

Omschrijving van de workshops

Workshop 1



Spelprincipe 'Omschakelen' door **Adrie Poldervaart** (Assistent-trainer FC Groningen)

In het moderne voetbal speelt de omschakeling een steeds grotere rol, 'het lezen van wedstrijden' wordt ook steeds belangrijker. 'Omschakelen' vereist tevens specifieke kwaliteiten van onze spelers en stelt ook eisen aan de manier waarop we 'omschakelen' trainbaar maken! Hoe kunnen we de omschakeling trainbaar maken, zowel aanvallend als verdedigend? Welke verschillende trainingsmethoden kunnen we hiervoor hanteren? Wordt er in andere landen op hetzelfde naar 'omschakelen' gekeken als in Nederland? Wat zijn specifieke fysieke, mentale en technische vaardigheden die we moeten trainen, en uiteindelijk beheersen, om winst te boeken in de omschakeling?

Workshop 2



Spelprincipe 'Aanvallen' door **Sandor van der Heide** (Assistent-trainer SC Cambuur)

In de laatste jaren is er steeds meer nadruk komen te liggen op spelprincipes i.p.v. spelsystemen. Dus onafhankelijk van het systeem worden dezelfde spelprincipes gehanteerd. Ik denk dat dit altijd al wel het geval is geweest maar dat dat nu meer wordt uitgediept. Wij werken met spelprincipes tijdens de 4 hoofdmomenten van het voetbal. Ons spelidee is om via balbezit te komen tot kansen creëren en doelpunten maken, uitgaande van een aantal spelprincipes. Dat is het uitgangspunt en dat is via principes onderverdeeld in 4 hoofdmomenten. In deze workshop besteden we aandacht aan het spelprincipe 'aanvallen'.

Workshop 3



'Fysieke training' door **Nicky Boonstra** (Fysiek trainer SC Cambuur)

Nicky Boonstra is al een aantal jaren verbonden aan SC Cambuur. Begonnen als Fysiek trainer bij de Jeugd opleiding werd hij in het seizoen 2018-2019 doorgeschoven naar de 1^e selectie van SC Cambuur. Nicky laat ons in de praktijk

zien hoe er bij SC Cambuur gewerkt wordt met verschillende werkvormen waaronder het **Athletics Skills Model**, één van de methodes waardoor voorkomen wordt dat voetballers teveel eenzijdig fysiek en motorisch ontwikkeld worden. Tevens staat ook “meten is weten” hoog in het vaandel van SC Cambuur en Nicky laat zien hoe dit wordt bewerkstelligd en wat er gedaan wordt met de verzamelde data.



Workshop 4

'Teamontwikkeling en fit-frisheid in Korfbal versus Voetbal' door **Pascal Zegwaard** (Hoofdtrainer DOS '46) en **Han Wonink** (docent CIOS/KNVB)

Pascal Zegwaard (Hoofdtrainer DOS '46) en Han Wonink (docent CIOS/KNVB) nemen ons mee in de Korfbal- versus de Voetbalwereld. Twee compleet verschillende sporten met ook heel veel overeenkomsten waarvan we van elkaar veel kunnen leren. Wat kunnen wij voetballers leren van structuren en teamontwikkeling uit de korfbalwereld, waar intensieve en explosieve handelingen elkaar snel opvolgen? Hoe spelen we in op snel veranderende omstandigheden en spelsituaties? Welke handvatten heeft een trainer/coach nodig om hierop snel te kunnen analyseren, reageren en reflecteren? Een leerzame workshop waarbij er door een “andere bril” naar het voetbalspelletje wordt gekeken.