



# **TECHNISCH JEUGDPLAN**

# **S.V. HATTO-HEIM**

*'Ieder kind heeft talent, als je het maar positief stimuleert.'*

## **INHOUDSOPGAVE**

Pag. 4

### **I. VOORWOORD**

Pag. 5

### **- II INLEIDING**

Pag. 6,7,8, 9,10 en 11

### **- III DE ZEISTER VISIE – COERVER / COCK VAN DIJK LEERPLAN – KNVB MASTERPLAN – HET PERIODISEREN VOOR HET AMATEUR VOETBAL DOOR RAYMOND VERHEIJEN - DE VOETBALMETHODE DOOR HENK MARIMAN - FRANS HOEK METHODE**

Pag. 11,12,13 en 14

### **IV. DOELSTELLINGEN BIJ TRAINING EN COACHING TIJDENS DE OPLEIDING**

Pag. 15, 16 en 17

### **V. HET SPELCONCEPT GEDURENDE DE OPLEIDING**

Pag. 18,19,20,21,22,23,24,25,26,27,28 en 29

### **VI. TAKEN EN FUNCTIES IN EEN TEAM**

Pag. 30,31,32 en 33

### **VII. EISEN AAN EN TAAKOMSCHRIJVING VAN DE JEUGDTRAINERS**

Pag. 34,35,36,37,38 en 39

### **VIII. COACHING**

Pag. 40,41,42 en 43

### **IX. RICHTLIJNEN VOOR DE JEUGDLEIDERS**

Pag. 44

### **X. RICHTLIJNEN VOOR DE JEUGDSPELERS**

Pag. 44,45,46 en 47

### **XI. MENTALITEIT / MENTALE WEERBAARHEID**

Pag. 47 en 48

### **XII. TEAMBUILDING**

#### **XIV. TECHNISCHE WERKPLANNEN JEUGDOPLEIDING S.V. HATTO HEIM**

**Pag. 49 t/m 53**

**- TECHNISCH WERKPLAN VOOR F - JEUGD EN 5 JARIGEN**

**Pag. 54 t/m 60**

**- TECHNISCH WERKPLAN VOOR DE E - JEUGD**

**Pag. 61 t/m 67**

**- TECHNISCH WERKPLAN VOOR DE D - JEUGD.**

**Pag. 68 t/m 75**

**- TECHNISCH WERKPLAN VOOR DE C - JEUGD**

**Pag. 76 t/m 83**

**- TECHNISCH WERKPLAN VOOR DE B - JEUGD**

**Pag. 84 t/m 90**

**- TECHNISCH WERKPLAN VOOR DE A – JEUGD**

#### **BIJLAGES:**

**1 - BEOORDELINGSFORMULIER TRAINER-COACH.**

**2 - SCOUTINGSFORMULIER ALGEMEEN A T/M D JEUGD.**

**3 - SCOUTINGSFORMULIER ALGEMEEN E EN F JEUGD.**

**4 - SCOUTINGSFORMULIER SPECIFIEK.**

## **I. VOORWOORD.**

### **Het Technisch Jeugdplan heeft een communicatieve, legitimerende, vernieuwende en sturende functie.**

Dit Technisch Jeugdplan is een groeidocument, dat wil zeggen dat het aangevuld en onderhouden moet worden door het hoofdbestuur, jeugdbestuur, hoofd jeugd opleiding, de jeugdtrainers, de technisch commissie en (hoofd) leiders.

Hatto Heim heeft zich als doel gesteld om een stabiele 2<sup>e</sup> klasser te worden en te blijven.

Op dit moment speelt Hatto Heim als 3<sup>e</sup> klasser.

Ook zal HH geen spelers van buitenaf halen tegen vergoedingen. Dan betekent dit dat HH met eigen spelers uit de jeugdopleiding dit wil gaan bereiken. Maar om dit te bereiken moeten er een aantal belangrijke processen worden vastgelegd en opgestart worden.

De doelgroep van dit stuk is in eerste plaats de mensen van de technische staf, jeugdbestuur en hoofdbestuur. Zij zijn als eerste verantwoordelijk voor het scheppen van de noodzakelijke randvoorwaarden. Een volgende doelgroep is de grote groep vrijwilligers, die hiermee op de hoogte kunnen zijn van de afspraken die we hebben gemaakt om die doelstellingen te bereiken.

Door bovenstaande denken wij de kwaliteit, de continuïteit en de ontwikkeling van de spelers en dus de jeugdopleiding maar ook de verdere organisatie op een hoger plan te kunnen brengen en te waarborgen.

Met vriendelijke sportgroet,

Pieter Koridon

Hoofd Jeugd Opleidingen

Augustus 2011

## **II. INLEIDING.**

Het is de bedoeling om, naast het bestaande algemene technisch beleidsplan (van goed naar beter) van de s.v. Hatto-Heim, een technisch jeugdplan te ontwikkelen die snel aan te passen is aan nieuwe ontwikkelingen. Dit alles om de jeugdopleiding te kunnen waarborgen als instrument om de doelstelling zoals genoemd in het algemene technisch beleidsplan te volgen.

Een aantal belangrijke ontwikkelingen van de laatste 10 jaren zijn in dit jeugdplan verweven uit o.a. de Zeister Visie - Leerplan voor de ideale voetballer van Wiel Coerver en Cock van Dijk – Het Periodiseringmodel voor amateurs door Raymond Verheijen en de Frans Hoek methode voor keepers. Ook de Voetbalmethode van Henk Mariman is een prachtig instrument om onze doelstelling te halen.

Het trainen en coachen van jeugdige voetballers gaat van eenvoudig naar moeilijk. De trainer-coach zal methodische stappen, door het aanbrengen van ordening en structuur, moeten maken in het leerproces van de jonge voetballers.

Door kadercursussen van de KNVB en interne cursussen en begeleiding van de Technische commissie en Hoofd Jeugd Opleidingen moet de opleiding gestuurd worden. Er moet een duidelijke structuur te zien zijn bij onze jeugdopleiding.

Wat betreft de scouting kan ik zeggen dat dit onderwerp een aparte procedure zal gaan worden, dit geldt ook voor de integratie van jeugd naar senioren.

**Doelstelling in de jeugdopleiding van S.V. Hatto Heim moet dan ook zijn:**

*Jeugdtrainers moeten ervoor zorgen dat elke speler zijn eigen individuele top bereikt.*

**Het verbeteren van het TIPS principe.**

**T**        **Techniek**

**I**        **Inzicht**

**P**        **Persoonlijkheid**

**S**        **Snelheid**

### **III. DE ZEISTER VISIE – WIEL COERVER / COCK VAN DIJK LEERPLAN – KNVB MASTERPLAN – PERIODISERINGSMODEL RAYMOND VERHEIJEN – DE VOETBALMETHODE DOOR HENK MARIMAN EN DE FRANS HOEK METHODE.**

#### **De Zeister Visie.**

De Zeister Visie is een manier van kijken naar en nadenken over het jeugdvoetbal.

De Zeister Visie is ontstaan in 1985 en sindsdien verder onderhouden en verbeterd.

Belangrijke initiatiefnemers zijn Rinus Michels - Dick Advocaat en Bert van Lingen. De

uitgangspunten van de Zeister Visie zijn :

1. Optimale voetbalbeleving.
2. Veel herhaling.
3. De juiste coaching.

Voetbaltrainingen moeten aan een aantal eisen van de Zeister Visie voldoen.

**Elke training kan aan de hand van de volgende punten worden beoordeeld :**

1. Voetbal eigen bedoelingen.
2. Veel herhalingen.
3. Rekening houden met de groep.
4. Juiste coaching.(beïnvloeding)

#### **Ad 1. Voetbal eigen bedoelingen.**

- Doelpunten maken/voorkomen.
- Opbouwen tot/samenwerken om.
- Doelgericht.
- Snelle omschakeling balbezit/verlies.

#### **Spelen om te winnen.**

#### **Ad 2. Veel herhalingen.**

- veel beurten.
- geen lange wachttijden.
- goede planning, organisatie.
- voldoende ballen/materiaal.

#### **Ad 3. Rekening houden met de groep.**

- leeftijd.
- vaardigheid.
- beleving ( top of recreatie )- plezier.

#### **Let op de arbeid rust verhouding**

#### **Ad 4. Juiste coaching ( beïnvloeding ).**

- spelbedoelingen verduidelijken.
- spelers beïnvloeden / laten leren door.
- ingrijpen /stopzetten, aanwijzingen geven, vragen stellen, oplossingen laten aandragen, voorbeeld geven, voordoen.

#### **HET GEHEEL VAN 1 - 2 - 3 - 4 = OPTIMAAL LEERKLIMAAT.**

De Trainer - Coach moet inzicht hebben in voetbalsituaties.  
Dit noemen we het lezen ( analyseren ) van het spel.

Om het lezen van het voetballen te vereenvoudigen en er geoefend in te raken neemt de trainer een aantal stappen.  
Dit om het coachen van de voetballers beter te laten verlopen.

#### **STAP 1.**

Het voetbal is onderverdeeld in vier hoofdmomenten.

- A. Balbezit.
- B. Balverlies - Balbezit tegenpartij.
- C. Het Schakelmoment Wisseling naar balbezit.
- D. Het Schakelmoment Wisseling naar balverlies.

#### **STAP 2.**

Vereenvoudigen of overzichtelijker maken van het spel (11 tegen 11 )  
naar bijvoorbeeld 4 tegen 4 of 5 tegen 5.

#### **STAP 3.**

De trainer moet er voor zorgen dat het geconstateerde voetbalprobleem vooral het probleem voor de speler(s) wordt.

#### **STAP 4.**

Het spel exact lezen binnen de vereenvoudigingen van 11 tegen 11 (kijken naar een hoofdmoment, verminderen van het aantal spelers, rekening houden met de weerstanden). De coach noteert exact wat allemaal tijdens het voetballen opvalt :

##### **- Technisch.**

b.v. balsnelheid, op het goede been inspelen, wijze van aannemen en spelen van de bal.

##### **- Inzicht.**

b.v. te gehaast, niet resultaat gericht, te slap, te gretig, te snel naar de grond, onnodig overtreding(=balverlies)

##### **- Communicatie.**

b.v. elkaar niet begrijpen, zoals de bal in de diepte geven terwijl in de voeten wordt gevraagd.

#### STAP 5.

De coach zal nu de juiste stappen in de juiste volgorde moeten zetten om het voetballen van de spelers te kunnen beïnvloeden. De coach werkt/manipuleert met de weerstanden(moeilijkheidsfactoren).

Dit noemen we methodiek.

#### STAP 6.

De vergelijking met de echte wedstrijd zal door de coach steeds weer moeten worden aangegeven.

De weerstanden moeten in de trainingsvormen worden vergeleken met de situaties uit de wedstrijd.

De belangrijkste coach aspecten zijn :

- Communicatie van de spelers,linies (horizontaal-verticaal) en onderling.
- Spelregels.
- Opleidingsdoelstellingen en resultaat/belang van de wedstrijd.
- Eigen formatie en die van de tegenstander.
- Specifieke kwaliteiten/ tekortkomingen van de eigen spelers en de tegenstanders. (b.v. specialisten in koppen,verdedigen,schieten,passeren,snelheid)
- Positiespel bij balbezit en bij balbezit van de tegenpartij.
- Externe invloeden als veld/weer/scheidsrechters/publiek e.d..

Belangrijke elementen van de probleembeschrijving zijn :

- A. Wat er misgaat in relatie tot de voetbalbedoelingen.
- B. Wie er hoofdrolspeler(s) in is(zijn) en welke posities.
- C. Op welk moment doet het zich voor.
- D. Op welk speelveld gedeelte doet het zich voor.
- E. Specifieke elementen die met de spelers, de wedstrijd en /of omstandigheden te maken hebben.

## **Wiel Coerver / Cock van Dijk leerplan.**

Wiel Coerver heeft een leerplan ontwikkeld waarbij hij centraal heeft staan : het ontwikkelen van de technische kwaliteiten van voetballertjes.

Naar mening van Wiel Coerver is het hedendaagse voetbal er niet boeiender en attractiever op geworden omdat de spelers een groot gebrek hebben aan technische kwaliteiten.

Een van de belangrijkste oorzaken is de opleiding van de trainers.

Belangrijke les is : De creatieve voetballer moet al een stevige basis krijgen bij de trainingen gedurende de jeugdopleiding. De Coerver methode is door Cock van Dijk als basis genomen maar doorontwikkeld voor het amateurvoetbal. De Coerver methode is niet het aanleren van trucjes en het kappen en draaien, integendeel. De oefenstof van Coerver is gericht op het aanleren van technische vaardigheden en het verbeteren van coördinatie, waardoor spelers écht beter worden. Globaal is de ontwikkeling: van 6 tot 9 jaar kennismaken met en aanleren van alle technieken, van 10 tot 14 jaar de beheersing van de bewegingen en van 15 tot 18 jaar het kunnen toepassen in alle wedstrijd situaties.

Doordat ze technisch beter zijn hebben ze meer tijd voor de tactische zaken.

Je moet dit eerst geïsoleerd doen, het is bijna niet mogelijk om dit onder weerstand te leren.

Ook het zo belangrijke "slechte been" trainen komt automatisch aan de orde.

Ik ben er van overtuigd dat er nog zoveel meer talent naar boven is te halen, maar dan moet het aangeboord en gestimuleerd worden. En dat kan in de geest van Coerver, die zelf altijd zegt 'kinderen zijn puur goud. Ieder kind heeft talent, als je het maar positief stimuleert. Een kind mag honderd keer falen, maar complimenteer hem of haar vanwege het proberen. Uiteindelijk lukt het beter, bij de een meer dan bij de ander maar dat geeft niet. Je ziet het kind er meer plezier door krijgen, wat goed is voor het zelfvertrouwen en de karakterontwikkeling."

Soms hoor of zeg je: Kom op ...durven...maken die actie...! Bedenk dan, welke actie had hij moeten maken, hij had helemaal geen kwaliteiten voor een (passeer) actie en er was hem helemaal nog geen actie geleerd. Bedenk wat je vraagt aan kinderen!

We zijn ons moreel verplicht om de elementaire voetbalvaardigheden aan te leren.

## **Masterplan KNVB**

Eind jaren negentig is het Masterplan van de KNVB ontwikkeld.

Doelstelling is om de kwaliteit van het jeugdvoetbal in de totale breedte op een hoger (technisch) niveau te brengen.

Hiertoe zijn de KNVB opleidingen voor jeugdtrainers aangepast.

De opzet is "verkleind". Er zijn modules voor F-pupillen, E-pupillen en D-pupillen waarin het circuitmodel een prominente rol speelt.

Voor deze leeftijdscategorieën is het circuitmodel een aanvulling op de reeds bovengenoemde trainingsmethoden.

Tevens is een module Pupillentrainer, Juniorentrainer ontwikkeld, gericht op de categorie F-, E-, D-pupillen en op de C-,B-, A-junioren.

Op een hoger niveau zijn de cursussen Trainer-coach 3, 2 en 1 Jeugd ontwikkeld.

## **Frans Hoek Methode.**

Frans Hoek heeft in zijn methode de basisprincipes van het doelverdedigen verankert. Het is een uitstekende methode op de keepers op te leiden voor een van de meest onderschatte maar zeker ook een cruciale positie in een team.

## Periodisering van voetballen bij amateurteams door Raymond Verheijen .

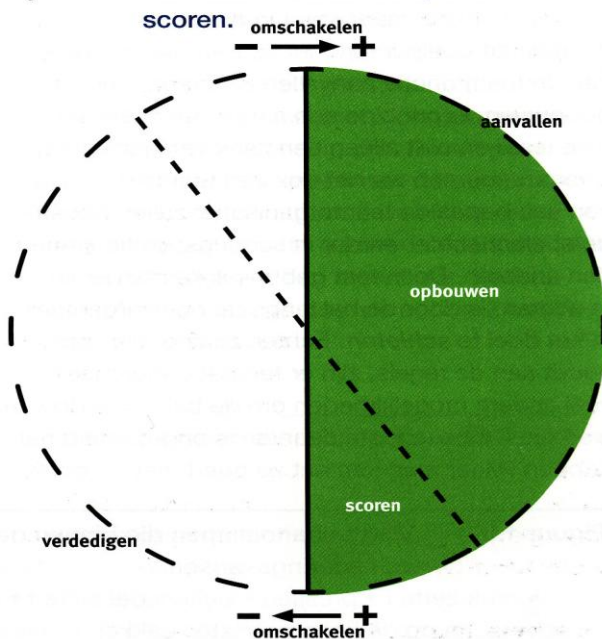
Voor het eerst is het periodiseren van voetballen beschreven in voetbaltaal. Op basis van handelingstheorie en met behulp van wetenschappelijk onderzoek is het gelukt de voetbalpraktijk te theoretiseren. Het is een werkwijze die leidt tot minder blessures.

Je kunt hiermee duidelijk beargumenteren waarom je in welke periode voor bepaalde oefenstof kiest. Hieronder volgt een willekeurige opsomming van werkwoorden die deel uitmaken van voetbaltaal.

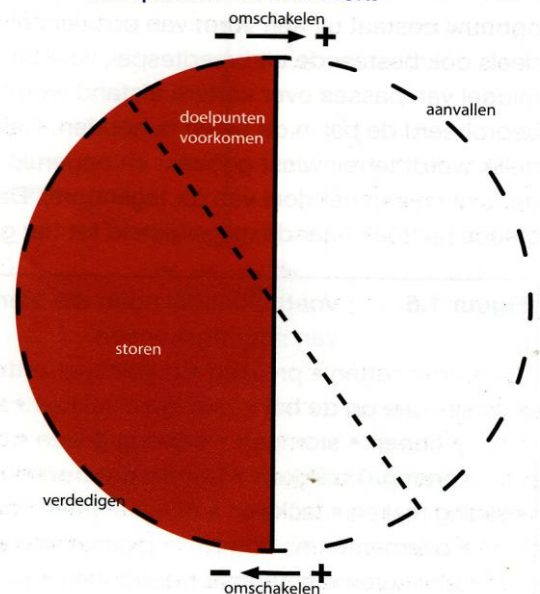
*Drukzetten, pressen, buitenspel zetten, de bal aannemen, de bal vasthouden, drijven, schijnactie op de bal, laten inzakken, knijpen, passeren, duel om de bal, koppen trappen, tippen, stompen, dekking geven, afschermen, blokkeren, schieten, aanbieden, gat trekken, ruimte creëren, vertragen, achterlijn halen, voorzet geven, sliding maken, tackelen, bijsluiten, kaatsen, voorkomen dieptepass, overnemen, vrijlopen, jagen, versnellen, uit de dekking komen, bal afschermen, ophouden, passen, dribbelen, blokkeren dieptepass, vastzetten, wegblijven en kappen.*

Al deze woorden hebben te maken voetbal handelingen op bepaalde momenten in allerlei situaties die steeds veranderen.

**Figuur 1.4** Aanvallen bestaat uit opbouwen en



**Figuur 1.7** Verdedigen bestaat uit storen en doelpunten voorkomen.



## 1.4.6 Teamorganisatie en basistaken

In het voetballen gaat het om aanvallen, verdedigen en omschakelen, om opbouwen en scoren, om storen en doelpunten voorkomen, er wordt gedribbeld, geschoten en vrijgelopen, en dit alles met maar één doel, namelijk meer doelpunten maken dan de tegenpartij. In handelingstaal is dit de logische structuur van het voetbalspel (zie figuur 1.11). Dankzij deze structuur is het mogelijk de willekeurige opsomming in figuur 1.2 te ordenen.

Deze voetbaltheorie geldt wereldwijd voor iedereen en op elk spelniveau. Wat niet beschreven staat in deze voetbaltheorie is hoe de elf spelers van een team verdeeld zijn over het veld (*teamorganisatie*) en wat exact van elk individu wordt verwacht (*basistaak*). Dat is nu waar het vakmanschap van de coach om de hoek komt kijken en waarom een voetbaltheorie ook niet tot eenheidsworst kan leiden.

**Figuur 1.11** De logische structuur van het voetbalspel in handelingstaal. Dankzij deze structuur is het mogelijk de willekeurige opsomming in figuur 1.2 te ordenen.

aanvallen		omschakelen	verdedigen	
opbouwen	scoren	storen	doelpunten voorkomen	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• de bal aannemen</li> <li>• de bal vasthouden</li> <li>• drijven</li> <li>• passeren</li> <li>• duel om de bal</li> <li>• koppen</li> <li>• trappen</li> <li>• zich aanbieden</li> <li>• een gat trekken</li> <li>• ruimte creëren</li> <li>• vertragen</li> <li>• de achterlijn halen</li> <li>• een voorzet geven</li> <li>• een schijnbeweging maken</li> <li>• bijsluiten</li> <li>• kaatsen</li> <li>• vrijlopen</li> <li>• versnellen</li> <li>• uit de dekking komen</li> <li>• de bal afschermen</li> <li>• passen</li> <li>• dribbelen</li> <li>• wegblijven</li> <li>• kappen</li> <li>• enz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• koppen</li> <li>• schieten</li> <li>• enz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• druk zetten</li> <li>• pressen</li> <li>• buitenspel zetten</li> <li>• schijnactie op de bal</li> <li>• zich laten zakken</li> <li>• knijpen</li> <li>• duel om de bal</li> <li>• koppen</li> <li>• trappen</li> <li>• dekking geven</li> <li>• blokkeren</li> <li>• sliding maken</li> <li>• tackelen</li> <li>• voorkomen</li> <li>• dieptepass</li> <li>• ovenemen</li> <li>• jagen</li> <li>• blokkeren</li> <li>• dieptepass</li> <li>• ophouden</li> <li>• vastzetten</li> <li>• enz.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• koppen</li> <li>• trappen</li> <li>• tippen</li> <li>• stompen</li> <li>• blokkeren</li> <li>• sliding maken</li> <li>• tackelen</li> <li>• enz.</li> </ul>	

## De Voetbalmethode door Henk Mariman

Binnen het trainen van jeugdvoetballers kan men twee opvattingen onderscheiden. De ene opvatting richt zich meer op techniektraining, de andere vertrekt meer vanuit wedstrijdgerichte situaties. De voetbalmethode is een combinatie van beide benaderingen. De methode bestaat uit vijf boeken.

1. Voetbalhandboek
2. Opbouwen
3. Aanvallen via de flank
4. Aanvallen via het centrum
5. Verdedigen

## IV. DOELSTELLINGEN BIJ TRAINING EN COACHING TIJDENS DE OPLEIDING.

### Opleidings- en coachingsdoelstellingen.

Leeftijd	Doel	Inhoud
5 - 7 jaar	-bal is rond dat is moeilijk -balgevoel -baas over de bal -"de bal en ik"	- balvaardigheidsspelvormen. m.b.t. richting, snelheid en nauwkeurigheid.
7 - 12 jaar	-basis-spel-rijpheid	- spelinzicht en technische vaardigheid ontwikkelen door middel van het spelen in vereenv. voetbalsituaties (zgn. basisvormen)
12 - 16 jaar	- wedstrijdrijpheid (11-11)	- Teamtaken, taken per linie en posities ontwikkelen door kleine en grote wedstrijdvormen (en afgeleide vormen)
16 - 18 jaar	- competitierijpheid	- wedstrijdcoaching - rendementwedstrijdrijpheid - mentale aspecten
ouder dan 18 jaar	- optimalerijpheid in voetbal.	- specialisatie of multi-functionele beïnvloeding.

## JEUGDFASEN

6    F    8    E    10    D    12    C    14    B    16    A    18

---

**BASISTRAINING**

**OPBOUWTRAINING**

**WEDSTRIJDTRAINING**

**( DE BASISFASE)**

**( DE OPBOUWFASE)**

**( DE WEDSTRIJDFASE)**

**Ontdekken.**

**Leren door spelen.**

**Optimale prestatie.**

### **DE BASISFASE.**

In de basisfase moet gedacht worden aan het vormen van het voetbalgevoel. De persoonsontwikkeling en de leeftijdskenmerken zorgen ervoor dat de jongste spelers nog erg balgericht zijn.

Daarom is het spel bij balbezit altijd het uitgangspunt. Vanuit de beleveningswereld van deze kinderen heeft balbezit van de tegenstander nog weinig of geen betekenis. Ze weten vaak niet eens wie de tegenstander is. Ze begrijpen wel heel goed dat ze de bal moeten afpakken als ze hem kwijt zijn.

In deze fase gaat het om doelpunten maken, balgevoel, pingelen en de bal langs een tegenstander naar een medespeler spelen. Met die items in je achterhoofd zijn vrij gemakkelijk allerlei voetbalsituaties te creëren, waarmee je als trainer op het veld aan de gang kunt.

Natuurlijk kunnen we verschillende voetbalthema's combineren en op den duur is dat ook zeker de bedoeling, maar het accent kan in deze fase maar op één item tegelijk liggen, omdat anders de verwarring voor de spelers te groot wordt.

En dat zou de logische opbouw voor hen verstoren, dat gaat ten koste van het leerproces.

### **DE OPBOUWFASE.**

De belangrijkste fase voor een voetballer is de opbouwfase. De speler doet in deze levensfase namelijk een groot aantal indrukken op en ontwikkelt zich snel.

De basis voor het waarnemen binnen de voetbalsituatie wordt in deze fase gelegd. Vooral bij de C - junioren zie je dat terug. Vaak zien de spelers al de oplossing verder weg, maar motorisch kunnen ze het nog niet waarmaken. Maar je komt ook spelers tegen die vroegrijp zijn, die zich fysiek wel ontwikkeld hebben, maar zich nog geen gericht kijkgedrag hebben aangeleerd

## DE WEDSTRIJDFASE.

Deze fase begint ongeveer als de spelers de leeftijd van de B - junioren hebben bereikt.

Het winnen van wedstrijden was al belangrijk, maar nu krijgt dit ook echte waarde toegekend.

De manier waarop een wedstrijd gewonnen wordt, kan nu objectiever beoordeeld worden en eigen prestatie en teamprestatie kunnen nu redelijk worden ingeschat.

Als spelers de vorige fase redelijk hebben doorlopen, kunnen ze ook zelf aangeven wat er globaal wel en niet functioneerde. Je staat soms versteld van het scherpe analysevermogen van sommige spelers.

De wedstrijd(de vorige of de aankomende) wordt nu ook het kader van waaruit geput wordt voor de trainingsinhoud. Kwaliteiten van spelers worden nu gebruikt voor het team. Je ziet hoe belangrijk het is voor een speler dat hij weet met welke gedachte de ploeg speelt en dat iedereen met de zelfde grondgedachte speelt. Dan pas zijn allerlei keuzes te maken en kunnen spelers de spelbedoelingen realiseren en samenwerken om dit doel te bereiken. Het begrijpen van elkaar, het elkaar aanvoelen in een spelsituatie wordt zo veel eenvoudiger en te begrijpen. Het begint bij een paar simpele afspraken en kan heel ver doorgevoerd worden.

Deze stap verder ligt nu in de weerstandentheorie zoals de **ZEISTERVISIE** dat aangeeft.

- De uitvoering wordt belangrijker.
- De handelingssnelheid moet omhoog.

Dat bereik je door onder andere het verkleinen van het speelveld, het verplicht minder vaak raken van de bal en meer tegenstanders.

Kortom " De wedstrijd wordt nu volledig uitgangspunt voor de trainingen".

Natuurlijk is het van belang dat de trainer nu goed de ploeg kan analyseren en de tekortkomingen van de ploeg kan blootleggen om deze vervolgens door gerichte trainingen weg te werken.

Uiteraard moet er ruimte ingebouwd worden om de speelwijze te trainen en om de individuele spelers te verbeteren.

Steeds meer zal er taakgericht en positie-specifiek getraind moeten worden.

Ploegtactiek is zeer bepalend voor de inhoud van de training.

Alle drie de hoofdmomenten komen aan bod, maar vooral wordt nu belangrijk hoe de spelers elkaars voetbalmogelijkheden inschatten.

Het samenwerken en presteren als team wordt ontzettend belangrijk.

Om je doelstellingen te bereiken 'speel' je als trainer nog bewuster met ruimtes en weerstanden:

veldvergroting of verkleining, variatie in het aantal spelers, werken met ondertal of overtal.

Ook de grote van de doelen aanpassen, beschermde gebieden invoeren, het spelmateriaal aanpassen aan omstandigheden of gegevens en opdrachten veranderen in tijd, tempo of richting (bijvoorbeeld twee keer raken) zijn goede maatregelen.

Er zijn ontzettend veel mogelijkheden. Het kan bijvoorbeeld ook via het extra belonen van gewenst voetbalgedrag( bijvoorbeeld : kopgoal telt dubbel).

Het hangt een beetje af van het 'trainersgevoel' welke maatregel je neemt om voetbalsituaties te veranderen en op welk moment.

Het mag duidelijk zijn dat elke fase zijn eigen problemen kent, zowel voor de spelers als de groep.

## **V. HET SPELCONCEPT GEDURENDE DE OPLEIDING.**

In de opleidingsperiode tussen D en A jeugd is het van belang om een spelconcept te ontwikkelen en de spelers daar vertrouwd mee te maken.

We gaan in de opleidingsperiode uit van het spelsysteem 1 - 4 - 3 - 3 (1 - 3 - 4 - 3)

Voor dit systeem is gekozen vanwege een optimale veldbezetting en omdat het in de opleiding het snelst op te pakken systeem is.

Tevens sluit het als beste aan op het opleiden zoals men het in Nederland in al zijn facetten het beste beheerst.

Dit betekent echter niet dat de jeugdspelers nooit met andere spelsystemen in aanraking komt ook hierop moet men leren inspelen en leren nadenken :

**“Hoe kunnen wij als team onze tegenstander het best bestrijden”**

### **Algemeen :**

- Attractief en effectief voetbal op basis van een groot technisch vermogen, een optimale wedstrijdinstelling en concentratie van de individuele spelers en een goed uitgevoerd positieospel.
- Een aanvallend karakter, bij voorkeur door middel van pressievoetbal op de helft van de tegenstander gedurende een groot deel van de wedstrijd wanneer dit maar enigszins mogelijk is.
- Gericht op het scoren van zoveel mogelijk doelpunten, waarbij het risico van tegendoelpunten beperkt moet worden.
- In geval het door omstandigheden niet mogelijk is om pressievoetbal te spelen, bijvoorbeeld tegen een hele sterke of agressieve tegenstander, waardoor je als team zelf onder druk komt te staan, moet de spelwijze collectief worden aangepast gedurende een gedeelte van de wedstrijd of mogelijk zelfs de gehele wedstrijd.  
In dat geval zal er collectief vanuit een positie, waarbij het verdedigingsblok dicht bij het eigen doel komt te liggen, aangevallen moeten worden.  
Je speelt dan als “blok” bij de middenlijn of zelfs op de eigen helft voor de zestienmeterlijn.  
Als je teruggedrongen wordt op je eigen helft, houdt dat niet in dat je als team met een instelling speelt van : achter de zaak dichtspijkeren of op de nul spelen of geen risico's nemen.  
Die instelling werkt remmend op de creatieve ontwikkeling van jeugdspelers.  
Creativiteit is een onmisbare eigenschap om tot attractief voetbal te komen.
- In geval van een tijdelijke terugval van het team tijdens een wedstrijd, waardoor het initiatief verloren gaat, zal in die wedstrijd fase het spelen op balbezit benadrukt moeten worden. Daardoor kan het initiatief worden teruggewonnen om weer over te gaan op pressie-voetbal.

## **Basisvoorwaarden :**

Basisvoorwaarden bij elke te voeren speelwijze zijn :

- collectieve uitvoering van één en het zelfde basisconcept.
- de linies moeten dicht op elkaar aansluiten.
- bij balbezit in de opbouw onnodig balverlies vermijden, zonder te vervallen in risicoloos breedtespel.
- het elkaar coachen.
- altijd de bal en de tegenstander blijven zien, in elke situatie.
- niet roepen om de bal als je niet aanspeelbaar bent of geen contact hebt met medespelers.
- altijd bereid zijn om elkaars positie over te nemen.
- de concentratie en wedstrijdinstelling moeten gedurende de hele wedstrijd optimaal zijn.

## **De Opbouw.**

Bij balbezit zal men moeten leren om de opbouw van achteruit plaats te laten vinden. Dit gaat via de een van de vier verdedigers of gezamenlijk.

Basiseisen aan de posities 2 en 5 (vleugelverdedigers) breed maken en open staan.

De posities 3 en 4 moeten uit elkaar.

Als er geen mogelijkheid is omweg te komen, dan pos. 2 of 5 doorschuiven en de pos. 3 en 4 ver uit elkaar.

Indien men nog niet weg kan komen omdat men tegen 3 positioneel verdedigende aanvallers staat moet men inspelen over de grond of met een boogpass in de vrije ruimte van de pos. 7 of 11.

Deze spelers moeten de bal vasthouden om te kaatsen op de bijsluiters of als ze ruimte hebben omdraaien en SPA maken. ( **Snelheid** maken - **Passeeractie** - **Actie** na de actie)

Indien het spelconcept van de tegenstander 1 op 1 spel is dan de bal door de keeper uit te laten trappen naar de centrumspits deze moet door koppen op, bijvoorbeeld, de achter hem om komende linker- of rechterspits.

Als de lengte niet voldoende is kan men tijdelijk een van de andere twee spitsen gebruiken voor het doorkoppen.

## **De Aanval.**

De Spitsen (pos. 7 en 11) veld breed maken.

De drie spitsen moeten leren om een voorbeweging te maken.

Druk zetten op de bal.

Als een van de spitsen schiet, de andere twee naar de keeper om rebounds te zoeken.(keeper-paal of lat).

Leren om te **anticiperen**. ( Dit is rekenen op een situatie die nog kan ontstaan)

Spitsen moeten altijd in beweging zijn. **Stil staan is dodelijk**. Immers de verdediger staat dicht bij de bal is er dus eerder.

Leren wat de **scoringszone** is. Daar moeten de spitsen zich altijd naartoe of in begeven.

## **Verdedigend of balbezit tegenpartij.**

In eerste instantie dien je jezelf de vraag te stellen welke ruimte verdedig ik. Dit is met name afhankelijk van de eigen ploeg en de tegenstander.

Uitgangspunt is de bal zo snel mogelijk zien te veroveren, zo ver mogelijk van eigen doel af.

Organisatie :

- zover mogelijk van het doel af verdedigen.
- iedereen moet mee doen.
- niet steeds het hoogste tempo, maar storen en jagen, het goede moment kiezen en dan voor 100% gaan.
- het gehele team moet tussen de bal en het eigen doel zitten en men mag zich niet uit laten spelen.
- coaching van pos.6 op 7 - 10 op 9 - 8 op 11- 2 op 6 - 4 op 10 - 5 op 8 - 3 op 4 en 1 op achterste lijn.
- indien uitgespeeld snel herstellen.
- straal fanatisme uit.

Het eind doel is om de tegenstander vast te zetten op eigen helft - de zwakste opbouwer in balbezit te laten komen - druk zetten met het hele team naar de bal - tegenstanders ver van de bal loslaten en rugdekking te geven aan de eigen spelers die dicht bij de bal zijn.

## **De schakelmomenten.**

### **Balverlies naar balbezit**

- Snel het veld groot maken .
- Alle spelers moeten mee doen.
- Indien nodig gebruik de keeper.
- Haal de bal uit hoop spelers.( terug of breed).
- Zet de organisatie neer.

### **Balbezit naar balverlies.**

- besteed hier tijdens trainingen veel tijd aan.
- het hele team zonder uitzondering.
- het team moet tussen bal en eigen doel komen.
- coaching en verdedigend denken zijn van elementair belang.
- tegenstander voor je houden ( positioneel terugverdedigen).
- straal fanatisme uit.
- indien uitgespeeld snel herstellen.

## **VI. TAKEN EN FUNCTIES IN EEN TEAM.**

1. - Taken en functies van de verschillende posities in 7 tegen 7 ( E en F jeugd).
2. - Taken en functies van de verschillende posities in een voetbalelftal.

**Ad 1. - Taken en functies bij 7 tegen 7 ( E en F jeugd).**

### **De doelverdediger.**

#### *balbezit :*

- positie kiezen t.o.v. de verdedigers en zijn doel bij balbezit.
- voortzetting d.m.v. rollen,werpen,passen, trappen of roltrap.
- fungeren als centrale opbouwer (“vliegende keep”)

#### *Balbezit tegenpartij :*

- het voorkomen van tegendoelpunten.
- positie kiezen t.o.v. de bal,tegenstander(s), en medespeler(s) en zijn doel.

### **De Vleugelverdedigers.**

#### *Balbezit :*

- positie kiezen ( uit elkaar, veld groot maken)
- aanspelen van de aanvallers.
- wanneer er ruimte is zelf met de bal naar voren dribbelen/drijven.
- meedoen met de aanval.

#### *Balbezit tegenpartij :*

- bal afpakken.
- tussen eigen tegenstander en eigen doel blijven.”NIET LATEN UITSPELEN”
- tegenstander niet voorbij laten gaan.
- indien uitgespeeld zo snel mogelijk weer herstellen.
- teammaatjes helpen.(knippen,rugdekking)

### **De Centrale verdediger.**

#### *Balbezit :*

- positie kiezen (tussen aanvallers en vleugelverdedigers)
- aanspelen van de aanvallers of verdedigers die meedoen in de aanval.
- wanneer er ruimte is, zelf met de bal naar voren dribbelen/drijven.
- meedoen met de aanval.
- doelpogingen, indien de gelegenheid zich voordoet.

#### *Balbezit tegenpartij :*

- tussen eigen tegenstander en eigen doel blijven. ”NIET LATEN UITSPELEN”
- tegenstander niet voorbij laten gaan.
- indien uitgespeeld zo snel mogelijk weer herstellen.

## De Vleugelaanvallers.

### *Balbezit :*

- positie kiezen t.o.v. verdedigers(veld lang maken)
- met bal zo snel mogelijk richting doel: alleen (individuele actie) of maatje aanspelen die vrij baan heeft richting doel.
- zelf voor het doel positie kiezen(aanspeelbaar zijn om te kunnen scoren)
- doelpogingen.

### *Balbezit tegenpartij :*

- "storen" van de opbouw van de tegenstander(s).
- bal afpakken.
- teammaatjes helpen(knijpen, rugdekking).
- veld klein maken.
- tussen eigen tegenstander en eigen doel blijven. "NIET LATEN UITSPELEN".
- indien uitgespeeld zo snel als mogelijk is herstellen

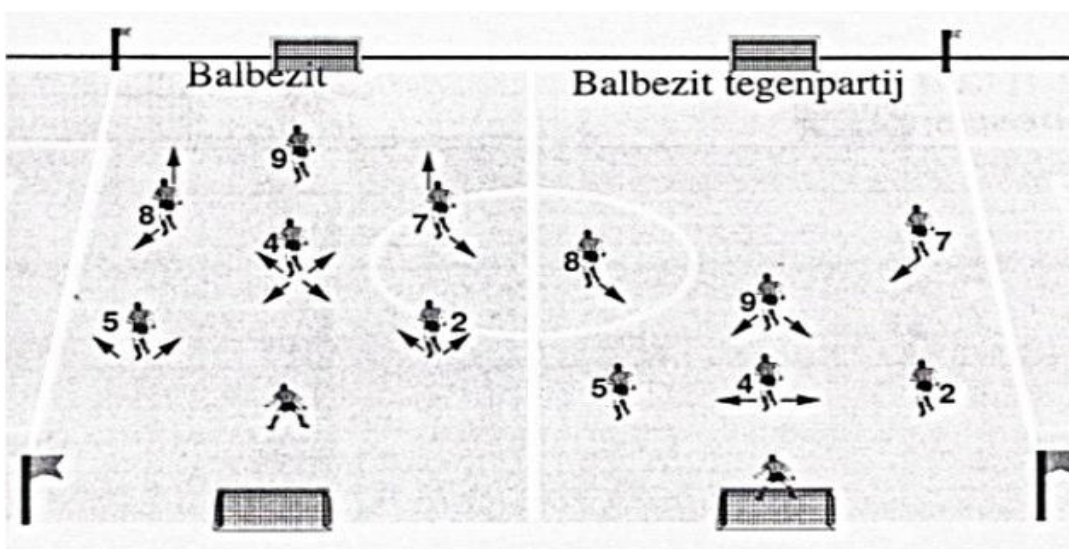
## De Centrale aanvaller.

### *Balbezit :*

- zo diep mogelijk positie kiezen("veld zo lang maken, dat je nog met een pass bereikbaar bent")
- doelpogingen( individuele acties of combinaties met maatjes)
- doelgericht zijn !

### *Balbezit tegenpartij :*

- dekken van de centrale verdediger van de tegenpartij.
- "storen" van de opbouw van de tegenstander.
- bal afpakken.
- teammaatjes helpen.(rugdekking)
- veld klein maken.
- tussen eigen tegenstander en eigen doel blijven. "NIET LATEN UITSPELEN"



## Ad 2. - Taken en functies bij 11 tegen 11 ( D t/m A jeugd).

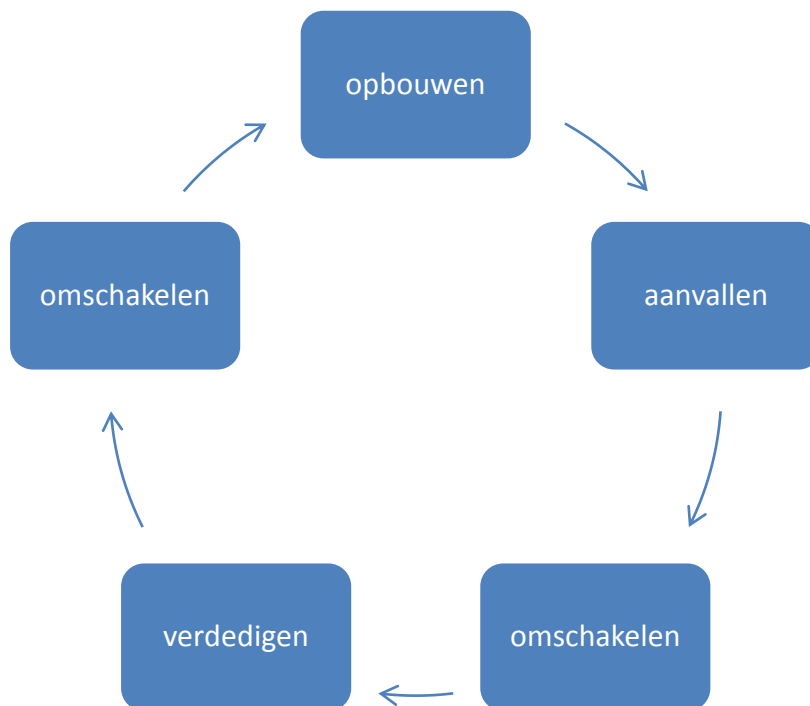
We kiezen voor het 1 - 3 - 4 - 3 (1 - 4 – 3 – 3) spelsysteem.

Daaraan moet een speelwijze worden gekoppeld.

Let wel de onderstaande taken en functies die zijn neergeschreven, richten zich vooral op de B en A jeugd. De coaches van andere leeftijdsgroepen kunnen deze taken en functies integreren welke geen afbreuk mogen doen aan de eigenheid van de spelers.

Let wel op met kreten als GEEN BALVERLIES, Er moet voldoende ruimte blijven om te kunnen experimenteren in het veld, het geeft meer een kader aan. Uiteraard moet dit vermeden worden maar het mag geen doel op zich zijn.

Het “lastige” van 11-tallen is dat er taken zijn voor spelers bij de opbouw en dan door naar aanvallende taken en dan terug de verdedigende taken in de verschillende posities.



### *Taken voor het **totale team** in de opbouw:*

- Maak de ruimte groot (in de diepte en de breedte).
- De onderlinge afstanden niet te groot en niet te klein.
- Positiespel afgestemd op het creëren van diepte.
- Bij de opbouw, goed aansluiten van alle linies.
- De onderlinge afstanden niet te groot.
- Scherpste en concentratie tijdens het positiespel.

### *Taken voor het **totale team** in de aanval:*

- Zo snel mogelijk gevaar creëren in de 16 meter van de tegenpartij
- Creëer aanspeelpunten in de diepte (gaande) en in de voet (komende).
- Creëer bij een voorzet de juiste bezetting voor doel.

### *Taken voor het **totale team** verdedigend/storen:*

- Het uitgangspunt is: de bal zo snel mogelijk terugwinnen.
- Probeer zo ver mogelijk van het eigen doel te verdedigen.
- Maak de ruimte klein (in de lengte en in de breedte).
- De speler aan de bal wordt kort gedekt.
- Kies het juiste moment om druk te zetten op de tegenpartij.
- Jaag niet altijd in hetzelfde tempo.
- Veroorzaak een kettingreactie: dwing de tegenstander om een slechte bal te spelen.
- Speel compact: hou de onderlinge afstanden klein.

### *Taken **per linie** in de opbouw en aanvallend:*

#### **De verdediging**

- Geen onnodig balverlies op eigen helft.
- Hoge balsnelheid.
- Probeer het spel zo snel mogelijk te verplaatsen.
- Probeer zo snel mogelijk vooruit te spelen.
- Heb de bedoeling om spelers vrij te spelen.
- Speel positioneel goed ten opzichte van elkaar.
- Benut de ruimtes goed ten opzichte van de spitsen van de tegenpartij.
- Coach elkaar!

#### **Het middenveld**

- Goed meelesen van het spel
- Balverlies vermijden op eigen helft.
- De bedoeling om spelers vrij te spelen.
- De dieptebal naar de aanvallers mogelijk maken of zelf aanspeelbaar zijn.
- Niet teveel lopen met de bal.
- Eerder dienende rol ten opzichte van de aanvallers.
- Snelle uitvoering (één keer raken – goede aanname – goed staan)
- Niet te snel de diepte inlopen.
- Posities overnemen van elkaar.
- Zo snel mogelijk gevaar creëren door:
  - Schot op doel
  - Diepe bal in de ruimte achter de verdedigers
  - Diep naar de diepe spits / buitenspelers
  - Diep naar de schaduwspits
  - Veranderen van speelkant
  - Bij voorzet aan de rand van de 16 meter opstellen

## **De aanval**

- De dieptebal mogelijk maken.
- Goede wisselwerking (naar de bal toe, weg van de bal)
- Veld zo groot mogelijk houden
- Niet te stereotiepe manier van vrijlopen.
- Niet te vroeg naar de bal toe.
- Een goede samenwerking tussen de diepe spits en de schaduwspits.
- Ruimte houden voor individuele acties.
- Heb oog voor de derde man.
- Goede bezetting voor doel bij voorzet.
- Alles in het teken van kansen creëren en scoren

## *Taken per linie verdedigend :*

### **De verdediging**

- Sluit voldoende aan met de andere linies. Bij elke bal terug van de tegenpartij dienen de verdedigers bij te sluiten.
- Hoe korter bij doel hoe scherper je dekt.
- Probeer steeds een man meer situatie te behouden.
- Maak geen onnodige overtredingen.
- Schuif mee naar de kant van de bal (kantelen).
- Hou overzicht ten opzichte van elkaar.

### **Het middenveld**

- Het is van belang voldoende verdedigend evenwicht te behouden, teveel middenvelders voor de bal maakt het middenveld kwetsbaar.
- De middenvelders dienen elkaar goed te coachen.
- Sluit goed aan bij de aanvallers.
- Schuif mee naar de kant van de bal.
- Laat je niet te makkelijk uitschakelen. Vermijd 'happen' op de bal of impulsieve acties.

### **De aanval**

- Zorg dat het team eerst in 'positie is'.
- Jaag de tegenstander niet 'geïsoleerd' ( in je eentje) op.
- Probeer de dieptepass te voorkomen.
- Kies het juiste moment om de aanval op de bal in te zetten.
- Probeer bij het 'storen' goed samen te werken.

## *Taken per positie in de opbouw, aanvallend en verdedigend(storen)*

### **De keeper**

- Geef leiding aan de verdedigers, met name het knijpen en het bijsluiten zijn bij het storen belangrijke items.
- Het gaat vooral om het voorkomen van doelpunten.
- Pas je positie aan , aan de positie van de verdedigers.
- Lees de opbouw van de tegenpartij.
- Doe actief mee in het positie spel, blijf het spel "lezen".
- Zorg dat je aanspeelbaar bent.
- Denk aan de voortzetting van het spel.
- Diep denken, diep kijken en indien mogelijk diep spelen.

- Probeer de bal in bezit van het team te houden.
- Neem geen risico's dicht bij het doel.
- Zorg dat bij balverlies adequaat kunt reageren.
- Zorg voor een goede communicatie.
- Zorg voor een goede pass, uittrap, uitworp.
- Naar voren keepen, vooral bij dieptepasses door het centrum.
- Onder alle omstandigheden rust en zekerheid uitstralen.
- Zorg voor een goede organisatie bij spelhervattingen "verdedigend" in de buurt van het doel.

### **vleugelverdedigers (2 en 5)**

#### *Verdedigend:*

- altijd aan binnenkant dekken
- Hoe korter men zich bij de bal bevindt, hoe scherper er wordt gedekt.
- uitschakelen van directe tegenstander
- Wees zeer attent in het duel 1:1, vecht je in.
- kijk uit voor een dieptepass, niet te kort dekken (afhankelijkheid van eigen snelheid!)
- rugdekking geven aan het centrum bij een aanval over de andere vleugel (=knijpen) en daarbij de centrum verdediger coachen
- goed 1:1 spelen, zowel technisch als tactisch, zonder echte rugdekking
- coaching van de middenvelder vóór je
- goede onderlinge communicatie v.w.b. de buitenspelval
- kennis hebben van diverse dekkingsvormen,
- ruimtedekking, zonedekking, mandekking, rugdekking en persoonlijke dekking

#### *Opbouwend/aanvallend:*

- bij balbezit keeper: speelveld breed maken om de opbouw goed te laten verlopen en
- tevens "diep" positie kiezen om de nodige ruimte te maken
- vrijlopen om aanspeelbaar te zijn voor medespelers die in de buurt van jou spelen
- meespelen in combinatie- en positieospel
- geen balverlies bij diagonale pass of pass naar eigen centrumverdediger
- juiste moment kiezen om op te komen (bijvoor-beeld als de vleugelspits naar binnen trekt)
- sober, simpel spelen
- medespelers zuiver en met juiste balsnelheid aanspelen
- beschikbaar zijn voor rugdekking geven aan de vleugelspits voor de terugpass/kaats
- oog hebben voor het geven van een cross-pass (kijk uit = veel risico)

### **Centrale verdediger (3)**

#### *Verdedigend:*

- uitschakelen van de directe tegenstander
- juiste moment rugdekking geven aan de (vleugel) verdedigers , b.v door een stap terug te doen. Neem op juiste moment de diepte weg.
- technisch en tactisch goed 1:1 spelen zonder echte rugdekking
- leiden en organiseren van de verdediging i.s.m. de keeper (bewaking van balans)
- bepaalt of er wel of niet op buitenspel wordt gespeeld (oogcontact met vleugelverdedigers!!)
- klein houden van het speelveld, aansluiting
- Hou overzicht
- kopduels aangaan, bal niet laten stuiteren
- steeds bewust zijn van controlerende taak

#### *Opbouwend/aanvallend:*

- vrijlopen, positie kiezen (ook in achterwaartse richting) om voor de vleugelverdedigers en middenvelders een aanspeelpunt achter de bal te zijn
- direct positie kiezen van speler 3 of 4 als buitenste middenvelder (6 of 8) wordt aangespeeld
- leiding geven aan de verdediging (aansluiting) en voortdurend de onderlinge afstanden bewaken (coachen)
- balans van het elftal in de gaten houden,
- niet te veel spelers die vóór de bal lopen
- verdedigend coachen terwijl we in balbezit zijn...!!
- effectieve techniek, snel aannemen en inspelen, naar voren gericht
- inschakelen op het middenveld
- (wisselwerking met de verdedigende middenvelder (4), afhankelijk van kwaliteiten, zorg in dit geval voor “gestaffelde opstelling” (niet op één lijn)
- inschakelen bij hoekschoppen, afhankelijk van je kopkracht
- kies bij het geven van een dieptepass voor een diagonale pass op de verste speler (7-9-10-11)

### **verdedigende middenvelder (4)**

#### *Verdedigend:*

- i.s.m. speler 3 de centrale spits(en) van de tegenstander bespelen, o.a. door de aanspeellijnen naar deze spits af te scherm
- uitschakelen van de directe tegenstander
- 1:1 duel goed aangaan, geconcentreerd en agressief en technisch/tactisch goed
- niet happen, alleen sliding maken als je iets tegenhoudt...!!
- probeer overtredingen (zeker in de buurt van de 16m) te voorkomen
- waar mogelijk vooruitverdedigen
- rugdekking geven aan middenvelders aan de andere kant

- rugdekking geven aan jagende spelers tijdens pressie
- ruimtedekking bij een overtal-situatie voor de tegenpartij (dan geen aanval op de bal, maar de aanval “ophouden”, tijd winnen, tempo uit de actie van de tegenstander)
- dwing tegenstanders naar de buitenkant
- (of terug) en bied medespelers de kans om rugdekking te geven
- houd overzicht
- ga voor de kopduels
- coaching van het middenveld (tactisch en mentaal)
- juiste moment doorschuiven in de as als aanzet tot pressie spelen (als 10 doorschuift moet direct 4 ook doorschuiven)

#### *Opbouwend/aanvallend:*

- vrijlopen, positiekiezen zodat combinatie-positiespel van achteruit mogelijk wordt
- veel vrijkomen middels de vóóreactie
- (schijnloopactie)
- controlerende speler (spelverplaatsing)
- afspeelmogelijkheden creëren voor overige middenvelders en aanvallers (terugpass), vast aanspeelpunt achter de bal (controlerend)
- baltempo, circulatiesnelheid bepalen
- elftal door coaching en positiespel “bij elkaar houden”, zodat er een juiste balans in het elftal blijft (wedstrijd lezen d.m.v. tactisch inzicht en gevoel)
- juiste moment kiezen om zich aanvallend in te schakelen
- goede wisselwerking met de aanvallende middenvelder en met de centrale verdediger (niet op één lijn staan, gestaffeld!!)
- inschuiven alleen om nummerieke meerderheid te creëren

## **Buitenste middenvelders (6 en 8)**

### *Verdedigend:*

- uitschakelen van directe tegenstander
- rugdekking geven aan middenveld bij een aanval over de andere kant (knijpen in diagonale lijn), laat je tegenstander niet vanachter je rug vertrekken !!
- waar mogelijk vooruit verdedigen scherp en agressief als er op de bal gejaagd wordt
- geef je directe, balbezittende tegenstander geen tijd om rustig te kijken of om te passen (dwingend verdedigen)
- technische en tactische sterk zijn in duel 1:1
- coachen van de vleugelspits in verdedigend opzicht b.v. “rechts afschermen”, “binnenkant dekken”, “ga mee” etc.etc.
- steeds in de gaten houden wat er in je zone gebeurt
- ruimtedekking bij een overtal voor de tegenpartij (de boel ophouden, tijd winnen)
- overnemen van de positie van de vleugelverdediger

### *Opbouwend/aanvallend:*

- van de zijlijn komen, ruimte maken voor vleugelverdediger en vleugelspits
- vrijlopen, positie kiezen zodat combinatie-positiespel van achteruit mogelijk is
- maak gebruik van schijnloopactie (vooractie) om vrij te komen
- afspeelmogelijkheden creëren voor de aanvallers (terugpass) en als de aanval over de vleugel niet kan worden doorgezet, ervoor zorgen dat het spel snel verplaatst wordt naar de andere vleugel
- vrijlopen in een andere lijn dan de vleugelspits
- door positiespel voor driehoeken zorgen met medespelers
- niet te veel lopen met de bal (een pass is altijd “sneller”)
- geen balverlies door breedtepass
- aanspeelbaar zijn als 3e man als de vleugelspits of centrumspits wordt aangespeeld, dus achter de bal blijven wanneer de vleugelspits wordt aangespeeld en anticiperen !!
- aanspelen van de (vleugel)spits afhankelijk van diens loopactie, in de voeten of steekpass in de diepte
- de middenvelders 6 en 8 moeten dus altijd
- als steunspelers fungeren voor de spitsen en mogen dus sporadisch over de vleugelspitsen heengaan
- maak gebruik van de crosspass (inzicht) en let daarbij vooral op het diepgaan van
- de aanvallende middenvelder of andere buitenste middenvelder achter de rug van de centrumspits (als deze naar de bal toekomt)
- moment kiezen om je aanvallend in te schakelen afhankelijk van de gecreëerde ruimte
- positie op de 16m lijn innemen bij een voorzet van de andere vleugel (afwerken)
- de buitenste middenvelder aan de kant waarvandaan de voorzet komt, moet

- controlerend spelen richting centrum van het veld, i.s.m. speler 4
- medeverantwoordelijk voor de balans in het elftal

### **Aanvallende middenvelder (10)**

#### *Verdedigend:*

- tegenstander uit eigen zone oppikken, volgen en uitschakelen (meestal centrale middenvelder of verdedigende middenvelder van de tegenpartij)
- bij vooruit verdedigen/pressie heel actief zijn
- bijsluiten, rugdekking geven en coachen van de aanvallers tijdens pressie
- doorschuiven als tegenpartij door het centrum opbouwt, verdedigende middenvelder neemt jouw positie in waardoor overal 1:1 gespeeld wordt
- dieptepass vanuit centrum-verdediging tegenpartij verhinderen (naar zijkant dwingen)
- centrumspits coachen bij verdedigen (hoe, waar en wanneer)
- Biedt geen ontsnappingsmogelijkheden aan de tegenstander
- Anticipeer goed op de loopbewegingen van de diepe spits
- Laat je niet makkelijk uitschakelen
- goed mee terugsluiten om de balans in het elftal te houden en de juiste onderlinge afstanden te creëren

#### *Opbouwend/aanvallend:*

- voortdurend vrij lopen/positie kiezen om voor de verdedigers, middenvelders en aanvallers aanspeelbaar te zijn
- vooral vrijlopen tijdens de opbouw d.m.v. schijnloopacties
- vrijlopen in een andere lijn dan die van de verdedigende middenvelder (gestaffeld)
- benutten van de gecreëerde ruimte door de centrumspits (diep gaan op het juiste moment, initiatief, inzicht en anticiperen), tevens het goede moment kiezen om als 2e centrumspits te verschijnen
- spelverplaatsing naar de andere vleugel
- anticiperen en via vooractie (schijnloop) vrij komen om de kaats van de centrumspits te ontvangen (3e man)
- scorend vermogen hebben, doelgerichte acties
- “give and go” actie met middenvelders en aanvallers
- let op de onderlinge afstanden t.o.v. 4.6.8 en 9
- elftal bij elkaar houden door vasthouden of kaatsen van de bal, een goed technisch en tactisch niveau is vereist
- rust uitstralen, niet te gehaast aanvallen
- kruisend positie kiezen (voor de goal) met de centrumspits bij voorzetten vanaf de vleugel (coach elkaar)
- in de buurt van de goal attent zijn voor de rebound
- niet te veel risico nemen bij 1:1 duel met je rug naar het vijandelijke doel (afleggen op medespeler !!!)

## **vleugelspitsen (7 en 11)**

### *Verdedigend:*

- onmiddellijk breed/diagonaal lopen (knijpen) om zo zicht te houden op vleugel- en centrumverdedigers
- Zet druk op de tegenstander
- Biedt geen ontsnappingsmogelijkheden aan de tegenstander
- uitschakelen van directe tegenstander
- het spelen van pressie tijdens de opbouw van de tegenpartij, in nauwe samenwerking met de andere aanvallers en middenvelders
- tijdens de opbouw van de tegenpartij de vleugel verlaten en naar binnen trekken om ze te dwingen via de zijkanten te gaan (afhankelijk van de zwakke schakel bij de tegenpartij!!)
- op het juiste moment vooruit verdedigen, waarbij de middenvelder achter je coacht welke kant je moet afschermen, dieptepass proberen te verhinderen
- als de tegenpartij via de andere kant opbouwt, dan diagonaal knijpen

### *Opbouwend/aanvallend:*

- zo diep en breed mogelijk spelen (positie op de zijlijn), probeer vanuit de rug van je tegenstander te komen (eventueel vanuit buitenspelpositie!!)
- vrijlopen zodat combinatie/positiespel van achteruit mogelijk is
- vooral gebruik maken van veel explosieve schijnloopacties (vóóracties) om vrij te komen van je tegenstander
- passeeracties maken (individuele acties) in de juiste zone om tegenstander te omspelen
- achterlijn proberen te halen en vervolgens zorgen voor goede voorzetten (rendement !)
- vrijlopen langs een andere lijn dan die van de buitenste middenvelder
- bij voorzetten van de andere kant voor het doel komen (afwerken)
- centrumspits diagonaal inspelen en dóórbewegen
- loeren om via de steekpass binnendoor aangespeeld te worden (schijnloopacties)
- scorend vermogen hebben en rust/overzicht in diverse doelrijpe situaties (anderen laten scoren!!)

## Centrumspits (9)

### Verdedigend:

- afdekken van opkomende mensen en volgen tot sein van overname
- i.s.m. de vleugelspitsen de opbouw van de tegenpartij storen
- het spelen van pressie in nauwe samenwerking met de middenvelders en aanvallers
- zijkanten vrijlaten en tijdens de opbouw de centrale mensen dwingen de zijkanten aan te spelen (afspeelmogelijkheid naar de vrije man op het middenveld afschermen)
- moment uitkiezen voor de aanval op de bal
- Dwing de tegenstander naar zijn 'slechte' been.
- Biedt geen ontsnappingsmogelijkheden aan de tegenstander
- (coaching door aanvallende middenvelder)
- niet te veel alléén storen
- tijd winnen, dwingen tot breedtepass d.m.v. goed positie kiezen
- dieptepass vanuit het centrum in samenwerking met speler 10 voorkomen

### Opbouwend/aanvallend:

- ruimte creëren in de breedte en de diepte
- voortdurend in beweging zijn om de dieptepass gespeeld te krijgen of om ruimte te maken voor speler 10
- vrijlopen en aanspeelbaar zijn voor verdedigers, middenvelders en aanvallers
- vrijlopen langs een andere lijn dan de aanvallende middenvelder
- vrijlopen via explosieve schijnloopacties
- (links, rechts van de bal af, naar de bal toe etc.)
- vast aanspeelpunt zijn voor medespelers
- kaatsen op inkomende mensen (3e man), inzicht hebben van wat er om je heen gebeurt en wie er vrij komt
- in scoringspositie komen en scorend vermogen hebben
- altijd attent zijn op fouten van de tegenstander, scherp zijn!!
- bal goed afschermen t.o.v. de tegenstander (armen en handen gebruiken om te voelen)
- lichaam gebruiken in duels, lef tonen, agressief zijn
- goede communicatie met aanvallende middenvelder bij het positie kiezen voor het doel bij een voorzet (1e of 2e paal, kruisen), vooral niet te vroeg inkomen en het liefst vanachter de rug van je tegenstander, gebruik weer schijnloopacties
- d.m.v.  $\frac{1}{2}$ ,  $\frac{1}{4}$  of  $\frac{3}{4}$  draai vrijkomen (individuele actie)
- inzicht hebben v.w.b. wel of niet doorspelen van een 1-2 combinatie (of afkappen en zélf de actie maken)

## **VII. EISEN AAN EN TAAKOMSCHRIJVING VAN DE JEUGDTRAINER-COACHES.**

**Er zijn een aantal onmisbare vaardigheden voor de trainer-coaches :**

1. Beschikken over de juiste opleiding.(K.N.V.B. en/of Cock van Dijk techniektraining opleiding)
2. Voetbalinzicht.(Spelinzicht –Technisch –Tactisch -Mentaal).
3. Voetbalproblemen kunnen formuleren m.n. het lezen van een wedstrijd :  
Wie –Wat -Waar ?
4. Methodisch en didactisch vermogen.
5. Moet goed communiceren met de jeugd.(moet ze kunnen raken)
6. Enthousiasme / Gedrevenheid.
7. Positieve instelling - Consequent - Reëel.
8. Geduld hebben.
9. Discipline / Zelfdiscipline.
10. Realiseren voorbeeld functie en door zijn/ haar functioneren ook uitdragen.
11. Normaal taalgebruik.
12. Moet tegen feedback kunnen en moet zelf in staat zijn om zichzelf feedback te geven.
13. Moet zich ook coachbaar opstellen en bereid zijn tot bijscholing en onderhouden en uitbreiden van zijn kennis.

## **WERKEN VOLGENS LEERSTAPPEN.**

**STAP 1 = BEGINSITUATIE :  
ONBEWUST - ONBEKWAAM.**

**STAP 2 =  
BEWUST - ONBEKWAAM.**

**STAP 3 =  
BEWUST - BEKWAAM.**

**DOEL = STAP 4  
ONBEWUST - BEKWAAM.**

## **PROFIEL VAN EEN F - PUPILLEN TRAINER-COACH.**

Een goede F- trainer-coach is op de eerste plaats een goede begeleider, die op de hoogte is van de specifieke kenmerken voor deze leeftijd. Hij straalt rust en vriendelijkheid uit en heeft erg veel geduld.

Het directe wedstrijdresultaat is voor hem volstrekt van ondergeschikt belang.

Hij kan goed communiceren met de ouders, die vaak heel betrokken zijn bij de eerste stappen van hun kind in de voetbalwereld. Tijdens trainingen beseft hij dat deze kinderen geen behoefte hebben aan uitgebreide tekst en uitleg, maar dat het vooral belangrijk is om zelf het goede voorbeeld te geven.

Een goede F- trainer-coach speelt, zeker bij het kiezen van de oefenvormen en het coachen in op de rijke fantasiewereld van zijn spelertjes.

## **PROFIEL VAN EEN E - PUPILLEN TRAINER-COACH.**

Op de eerste plaats beseft hij dat de kinderen met zoveel mogelijk voetbalsituaties geconfronteerd moeten worden. Daarbij treedt hij voornamelijk op als begeleider, die de E-pupillen de ruimte geeft om zelf oplossingen te vinden voor de voetbalproblemen die ze tegenkomen.

Tijdens de trainingen bewaakt hij de organisatie, helpt en motiveert hij en corrigeert hij vooral op technische gebied. Een goede E-pupillentrainer is voor zijn spelers meer een kameraad en opleider, iemand met een echte voorbeeldfunctie dan de voetbalkenner die boordevol tactische vondsten zit.

Op het veld kan hij het goede voorbeeld geven. Ook weet hij in alle omstandigheden resultaten te relativeren en ook de ouders hiervan te overtuigen.

## **PROFIEL VAN EEN D - PUPILLEN TRAINER-COACH.**

De D-pupillen trainer-coach moet aan twee belangrijke eigenschappen voldoen als je de kenmerken van deze leeftijdsgroep als uitgangspunt neemt : hij moet enthousiast zijn en over voldoende eigenvaardigheid beschikken om tijdens trainingen het goede voorbeeld te kunnen geven.

Hij heeft daarom een eigen voetbalachtergrond op een aanvaardbaar niveau.

Als D-trainer-coach hoef je minder dan bij de E- of F-jeugd te reageren op het moment zelf.

D-spelers kunnen al een korte foutenanalyse achteraf verwerken.

Ze zijn tegenwoordig zeker in staat om een aantal tactische basisprincipes uit te voeren.

Dat betekent dat de D-trainer-coach in elk geval over voldoende tactische kennis moet beschikken.

Hij moet ook weten hoe je op deze leeftijd eigenschappen als snelheid, behendigheid en coördinatie kunt ontwikkelen en creativiteit aan de bal kunt stimuleren.

Een goede trainer-coach bij de D-jeugd reserveert tijd voor persoonlijke gesprekken met zijn spelers over de vorderingen en heeft regelmatig contact met de ouders.

## **PROFIEL VAN EEN C - JUNIOREN TRAINER-COACH.**

Een goede C-junioren trainer-coach weet op de eerste plaats op de juiste manier om te gaan met de verschillen binnen de selectie.

Hij is zich ervan bewust dat de spelers sterk op zoek zijn naar hun eigen identiteit en dat die fase nogal wat problemen met zich kan meebrengen.

Zo'n trainer-coach toont interesse voor al die veranderingen en laat dat ook in persoonlijke gesprekken merken.

Van een goede trainer-coach kun je eisen dat hij vooral duidelijk is naar de spelers toe en hen tevens houdt aan de afgesproken selectieregels (huishoudregels).

Dat laatste kan alleen als **de trainer-coach zelf** op dit gebied **een voorbeeldfunctie** vervult.

Ook bij het samenstellen van de oefenstof en het kiezen van de juiste methodiek houdt hij rekening met de grote onderlinge verschillen.

Hij beschikt over voldoende kennis over het 4 - 3 - 3 concept, zodat hij de C - junioren spelers de belangrijkste uitgangspunten kan bijbrengen.

Daarbij houdt hij rekening met de fysieke beperkingen van veel C - spelers bij de uitvoering van het concept. De trainer-coach is in staat om voor z'n spelers opdrachten te formuleren, die al een beroep doen op de eigen verantwoordelijkheid.

Hij beschikt over kennis op het gebied van teambuilding en kan tijdens trainingen zelf het goede voorbeeld geven.

## **PROFIEL VAN EEN B - JUNIOREN TRAINER - COACH.**

Een goede B-junioren trainer-coach is op de eerste plaats heel eerlijk en consequent. Daarnaast beschikt hij zelf over kennis en inzicht in de basisprincipes van het spelconcept : juist bij B-junioren spelers kan het tactisch vermogen met sprongen vooruit gaan. Hij reserveert voldoende tijd voor persoonlijke gesprekken en houdt daarbij rekening met de emotionele uitingen, die bij deze leeftijdsgroep passen. Ook is hij nog jong genoeg van geest om zich te kunnen verplaatsen in de belevingswereld van deze B-spelers, die overigens voortdurend verandert. Daar ook buiten het voetballen aansprekende activiteiten te organiseren verstevigt hij de binding van de spelers met de club. Ook is deze B-trainer-coach in staat om de voetbalproblemen uit de wedstrijd te vertalen in geschikte oefenstof, waarbij hij voortdurend rekening houdt met de grote verschillen in belasting en ontwikkeling binnen zijn spelersgroep.

## **PROFIEL VAN EEN A - JUNIOREN TRAINER - COACH.**

**De A- junioren trainer-coach heeft overzicht over de groep en dus een natuurlijke uitstraling.**

Bij de oefenstofkeuze vergeet hij nooit de elementen 'plezier, beleving en wedstrijdgerichtheid'. Voor de wedstrijd kan hij ook een goed voetbalverhaal (bespreking) vertellen.

**Hij weet dat hij veel aandacht aan het motiveren van zijn spelersgroep zal moeten besteden.**

De A- junioren trainer-coach reserveert tijd voor persoonlijke gesprekken, waarin hij duidelijk vertelt waarom hij bepaalde beslissingen genomen heeft.

**Hij moet zeer goed kunnen communiceren dit is een van de aller belangrijkste eigenschappen van deze trainer-coach.**

Hij kan duidelijk overbrengen wat hij van de spelers verwacht en eist.

De A- junioren trainer-coach gebruikt hedendaagse mondigheid bij deze spelers om hen te betrekken bij de doelstellingen van het team, zodat zij zich ook verantwoordelijk voelen voor de gang van zaken bij het team.

## **VIII. COACHING.**

Wat is coaching?

Coachen is het beïnvloeden van spelers

Coachen moet gesplitst worden in twee soorten :

1. Coaching van/door het kader.
2. Coaching van spelers onderling.

Ad 1. In eerste instantie gaan we ons richten op de coaching van het kader naar de spelers.

Om te kunnen coachen zal men eerst moeten waarnemen.

Om goed te kunnen waarnemen is het noodzakelijk dat we ons tijdens de wedstrijd niet laten meeslepen door allerlei gebeurtenissen die ons kunnen afleiden en die niet direct met het spel te maken hebben.

We kunnen ons beter bezig houden met de oorzaken en de gevolgen die uiteindelijk het resultaat van de wedstrijd bepalen.

Goed kunnen waarnemen, dus ook goed kunnen opslaan, bewaren.

Hoe leer je coachen?

Dit is een veel gestelde vraag waarop het antwoord niet makkelijk te geven is.

Toch gaan we een poging wagen.

Coaching heeft te maken met ervaring. Ervaring op velerlei gebied.

Je kunt het alleen onder de knie krijgen door het te doen.

Soms weet een coach ineens dat hij een situatie een aantal jaren geleden niet goed heeft beoordeeld. De ervaring heeft hem geleerd dat hij er anders mee om moet gaan. (Een ezel stoot zich niet twee maal aan de zelfde steen).

De coach moet dus ook kritisch zijn op zichzelf.

Voor de ontwikkeling als coach geldt hetzelfde als de ontwikkeling van een speler.

Het heeft tevens te maken met het plezier dat hij er zelf aan beleeft.

Als de voetballers dan een beter resultaat gaan boeken dan neemt het plezier alleen maar toe en werkt dan op iedereen als doping.

Het leren coachen onderscheiden we in vijf fasen :

1. Kennis van en inzicht in het voetbalspel.
2. Het lezen van het voetbalspel.
3. Doelstellingen.
4. Stellen van prioriteiten.
5. Maken van plannen en evalueren.

Het zal intussen iedereen duidelijk zijn dat het trainen en coachen van jeugdvoetballers niet iets is dat een mens zomaar even doet.

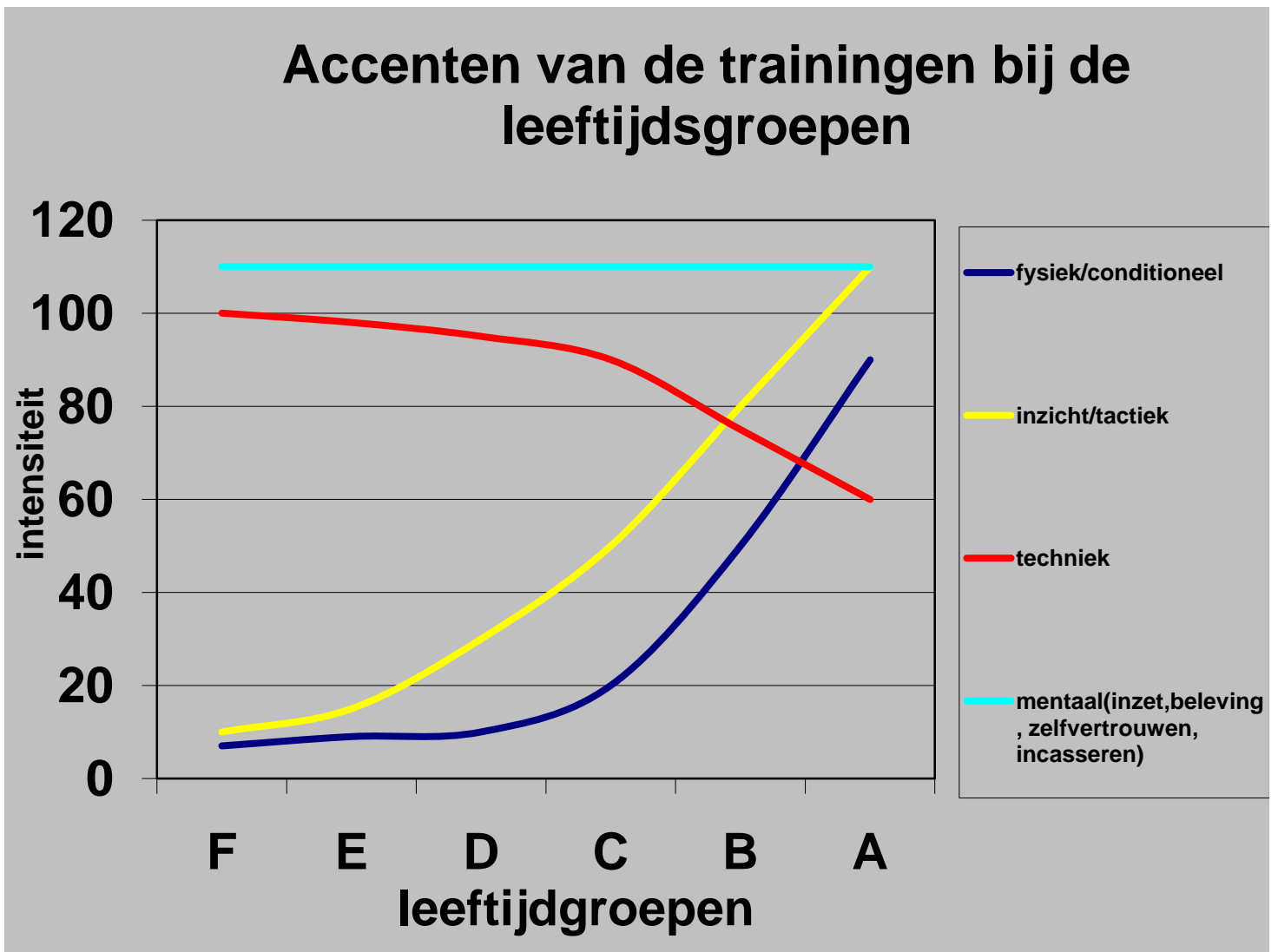
De trainer moet van te voren uitmaken wat hij de spelers tijdens de eerstvolgende training wil bijbrengen op basis van zijn bevindingen van de afgelopen week en op basis van zijn maand c.q. jaarplan.

Plannen en voorbereiding van de training zijn essentiële zaken. Zoals hij na afloop dient na te gaan hoe een training is verlopen en welke resultaten er zijn waar te nemen.

We noemen dit evaluatie.

**Sleutelvragen zijn :**

1. Waar moet ik beginnen? (beginsituatie)
2. Wat wil ik bereiken?(doelstelling)
3. Hoe kan ik de training geven?( wat en hoe / middelen)
4. Met welk resultaat heb ik de training gegeven?(evaluatie)
5. Hoe ziet mijn nieuwe beginsituatie eruit.



Evaluatie is bij het coachen zowel na een wedstrijd maar ook aan het eind van een training van zeer groot belang. Door veel trainer-coaches is dit zeer onderschat. Wil je het effect van “Een ezel stoot zich geen twee maal aan dezelfde steen “ bereiken dan moet je willen leren van je fouten en evaluatie is daar een uitstekend instrument voor. Praat over voetbal met name over wat goed maar ook zeker wat fout ging. Je wordt er alleen maar beter en mentaal sterker van.

Ad 2. Coaching van de spelers onderling.

Tijdens de opleiding bij s.v. Hatto-Heim zal de trainer-coach, de spelers vertrouwt moeten maken met een aantal termen :

### **Coachingstermen**

***Door eenduidige coachingstermen af te spreken schep je veel duidelijkheid binnen het team. Het is dan ook zeer verstandig om binnen de gehele jeugdopleiding dezelfde termen te gebruiken. Hierdoor is meespelen in een ander team voor wat betreft coaching geen probleem meer. Spelers kunnen op dezelfde termen vertrouwen.***

#### **Tijd:**

***De aangespeelde speler staat zodanig vrij dat hij zelf kan beslissen hoe hij verder wil spelen. Hij kan de bal in elk geval aan-/meenemen.***

#### **Kaats:**

***De aangespeelde speler heeft een man in de rug, geen mogelijkheden om de bal aan-/mee te nemen, maar moet direct kaatsen.***

#### **Vast:**

***De aangespeelde speler heeft een man in de rug, maar geen mogelijkheden om direct te kaatsen en moet de bal dus vasthouden en afschermen.***

#### **Haal eruit:**

***De speler in balbezit staat tegen een overtal en moet terugdraaien en terug/breedspelen.***

#### **Openen:**

***De speler in balbezit moet de bal openen naar de andere kant dan waar de bal vandaan komt. Door aan te geven waar de bal naar toe moet, wordt het nog duidelijker.***

**Druk:**

*De speler die het dichtsbij de balbezittende tegenstander staat, moet doorlopen tot voor de tegenstander en deze dwingen tot breed- of terugspelen. De speler moet niet happen.*

**Helpen:**

*Bij balbezit van een speler dient een speler in de linie daarachter zich duidelijk aan te bieden, maar wel duidelijk achter de bal. Hierdoor kan de balbezitter eventueel terugspelen.*

**Sluiten:**

*Als vanuit de verdediging de bal naar voren wordt gespeeld, waarbij snel aan- of bijgesloten moet worden (bijvoorbeeld om buitenspel te zetten). Kan ook als de tegenstander de bal terugspeelt.*

**Laat lopen:**

*De aangespeelde speler kan de bal laten lopen, waardoor hij sneller om kan draaien en tempo kan maken.*

**Knijpen:**

*Wanneer de aanval van de tegenstander over de andere zijde wordt opgezet, moeten de spelers aan de kant waar de bal niet is, naar binnen "knijpen", zodat zij elkaar rugdekking kunnen geven.*

**Draai open:**

*De aangespeelde speler moet de bal zo aan-/meenemen dat hij een zo groot mogelijk gedeelte van het veld overziet en ook de pass naar zoveel mogelijk richtingen kan geven.*

**Doordekken:**

*Wanneer de tegenstander zich in terugwaartse richting begeeft, moet de speler die bij hem staat hem kort bijven volgen.*

**Los:**

*De keeper roept dat als hij vindt dat zijn medespelers de bal niet meer mogen aanraken.*

**Terug:**

*De keeper roept dat als de bal teruggespeeld moet worden.*

**Jij/Naam:**

*De keeper roept dat als hij niet uitkomt, maar de eigen speler het duel moet aangaan of de bal wegwerken.*

**Weg:**

*De keeper geeft aan dat de speler de bal moet wegspelen.*

**Niet terug:**

*De speler geeft aan dat de speler de bal niet terug kan of mag spelen.*

*Vaak wordt ook de term "RUG" of "IN DE RUG" gebruikt. Deze lijkt er veel op de term "TERUG". Hierdoor kan verwarring ontstaan wat de bedoeling is. Tevens is voor de speler niet duidelijk wat hij nu met de bal moet gaan doen. Het is daarom beter om met "VAST", "KAATS" of andere coachingstermen voor spelvoortzettingen te werken.*

Dit zijn de termen die door spelers, trainer-coach en leider beheerst moeten worden. Je kan aan de coaching van een team bijna altijd horen op welk niveau men speelt.

**Waarom is coachen zo belangrijk?**

**Coaching tussen spelers onderling dient diverse doelen :**

1. Het vraagt scherpheid en dus nadenken van degene die coacht.
2. Het roept concentratie en scherpheid op bij de speler aan wie de coaching gericht is.
3. Het is een belangrijk hulpmiddel om misverstanden te voorkomen. Schept dus duidelijkheid.
4. Als er in een team coaching is maakt dat de eigen ploeg scherper en attent.
5. De tegenstander raakt er door geïmponeerd.

**VOETBAL IS EEN TEAMSPORT.**

**IN EEN ELFTAL MOET IEDEREEN ALLES DOEN OM DE ANDER TE HELPEN. ALS IK NU IEMAND HELP. HELPT DE ANDER MIJ DE VOLGENDE KEER.**

Tenslotte nog iets over het coachen.

De toon(manier waarop) is zeer belangrijk .

Van coaching moet altijd een positieve werking uitgaan.

Aangeven hoe het niet moet of “nu ben ik het hele seizoen al bezig en jullie weten het nog niet” helpt de trainer-coach, en ook zijn team, alleen maar de verkeerde kant op.

Positief coachen, hoe moeilijk soms ook, moet altijd zeker als een team in de problemen is of de resultaten te wensen overlaten. ( Dit heeft met zelfdiscipline te maken van de trainer-coach) Naarmate het met een team beter gaat moet je als trainer- coach wat kritischer zijn om je team scherp en wakker te houden.

Uit het bovenstaande heb je kunnen merken dat het leven van een trainer-coach niet alleen over rozen gaat maar een voortdurend balanceren is op een smal koord.

Dat maakt het aan de andere kant een prachtig vak en natuurlijk is niet iedereen daar geschikt voor.

## **Een aantal belangrijke regels bij coaching zijn :**

**Negatieve coaching hoort bij het voetbal niet thuis.**

**Kortom positieve coaching is een absolute must.**

**Als een trainer-coach een speler oprecht beloont, weeg zorgvuldig af of hij het verdient, dan kan je hem later ook weer kritisch toespreken als hij verzaakt of iets onjuist uitvoert.**

**TIP :**

***TIJDENS VRIENDSCHAPPELIJKE WEDSTRIJDEN D.M.V. TIME-OUTS, HALVERWEGE 1e EN 2e HELFT, HET AANTAL COACHMOMENTEN UITBREIDEN.***

## **IX. RICHTLIJNEN VOOR DE JEUGDLEIDERS.**

In dit hoofdstuk zijn een aantal richtlijnen te vinden voor de begeleiding van jeugdspelers.

De jeugdleiders zijn grofweg in drie groepen te splitsen :

1. Jeugdleiders van selectieteams.
2. Jeugdleiders van niet-selectieteams.
3. Jeugdleiders van F en E teams.

Waarom dit onderscheid ?

Omdat er van selectiespelers meer verwacht mag worden, ligt het verwachtingspatroon van de jeugdleider van zo'n team ook op een hoger niveau.

De jeugdleiders van deze tijd hebben een moeilijke taak om uit te voeren.

Men dient zich te realiseren dat men de vereniging vertegenwoordigt en tevens een voorbeeld functie bekleedt.

De normen en waarden ( lees de afspraken in boekje XXXXXX) van de vereniging, de scheidsrechters en andere vrijwilligers dient men in acht te nemen.

Standaard eisen die aan jeugdleiders gesteld worden zijn:

1. Een positieve instelling hebben.
2. Coachbaar.
3. Geduldig.
4. Een voorbeeld functie uitoefenen.
5. De normen en waarden van s.v. Hatto-Heim uitdragen en naleven.(presenteerblaadje)
6. Gedisciplineerd zijn.
7. Scherp zijn op conflicten en gedragsproblematiek en direct oplossende vorm zoeken.
8. Bereid om (hoofd)leiders vergaderingen constructief te bezoeken.
9. Contacten met ouders/verzorgers hoog houden.
10. Bereid zijn om bij teamindelingen en scoutings vraagstukken actief mee te denken (doen).
11. Probeer alternatieve bezigheid te vinden/doen bij afgelasting.

Zoals reeds is aangegeven zijn er wat aanvullende eisen aan een selectieleider te stellen :

1. Technische kennis. ( door opleiding of eigen ervaring)
2. Op het gebied van discipline zijn er hogere eisen.

Daarnaast moet de jeugdleider de randvoorwaarden zien te scheppen om een zo optimaal mogelijk leerklimaat te doen ontstaan.

Wat betreft Ad3. Verwijzen we naar een aparte bijlage , *handboek leiders E en F's*, dit omdat er veelal nieuwe leiders bij deze teams zijn die ook andere relevante informatie nodig hebben. Omdat het hier om een technisch jeugdplan gaat en niet om specifieke leiderstaken wordt hier naar verwezen.

1. In het jeugdvoetbal mag het wedstrijdresultaat nooit op de eerste plaats staan.
2. Je bent bezig met het opleiden van spelers.
3. Verlang prestaties, maar eis geen resultaat.
4. Jeugdspelers moeten zo hoog mogelijk spelen, uiteraard aangepast aan de lichamelijke en mentale kwaliteiten van het talent.
5. Een jeugdleider is verkeerd bezig als hij ten koste van bijv. een kampioenschap een jeugdspeler tijdens het seizoen niet laat overgaan naar een hoger elftal.

6. Een speler ontwikkeld zich op jeugdige leeftijd sterk.  
Geef hem daarom speelmogelijkheden op vele plaatsen in een elftal. Pas op 14- of 15 jarige leeftijd kunnen voor de positie binnen een elftal wat definitievere keuzes gemaakt worden.  
Durf op dit gebied het wedstrijdresultaat soms ondergeschikt te maken.
7. Plaats de beste spelers in principe in een aanvallende rol. Daar leren ze eerder hun creativiteit te ontwikkelen in een kleine ruimte en onder grotere weerstand. Van aanvallers kan je altijd nog verdedigers maken op een latere leeftijd
8. Straal enthousiasme en gedrevenheid uit, zoek niet naar excuses bij falen en geef de voetbalproblemen zoals jij ze ziet door aan de trainer want die moet er iets aan proberen te doen.

**Hier is een stappenplan voor gemaakt :**

1. Voorafgaande aan de wedstrijd. (checklist)
2. Aankomst bij de club en dan....
3. In de kleedkamer.
4. Naar het veld.
5. De wedstrijd.
6. In de rust
7. Na de wedstrijd.

Ad1. Voorafgaande aan de wedstrijd.

- spelers regelen.
- spelerspassen aanwezig.
- scheids(grens)rechter regelen.
- tegenstander ontvangen.
- eventueel reserveshirts regelen.
- beschikbaarheid kleedkamers checken.
- ook van tegenstander, is deze schoon? Zo niet schoonmaken en voorgangers hierop aanspreken.
- vervoer regelen.
- medische voorzieningen regelen.(b.v. verzorgingstas - waterzak)
- bekend maken tijdstip verzamelen.
- maken van opstellingen
- denk aan de kleding.
- opstelling maken.
- opstelling in een korte bijeenkomst bekendmaken en voorbespreking houden, als dit nog niet eerder gedaan is.

Ad2. Aankomst bij de club en dan....

- kennismaken met de tegenstander.
- alle spelers en spullen aanwezig naar de kleedkamer.
- wedstrijdformulier regelen.

Ad3. In de kleedkamer.

- rust creëren i.v.m. concentratie.
- omkleden.
- na omkleden op een vast tijdstip voor de wedstrijd naar buiten voor de warming-up.

Ad4. Naar het veld.

- vaste warming-up laten maken en onder leiding van de aanvoerder.
- geen gesprekken met ouders of anderen langs de lijn.

Ad.5 De wedstrijd.

- coaching positief - help de spelers.  
( zie apart onderwerp coaching).
- niet roken of alcohol drinken tijdens de wedstrijden.

Ad.6 In de rust.

- verzorgen dat "thee" bij tegenstander, scheidsrechter en eigen team geregeld is.
- geef aan wat moet verbeteren en doe dit gestructureerd.  
algemeen(balbezit –balverlies -schakelmomenten) - specifiek - individueel.
- Denk aan complimenten over wat vooral wel goed ging en dan maar ...
- geef wat er in de opbouw - aanvallend en verdedigend verbeterd moet worden.
- doe de facetten niet door elkaar en check of het begrepen is door een vraag te stellen.

Ad.7 Na de wedstrijd.

- evalueer "kort" in de kleedkamer of voor de eerst volgende training.
- zie toe op het douchen.
- voetbalschoenen niet binnen uitkloppen.
- er niet in kleedkamers wordt gerookt.
- wedstrijdformulier in orde maken.
- scheidsrechter bedanken voor de leiding.
- afscheid nemen van de tegenstander.
- zorgen dat kleedkamers netjes worden achter gelaten en dienbladen naar kantine komen.
- bij laatste wedstrijd spullen(doelen, cornervlaggen, netten) juist wegzetten.

Wat voor een leider van groot belang is, is dat de randvoorwaarden om een wedstrijd te kunnen spelen zeer belangrijk zijn, maar beslist **niet** ten koste mag gaan van de belangrijkste taak namelijk: Het coachen van de spelers tijdens de wedstrijd.

**De belangrijkste taak is : het zoveel mogelijk positief coachen van de spelers tijdens de wedstrijd.**

## **X. RICHTLIJNEN VOOR DE JEUGDSPELERS.**

We beginnen met een aantal richtlijnen, die voor elke speler tijdens een wedstrijd van belang zijn, onafhankelijk van zijn positie in het team :

1. Denken in teamverband, elkaar steunen en sterk maken.
2. Flair, lef en overtuiging uitstralen. Nooit laten merken dat je twijfelt of aangeslagen bent.
3. Boven je tegenstander staan, maar wel met respect.
4. Beslissingen van scheidsrechter accepteren.
5. Handhaaf de organisatie.
6. Duidelijk aan je medespelers laten zien wat je van plan bent.
7. Coach elkaar.
8. Speltempo niet aanpassen aan de tegenstander.
9. Speel met de ruimtes op het veld.
10. Als het gaat altijd in de lengterichting van het veld spelen, anders in elk geval in balbezit blijven en de opening elders zoeken.
11. Heb het gevoel voor onderlinge afstanden. (8 -10 meter verschil)
12. Houd de keuzemogelijkheden voor de tegenstander zo klein mogelijk.
13. Ga goed om met veld- en weersomstandigheden.
14. Werk voortdurend aan je zelf.

## **XI. MENTALITEIT / MENTALE WEERBAARHEID.**

Wat is mentaliteit ?

Mentaliteit is een proces, of liever, het is een verzameling van processen, over hoe je denkt en doet.

Is mentaliteit te trainen ?

Ja, van groot belang hierbij is de benadering van de trainer-coach of leider.

**Een goede trainer-coach** gaat er niet vanuit wat zijn spelers **niet** kunnen maar wat ze **wel** kunnen.

**Een goede trainer-coach ziet niet alleen wat verkeerd gaat, maar vooral wat goed gaat.**

Een voorbeeld : Als ik nu zeg, denk niet aan een citroen, dan denkt iedereen aan een citroen, terwijl ik zei dat dit juist niet moest.

Door steeds **niet boodschappen** te geven zoals 'je moet niet individueel spelen' zeg je nog niet wat men wel moet doen.

**Mijn persoonlijke mening is dat te veel trainer-coaches en leiders te veel kijken naar wat er niet goed gaat en te weinig bij de spelers aangeven wat er wel goed gaat.**

Wat vaak vergeten wordt is dat teamgeest ook een belangrijk wapen is om de tegenstander te bestrijden.

Voorbeeld :

Een spits mist een opgelegde kans. Het vervolg is dat hij op zijn donder krijgt van trainer-coach, leider en medespelers. Een tegenstander put hier alleen maar moed uit.

Ook al is het nog zo moeilijk : Geen enkele speler mist moedwillig een kans.

Als team en begeleiding is het zeer belangrijk hoe je hier mee om gaat.

Laat horen dat je de spits onvoorwaardelijk blijft steunen, zowel de trainer-coach, de leider en de medespelers.

**Trainer-coach en leiders geef de spelers regelmatig feedback over de vorderingen.**

**De doodoener mijn spelers hebben te weinig mentaliteit zegt ook iets over hun trainer-coach.**

# De Mentale Opbouw.

## **F jeugd : 6-7 jaar.**

- plezier in het voetbalspel(spelvreugde).

## **E jeugd : 8-9 jaar.**

- sportieve wedstrijdhouding.
- leren omgaan met leiding.
- leren omgaan met medespelers.

## **D jeugd : 10-11 jaar.**

- omgaan met winst en verlies en andere emoties.
- het accepteren van wedstrijdleiding.
- accepteren van instructies van leiders.
- accepteren van correcties van leiders.

## **C jeugd : 12-13 jaar.**

- gezonde lichaamsverzorging.
- controle over emotie.
- winnaars mentaliteit kweken en omgaan met druk.
- initiatief nemen en coachen.
- zelfvertrouwen stimuleren.
- taakgericht kunnen werken.
- accepteren van positieve kritiek.

## **B jeugd : 14-15 jaar.**

- inzicht in mentaliteit tegenstanders.
- zelfkritiek.
- prestatiebewust zijn.
- accepteren correctie medespelers.
- zelfstandigheid.
- groepsgericht kunnen werken.

## **A jeugd : 16-17 jaar.**

- prestatie kunnen leveren.
- inzicht in realistische verwachtingen t.a.v voetballoopbaan..
- perfectionisme t.a.v. techniek. tactiek, mentaliteit en conditie.

Voorbeelden van mentale weerbaarheid trainingen zijn :  
Een spel 4 : 4 met een team laten starten met een 3-0 achterstand.  
Belonen in plaats van straffen - De verliezers ruimen het materiaal op.  
Het herhalen is het belangrijkste.  
Als de ploeg achter staat een doel stellen om b.v. de achterstand proberen in te lopen.  
Spelregels veranderen of bal niet uit geven of een duw wel toestaan.  
Let wel op als er kinderen met bijvoorbeeld gedragsproblemen zijn, dit kan problemen opleveren. Wanneer je hier geen kennis van hebt dan niet toepassen of in overleg.

## **XII. TEAMBUILDING.**

### **Wat is teambuilding? - Teambuilding is werken aan je team.**

Teambuilding is een middel naar een doel toe.  
In de meeste gevallen is teambuilding een middel op weg naar een bepaalde teamprestatie als doel.  
Dit laatste wordt vaak uitgedrukt in klassering, overwinningen, doelpunten e.d.  
Wanneer we het bouwen aan het team letterlijk nemen, dan is het nodig om aan te geven waar we heen bouwen.  
Waar leidt teambuilding toe, wat is de gewenste toestand waar het middel teambuilding heen dient te leiden?  
Teambuilding wordt vaak opgevat als een tijdelijke activiteit waarin het team met oefenvormen bezig is buiten het voetbal om, zoals de bekende survival e.d.  
Een survival- circuit kan zeker leiden tot een positieve stemming in de groep, en zelfs tot betere samenwerking.  
Wanneer een enkele activiteit niet ingekaderd is in het totale trainingsprogramma en ook nog zonder duidelijk doel wordt uitgevoerd dan zal het veelal een korte- termijn effect hebben.

### **Teambuilding omschrijf ik zelf liever met het opbouwen van teamspirit of het heilige vuur.**

Het creëren van teamspirit of het heilige vuur is een voorwaarde om te komen tot prestaties.  
Dit is niet een eenmalige activiteit, b.v. survival, nee dit is **een continu proces**.  
Met een sleutelwoord "**communicatie**".  
Als trainer-coach of leider schep je een klimaat waarin een team gaat presteren.  
Communicatie is de belangrijkste voorwaarde om de "spirit" in het team goed te houden.  
Natuurlijk is het logisch dat de teamspirit(over het algemeen) goed is wanneer er goed gepresteerd wordt.  
Het is echter juist van het grootste belang om aandacht te besteden aan de teamspirit wanneer de verwachte prestaties uitblijven.

Communiceren doet elk team. Het is niet mogelijk om niet met elkaar te communiceren.  
Het gaat erom hoe we met elkaar communiceren.  
De juiste vorm leidt tot de gewenste teamspirit.  
Een van de belangrijkste elementen is het geven van feedback.

**Er bestaat verschil tussen feedback en kritiek.**

Onder **feedback** verstaan we **doelgerichte, concrete en positief verwoorde aanwijzingen** geven waar(in dit geval) **de speler** van **kan leren**.

Het **doel** is dan ook **de speler aanzetten tot verbeteringen in zijn (spel)gedrag**.

**Kritiek geven** is enkel het **benoemen** wat **niet goed** is gegaan, wat de speler **niet goed uitgevoerd** heeft, meestal **vermengd** met emoties als **frustratie of boosheid**.

**Kritiek geeft niet meteen richting naar verbetering.**

Feedback is echter iets anders als alleen het goede nieuws noemen, de ander niet willen kwetsen.

In dat geval leert de speler niet van zijn fouten en onze opmerkingen.

In essentie laten we met feedback het 'verschil' tussen het uitgevoerde resultaat(werkelijk) en het bedoelde/ beoogde resultaat zien(wenselijk).

**Feedback is gebaseerd op een aantal communicatieregels :**

1. Oorzaak en gevolg in communicatie
2. Er bestaat geen mislukking, enkel feedback.
3. De betekenis van je communicatie is de reactie die je krijgt.
4. Ieder gedrag heeft een positieve intentie.
5. Elke keuze is de beste keuze op dat moment.

Feedback kun je op verschillende momenten geven, dit kan direct na de wedstrijd/training zijn maar zeker ook in persoonlijke gesprekjes waarin een beoordelingslijst wordt besproken. Dit dient halverwege het seizoen en einde seizoen uitgevoerd te worden.

**XIV. TECHNISCHE WERKPLANNEN JEUGDOPLEIDING S.V. HATTO HEIM.**

**TECHNISCH WERKPLAN  
VOOR F – PUPILLEN EN 5 JARIGEN.**

## **TECHNISCH WERKPLAN VOOR F- PUPILLEN.**

### **DE KENMERKEN VAN DE F - JEUGD.**

De belangrijkste uitgangspunten bij de F-jeugd zijn :

Spontaan bewegen, lekker kunnen spelen en plezier hebben samen met leeftijdsgenootjes.

Vaak beseffen jeugdleiders dit ook. Maar helaas zie je zelfs bij de allerkleinsten regelmatig jeugdleiders of ouders langs of zelfs op het veld, die een wedstrijd van de F-jes benaderen als ware het de finale van de Champions League.

In dit stuk wordt duidelijk gemaakt dat kinderen van deze leeftijd alleen gebaat zijn bij (bege) leiders, die het kind en zijn plezier in het voetbalspel centraal stellen!

Bij de F-jeugd maakt de pure speelinstelling uit de kleuterfase langzamerhand plaats voor een leerinstelling.

Daarom is het ook een geschikte leeftijd om met voetballen in teamverband te beginnen.

Hoewel de spelertjes vaak nog heel egocentrisch zijn, kunnen ze toch al enkele basisregels voor een teamsport begrijpen en regelmatig toepassen. We zien een eenvoudig samenwerkingsgedrag.

### **PROFIEL VAN EEN F - PUPILLEN TRAINER-COACH.**

Een goede F- trainer-coach is op de eerste plaats een goede begeleider, die op de hoogte is van de specifieke kenmerken voor deze leeftijd. Hij straalt rust en vriendelijkheid uit en heeft erg veel geduld.

Het directe wedstrijdresultaat is voor hem volstrekt van ondergeschikt belang.

Hij kan goed communiceren met de ouders, die vaak heel betrokken zijn bij de eerste stappen van hun kind in de voetbalwereld. Tijdens trainingen beseft hij dat deze kinderen geen behoefte hebben aan uitgebreide tekst en uitleg, maar dat het vooral belangrijk is om zelf het goede voorbeeld te geven.

Een goede F- trainer-coach speelt, zeker bij het kiezen van de oefenvormen en het coachen in op de rijke fantasiewereld van zijn spelertjes.

### **TIPS VOOR DE F - PUPILLEN TRAINER-COACH.**

1. Stel nieuwe F-spelertjes op hun gemak door uitleg te geven van nieuwe materialen, speelveld, accommodatie en gewoonten in de club. Ga er daarbij vanuit dat één keer vertellen onvoldoende is.
2. Laat F-spelertjes vragen stellen en stel steeds vragen aan het kind. Door tweerichtingscommunicatie ontstaat er goed contact en een hechte band. Dat laatste is immers de basis voor een fijne kennismaking met het voetballen.
3. Leef met de kinderen mee ! Probeer je te verplaatsen in de wereld van het kind.
4. Straf niet voortdurend, zelden of nooit ! Straf heeft vaak een schrikeffect dat meestal direct werkt.

Maar op lange termijn heeft regelmatig straffen het nadeel dat kinderen bang worden, de leider niet leuk meer vinden., noch het voetballen en zelfs stoppen. Belonen wat het kind goed doet, is vaak veel effectiever dan straffen wat het kind fout doet.

#### **Positief denken en formuleren !**

5. Streef naar een goed contact met de ouders. Ouders kunnen vaak goede informatie geven over de achtergronden van het gedrag van hun kinderen. Het gebeurt maar al te vaak dat leiders zelfs niet op de hoogte zijn van gezondheidsproblemen. Een goed contact met ouders levert dikwijls een positieve houding op ten opzichte van de vereniging, die het kind overneemt.

## **CONCRETE AANDACHTSPUNTEN BIJ DE TRAINING.**

Het leren beheersen van de bal staat centraal in deze fase. De trainingen moeten vooral gezien worden als een speluur(speelplezier) dat bij voorkeur door of onder supervisie van opgeleide deskundigen wordt geleid.

Enkele belangrijke uitgangspunten :

1. Breng een vaste structuur aan tijdens het instructiegedeelte van de training. De spelers moeten de trainer-coach en de demonstratie goed kunnen zien. Beperk je tot een of hoogstens twee aandachtspunten en maak gebruik van kernwoorden. Realiseer je dat de informatie in een later stadium weer herhaald moet worden.
2. Begin niet met de instructie als er nog deelnemers aan het spelen zijn. Het komt nogal eens voor dat de uitleg van de volgende oefening begint, voordat de deelnemers klaar zijn. Zij moeten dan aan andere spelers vragen wat de bedoeling is, hetgeen weer leidt tot problemen bij de uitvoering.
3. Als een beweging net is uitgevoerd, zijn kinderen in deze leeftijd nog steeds in hun beleving van die beweging. Haal ze dus eerst ook mentaal uit de oefening voordat je met de nieuwe instructie begint.  
Laat daarbij geen "afleiders" binnen handbereik van de deelnemers.  
Een bal of een pion nodigen uit tot het spelen in plaats van opletten.
4. Voordoen - nadoen blijft essentieel kenmerk van instructie geven. Aangezien het kind erg is ingesteld op het concreet waarneembare, werkt een plaatje vaak beter dan een praatje ! Laat het niet bij een keer voordoen, F -spelers zien niet alles in één keer. Na een paar keer voordoen, begrijpen ze pas de bedoeling.
5. Het accent moet liggen op een brede bewegingsscholing met behulp van speels – doelgerichte oefenvormen.  
Met dat laatste wordt bedoeld het gebruik van speelse bewegingsvormen die een voorbereiding zijn op de latere techniek. Het doel ligt in het ontwikkelen van bewegingsgevoel. Kies bewegingsactiviteiten waarbij iedereen tegelijk actief is. Wachten past zeker niet bij deze leeftijdsgroep. Immers een voetbalsituatie daagt uit.
6. Breng voldoende variatie aan in de bewegingsactiviteiten. Een kind van deze leeftijd vindt het saai om steeds weer het zelfde te doen, tenzij hij echt speelt. Kleine variaties in de organisatie (een andere loopweg, andere partijen) en in bewegingsvormen kunnen motivatie weer snel doen toenemen.
7. Specifieke techniektraining is lastig te geven, kort houden en zo snel mogelijk in spelvormen gieten.
8. Bij het voetballen van de jongste F-jeugd mag nog niet het accent gelegd worden op tactiek en doelgerichte samenwerking. Dat druist namelijk in tegen de natuur van het kind op die leeftijd.  
Kies voor eenvoudige spelen met zeer weinig regels. Het doel is scoren en daar moet ook tijdens de trainingsactiviteiten het accent op liggen.

9. Bij de wat oudere F-spelers ontstaat de wedijver en dus automatisch de behoefte aan afspraken : hierdoor wordt vergelijken mogelijk(regels)
10. Het spel blijft het karakter dragen van spelers: winst/verlies zijn wel belangrijk, maar symbolisch: het blijft “maar” spel. Het is wel ernstig gemeend (afspraken) maar geen bittere ernst. De spelsfeer moet aanwezig zijn, anders heeft verder spelen geen zin.
11. Wissel regelmatig de samenstelling van groepen tijdens de spelvormen en dat geldt ook voor de plaats of taak binnen een spelvorm. Het is nog veel te vroeg voor specialisme.
12. Zowel tijdens de spelvormen als in de wedstrijden dient de leiding te functioneren als spelleider en niet als scheidsrechter.
13. Voor de (bescheiden) aandacht voor de eenvoudige basistechnieken geldt : voor elke F-pupil een eigen bal !
14. Het belangrijkste uitgangspunt bij de F-jeugd is wennen door spelen ! Geef de kinderen daar ook alle ruimte voor, bij voorkeur in kleine groepen. F-pupillen moeten zelf zoeken naar oplossingen; kauw als jeugdtrainer dus niet alles voor ! Spelcreativiteit ontwikkelen kost wel veel tijd, maar kent uiteindelijk een hoog rendement.
15. Het balgevoel is nog zwak - balgevoel ontwikkelen door te laten ontdekken wat een bal doet bij rollen/ stuiten; - overwinnen van angst voor de bal;
  - maximale hoeveelheid balcontacten;
  - veel individueel spelen met een bal;
  - kleine partijtjes(1:1, 2:2 en 3:3).
16. Wedstrijden moeten gezien worden als partijtjes, waarbij plezier het allerbelangrijkste is en niet veel(geen) aandacht (zou)(moeten) worden besteed aan het competitie element.
- 17.Coachen op “technische” uitvoering van onder andere traptechniek en aan- en meenemen in eenvoudige situaties.
18. Bij “betere tweedejaars” voorzichtig aangeven van de goede veldbezetting met als doel “kluitjesvoetbal” te voorkomen :
  - 4:4 in de basisvorm als trainingsvorm;
  - 7:7 bij de (competitie) wedstrijden.

## **SPELCONCEPT BIJ DE F- PUPILLEN.**

De spelers zijn balgericht. Daarom dient de begeleiding bij en vooral rond wedstrijden zich bijna uitsluitend te richten op het spel bij balbezit. Vanuit de belevingswereld van deze kinderen heeft balbezit tegenstander nog weinig of geen betekenis. Ze weten vaak niet eens wie de tegenstander is.

Wat ze wel begrijpen, is dat ze de bal moeten afpakken als ze die niet hebben, want ze doen er alles voor om de bal te hebben.

**Eigenlijk is de hele speelwijze van de F -jeugd terug te brengen tot vier kernbegrippen**

**: Pingelen** : Hoe kan de bal beschermd worden tegen afpakkers ?

**Lummelen** : Hoe kan voetballend de bal langs een tegenstander naar een medespeler gespeeld worden ?

**Mikken** : Hoe kan voetballend een doel geraakt worden ?

**Scoren** : Hoe kan voetballend de bal langs de keeper in een doel gespeeld worden ?

Met behulp van deze indeling zijn vrij gemakkelijk allerlei voetbalsituaties te creëren. Gebruik daarbij veel hulpmiddelen(pionnen, doeltjes, ballen, paaltjes)

Natuurlijk kunnen de verschillende speelgebieden gecombineerd worden en op, den duur is dat ook zeker de bedoeling, maar het accent kan maar op één gebied tegelijk liggen, omdat anders de verwarring voor spelers te groot wordt. En dat zou de logische opbouw voor hen verstoren, dat gaat ten koste van het leerproces.

**Belangrijk: probeer vormen te vinden waarin de kinderen beide benen moeten gebruiken**

# **TECHNISCH WERKPLAN VOOR E - PUPILLEN**

## **TECHNISCH WERKPLAN VOOR E- PUPILLEN.**

### **De kenmerken van E - jeugd.**

De E-spelers hebben een grote bewegingsdrang. Het oefenen van vaardigheden gebeurt veel bewuster en doelgerichter dan bij de F-jeugd.

De concentratie ontwikkeld zich en techniek kan heel goed worden aangeleerd en elementaire tactische beginselen kunnen aan de orde komen.

Op technische gebied zijn er grote verschillen in handigheid met de bal, maar motorische leren verbetert snel, zodat men de basistechnieken effectief kan bijbrengen.

De vaardigheid is zeer afhankelijk van de ervaring en de aanleg.

Daarom is het een goede zaak als er bij de E-jeugd in kleine groepen gewerkt kan worden.

Bij veel bewegingsvormen is namelijk grote differentiatie mogelijk.

De coördinatie is beter dan die van de F-jes en ze merken dat ook. Ze hebben al meer inzicht in de bedoelingen van het spel gekregen, zodat ze al wat beter op elkaar gaan letten.

Dit is de voorwaarde voor het latere samenspel. Ze hebben ook al wat besef gekregen van de taken in het veld en gaan soms al een voorkeur ontwikkelen. Zo ontstaan er keepers en "echte" spitsen. Ook deze spelers leren door het opdoen van bewegingservaring en het kijken ernaar, veel minder door te luisteren naar wat de trainer te vertellen heeft.

Hun concentratie is gering, maar ze kunnen helemaal in het spel opgaan.

Langzamerhand gaat echter het wedstrijd-idee leven, in het spelgedrag wordt dat al snel zichtbaar.

Het individueel bezig zijn, wat je nog zo sterk bij de F-jes ziet, verandert beetje bij beetje in het steeds meer samen willen doen.

### **PROFIEL VAN EEN E - PUPILLEN TRAINER-COACH.**

Op de eerste plaats beseft hij dat de kinderen met zoveel mogelijk voetbalsituaties geconfronteerd moeten worden. Daarbij treedt hij voornamelijk op als begeleider, die de E-spelers de ruimte geeft om zelf oplossingen te vinden voor de voetbalproblemen die ze tegenkomen.

Tijdens de trainingen bewaakt hij de organisatie, helpt en motiveert hij en corrigeert hij vooral op technische gebied. Een goede E-trainer is voor zijn spelers meer een kameraad en opleider, iemand met een echte voorbeeldfunctie dan de voetbalkenner die boordevol tactische vondsten zit.

Op het veld kan hij het goede voorbeeld geven. Ook weet hij in alle omstandigheden resultaten te relativeren en ook de ouders hiervan te overtuigen.

## TIPS VOOR DE E - PUPILLEN TRAINER-COACH.

### De taak van een trainer-coach = Werken aan kwaliteit.

### Wat is kwaliteit : Kwaliteit is het uitsluiten van toeval.

Laat de spelers vooral wennen door te spelen.

De spelvormen, waarin de E-spelers **zelf op zoek** gaan naar de voetbaloplossingen, dienen centraal te staan.

Het accent moet bij de E-jeugd liggen op het ontwikkelen van de technische vaardigheden, zoals het verkrijgen van balgevoel(in beide benen), dribbelen/ drijven, passeren/ trappen, etc.

Leg bij de technische en coördinatieoefeningen mede de nadruk op algemene lichaamsbeheersing.

Lopen, huppen, springen, draaien, stoppen en starten.

Belangrijk bij het aanleren van technische vaardigheden met de bal : In eerste instantie individuele vormen kiezen uit de CvD trainingen, niet te lang. Kies daarna eenvoudige vormen die steeds beantwoorden aan het gevoel voor fantasie/ avontuur(tikkertje met de bal aan de voet, bal in cirkel houden, etc.)

Houd het in tactisch opzicht eenvoudig. Het belangrijkste is : hoe voorkom je individueel en met elkaar dat de tegenstander een doelpunt maakt en hoe kunnen we zelf tot scoren komen ?

De E-pupil herkent spelsituaties sneller in 4 : 4 dan in grotere vormen als 6 : 6 of 7 : 7.

Bied de spelers door allerlei variaties van 4 : 4 tot en met 8 : 8 zoveel mogelijk voetbalspecifieke situaties aan en geef hen daarbinnen zoveel mogelijk vrijheid van handelen.

Leer de E-spelers de basisregels op een wijze, die past bij deze leeftijd.

Voer de reactiesnelheid op door loop- en oefenspelletjes (tikkertje of plaatsen bal in diverse bewegingvormen)

Bevorder het samenspelen door veel voor spel -en wedstrijdvormen te kiezen.

Besteed ook al aandacht aan het groepsgevoel.

## **SPECIFIEK PROBLEEM BIJ E-PUPILLEN.**

De verschillen tussen eerstejaars E- en tweedejaars E-spelers kunnen groot zijn.  
De jongste groep is vaak nog erg speels en heeft een beperkt concentratievermogen.  
De tweedejaars zijn veel leergieriger.

Als het mogelijk is, dan is het zeker op deze leeftijd aan te raden om, gezien de grote onderlinge verschillen en de gesignaleerde concentratieproblemen, in kleine groepen te trainen met voor elke groep een begeleider en de te ontwikkelen basistechnieken.

Bij deze leeftijdscategorie is de betrokkenheid van de ouders vaak nog groot.  
**Helaas vertaalt die betrokkenheid zich bij wedstrijden in verkeerd gedrag langs de lijn. Het is een goede zaak om voor het seizoen dit probleem bespreekbaar te maken. Probeer door zelf het goede voorbeeld te geven duidelijk te maken dat de kinderen vooral zelf de voetbaloplossingen moeten bedenken.**

De E-spelers hebben recht op ongeveer evenveel speeltijd. Het is onjuist om vanwege het wedstrijdresultaat de minder goede voetballers veel langer aan de kant te houden.

Het gebeurt vaak dat door het ontbreken van gediplomeerd kader ouders voor een relatief korte periode de rol van trainer/begeleider overnemen.

Deze goedwillende ouders hebben meestal grote behoefte aan begeleiding en de juiste oefenstof.

Het is de taak van de technisch coördinator om aan die behoefte te voldoen.

## **UITGANGSPUNTEN VOOR DE KEUZE VAN DE OEFENSTOF.**

Heel belangrijk is dat de E-spelers vormen aangeboden krijgen die voor veel voetbalplezier zorgen. Beleving dus!

Maak van veel hulpmiddelen gebruik : pionnen, allerlei doeltjes, paaltjes (zorg wel voor veiligheid!) en laat ze op allerlei manieren dribbelen en drijven. Bij voorkeur elke speler een bal !

Probeer achter de fantasiewereld van deze kinderen te komen. Bij de jongste kan een tikspel in een zogenaamd spannend bos nog aanspreken. De oudere E-spelers zullen plezier beleven als ze hun eigen "Ajax-Feyenoord" op de training spelen. Of als de trainer-coach hen vergelijkt met de voetbalvedetten die ze adoreren.

Kies voor allerlei wedstrijdvormen in niet te grote ruimtes. **Met puntentelling** en veel scoringsmogelijkheden (dus niet te kleine doeltjes).

Herhaal de basisvormen voortdurend, maar kies wel steeds voor een andere uitvoering.

Verbeter het coördinatie- en het balgevoel.

Leer zoveel mogelijk voetbalbasistechnieken aan. zoals : balgevoel, traptechniek, aan- en meenemen, enz.

Streef naar veel balcontacten (ook huiswerk) b.v. volgende week 20x bal hoog kunnen houden een passeer beweging uit kunnen voeren.

Veel onbewuste vorming ( door kiezen van de juiste organisatievormen).

Wedstrijden(ook in competitieverband) nadrukkelijk zien als een spel met veel aandacht voor het plezier en de ontwikkeling van de individuele speler.

## **Zeer belangrijk is : oefen tweebenig**

### **SPELCONCEPT BIJ DE E- PUPILLEN.**

De voorkeur gaat uit naar 7 : 7.

Het voordeel van deze spelwijze is dat er overal “driehoeken” ontstaan.

Bijna vanzelfsprekend biedt zich in dat systeem ook een verbindingsspeler tussen de linies aan.

#### **Balbezit :**

- veld groot maken (breedte en lengte).
- positie spel (driehoek maken).
- aansluiten van de linies.
- opbouw vanaf de keeper.

#### **Balbezit tegenstander :**

- veld klein maken.
- op de bal verdedigen (vooruit verdedigen)
- niet laten passeren.
- rugdekking geven.

#### **Omschakeling :( balverovering en balverlies)**

- direct/snel.

### **CONCRETE AANDACHTSPUNTEN BIJ DE WEDSTRIJD.**

De wedstrijd is bij de E-jeugd een middel om voetbalkwaliteiten te ontwikkelen en mag dus geen doel op zich zijn ! Het uiteindelijk wedstrijdresultaat mag dan in de beleving van de spelers een rol spelen, maar niet voor(doelstellingen van) de jeugdtrainer-coach of leider.

Besteed aandacht aan het belang van samenspelen, maar realiseer je direct dat de beste voetballers toch blijven pingelen !

Spelers mogen fouten maken !

In de korte wedstrijdbespreking slechts een zeer beperkt aantal aandachtspunten naar voren laten komen en daarop ook in de rust of na de wedstrijd terugkomen.

Steeds positie en opbouwend coachen.

Gun iedereen voldoende speeltijd, ook de spelers met minder kwaliteiten.

Maak duidelijk aan ouders wie de coach is en wat zij wel(aanmoedigen) en niet (aanwijzingen) moeten doen.

Zorg rond de wedstrijd voor beleving, geef vertrouwen en wees eerlijk.

### **CONCRETE AANDACHTSPUNTEN BIJ DE TRAINING.**

- het leren van duidelijke voetbalregels, bijvoorbeeld met betrekking tot veiligheid (b.v.scheenbeschermers dragen)
- komen tot het aanleren van voetbal: “leren spelen door spelend leren”.
- accent leggen op bewegingsopgaven, waarbij het aankomt op snelheid en op reactiesnelheid (spelvormen zijn dus heel geschikt).
- veel tijd besteden aan basistechnieken( verbeteren en uitbreiden) via veel balcontacten en variatie.
- via 1 : 1 en 4 : 4 komen tot spel 7 : 7, **waarbij de kinderen op verschillende plaatsen kunnen spelen.**
- het eenvoudig samenspel( eerst kijken”) stimuleren, bereiken dat alle kinderen van het samen voetballen kunnen genieten en bovendien gemotiveerd worden om als team te werken aan de verbetering van hun spelpeil.
- de relatief kleine groep fantasierijk en speels benaderen.
- de wedstrijdssituatie op meerdere manieren beperken en zeker niet nodeloos verscherpen(regelmatig nieuwe indelingen maken).

**Organisatie :**

- veel herhalen (geen lange wachttijden), dus trainen in kleine groepjes en meer begeleiders.
- trainingsvormen mogen niet te lang duren.
- spelers zelf laten meewerken in de organisatieopbouw en het opruimen van het materiaal.
- Elke speler een eigen bal.

**Coaching :**

- situatief coachen.
- plaatje in plaats van praatje(voordoet).
- aanwijzingen geven tijdens oefening.
- vragen stellen/spelers zelf oplossingen laten bedenken !!

# **TECHNISCH WERKPLAN VOOR D - PUPILLEN**

## **TECHNISCH WERKPLAN VOOR D- PUPILLEN.**

### **De kenmerken van D - jeugd.**

De D-jeugd is een belangrijke leeftijdsgroep. De kinderen in deze leeftijdscategorie zijn vaak heel enthousiast, leergierig en vragen om technische aanwijzingen.

Hoewel de D-speler sneller van begrip is dan de E-speler en langer kan luisteren naar een instructie, pikt hij vooral veel op door een goed voorbeeld van de trainer-coach.

De D- speler is sterk visueel ingesteld en leert min of meer op het eerste gezicht. Het motorische leervermogen verbetert snel, zodat technische vaardigheden goed en snel geleerd kunnen worden.

Het is zelfs de ideale leeftijd om technische vaardigheden te leren. Nadat de grove techniek in relatief hoog tempo is verwerkt, kan aandacht worden besteed aan verfijning en uitbreiding.

Een eigen mening ontwikkelt zich. De drang om zich te vergelijken met anderen neemt toe.

Dat geldt ook voor de kritiek op eigen prestaties en die van anderen. Hoewel de succesbeleving nog sterk individueel gericht is, ontstaat ook al meer het beeld van teamspeler en daardoor een groepsgevoel.

In de D-jeugd wisselen spelers al veel minder van vrienden. Er ontstaan vaste vriendengroepen met een duidelijke groepsorde. Ook het samenwerkingsgedrag neemt toe en daarom kan er al meer aandacht voor tactiek en samenspel zijn.

Liggen in de vorige fase ( E-jeugd ) de accenten op spelend leren, nu vindt er geleidelijk een verschuiving plaats naar het leren door spelend oefenen. De bewegingsdrang is veel gecontroleerder en mede daardoor is een hoog leertempo mogelijk. Bij sommige vroegrijp en kondigt zich het begin van ( de problemen van ) de puberteit aan. Er kunnen dus al verschillen ontstaan in prestatieniveau tussen vroeg- en laat rijpen.

De lichaamsbouw bij de meeste D-spelers is harmonisch. Het kind zit nog lekker in zijn vel.

Eigenschappen als snelheid, behendigheid en coördinatie ontwikkelen zich dan ook snel.

Zo is het coördinatievermogen bij voldoende lichaamservaring zelfs optimaal. De voorwaarden zijn aanwezig om vrijwel alle bewegingen volledig onder de knie te krijgen. Leg daarom regelmatig het accent op een algemene loop –technische scholing, waarbij alle soorten van bewegingen aandacht kunnen krijgen. Besteed bijvoorbeeld aandacht aan het nemen van hindernissen, waarbij eisen worden gesteld aan aspecten als behendigheid en coördinatie.

( dit laatste van de loopscholing als extra als het trainingsveld niet meer beschikbaar is)

Hoewel de belasting nog gedoseerd moet worden, kunnen aspecten als snelheid en reactievermogen de volle aandacht krijgen.

De D-speler wil groot zijn. Wie iets kan die is iets en telt mee! Vooral de oudere D-spelers zullen al bewust bezig zijn met het verwerven van een plaats binnen de groep.

Als je lichamelijk goed in elkaar en je kunt wat met je lichaam, dan win je aan status.

Kinderen in deze fase vergelijken zich dan ook sterk met elkaar. Wedijveren en prestatiezucht nemen toe.

De D-trainer-coach kan daar op inspelen door tijdens trainingen voor oefenvormen te kiezen, waarin wedijver aan de orde is.

De prestatiezucht en het enthousiasme van de D-pupil en het gebruik van wedstrijdgerichte vormen mogen overigens niet voortdurend ten koste gaan van de technische uitvoeringswijze van de beweging, de onderlinge sfeer in de groep en het tactische overzicht en samenspel. Relatieveer als trainer-coach van tijd tot tijd het resultaat en de prestaties.

De D-speler kent meestal geen angst, is een avonturier en ontdekker. Hij richt zich op de dingen die om hem heen te zien zijn en die in de directe toekomst zijn te verwachten.

Het is over het algemeen geen denker of piekeraar en tracht zijn doel zonder al te veel omwegen te bereiken en dat is ook in het spel terug te zien.

Angst is hem onbekend, omdat hij nog niet zo sterk nadenkt over de gevolgen van zijn acties.

Hij leeft hier en nu. Daardoor vergeet hij bijvoorbeeld ook een nederlaag of overwinning zeer snel.

De band met de jeugdtrainer wordt groter naarmate de persoonlijke gesprekken gaan over de vorderingen van de D-pupil.

### **PROFIEL VAN EEN D - PUPILLEN TRAINER-COACH.**

De D-jeugd trainer-coach moet aan twee belangrijke eigenschappen voldoen als je de kenmerken van deze leeftijdsgroep als uitgangspunt neemt : hij moet enthousiast zijn en over voldoende eigenvaardigheid beschikken om tijdens trainingen het goede voorbeeld te kunnen geven.

Hij heeft daarom een eigen voetbalachtergrond op een aanvaardbaar niveau.

Als D-trainer-coach hoef je minder dan bij de E- of F-jeugd te reageren op het moment zelf.

D-spelers kunnen al een korte foutenanalyse achteraf verwerken.

Ze zijn tegenwoordig zeker in staat om een aantal tactische basisprincipes uit te voeren.

Dat betekent dat de D-trainer-coach in elk geval over voldoende tactische kennis moet beschikken.

Hij moet ook weten hoe je op deze leeftijd eigenschappen als snelheid, behendigheid en coördinatie kunt ontwikkelen en creativiteit aan de bal kunt stimuleren.

Een goede trainer-coach bij de D-jeugd reserveert tijd voor persoonlijke gesprekken met zijn spelers over de vorderingen en heeft regelmatig contact met de ouders.

### **TIPS VOOR DE D -PUPILLEN TRAINER-COACH.**

**De taak van een trainer-coach = Werken aan kwaliteit.**

**Wat is kwaliteit : Kwaliteit is het uitsluiten van toeval.**

- Ook bij de D-jeugd is het contact met de ouders van belang. Organiseer een ouderavond en geef toelichting op de uitgangspunten, afspraken en regels. De voetbalontwikkeling staat voor de trainer-coach voorop. Ouders willen nog wel eens prestaties belangrijker vinden.
- Stimuleer dat kinderen ook buiten het trainingsveld veel voetballen. Maak daarbij gebruik van de prestatie - behoefte van D-spelers : “Wie kan volgende week de bal al 50 keer hooghouden ?” of “Wie zal de volgende training deze schijnbeweging het beste kunnen voordoen?”.
- Geef geen uitgebreide warming-up zonder bal. Rek- en strekoefeningen voor de D- pupillen is zonde van de tijd. Gebruik de beschikbare tijd volledig om de D-pupil te laten leren.
- Verplaats je als D-trainer-coach in de pupil, spreek kindertaal, durf een “toneelstukje” op te voeren op het trainingsveld en daag de pupil uit. Dat zal zeker voor extra beleving en plezier zorgen.
- Stimuleer creativiteit aan de bal. Behandel bijvoorbeeld het duel 1 : 1 vooral aanvallend en geef goede voorbeelden hiervoor. Creatieve voetballers zijn nog steeds in de minderheid ten opzichte van de eenheidsworsten. Moedig in de wedstrijd de individuele actie op het juiste moment aan.
- D-spelers nemen heel snel het enthousiasme van hun trainer-coach over!
- Besteed zeker in deze belangrijke leerfase ruime aandacht aan de “tweebenigheid”. Laat dus oefenvormen met zowel het rechter- als het linkerbeen uitvoeren.
- Train in hoog trainingsritme. Sta niet te veel en te lang stil door een uitgebreide mondelinge uitleg.
- Geef niet te veel tactische tips tegelijk.
- Speel liever een aantal korte partijen met steeds nieuwe uitdagingen dan een lange partij.
- Stimuleer dat de D-spelers zelf al nadenken over voetbalproblemen door bij de coaching vooral veel vragen te stellen.
- Wees consequent in de hantering van de regels. Of het nu sociale regels betreft of spelregels, kinderen in deze fase ontwikkelen een scherp gevoel voor rechtvaardigheid. Maak de regels van te voren goed duidelijk, maar bewaak ze ook consequent. Je zult merken dat de kinderen gaan corrigeren bij het overtreden van regels.
- Haal bij groepsgewijze correctie de meest gemeenschappelijke fouten eruit. Waak ervoor de jeugdige voetballer af te laten gaan voor de groep door hem te laten demonstreren hoe fout hij het wel doet! Geef liever zelf een goed voorbeeld. De groepsreacties(uitlachen e.d.) gaan al een belangrijke rol spelen.

- Leg een goed contact met de D-speler. Contact opbouwen gebeurt nooit van een kant. Zorg voor tweerichtingscommunicatie. Dat begint al met een praatje in de kleedkamer. Ook vragen stellen tijdens de training bevordert de motivatie en het contact met de trainer-coach. Een goede relatie tussen leider en deelnemers is basisvoorwaarde om tot leerprestaties te komen.
- Beloon prestaties! De D-jeugd is gevoelig voor complimenten. Met belonen wordt vaak meer bereikt dan met straffen. Er wordt te vaak van uitgegaan dat het normaal is wanneer iets lukt of goed gaat.
- Daag de kinderen gerust eens uit! Oefeningen aanbieden met een zeker risico van mislukken, met daarbij de aantekening dat dit voor hen heel lastig gaat worden, werkt stimulerend. Een houding van speelse uitdaging is effectiever dan een dooernstige gezicht.

### **SPECIFIEK PROBLEEM BIJ D-PUPILLEN.**

- D- pupillen spelen vaak alleen dieptepasses. "Zo als de voeten staan, zo gaat de bal". Dit kan verholpen worden door in de dribbelvormen met kapbewegingen van richting te veranderen. Daarnaast in positie- en partijspelen coachen op open- en indraaien van het lichaam tijdens de bal aanname.
- In de D-jeugd is de ontwikkeling van de traptechniek zeer belangrijk. Een D-pupil wil vaak niet met "het verkeerde been" schieten dus de trainer-coach moet hierin bemiddelen en motiveren. Voor een verre pass wordt de binnenkant van de voet gebruikt. Aandacht dus voor het aanleren van de wreeftrap.
- Het komt nogal eens voor dat D-pupillen niet willen koppen. Besteed aandacht aan de koptechniek in partijspelen( scoren alleen met het hoofd ) via handbal, voorzet via dropkick of voorzet vanuit een neutrale zone. Hierbij gaat het om de intentie van het willen koppen.  
**Zorg dan voor zachte ballen.**  
In de hogere leeftijdscategorieën wordt het koppen vanzelf beter en makkelijker te trainen.
- Door het enthousiasme en de enorme ijver van de D-pupil sluiten vaak slordigheden in zijn spel, ofschoon hij de technische vaardigheden redelijk beheerst. De trainer-coach begeleidt de D-pupil door hem op een bepaalde positie tijdens de wedstrijd en training(partijspel) te laten spelen. Zo komt er meer rust in zijn spel.
- Bij lagere D-teams is in de wedstrijd nog veel "kluitjesvoetbal" te zien. Vooral in 7 : 7 dient de trainer-coach op de training nadruk te leggen op "het groot houden van het veld" in balbezit.
- Speel altijd in het systeem 1 - 4 - 3 - 3. (1 – 3 – 4 – 3 )  
Zet spelers in de positie en leer **ze op minimaal twee posities te spelen.**  
**Stimuleer de opbouw van achteruit.**

## **UITGANGSPUNTEN VOOR DE KEUZE VAN DE OEFENSTOF.**

- Het overheersende motief voor voetbal is bij D-spelers vooral de spelbeleving van de (gespeelde) wedstrijd. Vertaald naar de oefenstof betekent dat veel aandacht voor spelvormen en kleine partijspelen, waarbij de kinderen leren ervaren wat samenwerking is en het belang ervan in te zien.
- Daarnaast is deze leeftijd zeer geschikt voor technische bewegingsvormen. Basistechnieken dienen zeker een belangrijke plaats bij de keuze van de oefenstof in te nemen.
- Bij de keuze van de oefenstof ook rekening houden met het gegeven dat het algemene coördinatievermogen in deze leeftijdsfase sterk ontwikkeld kan worden. Laat de spelers veel bewegingservaring opdoen en zorg voor goede bewegingsinstructie.
- De keuze van de oefenstof wordt ook bij de D-jeugd vooral bepaald door wat er in de wedstrijd gebeurt.  
Waar kan de D-trainer-coach bijvoorbeeld op letten?

### **Bij Balbezit :**

1. Hoe is de balaanname van de spelers van het eigen team?
2. Hoe wordt er gepast?
3. Doet iedereen mee na de pass? (spelen/bewegen)
4. veldbezetting.
5. loopacties zonder bal.

### **Bij balbezit van de tegenstander :**

1. wordt de bal snel afgepakt?
2. wil iedereen meedoen bij het afpakken van de bal?
3. komt iedereen in de ploeg?
4. blijft men tussen het eigen doel en de tegenstander?
5. bij duels kijkt men goed naar de bal i.p.v. naar de tegenstander?
6. zijn alle posities bezet ?

### **Bij balverovering :**

Kijken naar de veldbezetting en vervolgens naar de technische vaardigheden.

### **Bij balverlies :**

Kijken of de speler zijn fout herstelt en hoe de andere spelers omschakelen.

Vervolgens is het de kunst om de gesignaleerde voetbalproblemen te vertalen in oefenstof. Vele herhalingen zorgen ervoor dat de voetbalproblemen worden opgelost.

### **Algemene uitgangspunten bij de keuze van de oefenstof zijn :**

1. Wat is mijn doelstelling ?
2. Zorg ik voor voldoende leermomenten ?
3. Is beleving/plezier gegarandeerd ?
4. Hou ik voldoende rekening met de leeftijd en het niveau van de spelers ? (ruimte, afmetingen, vorm, weerstand en regels)

### **CONCRETE AANDACHTSPUNTEN BIJ DE TRAINING.**

- Een goed voorbeeld is van essentieel belang. Geef bij elke instructie een goed voorbeeld waarbij tevens de aandachtspunten(leeraccenten) in de beweging worden aangegeven.
- Controleer tijdens het oefenen of de uitvoeringswijze correct is. Met andere woorden controleer in hoeverre de gegeven opdracht juist wordt uitgevoerd. Corrigeer deze fouten in de beweging zowel individueel als groepsgewijs.
- Motiveer de spelers door uit te leggen waarom een beweging zo uitgevoerd moet worden. Een kind dat alleen maar de opdracht moet uitvoeren, terwijl het zelf niet weet waarom, wordt minder bij zijn eigen motorische ontwikkeling betrokken.
- Geef niet voortdurend zelf de oplossingen, maar daag de D-spelers aan de hand van vragen uit om zelf na te denken.
- Besteed veel aandacht aan het samenwerken met elkaar.
- Zorg dat de organisatie voor de hele training klaar staat! Begin snel aan de training, geef niet te veel uitleg en corrigeer als de oefening aan de gang is. Voordoelen in plaats van bla-bla- verhaal !
- Coach situatief, zet spelsituatie stop en benadruk vooral de goede uitvoering.
- "Speel" met tijd, ruimte(vak groter/kleiner) en spelregels om de doelstelling eerder te bereiken.
- Ook verdedigen(bal afpakken) hoort bij het voetbalspel !
- Vertaal de trainingssituaties naar de wedstrijd.
- **Stimuleer tweebenigheid.**
- Let op voldoende beleving en voetbalplezier, maar voorkom overdreven prestatiezucht door als trainer-coach zelf op tijd te relativiseren.
- Verhoog vanuit coördinatie- en voetbaloefeningen het bewegingstempo en de handelingsnelheid.
- Verbeter het aanleren van voetbalbasistechnieken zoals : traptechniek, aan- en meenemen, koppen enz.
- Leer tactische begrippen aan als : spel verplaatsen, openen, gesloten/open aan nemen, opendraaien, rugdekking, knijpen, aansluiten, jagen, tweede bal veroveren, binnenste lijn, kaatsen, hard inspelen, overtal situatie, diepte eruit halen, in de ploeg komen.
- Kies lopende het seizoen in de trainingen voor een competitievorm (bijv 4 tegen 4 individueel toernooi) waarin spelers zich extra uitgedaagd voelen.

# **TECHNISCH WERKPLAN VOOR C - JUNIOREN**

## TECHNISCH WERKPLAN VOOR C- JUNIOREN.

### DE KENMERKEN VAN DE C - JEUGD.

De leeftijdsgroep van de C junioren (12 tot 14 jarigen) laat hele grote verschillen zien. In deze leeftijdscategorie kan de groeisprint plaatsvinden. Ook geestelijk kunnen de verschillen groot zijn.

De geldingsdrang en de behoefte zich te meten met anderen neemt steeds meer toe.

Het begin van de puberteit kondigt zich aan, ze zetten zich soms af tegen alles wat het gezag vertegenwoordigt, zoals ouders, school en dus ook de trainer-coach.

Voetballend gezien kan er voorzichtig eisen aan de C- junioren gesteld worden wat betreft de taakverdeling binnen het team.

Verdedigen, vrijlopen en samenspelen zij accenten die op dit moment nader belicht kunnen worden.

De trainer moet heel duidelijk zijn in wat hij wil aangeven. Hij zal zonder daar diep op in te gaan, duidelijk aan moeten geven wat er goed gaat en wat er fout gaat. Als enkele spelers daar moeite mee hebben en zich gaan afzetten, is het van groot belang dat de trainer niet direct het ' conflict ' hoog laten oplopen tijdens de training, maar zich wat van zijn diplomatieke kant laat zien.

Begrip hebben voor de reacties, maar het een beetje relativiseren.

Iemand op de training keihard aanpakken mag dan voor de trainer bevredigend zijn, voor de speler lost het niets op, want hij wordt niet gekend.

Het klinkt vaak heel tegenstrijdig, maar juist de wat recalcitrante spelers meer belonen bij een goede actie in het veld kan veel meer effect sorteren dan de meeste trainer-coaches denken.

De C-junior weet inmiddels heel goed waar het om gaat tijdens de wedstrijd.

Dit betekent dat hier ook het moment is aangebroken op de training wedstrijdgericht te gaan werken.

Het coachen van elkaar moet nadrukkelijk opgepakt worden.

Zo vaak als mogelijk moeten de spelers nu met wedstrijdssituaties geconfronteerd worden.

### PROFIEL VAN EEN C - JUNIOREN TRAINER-COACH.

Een goede C-junioren trainer-coach weet op de eerste plaats op de juiste manier om te gaan met de verschillen binnen de selectie.

Hij is zich ervan bewust dat de spelers sterk op zoek zijn naar hun eigen identiteit en dat die fase nogal wat problemen met zich kan meebrengen.

Zo'n trainer-coach toont interesse voor al die veranderingen en laat dat ook in persoonlijke gesprekken merken.

Van een goede trainer-coach kun je eisen dat hij vooral duidelijk is naar de spelers toe en hen houdt aan de afgesproken selectieregels (huishoudregels).

Dat laatste kan alleen als **de trainer-coach zelf** op dit gebied **een voorbeeldfunctie** vervult.

Ook bij het samenstellen van de oefenstof en het kiezen van de juiste methodiek houdt hij rekening met de grote onderlinge verschillen.

Hij beschikt over voldoende kennis over het 1 - 4 - 3 - 3 concept, zodat hij de C - junioren spelers de belangrijkste uitgangspunten kan bijbrengen.  
Daarbij houdt hij rekening met de fysieke beperkingen van veel C - spelers bij de uitvoering van het concept. De trainer-coach is in staat om voor zijn spelers opdrachten te formuleren, die al een beroep doen op de eigen verantwoordelijkheid.  
Hij beschikt over kennis op het gebied van teambuilding en kan tijdens trainingen zelf het goede voorbeeld geven.

## **TIPS VOOR DE C-JUNIOREN TRAINER-COACH.**

### **De taak van een trainer-coach = Werken aan kwaliteit.**

#### **Wat is kwaliteit : Kwaliteit is het uitsluiten van toeval.**

1. C- spelers testen graag waar de grenzen van een trainer-coach en jeugdleider liggen. Daarom zijn duidelijkheid en consequent gedrag van deze begeleiders van essentieel belang. C- spelers hebben belang bij basisafspraken waarvan ook de trainers in de volgende leeftijdsgroepen zullen profiteren :

- douchen na afloop van training of wedstrijd.
- op tijd bij de training en /of wedstrijd.
- tijdig afmelden.
- goede en juist gedragen sportkleding(shirt in de broek)
- ook bij een blessure aanwezig zijn bij wedstrijd of training i.v.m. verzorging.
- samen verantwoordelijk zijn voor het materiaal en het kleedlokaal.

#### **Wanneer een speler zich niet aan de afspraken houdt direct er op aanspreken.**

2. C- spelers komen midden in de puberteit terecht. Die levensfase zorgt voor nogal wat problemen.  
Daarom is het verstandig om als trainer-coach op zoek te gaan naar een geschikte leider, die deze problemen herkent en ook meedenkt over oplossingen.  
Een trainer-coach die deze probleemgevallen alleen moet oplossen, zal merken dat hij op termijn onbewust tekort schiet op het veld.  
Toch zal ook de trainer-coach van een C- speler regelmatig apart moeten nemen en met hem over zijn problemen te spreken. C- spelers willen voor vol aangezien worden en een persoonlijk gesprek kan daarbij een positieve rol spelen.
3. Een goed contact met de ouders geeft vaak meer inzicht in de specifieke problemen van de C- spelers
4. Laat de C- spelers vooral zelf over voetbaloplossingen nadenken. Dat kan door vragenderwijs te coachen in plaats van voortdurend de oplossingen te dicteren.

5. Essentieel is dat de C- trainer-coach rekening houdt met de beperkte belastbaarheid van zijn spelers.  
 Luister en kijk naar de spelers en neem ook de minder erg ogende blessures serieus.  
 Soms ontkom je bij spelers van deze leeftijd niet aan een langere rustperiode.  
 Volg adviezen van medici op en vergeet in zulke gevallen het direct wedstrijdresultaat.  
 Besteed op een verantwoorde manier aandacht aan buik- en rugspieren en spierlengte.
6. Bouw in de trainingsvorm een competitie-element in, zodat ze beter leren omgaan met verlies en tevens leren strijd te leveren om te winnen.(organiseer na verlies toetjes b.v. een extra conditionele vaardigheid -opruimen materiaal).
7. C- spelers hebben snel de neiging om eerst naar gedrag van anderen te kijken. Breng de spelers zelfkritiek bij en leer hen dat iedereen fouten maakt.
8. Als het organisatorische mogelijk is, is het zeker aan te raden om met de C- jeugdselectie in zijn totaliteit drie maal per week te trainen(voorbereiding). (De landelijke C1 traint altijd 3x per week).

### **SPECIFIEK PROBLEEM BIJ C- JUNIOREN.**

- Door hun puberteit kunnen C- spelers vaak anders reageren dan volwassenen verwachten en wensen.  
 Door de grote verschillen binnen het team heb je als trainer-coach te maken met sterk introverte spelers, alsmede jeugdspelers die zich- op zoek naar hun identiteit- nadrukkelijk willen manifesteren. Elke vorm van kritiek wordt snel als negatief ervaren. Je hebt als trainer-coach zowel te maken met het verwenne spelertje, van wie de ouders bij de wedstrijden de tas nog dragen, als met het "watje" dat altijd iets mankeert, de assertieve knokker uit de volksbuurt, de allochtoon met zijn eigen achtergrond en de knul uit de villawijk.  
 Daarom zullen begeleiders van de C- jeugd vooral ook over pedagogische kwaliteiten moeten beschikken.
- De vele veranderingen in zijn leven kunnen de oorzaak zijn dat een C- speler plotseling veel minder gaat presteren.
- C- spelers zijn door de lichamelijke veranderingen blessuregevoelig. De trainer-coach zou eigenlijk inzicht in deze problematiek moeten hebben. Als dat niet het geval is, moet hij in elk geval de (pijn) klachten van zijn spelers nooit onderschatten.
- Het probleem bij uitstek voor C- spelers is de snelle lengtegroei en daarmee gepaard gaande stilstand of achteruitgang van de motoriek.
- Meestal vindt er binnen een C- team een splitsing plaats tussen de groep die al vervolgonderwijs volgt en de basisschool- leerlingen. De oorzaak is de sterk veranderde belevingswereld bij de oudste groep.  
 De trainer-coach moet ervoor zorgen dat ook de jongsten zich veilig kunnen voelen binnen de groep.

## **UITGANGSPUNTEN VOOR DE KEUZE VAN DE OEFENSTOF.**

Bij de C-junioren ontwikkel je, zoals de K.N.V.B. dat noemt, de wedstrijdrijpheid. Daarom vormt in deze leeftijd de wedstrijd al het uitgangspunt bij de keuze van de oefenstof. Of met andere woorden: De voetbalproblemen, die tijdens de wedstrijden zichtbaar worden, dient de C-trainer-coach te vertalen in oefenstof. De wedstrijdgerichte training dus, met veel aandacht voor de partij- en positie spelen en de coaching.

Taaktraining is ook al verantwoord : C-spelers kun je bewust maken van de taken die bij een bepaalde positie horen. Afhankelijk van het niveau kun je C-spelers al leren te anticiperen op een of twee acties vooruit.

**(met name spitsen leren anticiperen op rebounds van keeper, paal en lat)**

Ook kan de oefenstof gebaseerd zijn op de linietactiek. Start met de opbouw van achteruit, daarna komt het middenveld aan bod en tot slot de voorste linie.

Confronteer de C-spelers door een goede oefenstof met overtal situaties, bijsluiten van de linies en de gewenste veldbezetting (altijd alle posities bezet houden)  
Stel ook eisen aan de juiste balsnelheid, zeker over kortere afstanden.

Bij deze leeftijdscategorie hoor je langs de lijn regelmatig de kreet: "loop vrij" of "bied je aan"  
Zorg dat door de oefenstofkeuze en de coaching tijdens de training deze jeugdspelers ook weten hoe ze moeten vrij lopen en zich moeten aanbieden.

Daar C-teams vaak al twee keer per week trainen, kan een gedeelte van de oefenstof daarnaast gebaseerd zijn op thema's die in een jaarplanning zijn vastgelegd of dat er periodisering kan worden toegepast, weliswaar in milde vorm.

Bij de keuze van de oefenstof moet een trainer-coach zeker rekening houden met de beperkte belastbaarheid en de groeiproblemen. Hier kan periodisering ook een goede rol in spelen.  
Aandacht voor lichaamsscholing en een goede warming- up!

## **CONCRETE AANDACHTSPUNTEN BIJ DE TRAINING.**

- De training dient goed voorbereid te zijn, waarbij de wedstrijd het uitgangspunt is.
- Besteed aandacht aan het materiaal: zijn de ballen op de juiste spanning, zijn er voldoende hesjes, pionnen en doeltjes? Is er overleg met een andere trainer nodig over de indeling van het trainingsveld?
- C-spelers willen de coaching door de trainer-coach-zeer belangrijk! - nogal snel negatief uitleggen.  
Op deze leeftijd voelen ze zich gauw op de vingers getikt, zeker als ze in de groep gecorrigeerd worden.  
Soms moet je een speler even apart nemen en de bedoeling van je positieve kritiek uitleggen.

- Begin de training met een duidelijke, maar vooral niet te lange uiteenzetting van de voetbalproblemen, die tijdens de training aan de orde komen.
- Probeer een “natuurlijke” leider van de groep de warming-up te laten verzorgen. Zeker in de beginfase heeft deze speler veel hulp nodig, maar na verloop van de tijd zal de trainer-coach merken dat de gehele groep met de warming-up meedoet. Gebruik zo veel mogelijk dynamische warming up vormen. (hakken billen, knieheffen enz.)
- Besteed specifieke aandacht aan de keeper. Hiervoor kent men een aantal oefenvormen met de gehele groep gebruiken, maar speciale belangstelling stelt een C-keeper zeer op prijs.
- Hou rekening met de beperkte belastbaarheid.
- Is er voldoende beleving, voetbalplezier?
- Streef naar een goed evenwicht tussen afwisseling en veel herhalingen. Veel van het zelfde, maar in een andere vorm.
- Daag spelers tijdens de training voortdurend uit om zelf voor oplossingen te zorgen in bepaalde situaties.
- Zeg duidelijk hoe je het wilt hebben en stel eisen aan de uitvoering. Ook al gaat het een paar keer fout, toch weer opnieuw proberen. Dan gaat het meestal om zaken als de juiste balsnelheid, inspelen en kaatsen op de juiste voet, schuin aanbieden (ruimte maken) en concentratie!

### **OPSOMMING VAN DE AANDACHTSPUNTEN GEDURENDE DE C- OPLEIDING.**

1. Kort combinatie voetbal.
2. Positiespel.
3. Duel 1 : 1 met onderlinge rugdekking.
4. Veldbezetting.
5. Verdedigen waar de bal verloren is.
6. Onderlinge afstanden.
7. Spitsen altijd in beweging en zoeken rebounds.
8. Onderlinge coaching.

### **SPELCONCEPT.**

De lichamelijke problemen spelen ook bij de uitvoering van het 1-4-3-3 concept een rol. Het verplaatsen van het spel door een lange pass behoort vaak niet tot de fysieke mogelijkheden.

Dit betekent dat door middel van **kort combinatievoetbal** de aanval moet worden voortgezet. Ook de goede voorzet vanaf de achterlijn blijft bij de C-jeugd om dezelfde reden vaak achterwege.

In principe houdt dit in dat in de C-jeugd nog niet alle basissituaties van het 1-4-3-3 systeem gehanteerd en uitgevoerd kunnen worden.

Die conclusie vraagt van de trainer-coach creativiteit om alternatieven te vinden die wel uitvoerbaar zijn en die zo dicht mogelijk in de buurt komen van de uitgangspunten van het gekozen concept.

Dat betekent in deze leeftijdscategorie weinig dieptespel over grote afstand - is vaak balverlies- maar veel combinatievoetbal en aandacht voor linies die goed op elkaar aansluiten.

Het waarnemen bij deze C-spelers is dan gericht op tijdig bijsluiten en **goed positieospel**.

Een aantal andere basisprincipes uit dit concept kan wel geleerd worden, omdat C-spelers het vermogen hebben om al tactisch(mee) te denken. Zo kan de achterste linie geleerd worden hoe **1:1** gespeeld moet worden **met onderlinge rugdekking**. Bij balbezit schuift namelijk **een** van de verdedigers vanuit het centrum door naar het middenveld. Bij balverlies zal vooral deze speler moeten proberen de aanval van de tegenpartij op te houden(storen).

Bij C-spelers zie je vaak - zeker tegen zwakkere tegenstanders - de middenvelders tegelijk mee naar voren gaan. Oog hebben voor de positie van de medespelers, **veldbezetting** dus, is in deze leeftijdsgroep een belangrijke tactische opgave.

Ook kun je C-spelers bijvoorbeeld al leren hoe je het uitgangspunt **“verdedigen waar de bal verloren is”** kunt realiseren en dat je rekening moet houden met **de onderlinge afstanden**.

### **CONCRETE AANDACHTSPUNTEN BIJ DE WEDSTRIJD.**

- Wijs de spelers tijdens de wedstrijdbespreking op de **basiseisen** die aan **alle spelers inclusief de wisselers** gesteld moet worden t.w:

1. Plezier en een Positieve instelling dus benadering van elkaar.
2. Inzet moet 100% zijn.
3. Organisatie.
4. Discipline.

**Kortom de P.I.O.D . moet o.k. zijn.**

**( Dit moeten ze kunnen dromen)**

**P.I.O.D + Kwaliteit = geeft resultaat.**

**Wat is kwaliteit.?**

**Kwaliteit = uitsluiten van toeval.**

- Besteed aandacht aan de wisselers !
- Benadruk voortdurend het teamaspect. Dat begint al bij de warming-up.
- Stimuleer door coaching het zelfvertrouwen.

- Bij de C-junioren zie je vaak dat de onderlinge coaching verslapt naarmate de wedstrijd vordert. Probeer als trainer-coach de spelers op een positieve manier bij de les te houden.
- Observeer en analyseer of de spelers controle over zichzelf hebben. Emoties kunnen bij C-junioren snel een rol gaan spelen bij tegenslag.  
Als trainer-coach moet je ervoor waken dat de spelers zich niet afreageren op medespelers, scheidsrechter of tegenstander. Kortom : **meteen ingrijpen**.
- Ga niet zelf volledig op in de emoties van de wedstrijd. Hou het overzicht en analyseer.
- C-spelers hebben moeite met een goede veldbezetting. Ze verlaten snel hun positie.
- Analyseer hoe er gevoetbald wordt bij balbezit eigen team, balbezit tegenpartij en van balbezit naar balverlies en andersom. Let op de uitvoering van de aangegeven accenten.
- Let op de taakuitvoering per individu, maak zonodig aantekeningen voor de nabespreking.
- Laat de C-spelers zelf de uitvoering van de spelhervattingen bepalen, maar bespreek ze wel achteraf.

# **TECHNISCH WERKPLAN VOOR B - JUNIOREN**

## **TECHNISCH WERKPLAN VOOR B- JUNIOREN.**

### **DE KENMERKEN VAN DE B - JEUGD.**

met de nodige emotionele onrust. De motivatie kan in deze periode dus heel wisselend zijn. Spelers kunnen in een bepaalde periode “wegvallen”. Ook de prestaties in een wedstrijd zijn soms zeer wisselvallig. In het algemeen is deze leeftijdsgroep erg gemotiveerd en is men kritisch zowel op anderen als op zichzelf.

B- spelers zijn al in staat om het spel kritisch te analyseren. In de B- jeugd speelt de zogenaamde “pikorde” vaak een rol. Opvallend is ook de neiging om afspraken te verwaarlozen.

Van de andere kant kunnen deze spelers best wel goed op hun verantwoordelijkheidsgevoel aangesproken worden.

Eigen normen kunnen wel eens in conflict komen met het groepsgevoel.

Het winnen van wedstrijden was voor deze spelers al belangrijk toen ze in de C-jeugd speelden maar nu krijgt dit ook echte waarde toegekend.

De manier waarop een wedstrijd gewonnen wordt, kan nu objectiever beoordeeld worden en eigen prestatie en teamprestatie kunnen redelijk worden ingeschat.

Als de spelers de vorige fase redelijk hebben doorlopen, kunnen ze ook zelf aangeven wat er globaal wel en niet functioneerde. Je staat soms versteld van het scherpe analysevermogen van sommige spelers. De directe wedstrijd(de vorige of de aankomende) wordt nu ook het referentiekader van waaruit geput wordt voor de trainingsinhoud.

Specifieke kwaliteiten van spelers worden bij de B-junioren gebruikt voor het team.

De B-junioren trainer-coach merkt hoe belangrijk het is voor een speler dat hij weet met welke gedachte de ploeg speelt, en dat iedereen met dezelfde grondgedachte speelt.

Dan pas zijn allerlei keuzes te maken en kunnen spelers de betekenissen realiseren en samenwerken.

Het begrijpen van elkaar, het elkaar aanvoelen in een spelsituatie worden zo veel eenvoudiger te begrijpen. Het begint bij een paar simpele afspraken en kan heel ver doorgevoerd worden.

Als eenmaal de groeispurt achter de rug is, kan de belastbaarheid(kracht en uithoudingsvermogen) verhoogd worden. Zeker bij amateurclubs met een geringe trainingsfrequentie zullen deze onderdelen door vormen met bal verbeterd moeten worden. Zeker bij de tweedejaars B-spelers zie je meestal een duidelijke verbetering van de algehele lichaamscoördinatie.

Anderzijds moet een B-junioren trainer-coach nog oog hebben voor de verschillen, die er nog kunnen zijn tussen de eerste- en tweedejaars B-spelers.

Hij zal op zoek moeten gaan naar mogelijkheden om te differentiëren om op de verschillen tussen biologische en kalenderleeftijd.

## **PROFIEL VAN EEN B - JUNIOREN TRAINER - COACH.**

**Een goede B-junioren trainer-coach is op de eerste plaats heel eerlijk en consequent.**

Daarnaast beschikt hij zelf over kennis en inzicht in de basisprincipes van het spelconcept : juist bij B-junioren spelers kan het tactisch vermogen met sprongen vooruit gaan.

Hij reserveert voldoende tijd voor persoonlijke gesprekken en houdt daarbij rekening met de emotionele uitingen, die bij deze leeftijdsgroep passen.

Ook is hij nog jong genoeg van geest om zich te kunnen verplaatsen in de belevingswereld van deze B-spelers, die overigens voortdurend verandert.

Daar ook buiten het voetballen aansprekende activiteiten te organiseren verstevigt hij de binding van de spelers met de club.

Ook is deze B-junioren trainer-coach in staat om de voetbalproblemen uit de wedstrijd te vertalen in geschikte oefenstof, waarbij hij voortdurend rekening houdt met de grote verschillen in belasting en ontwikkeling binnen zijn spelersgroep.

## **TIPS VOOR DE B - JUNIOREN TRAINER-COACH.**

**De taak van een trainer-coach = Werken aan kwaliteit.**

**Wat is kwaliteit : Kwaliteit is het uitsluiten van toeval.**

- Heel belangrijk : maak goede afspraken over het gedrag tijdens trainingen en wedstrijden (verantwoordelijk zijn voor het materiaal), op weg naar een wedstrijd of in het kleedlokaal (wie ruimt er op?)
- Wees vooral eerlijk. Daar zijn jeugdspelers in deze leeftijd extra gevoelig voor. Behandel elke speler even consequent. Geen uitzonderingen maken voor bepaalde spelers!
- Laat de spelers meedenken over de speelwijze. Doe een beroep op hun eigen verantwoordelijkheid.
- Geef zelf het goede voorbeeld en durf als dat nodig is ook jezelf als trainer-coach eens ter discussie te \ stellen wanneer je fouten hebt gemaakt (bijvoorbeeld een verkeerde opstelling).
- Zorg voor een goede en veilige prestatiesfeer. Accepteer geen vedetteneigingen en neem soms een speler in bescherming.
- Voer tijdens de trainingen, zeker voor de tweedejaars B- spelers, de weerstand, het tempo en de keuze mogelijkheden op.

- B-junioren kunnen al heel wat tactische grondbeginselen aan. Linie- en teamtactiek kunnen vrij gedetailleerd aan de orde komen. Dat vereist natuurlijk wel voldoende kennis van de B-trainer-coach met betrekking tot de basisprincipes en de taken per positie. Ook hier geldt weer: laat B-spelers meedenken over de oplossingen voor de voetbalproblemen.
- Bij B-junioren komen emotionele uitingen nogal eens voor. De B- trainer-coach ontkomt daarom niet aan het voeren van veel "persoonlijke" gesprekken. Ze kunnen voor houvast en rust zorgen.
- Creëer ruimte in de training voor individuele training(training voor het individu in een groep). Dit versterkt en bevestigt de persoonlijkheid van de speler. Vooral bij hen die moeite hebben met de emotionele veranderingen.
- Zorg voor een goed begeleidingsteam, zodat problemen tijdig gesignaleerd kunnen worden.

### **SPECIFIEK PROBLEEM BIJ B- JUNIOREN**

Bij de leeftijdscategorie van de B- jeugd is de kans groot dat spelers gaan afhaken. Deskundig kader bij de groep is een eerste vereiste. Daarnaast moet het clubbeleid ontwikkeld worden dat als doel heeft de spelers aan de club te binden. Laat de spelers zelf en eventueel hun ouders meedenken over dat beleid!

- Spreek binnen de club af hoe er met de veranderde mentaliteit, die B -spelers zeker tot uiting laten komen, wordt omgegaan. Schep duidelijkheid door concrete afspraken en wees consequent in de naleving ervan.
- B- spelers zitten op school op leerjaren, die nogal eens gekenmerkt worden door tegenvallende leerprestaties. Hoe ga je als club daar mee om ?
- De verschillen tussen een eerstejaars en tweedejaars B -speler kunnen zeker in het begin van het seizoen heel groot zijn. Daardoor heeft de begeleiding van het team het meestal druk met begeleiden, corrigeren, belonen en ondersteunen van spelers. Vooral omdat in deze leeftijd de overgang plaats vindt naar volwassenheid. Door deze veranderingen kan een speler "uit vorm raken".  
Eigen identiteit (wie ben je, wat kan je?) moet in die fase benadrukt worden.
- De speler wil zo graag volwassen reageren, maar kan dat (nog) niet. Uitleg, voorbeeld, motivatie zijn nu noodzakelijk. Zoek niet voortdurend de confrontatie op.
- Omdat de groep bestaat uit "kinderen" en "volwassenen" moet ook tactisch verschillend gecoacht worden.
- Weerstandstraining als voorbereiding op kracht en hersteltraining moet gedifferentieerd gegeven worden in verband met het verschil in fysieke ontwikkeling. Belasting, belastbaarheid levert ook hier een zeer verschillend beeld op. De één maakt vroegtijdig de stap naar de A-jeugd, de ander krijgt extra rust voorgeschreven.

## **UITGANGSPUNTEN VOOR DE KEUZE VAN DE OEFENSTOF.**

1. Analyse van de wedstrijd
  - ga uit van de drie(vier) hoofdmomenten ;
  - vertaal de wedstrijd in concrete voetbalproblemen en zoek daarbij de juiste oefenstof;
  - streef naar minder fouten, verbeteren van de sterke die in de wedstrijd naar voren komen.
2. Ontwikkeling van het spelconcept.
  - individueel;
  - linie;
  - team;
  - verleggen van accenten;
  - rode draad op technisch /tactisch gebied.
3. Ontwikkelen van de individuele speler.
  - verbetering van de zwakke punten op het gebied van techniek, tactiek, conditie en mentaliteit.
  - ontwikkelen / uitbouwen van de sterke punten op het gebied van techniek, tactiek, conditie en mentaliteit;
  - gebruik maken van de individuele training.
4. Hou steeds rekening met het verschil in belastbaarheid binnen de B- groep.
5. 'Dode' spelmomenten kunnen nu meer aandacht krijgen.
6. Zorg door een goede coaching ervoor dat de spelers oog krijgen voor de invloed die zij kunnen uitoefenen op het zogenaamde 'wedstrijdritme'(variatie in wedstrijdtempo)
7. Hoe kunnen bij de gekozen oefenstof de specifieke kwaliteiten van de spelers aan bod komen?
8. Welke oefenstof is geschikt voor individuele training en werken aan specialisatie?
  - linie.
  - team.

## **CONCRETE AANDACHTSPUNTEN BIJ DE TRAINING.**

### **Techniek :**

- er valt stagnatie waar te nemen in het niveau van de techniek ; bij voortdurende trainingsactiviteit zal er geen achteruitgang optreden, zodat minimaal een stabilisering van het technische kunnen bereikt kan worden ;
- eventuele stoornissen in de motoriek zijn een vervolg van het tijdelijke verminderde motorische leervermogen ;
- het leertempo moet door differentiëren aangepast worden aan individuele verschillen
- door toename in kracht is zeker bij de meeste tweedejaars B- spelers het passen over grote afstanden mogelijk.

### **Tactiek :**

- het inzicht in technisch- en tactisch handelen groeit ;
- de spelers maken ook scherp onderscheid tussen individuele tactisch handelen en groepstactiek ;
- aspecten van de speelwijze kunnen meer en meer theoretisch worden benaderd en in praktijksituaties worden toegepast ;
- er ontstaat een duidelijke vaardigheid in het analyseren van spelsituaties.

### **Conditie :**

- er is sprake van een toename van belastbaarheid, afhankelijk van de rijpingssnelheid
- de motorische grondeigenschappen kunnen op vele manieren en zeer uitgebreid aan dacht krijgen;
- rekening houdend met de individuele verschillen in belastbaarheid kunnen al vele conditionele vormen (met bal) aan dacht krijgen ;
- periodisering kan hier een belangrijke rol in spelen;
- ook intervaltraining in aantrekkelijke vormen met bal kan in het programma opgenomen worden.

### **Motivatie :**

- elke puber streeft naar een vorm van zelfstandigheid, waarbij de belangen van het elftal haaks staan op de persoonlijke denkbeelden ;
- binnen de trainingen dient het streven naar zelfstandigheid ingepast te worden binnen het functioneren in een groep ;
- streef zoveel mogelijk naar een positieve benadering, zowel op voetbalgebied als daarbuiten.

### **Algemeen :**

- leg voortdurend tijdens de training de relatie met de wedstrijd ;
- manipuleer met weerstanden ;
- werk doelbewust met formaties tijdens de trainingsvormen ;
- door de grote fysieke verschillen moet bewaakt worden dat de partijen 'gelijk' zijn ;

De zogenaamde 'kijktechniek' verdient speciale aandacht :

- kijken voordat je de bal krijgt ;
- zo staan /lopen dat je kunt kijken ;
- vaak is kijken naar de bal verboden ;
- kijken doe je om 'iets af te spreken'.

In de belangrijke positie spelen kunnen B- spelers al met belangrijke details geconfronteerd worden, zeker op een wat hoger niveau :

- streef door loopacties naar de vier afspeelmogelijkheden ;
- de medespeler dichtbij moet je wel eens overslaan ;
- leer te spelen tegen de looprichting van de tegenstander in ;
- speciale aandacht voor de driehoeken op het veld ;
- nooit in één lijn met je medespeler staan ;
- altijd de bal in de beweging aan- en meenemen ;
- verplicht de spelers eens om de bal aan te nemen en dan direct te spelen (het principe van '2x raken verplicht').

## **SPELCONCEPT.**

Bij de B- jeugd verdient het 4 : 3 : 3 concept de voorkeur.

De B- jeugd is de leeftijdscategorie waarin al belangrijke tactische principes aangeleerd kunnen worden :

- Bij balverlies speelruimte meteen verkleinen.
- Vasthouden aan afgesproken organisatie.
- Voorkom een dieptepass.
- Druk uitoefenen op de balbezittende speler.
- Afspeelmogelijkheden afschermen.
- Basistaken vormen het uitgangspunt.
- Altijd de oplossing zoeken die het beste is voor je team en niet op de eerste plaats voor je zelf.
- Verdedigend geldt: zo opgesteld staan dat je bal en tegenstander kunt zien.
- Bij spelverplaatsing tegenstander moet de partij 'kantelen'.
- Moment van vastzetten herkennen, op- en doorsluiten.
- Leer snel te anticiperen: in voetbal ben je snel of langzaam, maar op tijd of te laat.
- Bij balbezit het speelveld zo groot mogelijk maken( diepte en breedte)
- Het doel van het opbouwen is het creëren van kansen.
- Geen risico in de opbouw op eigen helft.
- Zorg voor : open lijnen, voldoende steunspelers, het inschakelen van de derde man.
- Probeer bij balbezit te streven naar een man- meer situatie.
- Nooit met je rug naar je medespelers staan, dus ingedraaid staan.
- Diep gaat voor breed, breed gaat voor terug.
- Voorkom overtredingen: betekent balverlies.

## **CONCRETE AANDACHTSPUNTEN BIJ DE WEDSTRIJD.**

- Wijs de spelers tijdens de wedstrijdbespreking op de **basiseisen** die aan **alle spelers inclusief de wisselers** gesteld moet worden t.w:

1. Plezier en een Positieve instelling dus benadering van elkaar.
2. Inzet moet 100% zijn.
3. Organisatie.
- 4 Discipline.

**Kortom de P.I.O.D . moet o.k. zijn.**

**( Dit moeten ze kunnen dromen)**

**P.I.O.D + Kwaliteit = geeft resultaat.**

**Wat is kwaliteit.? Kwaliteit = uitsluiten van toeval.**

# **TECHNISCH WERKPLAN VOOR A - JUNIOREN**

## TECHNISCH WERKPLAN VOOR A- JUNIOREN.

### DE KENMERKEN VAN DE A - JUNIOREN.

#### **Basistaken**

De A-junioren spelers kunnen het voetbal vaak al op een volwassen manier spelen. Meestal is de favoriete positie bekend. Er kunnen afspraken gemaakt worden over de teamorganisatie.

A-junioren spelers zijn rijp om zich te concentreren op de basistaken, die bij een positie horen. Je kunt ingaan op zaken als team- en individuele tactiek. In verband met de inzetbaarheid bij en de overgang naar de senioren is het verstandig om bij het kiezen van het concept te overleggen met de Hoofdtrainer, tenzij de jeugdafdeling bewust voor een bepaald systeem kiest dat past bij de opleidingsdoelen. Hier zijn wij voorstander van.

Die overgang naar de senioren is een heel belangrijk moment of een speler ook op langer termijn voor het voetbal kiest. Elke club doet er verstandig aan om een duidelijk beleid op dit gebied te formuleren.

Hoe laten we A-junioren spelers alvast wennen aan het seniorenvoetbal?

#### **Groeispurt.**

A- spelers hebben meestal de groeispurt achter de rug. Dat merk je heel goed aan de coördinatie en mobiliteit. De loopstijl oogt veel volwassener dan die van een B- speler en hij wordt sneller.

Toch is ook bij de A- spelers zeker merkbaar dat ze bewegingervaring hebben opgedaan toen ze nog spelende kinderen waren. Het gebrek aan een straatvoetbal verleden speelt veel huidige jeugdspelers in die leeftijd parten. Het is daarom aan te raden om serieus aandacht te besteden aan een grondige warming-up met aandacht voor coördinatie, kracht en lenigheid, waarbij een goede trainer rekening houdt met de individuele verschillen in deze leeftijdscategorie.

#### **Krachtraining.**

De balbehandeling is verfijnder en het lichaam is veel meer in evenwicht dan de B- speler. Daardoor zie je de technische kwaliteiten van een A- speler vaak met sprongen vooruit gaan. Dat geldt ook voor de eerdergenoemde kracht en specifieke krachtraining is nu verantwoord. Als je een paar uur per week met de A- groep traint, kies je natuurlijk ook bij de krachtraining voor vormen van conditietraining aandacht krijgen volgens de intervalmethode met bal. Uiteraard blijft een hoge belasting wel afhankelijk van de individuele conditie en die kan door onder andere een verkeerd leefpatroon tegenwoordig ook bij A- spelers al tegenvallen.

#### **Teambelang.**

Hoewel de trainer vooral de opleidingsdoelen in de gaten moet houden, is voor de A- speler winnen heel belangrijk. Daarom kan hij aangesproken worden over zijn bijdrage aan het wedstrijdresultaat.

De A- speler kan dus leren dat hij zich ondergeschikt moet maken aan het teambelang. Het gaat om het samenwerken en presteren als team. Van de anderen kant is de aandacht voor het individu binnen het team een belangrijke opdracht voor de trainer van deze leeftijdsgroep.

Zowel tijdens de training als de wedstrijd zal rekening gehouden moeten worden met de vaak grote verschillen in motivatie.

**Pikorde.**

De A- speler is heel gevoelig voor zijn plaats in het team: de pikorde! Het is een maatschappelijke trend dat jongeren in de in de leeftijd van 16 tot 18 jaar snel geneigd zijn om af te haken als ze met tegenslagen of kritiek geconfronteerd worden.

Ook hebben ze een speciale antenne als ze denken dat een trainer niet eerlijk handelt.

Het is daarom van belang sociale en pedagogische oplossingen te zoeken bij voorkomende conflictsituaties.

Veel A- spelers zijn bij conflicten minder aanspreekbaar en kiezen, bang voor gezichtsverlies, snel voor rigoureuze stappen als ze vinden dat ze ten onrechte geen gelijk krijgen.

Ze hebben behoefte aan duidelijkheid, vanzelfsprekende, maar nooit geforceerde discipline en eerlijkheid.

De spelers zoeken naar een zekere stabiliteit van hun motivatie bij het vinden van de juiste rol in het elftal maar ook als het gaat om algemene zaken als interesse in het voetbal, de lol van het sporten, problemen met school, thuis en het eigen lichaam en uiteindelijk met hun sociaal welbevinden.

**PROFIEL VAN EEN A - JUNIOREN TRAINER - COACH.**

**De A- junioren trainer-coach heeft overzicht over de groep en dus een natuurlijke uitstraling.**

Bij de oefenstofkeuze vergeet hij nooit de elementen 'plezier, beleving en wedstrijdgerichtheid'. Voor de wedstrijd kan hij ook een goed voetbalverhaal (bespreking) vertellen.

**Hij weet dat hij veel aandacht aan het motiveren van zijn spelersgroep zal moeten besteden.**

De A- junioren trainer-coach reserveert tijd voor persoonlijke gesprekken, waarin hij duidelijk vertelt waarom hij bepaalde beslissingen genomen heeft.

**Hij moet zeer goed kunnen communiceren dit is een van de alle belangrijkste eigenschappen van deze trainer-coach.**

Hij kan duidelijk overbrengen wat hij van de spelers verwacht en eist.

De A- junioren trainer-coach gebruikt hedendaagse mondigheid bij deze spelers om hen te betrekken bij de doelstellingen van het team, zodat zij zich ook verantwoordelijk voelen voor de gang van zaken bij het team.

## **TIPS VOOR DE A - JUNIOREN TRAINER-COACH.**

### **De taak van een trainer-coach = Werken aan kwaliteit.**

#### **Wat is kwaliteit : Kwaliteit is het uitsluiten van toeval.**

Het beste is als er binnen de vereniging een rode draad loopt van afspraken over hoe je met elkaar omgaat. Als dat niet het geval is, is het verstandig om aan het begin van het seizoen een soort huishoudelijk reglement van afspraken te maken. Als de spelers achter die afspraken staan, mag er nooit mee gemarchandeerd worden!

Hoewel de jeugdtrainer vooral ook oog moet hebben voor de individuele ontwikkeling, is het teamgevoel bij de A- spelers belangrijk.

Dat kun je ook in de trainingen goed naar voren laten komen. Zijn de ballen, tegen de afspraken in, te zacht opgepompt, dan volgt er een 'voetbalstraf' voor de hele corveploeg en niet alleen voor de speler die voor de ballen moet zorgen. Als een ploeg te slap een partij speelt, volgen voor die partij minder leuke opdrachten aan het einde van de training.

Tijdens de trainingen kun je niet genoeg wedstrijdelementen inpassen, want die zorgen voor de sfeer en de beleving die bij deze leeftijdsgroep passen. Punten tellen dus, of het nu bij partijspelen, afwerkvormen of passen en trappen is. Zorg wel voor voldoende herkansingsmomenten: speel bijvoorbeeld korte partijen binnen een afgesproken tijdslimiet. Wie wint, krijgt twee punten en daarna volgt weer een herkansing.

A- spelers zijn meestal heel prestatiegericht. Toch moet hen duidelijk gemaakt worden dat je als groep onderweg bent en dat dus elke speler recht op speeltijd heeft. Geen team kan probleemloos met elf speler een seizoen doorkomen. Je bent van elkaar afhankelijk. Daarom moeten A- spelers leren dat in de voetbalsport het eigen belang vaak ondergeschikt is aan het teambelang.

Om individueel gericht te kunnen werken, spelers te betrekken bij de doelstellingen en om de persoonlijke motivatie in kaart te brengen kun je aan het begin van het seizoen met een vragenlijst werken. Het gaat dan om vragen als : wat wil je leren, bereiken, wat zijn sterke en minder sterke kwaliteiten op technisch / tactisch en mentaal gebied ?

In De Voetbaltrainer-special over teambuilding stond een voorbeeld van zo'n vragenlijst, die Foppe de Haan bij SC Heerenveen gebruikte. Een afgeleide vorm is zeker bij de A- jeugd bruikbaar.

In de winterstop en aan het einde van het seizoen kan zo'n vragenlijst een uitstekend vertrekpunt zijn bij een evaluatiegesprek.

Door de grote verschillen in niveau, maar vooral ook in motivatie is het geen overbodige luxe om met meer trainers (bijvoorbeeld een oud-speler of een CIOS- stagiaire) bij een A- elftal werkzaam te zijn. In kleinere groepen kun je ook specifiekere werken.

Deze leeftijdsgroep is toe aan een wat uitgebreidere nabespreking van een wedstrijd. Direct na een wedstrijd kan het effect het grootst zijn, omdat het wedstrijdbeeld dan nog vers in het geheugen ligt. Van de andere kant moet een trainer-coach dan wel goed kunnen omgaan met de emoties die op dat moment bij A- spelers nogal fel en ongecontroleerd kunnen zijn.

## **SPECIFIEK PROBLEEM BIJ A- JUNIOREN.**

Veel amateurclubs worden geconfronteerd met een groot ledenverlies onder de A- jeugd. Daarbij speelt een belangrijke externe oorzaak een rol. Jongeren in die leeftijd zijn erg bezig met materiele zaken, die hun status geven binnen de groep. Voor de dure merkkleding of luxegoederen is veel geld nodig, waardoor een baantje in het weekeinde vaak een oplossing is.

De clubs zien om die reden soms zelfs tijdens het seizoen een half team plotseling vertrekken.

Er zou vanuit verschillende hoeken druk op de K.N.V.B. uitgeoefend moeten worden om dit probleem structureel aan te pakken. Dat zou bijvoorbeeld kunnen door een veel flexibelere competitie opzet. Helaas vormen de competitieleiders binnen de K.N.V.B. vaak een te machtig bolwerk, dat juist niet gekenmerkt wordt door de zo noodzakelijke flexibiliteit.

## **UITGANGSPUNTEN VOOR DE KEUZE VAN DE OEFENSTOF.**

Bij de keuze van de oefenstof spelen de eerder geformuleerde kenmerken van deze leeftijdsgroep een rol. Veel wedstrijdelementen dus!

Daarnaast is het resultaat van het lezen van de wedstrijd een belangrijk vertrekpunt evenals het gekozen spelconcept en zeker bij de A- jeugd de sfeer in het team. In de winter haken A- spelers op een wat lager niveau sneller af, omdat ze zich ergeren aan de omstandigheden. Dat vereist van de trainer creativiteit in het vinden van de aangepaste oefenvormen in zo'n periode.

En ook een A-junioren trainer-coach redt het niet zonder Fingerspitzengefühl : aanvoelen wat de groep tijdens een bepaalde training wel of niet aankan.

Dat varieert per training door de golfbeweging in motivatie.

### **Enkele algemene aandachtspunten.**

- Periodiseringmodel van Raymond Verheijen toepassen.
- uitgangspunt is : alles met bal.
- staat de gekozen oefenstof garant voor spelplezier?
- welke elementen van het spelsysteem/concept train ik?
- is de spelbedoeling/benadering in de oefenstof verwerkt?
- waarborg ik de individuele progressie in de teamtraining door organisatie/oefenstof en individuele begeleiding en coaching?
- werk ik aan het niveau van de speler (eigen vaardigheid, tactiek, mentaal, hoge concentratie)?
- ben ik als coach flexibel genoeg?

## **SPELCONCEPT.**

Bij de A- jeugd verdient het 4 : 3 : 3 concept de voorkeur.

### ***Aandachtspunten :***

- Streven naar een optimale veldbezetting.
- Hogere eisen aan technische uitvoering, uitgaande van het individu.
- Spelen op de helft van de tegenstander.
- Verdedigen begint voorin.
- Vooruit verdedigen: waar en wanneer druk uitoefenen?
- Hoge balcirculatie, wijze van inspelen.
- Spelen om te winnen.
- Zo diep mogelijk inspelen.
- Zoeken naar de derde man.
- Aanvallend creatief durven te zijn bij 1:1 situaties.
- Streven naar een man- meer situatie in de opbouw.
- Leren te reageren op systeem van de tegenstander.
- Coaching die past bij uitgangspunten van het concept.

## **CONCRETE AANDACHTSPUNTEN BIJ DE WEDSTRIJD.**

- Wijs de spelers tijdens de wedstrijdbespreking op de **basiseisen** die aan **alle spelers inclusief de wisselers** gesteld moet worden t.w.:

1. Plezier en een Positieve instelling dus benadering van elkaar.
2. Inzet moet 100% zijn.
3. Organisatie.
4. Discipline.

**Kortom de P.I.O.D . moet o.k. zijn.**

**( Dit moeten ze kunnen dromen)**

**P.I.O.D + Kwaliteit = geeft resultaat.**

**Wat is kwaliteit.? Kwaliteit = uitsluiten van toeval.**

## **AANDACHTSPUNTEN VOOR DE COACHINGSPRAKTIJK.**

Specialisatie van het individu.

Het individu wordt ondergeschikt aan het teambelang.

Rendement van handelen ; mentale aspecten

Wedstrijdcoaching.

Strategie/ tactiek :

Gebruik maken van de tekortkomingen van de tegenstander en de kwaliteiten van het eigen team.

**BIJLAGE 1 - BEOORDELINGSFORMULIER TRAINER-COACH**  
**TRAINER-COACH BEOORDELINGSFORMULIER**  
**S.V. HATTO HEIM**

Naam Trainer-coach :  
 Team of leeftijdsgroep :  
 Datum :

BEOORDELINGSPUNTEN:	STERK	VOLD.	ONVOLD.	OPMERKINGEN.
1.Leertoon.				
2.Uitleg.				
3.Voorbeeld.				
4.Totaal van praatje-plaatje- daadje				
5.Kontakt.				
6.Coachen.				
7.Manier van aanbieden.				
8.Onderbreken.				
9.Trainingsintensiteit.				
10.Trainingsbeleving.				
11.Resultaat van de training.				
12.Methodieken.				
13.Trainingsvoorbereiding.				
14.Gebruikmateriaal.				
15.Gebruik van de oefenruimte.				
16.Tijdsindeling.				
17. De rode draad/ Het thema.				
18. Correcties - Algemeen.				
19. Correcties - Specifiek.				
20 Correcties - Individueel.				
21.Kontrolle op correcties.				
22. Coachbaarheid v.d. groep.				
23. Trainingsopkomst.				
24. Mentale instelling v.d. groep.				
25. Positieve instelling trainer.				
26. Extra aandacht wedstrijd- mentaliteit en vechtkracht.				
Verdere Bijzonderheden :				

X = WAARDERING.

- = NIET OF ONVOLDOENDE KUNNEN BEOORDELEN.

**BIJLAGE 2 - SCOUTINGSFORMULIER ALGEMEEN A t/m D jeugd.**

# SCOUTINGFORMULIER S.V. HATTO HEIM

TEAM :  
 LEIDERS :  
 TRAINER :  
 WEDSTRIJD :  
 UITSLAG :  
 WEER :  
 DATUM :

TEAMPOSITIES :	NAAMSPELER.	Sterk/ Select+	Vold/ Sel.	Onvold/ Recreatie	NADERE BIJZONDERHEDEN.
1. Doelman / Keeper.					
2. Rechtervleugelverdediger.					
3. Vrije man.					
4. Voorstopper / mandekker.					
5. Linkervleugelverdediger.					
6. Rechtermiddenvelder.					
10. Centralemiddenvelder.					
8. Linkermiddenvelder.					
7. Rechterspits.					
9. Centrumspits.					
11. Linkerspits.					
12. Invaller een.					
13. Invaller twee.					
14. Invaller drie.					
15. Reserve keeper.					
Bijzonderheden kader :					

X = WAARDERING.

- = NIET OF ONVOLDOENDE KUNNEN BEOORDELEN.

**BIJLAGE 3 - SCOUTINGSFORMULIER ALGEMEEN E en F jeugd.**  
**SCOUTINGFORMULIER S.V. HATTO HEIM**

TEAM :  
 LEIDERS :  
 TRAINER :  
 WEDSTRIJD :  
 UITSLAG :  
 WEER :  
 DATUM :

TEAMPOSITIES :	NAAMSPELER.	Sterk/ Selec.+	Vold/ Select	Onvold./ Recreatie	NADERE BIJZONDERHEDEN.
1. Doelman / Keeper					
2. Rechtervleugelverdediger.					
3. Centrale verdediger.					
4. Linkervleugelverdediger.					
5. Rechtervleugelaanvaller.					
6. Centrale aanvaller.					
7. Linkervleugelaanvaller.					
8. Invaller een.					
9. Invaller twee.					
10. Invaller drie.					
11. Reserve keeper.					
Verdere bijzonderheden kader:					

X = WAARDERING.

- = NIET OF ONVOLDOENDE KUNNEN BEOORDELEN.

**BIJLAGE 4 - SCOUTINGSFORMULIER SPECIFIEK.**  
**SCOUTINGFORMULIER S.V. HATTO HEIM**

Naam speler :  
 Trainer :  
 Team :  
 Teampositie :  
 Datum :

BEOORDELINGSPUNTEN:	STERK/ Select +	VOLD./ Selectie	ONVOLD Recreatie	OPMERKINGEN.
1. Techniek: Balvaardigheid.				
2. Techniek: Passeeractie.				
3. Techniek: Koptechniek.				
4. Tactisch: Spelinzicht/Gevoel.				
5. Coachbaarheid.				
6. Medespelers coachen.				
7. Creativiteit.				
8. Vooruit denken.				
9. Wedstrijdmentaliteit/ Duelkracht b.v. 1 : 1				
10. Postieve instelling.				
11. Tweebenig.				
12. Snelheid.				
13. Discipline/Zelfdiscipline.				
14. Trainingsinzet.				
15. Trainingsopkomst.				
Nadere bijzonderheden :				

X = WAARDERING.

- = NIET OF ONVOLDOENDE KUNNEN BEOORDELEN.

