Met afgebakende zones

7+K/K+7



Spelers blijven in hun vaste zone

TUSSENVORMEN



1. Positiespelen - spelvormen
2. Afwerkingsoefeningen
3. Technische oefeningen
4. Collectieve looppatronen
5. Automatische zonder "echte" tegenstanders (shadow-game)
6. Conditionele oefenvormen (al dan niet met bal)
7. Rustpauzes: tactische besprekingen/tactische simulaties, enz



Trainingsvoorbereiding : denkproces



Trainingsvoorbereiding



**thema uit doelstelling afleiden en
verwoorden als spelprobleem**

**Bepalen van de oplossing van het
spelprobleem**

**Vertaling van de oplossing in
richtlijnen**

**Keuze van de wedstrijdvormen i.f.v.
het oplossen van het spelprobleem**

**Keuze van de tussenvormen al dan
niet i.f.v. het oplossen van het
spelprobleem**



Trainingsvoorbereiding



Thema uit doelstelling afleiden en verwoorden als spelprobleem

1 "ECHT" SPELPROBLEEM

- zo concreet en nauwkeurig mogelijk definiëren
- 4W-vragen beantwoorden:
 - * **Wie** is betrokken bij het spelprobleem ?
 - * **Wat** is het spelprobleem ?
 - * **Waar** doet het spelprobleem zich voor ?
 - * **Wanneer** stelt het probleem zich ?



Trainingsvoorbereiding



Thema uit doelstelling afleiden en verwoorden als spelprobleem :

T+18 : efficiënte bezetting: 1^{ste} – 2^{de} paal en 11m

Wie	De centrumspits (9) en de flankspeler (7)
Wat	Kiezen positie in dezelfde zone (2de paal) waardoor de geboden doelkans niet optimaal kan benut worden.
Waar	In de waarheidszone van de tegenpartij voor doel
Wanneer	Een medespeler infiltreert langs de flank, de achterlijn haalt en een bruikbare voorzet kan trappen. De centrumspits (9) en de aanvallende middenvelder (10) nemen niet deel aan de infiltratie via de flank.

Trainingsvoorbereiding



Bepalen van de oplossing van het spelprobleem

meerdere oplossingen zijn mogelijk !

- zo concreet en nauwkeurig mogelijk definiëren van één of meerdere oplossingen
- 4W-vragen beantwoorden:
 - * **Wie** is betrokken bij het oplossen van het probleem?
 - * **Wat** is de oplossing ?
 - * **Waar** wordt het probleem opgelost ?
 - * **Wanneer** moet het probleem opgelost worden ?



Trainingsvoorbereiding



Bepalen van de oplossing van het spelprobleem

Vb T+18 : efficiënte bezetting: 1^{ste} - 2^{de} paal en 11m

Wie	De centrumspits (9), de aanvallende middenvelder (10) en de flankspeler (7 of 11)
Wat	Kiezen op het gepaste moment positie richting 1ste paal, 2de paal en 11m waardoor de geboden doelkans optimaal kan benut worden.
Waar	In de waarheidszone van de tegenpartij voor doel
Wanneer	Een medespeler infiltreert langs de flank, de achterlijn haalt en een bruikbare voorzet kan trappen. De centrumspits (9) en de aanvallende middenvelder (10) nemen niet deel aan de infiltratie via de flank.

Trainingsvoorbereiding



Vertaling van de oplossing in richtlijnen

- * Eenduidige en gemakkelijk begrijpbare coachingpunten (zo kort en duidelijk mogelijk)
- * Evolutie van “coach is coaching” naar “players are coaching”
- * Coaching betekent dat de trainer de spelers helpt en de spelers elkaar helpen om het spelprobleem op te lossen
- * * Richtlijnen worden op het terrein **coachingswoorden** !!!



Trainingsvoorbereiding



Vertaling van de oplossing in richtlijnen

Belang van de 4 W's op de kwaliteit van de coaching (inhoud/vorm)

- * **Wie** ⇒ de spelers die je coacht
- * **Wat** ⇒ de coachingswoorden
- * **Waar** ⇒ opstelling als jeugdopleider
- * **Wanneer** ⇒ de coachingsmomenten (eventueel met bevroren spelsituatie)



Trainingsvoorbereiding



Vertaling van de oplossing in richtlijnen

Voorbeelden van coachingswoorden

BALVERLIES

POSITIE	PRESS
DEKKING	LOS
SCHUIVEN	SLUITEN
REMMEN	DICHTER

BALBEZIT

VERANDER	OPEN
GEEF	RUG
ZAKKEN	VOORUIT
DIEP	WEG
ALLEEN	VRAAG

Coaching door de spelers: eventueel te vermelden in trainingsvoorbereiding (wie coacht wie?).

Trainingsvoorbereiding



Keuze van de wedstrijdvormen i.f.v. het oplossen van het spelprobleem

Belang van de 4 W's op de keuze van de wedstrijdvorm

- * **Wie** identiteit spelers en veldbezetting (= elftalposities)
- * **Wat** identiek karakter probleem en oplossing in wedstrijd en training
- * **Waar** plaats en grootte van het terrein
- * **Wanneer** identiek tijdstip dat het probleem en oplossing zich in wedstrijd en training voordoet + frequentie



KEUZE WEDSTRIJDVORM

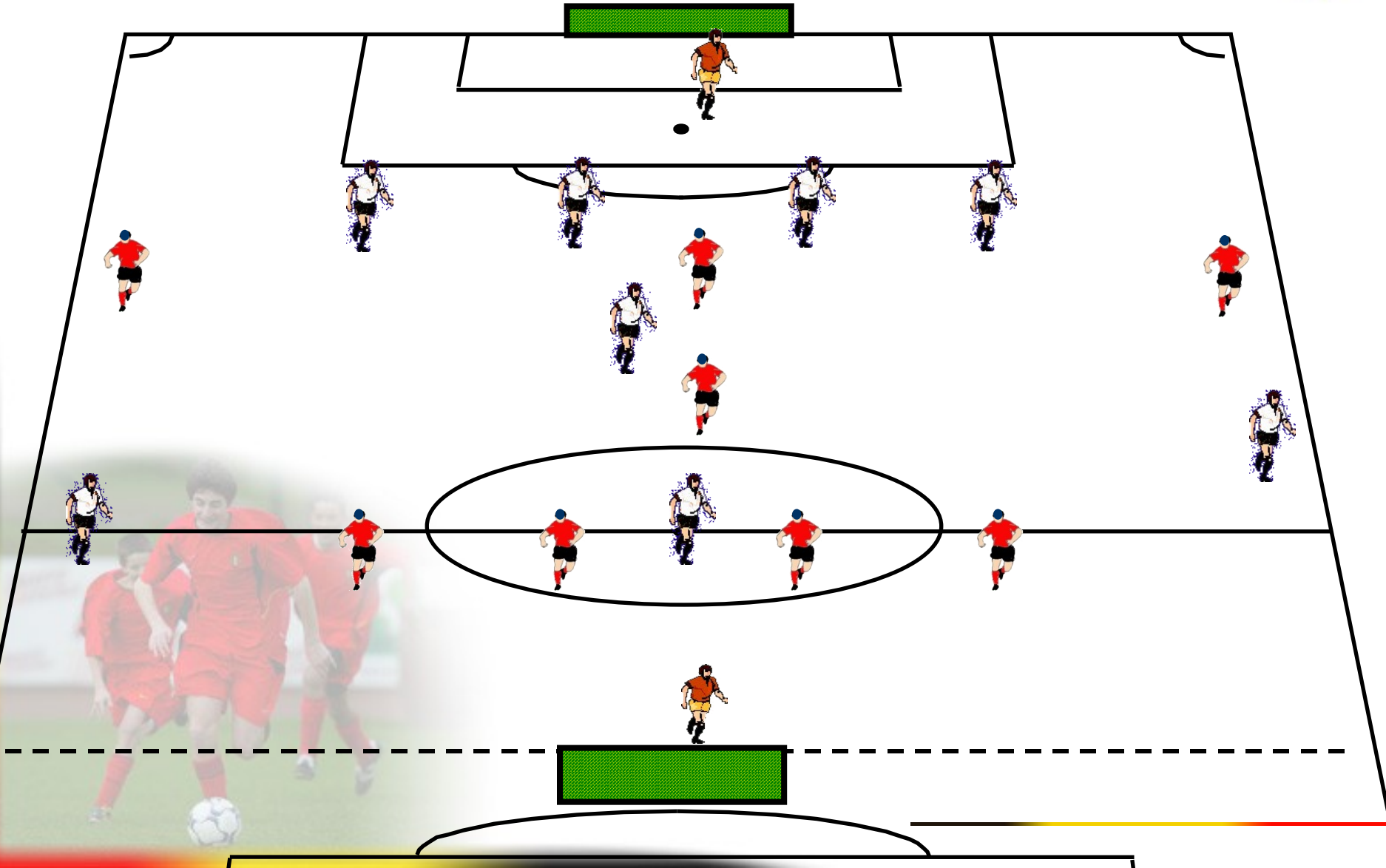


- pedagogische progressie voorzien in training
⇒ spelprobleem is gemakkelijker of moeilijker door speler(s) op te lossen
- 4 variabelen bij kiezen van wedstrijdvorm
 - afmetingen
 - aantal spelers
 - totaal : $2+K/2+K \Leftrightarrow 6+K/6+K$
 - numeriek verschil beide ploegen: $3+3N+K/3+K \Leftrightarrow 4+K/3$
 - identiteit spelers
 - veldbezetting (elftalposities)
 - symmetrisch: beide ploegen met zelfde elftalposities
 - asymmetrisch: beide ploegen in verschillende elftalpositie



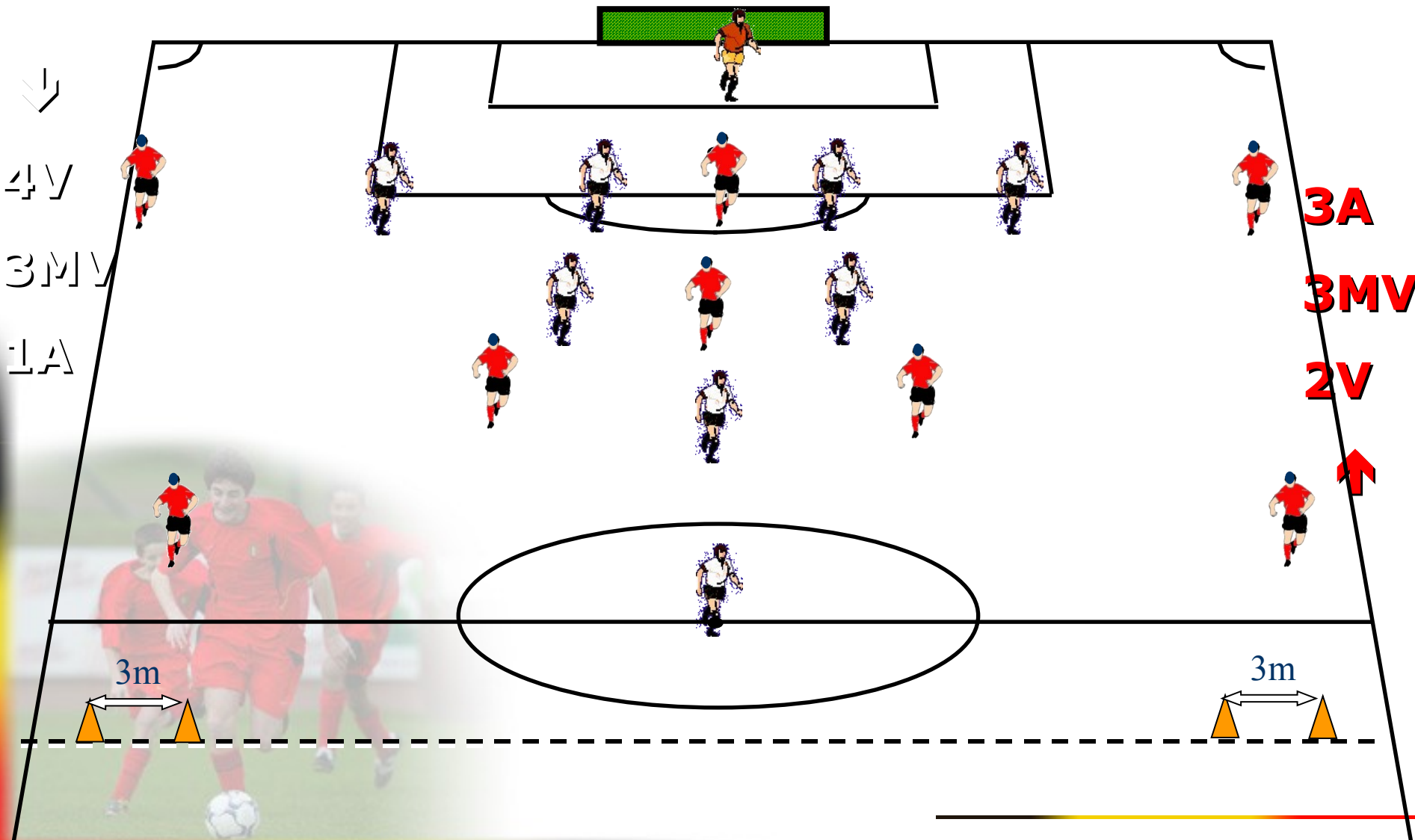
SYMMETRISCHE VELDBEZETTING

8+K tegen K+8 in een 4-1-3



ASYMMETRISCHE VELDBEZETTING

8 tegen 8+K





KEUZE WEDSTRIJDVORM

Keuze juiste wedstrijdvorm afhankelijk van

- Aard van het spelprobleem (= trainingsdoel!!!)
- Psychomotorische rijpheid van de speler
- Fysieke mogelijkheden van de speler

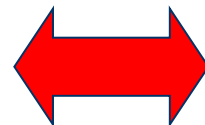
↑ Aantal spelers

↑ complexiteit

↑ Grootte terrein

↓ balcontacten (scoringskansen en besluitvorming)/per speler

BASICS



TEAMTACTICS

Wedstrijdvormen : « BASICS »



- Aanleren, verbeteren en perfectioneren van basistechnieken en basistactieken in wedstrijddecite omstandigheden:
⇒ vanaf 7 jaar
- Zoveel mogelijk leermomenten
 - kleine speeloppervlaktes
 - kleine aantallen



Wedstrijdvormen : « TEAMTACTICS »



- Uitvoeren van taak binnen
 - 5-5 : ruitvorm
 - 8-8 : dubbele ruitvorm
 - 11-11 : 1-4-3-3

} ⇒ elftalposities
- Leermomenten in echte wedstrijd omstandigheden
 - aard van het spelprobleem bepalen = wie, wat, waar en wanneer
 - dit bepaalt de grootte van het terrein en het aantal spelers



Trainingsvoorbereiding



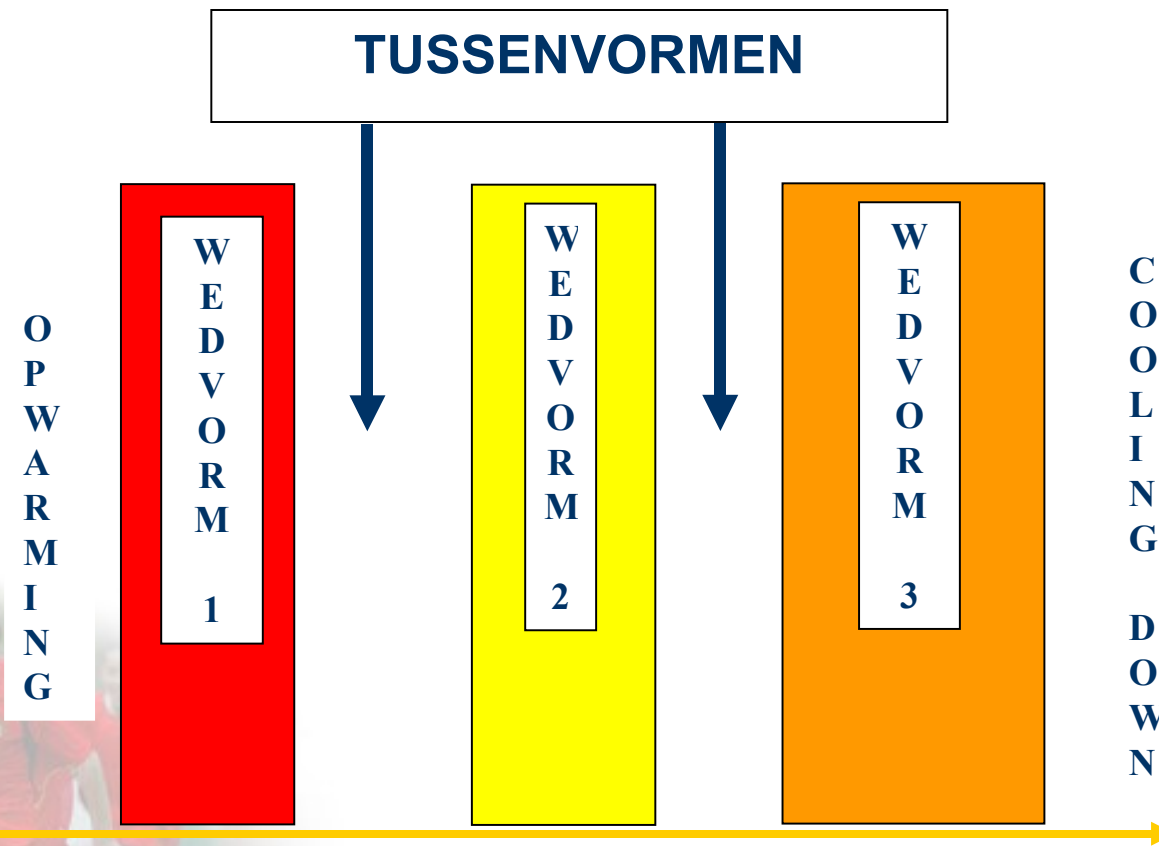
Keuze van de tussenvorm al dan niet i.f.v. het oplossen van het spelprobleem

- er kan gekozen worden voor een tussenvorm die de spelers helpt om later in de wedstrijdvorm het spelprobleem op te lossen
- er kan gekozen worden om moeilijke technieken (kopspel, amorti, wreeftrap,...) in te oefenen en te perfectioneren
- er kan gekozen worden voor het fun-element (bv shooting-game) of voor een conditioneel element (bv lenigheid), enz...

→ geen verplichting dat de tussenvorm altijd in verband met het trainingsthema staat



TRAININGSOPBOUW VAN EEN TRAININGSSESSIE



Afwisseling van wedstrijdvormen en tussenvormen

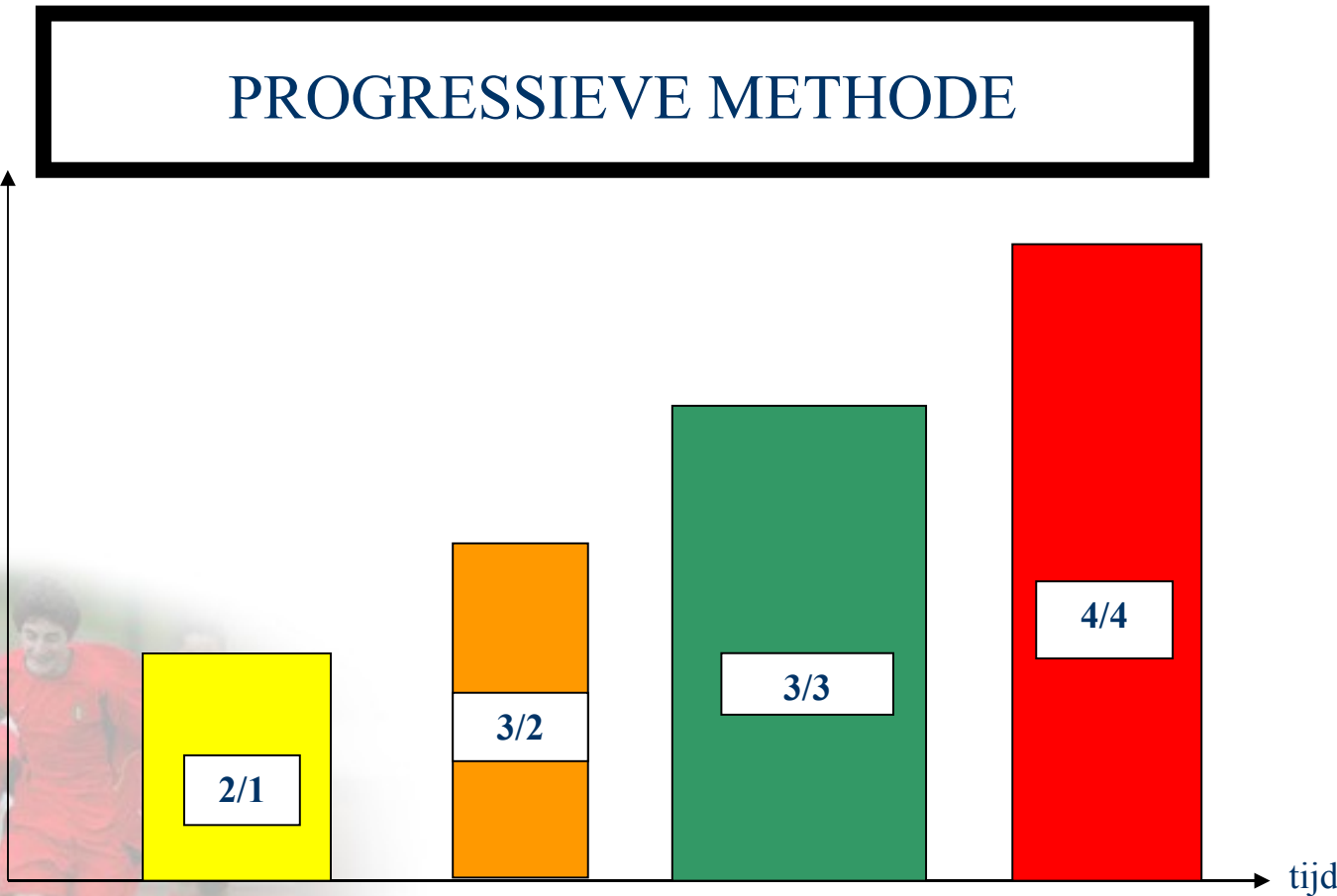
1 sessie kan meerdere trainingseenheden omvatten

METHODIEK



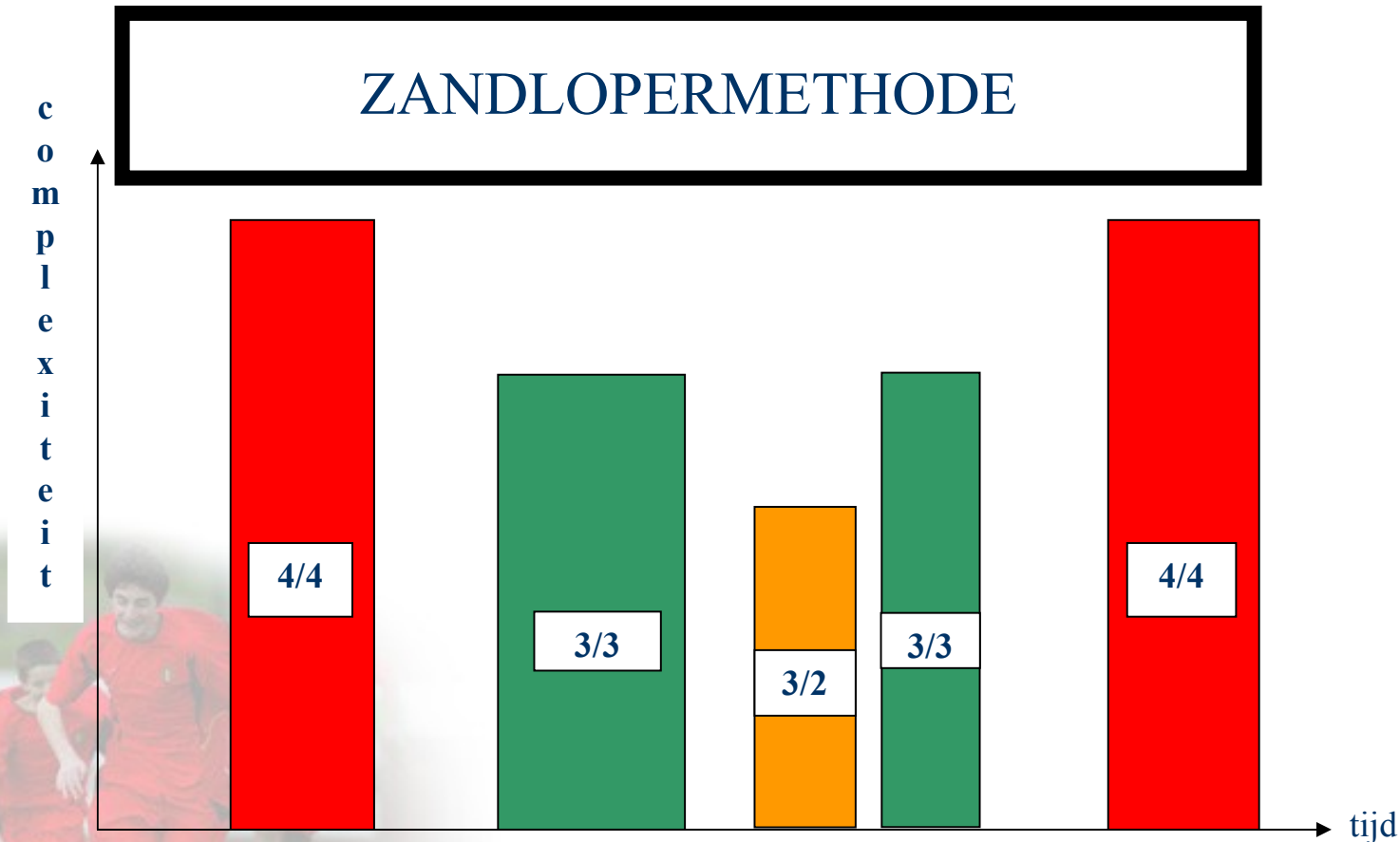
PROGRESSIEVE METHODE

c
o
m
p
l
e
x
i
t
e
i
t



Er wordt met de meest vereenvoudigde wedstrijdvorm (hier 2 tegen 1) gestart om nadien progressief meer complexe vormen aan te bieden en te eindigen met de meest complexe wedstrijdvorm (hier 4 tegen 4).

METHODIEK



Er wordt tijdens de herkenningfase met de eindvorm gestart om nadien af te dalen tot de meest vereenvoudigde wedstrijdvorm die nodig is om het probleem op te lossen. Nadien worden progressief meer complexe vormen aangeboden om te eindigen met dezelfde wedstrijdvorm als in het begin.

ORGANISATIE



- **Begin van de wedstrijdvorm**
 - vrij
 - geconditioneerd: beginpositie spelers en beginpass
- **Einde van de wedstrijdvorm**
 - golven: omkeerbaarheid
 - continu: bepaalde tijd laten spelen
of trainer kiest moment van einde
- **Gebruik van bestaande belijning**



ORGANISATIE



Gebruik van bestaande lijnen en afmetingen: enkele tips



ORGANISATIE



Gebruik van bestaande lijnen en afmetingen: enkele tips





BESLUIT = FLEXIBILITEIT

- Tussenvorm is een volwaardige oefenvorm
- Wedstrijdvorm na opwarming en voor coolingdown = absolute must binnen de methode
- Een 3de, 4de,... wedstrijdvorm tussenin indien mogelijk maar afh. van tijdsduur training, leerproces spelers, ...
- Keuze van de wedstrijdvorm ook afhankelijk van:
 - weersomstandigheden
 - beschikbaarheid spelers
 - beschikbaarheid van het terrein

