

Trainingsvoorbereidingsformulier



Coach:

René Boer

Team:

BVV Barendrecht B1

Teamfunctie:

Aanvallen

Teamtaak:

Opbouwen / Scoren

Speelveldgedeelte:

rondom de middellijn / Helft tegenpartij

Rol tegenpartij:

Storen en doelpunten voorkomen.

Doelstelling:

Het verbeteren van de opbouw /creëren van kansen door de aanvalslinie in samenwerking met de middenlinie op de helft van de tegenstander. De tegenstander verdedigt compact en beide teams spelen in een 1-4-3-3- formatie met de pnv.

Inhoud

Beschrijving trainingsvorm:

Partijvorm 8 (7 +1) tegen 7 (6+1)

Teamorganisatie:

11 tegen 11

TCT: 1-4-3-3 pnv.

NTCT: 1-4-3-3 pnv. (ingezakt)

8 tegen 7:

TCT: 1-3-3 pnv

NTCT: 1-4-3 pnv (ingezakt)

Bijzondere spelregels:

- 2-3 minuten vrij partijspel.
- Na 2-3minuten steeds starten bij keeper TCT.
- Bal over zijlijn of achterlijn of doelpunt opnieuw starten bij keeper TCT.
- NTCT krijgt als ze de bal afpakken 20 seconden om te scoren. Ook als de bal in handen is van keeper NTCT.

Wijze van scoren:

TCP kan scoren in het grote doel bij NTCT

NTCP kan scoren in het grote doel bij TCT

Organisatie:

Speelveld 70 m lang en 60 m breed.

1 vast groot doel

1 groot verplaatsbaar doel

8 dopjes(voor achterlijn TCT.)+ 2 dopjes voor

hoekvlag.

16 dopjes (voor als speelveld kleiner gemaakt moet worden)

7 gele en 7 rode hesjes

10 ballen (in doel TCT)

Algemene uitgangspunten (leeftijdscategorie):

- Wedstrijd is het doel
- Taakuitvoering verder verbeteren
- Snel handelen
- Specialiseren in teamtaken
- Willen vaak te hoog tempo met als gevolg veel fouten.

Methodiek

Methodische stappen:

Moeilijker maken:

Spelersaantallen

- 2. 9 bij plaatsen bij NTCT.

Gekozen ruimte

- Speelveld kleiner maken. (zijlijn 5 meter naar binnen) TCT krijgt minder ruimte om op te bouwen.

Gekozen spelregels

- Om snelheid spel of rondspelen te verhogen een tijdslimiet plaatsen bij TCT. Tijd waarbinnen gescoord moet worden. (nadeel kan zijn dat spel erg slordig wordt of verkeerd keuzes gemaakt gaan worden.
-

Beïnvloeden van NTCP

- 1 NTCT coachen op verdedigen. Ruimtes onderling klein houden. Actief naar de bal verdedigen.

Makelijker maken:

Spelersaantallen

- 10 weghalen bij NTCT.
- 3 erbij plaatsen bij TCT die ballen inspeelt.

Gekozen ruimte

- 1. Veld langer maken + NTCT druk vooruit zetten zodat er ruimte ontstaat achter de laatste linie NTCT.

Gekozen spelregels

- 2. 10 NTCT in laten zakken en pas druk laten zetten als 6 of 8 TCT in bal bezit zijn gekomen en de bal onder controle hebben.
-

Beïnvloeden van NTCP

- 2. 10 NTCT in laten zakken en pas druk laten zetten als 6 of 8 TCT in bal bezit zijn gekomen en de bal onder controle hebben.

Aanwijzingen

Oriëntatiefase:

Wat de coach doet?

1. Organisatie neerzetten (zowel het veld als de teamorganisaties)
2. In gang zetten van de training
3. Kijken naar de organisatie en controleren en bewaken van de teamorganisaties (klopt het?)
4. Eventuele methodische stappen zetten als het voetbalprobleem niet op het veld komt te liggen
5. Voetbalprobleem laten ontstaan (veel herhalingen) en (laten) benoemen door de spelers van het TCT. Zij moeten het tenslotte zelf constateren!

Wat de coach zegt?

- Korte uitleg spelregels
- Teamorganisaties corrigeren (stopmoment) als dit nodig is

Algemene coachpunten voor TCT:

Bij aanvallen de speelruimte groot maken/houden
Diep denken en zo mogelijk diep spelen
Breedtespel of terugkaats als voorbereiding op dieptespel / dieptepass
Bal in het team houden, geduldige opbouw
Optimale veldbezetting
Bal houden.
Tegenstander speelt compact dus hoge balsnelheid en veel beweging.

Algemene coachpunten voor NTCT:

Bij verdedigen speelruimtes klein maken.
Onderlinge ruimte tussen spelers en linies in de gaten houden.
Juiste moment druk zetten op speler met bal.

Inhoud

Stopmomenten kunnen zijn op het moment dat de bal bij de 6 of 8 is.

Zijn de buitenspelers goed breed en aanspeelbaar
Komt de spits vrij en hoe kom je vrij
Waar loopt de 10

Als de bal bij de 7 of 11 is, sta je 1 tegen 1 dan actie is dat niet zo dan eruit halen, wie staat dan waar, half speler erachter andere half speler schuin erachter voor door verplaatsen

Accent op snel handelen bij verplaatsen

Cross pass als het echt kan is een optie

Tegenpartij goed laten knijpen zodat verplaatsen er goed uit kan komen.

Als het moment zich voordoet iets zeggen over de veldbezetting voor de goal buitenspeler 2e paal, 9 richting 1ste, 10 pen stip.

Methodiek

Methodische stappen:

Moeilijker maken:

Spelersaantallen

- 9 bij plaatsen bij NTCT.

Gekozen ruimte

- Speelveld kleiner maken. (zijlijn 5 meter naar binnen) TCT krijgt minder ruimte om op te bouwen.

Gekozen spelregels

- Om snelheid spel of rondspelen te verhogen een tijdslimiet plaatsen bij TCT. Tijd waarbinnen gescoord moet worden. (nadeel kan zijn dat spel erg slordig wordt of verkeerd keuzes gemaakt gaan worden.

Beïnvloeden van NTCT

- NTCT coachen op verdedigen. Ruimtes onderling klein houden. Actief naar de bal verdedigen.

Makkelijker maken:

Spelersaantallen

10 weghalen bij NTCT.

3 erbij plaatsen bij TCT die ballen inspeelt.

Gekozen ruimte

- Veld langer maken + NTCT druk vooruit zetten zodat er ruimte ontstaat achter de laatste linie NTCT.

Gekozen spelregels

- 10 NTCT in laten zakken en pas druk laten zetten als 6 of 8 TCT in bal bezit zijn gekomen en de bal onder controle hebben.

Beïnvloeden van NTCT

- 10 NTCT in laten zakken en pas druk laten zetten als 6 of 8 TCT in bal bezit zijn gekomen en de bal onder controle hebben.

Aanwijzingen

Oefenleerfase:

Wat de coach doet?

Blijven kijken naar de organisatie en controleren en bewaken van de teamorganisaties (klopt het nog steeds?)

Wat de coach zegt?

Aanwijzingen geven over de basistaken die de trainer-coach van zijn speler verlangt:

Aanwijzingen TCP

Voorhoede:

9 spits:

Diep blijven tegen de laatste man van de tegenpartij aan.

Breed bewegen om vervolgens diep te gaan en buitenspel staan te voorkomen.

In de breedte bewegen (vooractie maken) om vervolgens aanspeelbaar te komen en de bal aan te nemen en een actie te maken of om de bal te kaatsen naar de '10' om vervolgens in de diepte weg te sprinten en de bal in de loop mee te krijgen.

Kaatser voor de '11', '7', '10', '8' en '6'

1 tegen 1 duels (dus ook met de keeper) altijd uitvechten.

11' en '7':

- Het spel breed houden, alleen de buitenkant verlaten (knijpen) als de bal aan de andere kant is
- Acties durven maken, de achterlijn halen en de bal voorzetten/terugleggen of naar binnen snijden (hierin variëren)

- Diep denken en zo mogelijk diep spelen ('9')

- 1-2 combinatie met '9', '8', '10' of '6' om de bal diep terug te krijgen

- Vooractie maken om vervolgens aanspeelbaar te komen en de bal aan te nemen en een actie te maken of om de bal te kaatsen naar de '8', '10' of '6' om vervolgens in de diepte weg te sprinten en de bal in de loop mee te krijgen.

- Herkennen van momen om ingespeeld te worden in de diepte dan wel in de voeten.

Inhoud

Toepassingsfase:

Inhoud

Partijvorm:

8 tegen 8

Teamorganisaties:

(TCT) 1 : 1 : 3 : 3

Rondjes (NTCT) 1 : 4 : 3

Scoren:

In de grote doelen

Bijzondere spelregel:

Organisatie

Ruimte 70 x 60 meter

Methodiek

Aanwijzingen

Oefenleerfase vervolg:

Middenveld:

8

- ondersteunt 11 en 9 als deze overkomt of ingespeeld wordt.

6

- ondersteunt 7 en 9 als deze overkomt of ingespeeld wordt.

6 en 8

-Ondersteunen beiden de 10 en vormen dan samen met de 10 een beweegbaar middenveld.

-Diep denken en zo mogelijk diep spelen.

-Kantelen als de bal naar de andere kant gaat.

-Juiste positie kiezen voor evtuele teruggang.

-Zuiver inspelen en geen onnodig balverlies.

10

-looplijn voor diepe bal op 9 open houden of maken.

-speelt punt naar voren en ondersteunt de 9 bij aanvallen.

-Moment herkennen om onder de spits te komen of aanspeelbaar tussen de linies te zijn.

Achterhoede:

Keeper:

Doelpunten voorkomen en coachen

Aanwijzingen NTCP:

Voorhoede:

Middenveld:

kort bij elkaar.

Kantelen naar kant van de bal

Achterhoede:

kort bij elkaar.

Rugdekking indien nodig.

Keeper:

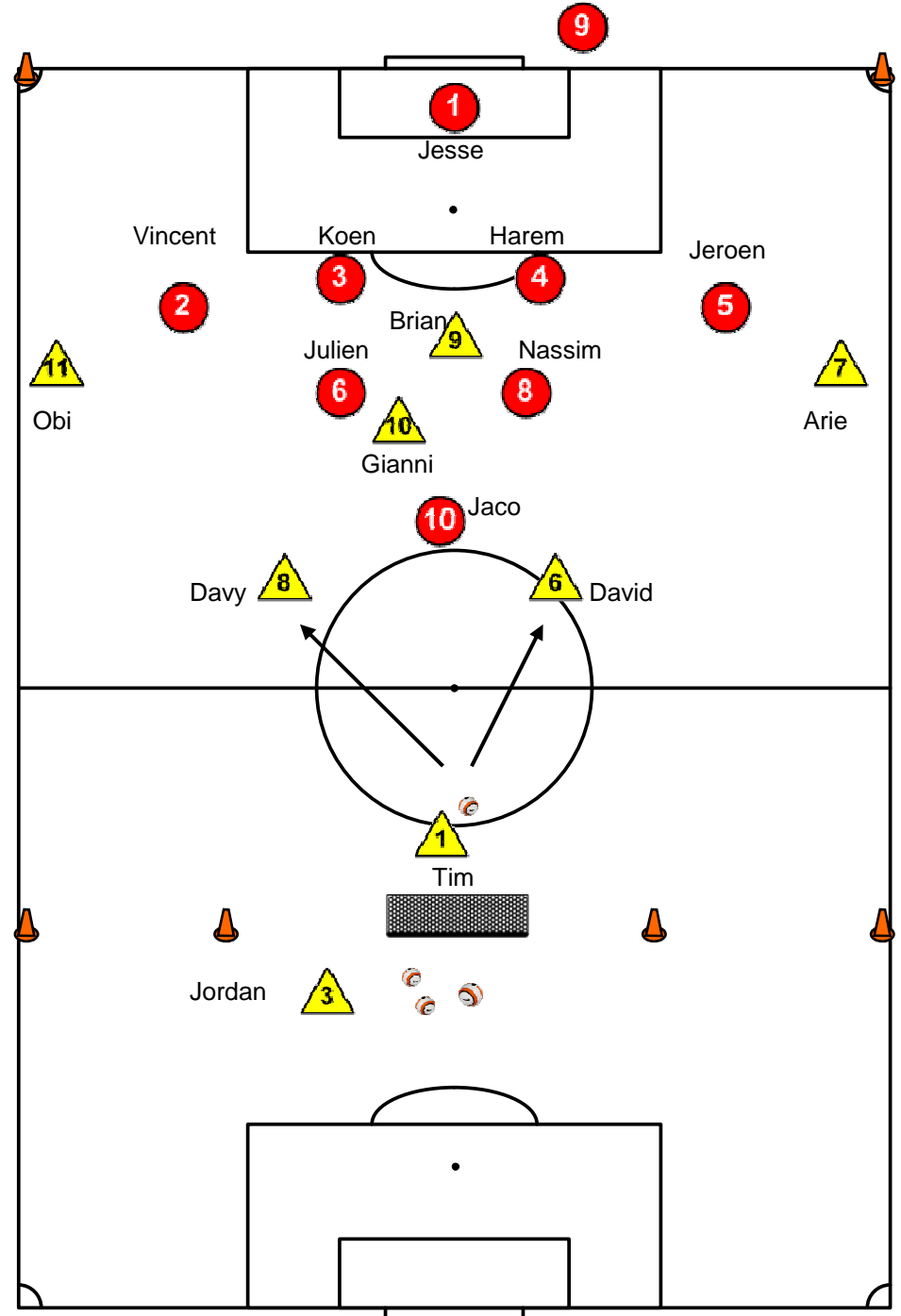
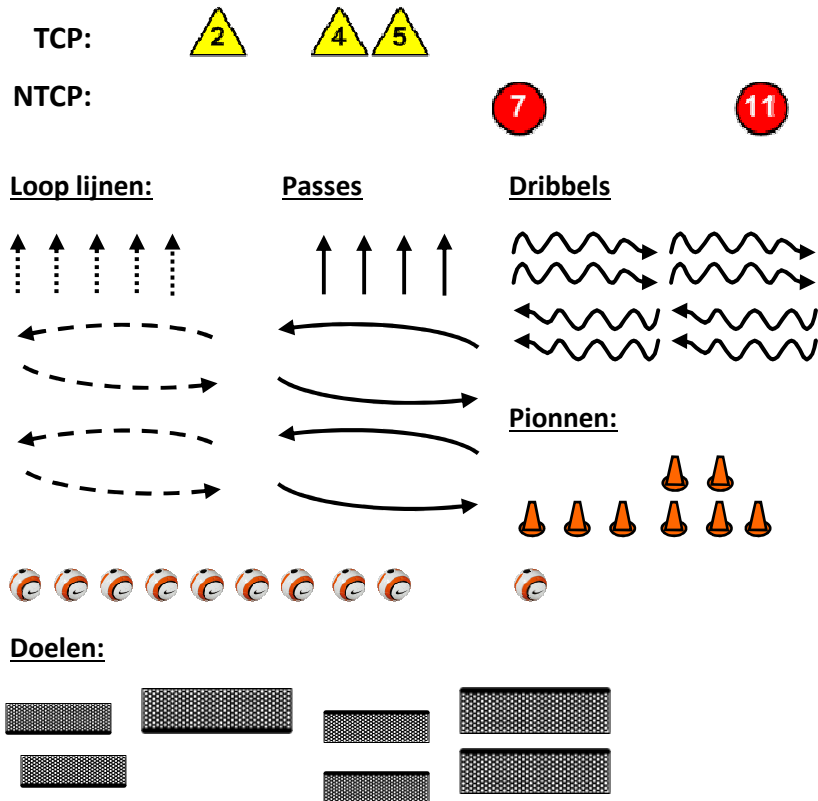
Doelpunten voorkomen.

Achterste linie en middenvelders coachen.

Organisatie

orientatiefase

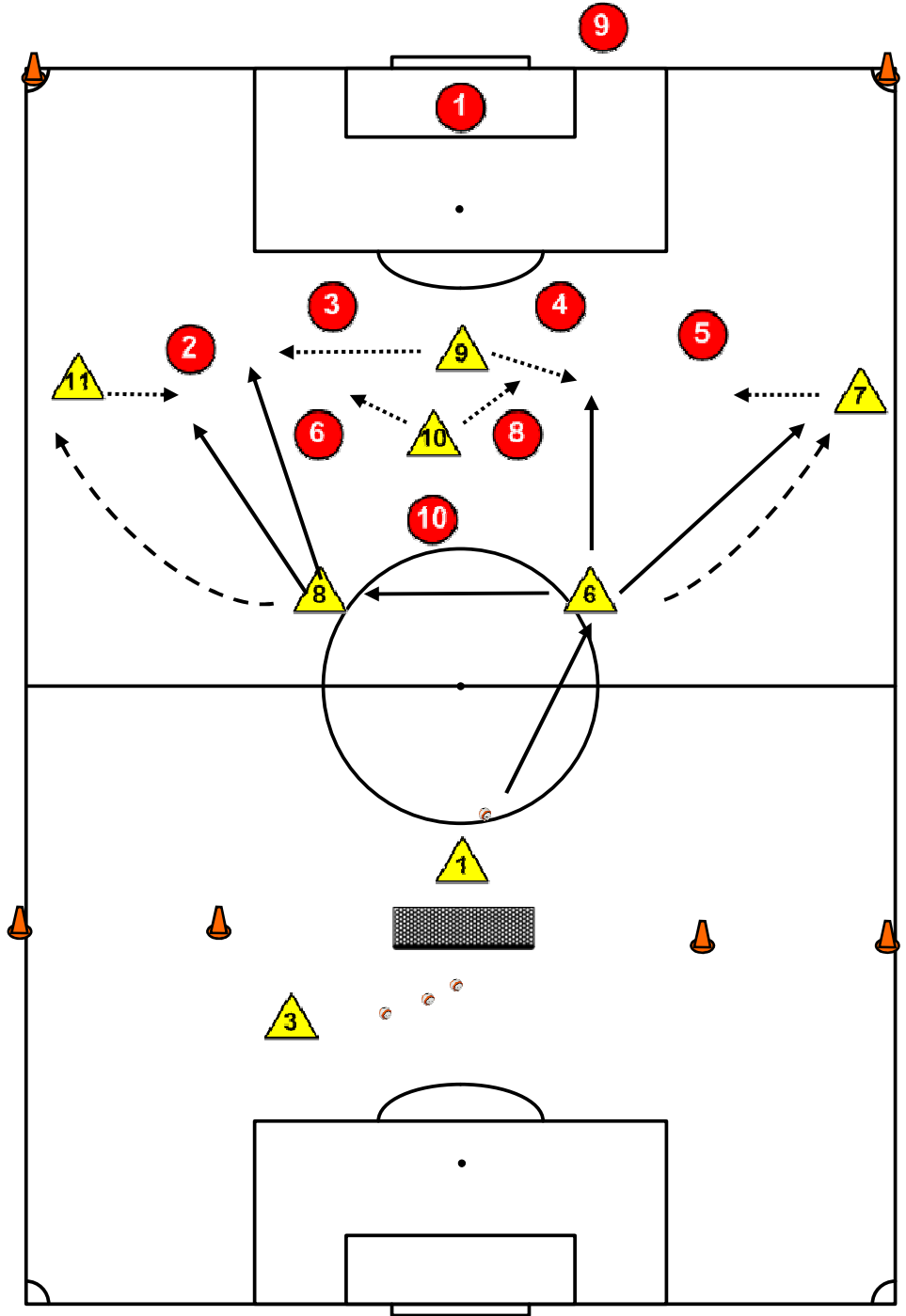
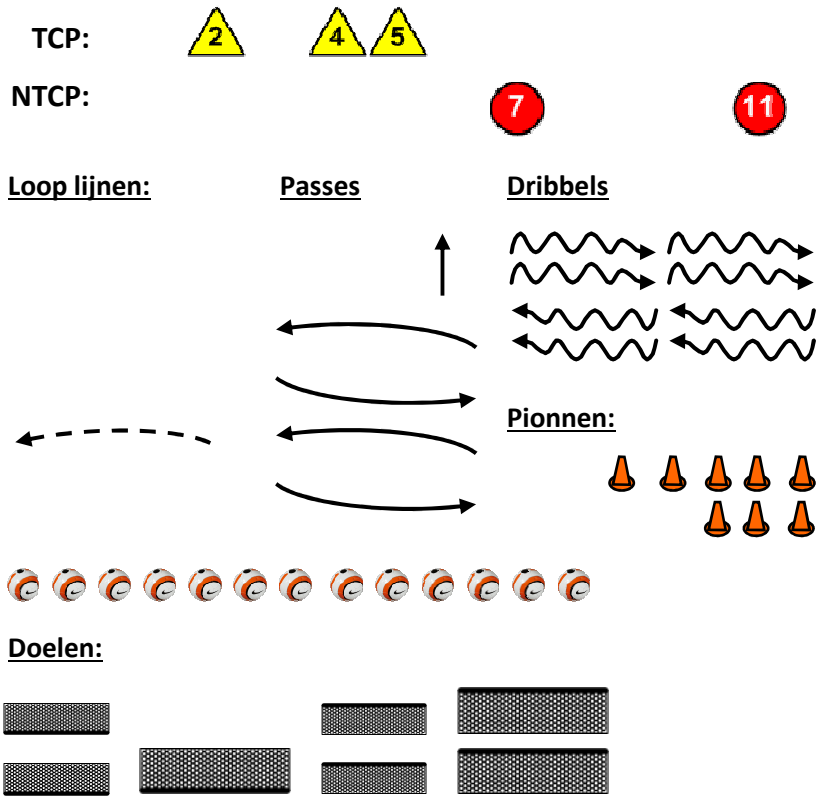
Ruimte (x bij y meter):	70 m lang x 60 m breed
Aantal hesjes (+ kleuren):	7 geel + 7 rood
Aantal ballen:	10
Aantal pionnen:	10 voor achterlijn en hoekvlag. Evt 16 voor zijlijn
Aantal doelen (soort):	1 groot vast en 1 groot verplaatsbaar



Organisatie

oefen/leerfase

Ruimte (x bij y meter):	70 m lang en 60 m breed
Aantal hesjes (+ kleuren):	7 geel en 7 oranje
Aantal ballen:	10
Aantal pionnen:	10 voor achterlijn en hoekvlag. Evt 16 voor zijlijn
Aantal doelen (soort):	1 groot vast en 1 groot verplaatsbaar



Opstelling

TCT:

1. Tim
6. David
7. Arie
8. Davy
9. Brian
10. Gianni
11. Obi

NTCT:

1. Jesse
2. Vincent
3. Koen
4. Harem
5. Jeroen
6. Julien
8. Nassim
10. Jaco

Wissel Jordan. Kan invallen op 8 bij TCT of op 8 bij NTCT.
Of op 3 bij NTCT die de ballen inspeelt naar 6 en 8..