

Jeugdopleidingsplan vv westkapelle.

Onze jeugd, onze toekomst!



Inhoudsopgave.

Voorwoord	4
Visie van onze jeugdwerking	5
Doelstellingen van onze jeugdwerking.....	5
Voetbalplezier	5
Visie op wedstrijden	6
Opvoeding van onze jeugdspelers.....	6
Organisatie	7
Structuur jeugd.....	7
Website (http://www.vvwestkapelle.be).	7
Wintertoestanden en eventueel uitwijken naar alternatieven qua training	8
Stimuleren van onze jeugdtrainers teneinde zich bij te scholen	8
Afspraken en regels	9
Afspraken trainers	9
Afspraken spelers	9
Afspraken ouders	10
Zonevoetbal als opleidingsfilosofie	11
Definitie zonevoetbal	11
Zoneprincipes	11
Veldbezetting	12
Waarom 1-4-3-3 in zone bij de jeugd?	13
Opleidingsvisie van de KBVB	14
De ontwikkelingsfase 2 tegen 2: 5-7 jaar	14
De ontwikkelingsfase 5 tegen 5: 7-9 jaar	15
De ontwikkelingsfase 8 tegen 8: 9-12 jaar	16
De ontwikkelingsfase 11 tegen 11 (1): 13-15 jaar	17
De ontwikkelingsfase 11 tegen 11 (2): 15-17 jaar	18
Jaarplanning volgens opleidingsvisie KBVB	19
Maandthema's Debutantjes.....	20
Maandthema's Duiveltjes.....	21
Maandthema's Preminiemen.....	23
Maandthema's Miniemen	25
Maandthema's Kadetten.....	27

Maandthema's Scholieren.....	29
Evaluaties.....	30
De coaching tijdens de wedstrijden	31
Sportongeval, wat te doen	32
Bijlagen	33
Speler van de week	33
Evaluatiefiche keeper	34
Evaluatiefiche speler	35
Mentale evaluatie	36
Wedstrijd evaluatie	37

Voorwoord.

De jeugd is de toekomst. Een slogan die veel betekent maar vandaag meer dan in het verleden een grote opgave is voor een clubbestuur.

De concurrentie van andere sporten is groot. Vroeger had men naast het voetbal weinig opties om de jeugd actief bezig te houden.

Vandaag moeten wij ervoor zorgen dat onze jeugd gefascineerd wordt en blijft voor het “balletje”. Dit kan alleen met geëngageerde en bekwame mensen, die het niveau van onze opleiding alleen maar beter maken.

Wij moeten onze jeugdwerking verder blijven uitbouwen om in de toekomst blijven uit te komen in alle reeksen van debutantjes tot en met scholieren.

De opleiding van onze jeugd staat centraal en moet prestatiegericht zijn, niet enkel resultaatgericht. Er zijn geen belangrijke wedstrijden alleen belangrijke kinderen.

Deze brochure bevat alle informatie die wij nodig achten om onze jeugdopleiding optimaal te laten functioneren.

Raimund de Cocq,
TVJO.

Visie van onze jeugdwerking.

Doelstellingen van onze jeugdwerking.

Als primordiale doelstellingen van ons jeugdbeleidsplan schuiven we naar voor:

- We streven een verbetering van het individuele- en collectieve spelpeil na, alsook een verhoging van de spelvreugde bij alle jeugdspelers.
- Jeugdspelers opleiden tot voetballers met het oog op doorstroming naar het eigen eerste elftal, dit door ze een optimale sportieve begeleiding aan te bieden.
- Sportieve opleiding dient aangepast te zijn aan het niveau (leeftijd) van de speler.
- Als algemene doelstelling willen we ook het welbevinden van iedereen die te maken heeft met de club verhogen zodat we een grotere betrokkenheid creëren bij de club. Op die manier hopen we (ex)-spelers en ouders bij de club te blijven betrekken (bv. Als coach, bestuurslid, medewerker, scheidsrechter...) zodat de club haar eigen bestaanszekerheid ook naar de toekomst garandeert.
- Wij wensen de familieclub uit de regio te worden waarbij er binding bestaat met de omgeving waarbij het 'spel voetbal' en een 'gezonde competitiegeest binnen de nodige fair-play' centraal staan. Tevens willen we met de ouders en familie van onze spelers streven naar een goede vorming van de jeugd en dit op alle vlak.

Als peilers voor dit plan refereren we naar de opvattingen van de KBVB zoals te lezen in "De opleidingsvisie van de KBVB".

Voetbalplezier.

Voetbal is een spel en het moet in de eerste plaats een plezierige ontspanning blijven. "Al spelende leren", dit moet de doelstelling zijn van elke trainer en dit in het bijzonder voor de allerkleinsten. Fun staat centraal. Een kind of jongere die niet graag naar de training komt, is ook niet gemotiveerd om te leren. Om de motivatie op peil te houden, is het de bedoeling dat onze trainers de trainingen aanpassen aan het niveau van het kind. Het kind staat centraal in de opleiding.

De wedstrijden en de trainingen zijn er voor de spelers en niet voor de ouders of voor de trainer. Competitiegeest en winnen zijn belangrijk maar... nooit ten koste van het voetbalplezier. Aan elke speler die regelmatig en op constructieve wijze de trainingen volgt, bieden we kans om regelmatig mee te voetballen. Streefdoel is dat ieder gemiddeld minstens 50% van de wedstrijdijd mag meevoetballen.

Visie op wedstrijden.

Volgende zaken worden als visie op de wedstrijden gevraagd aan onze trainers:

- Prestaties zijn ondergeschikt aan het opleiden.
- Winnen en eventueel kampioen worden is leuk, maar dit mag geen doel op zich zijn.
- Ook verliezen maakt onderdeel uit van de voetbalsport en dus van het opleiden.
- Dit alles betekent evenwel niet dat winnen bij de jeugd ploegen totaal niet belangrijk is. Het opleiden tot "winnaars" is namelijk ook een onderdeel van de gehele opleiding.
- Door goed op te leiden, met plezier bezig te zijn om vaardigheden aan te leren, behoort winnen "vanzelf" tot de mogelijkheden
- Het uitgangspunt voor het spelen van wedstrijden is: verzorgd en opbouwend voetbal uitgaande van eigen kwaliteiten op basis van technische vaardigheden.
- De spelers moeten zich kunnen ontwikkelen tot zo veelzijdig mogelijke voetballers. Dit kan slechts als de spelers niet steeds op dezelfde positie spelen.

Opvoeding van onze jeugdspelers.

Naast een goede voetbalopleiding wensen we ook veel aandacht te besteden aan de opvoeding van de kinderen.

De opvoeding in onze club moet een verlengstuk zijn van de opvoeding thuis en van op school. Discipline, beleefdheid, deftige sociale omgang, respect voor alle betrokken partijen (medewerkers, scheidsrechters, tegenstanders, ...) orde en netheid, ... zijn noodzakelijke attitudes om een kwaliteitsvolle opleiding mee te geven. Agressie is uit den boze.

Voetbal en onze club maken deel uit van een maatschappij die continu blijft evolueren. Ook met onze club dienen we deze evolutie te volgen. Er wordt werk gemaakt van een goede integratie voor alle jongeren/leden onafgezien van hun afkomst of oorsprong. Wel wordt hier steeds het principe van respect voor elkaar gehanteerd.

Indien bepaalde zaken verkeerd lopen wordt er na overleg met de betrokken speler/trainer steeds contact opgenomen met de betrokken ouders dit via de (onder)voorzitter van de Jeugd.

Wij zijn er ons van bewust dat er voor ons als voetbalclub een sociale en opvoedende rol weggelegd is. Via een intern reglement willen wij duidelijke afspraken maken met onze jeugdspelers. Ook onze ouders en afgevaardigden willen wij via dit intern reglement mobiliseren en laten meewerken aan de uitbouw van onze jeugdwerking. Via scholen, andere sportclubs.....e.d. willen we spelers aantrekken en aanmoedigen om de voetbalsport te beoefenen bij onze club. Dit willen we verwezenlijken met toernooien en andere nevenactiviteiten.

Organisatie.

Structuur jeugd.

De jeugd is een deel van de totale vereniging. De jeugd wordt geleid door een jeugdcoördinator. De jeugdafdeling wordt gevormd door een secretaris.

De taken van de secretaris zijn:

- Verzorgt uitnodigingen
- Draagt zorg voor algemene correspondentie
- Aanmelding nieuwe leden en geeft deze door aan de ledenadministratie
- Beheert het verenigingsarchief van de jeugd
- Stelt ten behoeve van de teams een lijst op van alle actieve jeugdleden op leeftijd en levert deze voor 1 februari aan bij de jeugdcoördinator

De taken en verantwoordelijkheden van de jeugdcoördinator zijn:

- Heeft affiniteit met de jeugd
- Goed kunnen communiceren met jeugd maar ook met volwassenen
- Stimuleert het volgen van opleidingen
- Bespreken van individuele problemen met spelers en eventueel ouders op voetbalgebied
- Coördineert de jeugdtrainingen, 'regelmatig' bekijken van de trainingen (dit betekent een keer per maand een training bijwonen van een team en indien nodig overleg met de trainer(s) om de doelgerichtheid van de trainingen te vergroten)
- Met trainers minimaal tweemaal per jaar evalueren over vorderingen en inbreng van oefenstof
- Bekijken van wedstrijden van teams een keer per maand en trainers aanwijzingen geven voor het verbeteren van kwaliteit van teams en spelers
- Aanleveren van oefenstof voor trainingen waar basisstof in geoefend wordt
- Aansturen van keeperstraining

Organigram: Wie is wie?

Website (<http://www.vvwsetkapelle.be>).

Wij willen via onze website een belangrijke aantrekking verkrijgen naar de buitenwereld zodat onze club beter wordt gekend. Hiervoor wordt de medewerking gevraagd van alle trainers/afgevaardigden en andere bestuursleden. Tevens dient de website een belangrijk gegeven te worden in functie van het aantrekken van sponsoring die ons beleid op vlak van jeugd versus de totale werking van onze club moet ondersteunen.

Wintertoestanden en eventueel uitwijken naar alternatieven qua training.

In kader van de wintermaanden wordt er steeds gezocht naar mogelijkheden om via de sportdienst e.d. om gebruik te kunnen maken van 'indoor-trainingsmogelijkheden'. In eerste instantie wordt dan gedacht aan de allerkleinsten (debutantjes / duiveltjes / preminiemen).

Stimuleren van onze jeugdtrainers teneinde zich bij te scholen.

Een kwalitatieve opleiding van de jeugd is pas mogelijk als dit gebeurt door goede trainers. Naast ervaring wordt een goede opleiding heden belangrijker en belangrijker. Daarom streven we na opgeleide trainers binnen te halen en zeker ook onze eigen en huidige trainers te stimuleren om bijscholing te volgen.

Afspraken en regels.

Afspraken trainers.

- Trainers worden door spelers aangesproken als “trainer” of “coach”.
- Spelersgroepen worden voor en na de training/wedstrijd door de trainer naar het veld begeleid.
- Discipline op het gebied van kledij.
- Er wordt naar gestreefd om de hele training met bal te werken. Geen loop- of bostraining. Opwarming gebeurt steeds en zoveel als mogelijk met de bal.
- Trainingen dienen voorbereid te worden en volgens het opleidingsplan van de KBVB te gebeuren.
- “Cooling down”, laat de spelers tot rust komen alvorens ze naar binnen te begeleiden.
- Techniek staat centraal, er wordt gestreefd naar opbouwend voetbal van achter uit.
- Doorschuiven en meespelen met hoger categorieën wordt gedaan indien dit nuttig blijkt voor de ontwikkeling van de betrokken speler. Dit gebeurt in overleg tussen het jeugdbestuur en de betrokken trainers, speler en ouders.
- De accommodatie wordt na iedere wedstrijd en training in goede staat achtergelaten.
- Jeugdopleiding als trainer heeft niets te maken met ‘zelfprestige’ maar wel met het samenwerken binnen onze club teneinde de doelstellingen van dit jeugdbeleidsplan te bereiken.

Afspraken afgevaardigden.

Een afgevaardigde is de persoon die binnen de groep hoort, hij is er bij vanaf samenkomen tot na de wedstrijd, hij ontvangt de scheidsrechter, vult GOED het scheidsrechtersblad in, zorgt voor de kledij, voor drinken tijdens de rust, en staat het dicht bij de supporters. Een afgevaardigde vinden is niet meer zo gemakkelijk, meestal is het een ouder van één van je spelers. Hij moet ook instaan voor activiteiten van de club, zoals verkoop loten, inschrijvingsgeld enzo.... want meer en meer wordt dit in handen gelegd van de trainer en dit vind ik niet juist. Een trainer is er enkel voor het sportieve.

Afspraken spelers.

Een voetbalclub coördineren is niet altijd eenvoudig. Daarvoor is het goed om duidelijke afspraken te maken die bindend zullen zijn voor heel het seizoen. De trainers doen al het mogelijke om hun trainingen zodanig af te stellen dat iedereen plezier heeft om te trainen.

Respecteer het uur waarop men heeft afgesproken om zich naar een wedstrijd te begeven. Kun je door omstandigheden niet op tijd zijn geef de trainer een seintje zodat hij op een gepaste manier kan reageren.

Zorg dat je tenminste 15 min voor aanvang van de training aanwezig bent zodat men op tijd kan beginnen. Indien men niet op training aanwezig kan zijn geef vooraf ALTIJD de trainer een seintje zodat hij de training eventueel kan aanpassen. Hou daar rekening mee het is een kleine moeite waardoor we misverstanden kunnen vermijden. Ik reken op de goede wil van iedereen.

Verdere afspraken:

- Geen sierraden of oorbellen tijdens training of wedstrijd.
- Steeds scheenbeschermers en degelijke gepeetste voetbalschoenen voor training en wedstrijd.
- Correct gedrag tegenover medespelers, tegenspelers supporters en medewerkers zoniet kan de trainer een sanctie opleggen.
- Nederlands is de voertaal op onze club.
- Nuttig geen warme volledige maaltijden minder dan 2 uur voor de wedstrijd.
- Club verwittigen binnen de 24 uur na ongeval op wedstrijd of training.
- De trainer stelt de ploeg op, ook indien dit niet op je favoriete plaats is.

Sanctionering:

- Bij niet verwittigen van trainer bij afwezigheid voor training/wedstrijd begint betrokkene niet aan de wedstrijd.
- Iemand die te laat komt voor een wedstrijd begint niet aan de wedstrijd.
- Onsportief gedrag wordt bestraft à rato van de ernst van de feiten en kan leiden tot uitsluiting van speler of ouder.

Afspraken ouders.

Niet alleen de kinderen maar ook de volwassenen hebben een belangrijke taak. Gelukkig volgen ouders het voetballen van hun kind. Hun enthousiasme is erg belangrijk voor de voetbalbeleving van kinderen.

Ouders houden het echter niet bij aanmoedigen. De kinderen worden al snel een verlengstuk van de beleving van de ouders. Aanmoedigingen worden aanwijzingen, en voordat het iemand in de gaten heeft, staan er twee keer zoveel trainers langs de lijn als voetballers op het veld. Voor de trainer is de belangrijkste, maar tevens de zeer moeilijke taak weggelegd om ouders duidelijk te maken welke rol zij tijdens de wedstrijd hebben.

Het gaat om het leerproces en de beleving van de kinderen. Kinderen leren het snelst in een veilig leerklimaat. Dit wil zeggen een sfeer waarin het kind de vrijheid heeft om het spel zelf te ontdekken. Het kind wordt daarbij geholpen door 1 persoon, de trainer. Die structuur moet heel duidelijk zijn. Zo niet, dan wordt het verwarrend en begrijpen de kinderen niet meer waar ze aan toe zijn.

Natuurlijk vinden deze kleine voetballers het fantastisch dat ze aangemoedigd worden door hun ouders. Ouders zijn dus zeker nodig en absoluut welkom langs de lijn. Daarnaast is de hulp van de ouders vaak onmisbaar voor de trainer. De leerstructuur moet worden gezien als de volgende stap naar zelfstandigheid en zelfwerkzaamheid. Geef het kind de kans.

Zonevoetbal als opleidingsfilosofie.

We hebben allemaal wel eens iets gehoord over zonevoetbal. Een aantal clubs en trainers beweren, zeggen en schrijven dat ze zonevoetbal spelen. Je hoort ze dan veelal zeggen “we spelen achterin met 4 op een lijn”. Het zonevoetbal wordt in deze context te veel als spelsysteem gezien, terwijl het eigenlijk veel meer is dan dat. De zonefilosofie biedt veel méér mogelijkheden (waarvan er heel wat aspecten geheel onbekend zijn) en ik noem het dan ook liever een functionele opleidingsfilosofie die als rode draad doorheen het opleidingsproces van een jeugdvoetballer moet lopen en dit al vanaf de duiveltjes. Wie een huis bouwt heeft een plan nodig, ... wie een jeugdvoetballer wil opleiden heeft ook een leidraad nodig. De visie van het zonevoetbal leent zich daar uitstekend voor.

Definitie zonevoetbal.

Zonevoetbal is het collectief positieospel bij balverlies en balbezit met als doel de tegenstander te beheersen in de **ZONE**, nl. de zone tussen de bal en het doel en in de volledige waarheidszone.

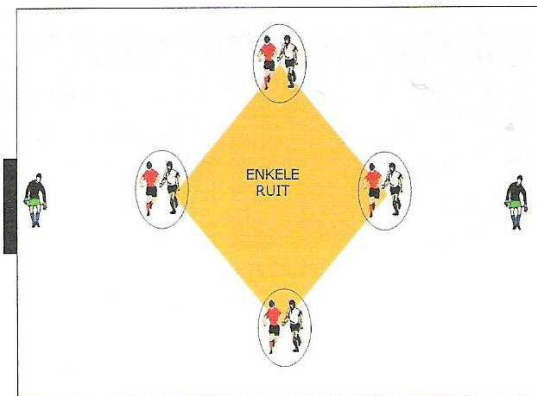
- 1 geheel van 11 spelers > som van 11 individualiteiten
- Evenwichtige verdeling en beperking van de fysieke inspanningen
- Gedeelde collectieve verantwoordelijkheid
- Zeer snelle omschakeling van balbezit naar balverlies en omgekeerd

Zoneprincipes.

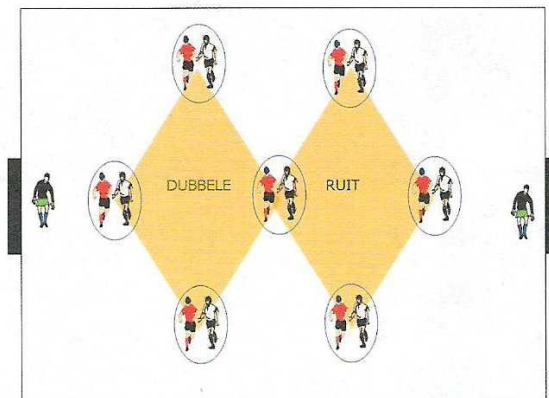
- Balbezit
 - De eigen speelruimtevergroten
 - Aanspelbaar zijn binnen rationeel bezette zones
 - Aanspelbaar worden door bewegingen zonder bal: vrijlopen, kruisbewegingen, inschuiven (om meerderheidssituatie te creëren)
 - Zo snel mogelijk een nauwkeurige dieptepass of diagonale pass geven
 - De zwakke zone (in, naast of achter het blok) van de tegenpartij opzoeken d.m.v. een snelle balrecuperatie
 - Steeds doelpoging proberen ondernemen bij werkelijke doelkans (shot, kop, enz)
 - Steeds het moment van balverlies voorzien: defensieve T van 3, 4, 5 spelers vormen en behouden
- Balverlies
 - Individuele pressing door speler die zich het dichtst bij de bal bevindt
 - Dekking door dichtstbijzijnde medespeler(s)
 - De andere spelers vormen een compact blok binnen de zone bal-doel
 - 10-15m afstand tussen spelers
 - Spelers kruisen niet
 - Geen systematisch en bewust off-side
 - Dekking door doelman

Veldbezetting.

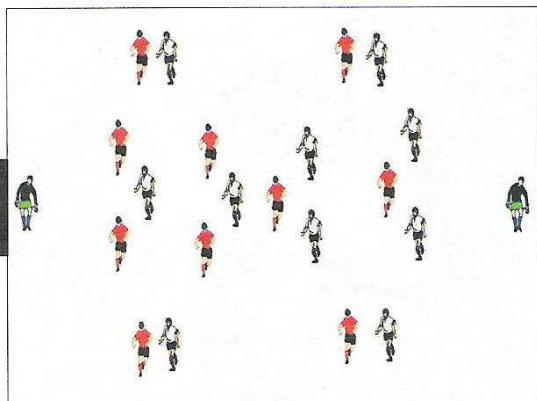
- debutantjes , duivels K+4/4+K (ruitformatie)



- premieimen, minieimen K+7/7+K (dubbele ruit)



- knapen en scholieren K+10/10+K (4 verdedigers in zone)



Waarom 1-4-3-3 in zone bij de jeugd?

- Een maximaal aantal mogelijkheden voor het driehoeksspel
- Efficiënte bezetting van de te bespelen (B+) en te verdedigen (B-) ruimte
- Verdediging met 4 i.p.v. met 3:
 - Gemakkelijker verdedigen van de breedte van het terrein
 - Tegen 3 aanvallers nog 1 speler over
 - Uitverdedigen en inschuiven mogelijk door alle 4 verdedigers → verbeteren van opbouwende kwaliteiten
 - Verbeteren van de onderlinge coaching wanneer ze geconfronteerd worden met wisselende tegenstanders
- Middenveld met 3 centrale middenvelders in driehoek opgesteld:
 - Terug spelverdeler(s) opleiden
 - Stimuleren van inschuiven en taakovername
- 3 aanvallers:
 - Creëren van meer aanspeelpunten vooraan in de voet
 - Stimuleren van de buitenspelers om te durven dribbelen
 - Opleiden van diepe spits als targetman
 - Aanmoedigen om voetbaloplossingen te vinden doordat er voor iedere aanvaller minder ruimte is

Opleidingsvisie van de KBVB.

De ontwikkelingsfase 2 tegen 2: 5-7 jaar.

1+K/1+K (5j tot 7j) debutantjes	2/2	U6: Balgewenning U7: Oppositie spelen	Football as a dribbling and shooting game
--	------------	--	--

BESCHRIJVING VAN DE SPELOMGEVING

- Fase 1: Kinderen spelen met de bal naast elkaar.
- Fase 2: Kinderen spelen tegen elkaar (=oppositie spelen) → 1-1 (het duel), d.w.z. leiden en dribbelen met accent op scoren.

PSYCHOMOTORIEK

Fase 1

- Algemene lichaams- en balvaardigheden
- Oog-hand en oog-voet coördinatie: werpen, vangen en trappen

Fase 2

- B+: balgewenning met de voet: leiden, dribbelen en trappen
- B-: de bal afnemen + het scoren beletten

FYSIEK

- **KRACHT:** heel weinig ontwikkeld
- **LENIGHEID:** meestal grote lenigheid
- **UITHOUDING:** erg oneconomisch lopen (veel energieverlies), snel moe (maar ook snelle recuperatie)
- **SNELHEID:** reactiesnelheid in spelvorm
- **COORDINATIE:**
 - Weinig lichaamsbeheersing, evenwichtsgevoel, lichaams-, ruimte- en tijdsbesef
 - Vaak nog geen voorkeurvoet ontwikkeld (geen dominantie links of rechts)

MENTAAL

- Toont grote spontaneïteit
- Speelt graag en maakt graag plezier
- Is sterk op zichzelf gericht
- Is vaak onrustig en vaak afgeleid
- Kan geen langdurige concentratie aanhouden
- Is gehecht aan de jeugdopleider
- Kijkt op naar de jeugdopleider
- Bootst jeugdopleider na

De ontwikkelingsfase 5 tegen 5: 7-9 jaar.

4+K/4+K (7j tot 9j) duiveltjes	5/5	U8: Toepassing 2/2 U9: Uitbreiding naar kort spel	Football as a short passing game without off-side rule
--------------------------------------	-----	--	--

BESCHRIJVING VAN DE SPELOMGEVING
Ideale wedstrijdvorm is 5-5 (=enkele ruit) met passafstanden tot ongeveer 10 meter.

BASICS		TEAMTACTICS	
B+	B-	B+	B-
<ul style="list-style-type: none"> • leiden en dribbelen • korte passing • controle op lage bal • doelpoging tot 10m (dichtbij) • doelpoging op lage voorzet • vrij en ingedraaid staan • vrijlopen: aanspeelbaar zijn door vrije ruimte te zoeken • inworp 	<ul style="list-style-type: none"> • druk zetten, duel of remmend wijken • opstelling tussen tegenspeler en doel • korte dekking op korte pass • interceptie of afweren van korte pass 	<ul style="list-style-type: none"> • openen breed • openen diep • infiltratie met bal: leiden of dribbelen (challenge) • een doelkans creëren via een individuele actie • zo snel mogelijk afwerken bij een werkelijke doelkans 	<ul style="list-style-type: none"> • positieve pressing op de baldrager • het duel nooit verliezen: zich nooit laten uitschakelen • het duel proberen te winnen bij 100% zekerheid • niet laten uitschakelen door een individuele actie in de waarheidszone • doelpoging afblokken
FYSIEK		MENTAAL	
<ul style="list-style-type: none"> • KRACHT: natuurlijke bewegingen, duelvormen tussen homogene groepen (evenwicht) • LENIGHEID: meestal gunstige periode • UITHOUDING: de omvang van de training voldoet • SNELHEID: <ul style="list-style-type: none"> ○ reactie- en startsnelheid in spelvorm ○ looptechniek enkel observeren en speels scholen • COORDINATIE: <ul style="list-style-type: none"> ○ lichaamscoördinatie ○ oog-handcoördinatie ○ oog-voetcoördinatie 		<ul style="list-style-type: none"> • Wordt leergierig • Concentratie neem toe • Is bereid om deel uit te maken van een team 	

De ontwikkelingsfase 8 tegen 8: 9-12 jaar.

7+K/7+K (9j tot 11j) preminiemen	8/8	U10: Toepassing 2/2 en 5/5 U11+U12: Uitbreiding naar halflang spel U13: perfectioneren halflang spel	Football as a half long passing game without off-side rule
--	-----	--	--

BESCHRIJVING VAN DE SPELOMGEVING
Ideale wedstrijdvorm is 8-8 (=dubbele ruit) met passafstanden tot ongeveer 20 meter.

BASICS		TEAMTACTICS	
B+	B-	B+	B-
<ul style="list-style-type: none"> • halflange passing • controle op halfhoge bal • doelpoging van 15 à 20 meter (halfver) • doelpoging op halfhoge voorzet • vrijlopen op zelf aanspeelbaar te zijn • steunen • corner + indirecte vrije trap 	<ul style="list-style-type: none"> • speelhoeken afsluiten • korte dekking op halflange pass • interceptie of afweren halflange pass • corner + indirecte vrije trap 	<ul style="list-style-type: none"> • ruimte creëren voor zichzelf en het benutten ervan • geen "dom" balverlies waardoor de tegenpartij een doelkans krijgt • een lijn overslaan bij passing diep (2^{de} graad) • infiltratie op het juiste moment (bij ruimte) • infiltratie zonder bal: give & go • infiltratie met bal: geen kans op direct en gevaarlijk balverlies 	<ul style="list-style-type: none"> • negatieve pressing op de baldrager • dekking door dichtste medespeler • een meeschuivende doelman (hoge positie) • de bal recupereren door interceptie
FYSIEK		MENTAAL	
<ul style="list-style-type: none"> • KRACHT: spelen met eigen lichaamsgewicht, duelvormen tussen homogene groepen • LENIGHEID: lenigheid neemt af, dus stimuleren • UITHOUDING: de omvang van de training en andere bewegingselementen (ademhaling!) • SNELHEID: <ul style="list-style-type: none"> ○ reactie-, startsnelheid en versnellen in spelvorm (recuperatie!) ○ looptechniek verbeteren • COORDINATIE: <ul style="list-style-type: none"> ○ lichaamscoördinatie ○ oog-handcoördinatie ○ oog-voetcoördinatie 		<ul style="list-style-type: none"> • Wil zich meten met anderen • Kan in teamverband een doel nastreven • Is kritisch tegenover eigen prestatie en die van anderen 	

De ontwikkelingsfase 11 tegen 11 (1): 13-15 jaar.

10+K/10+K (11j tot 15j) miniemen knapen	11/11 (1)	Toepassing 2/2, 5/5 en 8/8 U14: Uitbreiding naar lang spel U15: perfectioneren lang spel	Football as a long passing game with off-side rule
---	----------------------------	--	---

BESCHRIJVING VAN DE SPELOMGEVING
Ideale wedstrijdvorm is 11-11 met passafstanden van soms meer dan 30 meter (bij toepassing van de buitenspelregel ontstaat immers veel ruimte tussen verdediging en doel).

BASICS		TEAMTACTICS	
B+	B-	B+	B-
<ul style="list-style-type: none"> • lange passing • controle op hoge bal • doelpoging vanaf 20m (ver) • doelpoging op hoge voorzet • vrijlopen om een medespeler aanspeelbaar te maken • vrijlopen door diep in de vrije ruimte te lopen (buitenspel omzeilen) • directe vrije trap 	<ul style="list-style-type: none"> • speelhoeken afsluiten • korte dekking op lange pass • interceptie of afweren van lange pass • onderlinge dekking • directe vrije trap 	<ul style="list-style-type: none"> • driehoekspel (juiste onderlinge afstanden) • ruimte creëren voor medespeler en het benutten ervan • zo snel mogelijk de bal nauwkeurig doorspelen • een zo hoog mogelijke balsnelheid ontwikkelen • subtiele eindpass in de diepte trappen • balrecovery: 1^{ste} actie is diepte-gericht • diep blijven spelen 	<ul style="list-style-type: none"> • speelruimte verkleinen: sluiten (35m op 35m) • evenredige onderlinge afstand • medium blok • centrale verdediger dichtst bij het duel bepaalt de off-sidelijn • geen kruisbeweging met naburige speler maken • het schuiven en kantelen van het blok • een voorzet beletten • een eindpass in de diepte beletten: centrum afsluiten • onmiddellijk na balverlies druk zetten en dieptepass verhinderen
FYSIEK		MENTAAL	
<ul style="list-style-type: none"> • KRACHT: geen specifieke krachttraining, natuurlijke bewegingen, veelzijdigheid, duels tussen homogene groepen • LENIGHEID: grote algemene stijfheid, dus aan werken! • UITHOUDING: de omvang van de training + korte duurinspanningen met bal (opwarming) → 20 seconde regel • SNELHEID: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explosief vermogen en maximale snelheid in spelvorm (juiste arbeid/rust verhouding respecteren) ○ Looptechniek verbeteren • COORDINATIE: basistechnieken herhalen, zeker op het einde van de fase bij het begin van de puberteit (groeisprint) 		<ul style="list-style-type: none"> • Beoordelingsvermogen stijgt • Heeft eigen mening • Geldingsgedrag neemt toe 	

De ontwikkelingsfase 11 tegen 11 (2): 15-17 jaar.

10+K/10+K (16j tot 17j) scholieren	11/11 (2)	U16: Perfectioneren U17:	Football as a long passing game with off-side rule
---	----------------------------	--------------------------------	---

BESCHRIJVING VAN DE SPELOMGEVING
Alle "basics" worden nu tot in de perfectie uitgevoerd. De jeugdspeler voert zijn taak binnen het 1-4-3-3 spelsysteem bij balbezit en balverlies zo goed mogelijk uit (= teamtactics).

BASICS		TEAMTACTICS	
B+	B-	B+	B-
<ul style="list-style-type: none"> Vervolmaking via individuele training 		<ul style="list-style-type: none"> diagonale in & out passing naar zwakke zone een voorzet trappen die bruikbaar is voor doel efficiënte bezetting: 1^{ste}, 2^{de} paal en 11m strikte dekking ontvluchten: snel bewegen de verste spelers lopen zich vrij net voor balre recuperatie (loshaken/uit blok) in blok spelers: enkelen infiltreren (= SPRINT) 	<ul style="list-style-type: none"> collectieve pressing bij kans op balre recuperatie efficiënte bezetting: 1^{ste}, 2^{de} paal en 11m kortere dekking in waarheidszone (splitvision) geen systematische off-side door stap te zetten een hoge compacte T-vorm (4sp's+K) niet T-vorm: zo snel mogelijk terug
FYSIEK		MENTAAL	
<ul style="list-style-type: none"> KRACHT: snelkracht → afhankelijk van morfologie van de spelers LENIGHEID: onderhouden in functie van blessures UITHOUDING: extensieve en intensieve duurtraining (geen weerstand!) SNELHEID: <ul style="list-style-type: none"> Explosief vermogen en maximale snelheid in spelvorm (juiste arbeid/rust verhouding respecteren) Looptechniek verbeteren COORDINATIE: basistechnieken blijven herhalen want door lengtegroei ontstaat verminderde bewegingscontrole 		<ul style="list-style-type: none"> Toont minder zelfvertrouwen Gaat op zoek naar eigen IK Zet zich af tegen normale waarden Moet meer en meer de intensie tonen om te willen winnen en moet daarvoor bepaalde opofferingen willen doen 	

Jaarplanning volgens opleidingsvisie KBVB.

In de jaarplanning wordt als uitgangspunt genomen de vraag hoe we op de meest doeltreffende wijze de jeugdopleiding in de praktijk gestalte kunnen geven.

Het opstellen van een alles omvattend jaarplan is niet eenvoudig. Enkele voor de hand liggende problemen zijn:

- Het is moeilijk om tot een eensluitend standpunt te komen over allerlei zaken, die de jeugdopleiding betreffen. Zelfs over elementaire onderwerpen kunnen de meningen al snel uiteen lopen.
- De opvattingen over diverse aspecten van het jeugdvoetbal wijzigen in de loop de jaren. Een jaarplan maken voor “alle tijden” is derhalve niet mogelijk. Ongetwijfeld komen er weer nieuwe ontwikkelingen die tot aanpassing zullen leiden.
- Verschillende betrokkenen kunnen zo een jaarplan als een theoretisch verhaal gaan beschouwen, dat zeker zijn nut heeft voor de ander, maar waar men zelf zijn aanpak toch niet zoveel rekening mee hoeft te houden.

Het gevolg hiervan kan zijn dat ieder toch weer zijn gang zal gaan, met als resultaat dat er van enige doelmatige en dus gerichte aanpak van de jeugdopleiding weinig terecht zal komen.

Ondanks deze drie (en vele andere) problemen is toch besloten tot het actualiseren en opstellen van een voor iedere leeftijdsgroep, specifiek jaarplan volgens de opleidingsvisie van de KBVB. Een voorwaarde voor het bereiken van de doelstelling is, dat alle betrokken partijen werken volgens de richtlijnen van dit plan.

Dit betekent wel niet dat we iedereen in een keurslijf willen persen, waarbij slechts mag gewerkt worden volgens het jaarplan. Ideeën, standpunten en eigen initiatieven zijn van harte welkom. De planmatige aanpak van de jeugdopleiding moet echter wel gewaarborgd blijven.

Maandthema's Debutantjes.

MAAND	OMSCHRIJVING	OPMERKINGEN	KLEMTOON BIJ WEDSTRIJDEN
Augustus	Balgewenning: <ul style="list-style-type: none"> Oog-voet-coördinatie Oog-hand-coördinatie 	Leer de spelertjes hoe een bal aanvoelt.	Veel 1+K/1+K : Het leren ontdekken van de tegenstander en de bal. Zorg dat ze vaak kunnen scoren.
September	Leiden van de bal zonder hindernissen met alle delen van de voet.	Leer ze met de ogen los te komen van die bal. Leer ze sturen met de bal. Die bal is als een auto "je moet sturen waar je naartoe wil".	1+K/1+K: Het verder leren ontdekken van een tegenstander.
Oktober	Leiden van de bal MET hindernissen. Slalomdribbel. Dribbelen van tegenstander.	Verder los komen met de ogen van de bal. Leren sturen met de auto "maar nergens tegenbotsen". Kappen en draaien met de bal.	1+K/1+K: Het verder leren ontdekken van een tegenstander.
November	Scoren	Leren plaatsen van de bal. Om te scoren moet het schot niet hard maar goed gericht zijn.	1+K/1+K: Het verder leren ontdekken van een tegenstander en het leren scoren met een plaatsbal.
December	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	1+K/1+K
Januari	Balcontrole	Leren controleren van een bal op speelse manier.	2+K/2+K: Het leren ontdekken van de hulp van een medespeler
Maart	Positiespel: het grote vliegtuig bij balbezit.	Leren van de verschillende posities bij balbezit op een speelse manier.	4+K/3+K: numerieke meerderheid zodat ploeg in meerderheid veel in balbezit kan blijven.
April	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	1+K/1+K, 2+K/1+K, 2+K/2+K, 4+K/4+K

Maandthema's Duiveltjes.

MAAND	OMSCHRIJVING	OPMERKINGEN	KLEMTUON BIJ WEDSTRIJDEN
Augustus	Balgewenning: <ul style="list-style-type: none"> • Oog-voet-coördinatie • Oog-hand-coördinatie 	Leer de spelertjes hoe een bal aanvoelt.	Veel 1+K/1+K : Het leren ontdekken van de tegenstander en de bal. Zorg dat ze vaak kunnen scoren.
September	Leiden van de bal zonder hindernissen met alle delen van de voet.	Leer ze met de ogen los te komen van die bal. Leer ze sturen met de bal. Die bal is als een auto "je moet sturen waar je naartoe wil".	1+K/1+K: Het verder leren ontdekken van een tegenstander.
Oktober	Leiden van de bal MET hindernissen. Slalomdribbel. Dribbelen van tegenstander.	Verder los komen met de ogen van de bal. Leren sturen met de auto "maar nergens tegenbotsen". Kappen en draaien met de bal.	1+K/1+K: Het verder leren ontdekken van een tegenstander.
November	Scoren	Leren plaatsen van de bal. Om te scoren moet het schot niet hard maar goed gericht zijn.	1+K/1+K: Het verder leren ontdekken van een tegenstander en het leren scoren met een plaatsbal.
December	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	1+K/1+K
Januari	Balcontrole	Leren controleren van een bal op speelse manier.	2+K/2+K: Het leren ontdekken van de hulp van een medespeler
Maart	Positiespel: het grote vliegtuig bij balbezit.	Leren van de verschillende posities bij balbezit op een speelse manier.	4+K/3+K: numerieke meerderheid zodat ploeg in meerderheid veel in balbezit kan blijven.
April	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	1+K/1+K, 2+K/1+K, 2+K/2+K, 4+K/4+K

Enkele opmerkingen :

- Geef veel oefeningen, vooral pasoefeningen en dribbeloefeningen in de opstelling "ruitformatie". Die ruitformatie moet door de duiveltjes gekend zijn voor ze naar de preminiemen doorgaan. Herhaal veelvuldig (vooral bij de laatstejaars) het terugvallen op de opstelling "ruitformatie".
- Stel plezier (Funn) altijd voorop. Besteed daarom nagenoeg de helft van de duur van de training aan het spelen van wedstrijdjes. Vooral veel 1/1 – ½ - 2/2. Slechts bij het afsluiten van de training mag een wedstrijdje 4/4 gespeeld worden.
- Geef voor het plezier en voor de competitiegeest aan te scherpen vaak ook estafetteparcours.
- Besteed ook veel aandacht aan het oefenen van de minder goede voet.
- Bijna alle oefeningen, zoals pas-oefeningen, dribbelparcours of combinatievormen kunnen worden afgesloten met een trap op doel, kinderen doen het liefst de essentie van het spel en dit is doelpunten scoren.

Maandthema's Preminiemen.

MAAND	OMSCHRIJVING	OPMERKINGEN	KLEMTOON BIJ WEDSTRIJDEN
Augustus	Balbeheersing: soccer pal + jongleren Leiden zonder hindernissen, zonder tegenstander met alle delen van de voet	Ogen los komen van de bal. Overzicht houden. Bal kort bijhouden. Ritmeversnelling.	1+K/1+K, 2+K/2+K, 3+K/3+K: Het leren aanvallen in numerieke gelijkheid. Aanvallers coachen: vrijlopen, aanspeelbaar zijn en kunnen scoren.
September	Leiden MET hindernissen en met tegenstander. Dribbelbewegingen + schijnbewegingen aanleren.	Eerst zonder tegenstander, dan met passieve verdediger en dan eindigen met echt verdedigen. Estafettevormen/dribbelparcours.	1+K/1+K, 2+K/2+K, 3+K/3+K: Het leren verdedigen in numerieke gelijkheid. Leren druk zetten op balbezitter. Verdedigers coachen.
Oktober	Halflange pas naar een medemaat. Controle op halfhoge bal.	Technisch goede uitvoering eisen. Oefeningen in ruitvorm geven	4+K/3+K: Het leren uitspelen van numerieke meerderheid in aanval. Aanvallers coachen.
November	Positiespel. Bal onder druk rondspelen. In balbezit blijven. Eenvoudige combinatievormen. Aanleren 1-2 beweging.	Oogcontact met pasgever. Vraag de bal met GEEF. Vrijlopen na pas, niet blijven staan. Principe: controle-kijken-pas.	Spelletjes op balbezit. 3/1 - 5/2 en 4/2. Leren opbouwen vanaf de keeper.
December	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	1+K/1+K, 2+K/1+K, 2+K/2+K, 4+K/4+K
Januari	Scoren: <ul style="list-style-type: none"> doelpoging vanop 15 meter (halfver) doelpoging op halfhoge voorzet 	Technisch goede uitvoering eisen. Kopspel durven gebruiken bij afwerking.	4+K/2+K of 3+K/2+K: steeds in numerieke meerderheid zodat die ploeg veel op doel kan trappen en scoren.
Maart	Positiespel bij balverlies. Positieve en negatieve pressing op baldrager. Dekking door dichtste medespeler.		4+K/3+K: numerieke meerderheid zodat ploeg in meerderheid veel druk kan zetten bij balverlies.

			Verdedigers coachen.
April	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	1+K/1+K, 2+K/1+K, 2+K/2+K, 4+K/4+K

Enkele opmerkingen:

- *Geef nog steeds veel oefeningen, vooral pasoefeningen en dribbeloefeningen in de opstelling "ruitformatie". Van die ruitformatie maakt men nu een dubbel ruitformatie.*
- *Stel plezier (Funn) altijd voorop. Besteed daarom nagenoeg de helft van de duur van de training aan het spelen van wedstrijdjes. Vooral veel 1/1, 2/1 2/2. Slechts bij het afsluiten van de training mag een wedstrijd met alle spelers gespeeld worden.*
- *Geef voor het plezier en voor de competitiegeest aan te scherpen vaak ook estafetteparcours.*
- *Besteed ook veel aandacht aan het oefenen van de minder goede voet.*
- *Bijna alle oefeningen, zoals pas-oefeningen, dribbelparcours of combinatievormen kunnen worden afgesloten met een trap op doel, kinderen doen het liefst de essentie van het spel en dit is doelpunten scoren.*

Maandthema's Miniemen.

MAAND	OMSCHRIJVING	OPMERKINGEN	KLEMTUON BIJ WEDSTRIJDEN
Augustus	Balbeheersing: Leiden MET hindernissen en MET tegenstander met alle delen van de voet. Dribbelbewegingen + schijnbewegingen + ritmeveranderingen aanleren.	Ogen los komen van de bal. Overzicht houden. Bal kort bijhouden. Ritmeversnelling.	1+K/1+K, 2+K/2+K, 3+K/3+K: Het leren aanvallen in numerieke gelijkheid. Aanvallers coachen: vrijlopen, aanspeelbaar zijn en kunnen scoren.
September	Passing: korte + halflange passing. Vlotte balcirculatie. 1-2 beweging	Bewegen en vrijlopen Aanbieden – Geef – controle – kijken - pas Aantal balcontrole naar minimum beperken – in één tijd spelen.	Positiespelen 5+K/2+K – 4+K/2+K - 3+K/2+K Eerst vrij, dan 3x raken, dan 2x raken, spelen in één tijd.
Oktober	Balcontrole: <ul style="list-style-type: none"> • controle op lage bal • controle op halfhoge bal • gerichte controle 	Technisch goede uitvoering eisen. Oefeningen in ruitvorm geven	2+K/1+K – 3+K/2+K leren uitspelen van Een meerderheid in de aanval.
November	B+: <ul style="list-style-type: none"> • driehoekspel • openen breed • openen diep met offside 		Spelletjes op balbezit. 3/1 - 5/2 en 4/2. Leren opbouwen vanaf de keeper.
December	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	1+K/1+K, 2+K/1+K, 2+K/2+K, 4+K/4+K
Januari	Scoren: <ul style="list-style-type: none"> • doelpoging vanop 20 meter (halfver) • doelpoging op hoge voorzet 	Technisch goede uitvoering eisen. Kopspel durven gebruiken bij afwerking.	4+K/2+K of 3+K/2+K: steeds in numerieke meerderheid zodat die ploeg veel op doel kan trappen en scoren.
Maart	B-: <ul style="list-style-type: none"> • Speelhoeken afsluiten • Negatieve pressing • Positieve pressing • Remmend kijken 		4+K/3+K: numerieke meerderheid zodat ploeg in meerderheid veel druk kan zetten bij balverlies. Verdedigers coachen.
April	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	1+K/1+K, 2+K/1+K, 2+K/2+K, 4+K/4+K

Opmerkingen :

- *Ook bij de miniemen nog veel wedstrijden waarbij 1/1 ontstaat.*
- *Het laatste onderdeel van de training is een match met alle spelers. De volgende aandachtspunten kunnen hierbij gebruikt worden.*
 - *wij hebben de bal, ik bezet goed mijn zone, en speel me vrij.*
 - *wij hebben de bal verloren, ik bezet goed mijn zone, en denk verdedigend en maak het veld klein. Als ik bij de speler in balbezit ben zet ik hem onmiddellijk onder druk.*
 - *wij hebben de bal heroverd, zoek snel de diepte.*
 - *wij hebben de bal veroverd, ik denk aanvallend en maak het veld groot.*
- *Bijna alle oefeningen, zoals pas-oefeningen, dribbelparcours of combinatievormen kunnen worden afgesloten met een trap op doel, kinderen doen het liefst de essentie van het spel en dit is doelpunten scoren.*
- *Zeker bij de miniemen gaan we NOG HET JAAR DOOR, de Coerver-oefenstof aanbieden, gezien deze kinderen op die leeftijd héél snel dergelijke bewegingen oppikken. Deze oefenstof kan zowat in elk maandthema ingepast worden. Train je op afwerken, kan je eerst een paar kapbewegingen laten uitvoeren, train je passing kan je ook vóór de pas een passeerbeweging laten uitvoeren dit maakt alles nog meer wedstrijdacht. (=passen vanuit beweging).*

Maandthema's Kadetten.

MAAND	OMSCHRIJVING	OPMERKINGEN	KLEMTUON BIJ WEDSTRIJDEN
Augustus	Balbeheersing: Leiden MET hindernissen en MET tegenstander met alle delen van de voet. Dribbelbewegingen + schijnbewegingen + ritmeveranderingen aanleren.	Ogen los komen van de bal. Overzicht houden. Bal kort bijhouden. Ritmeversnelling.	1+K/1+K, 2+K/2+K, 3+K/3+K: Het leren aanvallen in numerieke gelijkheid. Aanvallers coachen: vrijlopen, aanspeelbaar zijn en kunnen scoren.
September	Passing: korte + halflange passing. Vlotte balcirculatie. 1-2 beweging	Bewegen en vrijlopen Aanbieden – Geef – controle – kijken - pas Aantal balcontrole naar minimum beperken – in één tijd spelen.	Positiespelen 5+K/2+K – 4+K/2+K - 3+K/2+K Eerst vrij, dan 3x raken, dan 2x raken, spelen in één tijd.
Oktober	Balcontrole: <ul style="list-style-type: none"> • controle op lage bal • controle op halfhoge bal • gerichte controle 	Technisch goede uitvoering eisen. Oefeningen in ruitvorm geven	2+K/1+K – 3+K/2+K leren uitspelen van Een meerderheid in de aanval.
November	B+: <ul style="list-style-type: none"> • driehoekspel • openen breed • openen diep met offside 	Aanvallende principes aanleren zonevoetbal bij balbezit.	Spelletjes op balbezit. 3/1 - 5/2 en 4/2. Leren opbouwen vanaf de keeper.
December	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	1+K/1+K, 2+K/1+K, 2+K/2+K, 4+K/4+K
Januari	Scoren: <ul style="list-style-type: none"> • doelpoging vanop 20 meter (halfver) • doelpoging op hoge voorzet 	Technisch goede uitvoering eisen. Kopspel durven gebruiken bij afwerking.	4+K/2+K of 3+K/2+K: steeds in numerieke meerderheid zodat die ploeg veel op doel kan trappen en scoren.
Maart	B-: <ul style="list-style-type: none"> • Speelhoeken afsluiten • Negatieve pressing • Positieve pressing • Remmend kijken 	Defensieve principes aanleren zonevoetbal bij balverlies.	4+K/3+K: numerieke meerderheid zodat ploeg in meerderheid veel druk kan zetten bij balverlies. Verdedigers coachen.
April	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	1+K/1+K, 2+K/1+K, 2+K/2+K, 4+K/4+K

Opmerkingen :

- *Vanaf de knapen zullen we de eerste training van de week houden over een voetbalprobleem die tijdens de wedstrijd van het afgelopen weekend naar voor kwam. We bespreken het problemen met de spelers zoeken oplossingen en geven oefeningen die de gewenste doelstellingen naar voor brengen.*
- *Het hele jaar door ook gaan we de spelers hun taak per positie aanleren.*
- *Spelers moeten nu al weten en automatisch uitvoeren dat ze bij balbezit het veld groot moeten maken, snel diepte moeten zoeken, steeds vrijlopen, elkaar moeten coachen.*
- *Bij balverlies : snel druk zetten op speler aan de bal, veld klein maken, rugdekking geven en achteraan op een lijn spelen.*
- *Ook bij de knapen gaan we NOG HET JAAR DOOR, de Coerver-oefenstof aanbieden. Deze oefenstof kan zowat in elk maandthema ingepast worden. Train je op afwerken, kan je eerst een paar kapbewegingen laten uitvoeren, train je passing kan je ook vóór de pas een passeerbeweging laten uitvoeren dit maakt alles nog meer wedstrijdrecht. (=passen vanuit beweging).*

Maandthema's Scholieren.

MAAND	OMSCHRIJVING	OPMERKINGEN	KLEMTUON BIJ WEDSTRIJDEN
Augustus	Balbeheersing: Leiden MET hindernissen en MET tegenstander met alle delen van de voet. Dribbelbewegingen + schijnbewegingen + ritmeveranderingen aanleren.	Ogen los komen van de bal. Overzicht houden. Bal kort bijhouden. Ritmeversnelling.	2+K/2+K, 3+K/3+K: Het leren aanvallen in numerieke gelijkheid. Aanvallers coachen: vrijlopen, aanspeelbaar zijn en kunnen scoren.
September	B+: <ul style="list-style-type: none"> • driehoekspel • openen breed • openen diep met offside 	Bewegen en vrijlopen Aanbieden – Geef – controle – kijken - pas Aantal balcontrole naar minimum beperken – in één tijd spelen.	Spelletjes op balbezit. 3/1 - 5/2 en 4/2. Leren opbouwen vanaf de keeper.
Oktober	Balcontrole: <ul style="list-style-type: none"> • controle op lage bal • controle op halfhoge bal • gerichte controle 	Technisch goede uitvoering eisen. Oefeningen in ruitvorm geven	4+K/2+K – 3+K/2+K leren uitspelen van Een meerderheid in de aanval.
November	B+: <ul style="list-style-type: none"> • driehoekspel • openen breed • openen diep met offside 	Aanvallende principes aanleren zonevoetbal bij balbezit.	Spelletjes op balbezit. 3/1 - 5/2 en 4/2. Leren opbouwen vanaf de keeper.
December	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	3+K/3+K, 4+K/4+K
Januari	Scoren: <ul style="list-style-type: none"> • doelpoging vanaf 20 meter (ver) • doelpoging op hoge voorzet • efficiënte bezetting 1^{ste} en 2^{de} paal en 11m 	Technisch goede uitvoering eisen. Kopspel durven gebruiken bij afwerking.	4+K/2+K of 3+K/2+K: steeds in numerieke meerderheid zodat die ploeg veel op doel kan trappen en scoren.
Maart	B-: <ul style="list-style-type: none"> • collectieve pressing • efficiënte bezetting bij 1^{ste} en 2^{de} paal en 11m • kortere dekking in waarheidszone • T-vorm • Knijpen • Kantelen 	Defensieve principes aanleren zonevoetbal bij balverlies.	7+K/6+K: numerieke meerderheid zodat ploeg in meerderheid veel druk kan zetten bij balverlies. Verdedigers coachen.

April	Herhaling van enkele thema's. Het houden van tests.	Het houden van tests als hulp voor het opmaken van de evaluatiefiches.	6+K/6+K, 7+K/7+K
-------	---	--	------------------

Opmerkingen :

- *Vanaf de scholieren zullen we de eerste training van de week houden over een voetbalprobleem die tijdens de wedstrijd van het afgelopen weekend naar voor kwam. We bespreken het problemen met de spelers zoeken oplossingen en geven oefeningen die de gewenste doelstellingen naar voor brengen.*
- *Het hele jaar door ook gaan we de spelers hun taak per positie aanleren.*
- *Spelers moeten nu al weten en automatisch uitvoeren dat ze bij balbezit het veld groot moeten maken, snel diepte moeten zoeken, steeds vrijlopen, elkaar moeten coachen.*
- *Bij balverlies : snel druk zetten op speler aan de bal, veld klein maken, rugdekking geven en achteraan op een lijn spelen.*
- *Ook bij de scholieren gaan we NOG HET JAAR DOOR, de Coerver-oefenstof aanbieden. Deze oefenstof kan zowat in elk maandthema ingepast worden. Train je op afwerken, kan je eerst een paar kapbewegingen laten uitvoeren, train je passing kan je ook vóór de pas een passeerbeweging laten uitvoeren dit maakt alles nog meer wedstrijdrecht. (=passen vanuit beweging.*

Evaluaties.

Om onze jeugdopleiding goed op te volgen hebben we ook evaluaties nodig. Evaluaties zijn er om spelers op te volgen van het begin van de jeugdopleiding tot ze uiteindelijk overgaan naar de seniors. Als we alles goed gaan bijhouden gaan we evoluties zien. Deze evaluaties gaan we wel een aantal jaren moeten doen alvorens een zeer goed zicht te kunnen krijgen op de evoluties. Welke evaluaties of tools kunnen we gaan gebruiken?

- **Aanwezigheidsheet:** deze houdt de aanwezigheden van alle trainingen bij. Wie meeste trainingen heeft op het eind van het jaar krijgt een beloning. Hierdoor worden trainingen gestimuleerd.
- **Technische sheet:** per speler wordt er jaarlijks een totale evaluatie gemaakt, rond nieuwjaar een tussenevaluatie. Deze kan op het einde van seizoen besproken worden met de ouders.
- **Fysieke testen:** beginnende vanaf miniemen doen we jaarlijks 3 maal fysieke testen. (we zullen deze nog uitbreiden de volgende seizoenen, met oa gewichtscontrole , groei (groeispuurt) , blessures/leeftijd, Hiermee zullen we ook weer een beter zicht krijgen op de ontwikkeling van bepaalde spelers.
- **Wedstrijd evaluatie:** via deze sheet geeft de trainer ieder week punten aan zijn spelers. Deze worden wel behouden en niet vrijgegeven voor ouders. Deze sheet is eigenlijk bedoeld om een betere opvolging te krijgen van de coördinatoren. Voorbeeld: Een kind dat constant tegen het max. aanloopt is rijp om hoger te spelen. Omgekeerd, misschien zijn er problemen thuis , kwetsuren , groei ,etc.

Al deze documenten kan men vinden in bijlage.

De coaching tijdens de wedstrijden.

Omdat een coach zijn spelers iets wil leren is het van belang dat hij/zij iets weet van goed en duidelijk onderwijzen. Dit onderwijzen of aanleren speelt een heel belangrijke rol bij de training, maar ook bij de wedstrijden.

Een coach dient erop te letten dat:

- Spelers een eigen mening hebben en niet zomaar iets willen aannemen, ze moeten overtuigd worden.
- Hij/Zij rustig, kort en goed uitlegt waarom iets gedaan moet worden.
- Elke leeftijd andere mogelijkheden en onmogelijkheden geeft.
- Ieder persoon en iedere groep een eigen beginniveau heeft.
- Hij/Zij goed organiseert.
- Hij/Zij niet teveel tegelijk wil verbeteren.
- Herhalingen nodig zijn en voorbeelden nuttig.
- Beloning doorgaans beter werkt dan straf.

Om de kans te vergroten, dat spelers echt luisteren en raad willen opvolgen is het van belang om een goede relatie op te bouwen met de spelers. Daarbij is ondermeer aan de orde dat:

- Elke speler uniek is; een coach dient naar hem te luisteren; wanneer men een speler beter kent, kan dit helpen.
- Elke speler gerespecteerd en gewaardeerd wordt.
- Elke speler beschermd wordt tegen kritiek van de spelers en andere.
- Elke speler gestimuleerd wordt tot meedenken, met name de aanvoerder.
- De coach het vertrouwen van de spelers moet verdienen.

Voetbal is een ploegsport, echter ... de elf beste spelers van het land, vormen niet persé het beste elftal. Inzet, zin voor samenspel, doorzettingsvermogen zijn slechts enkele facetten die een ploeg kwalitatief groot maken en onderscheiden.

Communicatie en het coachen van medespelers, bezorgen het ploegspel zeker een meerwaarde. Het onderling coachen moet kort en krachtig zijn. Enkele woorden kunnen volstaan. Belangrijk is uiteraard dat al de spelers dezelfde voetbaltaal spreken.

Richtlijnen geven aan medespelers = **COACHEN** en richtlijnen van medespelers (trainer – opleider) begrijpen = **COACHBAAR ZIJN** vormen de rode draad in de opleidingsfilosofie van het zonespel.

Iedere trainer, speler, coördinator moeten dezelfde coaching gebruiken.

Met andere woorden: al onze spelers moeten na hun opleiding (die in principe afgesloten wordt na de periode als scholier) maximaal in staat zijn de coachwoorden, hierna vermeld, te begrijpen en te gebruiken.

BALVERLIES	
POSITIE	PRESS
DEKKING	LOS
SCHUIVEN	SLUITEN
REMMEN	DICHTER

BALBEZIT	
VERANDER	OPEN
GEEF	RUG
ZAKKEN	VOORUIT
DIEP	WEG
ALLEEN	VRAAG



WAT TE DOEN BIJ EEN SPORTONGEVAL

Elke speler, (gelegenheids)scheidsrechter, trainer, afgevaardigde en vrijwilliger aangesloten aan de KBVB en toegewezen aan een club kunnen in geval van een ongeval beroep doen op het Federaal Solidariteitsfonds. Opgelet, het Federaal Solidariteitsfonds is géén ongevallen verzekering maar een bondsinstantie die op basis van vrijwillige tussenkomst en volgens de modaliteiten van het reglement financiële steun verleent aan de slachtoffers van een ongeval.

- De aangifte gebeurt via het formulier "**AANGIFTE VAN ONGEVAL**" dat kan verkregen worden bij de secretaris, jeugdverantwoordelijke, ploegafgevaardigde of in de kantine van het sportcomplex Molenhoek. De aangifte dient binnen de "**14 WERKDAGEN**" te gebeuren
- Het slachtoffer vult zelf de bijlage in en laat het "Medisch Getuigschrift" op de ongevallen aangifte door de behandelende arts invullen.
- Het ingevulde formulier dient samen met de eveneens ingevulde bijlage én een "**KLEVER VAN DE MUTUALITEIT**" zo snel mogelijk afgegeven worden aan de secretaris of jeugdverantwoordelijke
- Een tiental dagen na de aangifte ontvangt een "Geneeskundig getuigschrift van herstel". Bij genezing van de kwetsuur laat je dit getuigschrift invullen door de arts.
- Met alle doktersbriefjes en rekeningen ga je naar de mutualiteit en vraagt een nota van de remgelden.
- Bij de apotheker vraag je een factuur voor de eventuele apotheekkosten.
- Na genezing geef je het getuigschrift van herstel samen met de nota van de mutualiteit en de eventuele apotheekfactuur af aan de secretaris of jeugdverantwoordelijke.
- Hierna wordt het bedrag van tussenkomst door het Federaal Solidariteitsfonds overgemaakt aan de vereniging die het op haar beurt doorstort op de rekening van het slachtoffer.

BIJZONDER AANDACHTSPUNTEN

- De KBVB rekent per opgemaakt dossier 10 euro administratieve kosten aan. Het heeft dus geen zin om bij een éénmalige doktersraadpleging een aangifte te doen.
- Kosten voor kinesitherapie worden enkel terugbetaald als zij door de behandelende arts op het medisch getuigschrift noodzakelijk werden geacht.
- Wanneer men hervat zonder getuigschrift van herstel te hebben ingediend komt het Federaal Solidariteitsfonds niet tussen bij een volgend ongeval.
- Pricipieel worden de bedragen globaal uitgekeerd bij het sluiten van het dossier. Bij ernstige gevallen en/of kwetsuren van lange duur kan het Federaal Solidariteitsfonds op verzoek van de club provisionele tussenkomsten uitkeren.

Bijlagen.

Speler van de week



speler van de week



Naam :

Voornaam:

PROFICIAT!!!

Evaluatiefiche keeper.

Evaluatiefiche keeper

Niveau/Categorie : Naam evaluator:
 Naam : Gebdatum : / / Datum Evaluatie : / /
 Club : Positie: Keeper/Doelman

Kwotering : **Onvoldoende : 1 Zwak : 2 Voldoende : 3 Goed : 4 Uitstekend : 5**

BALBEZIT

1. Keeper als keeper
 Korte opbouw
 Lange opbouw

2. Keeper als veldspeler
 Kort na terugspeelbal

Re	Li	Hoofd
----	----	-------

 Lang na terugspeelbal

Re	Li	Hoofd
----	----	-------

 Interceptie buiten 16 m

Re	Li	Hoofd
----	----	-------

BALVERLIES

1. Doelpoging
 Opstelling
 Uitvoering

Op K	Li K	Re K
------	------	------

2. één tegen één situatie
 Opstelling
 Uitvoering

3. Dieptepass
 Opstelling
 Interceptie in 16 m
 Interceptie buiten 16 m

4. Voorzet
 Opstelling
 Interceptie

FYSIEKE PARAATHEID

1. Startsnelheid	<input type="text"/>
2. Loopsnelheid	<input type="text"/>
3. Wendbaarheid	<input type="text"/>
4. Uithoudingsvermogen	<input type="text"/>
5. Duelkracht	<input type="text"/>
6. Sprongkracht	<input type="text"/>
7. Trapkracht	<input type="text"/>
8. Werpkracht	<input type="text"/>
	Re Li

WEDSTRIJDMENTALITEIT

1. Inzet - motivatie - agressiviteit	<input type="text"/>
2. Zelfvertrouwen - durf - lef	<input type="text"/>
3. Sportiviteit	<input type="text"/>
4. Autoriteit - coaching	<input type="text"/>
5. Concentratie	<input type="text"/>
6. Emotionele stabiliteit	<input type="text"/>

Opmerkingen: (Re= rechts, Li= links, K= Keeper)

Evaluatiefiche speler.

Evaluatiefiche speler

Niveau/Categorie :	<input type="text"/>	Naam evaluator:	<input type="text"/>
Naam :	<input type="text"/>	Gebdatum :	<input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/> Datum Evaluatie : <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>
Club :	<input type="text"/>	Positie:	<input type="text"/>

Kwotering : **Onvoldoende : 1 Zwak : 2 Voldoende : 3 Goed : 4 Uitstekend : 5**

BALBEZIT			
1. Positiespel	Vrijlopen	<input type="text"/>	
	Steunen	<input type="text"/>	
	Taakovername	<input type="text"/>	
2. Passing (in beweging)	Korte passing	Re	Li
	Lange passing	Re	Li
3. Balcontrole	Op lage bal	Re	Li
	Op hoge bal	Re	Li
4. Leiden en dribbelen	Leiden	Re	Li
	Dribbelen	Re	Li
5. Doelpoging	Dichtbij	Re	Li
	Vanop Afstand	Re	Li

BALVERLIES			
1. In functie van de bal	Interceptie	Re	Li
	Afweren	Re	Li
2. In functie van tegenspeler aan de bal	Jagen naar de bal toe	<input type="text"/>	
	Duel (Tackle/sliding)	Re	Li
	Remmend wijken	<input type="text"/>	
3. In functie van tegenspeler zonder bal	Korte dekking	<input type="text"/>	
4. In functie van medespeler dichterbij de bal	Rugdekking	<input type="text"/>	

OVERGANG BALBEZIT BALVERLIES

1. Positiespel na balverlies medespeler	<input type="text"/>
2. Positiespel na persoonlijk balverlies	<input type="text"/>

OVERGANG BALVERLIES BALBEZIT

1. Positiespel na balrecovery medespeler	<input type="text"/>
2. Actie met bal na persoonlijke recovery	<input type="text"/>

FYSIEKE PARAATHEID

1. Start snelheid	<input type="text"/>
2. Loopsnelheid	<input type="text"/>
3. Wendbaarheid	<input type="text"/>
4. Uithoudingsvermogen	<input type="text"/>
5. Duelkracht	<input type="text"/>
6. Sprongkracht	<input type="text"/>
7. Trapkracht	Re Li
8. Werpkracht	<input type="text"/>

WEDSTRIJDMENTALITEIT

1. Inzet - motivatie - agressiviteit	<input type="text"/>
2. Zelfvertrouwen - durf - lef	<input type="text"/>
3. Sportiviteit	<input type="text"/>
4. Autoriteit - coaching	<input type="text"/>
5. Concentratie	<input type="text"/>
6. Emotionele stabiliteit	<input type="text"/>

Opmerkingen: (Re= rechts, Li= links)

Mentale evaluatie.

Mentale beoordeling

Niveau/Categorie :	<input type="text"/>	Naam evaluator:	<input type="text"/>
Naam :	<input type="text"/>	Gebdatum :	<input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/> Datum Evaluatie : <input type="text"/> / <input type="text"/> / <input type="text"/>
Club :	<input type="text"/>	Positie:	<input type="text"/>

Kwotering : Nooit : 0 Zelden : 1 Soms : 2 Regelmatig : 3 Altijd : 4

Zelfvertrouwen

Durft een actie te ondernemen.
 Vraagt gewillig de bal. (steekt zich niet weg)
 Speelt verder zelfs na slechte actie. (laat hoofd niet hangen)
 Herstelt op positieve wijze van een fout.
 Speelt met vertrouwen in eigen kunnen.

Totaal	/20

Zelfcontrole

Panikeert niet direct na fout.
 Reageert gecontroleerd bij in het bezit komen van de bal.
 Blijft rustig tegen mede- en tegenspelers. (Wordt niet agressief)
 Respecteert beslissingen van scheids- en lijnrechters. (reageert niet)
 Blijft rustig tegenover coach. (wordt niet agressief)
 Speelt gecontroleerd en houdt het hoofd koel.

Totaal	/24

Concentratie

Focust zich steeds op de wedstrijd. (reageert niet op reacties van publiek)
 Blijft alert tijdens laatste minuten of verlengingen.
 Heeft aandacht voor spelbepalende details.
 Overziet alles binnen spelomgeving.
 Is alert bij spelhervattingen.

Totaal	/20

Inzet en motivatie

Gaat voluit in duel.
 Bij balverlies dadelijk terug naar basistaken.
 Verdedigt mee.
 Herstelt fout van andere spelers. *****
 Zet zich in voor andere spelers. *****

Totaal	/20

Communicatie

Durft aanwijzingen te geven zonder woorden.
 Luistert en kijkt naar coach.
 Is positief t.o.v eigen spelers. (breekt ze niet af) *****
 Moedigt anderen aan tijdens spelfasen. *****

Totaal	/16

Groepsgevoel

Offert zich op voor de ploeg.
 Moedigt anderen aan vanop de reservebank.
 Juicht samen met anderen bij doelpunt.
 Herstelt fout van andere spelers.
 Zet zich in voor andere spelers.
 Is positief t.o.v eigen spelers.(breekt ze niet af).
 Moedigt anderen aan tijdens spelfasen.

ZIE SCORE MOTIVATIE
 ZIE SCORE MOTIVATIE
 ZIE SCORE COMMUNICATIE
 ZIE SCORE COMMUNICATIE

Totaal	/28

