# TACTISCHE PERIODISERING - JAARKALENDER

De 4 fases bij het aanvallen

| | Fase 1 | Fase 2 | Fase 3 | Fase 4 |
|---|---|---|---|---|
| AANVALLEN | Opbouw eigen helft keeper + laatste linie | Opbouw rond middenlijn laatste linie + middenvelders | Opbouw helft tegenstander. Middenvelders en aanvallers creëren van kansen | Helft tegenstander - afwerken van kansen / komen tot scoren |
| OMSCHAKELEN VRD - AV | • Snel tot aanvallen komen - binnen 10 seconden<br>• Bal naar vrije ruimte verplaatsen | | • Snel tot aanvallen komen - binnen 10 seconden<br>• Bal naar vrije ruimte verplaatsen | |

| | Fase1 | Fase 2 | Fase 3 | Fase 4 |
|---|---|---|---|---|
| VERDEDIGEN | Verdedigen helft tegenstander: hoog druk zetten om opbouw tegenstander te storen | Verdedigen helft tegenstander: druk zetten om bal te vervoeren voordat er diep gespeeld wordt | Verdedigen eigen helft: voorkomen van kansen / indirect gevaar | Verdedigen eigen helft: voorkomen van doelpunten |
| OMSCHAKELEN AV - VRD | • Snel vervoeren bal - 5 seconden regel<br>• Restverdediging pro-actief organiseren | | • Snel vervoeren bal - 5 seconden regel<br>• Restverdediging pro-actief organiseren | |

De 4 fases bij het verdedigen

| PERIODE >> | SEPTEMBER | | | | OKTOBER | | | | NOVEMBER | | | | DECEMBER | | JANUARI | | | FEBRUARI | | | MAART | | | | APRIL | | | | MEI | | | | JUNI | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Wk 1 | Wk 2 | Wk 3 | Wk 4 | Wk 1 | Wk 2 | Wk 3 | Wk 4 | Wk 1 | Wk 2 | Wk 3 | Wk 4 | Wk 1 | Wk 2 | Wk 2 | Wk 3 | Wk 4 | Wk 1 | Wk 2 | Wk 3 | Wk 4 | Wk 1 | Wk 2 | Wk 3 | Wk 4 | Wk 1 | Wk 2 | Wk 3 | Wk 4 | Wk 1 | Wk 2 | Wk 3 | Wk 4 | Wk 1 | Wk 2 |
| THEMA >> | VRD | AANV | VRD | AANV | OMSCHAKELEN VRD>AV | | AANVALLEN | | VERDEDIGEN | | OMSCHAKELEN AV>VRD | | AANVALLEN | | VERDEDIGEN | | | OMSCHAKELEN VRD>AV | | | AANVALLEN | | | | VERDEDIGEN | | OMSCHAKELEN AV>VRD | | AANVALLEN | | | | | | |
| | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | Fase 1+2 | Fase 3+4 | | |
| LEEFTIJDSGROEP | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| O7 en O8 | Rennen naar tegenstander met bal | Passen | Schot blokkeren | Dribbelen | Passen diepte | Snel dribbelen | Passen | Dribbelen | Rennen naar tegenstander met bal | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen | Dribbelen | Rennen naar tegenstander met bal | Schot blokkeren | Passen diepte | Snel dribbelen | Passen | Dribbelen | Rennen naar tegenstander met bal | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen | Dribbelen | Rennen naar tegenstander met bal | Schot blokkeren | Passen diepte | Snel dribbelen | Passen | Dribbelen | VRIJE INVULLING | | | |
| | | Aannemen | Doel afschermen | Schieten | Aannemen vooruit | Snel schieten | Aannemen | Schieten | | Doel afschermen | Snel doel afschermen | Aannemen | | Schieten | | Doel afschermen | Aannemen vooruit | Snel schieten | Aannemen | Schieten | | Doel afschermen | Snel doel afschermen | Aannemen | | Schieten | | Doel afschermen | Aannemen vooruit | Snel schieten | Aannemen | Schieten | | | |
| | Achterna zitten balbezitter | Dribbelen | Achterna zitten balbezitter | Scoren | | Snel scoren | Dribbelen | Scoren | Achterna zitten balbezitter | Achterna zitten balbezitter | Achterna zitten balbezitter | | | Scoren | Achterna zitten balbezitter | Achterna zitten balbezitter | | Snel scoren | | Scoren | Achterna zitten balbezitter | Achterna zitten balbezitter | Achterna zitten balbezitter | | | Scoren | Achterna zitten balbezitter | Achterna zitten balbezitter | | Snel scoren | | Scoren | | | |
| | Spelsituatie is 1v0 of 1v1 | | | | Spelsituatie is 1v0 of 1v1 | | | | Spelsituatie is 1v1, over- /ondertal tot max. **3** spelers | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2, overtal/ondertal tot max. **4v4** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2, overtal/ondertal tot max. **4v4** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2, overtal/ondertal tot max. **4v4** | | | | | | | | |
| O9 en O10 | Ruimte met elkaar klein maken: bij de bal | Aannemen: vrije ruimte | Schot blokkeren | Dribbelen / vrijlopen | Passen: diepte | Passeren vooruit | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen / vrijlopen | Ruimte met elkaar klein maken: bij de bal | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen / vrijlopen | Ruimte met elkaar klein maken: bij de bal | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen / vrijlopen | Ruimte met elkaar klein maken: bij de bal | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen / vrijlopen | Ruimte met elkaar klein maken: bij de bal | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen / vrijlopen | VRIJE INVULLING | | |
| | | Bal afschermen | Doel afschermen | Schieten / scoren | Bal afschermen | Snel scoren | Bal afschermen | Schieten / scoren | | Doel afschermen | Snel doel afschermen | Bal afschermen | | Schieten / scoren | | Bal afschermen | Aannemen vooruit | Snel scoren | Bal afschermen | Schieten / scoren | | Doel afschermen | Snel doel afschermen | Bal afschermen | | Schieten / scoren | | Doel afschermen | Bal afschermen | Snel scoren | Bal afschermen | Schieten / scoren | | | |
| | Snel druk op tegenstander met bal | Passen: diepte | | Bal afschermen | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Passen: diepte | Bal afschermen | Snel druk op tegenstander met bal | Achterna zitten balbezitter | | | Passen: diepte | Bal afschermen | Snel druk op tegenstander met bal | | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Passen: diepte | Bal afschermen | Snel druk op tegenstander met bal | | Achterna zitten balbezitter | | Passen: diepte | Bal afschermen | Snel druk op tegenstander met bal | | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Passen: diepte | Bal afschermen | | | |
| | Spelsituatie is 1v1, 2v2 of 2v1 | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 of 2v1 | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **6v6** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **6v6** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **6v6** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **6v6** | | | | | | | | |
| O11 en O12 | Ruimte met elkaar klein maken: ruggedekking | Passen: diepte | Schot blokkeren | Opbouw helft TT | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Opbouw helft TT | Ruimte met elkaar klein maken: ruggedekking | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen: diepte | Opbouw helft TT | Ruimte met elkaar klein maken: ruggedekking | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Opbouw helft TT | Ruimte met elkaar klein maken: ruggedekking | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen: diepte | Opbouw helft TT | Ruimte met elkaar klein maken: ruggedekking | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Opbouw helft TT | VRIJE INVULLING | | |
| | | Bal afschermen | Tackelen, sliding | Komen tot scoren | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Komen tot scoren | | Tackelen, sliding | Snel doel afschermen | Aannemen: vrije ruimte | | Komen tot scoren | | Tackelen, sliding | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Komen tot scoren | | Tackelen, sliding | Snel doel afschermen | Aannemen: vrije ruimte | | Komen tot scoren | | Tackelen, sliding | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Komen tot scoren | | | |
| | Jagen, druk zetten / restvrd | Opbouw eigen helft | Rugdekking geven | Dribbelen | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft | Dribbelen | Jagen, druk zetten / restvrd | Rugdekking geven | Voorkomen dieptepass | | Opbouw eigen helft | Dribbelen | Jagen, druk zetten / restvrd | Rugdekking geven | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft | Dribbelen | Jagen, druk zetten / restvrd | Rugdekking geven | Voorkomen dieptepass | | Opbouw eigen helft | Dribbelen | Jagen, druk zetten / restvrd | Rugdekking geven | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft | Dribbelen | | | |
| | Spelsituatie is 1v1, 2v2 of 2v1 | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2, over- /ondertal 4 tot 6/8 spelers | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **8v8** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **8v8** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **8v8** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **8v8** | | | | | | | | |
| O13 en O14 | Hoog verdedigen: ruimte in de rug | Passen: diepte | Schot blokkeren | Komen tot scoren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | Hoog verdedigen: ruimte in de rug | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen: diepte | Komen tot scoren | Hoog verdedigen: ruimte in de rug | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | Hoog verdedigen: ruimte in de rug | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen: diepte | Komen tot scoren | Hoog verdedigen: ruimte in de rug | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | VRIJE INVULLING | | |
| | | Aannemen: vrije ruimte | Tackelen, sliding | Dribbelen | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Snel doel afschermen | Aannemen: vrije ruimte | | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Snel doel afschermen | Aannemen: vrije ruimte | | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | | |
| | Jagen, druk zetten / ophouden TT | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Timing contactmoment | Opbouw helft TT | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten / ophouden TT | Timing contactmoment | Voorkomen counter | | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten / ophouden TT | Timing contactmoment | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten / ophouden TT | Timing contactmoment | Voorkomen counter | | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten / ophouden TT | Timing contactmoment | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | | | |
| | Spelsituatie is 1v1, 2v2, over- /ondertal 4 tot 6/8 spelers | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2, over- /ondertal 4 tot 6/8 spelers | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | | | |
| O15 en O16 | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Passen: diepte | Schot blokkeren | Komen tot scoren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | Hoog verdedigen: onderlinge afstand | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen: diepte | Komen tot scoren | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen: diepte | Komen tot scoren | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | VRIJE INVULLING | | |
| | | Aannemen: vrije ruimte | Tackelen, sliding | Dribbelen | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Snel doel afschermen | Aannemen: vrije ruimte | | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Snel doel afschermen | Aannemen: vrije ruimte | | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | | |
| | Jagen, druk zetten | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Timing contactmoment | Opbouw helft TT | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | Restverdediging: wie bal, wie zone | Timing contactmoment | Voorkomen counter | | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten | Timing contactmoment | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | Restverdediging: wie bal, wie zone | Timing contactmoment | Voorkomen counter | | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten | Timing contactmoment | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | | | |
| | Spelsituatie is 1v1, 2v2, over- /ondertal 4 tot 6/8 spelers | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2, over- /ondertal 4 tot 6/8 spelers | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | | | |
| O17 en O18 | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Passen: diepte | Schot blokkeren | Komen tot scoren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen: diepte | Komen tot scoren | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen: diepte | Komen tot scoren | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | VRIJE INVULLING | | |
| | | Aannemen: vrije ruimte | Tackelen, sliding | Dribbelen | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Snel doel afschermen | Aannemen: vrije ruimte | | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Snel doel afschermen | Aannemen: vrije ruimte | | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | | |
| | Jagen, druk zetten | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Timing contactmoment | Opbouw helft TT | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten irt positie | Timing contactmoment | Voorkomen counter / restvrd | | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten irt positie | Timing contactmoment | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten irt positie | Timing contactmoment | Voorkomen counter / restvrd | | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten irt positie | Timing contactmoment | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | | | |
| | Spelsituatie is 1v1, 2v2, over- /ondertal 4 tot 6/8 spelers | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2, over- /ondertal 4 tot 6/8 spelers | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | | | |
| O19 t/m O21 | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Passen: diepte | Ruimte klein maken: voorkomen diepte | Komen tot scoren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen: diepte | Komen tot scoren | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Schot blokkeren | Snel vervoeren bal - 5 seconden | Schot blokkeren | Passen: diepte | Komen tot scoren | Ruimte klein maken: vertragen opbouw TT | Schot blokkeren | Passen: diepte | Passeren vooruit | Passen: diepte | Komen tot scoren | VRIJE INVULLING | | |
| | | Aannemen: vrije ruimte | | Dribbelen | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Snel doel afschermen | Aannemen: vrije ruimte | | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Snel doel afschermen | Aannemen: vrije ruimte | | Dribbelen | | Tackelen, sliding | Bal afschermen | Snel scoren | Aannemen: vrije ruimte | Dribbelen | | | |
| | Jagen, druk zetten | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Ophouden TT: bewaken afstand | Opbouw helft TT | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten irt TT | Timing contactmoment | Voorkomen counter / restvrd | | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten irt positie | Timing contactmoment | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten irt positie | Timing contactmoment | Voorkomen counter / restvrd | | Opbouw eigen helft: patroon 1 | Opbouw helft TT | Jagen, druk zetten irt positie | Timing contactmoment | Aannemen vooruit | Dribbelen / vrijlopen vooruit | Opbouw eigen helft: patroon 2 | Opbouw helft TT | | | |
| | Spelsituatie is 1v1, 2v2, over- /ondertal 4 tot 6/8 spelers | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2, over- /ondertal tot max **11v11** | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | Spelsituatie is 1v1, 2v2 over- /ondertal 4 tot max **11v11** | | | | | | | | |