



## Sv Dios Voetbalvisie 2023-2028

# Inleiding



Voor u ligt ons voorstel, onze voetbalvisie voor sv Dios, dé voetbalclub van de Haarlemmermeer.

Met dit plan willen we sv Dios helpen een voetbaltechnische impuls te bieden.

We willen letterlijk en figuurlijk met de gehele vereniging ontwikkelen ! Voor de één betekent dat in een selectieteam voetballen, voor een ander betekent dat met vrienden vooral plezier beleven in een vriendenteam.

Deze voetbalvisie is een levend document, gevormd door de opgedane kennis/ervaring van de schrijvers van deze visie, gecombineerd met bestaande expertise vanuit de KNVB en verenigingen uit de top van het amateurvoetbal.

Het Dios Bestuur heeft in maart '23 bijgaande Voetbalvisie Dios omarmd, waarna het technisch hart is overgegaan tot gefaseerde implementatie, doormiddel van het aannemen van een HJO Breedtsport per augustus '23 (in de persoon van Dennis Wijnschenk) en het werven van een HJO Selectie gedurende het seizoen 23-24.

De betreffende HJO's hebben als taak om alle trainers, werkend in de Breedtsport (niet-selectieteams, Dames/Vrouwenteams en G teams) en Jeugd Selectieteams te helpen ontwikkelen, zodat de zij alle facetten van het voetbal gedegen kunnen overbrengen aan onze (jeugd)spelers. Binnen de Breedtsport is dit facultatief (niet verplicht, trainers kunnen Dennis' hulp vragen), voor de Selectieteams is het volgen van deze visie onderdeel van hun overeenkomst met Dios.

*Namens Technisch Hart Dios,*

*Bernie Duwel*

*Dennis Ladru*

*Johan Gomes*

*Arno Zondag (voorzitter TH)*



## Samenvatting:

Elk Selectie- en Recreatieteam bij Dios voetbalt (en traint) momenteel maximaal op het niveau van de trainer.

Wat ontbreekt, is een integrale trainingsmethodiek, leerlijn, speelstijl, een visie. Vergelijk het gerust met het basis en voortgezet Onderwijs in Nederland: elk kind dient aan het eind van de schoolperiode te kunnen lezen, schrijven en rekenen. Dat geldt ook voor voetballen bij Dios: wij willen onze trainers en trainsters helpen de kids alles te leren, wat bij voetbal hoort. Op een gestructureerde, gerichte en leuke manier, zodat elk kind maximaal plezier heeft in het spelletje. In welk team en op welke niveau je ook speelt.

Daarom zoeken we als club 2 Hoofden Jeugd Opleiding vanaf volgend seizoen: 1 voor de Breedtesport en 1 voor de Selectieteams. Die HJO's krijgen als taak om al onze trainers te helpen onze kinderen zo goed mogelijk te leren voetballen, aan de hand van deze Voetbalvisie Dios.

Met als doel om alle Diosleden het volgende te bieden:

- > Meer voetbal plezier
- > Meer ontwikkeling bij trainers/coaches en spelers
- > Herkenbare, onderscheidende voetbalstijl Dios (1-4-3-3)
- > Betere resultaten door gerichte ontwikkeling spelers



# De speelstijl van sv Dios, van 1e elftal tot jongste (selectie)team





# Speelwijze sv Dios: gebaseerd op 4 hoofdmomenten

Voetbal is onder te verdelen in 4 onderdelen (4 'hoofdmomenten')

- **Verdedigen**
- **Aanvallen**
- **Omschakelen Verdedigen naar Aanvallen**
- **Omschakelen Aanvallen naar Verdedigen**

**Sv Dios hanteert te allen tijde het 1-4-3-3 systeem**



# Speelwijze sv Dios: herkenbaar van O8-1 t/m Dios 1

## Typerende spelprincipes van sv Dios bij de 4 hoofdmomenten

### **Verdedigen:**

Wij houden het speelveld/ de speelruimte klein, in zowel de lengte als de breedte.

### **Omschakelen Verdedigen naar Aanvallen:**

Wij geven de voorkeur aan een bal vooruit i.p.v. breed of terug na verovering.

### **Aanvallen:**

Wij willen spelers z.s.m. vrij spelen om kansen te creëren om doelpunten te (kunnen) maken.

### **Omschakelen Aanvallen naar Verdedigen:**

We zetten direct druk op speler met de bal. De overige spelers komen z.s.m. in organisatie.

# Basistaken spelprincipes (1)



Verdedigen	Omschakeling V -> A
<ol style="list-style-type: none"><li><b>1. Wij houden het speelveld/ de speelruimte klein in zowel de lengte als de breedte.</b><ul style="list-style-type: none"><li>• We zorgen dat de onderlinge afstanden maximaal 15 meter zijn.</li><li>• Achterbal zetten we vast.</li><li>• Ingooi zetten we vast, waar dan ook op het speelveld.</li><li>• Als de TP de bal vrij in de opbouw heeft zorgen we dat we linies kort op elkaar hebben. Dit kan op verschillende hoogtes op het veld.</li><li>• Als de TP de bal achteruit speelt dan sluiten we aan zodat de linies dicht bij elkaar blijven.</li></ul></li><li><b>2. We houden de as dicht.</b><ul style="list-style-type: none"><li>• We creëren de voorwaarde dat de TP de zijkant inspeelt.</li><li>• Als de TP de bal aan de zijkant heeft mogen ze nooit via de as aan de andere kant komen waardoor wij snel moeten kantelen, en de ruimtes groter worden.</li><li>• Aan de kant van de bal zetten we agressief druk en gaan het duel aan om de bal te winnen.</li></ul></li><li><b>3. We houden de tegenstander op als we in ondertal staan.</b></li><li><b>4. Op eigen helft hebben we altijd druk op de bal.</b></li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li><b>1. Na verovering spelen we de bal zo snel mogelijk uit de ruimte waar de bal is veroverd.</b><ul style="list-style-type: none"><li>• In de diepte (omdat de organisatie bij de TP waarschijnlijk nog niet goed staat).</li><li>• Achteruit (om de bal in ploeg te houden).</li><li>• Voorwaarts maar niet direct diep (om de bal in de ploeg te houden).</li></ul></li><li><b>2. Als we de bal veroveren gaan er altijd 2 spelers diep. 1 aan de bal kant en 1 aan de kontrakant.</b><ul style="list-style-type: none"><li>• Deze spelers gaan diep om de bal te ontvangen en een goal te maken.</li><li>• De spelers gaan diep om ruimte te maken op het moment dat we de bal in de ploeg houden. (TP moet hierop reageren).</li></ul></li></ol>

# Basistaken spelprincipes (2)



Aanval	Omschakeling A -> V
<ol style="list-style-type: none"><li><b>1. We zorgen voor een optimale veldbezetting in lengte en breedte.</b><ul style="list-style-type: none"><li>• We creëren een overtal in de buurt van de bal zodat we altijd positie spel kunnen spelen.</li><li>• Er staat altijd maar 1 speler op de vleugel links en rechts.</li></ul></li><li><b>2. Positiespel is een middel en geen doel op zich.</b><ul style="list-style-type: none"><li>• Diepte gaat voor breedte.</li><li>• Veel beweging en overlappings door spelers zonder bal. (Het mag nooit voorspelbaar worden).</li></ul></li><li><b>3. We benutten de ruimtes tussen de linies.</b></li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li><b>1. We zetten direct druk (5 seconde regel) op het moment dat we de bal verspelen, zodat als we de bal veroveren zo snel mogelijk kunnen scoren.</b><ul style="list-style-type: none"><li>• De speler die het dichtst bij de bal staat geeft direct druk op de bal, de rest doet mee.</li></ul></li><li><b>2. Als TP de bal groot speelt en de afstanden niet meer te belopen zijn maken we als team de ruimtes weer klein en zetten we de as dicht om de voorwaarden te creëren dat ze de zijkant aanspelen.</b></li><li><b>3. Wij houden de tegenstander op en plooiën terug als we in ondertal staan.</b><ul style="list-style-type: none"><li>• De TP dwingen we naar de buitenkant, we houden de as dicht.</li></ul></li></ol>





# Training

## Uitgangspunten

- Iedereen is actief betrokken met hoge trainingsintensiteit.
- Trainingen sluiten aan bij voetbalvisie en voetbalplan.
- De trainingen zijn gevarieerd en sluiten aan bij opleidingsplan
- De trainingen kennen een logische opbouw en afgestemd op de fase van ontwikkeling.
- We houden hierbij rekening met leeftijdskenmerken.
- De randvoorwaarde zijn in orde: er is plezier, er worden vaardigheden aangeleerd / voetbalprobleem opgelost en de trainingsvorm heeft relatie tot de wedstrijd.

- Trainingsopbouw



# Leerlijnen



leeftijdsspecifieke kenmerken

## jeugdvoetballeerproces

"ontwikkelen van voetbalhandelingen"  
(aanvallen, verdedigen en omschakelen)





# Spelprincipes naar leeftijdscategorie (1)

Spelprincipe - Verdedigen	06-07	08-09-010	011-012	013	014-015	016	017	018-019
<b>1. Wij houden het speelveld/ de speelruimte klein in zowel de lengte als de breedte.</b>			✓	✓	✓	✓	✓	✓
• Wij zorgen dat de onderlinge afstanden max. 15 m. zijn.					✓	✓	✓	✓
• Achterbal zetten we vast.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
• Ingooi zetten we vast, waar dan ook op het speelveld.		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
• Als TP de bal vrij in de opbouw heeft zorgen we dat we lines kort op elkaar hebben. Dit kan op verschillende hoogtes op het veld.				✓	✓	✓	✓	✓
• Als TP de bal achteruit speelt dan sluiten we aan zodat de lines dicht bij elkaar blijven.			✓	✓	✓	✓	✓	✓
<b>2. We houden de as dicht.</b>				✓	✓	✓	✓	✓
• We creëren de voorwaarde dat de TP de zijkant inspeelt.				✓	✓	✓	✓	✓
• Als de TP de bal aan de zijkant heeft mogen ze nooit via de as aan de andere kant komen waardoor wij snel moeten kantelen en de ruimtes groter worden.				✓	✓	✓	✓	✓
• Aan de kant van de bal zetten we agressief druk en gaan het duel aan om de bal te winnen.				✓	✓	✓	✓	✓
<b>3. We houden de tegenstander op als we in ondertal staan.</b>				✓	✓	✓	✓	✓
<b>4. Op eigen helft hebben we altijd druk op de bal.</b> Opleidingspla	n - nov 202	1 ✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

## Spelprincipes naar leeftijdscategorie (2)



Spelprincipe – Omschakeling Verdedigen naar aanvallen	O6-07	O8-09-010	O11-12	O13	O14-015	O16	O17	O18-019
<b>1. Na verovering spelen we de bal zo snel mogelijk uit de ruimte waar de bal is veroverd.</b>	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
• In de diepte omdat de organisatie bij de TP waarschijnlijk nog niet goed staat.					✓	✓	✓	✓
• Achteruit om de bal in de ploeg te houden.		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
• Voorwaarts maar niet direct diep om de bal in de ploeg te houden.				✓	✓	✓	✓	✓
<b>2. Als we de bal veroveren gaan er altijd 2 spelers diep, 1 aan de bal kant en 1 aan de contrakant.</b>			✓	✓	✓	✓	✓	✓
• Deze spelers gaan diep om de bal te ontvangen en een goal te maken.		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
• De spelers gaan diep om ruimte te maken op het moment dat we de bal in de ploeg houden (TP moet hierop reageren).				✓	✓	✓	✓	✓

# Spelprincipes naar leeftijdscategorie (3)



Spelprincipe - Aanvallen	O6-07	O8-09-010	O11-12	O13	O14 - O15	O16	O17	O18-019
1. <b>We zorgen voor een optimale veldbezetting in lengte en breedte.</b>		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
• We creëren een overtal in de buurt van de bal zodat we altijd positieospel kunnen spelen.			✓	✓	✓	✓	✓	✓
• Er staat altijd maar 1 speler op de vleugel links en rechts.			✓	✓	✓	✓	✓	✓
2. <b>Positiespel is een middel en geen doel op zich.</b>				✓	✓	✓	✓	✓
• Diepte gaat voor breedte.					✓	✓	✓	✓
• Veel beweging en overlappings door spelers zonder bal. (Het mag nooit voorspelbaar worden).						✓	✓	✓
3. <b>We benutten de ruimtes tussen de linies.</b>					✓	✓	✓	✓

# Spelprincipes naar leeftijdscategorie (4)



Spelprincipe – Omschakeling aanvallen naar verdedigen	O6-07	O8-09-010	O11-12	O13	O14-015	O16	O17	O18-019
1. We zetten direct druk (5 seconde regel) op het moment dat we de bal verspelen, zodat als we de bal veroveren zo snel mogelijk kunnen scoren.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
• De speler die het dichtst bij de bal staat geeft direct druk op de bal, de rest doet mee.		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
2. Als TP de bal groot speelt en de afstanden niet meer te belopen zijn maken we als team de ruimtes weer klein en zetten we de as dicht om de voorwaarden te creëren dat ze de zijkant aanspelen.					✓	✓	✓	✓
3. Wij houden de tegenstander op en plooiën terug als we in ondertal staan.				✓	✓	✓	✓	✓
• De TP dwingen we naar de buitenkant, we houden de as dicht.						✓	✓	✓



# Basistaken spelprincipes per linie (1)

## Verdediging

Verdedigen	Omschakeling V -> A	Aanval	Omschakeling A -> V
<ul style="list-style-type: none"> <li>Bal afpakken.</li> <li>Ophouden van tegenstander zodat organisatie kan verbeteren.</li> <li>Ruimte klein houden, niet direct achteruit lopen. Voorkeur: vooruit druk geven.</li> <li>Hoe dichterbij eigen 16-meter hoe scherper de dekking.</li> <li>Rugdekking.</li> <li>Onderlinge coaching.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Snelle omschakeling.</li> <li>Gebruik maken van niet in organisatie staan tegenstander.</li> <li>Bal vooruit voorkeur boven bal breed (of achteruit)</li> <li>Initiatief nemen, meedoen in de aanval.</li> <li>Opletten op wat je achterlaat.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Initiatief nemen in opbouw.</li> <li>Nauwkeurigheid bij inspelen van de bal (diepte voor breedte)</li> <li>Spelen van positieospel.</li> <li>Hoge intensiteit en baltempo.</li> <li>Speler meer creëren in en tussen de linies.</li> <li>Onderling coaching</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Snelle omschakeling.</li> <li>Directe druk op de speler met bal.</li> <li>Snel komen in organisatie.</li> <li>Ophouden, knijpen.</li> <li>Dwingen naar zijkant.</li> </ul>



## Basistaken spelprincipes per linie (2)

### Middenveld

Verdedigen	Omschakeling V -> A	Aanval	Omschakeling A -> V
<ul style="list-style-type: none"> <li>Bal afpakken.</li> <li>Kort dekken omgeving van de bal.</li> <li>Fysiek sterk bij spelen van duel.</li> <li>Juiste positie kiezen tussen tegenstander en eigen doel.</li> <li>Overnemen van doorkomende spelers</li> <li>Tegenstander dwingen naar afspelen zijkant</li> <li>Onderlinge coaching.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Snelle omschakeling.</li> <li>Gebruik maken van niet in organisatie staan tegenstander.</li> <li>Bal vooruit voorkeur boven bal breed (of achteruit)</li> <li>Initiatief nemen, meedoen in de aanval.</li> <li>Grootmaken speelruimte</li> <li>Lopende mensen in de diepte.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Initiatief nemen om doelmansen te creëren.</li> <li>Nauwkeurigheid bij inspelen van de bal (diepte voor breedte)</li> <li>Spelen van positiespel.</li> <li>Snel bijsluiten middenvelders (let op organisatie) voor het doel.</li> <li>Hoge intensiteit en baltempo.</li> <li>Onderlinge coaching</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Snelle omschakeling.</li> <li>Direct druk op de speler met bal.</li> <li>Ophouden, knijpen.</li> <li>Dwingen naar zijkant.</li> </ul>





## Basistaken spelprincipes per linie (3)

### Aanval

Verdedigen	Omschakeling V -> A	Aanval	Omschakeling A -> V
<ul style="list-style-type: none"> <li>Bal afpakken.</li> <li>Voorkeur hoog druk zetten.</li> <li>Bij opbouw linies kort op elkaar houden.</li> <li>Op juiste moment jagen op de bal.</li> <li>Ruimte wegnemen.</li> <li>Druk op de bal houden.</li> <li>Juiste positie kiezen tussen tegenstander en doel.</li> <li>Onderlinge coaching.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Snelle omschakeling.</li> <li>Gebruik maken van niet in organisatie staan tegenstander.</li> <li>Bal vooruit voorkeur boven bal breed (of achteruit)</li> <li>Initiatief nemen, meedoen in de aanval.</li> <li>Grootmaken speelruimte</li> <li>Lopende mensen in de diepte.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Doelkansen creëren.</li> <li>Flanken optimaal benutten</li> <li>Speelruimte groot maken.</li> <li>Vrijlopen, in de bal en diepte.</li> <li>Creëren van kansen d.m.v. acties individu of combinaties.</li> <li>Geven van voorzetten (niet altijd vanaf achterlijn).</li> <li>Aanspelbaar zijn.</li> <li>Onderling coachen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Snelle omschakeling.</li> <li>Direct druk op de speler met bal.</li> <li>Ophouden, knijpen.</li> <li>Dwingen naar zijkant.</li> </ul>

# Keepers (1)

## Onderbouw

JO6 - JO7	JO8 – JO9 - JO10	JO11 - JO12
<p>Hier hebben we het nog niet over een specifiek leerdoel. Nadruk ligt meer op spelende wijs kennis maken met het keepersvak door de spelertjes te rouleren op de goal. Na verloop van tijd wordt door de trainer gezien, wie in deze leeftijdscategorie talent heeft en/of zelf aangeeft het leuk te vinden te keepen. Plezier staat in deze leeftijdsgroep voorop.</p>	<p>Bij deze lichten komt vaak al een eerste schifting gemaakt en kan er specifieker worden getraind op bijvoorbeeld:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Voetenwerk</li><li>• Vangen</li><li>• Rollen</li><li>• Werpen</li><li>• Uitgangshouding</li></ul>	<p>Naast:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Voetenwerk</li><li>• Vangen</li><li>• Rollen</li><li>• Werpen</li></ul> <p>•Uitgangshouding Aandacht voor:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Positie in en voor het doel</li></ul>

# Keepers (2)

## Middenbouw

JO13	JO14	JO15-JO16
<p>Bij deze lichting kan meer de focus gelegd worden op de volgende technische aspecten</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Traptechniek doeltrap/uittrap</li><li>• Werpen</li><li>• Positie in en voor de goal</li><li>• Duiken, instappen, insnijdende bal</li><li>• Voetenwerk</li><li>• Uitgangshouding</li><li>• Positieve coaching</li></ul>	<p>Bij deze lichting kan meer de focus gelegd worden op de volgende technische aspecten</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Traptechniek doeltrap/uittrap</li><li>• Werpen</li><li>• Positie in en voor de goal</li><li>• Duiken, instappen, insnijdende bal</li><li>• Voetenwerk</li><li>• Uitgangshouding</li><li>• Positieve coaching</li></ul>	<p>Bij deze lichting is de basis al neergezet voor een goede keeper en zitten we in de afrondende fase van de basisvorming. Deze basis moet nog verder worden uitgebouwd, als voorbereiding op het volgende niveau.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tactisch duel 1-1 / uitkomen / positie in de goal en 16 meter gebied / aanbieden en ruimte creëren</li><li>• Conditioneel</li><li>• Coaching, geven van aanwijzingen en aansturen van de verdediging / los roepen</li><li>• Sprongkracht</li><li>• Vallen en opstaan</li><li>• Positieve coaching</li></ul>

# Keepers (3)

## Bovenbouw

JO17	JO18	JO19
<p>In deze lichting ligt de focus meer op het voortborduren op aspecten uit de middenbouw en het bijschaven van de basisvorming van de doelman. Het sterker worden en intensiever trainen op anticiperen, tactiek en coaching. Verder ook aandacht voor</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Vallen duiken vanuit zit, hurk en staan</li><li>• Ballen harder inspelen en kort naast het lichaam, reactiesnelheid verhogen</li><li>• Vrije trappen muur opstellen en bij corner in de 5 meter gebied heersen</li><li>• Voetenwerk blijft bij alle lichtingen heel belangrijk om dat op niveau te houden</li><li>• Het verfijnen van de basistechnieken</li><li>• Werken aan een fit/sterk en gezond lichaam</li></ul>	<p>In deze lichting ligt de focus meer op het voortborduren op aspecten uit de middenbouw en het bijschaven van de basisvorming van de doelman. Het sterker worden en intensiever trainen op anticiperen, tactiek en coaching. Verder ook aandacht voor</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Vallen duiken vanuit zit, hurk en staan</li><li>• Ballen harder inspelen en kort naast het lichaam, reactiesnelheid verhogen</li><li>• Vrije trappen muur opstellen en bij corner in de 5 meter gebied heersen</li><li>• Voetenwerk blijft bij alle lichtingen heel belangrijk om dat op niveau te houden</li><li>• Het verfijnen van de basistechnieken</li><li>• Werken aan een fit/sterk en gezond lichaam</li></ul>	<p>In de eindfase van de opleiding bij keepers. Hier worden de leerdoelen gecontinueerd en aangescherpt, op zo'n manier dat de jeugdkeeper wordt voorbereid op het seniorenvoetbal. Wedstrijdgericht trainen en coachen is hier de grootste uitdaging.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Rol en positie van de keeper in een team</li><li>• Hoe belangrijk de uitstraling van een keeper is</li><li>• Persoonlijkheid en zelfstandigheid</li><li>• Kritisch kunnen kijken naar de eigen prestatie</li><li>• Inzet en discipline</li></ul>

# Meiden/Vrouwenvoetbal en G-Voetbal

## Uitgangspunten

- Dit opleidingsplan is ook beschikbaar voor (de trainers van) Meiden/Vrouwen teams en G -Voetbal
- In de basis wordt er geen onderscheid gemaakt tussen jongens en meisjes.
- Waar in dit opleidingsplan wordt verwezen naar een man (hij, etc.) kan men zij etc lezen.
- Wij staan hierin ook vriendinnenteams toe (gelijk aan vriendenteams binnen de jeugd).
- Talentvolle meisjes worden gestimuleerd om op hoger niveau te voetballen met jongens.