

1 Spelprincipes

1.1 WAT ZIJN SPELPRINCIPES?

Spelprincipes zijn sinds een aantal jaar niet meer weg te denken uit het voetbal. Spelprincipes zijn niet nieuw, maar het heeft de afgelopen jaren wel een andere waarde gekregen onder trainers. Niet alleen kenmerkt het de teams die de principes uitvoeren, maar het kenmerkt ook de stijl van de trainer.

Spelprincipes hebben al vele begripsbetekenissen gekregen. De meest werkbare betekenis is dat spelprincipes handelingsrichtlijnen of opdrachten voor spelers zijn om uit te voeren tijdens de wedstrijd en/of trainingen. Het zijn vaste handelingen die spelers moeten doen wanneer zij een bepaalde teamfunctie uitvoeren. Het zijn dus concrete handelingen in gedrag. Spelprincipes geven houvast aan spelers in de uitvoering van verschillende tactische elementen van het spel. Je zou zelfs kunnen zeggen dat spelprincipes ezelsbruggetjes zijn voor spelers om de verschillende tactische elementen te filteren, te onthouden en te kunnen plaatsen. Om ze dan vervolgens gericht uit te kunnen voeren. Spelers leren de principes uitvoeren onder verschillende omstandigheden. Een kreet van de coach na balverlies als 'Zet druk!' krijgt ineens houvast als je daar een spelprincipes aan koppelt. Bijvoorbeeld 'Bij balverlies zetten we met het hele team meteen de eerste 5 seconden druk op de bal'.

Een spelprincipe staat daarentegen haaks op een spelpatroon. Een patroon is een specifiek moment in de wedstrijd. Een moment die het principe kan helpen uitvoeren, maar ook een moment dat wellicht helemaal niet voorkomt in de wedstrijd doordat de tegenstander iets heel anders doet.

Spelintenties is ook een begrip dat rondgaat. Het woord zegt het eigenlijk al, het zijn de intenties waarmee het spel gespeeld wordt. Spelintenties en spelprincipes hangen, in tegenstelling tot spelpatronen, wel nauwer samen met elkaar. Het is soms lastig om dit uit elkaar te houden. In onze ogen worden spelprincipes gebaseerd op de spelintenties. Dat betekent dat spelintenties de intenties zijn in het grote spel. Eigenlijk de speelstijl van het team. Iedereen kan wel de speelstijl beschrijven van Atlético Madrid of Liverpool. En vooral het verschil daartussen. Spelintenties kun je uitschrijven als doelstellingen die bereikt moeten worden per teamfunctie. De doelstelling/intentie 'binnen het aanvallen wordt er zo snel mogelijk naar voren gespeeld en een kans gecreëerd' heeft effect op je spelprincipes. Principes waarin rustig wordt opgebouwd of rondgespeeld en langdurig balbezit nodig is, passen niet bij de spelintentie. Dit is toch een wezenlijk verschil. Kortom, spelprincipes zijn handelingen of opdrachten in gedrag die spelers uitvoeren tijdens de trainingen en/of wedstrijden. Deze principes komen voort uit spelintenties en dat bepaalt de speelstijl van de ploeg. De principes passen dus bij de intenties die de ploeg heeft.

Voordelen

- Spelprincipes kunnen uitgevoerd worden in alle formaties.
- Spelprincipes scheppen duidelijke kaders voor spelers.
- Spelprincipes scheppen duidelijke kaders voor de trainer.
- Spelprincipes en spelintenties zijn trainbaar in elke trainingsvorm.
- Spelers worden creatiever en leren omgaan met verandering.
- Spelprincipes kunnen ook tactische houvast geven.
- Het hanteren van spelprincipes binnen de club of jeugdopleiding zorgt voor houvast.

**SPELPRINCIPES GEVEN HOUVAST
AAN SPELERS IN DE UITVOERING
VAN VERSCHILLENDE TACTISCHE
ELEMENTEN VAN HET SPEL**



1.2 PRAKTISCHE TIPS

In De Voetbaltrainer 233 (een special over het thema spelprincipes) werden onder meer een aantal praktische tips gegeven als het gaat om spelprincipes. Met het oog op een goede implementatie in een (nieuw) voetbalteam of een jeugdopleiding zetten we er hieronder ook een aantal op een rij.

- Vergeet de spelers niet te leren hoe ze het spelprincipes moeten uitvoeren. Een spelprincipe op zichzelf is niet genoeg. Spelers weten dan wel wat ze moeten doen, maar niet hoe zij dit moeten doen. Daarbij kan de plek van uitvoeren op het veld ook een belangrijk aandachtspunt zijn voor in de wedstrijd.
- Laat het spelprincipe niet terugkomen als spelpatroon. Veel trainers trainen een bepaalde situatie, zetten het stil, geven een voorbeeld en vervolgens voeren ze een soort patroon uit. Laat spelers in een tactisch partijspel vrij spelen en leg je coaching op de verschillende teamfuncties waar de spelers enkele spelprincipes terug moeten laten komen in de handelingen die zij laten zien. Maar laat de uitvoering en creativiteit daarvan bij de spelers. Als een speler een diepte loopactie maakt en dit doet hij niet aan de zijkant (zoals jij net hebt voorgedaan), maar door het midden dan is dit ook goed. Het gaat erom dat spelers de situaties herkennen en de vaardigheden hebben om het principe op het goede moment vanuit een bepaalde positie uit te voeren, met de juiste richting en snelheid.
- Maak niet een onoverzichtelijke brei aan spelprincipes. Hoe minder principes hoe beter. 4/5 principes bij aanvallen en verdedigen en 2/3 bij omschakelmomenten is meer dan genoeg. Je komt anders niet toe om alles goed te bespreken en aan te leren met de spelers. Dan leren spelers van alles een beetje in plaats van dat zij veel leren van weinig principes.
- Varieer in methodiek en moeilijkheid van de trainingsvormen wanneer het principe meer bekend is bij de spelers.
- Zorg voor begrijpelijke en heldere taal richting spelers.
- Koppel beeldmateriaal aan het principe en de uitvoering ervan.
- Maak principes inzichtelijk voor spelers. Voorbeeld: een partijspel waarbij het principe 'na balverlies zetten we voor 5 seconden agressief druk op de bal' centraal staat. De afspraak voorafgaand is dat elke speler naar de bal sprint bij balverlies. Afhankelijk van je positie in het veld en de positie van de bal moest je drukzetten op de bal of het klein maken. Bij een doelpunt kreeg dat team een blauwe pylon. Wanneer de trainer een speler niet meteen zag omschakelen, kreeg dat team een oranje pylon. Dit maakt het aantal 'afhakers' inzichtelijk en zorgt voor een leuk en leerzaam gesprek met je team.
- Maak principes toepasbaar voor jouw leeftijdscategorie. De Onder 9 teams hebben andere richtlijnen nodig dan de spelers van Onder 17. Of als je spelers pas sinds kort gestructureerd

DE ONDER 9 TEAMS HEBBEN ANDERE RICHTLIJNEN NODIG DAN DE SPELERS VAN ONDER 17

kennis hebben gemaakt met een spelprincipe, begin dan ook bij het begin. Juist op dit aspect probeert dit boek goed in te spelen.

- Bevraag spelers tijdens de training regelmatig om de link te leggen van bepaalde vaardigheden naar een spelprincipe. Dit helpt ze om het 'hoe voer ik het uit' te koppelen aan een spelprincipe.
- Om als trainer duidelijker te krijgen hoe je een principe over kan brengen aan je spelers kun je het principe uitschrijven in vaardigheden die spelers moeten beheersen. We hebben het dan over subprincipes of zelfs sub-sub-principes. Een subprincipe zijn dan vaardigheden als linie en sub-sub-principes zijn vaardigheden als individu.
- Maak voor de jongste jeugd het trainen op tactiek niet structureel. Het vertactiseren van hele jonge spelers kan ook een negatief effect hebben en ze onthouden het toch niet allemaal. Focus bij de jongste jeugd zeker ook op spelplezier! Als je dan een principe wilt toevoegen, doe dat dan in een partijspel door middel van het geven van taken. Spelers worden dan onbewust bekwaam en kunnen vooral lekker blijven 'spelen'. Zie hiervoor ook het hoofdstuk 'Spelplezier als spelprincipe' in Hoofdstuk 4.

**MAAK VOOR DE JONGSTE JEUGD
HET TRAINEN OP TACTIEK NIET
STRUCTUREEL**

1.3 KEUZES MAKEN

Er zijn tientallen spelprincipes te bedenken, verdeeld over de teamfuncties aanvallen, verdedigen, omschakelen na balverlies en omschakelen na balverovering. Om een indruk te geven van wat men allemaal zou kunnen bedenken als spelprincipe, zetten we er per teamfunctie een aantal op een rijtje. We zijn hierbij dus niet volledig, maar geven een breed en per definitie onvolledig overzicht van de 'mogelijkheden'.

Aanvallen

- Diepteloopacties achter de verdediging van de tegenpartij (boek 1)
- Tegenstander uitspelen (boek 1)
- Dynamisch aanvalsspel: spelen en doorbewegen (boek 1)
- Benutten van de derde man (boek 1)
- Een overtal creëren rondom de bal
- De bal bij voorkeur in de as houden
- Veel spelers in de as van het veld
- De restverdediging op orde hebben
- De onderlinge afstanden bewaken
- Altijd meerdere afspeelmogelijkheden creëren
- Een hoog baltempo hanteren
- Bij voorkeur schuine passes inspelen
- Veel beweging en positiewisselingen

Omschakelen na balverlies

- Zo snel mogelijk als team onder de bal komen (boek 1)
- De bal binnen x seconden heroveren (boek 1)
- Direct druk op de bal zetten
- De tegenstander aan de bal insluiten
- Direct druk op de bal door de dichtstbijzijnde speler

Verdedigen

- **De as dichthouden (p. 16)**
- **Agressief drukzetten op de helft van de tegenpartij (p. 28)**
- **Verdedigen vanuit de zone (p. 40)**
- **Een overtal rondom de bal creëren (p. 54)**
- De onderlinge afstanden klein houden
- Zoneverdedigen op eigen helft
- Kantelen naar de kant van de bal
- Compact spelen in de lengte en de breedte
- Iedereen doet mee tijdens het verdedigen
- De ruimte achter de verdediging bespelen
- De tegenstander naar de zijkant dwingen
- In ondertal de tegenstander ophouden

Omschakelen na balverovering

- **Binnen 12 seconden na balverovering komen tot een kans (p. 70)**
- **De bal in de ploeg houden (p. 86)**
- Zo snel mogelijk omschakelen
- Spelers die de bal diep vragen
- Met minimaal x spelers counteren