

## **2.BASISPRINCIPE IN B-** *“positie kiezen in functie van de bal”*

De doelstelling van een ploeg in balverlies is zo snel mogelijk in balbezit komen. Aan de hand van het zoneprincipe kan dit op een heel efficiënte manier.

### **2.1.Hoe komen we in balbezit ?**

In eerste instantie proberen we het speelveld zo klein mogelijk te maken en dit zowel in de breedte als in de diepte ( onderlinge afstanden tussen de linies ). We verwijzen hiervoor naar de eerste bijdrage waar dit basisprincipe uitvoerig werd besproken.

In deze tweede bijdrage hebben we het over leren positie kiezen in functie van de bal om zo sneller en efficiënter tot balverovering en uiteindelijk balbezit te komen. In dit verhaaltje is de bal de hoofdrolspeler. In eerste instantie proberen we de ruimte rond de bal zo snel mogelijk te bezetten. Er volgt dus een VOORWAARTSE verplaatsing richting de bal van het gehele team en dit het liefst met zoveel mogelijk spelers achter de bal. Als de bal van de tegenpartij in beweging is, beweegt ons team !

De speler die dichtst bij de balbezitter zit, schuift naar die balbezitter en zet hem onder druk. Op die manier probeert men onmiddellijk de diepte uit het spel van de tegenstrever te halen. Het is echter geen initiatief van een enkeling die zal leiden tot balverovering. Neen, ... binnen de principes van het zonevoetbal moet iederéén meedenken. Daarom moeten medespelers aan de hand van een bijsluitende actie een meerderheidssituatie creëren rond de bal waardoor de balbezitter heel weinig ruimte krijgt. Zo wordt de balbezitter gedwongen tot breedtespel of een terugpass. De speler die druk zet kan en mag nog de 1/1 situatie verliezen, maar door de steunende positiekeuzes van zijn medespelers zit de balbezitter vast en moet dit bij hem leiden tot balverlies. Die ondersteunende bijsluitende acties noemt men dekking. De spelers die de zgn. dekking geven, moeten als het ware het rugnummer van de speler die druk zet kunnen zien.

## 2.2. Illustraties

Spelers moeten zich dus niet laten leiden door hun directe tegenstander, maar balgeoriënteerd voetballen en positie kiezen. Dit wil zeggen dat je af en toe je directe tegenstander moet loslaten. Men noemt dit ook wel eens de niet – werkende vleugel vrij laten.

### 2.2.1. verdedigingslinie – bal op de flank



De 2 staat hier dichtst bij de bal en zet druk op de balbezitter. De andere spelers maken de ruimte klein en zorgen voor de rugdekking. De 4 en de 5 laten hun directe tegenstander los en knijpen naar binnen, balgeoriënteerd. Let ook op de positie van de doelman.

### 2.2.2. verdedigingslinie – bal centraal

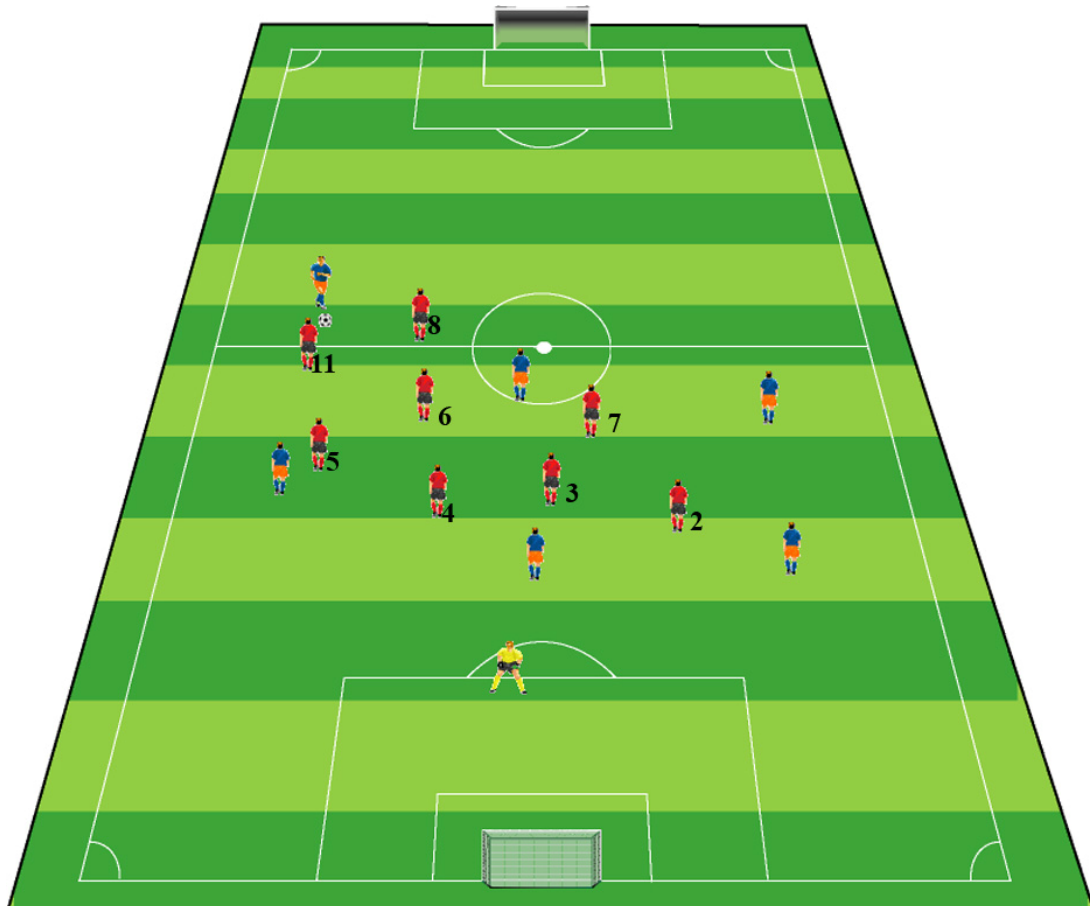


De 4 staat hier dichtst bij de bal en zet dus druk op de balbezitter. De 5, de 2 en de 3 laten hun directe tegenstander los en knijpen naar binnen om de rugdekking te verzorgen.

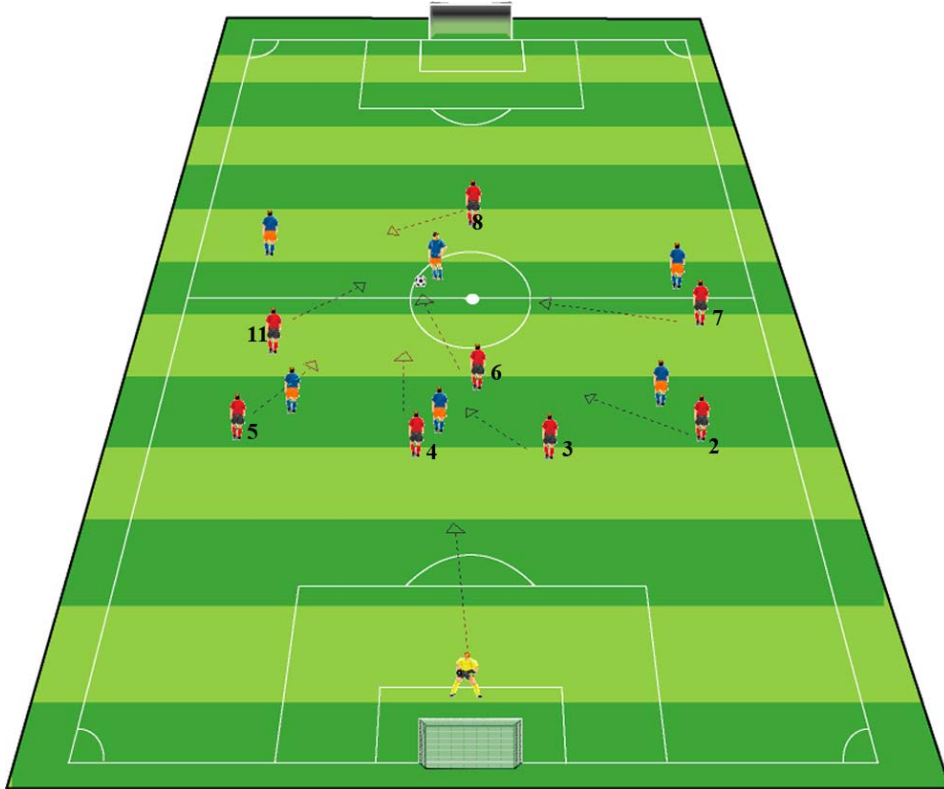
### 2.2.3. Middenveld – bal op flank



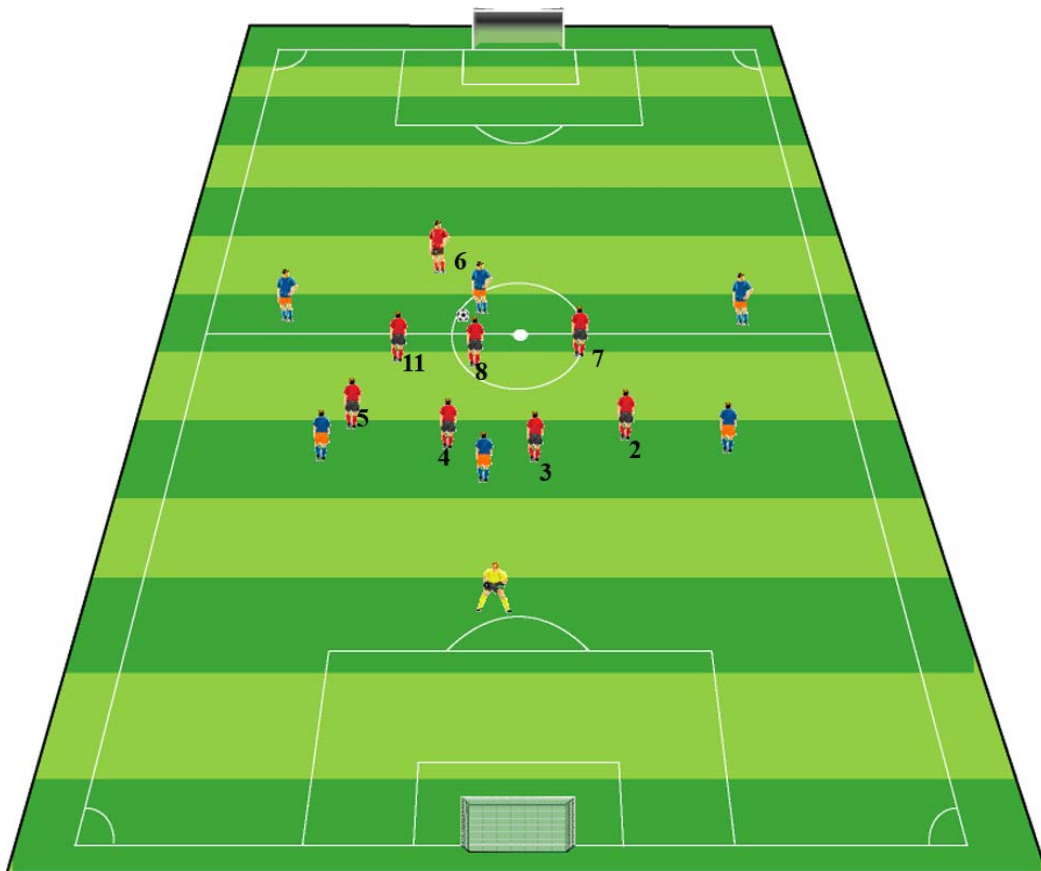
De 11 staat hier dichtst bij de bal en zet voorwaarts druk op de bal. De 6 en 8 sluiten de balbezitter op en maken het speelveld klein. De verdedigingslinie schuift voorwaarts naar de bal en maakt op die manier eveneens het speelveld klein.



#### 2.2.4. Middenveld – bal centraal



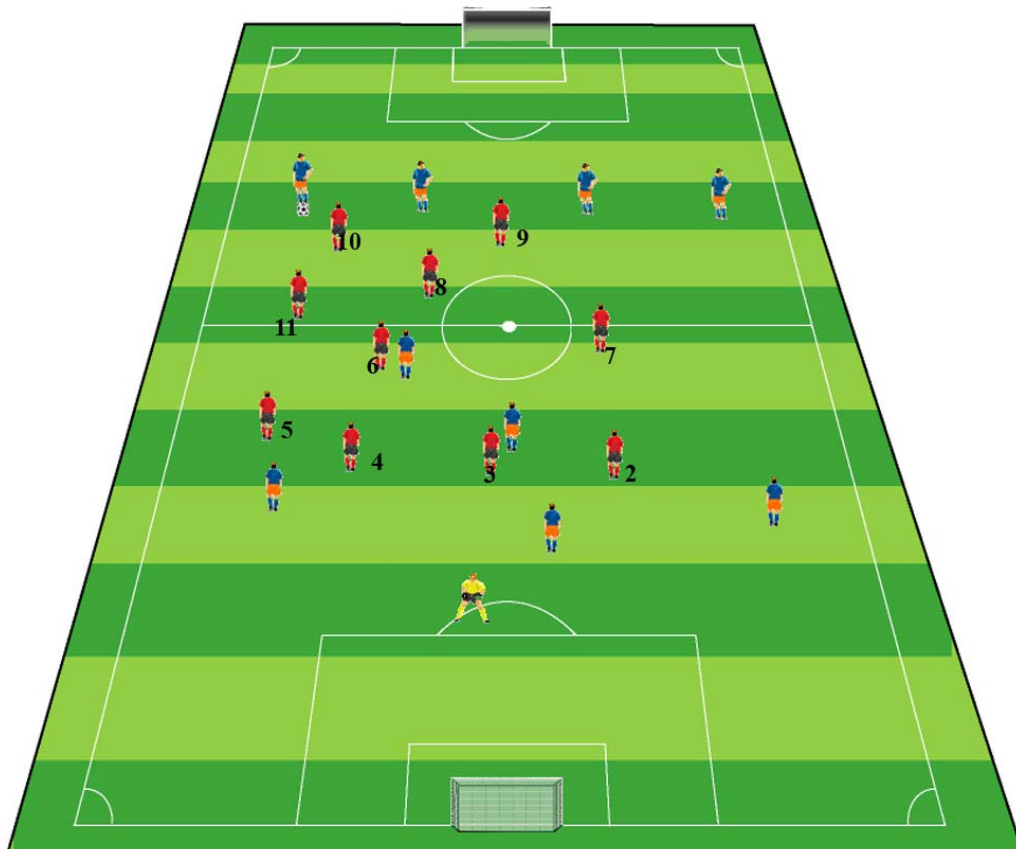
De 6 staat hier dichtst bij de bal en zet voorwaarts druk op de bal. De 7 en de 11 knijpen en kantelen naar binnen. De verdedigingslinie sluit balgeoriënteerd bij en maakt zo het speelveld klein.



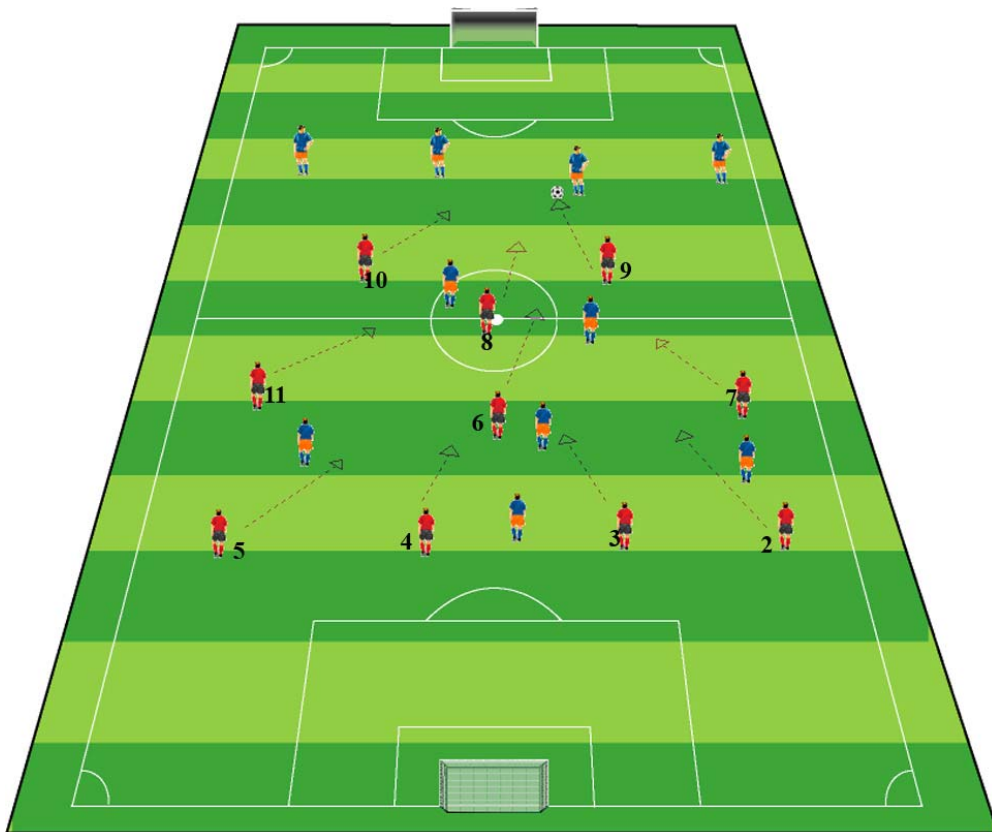
### 2.2.5. Aanval – bal op flank



De 10 staat hier dichtst bij de bal en zet druk op de bal. De spelers uit de lijn van het middenveld steunen in de rug van de 10 en sluiten de 5 van de tegenpartij op. De 9, de 7 en de 2 knijpen naar binnen.



### 2.2.6. Aanval – bal centraal



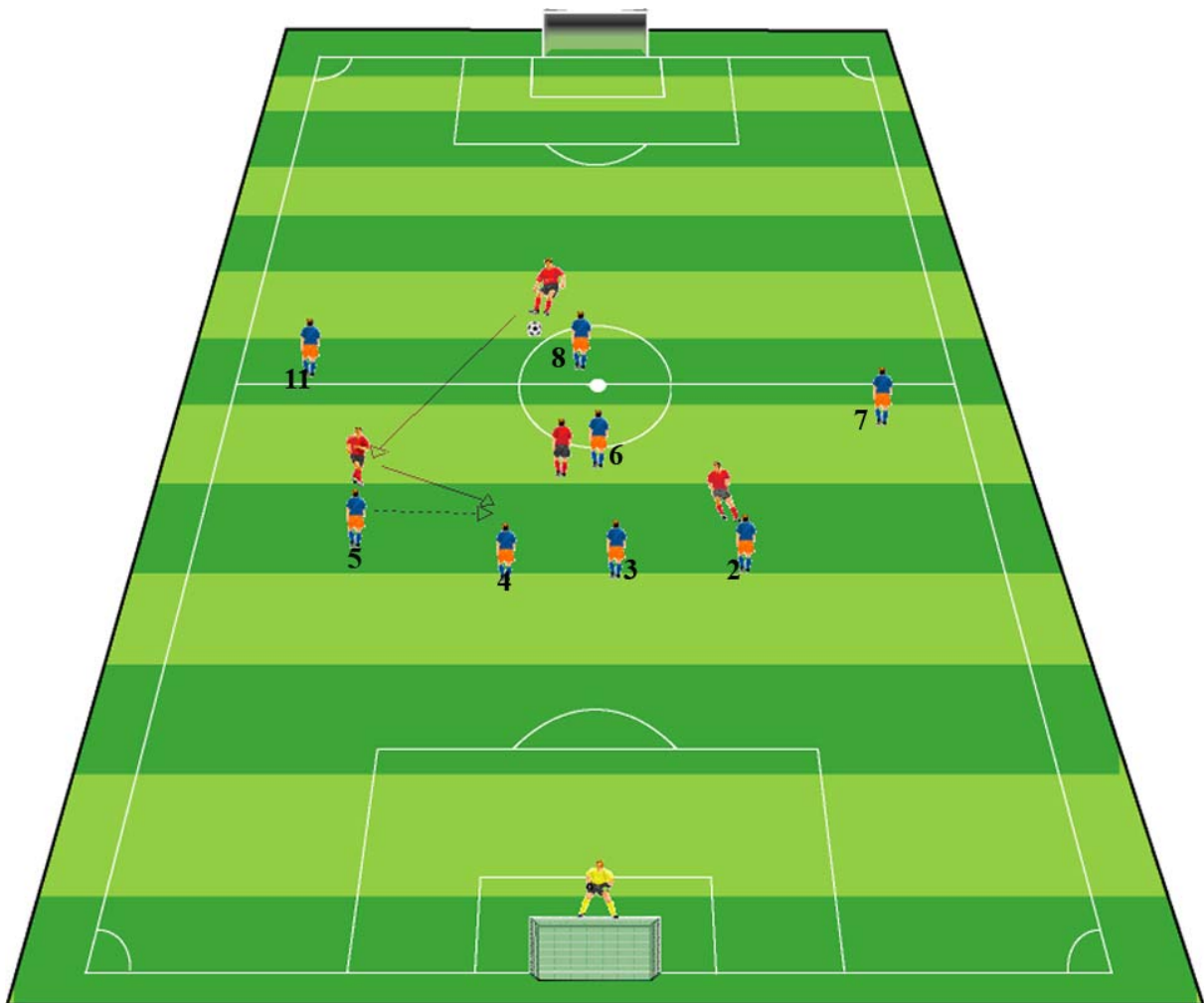
De negen staat hier dichtst bij de bal en zet druk. Iedereen knijpt naar binnen en alle linies sluiten dicht bij mekaar aan om zo het speelveld klein te houden.



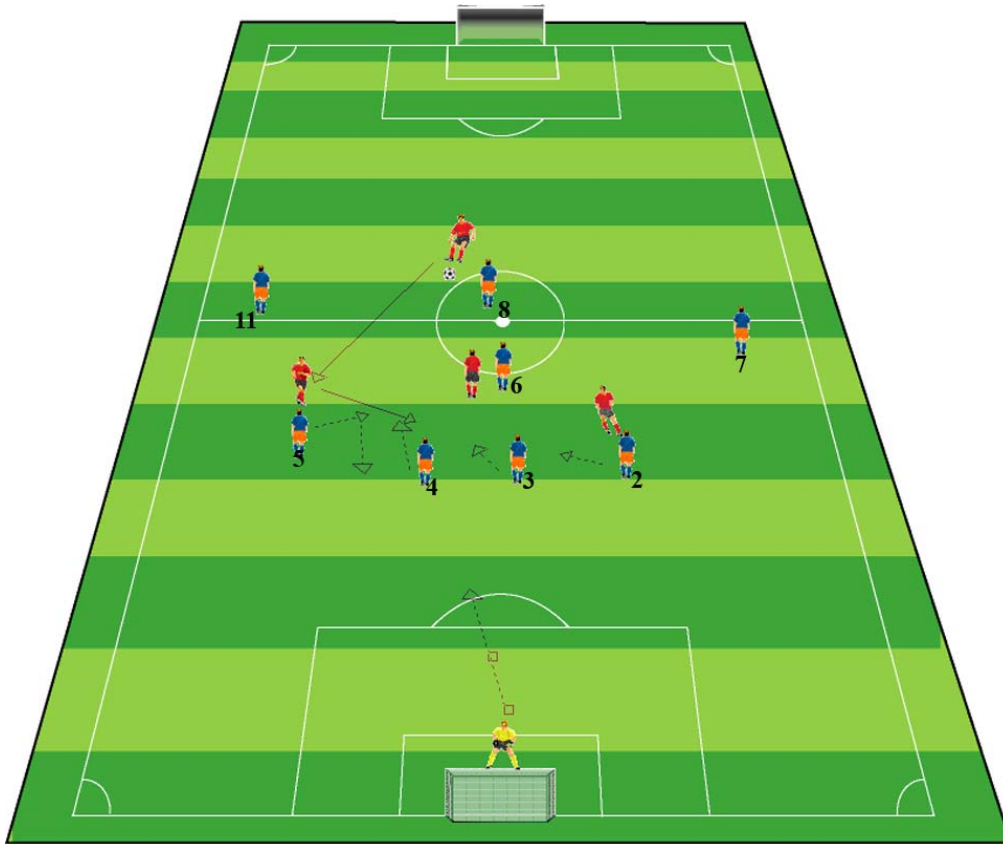
## 2.3 De praktijk in het jeugdvoetbal

### 2.3.1. “Blijf bij je man”

Nog steeds zien we in het jeugdvoetbal het fenomeen dat jeugdspelers verplicht worden om bepaalde spelers/tegenstanders klakkeloos te volgen. ‘Ren je rot’ waarbij de spelvreugde heel nihil is en daarenboven zeker geen sluitende manier van voetballen : wie is verantwoordelijk voor welke speler, wie moet er rugdekking geven, spelers lopen uit positie waardoor bepaalde linies en het team heel kwetsbaar worden, het team is danig uit evenwicht dat er niet snel kan omgeschakeld worden van B- naar B+, fysisch is deze manier van spelen heel zwaar, ... Binnen de zonefilosofie wordt er dus steeds vanuit de eigen positie gespeeld. Iedere speler is verantwoordelijk voor zijn zone en het is de speler die dichtst van de bal is, die druk zet op de balbezitter terwijl de medespelers hun positie aanpassen en de dekking verzorgen. In dit verband is het dan ook zo dat er niet wordt gekruist.

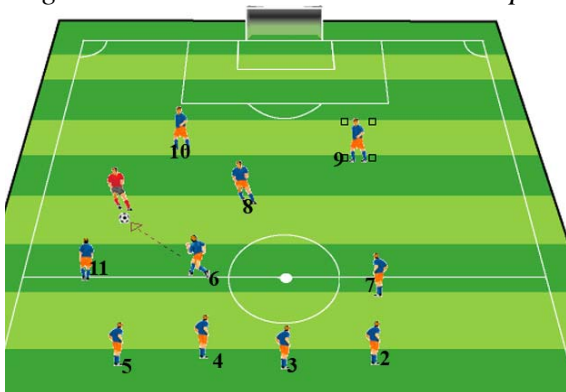


De rode rechterflank komt met de bal aan de voet naar binnen. Op de tekening zet de 5 druk op de bal ( dichtst bij de bal ) waardoor de balbezitter niet diep kan spelen en noodgedwongen moet overgaan naar een breedte-actie, ... tot hier toe geen enkel probleem. De 5 maakt wel een fout door de balbezitter te blijven volgen en te kruisen met de zone van de 4.



De 5 moet de balbezitter gewoon losgelaten en de 4 neemt de tegenstander over en dit terwijl de 3 en de 5 naar binnen knijpend de directe rugdekking verzorgen

*Nog enkele voorbeelden van verkeerde positiekeuzes*



Positie 6 gaat hier kruisen en druk zetten in de zone van de 11. Het is de 11 die druk moet zetten op de balbezitter.

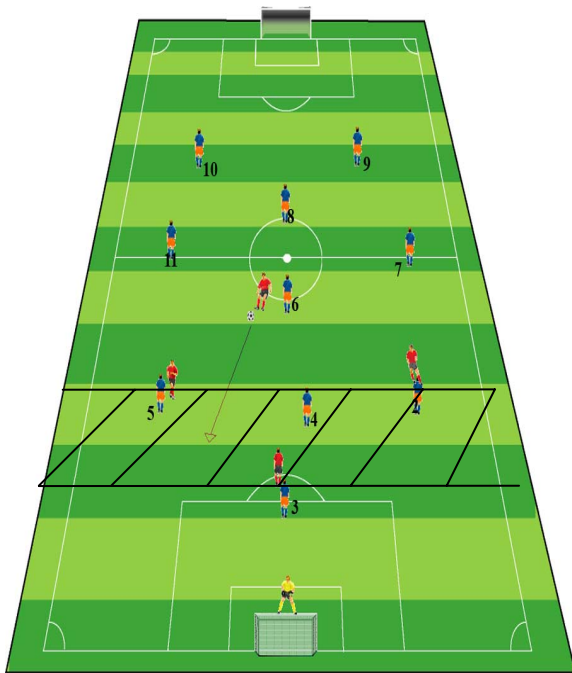


Hier zien we dat de 10 ten onrechte druk zet op de balbezitter, terwijl die zich eigenlijk in de zone van de 9 bevindt.

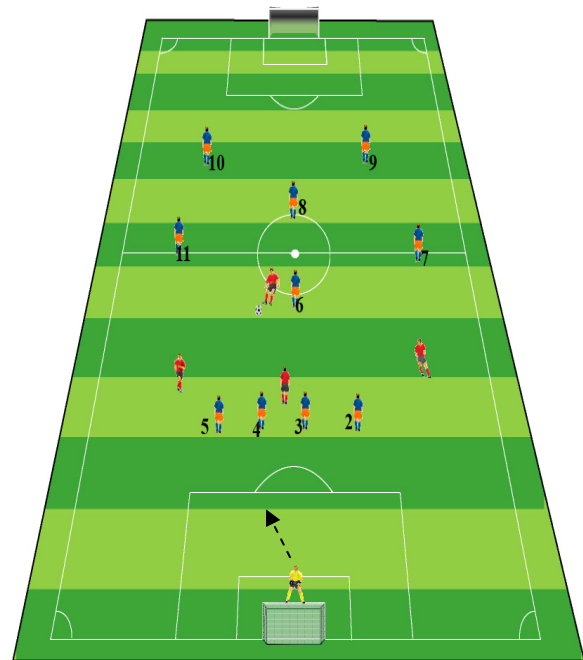


### 2.3.2. De laatste man

Een ander fenomeen dat jammer genoeg nog steeds de bovenhand heeft in ons jeugdvoetbal is het spelen met een zgn. laatste man. De meeste trainers weten waarschijnlijk niet waarom ze met een laatste man spelen. Feit is wel dat één speler wordt opgeofferd om enkele meters achter de verdedigingslinie te spelen en zo alle doelgevaar te liquideren. Voeg daaraan toe dat heel wat trainers juist hun betere voetballer op die positie uitspelen, ... De didactische leermomenten en de spelvreugde zijn opnieuw ver te zoeken. Bovendien is zo'n verdediging uiterst kwetsbaar want de verdedigingslinie is te uitgestrekt. Het is eigenlijk de doelman die de positie van de laatste verdediger inneemt en zo de dekking in de diepte verzorgt ! Dus haal die jeugdgoelmannen van hun doellijn en laat ze in balverlies de dekking op hun verdedigingslinie verzorgen.

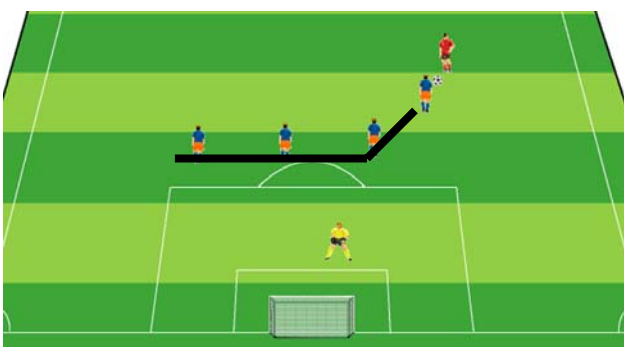
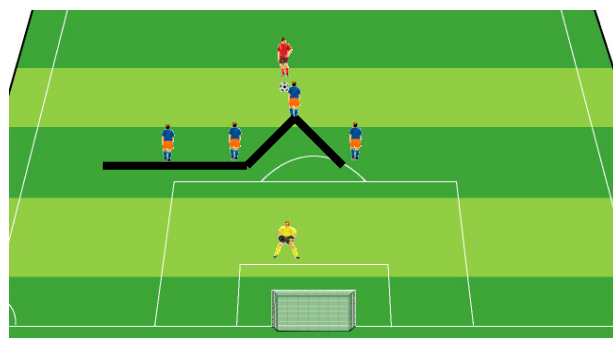
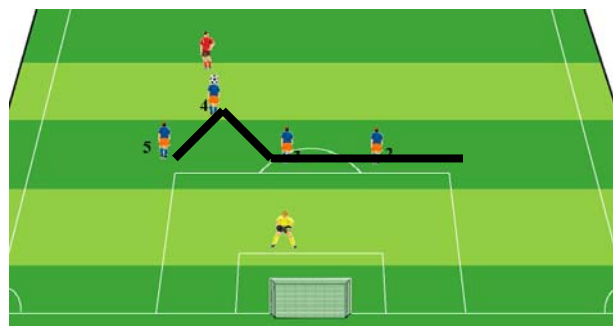
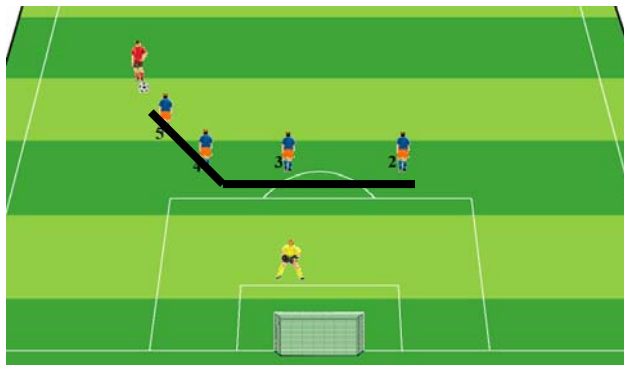


Op deze tekening speelt de 3 duidelijk enkele meters achter de verdedigingslinie. Er wordt op die manier veel te veel ruimte weggegeven ( zie gearceerde deel ) in de verdedigingslinie waardoor ze heel makkelijk te ontwichten is ( bijv. bal binnendoor of één van de spitsen van de tegenpartij gaat heel diep spelen tegen de 3 ). Er wordt hier o.m al gezondigd aan het eerste basisprincipe binnen het zonevoetbal : speelveld klein in B-( zowel in de lengte als in diepte )



Hier zie je in dezelfde situatie de opstelling van een zoneverdediging waarbij er heel wat ruimte werd weggenomen. De onderlinge afstanden tussen de spelers 2,3,4 & 5 moet klein zijn ( speelveld klein in B- ) waardoor het gevaar van een bal binnendoor wordt geliquideerd. Op het moment dat er één van de drie rode aanvallers wordt ingespeeld moet er druk zijn op de bal door de speler dichtst van de bal, andere spelers passen hun positie aan en geven rugdekking.

In dit kader kunnen we makkelijk één van de misvattingen omtrent zonevoetbal ontkrachten :  
“ah, ... we spelen in de zone met vier man op een lijn”. Binnen de zonefilosofie wordt er dus nooit met 4 op lijn gespeeld, ... er is altijd dekking. De verdedigingslijn kan er dus als volgt uitzien :



## 2.4. Oefenstof

### 2.4.1. Inleiding

De oefenstof wordt hier ietwat progressief aangeboden. Dit betekent van makkelijk naar moeilijker. De oefenvormen zijn perfect toepasbaar op alle niveau's, ... van duiveltjes tot junioren.

\*Bij duiveltjes en preminiemen besteden we vooral aandacht aan de 1/1 en de 2/1 situaties, ... met aandacht voor de individuele spelbekwaamheid, gezien die mannen weinig oog hebben voor medespelers en tegenspelers.

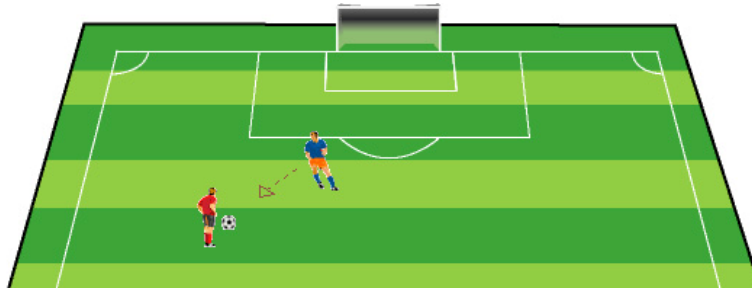
\*Vanaf miniemen speelt al de collectieve spelbekwaamheid. Dit heeft uiteraard zijn weerslag bij de keuze van de oefenstof waar we in de beginfase het begrip "dekking" introduceren ( dit betekent dat er minimum 2 spelers nodig zijn : 2/2, 3/2, 4/2, 3/3, ... ) om het dan geleidelijk aan over de samenwerking binnen een linie te hebben ( dit betekent minimum 3 of 4 spelers in een team ). Finaal gaat het over teamtactische elementen waarbij we de samenwerking tussen linies benadrukken. Hier horen oefenvormen thuis waar minstens 5 of 6 spelers deel uit maken van het team. Dit betekent niet dat die (basis)vormen 1/1 en 2/1 niet meer bij de oudere jeugd aan bod komen. Het zijn zaken die steeds opnieuw ingeslepen moeten worden !

<b>Duiveltjes/preminiemen F &amp; E jeugd</b>	<b>Miniemen D jeugd</b>	<b>Knapen/scholieren/juniors A, B &amp; C jeug</b>
Individuele spelbekwaamheid	Individuele en collectieve spelbekwaamheid	Individuele, collectieve en teamtactische spelbekwaamheid
-niet laten uitschakelen -rechttop verdedigen -niet happen op de bal -als je uitgeschakeld bent, verder doen -lichaam leren gebruiken in duel	-onderlinge dekking en coaching -samenwerking binnen een linie	-samenwerking tussen de verschillende linies binnen een team
Oefenvormen : 1/1 – 2/1	Oefenvormen : starten met tweetallen en evolueren naar 4 tallen	Oefenvormen : minstens 5 à 6 spelers in een team

### 2.4.2. de 1/1 situatie als vertrekpunt

#### **→ Algemene opmerking :**

Het aanleren van dit principe kan het best via een 1/1 situatie



#### Aandachtspunten :

- de blauwe speler schuift naar de balbezitter en neemt de ideale afstand in (1 à 2 m van de bal) zodat de balbezitter niet diep kan spelen
- blauwe speler mag niet roekeloos happen op de bal
- blauwe speler probeert zolang mogelijk rechtop te blijven ( enkel sliding als laatste redmiddel )
- éénmaal het duel om de bal aangegaan – lichaam gebruiken en lichaam boven de bal proberen te krijgen
- blauwe speler kan links of rechts van de balbezitter druk zetten om zo de balbezitter naar een kant te duwen

#### **→ Oefenvorm 1**



De rode speler probeert de lijn aan de overkant van het vierkant te halen adhv loopacties ( dus zonder bal ) terwijl de blauwe speler de rode speler probeert aan te tikken

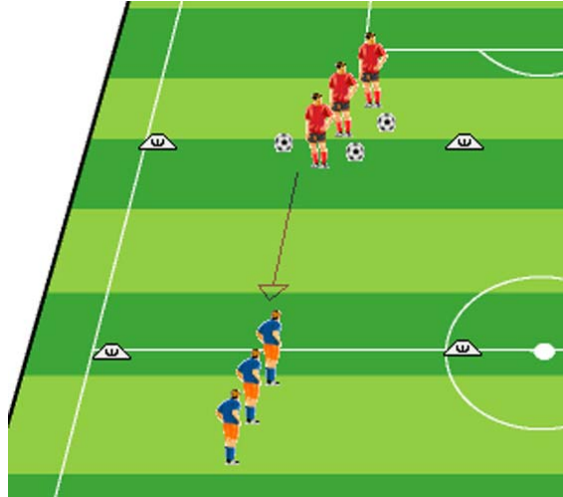
#### Aandachtspunten :

Vooral meegeven dat de blauwe speler niet roekeloos naar de rode speler mag vliegen want op die manier wordt hij gewoon uitgeschakeld. De blauwe speler probeert met overleg de rode speler voor zich te houden ( zoeken naar die ideale afstand om zo de diepte actie van de rode speler te beletten )

Kristof Mortier

[www.balbalschool.be](http://www.balbalschool.be)

## → Oefenvorm 2

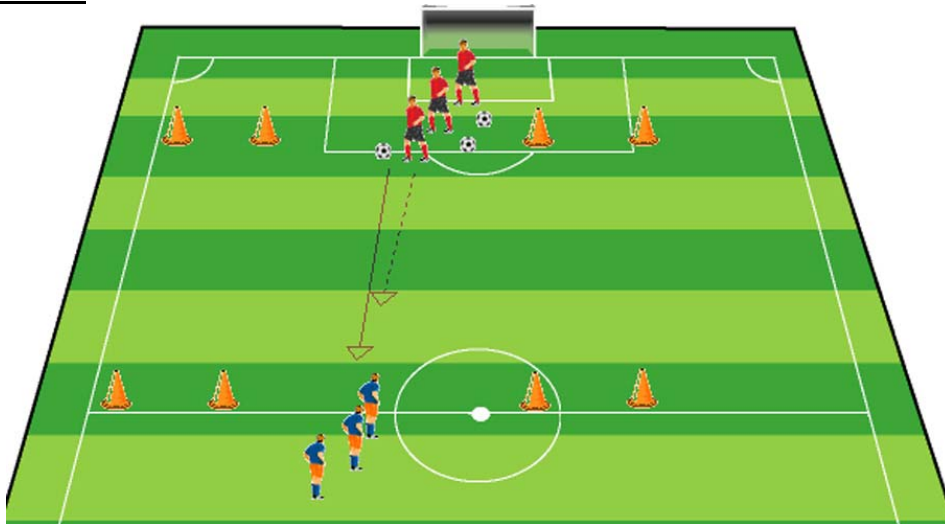


De rode speler speelt de bal in op de blauwe speler. De rode speler geeft druk op de bal ( niet happen, ideale afstand, ... ). De blauwe speler tracht de rode speler te passeren en de bal over de lijn van de rode speler te dribbelen ( of op de lijn te leggen ). De te coachen rode speler kan links of rechts druk geven op de balbezitter en zo de balbezitter naar de zijcanten dwingen of nog beter komen tot balbezit, omschakelen en eveneens scoren door de bal over de lijn van de blauwe speler te dribbelen ( of op de lijn te leggen )

### Aandachtspunten :

Zie algemene opmerking

## → Oefenvorm 3



Rode speler speelt in op blauw. Blauw kan scoren door de bal in één van de twee doeltjes te trappen. De rode speler schuift zo snel mogelijk naar de bal en zet de balbezitter onder druk ( dit is nodig want blauw mag ook vanop afstand scoren in één van de twee doeltjes ). De rode speler moet verplicht voorwaarts verdedigen en de balbezitter zo hoog mogelijk proberen vast te zetten, hij mag zich niet achterwaarts verplaatsen.

### Aandachtspunten :

Zie algemene opmerking

Kristof Mortier

[www.balbalschool.be](http://www.balbalschool.be)

## →Oefenvorm 4



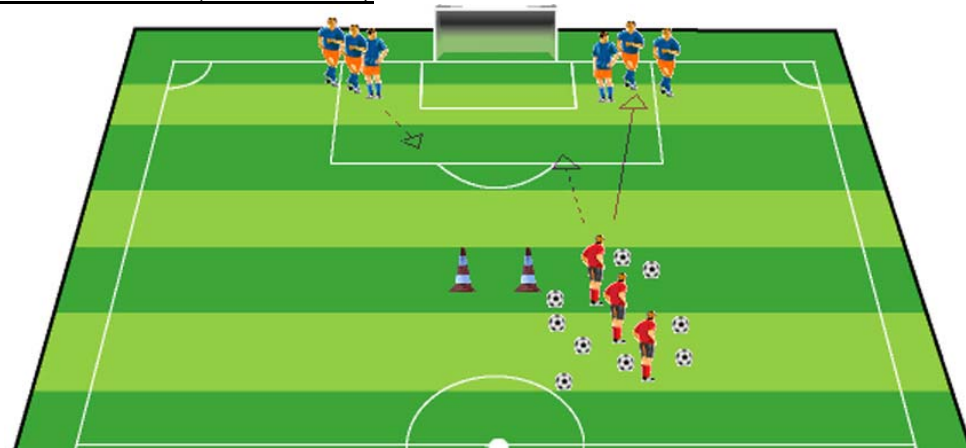
De rode speler leidt de bal naar het vierkant, éénmaal in het vierkant mag de blauwe speler starten. De blauwe speler zet druk op de balbezitter en probeert de eindlijn van het vierkant te beschermen en de rode speler naar buiten te duwen of balbezit te krijgen en te scoren in het grote doel. De rode speler tracht de blauwe speler te passeren en via de eindlijn te scoren in het grote doel. Wanneer de balbezitter het vierkant verlaat ( langs welke zijde ook ) start de volgende speler aan de andere kant ( blauwe speler leidt de bal in het vierkant ), diegene die balverlies geleden heeft of gepasseerd werd, wordt/blijft verdediger. Vooraleer actief druk te geven moet de verdediger eerst één van de hoedjes aanraken ( de verdediger op de blauwe balbezitter moet hoedje 1 aanraken – de verdediger op de rode balbezitter moet hoedje 2 aanraken )

### Aandachtspunten :

Zie algemene opmerking + snelle omschakeling

### 2.4.3. de 2/1, de 2/2 situatie & het tweetal

#### →oefenvorm 5 : de 2/1(minderheid)

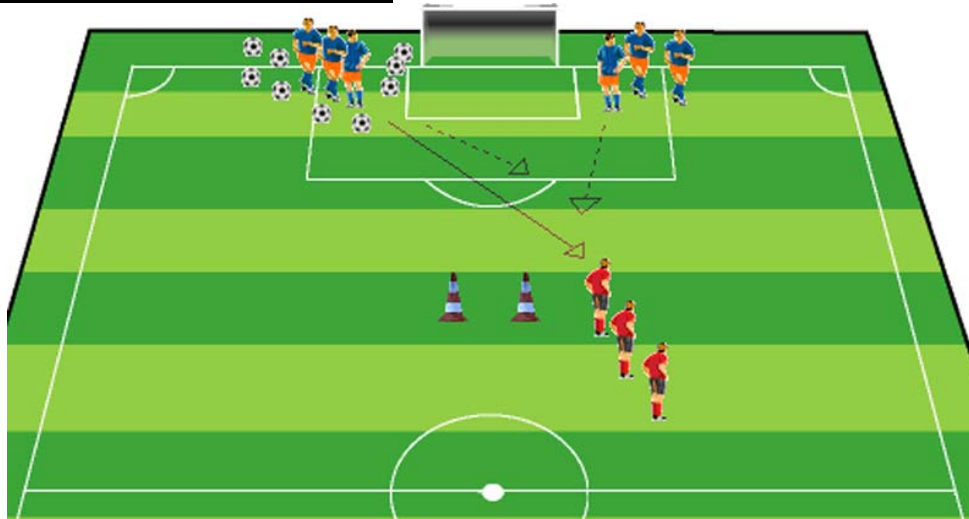


De rode speler speelt de bal in op één van de twee blauwe spelers. Er ontstaat een 2/1 situatie. Het tweetal probeert te scoren in een kleiner doel – de rode speler kan, éénmaal in balbezit, scoren van waar dan ook want hij kan scoren in het grote doel.

Aandachtspunten :

De rode speler past zijn positie aan in functie van de balbezitter, de positie van de andere tegenstander en het doel. Hij kiest eerder voor de afwachtende houding, ... direct druk geven op de bal is hier zinloos gezien de minderheidssituatie. Wachtend op initiatief of fout bij tegenpartij wat remmend wijken waarbij de rode speler steeds zoekt naar de ideale positie.

#### →oefenvorm 6 : de 2/1(meerderheid)



De blauwe speler speelt de rode speler in. Er ontstaat een 2/1 situatie waarbij de ploeg in balverlies in numerieke meerderheid is. De blauwe speler die dichtst bij de balbezitter is, moet zo snel mogelijk druk op de bal zetten en de diepte uit de actie van de rode speler halen want de rode speler kan makkelijk scoren in het grote doel. De andere blauwe speler geeft rugdekking en grijpt in op het moment dat de eerste verdediger gepasseerd is.

Aandachtspunten :

- snel druk op de balbezitter endiepte uit de actie halen
- rugdekking verzorgen

Kristof Mortier

[www.balchool.be](http://www.balchool.be)

## →oefenvorm 7 : van 2/1 naar 2/2



De rode speler speelt de bal naar een blauwe speler. Er ontstaat een 2/1 situatie omdat de tweede rode speler eerst een afstand met de bal moet overbruggen. De eerste rode speler probeert dus de balbezittende ploeg op te houden en zijn positie aan te passen in functie van de balbezitter, de andere speler van de tegenpartij en het doel zodat de tweede speler kan bijsluiten en voor een 2/2 situatie kan zorgen.

### Aandachtspunten :

Zie oefenvorm 5 en oefenvorm 6

## →oefenvorm 8



In een afgebakende ruimte wordt er 2/2 gespeeld. Er kan gescoord worden door de bal over of op de eindlijn van de tegenpartij te leggen. Wordt er gescoord dan brengt de ploeg die gescoord heeft opnieuw een bal in het spel. Wie krijgt al zijn ballen het eerst bij de eindlijn van de tegenstander. Uiteraard kan deze vorm ook gespeeld worden met twee doelmannen die een doel verdedigen : K+2/2+K

### Aandachtspunten :

Zie vorige aandachtspunten



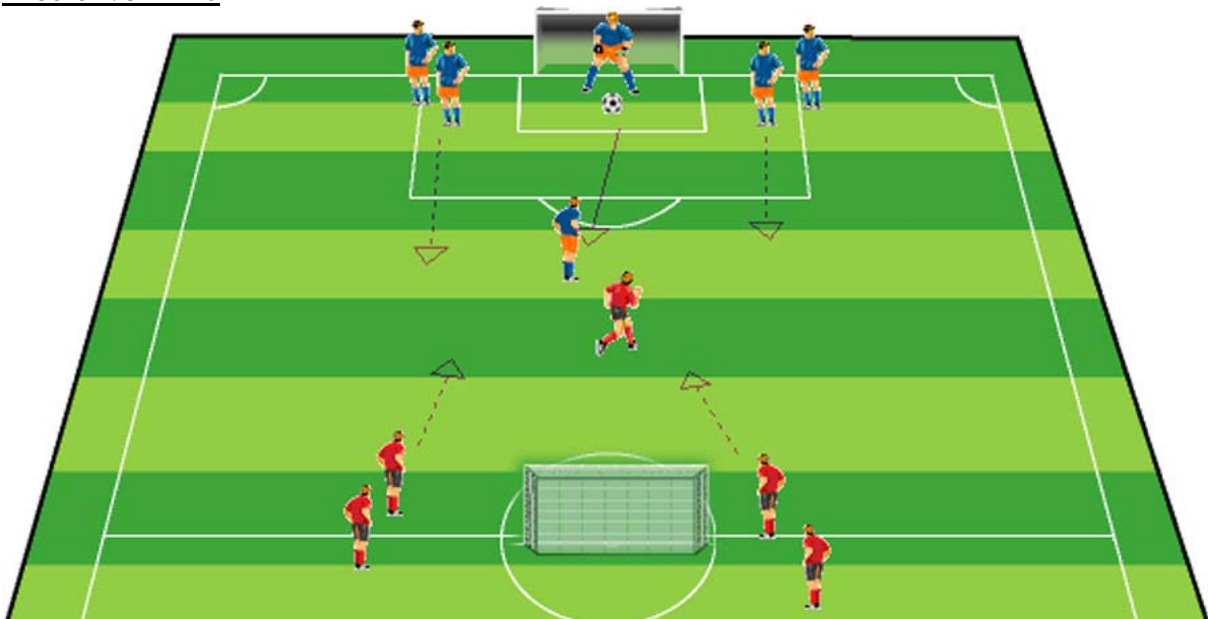
### →oefenvorm 9 : 4/2 of 3/2



Er wordt 4/2 of 3/2 gespeeld waarbij het team in balverlies wordt gecoacht. Het tweetal moet dmv goed positiespel het drietal/viertal het scoren beletten. Bij balrecovery kan het tweetal makkelijk scoren in het grote doel. Het drietal / viertal probeert dit te beletten door snel om te schakelen van B+ naar B- en onmiddellijk druk te zetten op de balbezitter

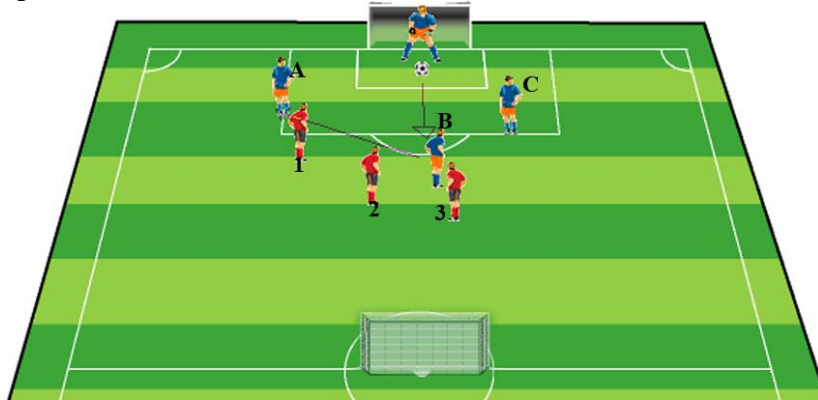
#### 2.4.4. 3 tallen – 4 tallen ( linie )

### →oefenvorm 10



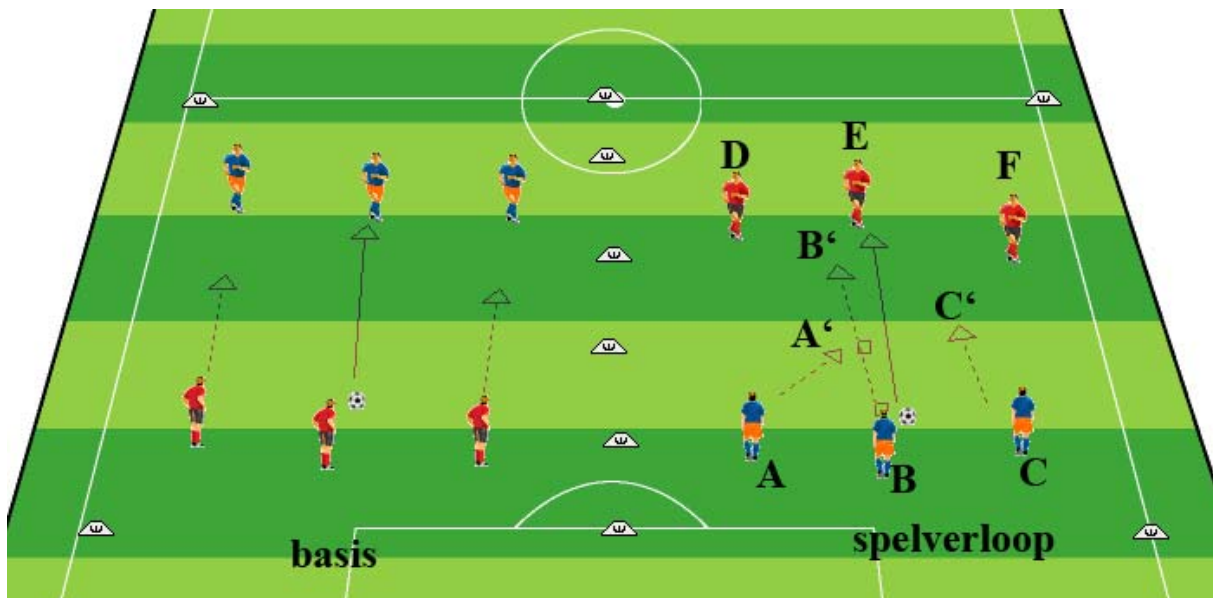
De doelman van de blauwe ploeg speelt de bal op de spits, die wordt gedekt door tegenstander. De twee andere spelers komen onmiddellijk steunen : twee spelers van blauw om de aanval op te zetten en twee spelers van de rode ploeg om te verdedigen. Als de blauwe ploeg erin slaagt te scoren zonder balverlies, dan telt het doelpunt dubbel. Komt de rode ploeg in balbezit dan wordt het een vrij spel waarbij een doelpunt 1 punt oplevert.

Mogelijk verloop :



Speler 1 zet druk op de bal en haalt de diepte uit de bal bij speler A, spelers 2 en 3 sluiten bij en knijpen naar binnen. Speler 2 verzorgt de directe rugdekking, terwijl speler 3 naar binnen knijpt en diepste speler ( B ) oppikt om van daaruit eventueel te schuiven naar speler C

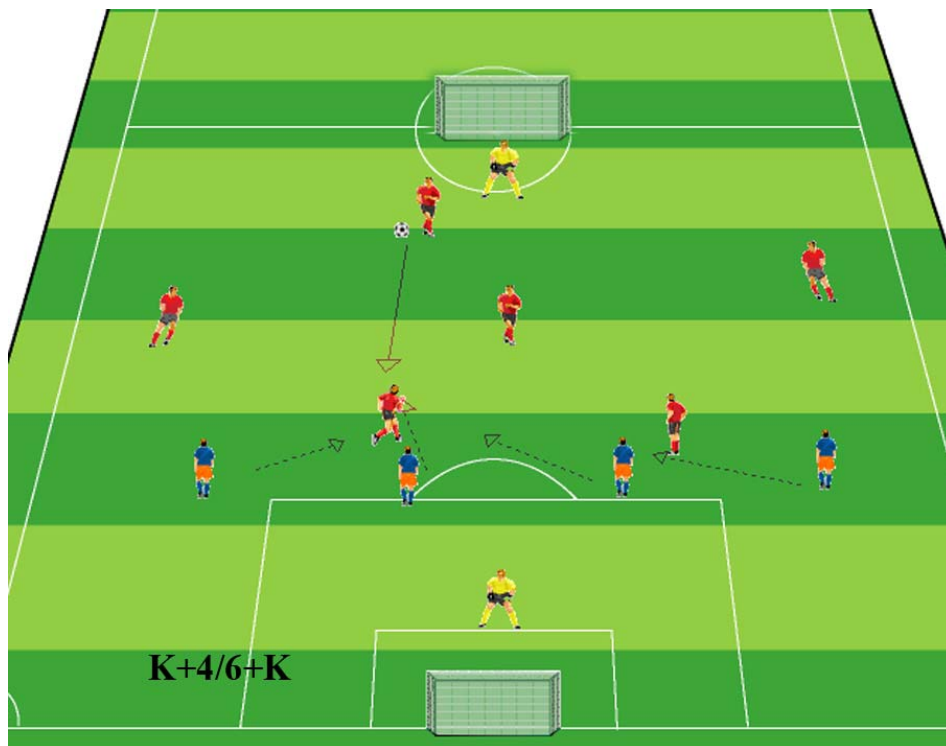
### →oefenvorm 11



Er wordt op een afgebakende ruimte 3/3 lijnvoetbal gespeeld ( bal over of op de lijn van de tegenpartij leggen/dribbelen ). Een speler van de ene ploeg speelt de bal naar de andere ploeg waarbij er aansluitend onmiddellijk druk op de bal gezet wordt. Op de tekening ziet u de blauwe speler B de bal inspelen, ... speler B is dichtst bij de bal en zet onmiddellijk druk. Zet de druk niet frontaal, maar een beetje links van de rode speler E. Door zo druk te zetten wordt E (de balbezitter) verplicht :

- om de bal naar F te spelen die onder druk wordt gezet door speler C
- een individuele actie op te zetten tegen B, maar waarbij A de rugdekking verzorgt

## →oefenvorm 12 : de verdedigingslinie



Enkel het viertal in balverlies wordt hier gecoacht.

### Aandachtspunten :

- vooruit verdedigen
- balgeoriënteerd positie kiezen
- onderlinge dekking en coaching
- onderlinge afstanden klein
- knijpen en kantelen
- ...

## →oefenvorm 13 : de linie van het middenveld



Deze oefenvorm belicht de linie van het middenveld met de posities 7-11-6 & 8 ( het hoeft dus niet altijd de verdedigingslinie te zijn ). In een afgebakende ruimte wordt er 8/4 gespeeld. Het viertal wordt gecoacht en zij trachten op een georganiseerde manier tot balverovering te komen. Let op de zichtbare ruitformatie waarbij de speler dichtst van de bal druk zet, de twee buitenkanten sluiten bij terwijl de vierde speler de ruimte in de diepte afdekt. De ruitformatie past zich voortdurend aan in functie van de bal. Spelers leren ook het moment van actieve druk herkennen, want constant druk zetten op die bal is onmogelijk. Er kunnen ook nog 1 of 2 rode spelers centraal in de afgebakende ruimte lopen.

Bij balrecuperatie van het viertal proberen zij uit de afgebakende ruimte te dribbelen of minstens 2 à 3 goede passen te geven op een ploegmaat en dit terwijl de rode spelers zo snel mogelijk in de afgebakende ruimte komen om druk te zetten.

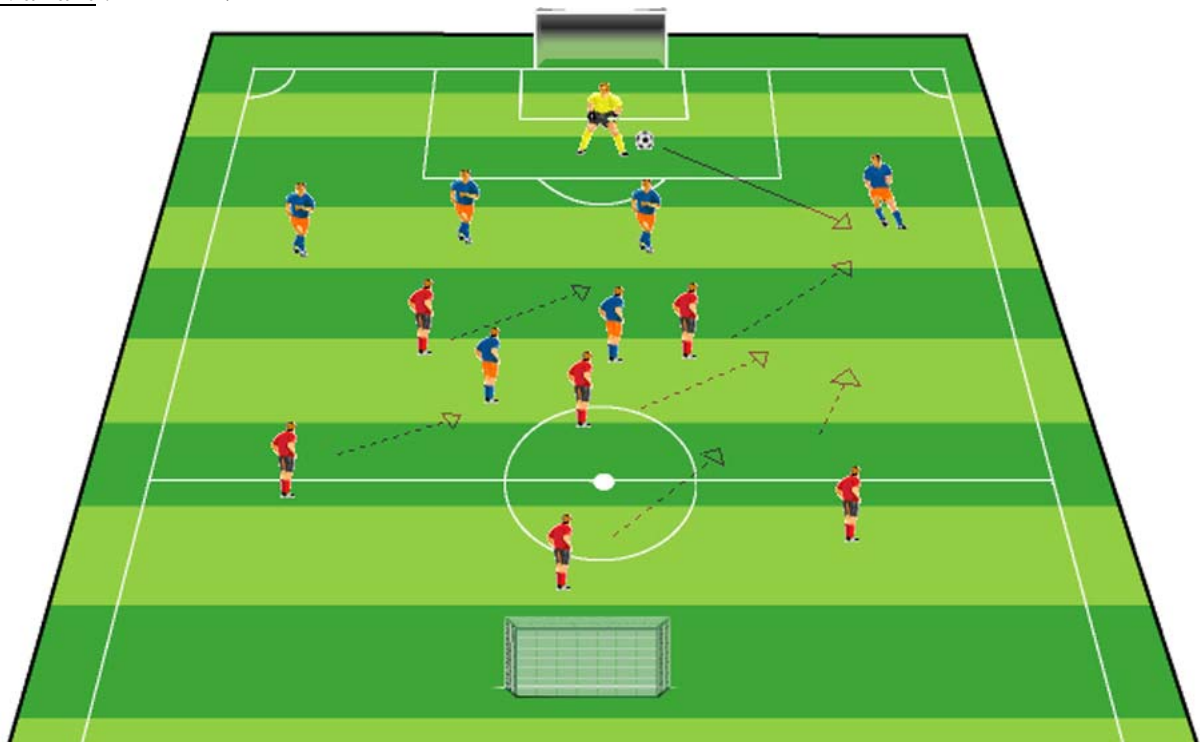
## 2.4.5. Oefenvormen met minstens 6 spelers ( samenwerking van linies )

### →oefenvorm 14 : aanval + middenveld



De aanvalslinie ( de 10 en de 9 ) werkt hier samen met de linie van het middenveld ( posities 8,6,7,11 ). Het spel start iedere keer bij de doelman, die de bal inspeelt op één van de vier verdedigers. Het zestal zet dan vanuit hun positie druk en probeert zo snel mogelijk tot balbezit en een doelpoging te komen.

Variant : K+4+2 / 2+4+K



Er worden bij de verdedigingslinie 2 centrale middenvelders gezet ( m.a.w. 2,3,4,5,6 & 8 tegen 10,9,8,6,7,11 )

Variant : met N spelers



De gele spelers zijn neutrale spelers en spelen mee met de ploeg in balbezit. Aanvankelijk wordt er dus  $K + 4 + 2N$  tegen  $6 + K$  gespeeld. Op het moment dat het rode team in balbezit komt fungeren de gele neutrale spelers als positie 6 en 8

## →oefenvorm 15 : middenveld + verdediging



De blauwe ploeg speelt met een verdedigingslinie ( 5,4,3,2 ) en een linie op het middenveld (11,7,8,6). De doelman van de rode ploeg start steeds door de bal in het spel te brengen.

### 2.5. Besluit

De uitwerking van dit thema is vrij oppervlakkig gehouden. In de volgende bijdrages wordt dit verder uitgewerkt en ga ik dieper in op : blokvorming, wanneer blok zetten, wat in het doelgebied, waar blok zetten, ...

Ik ben opnieuw zeer geïnteresseerd in uw meningen, aanvullingen en opmerkingen over deze bijdrage. Indien u nog bijkomende oefenstof met betrekking tot het thema kan doorsturen, dan publiceren we zeker uw aanvullende bijdrages. U kan uw oefenstof toesturen via [info@balbalschool.be](mailto:info@balbalschool.be). Uw opmerkingen en commentaar kunt u kwijt in een speciale rubriek op het [balbalforum](#).

Alvast dank voor uw bijdrages !

Kristof Mortier