



LHC

TBP Senioren

Bijlage F Speelwijze

Versie 1.0 mei 2019



BIJLAGE F

Van OPLEIDING (jeugdselecties) naar PRESTATIE (senioreselecties).

1. Spelconcept

Verenigingsbreed is het uitgangspunt het spelen van aantrekkelijk, aanvallend voetbal, met het winnen van wedstrijden als doel.

De 1-4-3-3 formatie geldt daarbij als basis met daarbij de optie om op het middenveld te spelen met de punt naar achteren of naar voren. De buitenspeler heeft daarbij meer vrijheid dan alleen tegen de zijlijn te moeten spelen; hij kan dan tussen de zijlijn en 9 in spelen.

De verantwoordelijke selectietrainer heeft de vrijheid om voor of tijdens de wedstrijd, als de omstandigheden dit vragen, van het beoogde uitgangspunt af te wijken.

Indien de verantwoordelijke selectietrainer structureel van het beoogde uitgangspunt af wil wijken, vindt overleg plaats met de voetbalcommissie senioren.

2. Voorwaarden

- voetballen met initiatief aan de bal (aanvallend voetbal), veel balbezit en druk op de tegenstander.
- een goed gestructureerde teamorganisatie op het veld.
- een hoge handelingssnelheid en weinig lopen met de bal.
- zichtbare spelvreugde.
- goede wedstrijdmentaliteit en mentale weerbaarheid.
- conditioneel sterk.
- positief agressief bij balbezit en balverlies.
- snelle omschakeling.

3. Kenmerken

Bij balbezit

Acties:

- zoveel mogelijk opbouwen van achter uit (keeper gooit, rolt naar backs, laatste man). Uittrappen bijvoorbeeld indien er voorin een 1 tegen 1 situatie ontstaat.
- zoveel mogelijk inschuiven/indribbelen van een verdediger (is vaak de laatste man) om zodoende op het middenveld een overtalsituatie te creëren.
- spel via de vleugels spelen, spel breed houden.
- goede veldverdeling.
- aandacht voor restverdediging.
- technisch verzorgd voetbal spelen in een zo hoog mogelijk tempo.
- snel aansluitende linies, om zoveel mogelijk op de helft van de tegenstander te spelen (de keeper moet mee aansluiten).
- veel beweging zonder de bal, zodat de tegenstander door positieospel onder druk kan worden gezet.
- doel van het positieospel is uiteindelijk de lengtebal, constant vooruit, derde man bijsluiten/aanbieden.



Bij balbezit tegenstander:

Bedoeling:

- opbouw verstoren en direct scoren.
- opbouw dwingen naar de zijkant.
- aan de zijkant de bal terugveroveren en/of dieptepass voorkomen.
- aan de zijkant dwingen om langs de zijlijn in te passen en hierna de bal te veroveren.
- doelpunten voorkomen.

Acties:

- Speelruimte zo klein mogelijk maken op de volgende manieren (afhankelijk van de kracht van de tegenstander):
 - naar de bal toe (pressen)
 - naar het eigen doel toe (laten zakken)
 - altijd naar de zijkanten toe (knijpen)
- druk op de balbezittende tegenstander houden
- scherp dekken in de omgeving van de bal
- rug-/ruimtedekking geven
- elke lengtebal 100% verdedigen
- in de klein gemaakte ruimte 100% verdedigen

Wisseling balbezit-balverlies (omschakelen):

Bedoeling:

- snel mogelijk omschakelen

Acties:

- De speler, die het dichtst in de buurt van de bal is, tracht de directe dieptepass te voorkomen; maakt druk op de bal, probeert de tegenstander tot andere actie te dwingen, zoals de bal breed spelen, vasthouden, gaan lopen met de bal en terugspelen.
- alle spelers schakelen om naar het leveren van een bijdrage om doelpunten te voorkomen:
 - zgn. knijpen (de ruimte naar binnen kleiner maken, naar de bal toe),
 - zgn. pressen op de bal; scherp dekken in de omgeving van de bal bij voldoende medespelers,
 - zgn. ophouden positie/ruimtedekking bij te weinig medespelers.

Wisseling balverlies-balbezit (omschakelen):

Bedoeling:

- zo snel mogelijk omschakelen

Acties:

- Vaak gebeurt dit in een drukgebied. Spelers (net) buiten dit drukke gebied moeten de balbezitter “van de bal afhelfen”. Dan pas is er tijd om organisatie te creëren.
- zie balbezit.



4. Trainingsopbouw

Van de trainers van LHC1 en LHC2 wordt verwacht dat zij hetgeen ze in hun opleiding geleerd hebben in de wekelijkse trainingen kunnen toepassen.

Periodisering is daarvan een onderdeel!

Zie ook bijlage G