

Excelsior Zedelgem Jeugd: Jaarplan U10

Maand	Basics	Teamtactics	Aandachtspunt	Beweging van de maand
September	B+ : Halflange passing op halfhoge bal B- : Speelhoeken afsluiten	TT +: Ruimte creëren voor zichzelf en het benutten ervan TT - : Negatieve pressing op baldrager	- Opbouw van achteraan via flank (2 of 5), beginnende bij de keeper.	Body dribble of side step
Oktober	B+ : Controle op halfhoge bal B- : Speelhoeken afsluiten	TT +: geen “dom” balverlies waardoor tegenpartij een doelkans krijgt. TT - : Negatieve pressing op baldrager	- Opbouw van achteraan via het centrum via 3 of inzakkende 10, beginnende bij de keeper.	Schaarbeweging
November	B+ : Doelpoging vanop 15 à 20 meter. B- : Korte dekking op halflange pass	TT +: Een lijn overslaan bij passing diep TT - : Dekking door dichtste medespeler	- Inworp B+ : <ul style="list-style-type: none"> • Na inworp terugkaatsen; • Vrijlopen. 	Sleepbeweging binnenkant voet
December	B+ : Doelpoging op lage voorzet B- : Korte dekking op halflange pass	TT +: Infiltratie op het juiste moment TT - : Dekking door dichtste medespeler	- Inworp B- <ul style="list-style-type: none"> • Rugdekking; • In de rug van man staan (armen open). 	Afrolbeweging of sleepbeweging voetzool
Januari	B+ : Doelpoging op halfhoge voorzet. B- : Interceptie of afweren halflange pass	TT +: Infiltratie zonder bal: give en go TT - : Een meeschuivende doelman (hoge positie)	- Hoekschop B+ <ul style="list-style-type: none"> • Positie kiezen voor doel; • Op het juiste moment inlopen. 	Overstap (tegenstander in de rug)
Februari	B+ : Vrijlopen om zelf aanspeelbaar te zijn. B- : Interceptie of afweren halflange pass	TT + : Infiltratie met bal: geen kans op direct en gevaarlijk balverlies TT - : Een meeschuivende doelman (hoge positie)	- Hoekschop B- <ul style="list-style-type: none"> • Verdedigende positie voor doel; • Man niet laten koppen. 	Zidane
Maart	B+ : Steunen van een medespeler B- : Druk zetten, duel of remmend wijken.	TT + : acties van op de flanken (7 en 11) TT - : de bal recupereren door interceptie	- Vrije trap B+ <ul style="list-style-type: none"> • Inoefenen korte vrije trap; • Positie kiezen voor doel. 	Dubbele schaar
April	B+ : vrijlopen door diep in de vrije ruimte te lopen B - : Druk zetten, duel of remmend wijken.	TT +: acties van op de flanken (7 en 11), met afwerken op doel TT- : de bal recupereren door interceptie	- Vrije trap B- <ul style="list-style-type: none"> • Doelman muur laten opstellen; • Doelpoging afblokken. 	V-beweging