



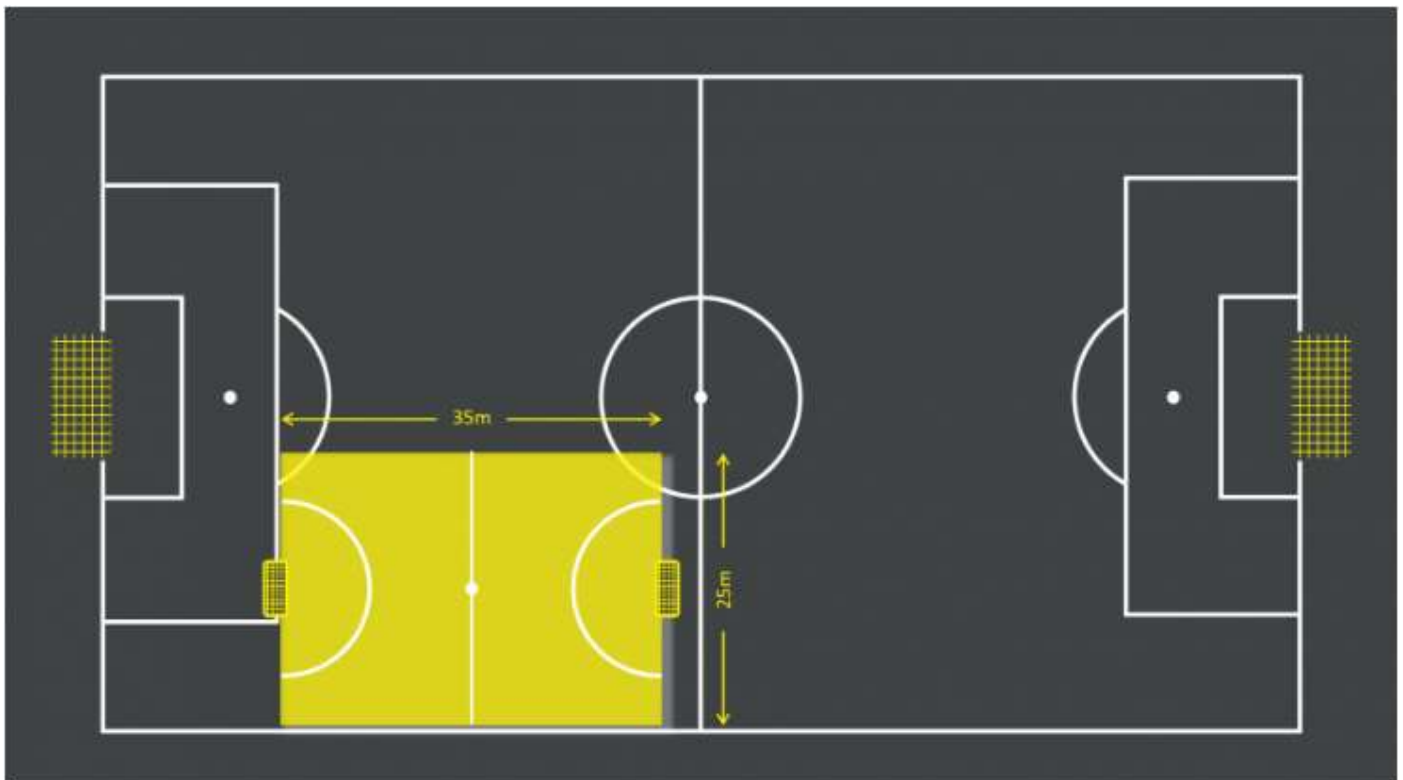
Format 5 v 5 (U8-9)

Format 5 v 5 (U8-9)

5v5 is het KBVB-wedstrijdformat voor 7 en 8-jarigen (U8 en U9). De extra spelers zorgen voor 3 linies en geven meer vooral korte passingmogelijkheden. De “decision making” of “zelf beslissen” wordt meer bepalend.

Terrein

Er wordt gespeeld op een terrein van 25m op 35m.

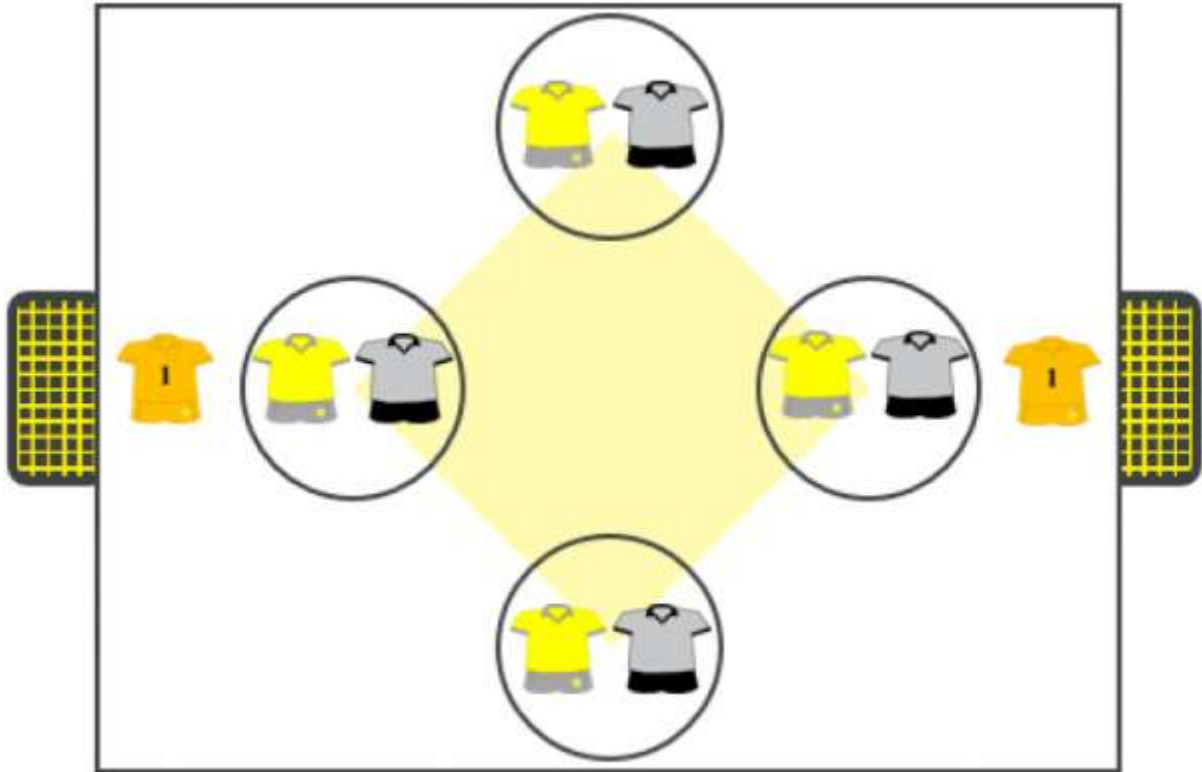


Team

Bij het format 5v5 bestaat het team uit 5 spelers en maximaal 3 wisselers. Doorlopende wissels zijn van toepassing en alle spelers spelen evenveel.

Veldbezetting

Bij de U8 en U9 wordt er gespeeld in een ruitformatie (vliegtuig) waarbij 3 linies gevormd worden → speelwijze = K+4 tegen 4+K. Tussen de spelers ontstaan er driehoeken en 1v1 situaties (duels) zijn overal van toepassing. De keepers zijn duidelijk herkenbaar door het dragen van een ander truitje of hesje.



Rol van de begeleider

- Uit je fouten leer je. Laat de spelers deze fouten maken en corrigeer niet elke actie.
- De coaching is steeds gericht op de speler en niet op het team.
- Als begeleider van het format 5v5 bij de U8 en U9 geef je ruim voldoende aandacht aan het duel (1v1) en de individuele actie (dribbel).
- Geef ruim aandacht aan “decision making” of “zelf beslissen” waarbij de spelers de keuze dienen te maken tussen dribbelen, passen of trappen.

Spelreglement

Spelregels 5V5

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

**Format 5 v 5 (U8-9)****Opleidingskader****BESCHRIJVING VAN DE SPELOMGEVING**

Ideale wedstrijdvorm is 5v5 (enkele ruit) met passafstanden tot ongeveer 10 meter.

BASICS (Ba)		TEAMTACTICS (TT)	
B+ (Ba+)	B- (Ba-)	B+ (TT+)	B- (TT-)
<ul style="list-style-type: none">• Leiden en dribbelen• Korte passing• Controle op lage bal• Doelpoging tot 10m• Doelpoging op lage voorzet• Vrij en ingedraaid staan• Vrijlopen: aanspeelbaar zijn door vrije ruimte te zoeken• In dribbelen of intrappen	<ul style="list-style-type: none">• Druk zetten, duel of remmend kijken• Opstelling tussen tegen-speler en doel• Korte dekking op korte pass• Interceptie of afweren korte pass	<ul style="list-style-type: none">01. Openen: Breed02. Openen: Diep14. Infiltratie met bal: leiden of dribbelen: Challenge15. Een doelkans creëren via een individuele actie21. Zo snel mogelijk afwerpen bij een werkelijke doelkans	<ul style="list-style-type: none">05. Positieve pressing op de baldrager11. Het duel nooit verliezen: zich nooit laten uitschakelen15. Zich niet laten uitschakelen door een individuele actie in de waarheidszone21. Doelpoging afblokken

FYSIEK (KLUSC)	MENTAAL
<ul style="list-style-type: none">• KRACHT: natuurlijke bewegingen, duels tussen homogene groepen (evenwicht)• LENIGHEID: meest soepele periode• UITHOUDING: de omvang van de training (tijdsduur)• SNELHEID: reactie, startsnelheid in spelvorm → looptechniek enkel observeren, speels scholen• COORDINATIE:<ul style="list-style-type: none">° lichaamscoördinatie° oog-handcoördinatie° oog-voetcoördinatie	<ul style="list-style-type: none">• Wordt leergierig• Concentratie neemt toe• Is bereid om deel uit te maken van een team