

LEERLIJN

Basketbal Vlaanderen



basketbal
vlaanderen

Inhoud.

1. Inleiding

2. Een leerlijn

**3. Inhoud van het
aanvallend concept**

**4. Inhoud van het
verdedigend concept**

**5. Inhoud van de transitie:
offensief en defensief
concept**

1. INLEIDING

1. Inleiding

- Leerlijn
- Een Basketbal Vlaanderen leerlijn
 - Ontstaan
 - Doel
 - Voorwaarden
 - Visie op jeugdopleiding



1. Inleiding: Leerlijn?

- Definitie
 - Leerlijn is een didactische term die verwijst naar de opbouw van de trainingen – of leerstofonderdelen volgens bepaalde criteria.
 - Deze criteria kunnen variëren en worden gekoppeld aan doelen.



1. Inleiding: Leerlijn?

- Een leerlijn is **chronologisch**
- Een leerlijn weerspiegelt **een traject**:
 - Van gemakkelijk naar moeilijk
 - Van algemeen (visie) naar concreet (praktijk)
 - Van deel naar geheel (of omgekeerd)
- Een leerlijn bestaat uit **stappen**. Elke stap gaat weer een beetje verder en is nodig voor de volgende stappen = **beheersingsniveaus**



1. Een Basketbal Vlaanderen Leerlijn - Ontstaan

- Ontwikkeld door Creatief Coachen VZW (Benny Mertens & Veerle Vonderlynck) The logo for Creatief Coachen VZW, featuring a stylized blue and white circular icon above the text "creatiefcoachen" in a blue sans-serif font.
- Gegroeid uit eigen ervaringen als jeugdcoördinatoren
- Basis gelegd in publicatie: " Een opleidingsprogramma voor jongeren tussen 6 en 18 jaar" B. Mertens - 1992
- Beïnvloed door de ESEP CD-rom (Ugent)
- Ingame : <http://www.ingame.be>



1. Leerlijn - Doel

- De publicatie is bedoeld voor basketbalclubs: coaches en jeugdbestuurders.
- De bedoeling is structuur te brengen in de jeugdopleiding aan de hand van een leidraad.
- Een leerlijn is een **werkdokument** en moet als dusdanig zo gebruikt worden.
 - Moet vertaald worden in jaarplannen, periodeplannen en trainingsvoorbereidingen.



1. Leerlijn - Voorwaarden

- Consequente keuzes maken in het **jeugdbeleid** van een club
- **Jeugdcoördinator** aanstellen die de leerlijn helpt realiseren
- Een jeugdbestuur dat de leerlijn als **uitgangspunt** gebruikt voor het aantrekken van coaches
- Jeugdbestuur en – coördinator die de toewijzing van een coach aan een bepaald team koppelt, aan de **competentie van die coach** om de leerlijn in de praktijk te realiseren



1. Leerlijn – Visie op jeugdopleiding

- “**De**” leerlijn bestaat niet. “**Een**” leerlijn wordt voorgesteld.
- **Visie** hoe een jeugdspeler dient opgeleid te worden bepaald de keuzes die men maakt om de leerlijn op te bouwen
- Visie:
 - Competentie – gericht leren
 - Spelgericht
 - Speler - gestuurd
 - Procesgericht



1. Leerlijn – Visie

- Competentie – gericht

- Basketbal is een teamsport – toch mogelijkheden creëren om elke speler **op eigen niveau** te laten evolueren

- Het niveau van elke speler wordt bepaald door **verschillende componenten**:

- Fysieke competentie
- Mentale competentie
- Spelbeheersing

→ Holistische benadering



1. Leerlijn – Visie

- **Spelgericht**

- Leren spelen, doe je al spelend → speelregels
- Oplossingen kunnen vinden voor spelproblemen. Zowel aanvallend als verdedigend
- Dus leerlijn opgebouwd vanuit de 5 tegen 5, 4 tegen 4, 3 tegen 3, 2 tegen 2 en 1 tegen 1 met zeer veel aandacht voor de fundamentals

- **Speler - gestuurd**

- Werken met **speelregels** en geen vaste spelpatronen
- Iedereen op elke spot



1. Leerlijn – Visie

- **Procesgerichte aanpak**

- Het resultaat van de wedstrijden bepaalt niet de inhoud van de trainingen.
- Het sportief programma staat voorop.
- De ontwikkeling van elke speler naar het hoogste niveau staat centraal.



2. LEERLIJN

2. Leerlijn – Een leerlijn

- Lange termijn traject – korte termijn traject
- Beheersingsniveaus – Eindtermen
- Volgordeprincipes
- Methodische principes
- Aanvallende – verdedigende concepten



2. Lange termijn traject

- Doel: Evolueren naar een uitgebreid bewegingsrepertoire.
- Rode draad van U8 tot U21
- Aanleren/Beheersen van vaardigheden die misschien niet onmiddellijk door elke speler tijdens het spel zullen aangewend worden.
- Balbeheersing - lichaamsbeheersing



2. Lange termijn traject - voorbeeld

- Ontwikkelen van **lichaamsbeheersing**: verplaatsen
 - U10: lopen in verschillende richtingen
 - U16: lopen in verschillende richtingen waarbij gereageerd wordt op acties van ploegmaats en verdedigers
- Ontwikkelen van **balbeheersing**: dribbel achter de rug
 - U12: aanleren van dribbel achter de rug
 - U21: toepassen van de dribbel achter de rug in de 1 tegen 1 naar doel wanneer de verdediger geen ruimte laat



2. Korte termijn traject

- Doel: Evolueren naar een efficiënte 5 tegen 5 spelsituatie
- **Stappenplan** van U8 tot U21
- We voorzien 2 jaar om een volgend beheersingsniveau te bereiken
- Spelbeheersing



2. Beheersingsniveau - eindtermen

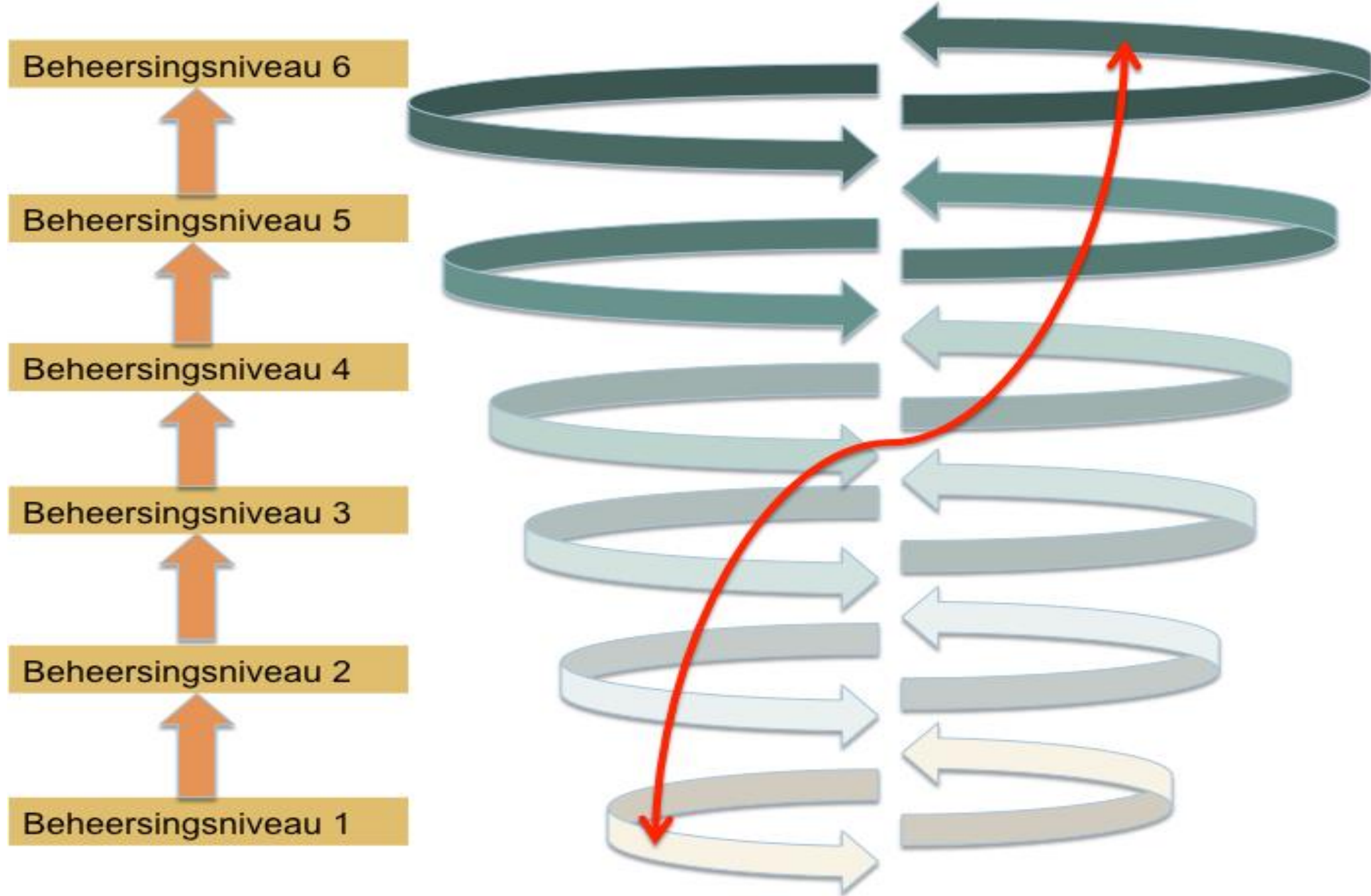
- Geen leeftijdgebonden programma – wel gekoppeld aan het **beheersingsniveau** van de spelers
- Geformuleerd in **te behalen eindtermen** voor elk beheersingsniveau
- De eindtermen worden bepaald door de **5 tegen 5 spelsituatie**



2. Volgordeprincipes

- Inhoud wordt opgebouwd **van beheersingsniveau naar het volgende beheersingsniveau** door:
 - Een verbetering van **de kwaliteit** van het spel
 - Spiralen worden **donkerder**: het beheersingsniveau wordt kwalitatief beter (**verdieping**)
 - Het toevoegen van **nieuwe elementen** zodat het bewegingsrepertoire uitgebreider wordt
 - Spiralen worden **groter**: het beheersingsniveau wordt uitgebreider (**uitbreiding**)



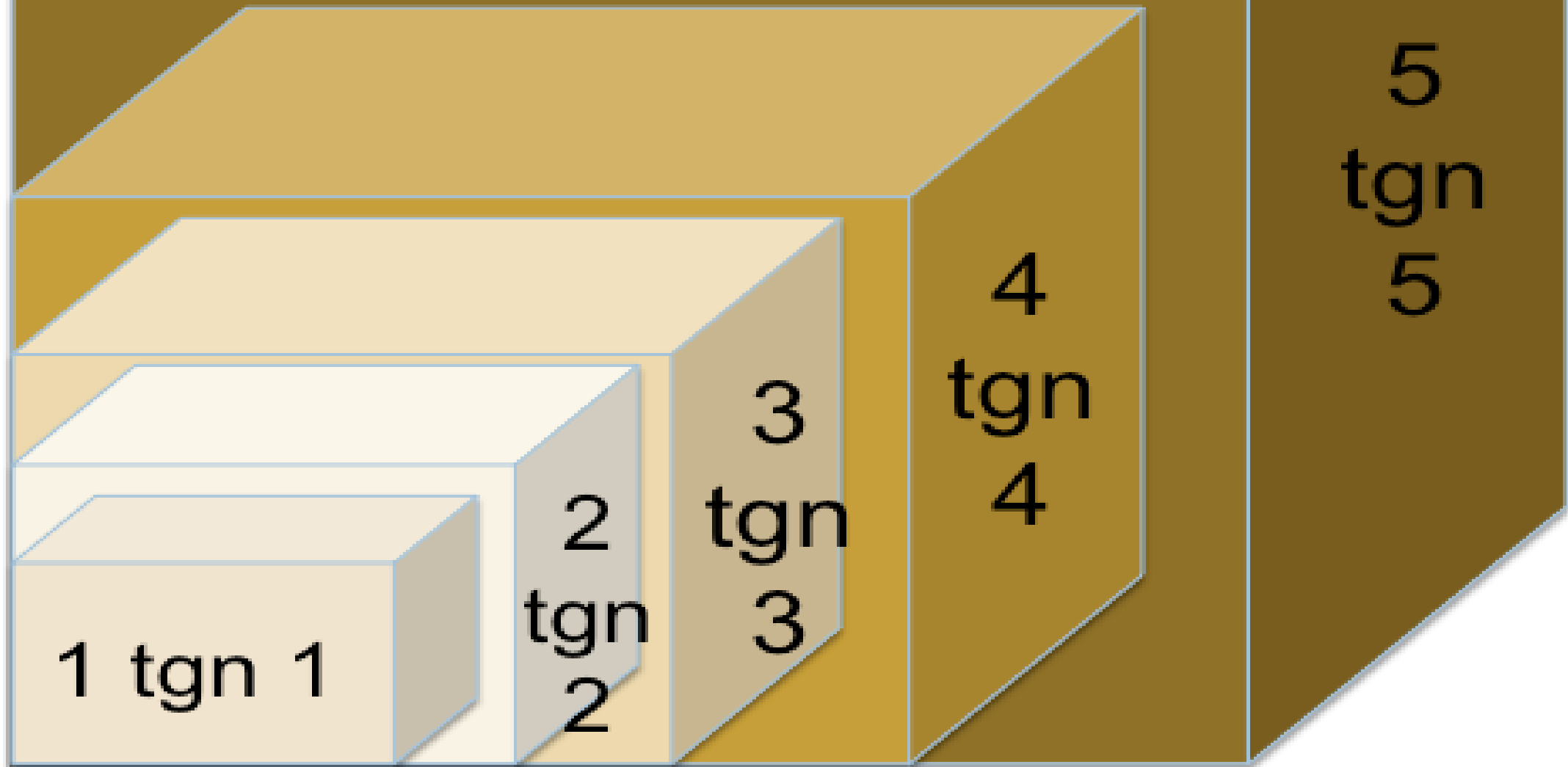


2. Volgordeprincipes

- Inhoud wordt opgebouwd **binnen één beheersingsniveau** vanaf:
 - De eindtermen in 5 tegen 5
 - De 4 tegen 4
 - De 3 tegen 3
 - De 2 tegen 2
 - De 1 tegen 1
- Binnen 1 beheersingsniveau zien we ook een verdieping en een uitbreiding van de elementen



Inhoud van een beheersingsniveau



2. Methodische principes

- “Voor-Tijdens-Na” principe
 - De inhoud wordt zoveel mogelijk spelgericht aangeboden.
 - Een spelelement bvb.: pass en doorsnijden wordt niet afzonderlijk aangeleerd maar wel in een **spelcontext**. Om deze context te creëren passen we het principe “voor –tijdens – na” toe.
- Bvb:
 - Voor: balspin en pass geven naar ploegmaat
 - Tijdens: doorsnijden naar spot zes
 - Na: bal terugkrijgen en scoren of positioneren op de spot naast de bal



2. Methodische principes

- “Als – dan” principe
 - De leerinhoud wordt steeds gekaderd volgens het “als – dan” principe
 - Spelers moeten leren om **te reageren** (in een volgende stap: anticiperen) op **acties** van de verdediging en de ploegmaats
- Bvb.:
 - Als: de vrije ruimte rechts is
 - Dan: dribbel ik met mijn rechter hand in een rechte lijn naar doel



2. Aanvallende concepten

- **Motion offense** is de basis

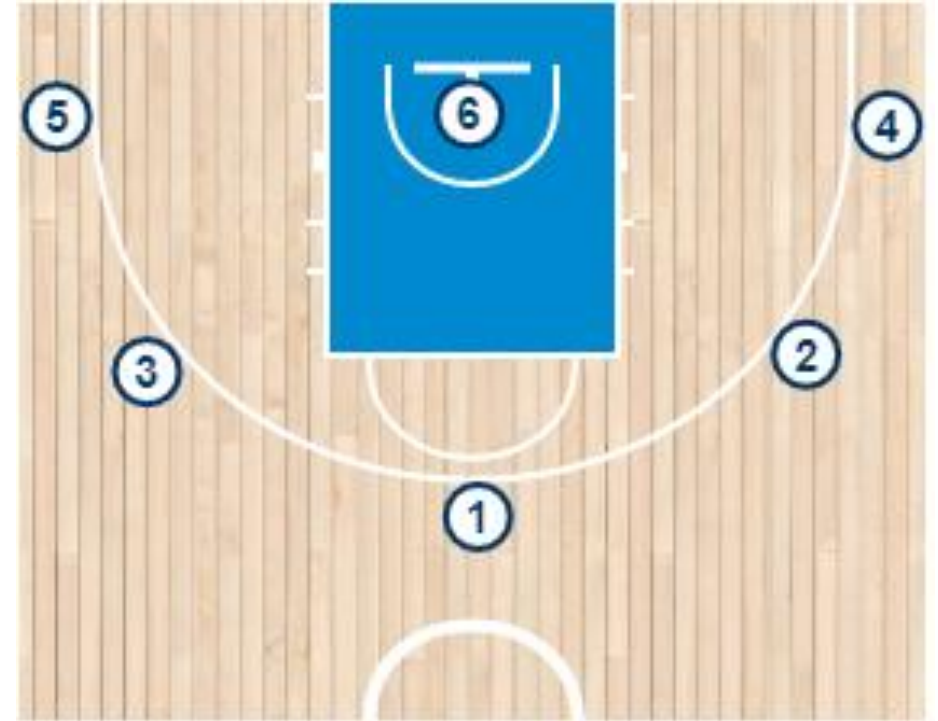
Het beantwoordt aan het speler-gestuurd principe =
ontwikkelen van **creativiteit** staat centraal

- In de volledige opleiding onderscheiden we 2 concepten die bepaald worden door basisopstelling die we hanteren
 - Concept A: van beheersingsniveau 1 tot en met 3
 - Concept B: van beheersingsniveau 4 tot en met 6



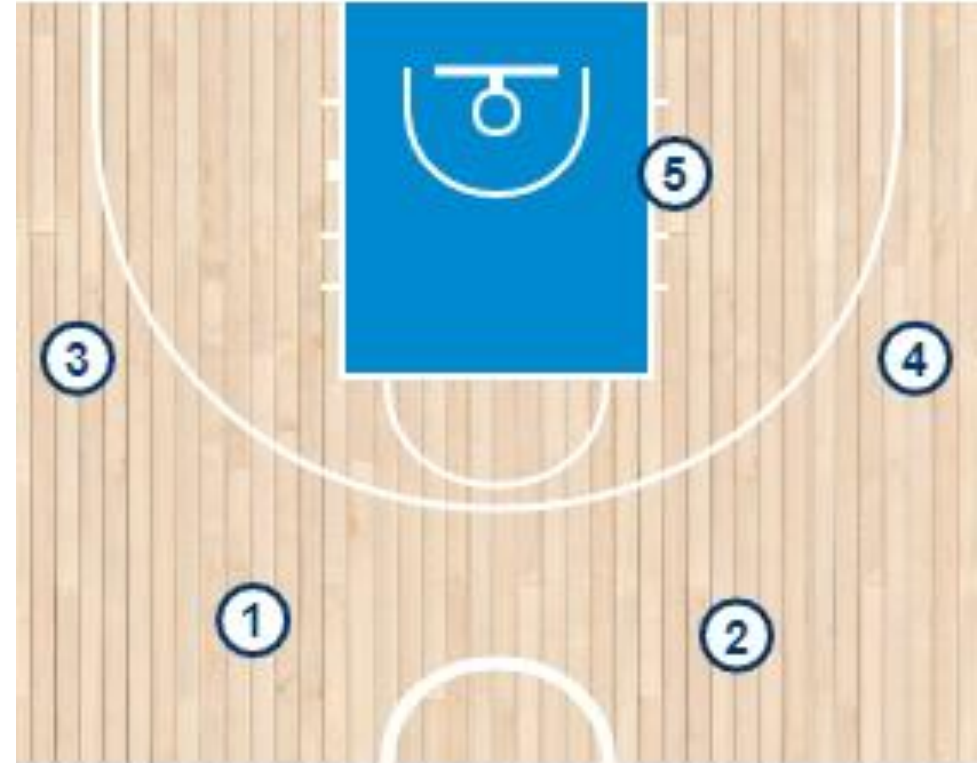
2. Aanvallend concept A

- 1 – 2 – 2 basisopstelling
 - 6 spots voor 5 spelers
 - Iedereen op de perimeter
 - Geen specialisatie

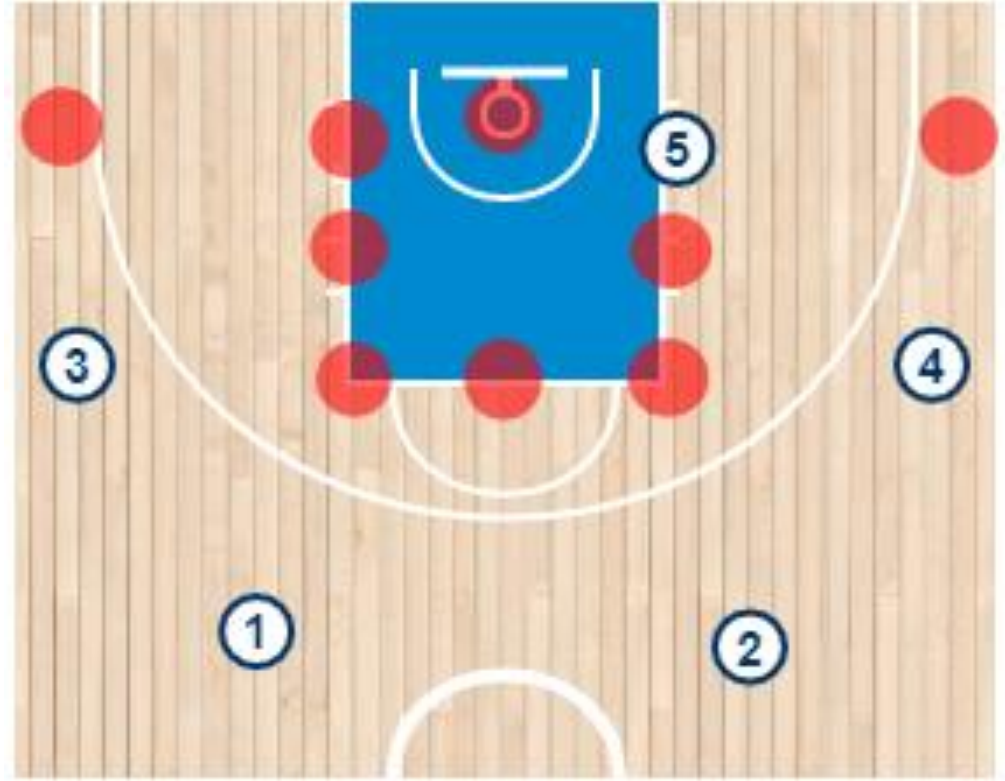
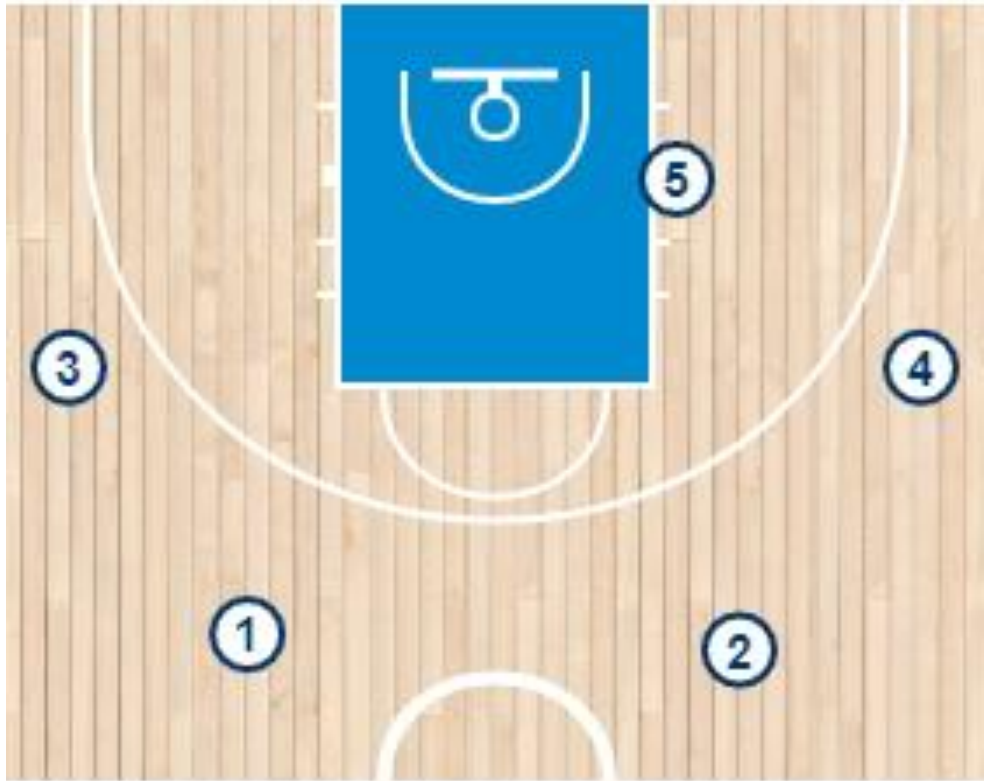


2. Aanvallend concept B

- 2 – 2 – 1 basisopstelling
 - Modern basketbal
 - Post spot wordt geïntroduceerd
 - Meer ruimte
 - Beter hoeken
 - Bvb. om de screening te introduceren



2. Aanvallend concept B – 14 spots



2. Verdedigend concept

- **Man to man defense** is de basis
 - Beantwoordt aan het **procesgerichte** principe wat betekent dat we bij het begin van de opleiding vooral de spelers offensief leerkansen willen geven



2. Verdedigend concept

- In de volledige opleiding onderscheiden we 3 concepten
 - Concept A: **Zwakke hand concept**. Van beheersingsniveau 1 tot en met 2
 - Concept B: **Line concept**. Beheersingsniveau 3
 - Concept C: **No middle concept**. Van beheersingsniveau 4 tot en met 6



2. Verdedigend concept A

- Van **tussen man en doel** leren verdedigen naar het toepassen van het **zwakke hand concept**.
- Het einddoel moet zijn om de sterke punten van de eigen aanvaller te kunnen afnemen
- Het is de basis om te kunnen overschakelen naar concept B
- Het is een balgerichte verdediging die sterk aansluit bij het profiel van U10 – U12 (individueel gericht)



2. Verdedigend concept B

- Line concept
- Het leren sturen van de aanvallers naar een bepaalde spot.
- Het is de basis om te kunnen overschakelen naar concept C.
- Het is een meer ploeggerichte verdediging, waarbij spelers leren ook aandacht te hebben voor acties die niet door hun eigen aanvaller (man) gebeuren.

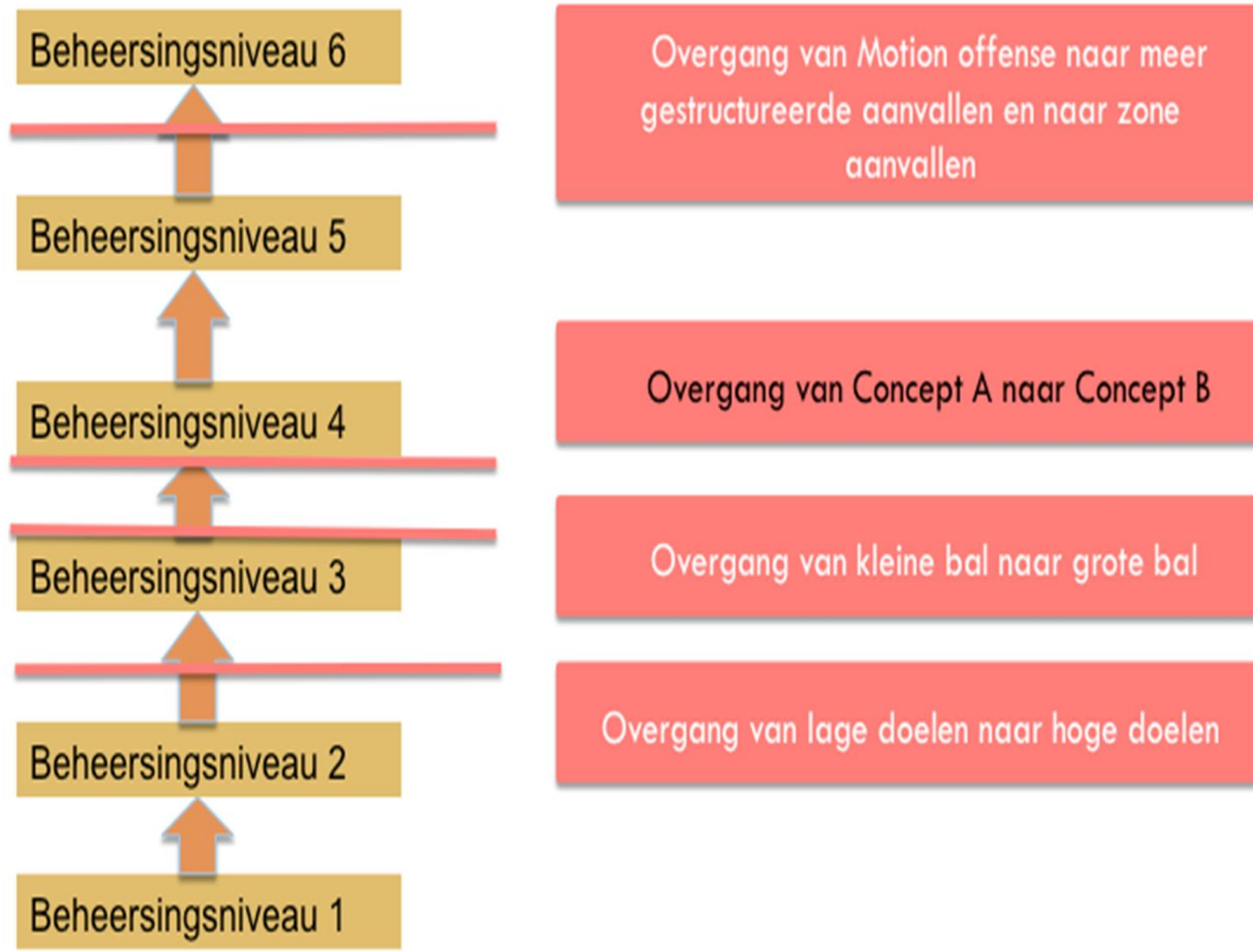


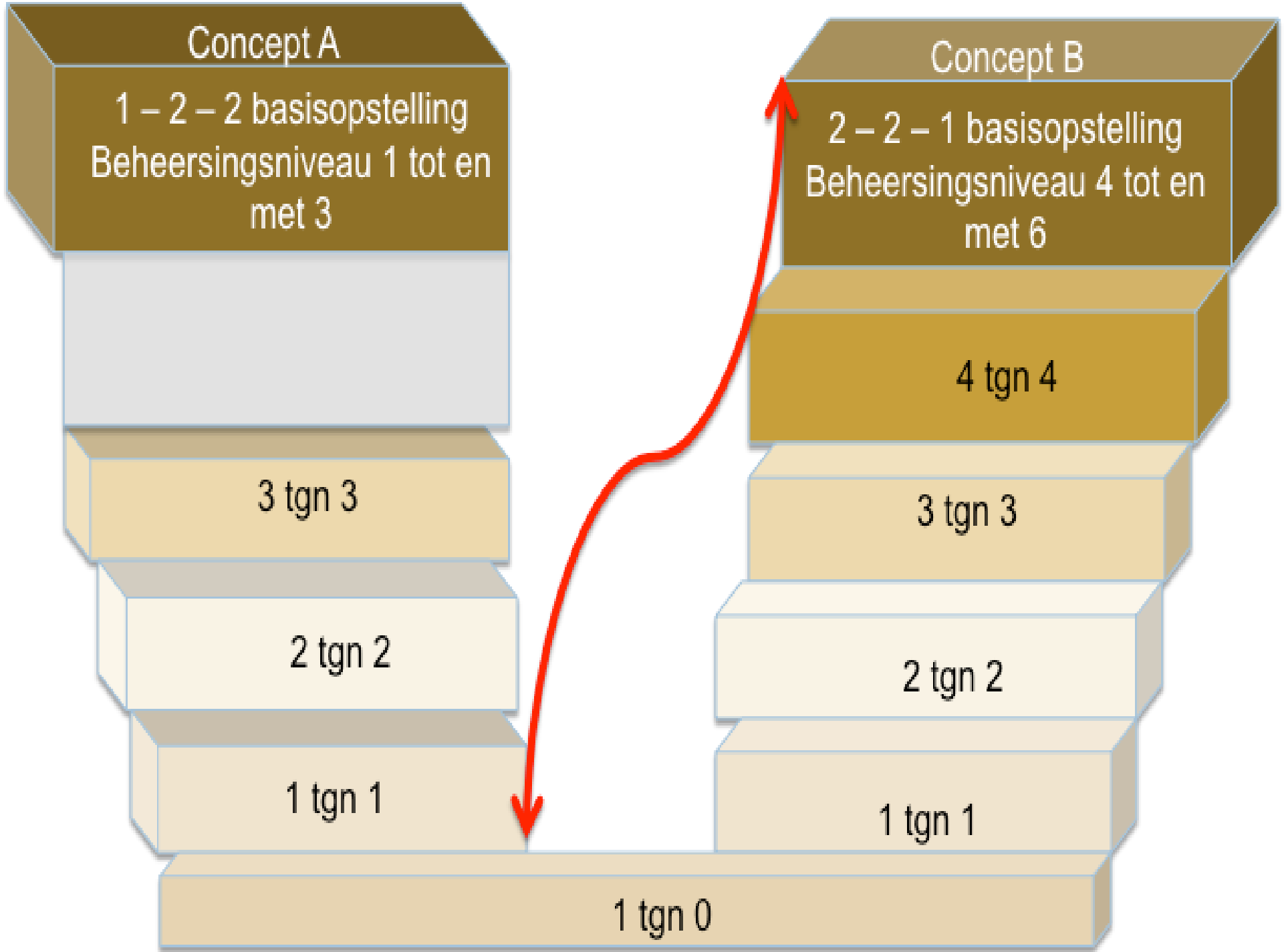
2. Verdedigend concept C

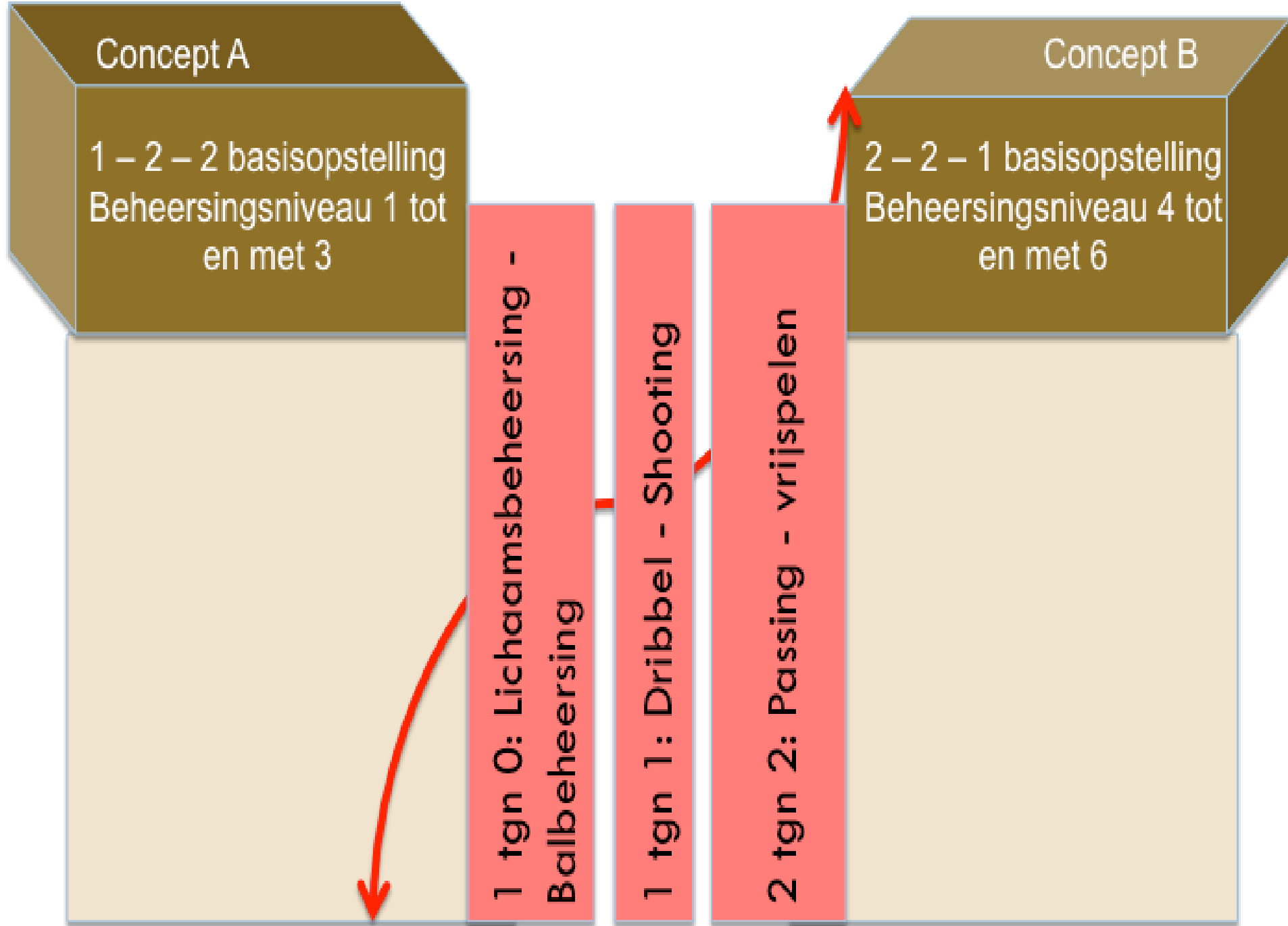
- No middle concept
- Het volledig sturen van de aanvallers in functie van:
 - De sterke punten van de aanvaller
 - De spots die men wil ontwijken/naar toe sturen
 - De teamdefense die men wil toepassen



3. INHOUD VAN HET AANVALLEND CONCEPT

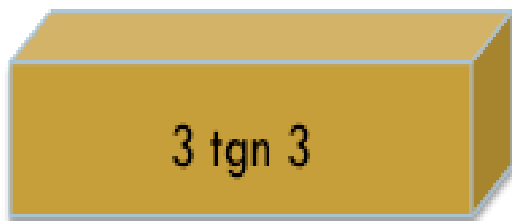






3. Eindtermen: Beheersingsniveau 1

Beheersingsniveau 1



Individuele actie	1 tegen 1: gericht naar controle
	Zonder loopfouten
Collectieve actie	Pass en go



3. Eindtermen: Beheersingsniveau 2

Beheersingsniveau 2



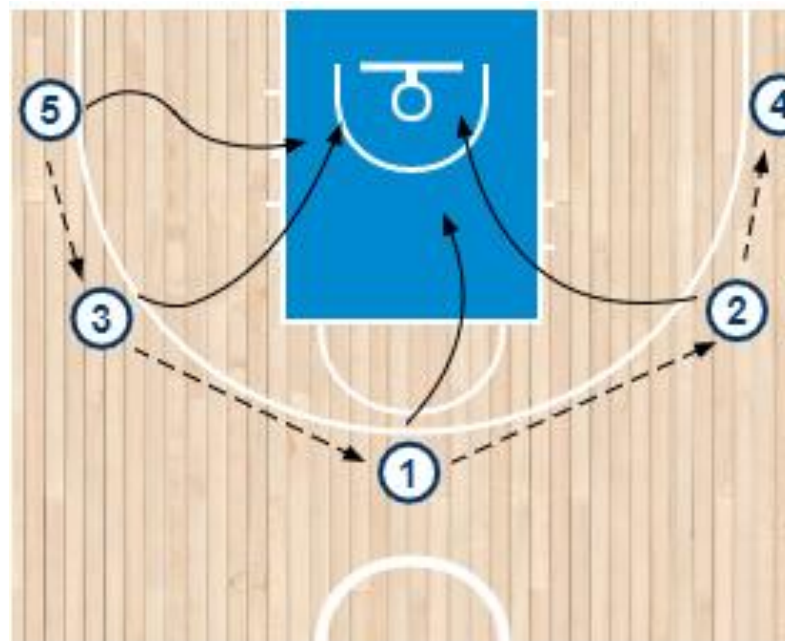
Individuele actie	1 tegen 1: verdieping van BHN 1
Collectieve actie	Interchange
Positionering	Efficiënt bewegen tussen de zes spots: backdoor



3. Eindtermen: Beheersingsniveau 3

Beheersingsniveau 3

5 tgn 5



Individuele actie	1 tegen 1 en zich kunnen positioneren in functie van de 1 tegen 1
Collectieve actie	Give and go: Verdieping van de pass and go van BHN 1
Positionering	Het spelen van de zes spot aanval



3. Eindtermen: Beheersingsniveau 4

Beheersingsniveau 4

5 tgn 5

Individuele actie	1 tegen 1 vanuit posting up
Collectieve actie	Give and Go vanuit de 2 – 2 – 1 opstelling
	Screen on the ball
	Dribbelscreen



3. Eindtermen: Beheersingsniveau 5

Beheersingsniveau 5



Individuele actie	Posting up: verdieping van BHN 4
Collectieve actie	Screen away
	Backscreen Downscreen



3. Eindtermen: Beheersingsniveau 6

Beheersingsniveau 6

5 tgn 5

Zone offense	Volgens principes
M tot M offense	Verdieping van de motion
	In functie van de seniorsploeg



3. Uitwerking beheersingsniveau 2

STAPPENPLAN

- ☐ Eindterm
- ☐ 3 tegen 3
- ☐ 2 tegen 2
- ☐ 1 tegen 1

Rode daad

- ☐ Lichaamsbeheersing
- ☐ Balbeheersing
- ☐ Shooting
- ☐ Dribbel
- ☐ Passen en vangen
- ☐ Vrijspelen



3. Stappenplan BHN 2: 3 tegen 3

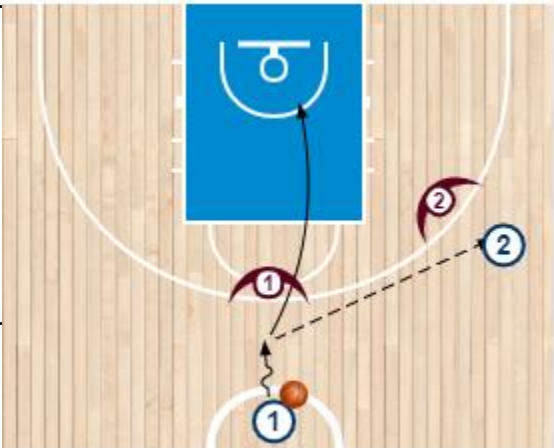
- Interchange

Als - dan	Als: de verdediger een goede jump to the ball uitvoert	Dan: geef pass en wissel van spot met een ploegmaat die op 1 pass afstand staat
Voor	Spin de bal en geef pass	
Tijdens		Beweeg weg van de bal naar een spot op 1 pass afstand
Na		Positioneren om maximale ruimte te geven voor een ploegmaat met bal



3. Stappenplan BHN 2: 2 tegen 2

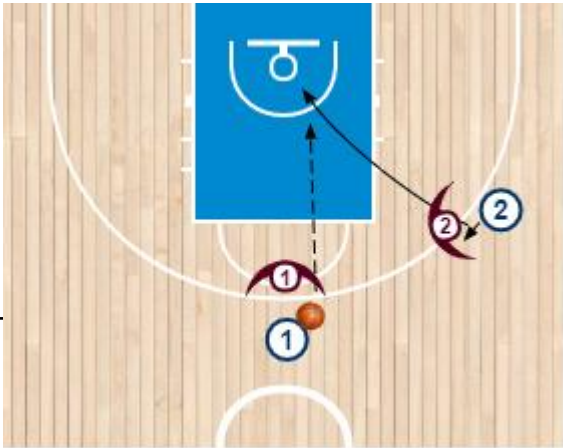
- Pas en snij door naar doel

Als - Dan	Als: de verdediger niet in de paslijn verdedigt		Dan: bewegen we na pass naar doel
Voor	Spin de bal en geef pas		
Tijdens			In een rechte lijn naar doel lopen Oogcontact De bal vragen
Na			Scoren of positioneren



3. Stappenplan BHN 2: 2 tegen 2

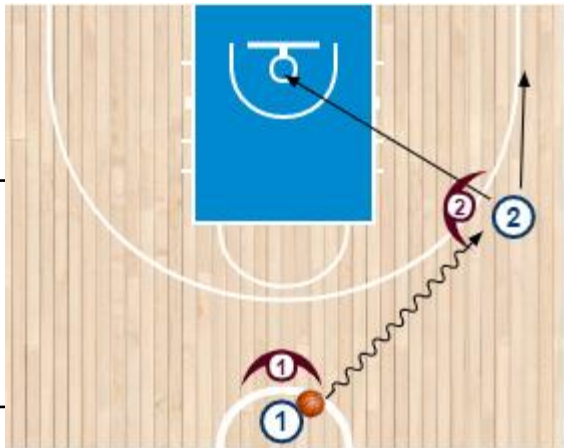
- Backdoor

Als – dan	Als: de verdediger in de paslijn verdedigt	Dan: bewegen naar doel (vrije ruimte)
Voor	Vrijspelen	
Tijdens		Versnellen in de richting van het doel In de rug van de verdediger
Na		Defensieve transitie of rebound



3. Stappenplan BHN 2: 2 tegen 2

- Voorrang aan de dribbelaar

Als - dan	Als: de verdediger in de paslijn verdedigt	Dan: dribbelt de balbezitter naar de niet vrijstaande speler
Voor	Vrijspelen en ploegmaat dribbelt naar jou toe	
Tijdens	Versnellen in de richting van het doel of in de vrije ruimte	
Na	Defensieve transitie of rebound	



3. Stappenplan BHN 2: 1 tegen 1

- Cross over of open step of reverse?

Als - dan	Als: positie van de verdediger	Dan: val je aan
	Meegaat in de ene richting	In de andere richting
	Dicht, maar ruimte	Vertrek in dribbel na cross over
	Dicht, maar geen ruimte	Vertrek in dribbel met open stap
	Dicht en hoog (in de passlijn)	Vertrek in dribbel met reverse



3. Stappenplan BHN 2: 1 tegen 1

- Scoren?

Als - dan	Als: positie van de verdediger	Dan:
	Ver	Fake shot + drive
	Dicht en naast	Drive + lay up
	Dicht en voor	Drive + jumpstop + setshot



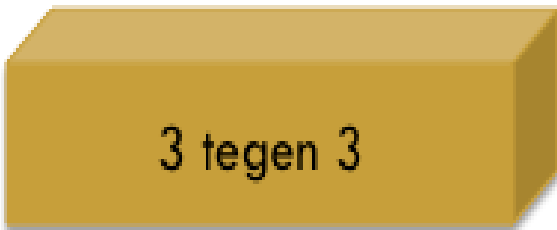
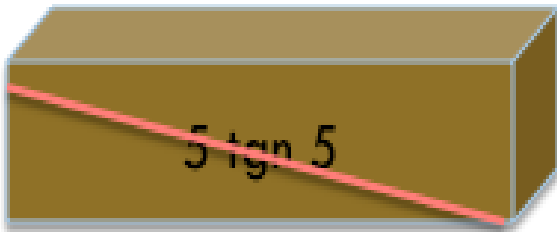
4. INHOUD VAN HET VERDEDIGEND CONCEPT

4. Inhoud van het verdedigend concept



4. Eindtermen: Beheersingsniveau 1

Beheersingsniveau 1



Ball you basket	Tussen man en doel
Ball you man	Jump to the ball
Defensieve rebound	Naar de bal toespringen + outlet



4. Eindtermen: Beheersingsniveau 2

Beheersingsniveau 2



Ball you Basket	Aanvaller duwen naar het zwakke hand
Ball you man	Specifiek aanleren -Mangerichte defense: denail defense -Balgerichte defense: pistols
Defensieve rebound	Box out – jump to the bal – outlet onder verdedigende druk



4. Eindtermen: Beheersingsniveau 3

Beheersingsniveau 3

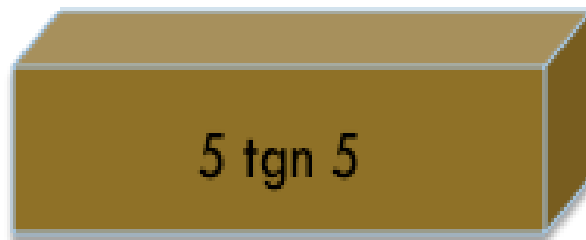


Ball you Basket	Agressiviteit en controle behouden
Ball you man	Teamdefense ontwikkelen Help defense op penetrerende speler
Defensieve rebound	Box out – jump to the ball - outlet



4. Eindtermen: Beheersingsniveau 4

Beheersingsniveau 4



Ball you Basket	Geen penetratie naar het midden toelaten
Ball you man	Open denail in de hoeken Verdiepen van de help bij penetratie Medium/ low post defense Defense op de screen op de bal (maximaal 2 opties)
Defensieve rebound	Box out vanuit post positie + jump + outlet



4. Eindtermen: Beheersingsniveau 5

Beheersingsniveau 5



Ball you Basket	Agressief – controle – no middle
Ball you man	Screen away Run and jump
Defensieve rebound	Box out specifiek vanuit denail, pistols – jump – outlet



4. Eindtermen: Beheersingsniveau 6

Beheersingsniveau 6



Man to man defense	Verdieping
Zone defense Match up	Principes



4. Uitwerking BHN 2

Stappenplan

- ☐ Concept
- ☐ Positioneren
- ☐ Verplaatsen
- ☐ Defensieve rebound
- ☐ Zwakke hand concept
- ☐ In functie van eigen man
- ☐ Van mangericht naar ploeggericht



4. Stappenplan BHN 2: 3 tegen 3

Concept	Balgericht
Positionering	Ball – You - Man
Verplaatsen	Ready – Point – Stick Reactie op de aanvaller die past
Defensieve Transitie	Box out Jump to the ball Outlet



4. Stappenplan BHN 2: 2 tegen 2

- Jump to the ball

Concept	Mangericht
Positionering	Van B – Y – B naar B – Y – M bij de pass

- Denail defense: up and on the lane

Concept	Mangericht
Positionering	Van Ball – You man
Verplaatsen	In functie van balbezitter en de verplaatsingen van de eigen aanvaller



4. Stappenplan BHN 2: 1 tegen 1

Zwakke hand concept

Concept	Zwakke hand
Verplaatsen	Ready – Point –Stick in functie van de sterke punten van de eigen aanvaller Step – slide Jumpback to pressure Swing and lead Close out in functie van de sterke punten van de eigen aanvaller Denail to ready



5. INHOUD VAN DE TRANSITIE: OFFENSIEF EN VERDEDIGEND CONCEPT

4. Transitie: Offensief concept

- Beheersingsniveau 1 tot en met 3
 - 3 lijnen fastbreak
- Beheersingsniveau 4 tot en met 6
 - 4 lijnen fastbreak met introductie van de “trailer”



4. Transitie: Defensief concept

- Beheersingsniveau 1 tot en met 3
- **Beschermen van het doelgebied**
- Beheersingsniveau 4 tot en met 6
- **Aanvallend verdedigen**





creatiefcoachen

Vragen? Shoot!

Emily.Lecompte@Basketbal.Vlaanderen



basketbal
.**vlaanderen**