



**VOETBAL
VLAANDEREN**



SPORT.
VLAANDEREN



VOETBAL
VLAANDEREN



SPORT.
VLAANDEREN

U8 & U9 – 5V5 SHORT PASSING GAME

Locatie

XX-XX-XX

Welkom!





VOETBAL
VLAANDEREN



SPORT.
VLAANDEREN

INHOUD

Inhoud

Opleidings-
visie
VV/KBVB

Short
passing
game

5v5

RUIT
K+4

Hervorming
competitie

Spel-
reglementen

Panathlon

Algemene
info

Demo-
training

U8/U9



VOETBAL
VLAANDEREN



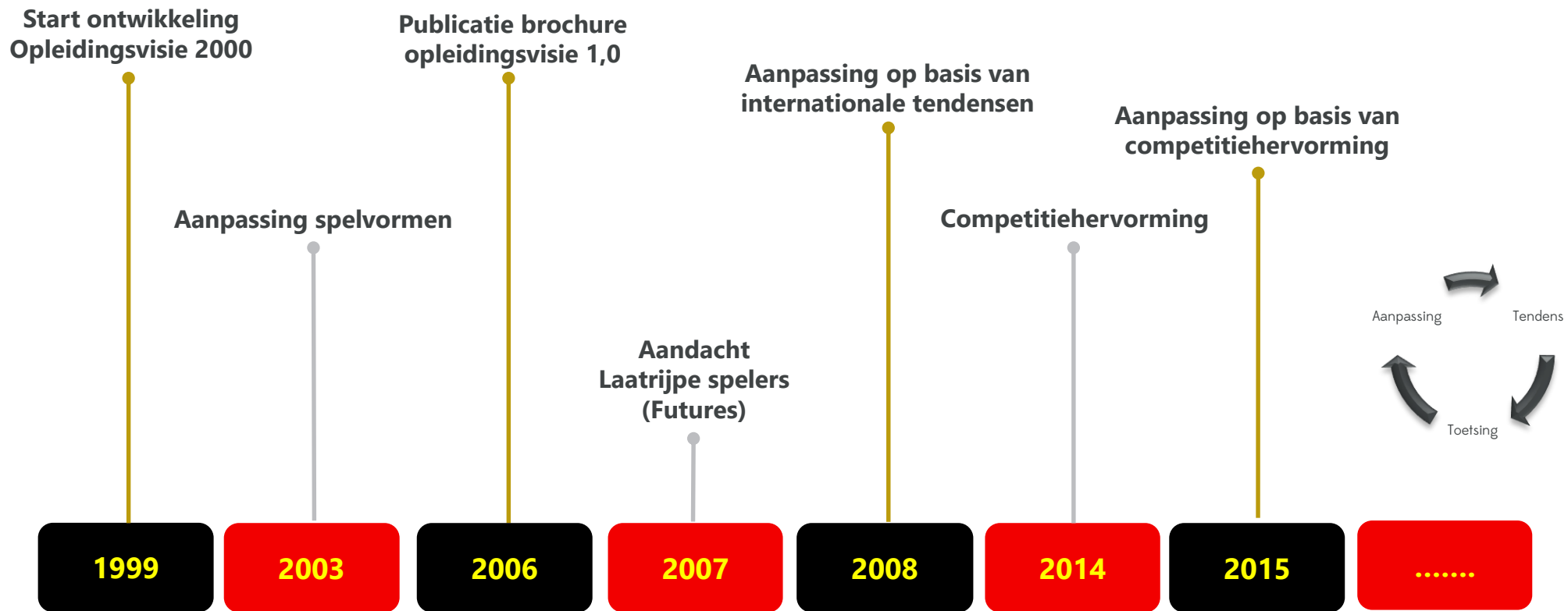
VOETBAL
VLAANDEREN



SPORT.
VLAANDEREN

Opleidingsvisie Voetbal Vlaanderen / KBVB

Opleidingsvisie Voetbal Vlaanderen / KBVB



- Link met talentidentificatie: competentiemodel + spelersprofielen
- De ontwikkeling op lange termijn (LTPD) is de basis voor individuele ontwikkeling

Opleidingsvisie Voetbal Vlaanderen / KBVB

4. Acteur = SPELER

3. Methode = WEDSTRIJD- en TUSSENvormen

2. Programma = LEERPLAN

1. Filosofie = ZONE

*Jeugdspeler
(instroom)*

*Volwassen
Voetballer
(doorstroom)*

F
U
N

F
O
R
M
A
T
I
O
N

F
U
N

F
O
R
M
A
T
I
O
N

F
U
N

F
O
R
M
A
T
I
O
N



VOETBAL
VLAANDEREN

Opleidingsvisie Voetbal Vlaanderen / KBVB

4. Acteur = SPELER

3. Methode = WEDSTRIJD- en TUSSENvormen

2. Programma = LEERPLAN

1. Filosofie = ZONE

*Jeugdspeler
(instroom)*

*Volwassen
Voetballer
(doorstroom)*

F
U
N

F
O
R
M
A
T
I
O
N

F
U
N

F
O
R
M
A
T
I
O
N

F
U
N

F
O
R
M
A
T
I
O
N



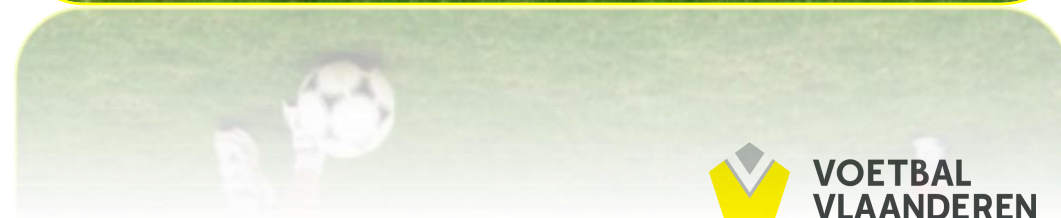
VOETBAL
VLAANDEREN

Opleidingsvisie

FUN = al spelend leren

IEDERE SPELER

- Speelt bijna de gehele tijd voetbal
- Komt vaak aan de bal
- Krijgt veel scoringskansen
- Mag vrij spelen
- Wordt aangemoedigd door de coach
- Wordt gesteund door de ouders



Opleidingsvisie Voetbal Vlaanderen / KBVB

4. Acteur = SPELER

3. Methode = WEDSTRIJD- en TUSSENvormen

2. Programma = LEERPLAN

1. Filosofie = ZONE

*Jeugdspeler
(instroom)*

*Volwassen
Voetballer
(doorstroom)*

F
U
N

F
O
R
M
A
T
I
O
N

F
U
N

F
O
R
M
A
T
I
O
N

F
U
N

F
O
R
M
A
T
I
O
N



VOETBAL
VLAANDEREN

Opleidingsvisie

FORMATION = procesgericht leren

o Gerichtheid naar het einddoel

- Wat moet de jeugdspeler kunnen op het einde van de opleiding (=17j)?
- Einddoelstellingen op technisch, tactisch, mentaal en fysiek vlak?

o Wedstrijdgerichtheid

- Na de opleiding is speler klaar om in wedstrijden te presteren
- Wet van transfer: wedstrijdvormen als het kan, tussenvormen als het moet



Opleidingsvisie

FORMATION = procesgericht leren

o Methodische opbouw

- Wet van geleidelijkheid en wet van de herhaling
- Planning en evaluatie van de doelstellingen

o Leeftijdskarakteristieken en vaardigheidsniveau

- Typische leeftijdskenmerken (motorisch en psychologisch) afhankelijk van groeiontwikkeling en rijpheid
- Bepalen van doelstellingen per ontwikkelingsfase

Opleidingsvisie

FORMATION = opvoeden



FAIRPLAY CHARTER

De 8 principes van respect = FAIRPLAY

1. Respect voor de spelregels
2. Respect voor de scheidsrechter en de officials
3. Respect voor je eigen club
4. Respect voor de tegenstrever
5. Respect voor je medemaats
6. Respect voor **ALLE** collega voetballers
7. Respect voor de supporters van andere ploegen
8. Respect voor jezelf (geen alcohol en drugs, niet roken)

- Menselijke waarden verwerven
- NEEN tegen corruptie, drugs, racisme & geweld
- Spelen om te winnen – leren verliezen
- Spelregels (fairplay) naleven
- Respecteren van leefregels (discipline) en zelfdiscipline
- Samenleven en samenwerken

Opleidingsvisie Voetbal Vlaanderen / KBVB

4. Acteur = SPELER

3. Methode = WEDSTRIJD- en TUSSENvormen

2. Programma = LEERPLAN

1. Filosofie = ZONE

*Jeugdspeler
(instroom)*

*Volwassen
Voetballer
(doorstroom)*

F
U
N

F
O
R
M
A
T
I
O
N

F
U
N

F
O
R
M
A
T
I
O
N

F
U
N

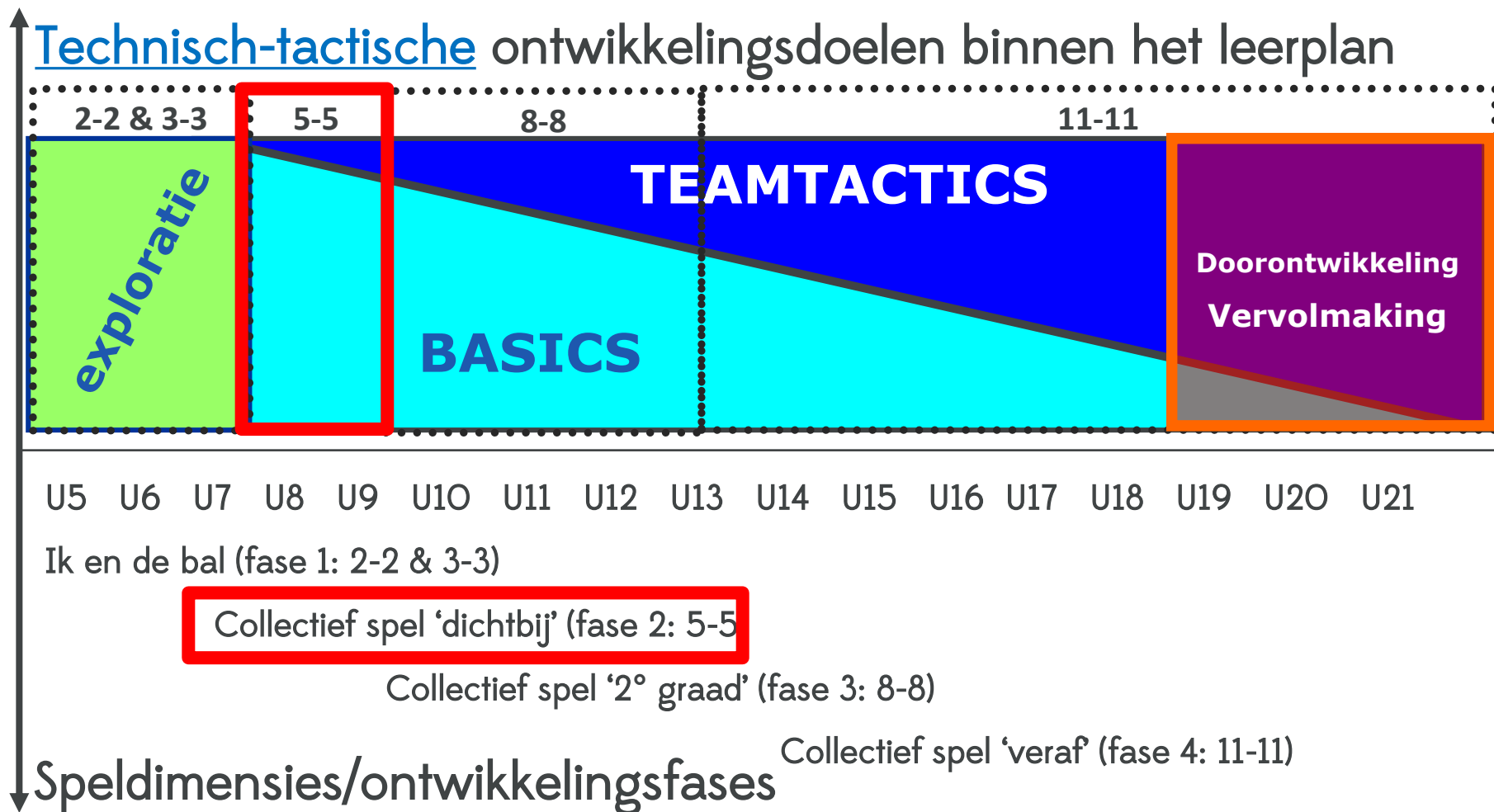
F
O
R
M
A
T
I
O
N



VOETBAL
VLAANDEREN

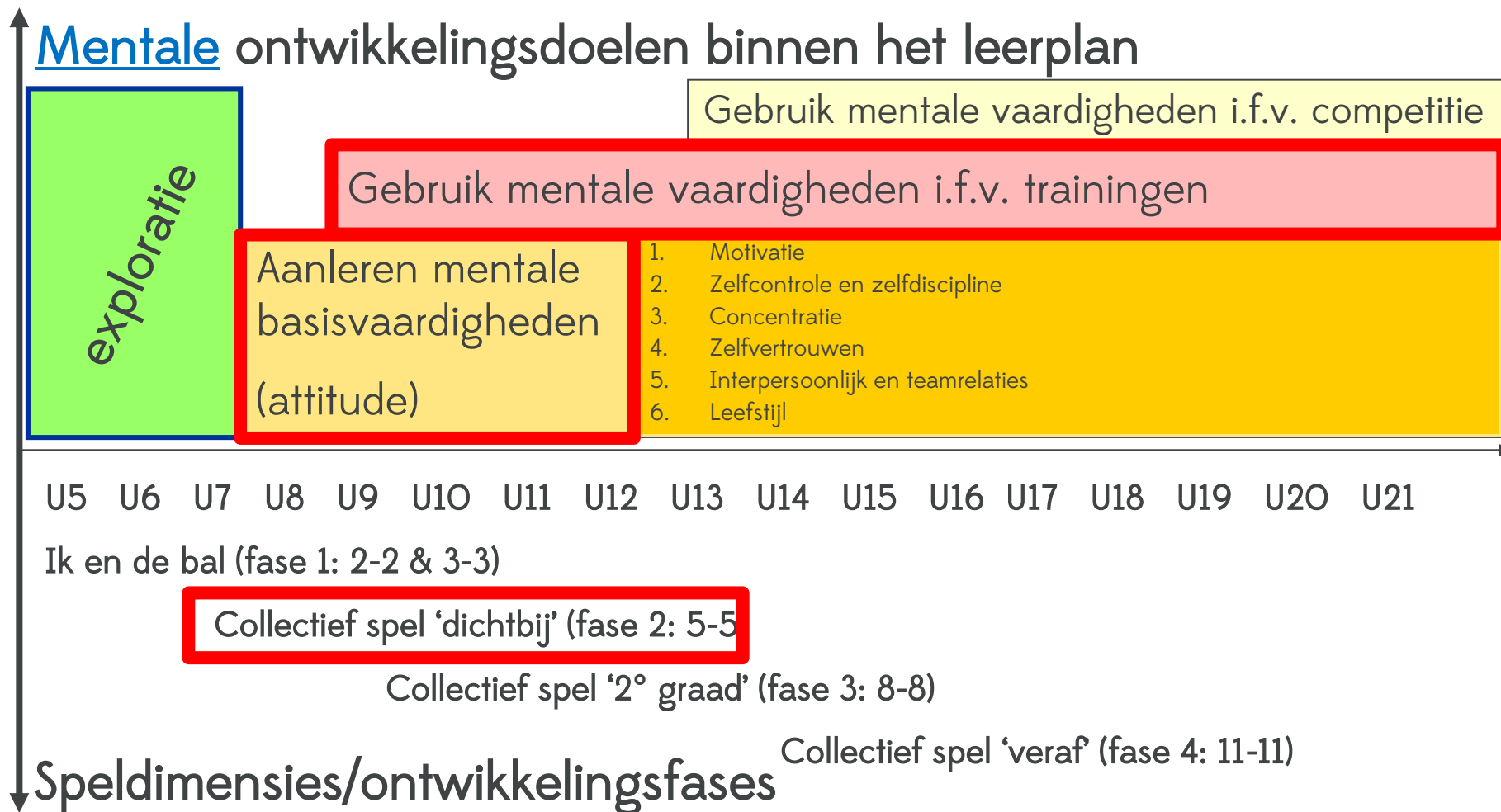
Opleidingsvisie

Het voetbalontwikkelingsmodel



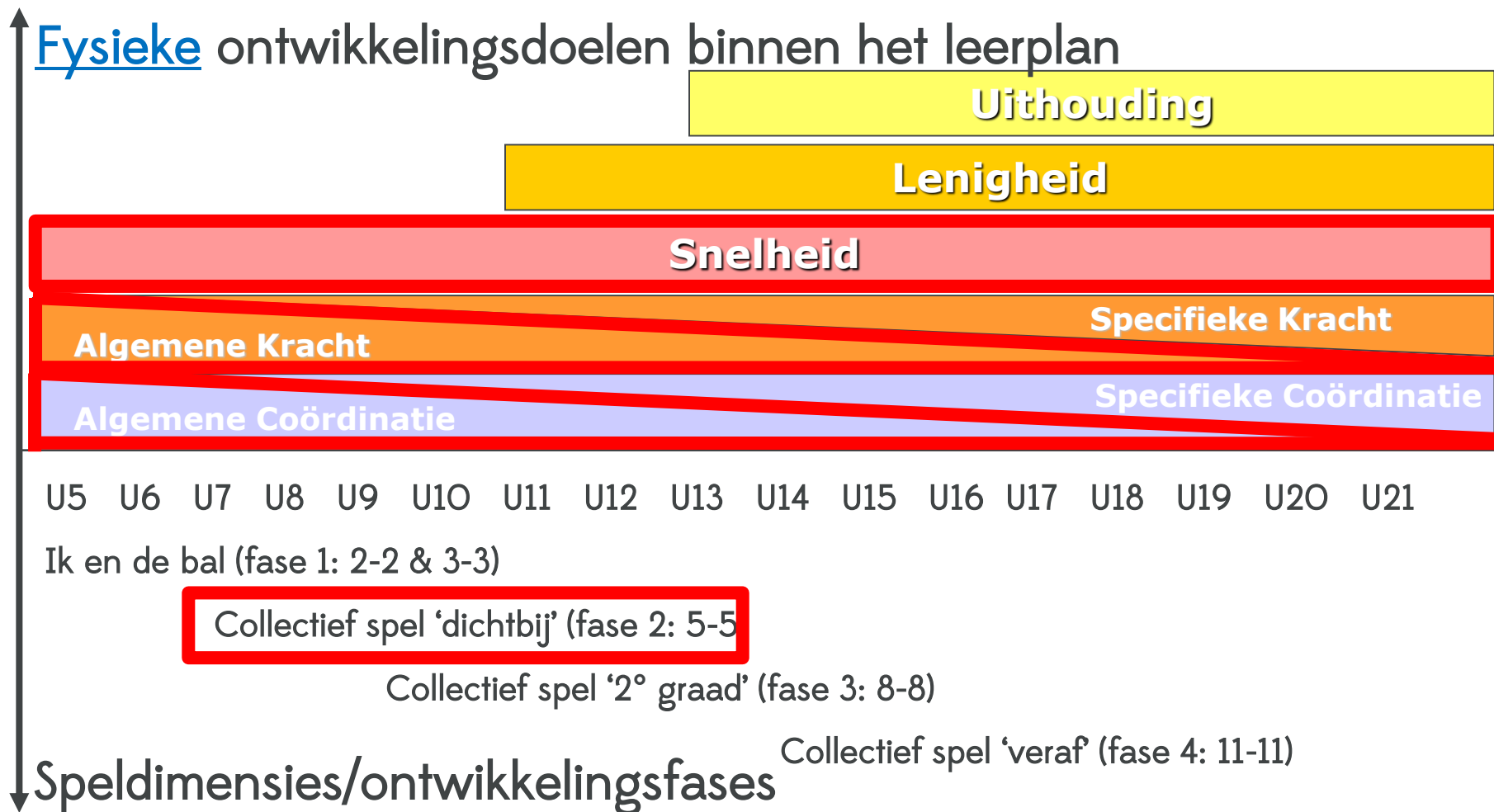
Opleidingsvisie

Het voetbalontwikkelingsmodel



Opleidingsvisie

Het voetbalontwikkelingsmodel





VOETBAL
VLAANDEREN



SPORT.
VLAANDEREN

U8 & U9 – 5v5 Short passing game

Kenmerken leeftijdscategorie

- Relatie met school: 2^e en 3^e leerjaar
- Alles is nieuw en moet worden ontdekt
- Geen minivolwassene
- Rijp voor 2v2, 3v3 en 5v5
- Heel specifieke opleiding = verantwoordelijkheid van elke trainer



Kenmerken leeftijdscategorie

oCoördinatie

- Lateralisatie ontwikkelt – voorkeurshand en -voet
- Lichaamscoördinatie ontwikkelt → veel en veelzijdig aanbod nodig

oLenigheid

- Meestal soepele periode



Kenmerken leeftijdscategorie

o Uithouding

- Door ontwikkelende coördinatie → economischer lopen
- Omvang van training kan verhogen
- Melkzuur wordt nog niet goed afgevoerd → nooit in weerstand trainen

o Kracht

- Ontwikkeling begint maar beperkt
→ natuurlijke bewegingen



Kenmerken leeftijdscategorie

o Snelheid

- Coördinatie verbetert → reactiesnelheid, startsnelheid, maximale snelheid en wendbaarheid verbeteren
- In spelvorm aanbieden + looptechniek observeren en speels scholen



Kenmerken leeftijdscategorie

o Psychologisch

- Wordt leergierig
- Concentratie neemt toe
- Is bereid om deel uit te maken van een team!



Kenmerken leeftijdscategorie

o Psychomotorisch/voetbalspecifiek

- Oog voor de bal en beperkt voor de medespelers
- Zin voor samenspel ontwikkelt heel langzaam

REDENEN

- Onvoldoende lichaams- en balbeheersing – geen aandacht voor ploegmaten en tegenstanders
- Beperkt spelinzicht

5v5

Veldbezetting

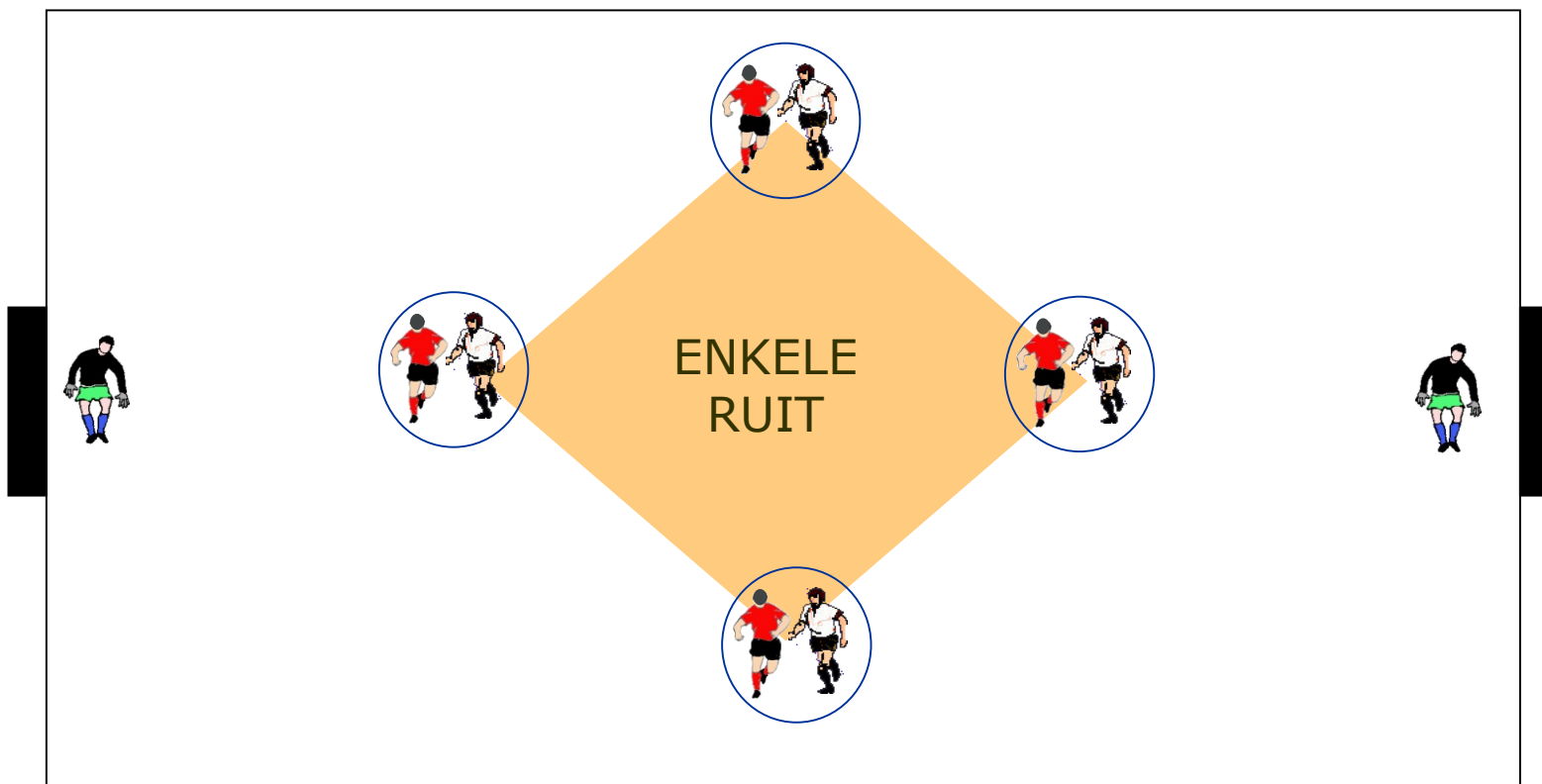
BESCHRIJVING VAN DE SPELOMGEVING

Ideale wedstrijdvorm is 5-5 (= enkele ruit)
met passafstanden tot ongeveer 10 meter



5v5 Veldbezetting

Enkele ruit (35m op 25m)

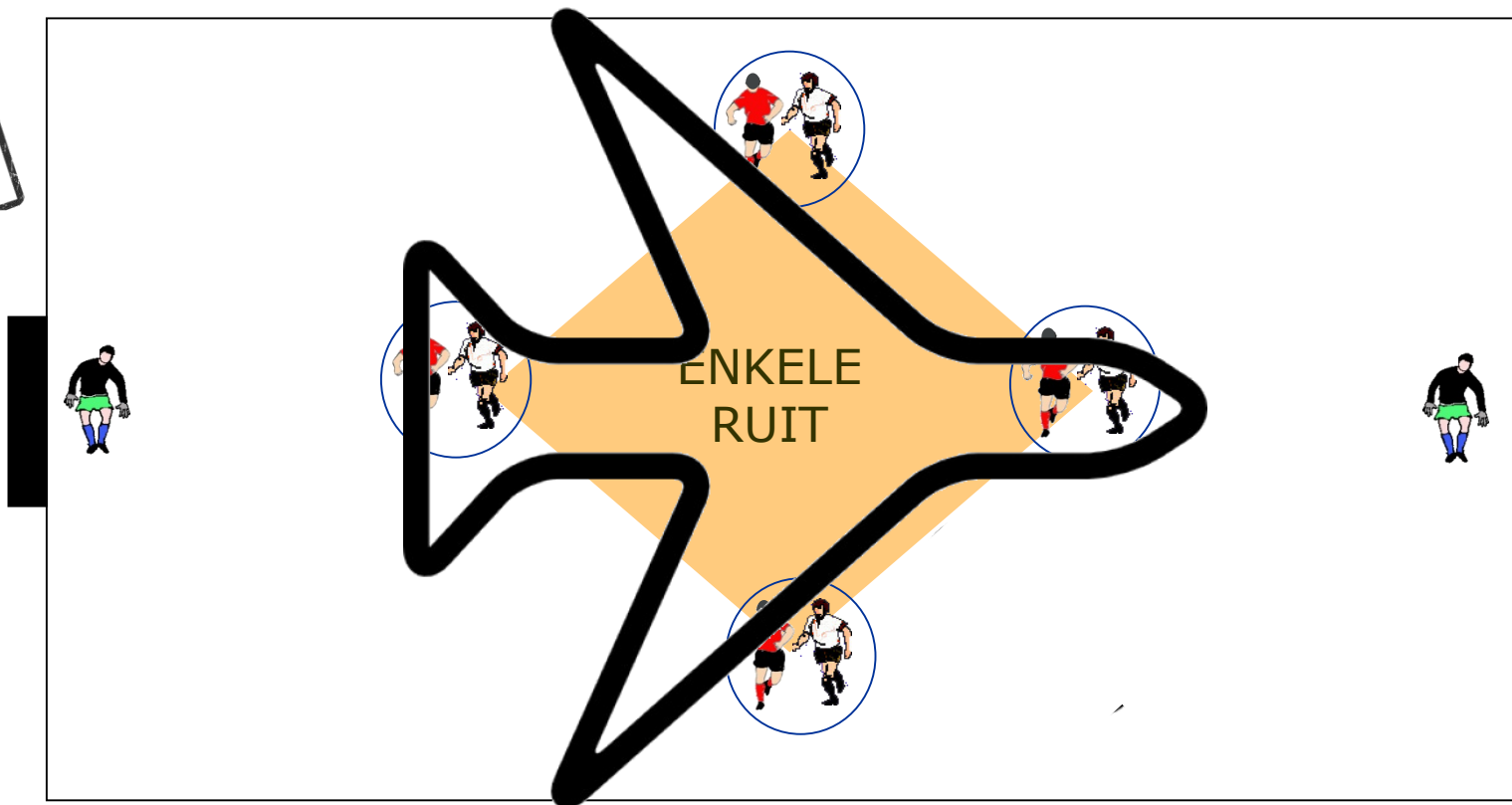


5v5

Veldbezetting – taal van het kind

Enkele ruit (35m op 25m)

EXAMPLE



Wedstrijdbegeleiding

ELK KIND SPEELT EN START EVENVEEL – FUN-GARANTIE

ELKE SPELER **SPEELT** EVENVEEL

ELKE SPELER **START** EVENVEEL

STARTEN

SPEEL-
MIN.

OPLEIDINGSGERICHT COACHEN



Wedstrijdbegeleiding

INDIVIDUELE OPLEIDING NASTREVEN

OPLEIDINGSGERICHT COACHEN BEVORDEREN



A
TEAMS



B
TEAMS



Wedstrijdbegeleiding

RECHT OP
WINNEN

GEEN VOOR-
COACHING

FUN

TAAL VAN HET
KIND

INSPIREREND
STIMULEREND

NIET
BEPERKEND

PROBLEMEN
ONTDEKKEN

POSITIEF

TRIAL & ERROR

RECHT OP
VERLIEZEN



Spelreglementen 5v5

Spelregels 5V5				
	SPEELTIJD  4 x 15'	TERREIN  25m x 35m	DOELEN  2m x 5m	
CATEGORIE  U8 - U9 Facultatief U10 - U13	BAL  Maat 3	RANGSCHIKKING  Geen rangschikking	VERVANGINGEN  Doorlopende wissels (Iedereen speelt evenveel)	BUITENSPEL  Geen buitenspel
STRAFSCHOP  Geen strafschop	DOELTRAP  Intrappen of indribbelen	VRIJE TRAP  Altijd onrechtstreeks 8m afstand	HOEKSCHOP  Intrappen	ZIJLIJN  Intrappen of indribbelen 3m afstand
 VOETBAL VLAANDEREN Gewestelijk, provinciaal en interprovinciaal jeugdvoetbal	START WEDSTRIJD  Aftrap centraal	GELE/RODE KAARTEN  Van toepassing Gele kaarten niet geboekt	FAIRPLAY  Handen schudden voor en na de wedstrijd	SCHOEISEL  Geen aluminium noppen toegelaten

Leerplan – wat moet aangeleerd worden

BASICS (Ba)		TEAMTACTICS (TT)	
B ⁺ - Ba ⁺	B ⁻ - Ba ⁻	B ⁺ - TT ⁺	B ⁻ - TT ⁻
• Leiden en dribbelen • Korte passing • Controle op lage bal • Doelpoging tot 10m (dichtbij) • Doelpoging op lage voorzet • Vrij en ingedraaid staan • Vrijlopen: aanspeelbaar zijn door vrije ruimte te zoeken	• Druk zetten, duel of remmend wijken • Opstelling tussen tegenspeler en doel • Korte dekking op korte pass • Interceptie of afweren korte pass	01. Openen: Breed 02. Openen: Diep 14. Infiltratie met bal: leiden of dribbelen: Challenge 15. Een doelkans creëren via een individuele actie 21. Zo snel mogelijk afwerken bij een werkelijke doelkans	05. Positieve pressing op de baldrager 11. Het duel nooit verliezen: zich nooit laten uitschakelen 15. Zich niet laten uitschakelen door een individuele actie in de waarheidszone 21. Doelpoging afblokken
FYSIEK		MENTAAL	
• KRACHT: natuurlijke bewegingen, duels tussen homogene groepen (evenwicht) • LENIGHEID: meest soepele periode • UITHOUDING: de omvang van de training	• SNELHEID: reactie, startsnelheid in spelvorm → looptechniek enkel observeren, speels scholen • COORDINATIE: -lichaamscoördinatie -oog-handcoördinatie -oog-voetcoördinatie	• Wordt leergierig • Concentratie neemt toe • Is bereid om deel uit te maken van een team	

ZIJN ER INHOUDEN DIE
TE ZWAAR ZIJN VOOR
DEZE LEEFTIJD?

Leerplan – wat moet aangeleerd worden

BESCHRIJF EEN BASIC (COACHING)!

1. KORTE PASSING
2. LEIDEN EN DRIBBELEN
3. CONTROLE OP LAGE BAL

Trainingen – coaches

- Beste jeugdopleiders werken aan de basis?
- 2 groepen kinderen: leren en spelen → elk kind kunnen boeien
- Van algemene naar specifieke bewegingsvaardigheden
- Kalenderleeftijd vs biologische en intellectuele rijpheid
- Van ‘fantasiewereld’ naar ‘begrijpen en leren’

Trainingen – coaches

- Egocentrisme moet doorbroken worden
- Met elkaar leren spelen
 - Omgaan met anderen
 - Spelregels respecteren
 - Leren winnen en verliezen
 - Leren elkaar te helpen

Gerichte progressieve opbouw vertrekkende van K en de verdedigers

- Nauwkeurig inspelen
- Meedenkende spelers en keeper – oriëntatie
- Snelle decision making
- In functie van ontwikkelingsfase 5v5 = enkel korte opbouw
- Geen gepingel – diepgang creëren met als doel doelpunten te scoren

Gerichte progressieve opbouw vertrekkende van K en de verdedigers

Kort naar loshakende FV



Kort naar diag. loshakende CV



5v5 is the way bij U8/U9

[https://www.voetbalvlaanderen.be/
competitie/veldvoetbal/veldvoetbal
-jeugd/5v5](https://www.voetbalvlaanderen.be/competitie/veldvoetbal/veldvoetbal-jeugd/5v5)



VOETBAL
VLAANDEREN



SPORT.
VLAANDEREN

U8 & U9 – 5v5 Oefenstof



Oefenstof

- FUN: al spelend doelgericht leren
- Veel herhalingen, geen files, veel bewegingen, veel balcontacten
- Inspirerende spelomgeving: beleving en uitdaging
- Haalbare doelstellingen
- Oefenstof in zo eenvoudig mogelijke organisatievormen = vertrouwd en herkenbaar

Oefenstof

- Winnen en verliezen als rode draad door trainingen: om het snelst..., om het meest, ..., ...
- Homogene kleine niveaugroepen = grootste leerrendement
- Maar ook heterogene niveaugroepen = groepsgevoel, 'mindere' leren van de 'betere'

Oefenstof

WEDSTRIJDVORMEN

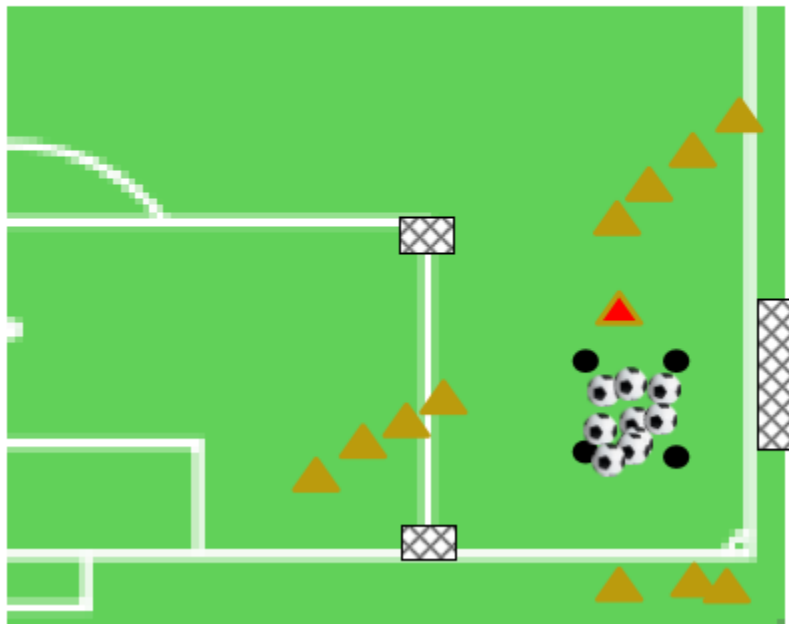
- 2v2 → 5v5

TUSSENVORMEN

- Tweelingvoetbal
- Loopsporten
- Trap- en doelsporten
- Oog-hand-coördinatie
- Passings
- Kap, draai en passeer
- Jonglage
- Reactiesporten
- Estafettesporten
- Dribbelsporten

Voorbeeldtraining Doelpoging tot 10m

Activatie



Beschrijving en duur: 15'

- Centraal in het terrein (de zee) bevindt zich een eiland vol met kokosnoten
- We verdelen de spelers in 3 groepen van 4
- 1 speler is de piraat
- De spelers trachten afzonderlijk een kokosnoot te rapen op het eiland en deze veilig in doel te brengen, daarna kan de volgende speler starten. Doel is zoveel mogelijk kokosnoten verzamelen in je doel. Wie aangetikt wordt of mist op doel dient zonder kokosnoot terug te keren en plaats deze eerst terug op het eiland
- We starten eerst met de handen, nadien gaan we over naar de voeten
- Iedereen schuift 2 keer door zodat we allen naar het grote doel hebben mogen trappen/gooien

Coaching:

- Bal kort bij de voet / hoofd omhoog / snel afwerken op doel

Fun:

- Welk team raapt de meeste kokosnoten?
- Wie is nooit getikt geweest?

Tip(s):

- Alert blijven voor overtredingen van de regels!
- Enkel met links/rechts afwerken als variatie
- 2 piraten als variatie

Voorbeeldtraining Doelpoging tot 10m

WV1: K+1/1



Beschrijving en duur: 4 x 4'

- Oranje spelers starten met bal aan de voet en trachten via een individuele actie tot scoren te komen bij een werkelijke doelmans
- Bij interceptie kan rode ploeg scoren in 2 minidoeltjes
- Iedereen sluit terug aan bij zijn eigen groep
- Na 4 ' wisselen de groepen

Coaching:

- Bal kort bij de voet
- Gericht en snel afwerken op doel bij een werkelijke doelmans
- Snelheid maken en houden, ruimte zoeken

Fun:

- Welk team maakt de meeste doelpunten?
- Wie maakt de mooiste dribbel?
- Iedereen mag eens keeper zijn!

Tip(s):

- Puntentelling bijhouden door potjes te gebruiken

Voorbeeldtraining Doelpoging tot 10m

TV1: shooting game



Beschrijving en duur: 2 x 5'

- Oranje dribbelt de bal in en speelt diagonaal op vrijkomende rode speler
- Bal klaarleggen op de juiste voet (rechts of links)
- Doorschuiven in numerieke volgorde

Coaching:

- Bal klaarleggen op de verste voet in de ruimte voor de inlopende speler
- Steunvoet kort bij de bal plaatsen
- Kijken naar de positie van de doelman en concentreren op de positie van de bal
- Trappen met wreef (tenen naar beneden)

Fun:

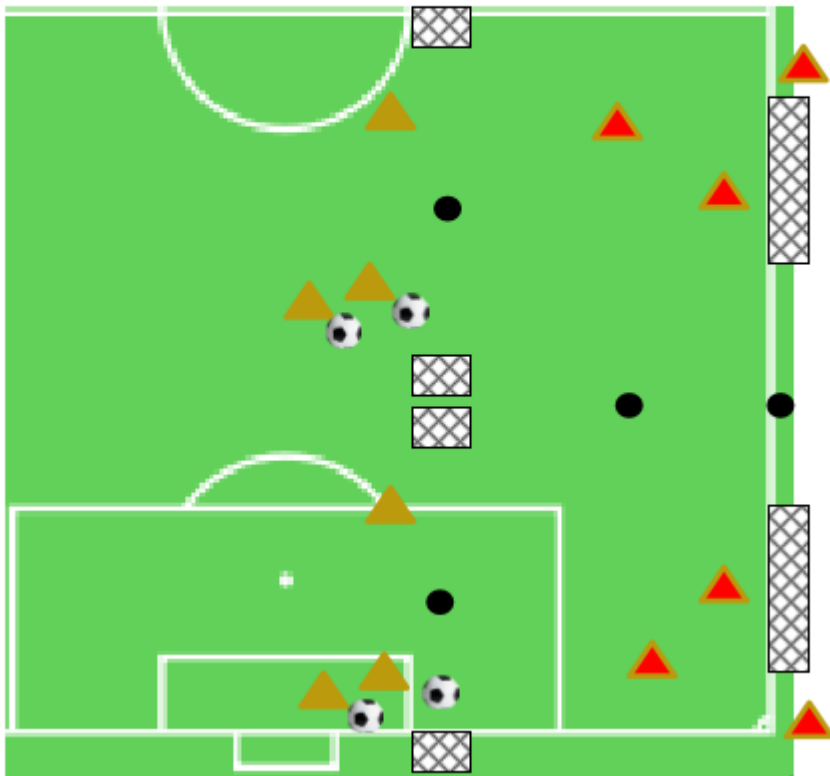
- Wie scoort de mooiste doelpunten?
- Wie maakte de mooiste goal?

Tip(s):

- Start eerst met afwerken na balcontrole (first touch: binnenkant voet; second touch buitenkant voet, third touch: scoren)
- Nadien afbouwen in 2 tijden en in 1 tijd

Voorbeeldtraining Doelpoging tot 10m

WV2: K+1/2



Beschrijving en duur: 4 x 4'

- Oranje spelers starten met bal aan de voet en trachten een 2 tegen 1 situatie uit te spelen om te komen tot een werkelijke doelmkans
- Bij interceptie kan rode ploeg scoren in 2 minidoeltjes
- Startende speler met bal bij oranje wordt de volgende speler zonder bal
- Na 4' wisselen de groepen

Coaching:

- De juiste keuze maken: dribbel, pass of trap
- Tracht je ploegmaat vrij te spelen door de verdedigende speler op te zoeken en de bal af te spelen of kies voor de ruimte en tracht via snelheid een individuele actie op te zetten

Fun:

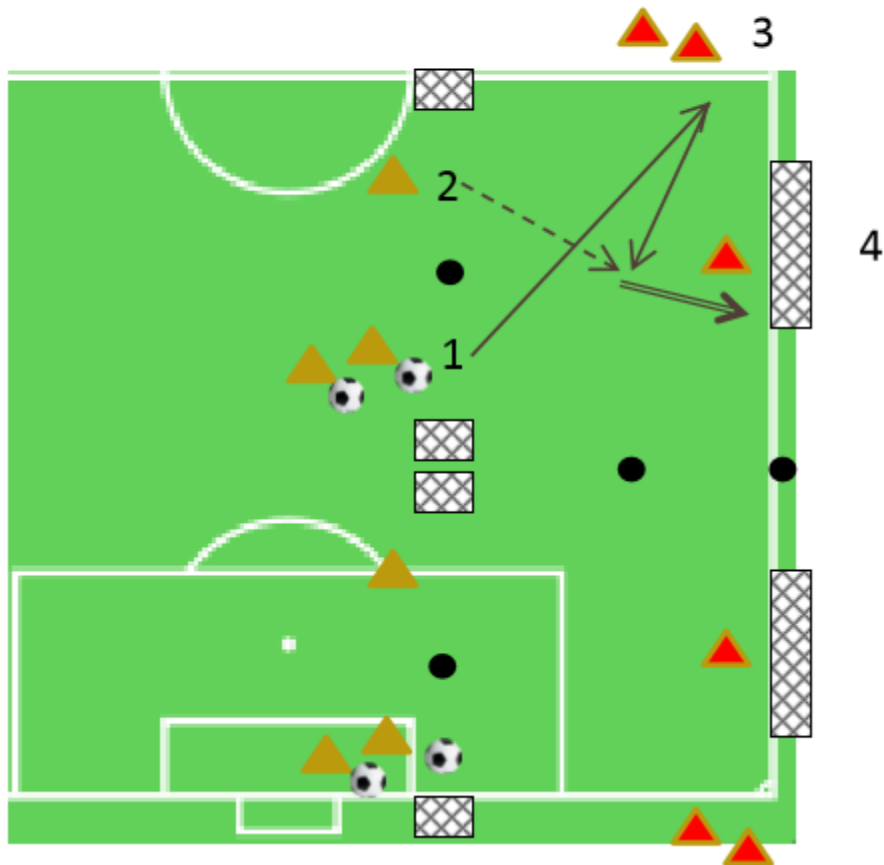
- Welk team maakt de meeste doelpunten?
- Iedereen mag eens keeper zijn

Tip(s):

- Stop-help met interactie toepassen om specifieke spelproblemen op te lossen

Voorbeeldtraining Doelpoging tot 10m

TV2: shooting game



Beschrijving en duur: 2 x 5'

- Oranje dribbelt de bal in en speelt diagonaal op vrijkomende rode speler
- Bal klaarleggen op de juiste voet (rechts of links) voor de opkomende 3^{de} man
- Afwerken rechts/links
- Doorschuiven in numerieke volgorde

Coaching:

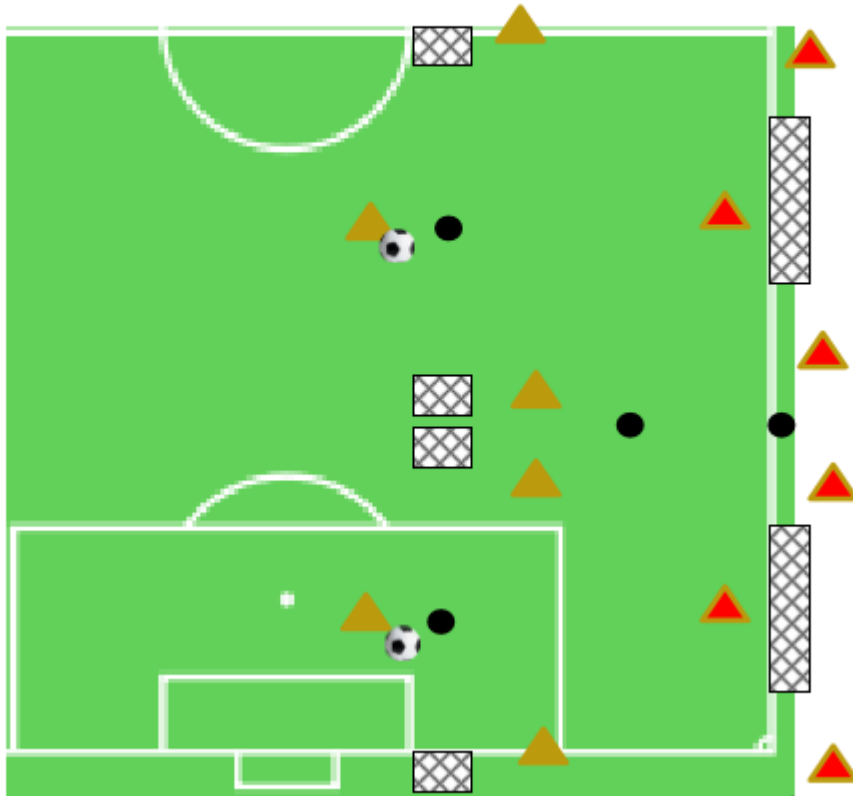
- Bal klaarleggen op de verste voet in de ruimte voor de inlopende speler
- Steunvoet kort bij de bal plaatsen
- Kijken naar de positie van de doelman en concentreren op de positie van de bal
- Trappen met wreef (tenen naar beneden)

Fun:

- Wie scoort de mooiste doelpunten?
- Wie maakte de mooiste goal?

Voorbeeldtraining Doelpoging tot 10m

WV3: K+2/3



Beschrijving en duur: 4 x 4'

- Continu spel
- Oranje spelers starten met bal aan de voet en trachten een 3 tegen 2 situatie uit te spelen om te komen tot een werkelijke doelmogelijkheid
- Bij interceptie kan rode ploeg scoren in 2 minidoeltjes
- Na 4' wisselen de groepen

Coaching:

- De juiste keuze maken: dribbel, pass of trap?
- Tracht je ploegmaat vrij te spelen door de verdedigende speler op te zoeken en de bal af te spelen of kies voor de ruimte en tracht via snelheid een individuele actie op te zetten

Fun:

- Wie wint de mini-tornooivorm (eindspel inkleden vb. champion's league: ploegnaam kiezen van topclub + elke speler mag kiezen welke speler hij wil zijn)
- Iedereen mag Thibaut Courtois zijn!

Tip(s):

- Stop-hulp met interactie toepassen om specifieke spelproblemen op te lossen

Bedankt!
Keep up the good work!



Vragen?





**VOETBAL
VLAANDEREN**



SPORT.
VLAANDEREN