CIRKELGEDRAG[1]

HET GEBIED VAN DE WAARHEID

De inzichten van Sander de Wijn, Marcel Balkestein, Mirco Pruyser en Mike McCann vertaald naar zes cirkelprincipes.

POSITIONEREN	Het duel begint vóór de bal komt.	• Bepaal waar het duel ontstaat • Zoek positie en contact • Kijk vooruit naar de volgende actie
STUREN	Maak de tegenstander voorspelbaar.	• Bescherm het gevaarlijke gebied • Geef bewust één richting • Stap niet onnodig in
MISLEIDEN	Lok een reactie uit.	• Gebruik een nep-lead • Wissel richting en tempo • Vertrek als de pass gespeeld kan worden
WACHTEN	De beste actie hoeft niet de eerste te zijn.	• Verdediger: niet automatisch tackelen • Aanvaller: niet automatisch schieten • Herken het juiste moment
AFRONDEN	Blijf open naar de bal en goal.	• Open handen en speelklare positie • Speel buiten bereik van de keeper • Verbind aangever en afmaker
DOORSPELEN	Blijf actief na de eerste kans.	• Speel rebounds door • Herpositioneer direct • Stop pas als de bal uit de cirkel is

Win het duel vóór, tijdens en na de eerste actie.

In de cirkel draait winnen niet om zo snel mogelijk handelen, maar om positie, timing, geduld en de volgende actie.



KNHB KENNISLAB

CIRKELGEDRAG 2

WERKVORMEN EN OBSERVATIE

Concrete werk-vormen

- **1-tegen-1 zonder tackle:** De verdediger mag niet tackelen en probeert de aanvaller naar een minder gevaarlijke positie te sturen. Bespreek daarna wanneer een tacklemoment wél ontstaat.
- **Nep-lead vóór ontvangen:** De aanvaller maakt eerst bewust een schijnbeweging of nep-lead en probeert daarmee een reactie bij de verdediger uit te lokken.
- **Bevries vóór de pass:** Leg de situatie vlak vóór het passmoment stil. Is de lead al gemaakt en heeft de verdediger alle informatie, of kan de aanvaller nog versnellen en verrassen?
- **Rebound blijft live:** Een afwerkoefening stopt niet bij het eerste schot. Spelers blijven actief totdat de bal buiten de cirkel is of duidelijk onder controle is.
- **Eén principe, meerdere vormen:** Kies één cirkelprincipe en laat dit terugkomen in verschillende 1-tegen-1-, 2-tegen-2- en overtalvormen.

Snelle observatie en check vragen

- Waar ontstaat het duel en wie bepaalt dat?
- Stapt de verdediger in of blijft de verdediger geduldig sturen?
- Lokt de aanvaller vóór de pass gedrag uit?
- Start de lead op het moment dat de bal gespeeld kan worden?
- Herkent de aanvaller het beste schotmoment?
- Blijven spelers actief bij rebounds en tweede fases?
- Zijn dezelfde principes herkenbaar in verschillende oefenvormen?

In de cirkel wint niet automatisch de speler die als eerste handelt.
Winnen betekent: op het juiste moment de juiste keuze maken.