



Om de communicatie op en naast het veld beter te laten verlopen zullen we binnen onze jeugdopleiding een aantal standaard coachingswoorden gebruiken.

De spelers moeten deze woorden aanleren en gebruiken op het veld om hun medespelers te coachen en de trainer dient deze woorden te gebruiken tijdens de verschillende coachingsmomenten gedurende trainingen en wedstrijden.



< Coaching: jong geleerd is oud gedaan >

**"ALS IEDEREEN DEZELFDE TAAL SPREEKT ZIJN ER MINDER MISVERSTANDEN EN WORDT HET SPEL GEMAKKELIJKER"**

### VOETBAL COACHINGSWOORDEN

B+	INDIVIDUEEL BIJSTUREN	
COACHINGSWOORD		OMSCHRIJVING
AANBIEDEN - STEUNEN		Speler moet bewust uit de dekking van de tegenstander komen en aanspeelbaar zijn voor zijn medespeler door op een juiste manier naar de bal toe te bewegen. Eventueel vooractie maken
AANNEMEN		De bal onder controle brengen. Er is geen direct gevaar om de bal te verliezen
ACHTERLIJN HALEN		De balbezittende speler gaat naar de achterlijn en geeft een voorzet naar 1e of 2e paal, 16 meter. Opheffen van buitenspel
ACTIE		De betrokken speler dient een individuele actie (naar doel) te doen
AFHAKEN		De speler komt naar de bal toe, de tegenstander heeft dan geen kans om de bal te onderscheppen
ALLEEN - TIJD		De betrokken speler staat zodanig vrij dat hij de bal kan controleren en zelf kan beslissen hoe hij wil verder spelen. Er is geen direct gevaar voor balverlies
BIJHOUDEN		De balbezitter moet de bal bijhouden, afschermen en wachten op steun
BUITENOM		Achter de rug van de balbezittende medespeler om, de ruimte in sprinten die aan de buitenkant vrij is
CONTROLE		De bal aannemen (opengedraaid staan, buitenste voet, georiënteerde controle)
DIEP		Speler loopt de ruimte in richting doel van de tegenstander en wil dat de bal voor hem uitgespeeld wordt
DRAAI DOOR		De aangespeelde speler moet de bal zo aan- en meenemen dat hij een groot gedeelte van het veld overziet en ook de pass naar zo veel mogelijk richtingen kan geven. De vrije ruimte opzoeken d.m.v. dribbel of pass
DRIBBEL – ZOEK OP		Speler met bal zoekt tegenstander op en probeert deze uit te schakelen. De speler dient een individuele actie (naar doel) te ondernemen als de scoringskans reëel is (1 tegen 1 situaties)
KAATSEN		De bal direct terugspelen naar de speler die jou de bal aanspeelt. Juiste balsnelheid en richting, over de grond en op het goede been
LEIDEN - DRIJVEN		Probeer zo snel mogelijk met bal aan de voet richting doel van de tegenpartij te gaan. Probeer zo snel mogelijk terreinwinst te boeken
LICHAAM		Je lichaam tussen de bal en de tegenstander brengen zodat deze niet aan de bal kan. Eventueel voorafgaand de tegenstander een lichte schouderduw geven

LOS	De betrokken speler mag de bal niet meer aanraken zodanig dat de doelman de bal zelf kan spelen
NAAR BINNEN	Speler loopt/sprint van de zijkant naar binnen om ruimte te maken voor opkomende medespeler
RUG	De speler moet opletten want er komt iemand in zijn rug
SCHERM (BAL) AF	Je lichaam tussen de bal en de tegenstander brengen. De tegenstander kan dan niet bij de bal
SPEEL	De bal direct naar een vrijstaande medespeler spelen als die er om vraagt
STEUNEN	De betrokken speler moet achter de medespeler komen en hem steunen, zeker wanneer deze in moeilijkheden zit
VERANDER	De speler dient het spel te verleggen naar de andere zijde van het veld
VOET	Speler vraagt om de bal in de voet aangespeeld te krijgen
VRIJLOPEN	Zoek de vrije ruimte (= plaats waar noch een tegenspeler, noch een medespeler staat) op als je niet aanspeelbaar opgesteld staat. Laat je horen als je vrijstaat. Probeer bij het vrijlopen steeds correct ingedraaid te staan zodat je maximaal zicht houdt op het speelveld
WEG	De bal onmiddellijk ontzetten Er dreigt gevaar > scoringskans tegenstander Kans op balverlies is groot
ZAKKEN	De betrokken speler dient te zakken om de verdedigende taak over te nemen van een medespeler die ingeschoven is

B+	COLLECTIEF BIJSTUREN
COACHINGSWOORD	OMSCHRIJVING
BREED - OPENEN	De spelers dienen ruimte te creëren door de onderlinge afstanden zo groot mogelijk te maken. Het speelveld zo groot/breed mogelijk maken
OMSCHAKELEN	Het SNEL veranderen van de voetbalbedoeling van verdedigen naar aanvallen bij veroveren van de bal
VOORUIT	Als de bal naar voor wordt gespeeld dient de verdediging naar voor te schuiven en naar de bal toe (wordt bevolen door de doelman of een centrale verdediger)

B-	INDIVIDUEEL BIJSTUREN
COACHINGSWOORD	OMSCHRIJVING
DEKKEN (kort)	Je dicht bij je directe tegenstander opstellen (in de 16 meter). Als de bal in zijn richting gespeeld wordt heb jij een grote kans om deze te onderscheppen
DEKKING	De betrokken speler dient de speler in duel dekking te geven
DRUK	De dichtstbijzijnde speler valt de balbezitter aan
DUEL	Probeer de bal te veroveren van je rechtstreekse tegenstander
KORTER	De betrokken speler dient korter bij de tegenstrever in zijn zone te staan
LOS	De betrokken speler mag de bal niet meer aanraken zodanig dat de doelman de bal zelf kan spelen
POSITIE	De betrokken speler loopt niet in zijn positie en dient zich onmiddellijk te corrigeren
REMMEND WIJKEN - NIET HAPPEN	Duel met tegenstander niet aangaan. Tegenstander voor je houden en opvangen. Tegenstander proberen naar de buitenkant te drijven, weg van doel
RUGDEKKING	Geef rugdekking aan dichtstbijzijnde medespeler die in duel gaat en maak de afstand klein genoeg waardoor je de speler aan de bal snel onder druk kan zetten wanneer die je medespeler uitgeschakeld heeft
VOORZET BLOKKEN	Speler tracht door een goeie opstelling te verhinderen dat de bal vanaf de flank of de achterlijn voor doel gebracht wordt
ZAKKEN	De betrokken speler dient te zakken langs de kant waar de bal niet is om de nodige dekking te geven

B-	COLLECTIEF BIJSTUREN
COACHINGSWOORD	OMSCHRIJVING
DRUK ZETTEN - PRESSING	Elke speler zoekt zijn eigen of de dichtstbijzijnde tegenstander op zodat deze geen mogelijkheid heeft om de bal te spelen of te ontvangen. Man met bal aanpakken (niet



	happen) als die in je zone komt. Tegenstanders die aangespeeld kunnen worden kort dekken. Druk zetten na teken of na loopactie van bv speler 9 naar de tegenspeler in balbezit
<b>KANTELEN - KNIJPEN</b>	De tegenstander een bepaalde richting in dwingen door met het hele team in blok naar de bal te schuiven. Gestaffeld rugdekking geven naar de kant waar de tegenstander balbezit heeft. Spelers moeten de onderlinge afstanden verkleinen
<b>OMSCHAKELEN</b>	Het SNEL veranderen van de voetbalbedoeling van aanvallen naar verdedigen bij verlies van de bal
<b>POSITIE</b>	Iedere speler dient onmiddellijk in positie te komen
<b>SCHUIVEN</b>	Alle spelers dienen in blok naar de bal te schuiven
<b>SLUITEN</b>	De ploeg dient de onderlinge afstanden te verkleinen
<b>VOORUIT SCHUIVEN</b>	Als de bal naar voor wordt gespeeld dient de verdediging naar voor te schuiven. Wordt bevolen door de doelman of een centrale verdediger
<b>ZAKKEN</b>	Bij balverlies direct achter de bal komen en verdedigende positie innemen. De ploeg of een bepaalde linie moet zich lager opstellen. Om een snelle opbouw van de tegenpartij te verhinderen. Je team verdedigend te versterken