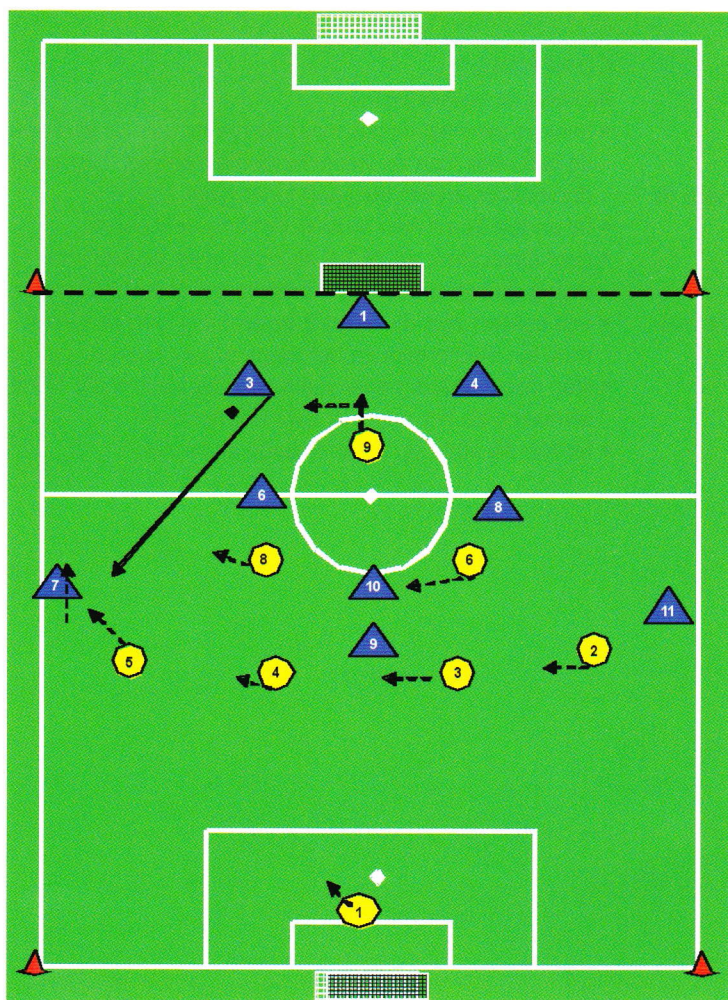


15. ZONE VERDEDIGEN



POSITIE(S): van de laatste lijn naar het hele elftal

NIVEAU(S): A/B-jeugd

PROBLEEM dat zich in de wedstrijd voordoet: spelers spelen onvoldoende vanuit hun eigen zone, de basis principes zijn niet duidelijk.

1
4.2.6

DVD
V-3

DOEL

- verbeteren van het spelen in de zone

Specifiek doel van partijspel 9:8

- verbeteren van de samenwerking tussen de twee middenvelders en de laatste lijn
- verbeteren van het drukzetten door de centrale spits

ORGANISATIE

- 2/3 speelveld met twee grote doelen
- 7 hesjes

INHOUD

- partijspel 9:8
- negental speelt in een 1:2:3:3-formatie
- achttal speelt in een 1:4:2:1-formatie
- het is een optie om naast de twee opbouwende centrale verdedigers, vakken te maken waar niemand in mag komen; dit voorkomt dat de opbouwende verdedigers extreem breed gaan lopen

COACHING

Richting de centrale spits:

- ga niet te snel, de afstand tussen jou en het middenveld mag niet te groot zijn (maximaal 12-15 meter)
- scherm de lijn af naar de andere centrale verdediger en dwing de balbezittende speler in te dribbelen of een pass naar voren te geven
- doe dit drukzetten in sprint, het moment en de afstand is bepalend voor het rendement
- luister goed naar de coaching van de middenvelders

Richting de middenvelders:

- voorkom de driehoek naar de vrije centrale verdediger
- coach de centrale spits
- zorg dat de onderlinge afstand klein blijft (touwteje aan elkaar); gaat de linker middenvelder naar links dan zal de rechter mee moeten