



# SPELPRINCIPES FC WOLVEGA



TOEPASSING SPELPRINCIPES	ONDERBOUW				MIDDENBOUW			BOVENBOUW		
Spelprincipes aanvallen	07	08	09	010	011	012	013	015	017	019
Veld groot maken, uit elkaar	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Aanspeelbaar zijn vanuit je positie. (beweging zonder bal)			•	•	•	•	•	•	•	•
Diepte voor breedte, vooruit kijken en handelen		•	•	•	•	•	•	•	•	•
De bal spelen (passeren) i.p.v. er mee lopen (dribbelen is echter niet verboden).			•	•	•	•	•	•	•	•
Positiewisselingen (Verwarring tegenstander)							•	•	•	•
Doorbewegen (aan- / bijsluiten)					•	•	•	•	•	•
Loopacties zonder bal, in de bal en uit de bal.					•	•	•	•	•	•
Overtalsituatie creëren. 2:1						•	•	•	•	•
Bewaken restverdediging							•	•	•	•
Spelprincipes omschakelen aanvallen > verdedigen	07	08	09	010	011	012	013	015	017	019
Bij balverlies direct druk zetten op de bal door dichtstbijzijnde spelers (5 sec regel)		•	•	•	•	•	•	•	•	•
Onderlinge afstanden rond de bal kort houden.				•	•	•	•	•	•	•
Dwingen tegenstander tot een pass terug.					•	•	•	•	•	•
Binnen 5 seconden bal niet heroverd dan inzakken en compact.					•	•	•	•	•	•

<b>Spelprincipes verdedigen</b>	<b>07</b>	<b>08</b>	<b>09</b>	<b>010</b>	<b>011</b>	<b>012</b>	<b>013</b>	<b>015</b>	<b>017</b>	<b>019</b>
Ruimtes klein maken	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•
Overtal rondom de bal creëren					•	•	•	•	•	•
Tegenstander dekken in de buurt van de bal		•	•	•	•	•	•	•	•	•
Ontwikkelen zone en mandekking					•	•	•	•	•	•
Meebewegen naar balzijde				•	•	•	•	•	•	•
Agressieve druk			•	•	•	•	•	•	•	•
Zo hoog mogelijk druk zetten				•	•	•	•	•	•	•
As van het veld dicht houden					•	•	•	•	•	•
<b>Spelprincipes omschakelen verdedigen &gt; aanvallen</b>	<b>07</b>	<b>08</b>	<b>09</b>	<b>010</b>	<b>011</b>	<b>012</b>	<b>013</b>	<b>015</b>	<b>017</b>	<b>019</b>
Diepte voor breedte: Vooruit kijken, zo snel mogelijk naar het doel van de tegenstander.		•	•	•	•	•	•	•	•	•
Diepte loopacties maken zonder bal, (tegen aanval)				•	•	•	•	•	•	•
Bal in de ploeg houden (bv. Bal achteruit spelen)							•	•	•	•
Het direct groot maken (aanspeelbaar zijn)			•	•	•	•	•	•	•	•
Het spel versnellen / vertragen						•	•	•	•	•

VOORBEELD

# EXTRA UITLEG:

## **Bij balverlies direct druk (5 seconden regel)**

Voetbalhoofdmoment: Omschakelen Aanvallen > Verdedigen

Na balverlies proberen de bal binnen 5 sec terug te winnen.

Doel > Dieptepass van de tegenpartij voorkomen/eruit halen.

### **Uitgangspunten:**

- Dichtstbijzijnde spelers zetten druk op de bal
- Bij druk op de bal > De rest van de spelers richting bal bewegen (compact)

### **Lukt dat niet:**

- Dan inzakken en achter de bal komen.
- Vanuit hier weer een moment bepalen om druk te zetten