



## Spel DNA Onderbouw

Plezier

Respect

Creatief

voetbal doe je  
met je hoofd.  
De bal gaat nu  
eenmaal  
sneller dan  
je benen.



JOHAN CRUYFF THE LEGEND

Passie

Winnen

Samenwerken

Ontwikkeling



# Spelprincipes Onderbouw

## Aanvallen

- Creëren van extra speler op middenveld/aanval
- Domineren 1v1

## Omschakelen (v-a)

- Diepte voor breedte

## Omschakelen (a-v)

- - 5 seconden regel

## Verdedigen

- Veld klein maken/kantelen
- Midden dicht

# Speelformaties Onderbouw

**6v6**  
1-2-1-2



**8v8**  
1-3-1-3



# Waar mag/moet ik mijn actie maken?

Doen

Even  
Nadenken

Eigen  
Risico



Onder 8



Onder 9



Onder 10



# Aanval vanaf de keeper

## Aanvallen

6v6



- Creëren van 5 afspeelmogelijkheden voor de keeper
- 2 en 5 maken het veld breed
- 7 en 11 maken het veld lang
- 7 en 11 komen niet allebei in de bal
- 10 heeft zo de ruimte om zich los te maken van zijn tegenstander
- Keeper heeft zo de ruimte om in te dribbelen
- Keeper hervat het spel binnen 3 seconden
  - Grootste kans dat de tegenstander nog niet oplet/goed staat is binnen 3 sec.
- Over de bal kijken
- Diepte voor breedte
- Buitenste been inspelen en aannemen
- Meer zekerheid, wel initiatief nemen en creativiteit tonen

# Aanval vanaf de keeper

## Aanvallen

8v8



- Creëren van 3 directe afspeelmogelijkheden voor de keeper
- 3 en 2 of 5 maken het veld breed (los van zijlijn)
- 2 of 5 schuift door naar middenveld/aanval
- 7 of 11 schuift door richting de as (afhankelijk welke kant doorschuift)
- 9 maakt speelveld lang
- 10 heeft zo de ruimte om zich los te maken van zijn tegenstander
- Keeper heeft zo de ruimte om in te dribbelen
- Keeper hervat het spel binnen 3 seconden
  - Grootste kans dat de tegenstander nog niet oplet/goed staat is binnen 3 sec.
- Over de bal kijken
- Diepte voor breedte
- Buitenste been inspelen en aannemen
- Meer zekerheid, wel initiatief nemen en creativiteit tonen

# Aanval rond de middenlijn

## Aanvallen

6v6



- 2 of 5 schuift door naar het middenveld/aanval
- 7 of 11 komt in de as
- Over de bal kijken
- Diepte voor breedte
- Buitenste been inspelen en aannemen
- Meer creativiteit
- 2v1 creëren
- 1v2 is spel verplaatsen
- 1v1 uitspelen
  
- 2 of 5 komt naar binnen
- 2 of 5 sluit aan om bij balverlies gelijk druk te geven
- Verdedigend minimaal 1v1 + keeper
  
- Keeper pakt ruimte achter laatste man



# Aanval rond de middenlijn

## Aanvallen

8v8



- 2 of 5 schuift door naar het aanval
- 7 of 11 komt schuift door richting as
- 9 maakt speelveld lang
- Over de bal kijken
- Diepte voor breedte
- Buitenste been inspelen en aannemen
- Meer creativiteit
- 2v1 creëren
- 1v2 is spel verplaatsen
- 1v1 uitspelen
  
- 3 en 2 of 5 bewaken restverdediging (wel actief deelnemen aan het spel)
- Verdedigend minimaal 1v1, liefst +1 en keeper
  
- Keeper pakt ruimte achter laatste man



# Aanval voor doel tegenstander

## Aanvallen

6v6 + 8v8



- Bal in as krijgen/houden
    - Daar kortste weg naar het doel
    - Daar kan je beide kanten op (moeilijk te verdedigen)
  - 1v2 is spel verplaatsen
  - 1v1 uitspelen
  - Voorzet terugtrekken of laag en hard voor het doel tussen keeper en verdediging
  - Voldoende bezetting voor het doel
    - Een speler voor keeper, een schuin erachter
    - Spelers zijn in beweging
  - Meer risico en creativiteit
  - Over de bal kijken
  - Naar doel snijden
- 
- Verdedigend minimaal 1v1, liefst +1 (O11 en O12) en keeper
  - Keeper pakt ruimte achter laatste man

# Verdedigen van opbouw/aanval tegenstander (as)

## Verdedigen

6v6



- Backs vrijlaten door 7 en 11 om de pass vanaf de keeper uit te lokken
- Midden dicht/ruimtes klein maken
- Man en bal zien
- Vooruit verdedigen
- Keeper pakt ruimte achter verdediging

# Verdedigen van opbouw/aanval tegenstander (as)

## Verdedigen

8v8



- Backs vrijlaten door 7 en 11 om de pass vanaf de keeper uit te lokken
- Midden dicht/ruimtes klein maken
- Man en bal zien
- Vooruit verdedigen
- Keeper pakt ruimte achter verdediging

# Verdedigen van aanval tegenstander (zijkant)

## Verdedigen

6v6

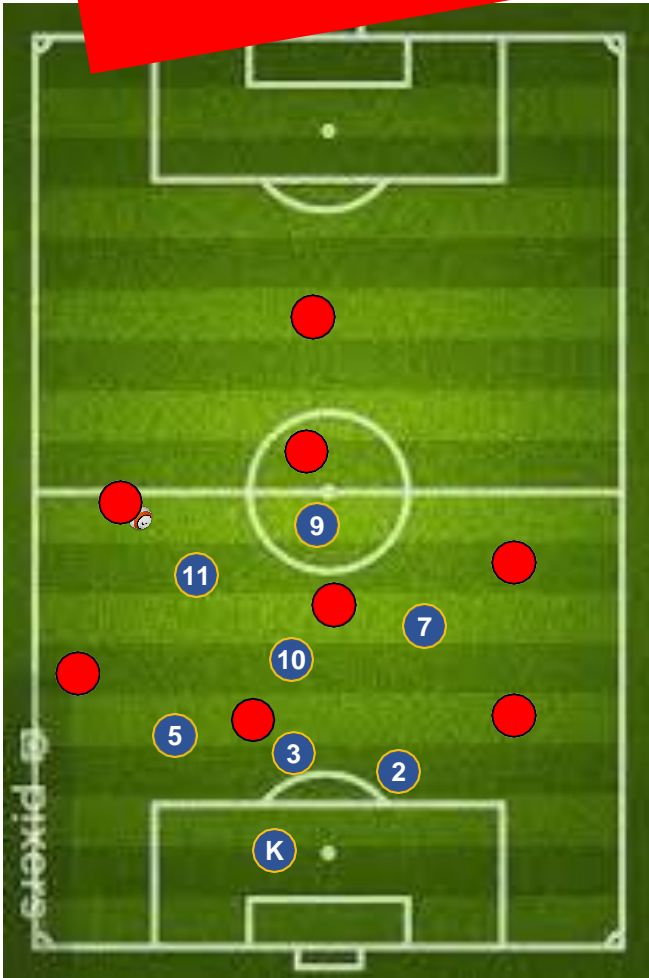


- Dichtstbijzijnde speler geeft druk
- Fel druk zetten
- 5 seconden regel
- Bewegen/kantelen met hele team naar de kant van de bal
- Man en bal zien
- Voor je tegenstander proberen te komen
- Samen verdedigen/rugdekking
- Midden dicht
  
- Keeper pakt ruimte achter verdediging aan de kant van de bal

# Verdedigen van aanval tegenstander (zijkant)

## Verdedigen

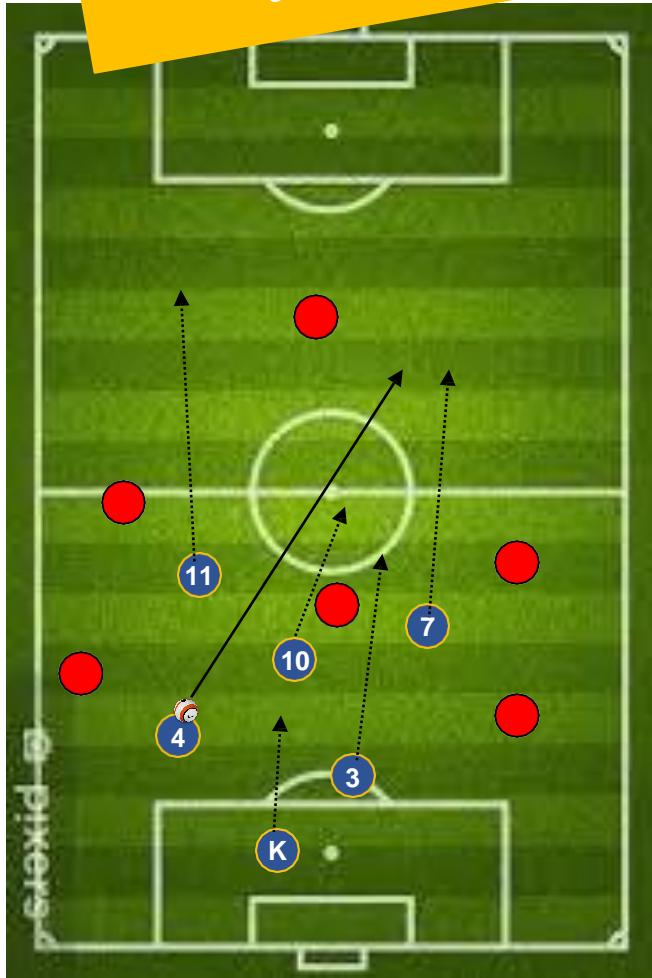
8v8



- Dichtstbijzijnde speler geeft druk
  - Fel druk zetten
  - 5 seconden regel
  - Bewegen/kantelen met hele team naar de kant van de bal
  - Man en bal zien
  - Voor je tegenstander proberen te komen
  - Samen verdedigen/rugdekking
  - Gestaffeld staan
  - Midden dicht
- 
- Keeper pakt ruimte achter verdediging aan de kant van de bal

# Omschakeling van verdedigen > aanvallen

Omschakelen  
6v6 + 8v8



- Eerste bal moet een pass of dribbel vooruit zijn
  - Diepte zonder bal
  - Veld groot maken
  - Over de bal kijken
- 
- Keeper neemt verdedigers actief mee vooruit

# Omschakeling van aanvallen > verdedigen

Omschakelen  
6v6 + 8v8



- Dichtstbijzijnde speler geeft druk op de bal
- Bij ondertal proberen spel op te houden (O11 en O12)
- Man met bal is gevaarlijkst
- Midden dicht
- 5 seconden regel