

JEUGD

Beleidsplan 2020 -2025

**VOETBAL
VERENIGING
RIJSBERGEN**





Inhoudsopgave

.....	1
1 Voorwoord.....	4
2 Doel van het Jeugdbeleidsplan.....	5
3 Samenstelling elftallen.....	7
3.1 Samenstellen O11/O10/ O9/O8/O7 elftallen.....	7
3.2 Samenstellen O19 t/m O13 elftallen.....	8
3.3 Selecteren overige elftallen.....	8
3.4 Meisjesvoetbal.....	9
4 Coaching en training.....	10
4.1 Algemene uitgangspunten coaching.....	11
4.3 Gedrag trainer/coach rondom een wedstrijd.....	11
4.3.1 Voor de wedstrijd.....	12
4.3.2 Tijdens de wedstrijd.....	12
4.3.3 Tijdens de rust.....	12
4.3.4 Na afloop van de wedstrijd.....	13
5 Leeftijdskenmerken.....	14
5.1 O7 tm 9-jeugd.....	14
5.2 O11-jeugd.....	14
5.3 O13-jeugd.....	15
5.4 O15-jeugd.....	16
5.5 O17-jeugd.....	17
5.6 O19-jeugd.....	18
6 Trainingsopbouw gerelateerd aan de speelwijze 1:4:3:3.....	20
6.1 Algemene gedachtegang.....	20
6.2 Leerfase per categorie tijdens de training.....	20
Subdoelstellingen.....	21
6.3 Voetbaleigen vormen.....	21
A. Partijspelen (3:3 / 4:4 /7:7).....	22
B. Lijnvoetbal:.....	22
C. Positiespel (5:2 / 7:4 of aangepast):.....	23
D. Het duel 1:1/2:2:.....	23
7.1 Algemeen.....	24
7.2 Overzicht (T)echnische en (M)entale ontwikkeling per leeftijdsgroep.....	24
7.2.1 O11-jeugd.....	24
7.2.2 O13-jeugd.....	25
7.2.3 O15-jeugd.....	25
7.2.4 O17-jeugd.....	25



7.2.5	O19-jeugd.....	25
8	De speelwijze 1:4:3:3.....	27
8.1	speelwijze elftallen (O19 tot en met O13).....	27
8.2	Speelwijze O 6/7 tm O11-jeugd.....	32
9	Normen en waarden.....	37
	Normen en waarden binnen VVR.....	37
9.2	Vijf gouden tips voor gedrag ouders langs de lijn.....	38
Bijlage 1:	Eisen en taken kader Jeugd.....	39
	Trainer O19-1, O17-1 en O15-1.....	39
	Trainer O13-1 en O11-1.....	39
	Technisch (jeugd) coördinator.....	39
Bijlage 2:	Besluitenlijst jeugdcommissie VVR.....	41
Bijlage 3:	Balbezit 1-4-4-2.....	42



1 Voorwoord

VVR is een ambitieuze voetbalvereniging met een belangrijke sociale en maatschappelijke rol in Rijsbergen. Tevens is VVR een club waar leden met veel plezier actief en passief bezig kunnen zijn met voetbal. Zeker voor de jeugdleden waar men leert in groepsgebeuren te denken en te handelen.

VVR is een voetbalclub, waarbij de jeugd een belangrijke rol speelt. Het streven is om met zelf opgeleide spelers structureel uit te komen in de 3e.

Met een aantal gediplomeerde trainers, oud spelers en heel veel vrijwilligers, wordt bij elke jeugdcategorie aandacht besteed aan de opleiding van de jeugdspelers.

Dit jeugdbeleidsplan gaat over de wijze waarop VVR invulling wil geven aan het beleid met betrekking tot de technische en didactische (voetbal)ontwikkeling van onze jeugdleden.

Alles is erop gericht dat de spelers en speelsters met veel plezier hun hobby kunnen uitoefenen en het maximale rendement uit hun aanwezige talent halen.

Gezien de ontwikkelingen binnen VVR in combinatie met de visie van de KNVB is besloten om een nieuw beleidsplan te schrijven.

Om actueel te blijven op het gebied van nieuwe ontwikkelingen c.q. behoeftes (van dit plan) kunnen bepaalde facetten al dan niet veranderen per categorie.

Het is de bedoeling dat de grote lijnen gevolgd worden, zodat iedereen op één lijn zit binnen de club en spelers zich zo verder kunnen ontwikkelen binnen de gekozen werkwijze cq visie. Hiermee denken we op een leuke, doelgerichte manier de kwaliteit en het spelplezier van onze jeugd SAMEN, naar een nog hoger plan te tillen én te houden!

Technisch (Jeugd) Coördinator VVR

Kees Daemen



2 Doel van het Jeugdbeleidsplan

Het opstellen van een jeugdbeleidsplan heeft vanzelfsprekend een aantal voordelen die zowel op de korte, middellange als lange termijn liggen. Onderstaand zijn deze kort weergegeven:

Korte termijn:

- Een betere reguliere doorstroming naar een hogere leeftijdscategorie;
- Een soepelere voortijdige overgang naar een hogere categorie/niveau;
- Het voorkomen van stagnatie van de individuele ontwikkeling.

Middellange termijn:

- Een uniforme werkwijze van de trainers;
- Verhoging van het niveau van de trainingsaanpak;
- Binnen de gekozen systematiek. Zorgen voor een stukje herkenbaarheid zodat spelers zich beter/snelser kunnen ontwikkelen;
- Streven om de frequentie van trainen, ook voor de “lagere” elftallen, 2x wekelijks te handhaven;
- Streven om met name bij de “lagere” elftallen, 2 trainers op een groep te plaatsen;

Lange termijn:

- Een algemeen hoger voetbalniveau binnen de gekozen systematiek lijn: van de O7 t/m selectie senioren;
- Eén voetbalbeleid dat kan worden getoetst aan de moderne, huidige voetbalopvattingen, meegaande met de blijvende nieuwe ontwikkelingen;

Alle jeugdteams moeten op een passend niveau met plezier (prestatief dan wel recreatief) kunnen voetballen.

Hierbij dient de kwaliteit van de ontwikkeling van het individu voorrang te hebben op het resultaat van het (jeugd)collectief. Talentvolle spelers kunnen worden “doorgeschoven” naar hogere jeugdteams. Met de standaardjeugdteams is ons streven op termijn structureel te functioneren op een hoog niveau (minimaal 1^e klasse).

Om dit streven te verwezenlijken dienen zowel de kwaliteiten van het spelerspotentieel als van het trainers- potentieel optimaal benut te worden. Vanuit VVR proberen wij de randvoorwaarden te creëren om dit te bewerkstelligen.

Om zover te kunnen komen, zullen we bepaalde voetbaltrainingen moeten ondergaan, zodat de prestaties zullen verbeteren, net als ‘het spel’ en ‘de individuele speler’.

Belangrijke uitgangspunten bij een training zijn:

1. Plezier om te trainen/beleving
2. Dit alles in voetbaleigen vormen:
 - Partijspelen
 - Positiespelen
 - Lijnvoetbal
 - Duel 1 : 1 / 2 : 2
3. Herhalen; in bepaalde of andere oefenvormen
4. Coaching; herkennen van bepaalde verbeterpunten vanuit de wedstrijd of algemene ontwikkeling → opstellen van een (trainings) plan -> coachen/voordoen/laten zien hoe het **WEL** moet, dit om je doel te bereiken.
5. Het opstellen van een plan op korte (wekelijks) en lange termijn (6 weken) dit om bepaalde doelen te bereiken.
6. Het groepsgevoel stimuleren c.q. bewaken.

Er wordt met regelmaat gesproken over “Voetbaleigen vormen” welke eigenlijk alle basisvormen, gestimuleerd door de KNVB om deze te gebruiken, behelst. Om een ieder hiermee kennis te laten maken (m.b.t. het geven van training) wordt hier verder aandacht aan besteed, wat hiermee wordt bedoeld.

Met als uiteindelijk doel/streven:







3 Samenstelling elftallen

Momenteel is het zo dat we binnen de vereniging een onderscheid maken ten opzichte van prestatievoetbal en recreatief voetbal. Van de hoogste elftallen binnen hun categorie bijv. bij een O19-1 staat prestatie op een hogere trede dan bijvoorbeeld bij een O19-2. Hier staat het gezellig samen beoefenen van een hobby centraal. Wel dient het **clubbelang** altijd voorop te staan, zodat iedereen op een prettige manier zijn of haar hobby kan beoefenen.

Streven is om met de indeling van de elftallen, iedereen in zijn of haar eigen leeftijdscategorie in te delen. Dat betekent dat iedereen aandacht krijgt en bovendien de mogelijkheid om met plezier al dan niet prestatief te voetballen.

Wanneer in een bepaalde leeftijdscategorie een dusdanig aanbod is van spelers, dat 1 of meerdere spelers in een oudere categorie moeten worden ingedeeld (bijvoorbeeld als er maar 1 jeugdteam is in de bepaalde leeftijdscategorie of de indeling hierom vraagt), staat voorop om samen tot een dusdanige indeling te komen, waar de speler (het kind) met plezier zijn hobby kan beoefenen.

Tevens zal in zo'n geval altijd contact worden gezocht met ouders (en dus kind), trainer en leider om door middel van juiste en open communicatie te komen tot de juiste oplossing. Dit geldt tevens wanneer spelers door dispensatie in een lagere leeftijdscategorie moeten gaan spelen. Dit kan voorkomen wanneer de aantallen per leeftijdscategorie zodanig zijn dat door het verlenen van dispensatie de aantallen kunnen worden geoptimaliseerd.

Dispensatie op verzoek van een speler wordt per situatie bekeken door de JC.

3.1 Samenstellen O11/O10/ 09/08/07 elftallen

Voor onze O7 tm O10-jeugd geldt dat niet wordt geselecteerd op sterkte, wel eventueel op:

1. leeftijd
 2. vriendjes / buurjongens.
 3. Volgorde van inschrijven
- Motivatie/beleving kan worden meegenomen tijdens het maken van keuzes.

Voor onze mimipupillen kan het zijn dat men mee traint totdat er weer voldoende spelers zijn voor een nieuw te vormen elftal.

Bij de O11 jeugd wordt wel op sterkte geselecteerd; de verantwoordelijke trainer selecteert door middel van het bezoeken van wedstrijden en het spelen van zogenaamde selectiewedstrijden spelers voor de O11. Ook kunnen spelers van de O10 in aanmerking komen voor de O11.

Redenen hiervoor zijn dat:

- a) VVR er belang aan hecht om met de O11-1 in een hogere klasse te spelen. Enerzijds voor de ontwikkeling van de individuele spelers. Anderzijds om de doelstelling kracht bij te zetten dat het streven is van VVR om alle hoogste jeugdteams minimaal in de 1^e klasse uit te kunnen laten komen.
- b) Veel verenigingen dit zo doen; doe je als vereniging hieraan niet mee, heeft het ook geen zin in deze klasse te spelen.
- c) De weerstand in deze competitie hoog is, wat weer goed is voor de ontwikkeling van deze spelers.
- d) Spelers zich beter kunnen ontwikkelen door samen op een hoog niveau te trainen en te spelen (elkaar beter maken).

Tot op heden wordt verder niet geselecteerd tm O10, maar wordt dezelfde richtlijn gehanteerd als bij de O7- jeugd (vriendjes/leeftijd).

Wel blijft een aandachtspunt om een "opleidingselftal" met hierin talentvolle 1^e jaars te creëren, zodat zij kunnen worden klaargestoomd voor de O11-1. Dit zou dan een O10-1 kunnen zijn. Echter gezien



het aantal elftallen binnen deze leeftijdscategorieën, zal dit niet/nauwelijks aan de orde zijn. Belangrijk is en blijft dat het kind centraal staat binnen deze (jonge) categorie.

- VVR geeft de voorkeur aan O13 i.p.v. O12. Bij de O13 is sprake van 11:11 waar VVR meer ontwikkeling ziet bij spelers dan 8:8 bij de O12. Mochten de aantallen (spelers) er om vragen, dan kan toch op 8:8 worden terug gevallen.

3.2 Samenstellen O19 t/m O13 elftallen

Om te komen tot een selectie-elftal binnen een bepaalde categorie, zal een voorselectie plaats moeten vinden gedurende het seizoen. Dit geldt voor de O19-O17-O15-O13 (en O11) jeugd, zodat een duidelijk beeld wordt verkregen, wie voor de hoogste elftallen in aanmerking komt.

Het selecteren op zich vindt plaats door:

- Het regelmatig bezoeken van trainingen/wedstrijden van andere elftallen (dezelfde of lagere categorie) door de betreffende trainers om zo een goed beeld te krijgen, welke spelers zich ontwikkelen of geschikt zijn voor het nieuw te vormen elftal.
- Communicatie met trainers en leiders om tot een goed, compleet beeld te komen. Dit alles gebeurt door de (gediplomeerde) trainers voor hun eigen categorie.
- Het spelen van selectiewedstrijden.
- Het uitnodigen van spelers (na carnaval of vanaf 14 februari) om tijdens trainingen spelers te zien/beoordelen; bijv. 2^e jaar O15 -> O17-1 meetrainen. Dit uiteraard altijd in overleg met trainers/leiders.

**Streven is dat alle elftallen minimaal in de 1^e klas spelen, dit voor de weerstand en de daarbij behorende leerfase.*

**Het kan voorkomen dat een jeugdspeler met uitzonderlijke talenten vervroegd wordt doorgeschoven naar een hogere categorie, gezien het feit dat deze stil staat in zijn/haar ontwikkeling bij de eigen categorie. Dit zal wel altijd gebeuren in goed overleg met trainers, speler zelf én na een onderhoud met de ouders van de desbetreffende speler.*

Voorwaarde is dat wanneer je in een hoogste O19-O17-O15-O13-elftal speelt:

- 2x per week trainen (± 1.15 tot 1.30 uur)
 - Beschikbaar bent om eventueel een categorie hoger in te vallen wanneer dit nodig is (O17-jeugd → O19-jeugd).
 - Trainen per toerbeurt vanaf 14 februari (meestal het 1^e weekeind na carnaval) in 2-tallen mee met hun nieuwe/hogere categorie of senioren (O19 speler). Dit voor gewinning ten aanzien van handelingssnelheid en balbehandeling, waarmee men te maken krijgt in het nieuwe seizoen.
- ➔ Van deze werkwijze is (voorlopig) afgeweken; de huidige trainers hebben de kwaliteiten van de spelers in beeld en kunnen/mogen spelers individueel uitnodigen (in overleg) om mee te trainen. Dit kan zijn om te kijken of iemand he niveau aankan of iemand te belonen gezien zijn ontwikkeling.

3.3 Selecteren overige elftallen

Voor de overige elftallen geldt dat de coördinator binnen zijn eigen categorie de elftallen indeelt. Hierbij zijn een aantal uitgangspunten waar men zoveel mogelijk rekening mee houdt:

- Men probeert zoveel mogelijk bestaande elftallen in stand te houden: gezien de aantallen/leeftijden per categorie is dit niet altijd mogelijk.



- Overleg met leider/trainer om te luisteren naar zijn/haar visie (maart/april).
- Daar waar nodig ingrijpen en elftallen te splitsen; dit om bijv. meer rust/controle te krijgen over een elftal/of spelers.
- Wedstrijden/trainingen bezoeken zodat men inzage heeft over een elftal of de gang van zaken.

3.4 Meisjesvoetbal

Het damesvoetbal blijft momenteel groeiende iets waar we binnen VVR heel blij mee zijn. Streven is om in elke categorie een meisjes elftal te hebben alleen zijn we gezien de aantallen afhankelijk van het aantal speelsters cq aanmeldingen.

Selecteren is zodoende niet/nauwelijks aan de orde. Zaak is om per jaar de situatie te bekijken en in goed overleg te komen tot een juiste verdeling van speelsters binnen de aanwezige categorieën.

We blijven afhankelijk van het aantal aanmeldingen voor de toekomst, zodat een stukje blijvende stimulering (op bijv. scholen) aan te raden is.

Streven is om minimaal 1x per 2 jaar (of elk jaar) een zogenaamde “Vriendinnendag” te organiseren, om zoveel mogelijk meisjes de positieve kanten van voetbal/teamsport te laten zien.

Wel moet de trainer/trainster rekening houden met het verschil van niveau binnen het elftal, dit heeft een aantal redenen:

- nieuwe speelsters komen samen te spelen met meisjes die al jaren voetballen bij VVR.
- gezien het feit dat er vaak maar 1 elftal per categorie is, kunnen er geen keuzes worden gemaakt; in overleg kan eventueel dispensatie worden verleend dit bij bijv. een duidelijke fysieke achterstand of andere gegronde redenen.
- Teamgevoel, samen bewegen en het samen met vriendinnen beoefenen van een leuke hobby zijn de belangrijkste items, welke binnen een elftal moeten worden gestimuleerd; kijk goed naar je groep en leeftijdskennmerken en stem hierop de doelen af.

Streven is de stabiliteit van het damesvoetbal te continueren. Hiervoor is stuk samenwerking, motivering nodig om het huidige aantal van 2 dames elftallen te handhaven.





4 Coaching en training

Het beleid van VVR is erop gericht zelf spelers op te leiden, waardoor de trainingen en wedstrijden bepalend zijn. De wedstrijden dienen als leermoment c.q. toetsfase voor de jeugdspelers; dat waarop wordt getraind, zien we dit terug in de wedstrijden.

Door alle jeugdspelers op dezelfde wijze op te leiden dankzij een eenduidige speelwijze c.q. visie, kan de gewenste speelstijl van VVR ontstaan en verder worden ontwikkeld.

Ook de KNVB heeft hun visie bijgesteld waardoor er op jongere leeftijd 4: 4 wordt gespeeld wat later wordt uitgebreid naar 6: 6 en 8:8.

Sinds het seizoen 2017/'18 speelt het gehele amateurvoetbal met aangepaste wedstrijdvormen voor pupillen. De wedstrijdvormen zijn aangepast om zo de betrokkenheid van spelers te verhogen en jongens en meiden in een wedstrijdvorm te laten spelen die beter aansluit bij hun ontwikkelingsfase.

De KNVB adviseert om mini-pupillen Onder 7 jaar te laten spelen in een 4 tegen 4 wedstrijdvorm op een veldje van 30x20 meter. In deze vorm komen de kinderen veel aan de bal, scoren ze veel en hebben een hoge betrokkenheid bij het spel.

De Onder 8 tot en met Onder 10-pupillen spelen op een (bijna) kwart veld (42,5m x 30m) 6 tegen 6 wedstrijden. Deze staan onder leiding van een spelbegeleider die de spelers zoveel mogelijk de ruimte geeft het spel zelf te ontdekken en te spelen. De Onder 11- en Onder 12-pupillen spelen op een (bijna) half veld (64m x 42,5m) 8 tegen 8 wedstrijden. Deze staan onder leiding van een pupillenscheidsrechter.

De Onder 11 en onder 12 pupillen spelen 8 tegen 8-wedstrijden op een bijna half veld (42,5 x 64m). De wedstrijden worden bij deze leeftijdscategorieën geleid door een pupillenscheidsrechter. Vanaf de Onder 11 leeftijdscategorie publiceert de KNVB ook actief rangen en standen.

In tegenstelling tot de Onder 8, 9 en 10 pupillen worden de wedstrijden bij deze leeftijdscategorieën geleid door een pupillenscheidsrechter. Vanaf de Onder 11 leeftijdscategorie publiceert de KNVB ook actief rangen en standen.

Voor alle verdere info omtrent de omgang met het nieuwe pupillen voetbal verwijzen wij U naar de KNVB site (zie link). Hier komen een aantal zaken aan de orde zoals:

- [veldindelingen](#)
- [rol trainer/coach](#)
- [rol ouder](#)
- [sportiviteit](#)
- [Spelregelboekjes pupillenvoetbal](#)

<https://www.knvb.nl/assist/assist-trainers/pupillenvoetbal>

Daarom kiest VVR voor een 1-3-3-1 formatie bij de O11/O9 pupillen en een 1-4-3-3 formatie bij de andere jeugdelftallen (O19/O17/O15/O13).

Om deze visie uit te kunnen dragen en overbrengen aan spelers, worden er bepaalde eisen gesteld aan een trainer/coach.

Er is door de vereniging een beleidsplan geïntroduceerd (kaderplan) waarin beschreven staat waaraan een trainer moet voldoen om een bepaald elftal te kunnen/mogen trainen. Dit geldt voor zowel de trainer van VVR 1 t/m de trainer van de O11-1. We praten dan wel over de hoogste elftallen binnen een categorie.

Zie bijlage 1: Eisen en taken kader



Naar de toekomst toe is het streven van VVR erop gericht om voor onze jeugdteams gediplomeerde trainers aan te stellen of trainers welke gezien hun voetbalverleden, een dusdanige bagage hebben (lees trainerservaring/kennis). Hieraan willen we als VVR invulling geven door het jeugdkader te werven uit ouders en/of leden en door het vergoeden van de cursuskosten, wel onder bepaalde voorwaarden.

Het stimuleren van zelfstudie en coördineren van de scholing van het jeugdkader is een taak van de technische commissie i.s.m. de jeugdcommissie. Deelname aan een van onderstaande KNVB-opleidingen is uitsluitend mogelijk in en na overleg met de technische- c.q. jeugdcommissie. De volgende KNVB-opleidingen kunnen worden gevolgd:

- Jeugdvoetballeider;
- Module O9-pupillentrainer;
- Module O11-pupillentrainer;
- Module O13-pupillentrainer;
- Pupillentrainer;
- Juniorentrainer;
- UEFA C/Trainer-Coach III (TC III) Jeugd.

4.1 Algemene uitgangspunten coaching

Coaching is het beïnvloeden van het gedrag van spelers. Het is van groot belang dat bij het coachen rekening gehouden wordt met de (leeftijd) groep. Een trainer kan van grote invloed zijn op het leerproces van de spelers echter men moet van te voren al met een aantal zaken rekening te houden:

- Welke leeftijd met de daarbij behorende eigenschappen;
- Eerste of tweedejaars spelers of gemengd; selectie, recreatie, enz.;
- Beleving, motivatie van spelers; nemen ze snel zaken op of moet ik veel herhalen;
- Aantal spelers; grote groep vergt meer aandacht verdelen;
- Waar moet ik gezien de categorie de leermomenten leggen; balbezit/opbouw of nog technische vaardigheden/omschakeling balbezit -> tegenstander balbezit;

4.2 Uitgangspunten rondom wedstrijden/trainingen

Het is belangrijk om als “voorbeeld” voor de spelers en ouders een bepaalde rol te vervullen. Hieronder staan een aantal zaken waar we als trainer/coach/leider mee te maken gaan krijgen en het wenselijk is om hier allen hetzelfde uit te dragen; naar de normen welke we bij VVR nastreven.

Zeker in de huidige maatschappij waar iedereen een eigen mening heeft en deze ook nog eens naar buiten toe brengt, is het belangrijk een duidelijke lijn te trekken als club en dus ook als coach/trainer. Discipline en plezier gaan niet alleen goed samen, **maar de juiste discipline verhoogt het plezier in het voetballen!!**

Probeer als coach ook altijd het beleid/de visie op lange termijn in het oog te houden en draag dit ook uit naar buiten toe (uitdagingen/doelen voor spelers en elftallen).

4.3 Gedrag trainer/coach rondom een wedstrijd

Het coachen van jeugdspelers is een lastige taak. Je hebt als trainer te maken met verschillende karakters en belangen in een team. Die diversiteit schetst de complexe taak van de trainer, maar is tevens de uitdaging waar je voor staat. Wat bij VVR in ieder geval de insteek moet zijn is het ontwikkelen van het kind en dit binnen een groep mensen (het elftal). Zij moeten het voetballen nog



leren en maken daarbij (gelukkig) fouten om van te leren. Positief coachen (lees positief benaderen) heeft een betere uitwerking dan alleen aangeven wat fout ging of beter kan/moet.

4.3.1 Voor de wedstrijd

- Straal rust uit en neem een positieve houding aan; alleen op de juiste momenten stemverheffing gebruiken;
- Kom tijdens de bespreking terug op de inhoud van de training van de afgelopen week (herkenbaar voor spelers);
- Voor de wedstrijd altijd de leider/trainer van de tegenstander ontvangen en een hand geven; je bent gastheer van VVR!
- Geef heel erg kort weer wie op welke positie speelt en wat hij/zij daar moet doen;
- Laat het zien; doe het bijv. in de kleedkamer voor met een bord, pionnen op de grond/op papier;
- Vraag aan spelers wat hij/zij op een bepaalde positie moet doen (zelf na laten denken);
- Houdt het heel kort (5-7 min.), duidelijk en herkenbaar;
- Vanaf de O13 jeugd aangeven kort speelwijze balbezit en wat te doen wanneer de tegenstander balbezit heeft;
- Geef aan vanaf de O13 jeugd wat te doen bij de zogenaamde omschakelmomenten; bij balverlies (waar/helft tegenstander of eigen helft) en balbezit (balbezit spelen/diep kijken).

4.3.2 Tijdens de wedstrijd

- Neem een positieve houding aan zeker bij de jongere spelers; dit is belangrijk voor de sfeer en het vertrouwen; vermijd grof taalgebruik (spelers gaan dit overnemen);
- Toon respect voor de tegenstander en de scheidsrechter; je hebt een voorbeeldfunctie;
- Moedig voornamelijk aan en stimuleer om initiatief te nemen, fouten mogen gemaakt worden;
- Geef niet alleen langs het veld verbaal de aanwijzingen; gebruik een wissel om een speler tips te geven (je deed het net goed, maar hoe zou je het straks misschien nóg beter kunnen doen?) of neem iemand bij een blessurebehandeling even apart;
- Coachopmerkingen moeten begrijpbaar zijn voor spelers; kom dus niet ineens aan met zonedekking of wat bijvoorbeeld kantelen/knijpen is. Zorg dat je termen gebruikt die bekend zijn bij de kinderen;
- Neem een positieve houding, de spelers moeten een veilig gevoel hebben waardoor ze initiatief durven te nemen en fouten durven te maken;
- Reageer niet op commentaar/opmerkingen van anderen (ouders/tegenstander);
- Moedig spelers aan om datgene wat ze hebben geleerd ook uit te voeren;

4.3.3 Tijdens de rust

- De rust is het moment voor de spelers om even op adem te komen en ranja/thee te drinken; geef ze even de tijd om bij te komen;
- Geen eenrichtingsverkeer; vraag ook wat zij of een speler van de eerste helft vond;
- Vraag bij een voetbalprobleem aan spelers hoe zij dat zouden moeten oplossen; draag niet altijd zelf alles aan;
- Geef een aantal korte tips en aanwijzingen voor de tweede helft mee; balbezit en tegenstander balbezit. Hoe ouder de groep, hoe dieper je op de omschakelmomenten in kunt gaan (balverlies <-> balbezit);



- Gebruik eventueel een bord/papier om bedoelingen te kunnen visualiseren;
- De rust is het enige echte moment van de trainer om spelers, en dus de wedstrijd, te beïnvloeden.

4.3.4 Na afloop van de wedstrijd

- Geef altijd de scheidsrechter en leider/trainer/vlagger van de tegenstander een hand;
- Zorg dat de spelers ook de scheidsrechter en tegenstander/spelers een hand geven na de wedstrijd (normen en waarden!);
- Zorg voor een positieve noot ('in de tweede helft deden jullie precies wat er in de rust is aangegeven'). Niet alleen benoemen wat fout ging;
- Beperk de nabespreking en kom tot een paar in jouw ogen belangrijke items. Voorkom discussies gevoed door emoties (direct na de wedstrijd; beter 1^e training);
- Kom op de eerstvolgende training terug op de wedstrijd. Laat ook hierin de spelers aan het woord om de mening te kunnen geven;
- Van hieruit heb je weer een basis om aan te geven waar de accenten deze week zullen liggen en waar je samen aan gaat werken om beter te worden!
- Zorg voor een stuk discipline; omgang vuile kleding, opruimen materiaal en schoon achterlaten kleedlokaal (van VVR en van de tegenstander). Ook bij een uitwedstrijd je eigen kleedlokaal schoon achterlaten; **wij zijn VVR!**



5 Leeftijdskenmerken

Om te komen tot een optimale training is het goed te weten wat de specifieke kenmerken zijn die behoren bij een bepaalde leeftijd. Door het herkennen van deze kenmerken, kun je op de juiste wijze hiermee om gaan en kan frustratie worden voorkomen bij zowel trainer als speler.

In de huidige maatschappij is een kind mondiger/vrijer (zeker bij een bepaalde leeftijd 14-18 jr). De omgang en begeleiding van jeugdspelers dient hier op aangepast te zijn. Dit uit zich in duidelijkheid en discipline maar ook een stukje persoonlijke belangstelling is hierbij zeker aan de orde.

Neem notie van uw eigen categorie en leer hiermee om te gaan, zodat U momenten/situaties herkent en hierop kunt anticiperen.

5.1 07 tm 9-jeugd

- I. Algemeen
- II. Leeftijdskenmerken
- III. Doelstellingen

ad I Algemeen

Voor onze jongste spelers staat plezier hoog in het vaandel. We moeten proberen een sfeer te creëren dat ze graag naar het voetbalveld komen, zodat ze steeds meer in het spelletje geïnteresseerd raken. Hierdoor blijven ze behouden voor de club, wat belangrijk is. Als onze 'jongste spelers' iets niet aanstaat of het plezier ontbreekt, dan is men snel geneigd voor een andere sport/hobby te kiezen. Daarom is het belangrijk om over deze categorie een aantal dingen te weten, zodat men bepaalde zaken herkent of bij deze categorie juist inspeelt op bepaalde factoren die hierbij belangrijk zijn.

ad II Leeftijdskenmerken

- Grote bewegingsdrang → speels/druk;
- Moeilijke concentratie/snel afgeleid, ook in de wedstrijd;
- Weinig sociaal/hard in eigen mening ten opzichte van anderen;
- Geen wedijver; spel wordt meer als een avontuur beschouwd;
- Geen samenspel; meer met zichzelf bezig.

ad III Doelstellingen

- Wennen door spelen;
- Baas worden over de bal;
- Spelenderwijs in bepaalde vormen laten leren van met name technische vaardigheden, basistechnieken. (Wiel Coerver methode);
- Leren kennismaken met kleine positie- en partijspele om bepaalde technische vaardigheden te verbeteren.

* Voor de training –c.q. opleidingsplan zie werkmap voor de O9-jeugd.

5.2 011-jeugd

- I. Algemeen
- II. Leeftijdskenmerken
- III. Doelstellingen

ad I Algemeen



In deze categorie wordt op sterkte geselecteerd (alleen O11-1). Dit kan tot jaloezie lijden of onderlinge drang. Probeer voor, tijdens en na de wedstrijden zoveel mogelijk positief te coachen en zeker de positieve zaken aan te halen.
Ten aanzien van discipline en verantwoordelijkheidsbesef mag al meer worden verlangd van de speler.

ad II Leefstijdskenmerken

- Nog snel afgeleid → concentratie;
- Meer sociaal → zien echter al wie wel of niet goed kan voetballen en laten het merken!
- Toenemend besef voor posities in het elftal (zgn. taken/opdrachten);
- Grote leergierigheid; neemt dingen op en probeert oefeningen volgens aanwijzingen uit te voeren (baltechnische oefeningen);
- Eerste vormen van samenspel c.q. samenwerking.

ad III Doelstellingen

- Lijn doortrekken dat gebruik wordt gemaakt van de zogenaamde voetbaleigen vormen; positiespel/partijspel/lijdribbel/duel 1:1
- Spelers meer positie gebonden laten trainen en spelen; ruimte creëren;
- Herhalen van vormen; blijven herhalen om technische vaardigheden te verbeteren (traptechniek/stoppen/afkappen/aannames, enz.).

* Voor de training c.q. opleidingsplan zie werkmap voor de O11 jeugd.



Uitleggen/herhalen.

5.3 O13-jeugd

I. Algemeen

II. Leefstijdskenmerken

III. Doelstellingen

ad I Algemeen

Hier worden de O11-jeugdspelers voor het eerst geconfronteerd met het voetballen op een heel speelveld. Een van de eerste taken van trainer/leider zal dan ook zijn de spelers bekend te maken met de manier van voetballen op een groot veld (1:4:3:3). Laat ze zelf eerst vertellen wat/hoe ze over bepaalde posities in het veld denken (→ speelse manier kennis laten maken).

Gelukkig is de speler op deze leeftijd zeer leergierig en leert men vrij snel; men is bereid snel de dingen op te nemen. Logisch is dan ook, dat tijdens deze fase een groot aantal technische vaardigheden en trainingen zullen passeren.



In alle opzichten een belangrijk jaar voor onze O11-jeugdspelers, om een goede basis te leggen voor de toekomst.

ad II Leefijdskenmerken

- Goede coördinatie + bouw lichaam;
- Ideale leeftijd:
 - o grote leergierigheid (vergelijken met idolen);
 - o neemt snel dingen op;
 - o grote geldingsdrang;
- Toenemende groepsbewustheid → spelen in een team;
- Toenemende kritiek op eigen en andermans prestatie;
- Grote bewegingsdrang; duur continue belasting tijdens oefening ± 20 – 25 minuten.

* Ideale leeftijd om groot aantal technische vaardigheden aan te leren + aanleren spelen in teamverband op groot speelveld.

Ad III Doelstellingen

- Leren door het spelen van kleine partijtjes en basisvormen;
- Technische vaardigheden verder ontwikkelen;
- Meer positiegericht trainen; beginnen om spelers zelf de wedstrijd te laten evalueren (meedenken);
- Posities en speelstijl (1:4:3:3 of 1:3:4:3) verduidelijken c.q. op training uitwerken o.a.: bijv. 4:3 met de 4 verdedigers bij elkaar (opbouw) en dit verder uitbouwen naar partijspel;
- Overtal creëren op het middenveld d.m.v. de doorgeschoven centrale verdediger;
- Of via de flanken (de nummers 2 en 5) in samenwerking met de nummers 7 en 11.

5.4 015-jeugd

I. Algemeen

II. Leefijdskenmerken

III. Doelstellingen

ad I Algemeen

Vooraf voor deze categorie is het belangrijk om van een aantal factoren op de hoogte te zijn. Juist hier wordt al meer geëist op het gebied van omgang, training en de taken in het veld ten opzichte van 'het systeem' wat wordt gespeeld. Dit mag, maar men moet te aller tijden oog blijven houden voor de individuele speler.

Juist hier treedt de (pré) puberteit op, wat zich kenmerkt in een aantal factoren (zie ad II) waarmee je als leider/trainer zult moeten leren om te gaan.

ad II Leefijdskenmerken

- (Pré) puberteit;
- Snelle lengtegroei/disharmonie:
 - o stilstand of achteruitgang in de motoriek;
 - o stuntelig/slungelachtig.
- Vaak ontbrekende leergierigheid;
- Zet zich af tegen gezag (leider/trainer);
- Met zichzelf bezig zijn;
- Stemmingsschommeling/soms andere interesse;
- Beperkte belastbaarheid/blessuregevoelig;
- Beenderen kunnen sneller groeien dan spieren; lichamelijke ongemakken cq blessures.



ad III Doelstellingen

- Leren door het benaderen van alle elementen van de echte wedstrijd;
- Inzicht ontwikkelen;
- Verbeteren eventuele technische/tactische tekortkomingen;
- De omschakelmomenten (balbezit <-> balverlies) trainbaar maken;
- Overtal creëren op het middenveld d.m.v. de doorgeschoven centrale verdediger;
- Of via de flanken (de nummers 2 en 5) in samenwerking met de nummers 7 en 11;
- Of proberen 1:1 situatie te creëren (flanken) d.m.v. positiespel;
- Verder ontwikkelen wat “kantelen” inhoudt, daar waar de bal is;
- Het spelen van 1:1 achterin; hoe positioneel te staan, toch elkaar rugdekking geven en het duel 1:1 zelf;
- Verbeteren van traptechniek individueel; centrale verdedigers voor de “crosspass”, de de flankspelers voor de voorzet, de spits voor het schot op doel (links als rechts), enz.;
- Aanvallend 1:1 het maken van de actie (passeerbeweging/schijnbeweging);.

5.5 017-jeugd

I. Algemeen

II. Leeftijdskkenmerken

III. Doelstellingen

ad I Algemeen

Kenmerkend voor deze categorie, is het grote verschil in persoonlijkheden/aard van de spelers. De puberteit is in volle gang, met al zijn kenmerken hiervan.

De één gedraagt zich al ‘volwassen’, terwijl de ander nog ‘een kind’ is (of beide; het ene moment kind, het andere moment volwassen).

Belangrijk is dat door ‘de groei’ spelers hun lenigheid, snelheid verliezen. In dit geval is rustig trainen of lopen de enige oplossing. De beenderen groeien namelijk sneller dan de spieren, zodat het lopen niet oogt → rust is het beste.

Daarbuiten is deze categorie zeer geschikt om zowel in technisch als tactisch opzicht vooruitgang te boeken en duidelijker als team te gaan fungeren.

ad II Leeftijdskkenmerken

- Kan groeispurt in de lengte plaatsvinden (controle op behouden);
- Puberteit:
 - o wisselende stemming;
 - o lusteloosheid;
 - o onredelijkheid;
 - o humeurigheid;
 - o kind zijn ↔ volwassen denken te zijn.
- Toenemende zelfkritiek;
- Opoffering voor het team → geschikt voor prestaties;
- Minder agressie ten opzichte van leiding → betere verhouding tot het tegenop kijken van speler naar leider/trainer (vaderfiguur);
- Langere belastbaarheid op training:
 - o betere conditie;
 - o intervaltraining;
 - o duurarbeid.

ad III Doelstellingen

- Leren door prestaties;
- Wedstrijd nabootsen in de training; per linie/opbouw/samenwerking tussen de linies;



- Tactische ontwikkelen; team en speler individueel (hoe vrijlopen, bal vragen, specifiek opbouw, hoe staan in de opbouw);
- Overtal creëren op het middenveld d.m.v. de doorgeschoven centrale verdediger;
- Of via de flanken (de nummers 2 en 5) in samenwerking met de nummers 7 en 11;
- Of proberen 1:1 situatie te creëren (flanken) d.m.v. positiespel;
- Verder ontwikkelen wat “kantelen” inhoudt, daar waar de bal is;
- Het spelen van 1:1 achterin; hoe positioneel te staan, toch elkaar rugdekking geven en het duel 1:1 zelf
- Verbeteren van traptechniek individueel; centrale verdedigers voor de “crosspass” , de de flankspelers voor de voorzet, de spits voor het schot op doel (links als rechts), enz.;
- Aanvallend 1:1 het maken van de actie (passeerbeweging/schijnbeweging).

5.6 019-jeugd

I. Algemeen

II. Leeftijdskkenmerken

III. Doelstellingen

ad I Algemeen

De O19-jeugd is de laatste fase in de opleiding. Hier worden de technische vaardigheden verfijnd door middel van hoge weerstanden en kleine ruimtes. Ook is het de bedoeling dat de spelers aan het einde van deze periode de basis beheersen van de systemen 1:4:3:3 én 1:4:4:2 (op tactisch gebied).

Uit ervaring is gebleken dat vooral problemen optreden in de eindfase van deze periode, de zogenaamde overstap naar de senioren.

Hieronder volgen enkele belangrijke punten om de jeugd te stimuleren verder te gaan met voetballen én die de stap naar de seniorenvoetbal makkelijker maken:

- Na de winterstop trainen telkens 2 spelers die ‘over’ moeten mee met de selectie (in verband met handelingsnelheid/aanpassing);
- Jeugdspelers die meegaan met VVR 2 en 3, proberen ook speeltijd te geven (motivatie!) → anders bij vriendschappelijke wedstrijden alsnog de jeugdspeler laten voetballen;
- Wanneer spelers niet in de selectie terechtkomen, deze plaatsen in VVR 3 of samen met de speler (s), gekeken daar waar de ruimte er is, te plaatsen in een ander elftal.

VVR 3:

- Trainen 1 x per week;
- Toch prestatief bezig;
- Blijven dicht tegen de selectie aan spelen → misschien invallen bij blessures/schorsingen;
- Zo alsnog, een jaar verder de stap naar de selectie maken.

Probeer oog te hebben voor de individuele speler. Praat met ze over alle voorkomende problemen, bijvoorbeeld studie, op kamers wonen, werk, enz.

Vaak kunnen spelers alsnog zo voor de club behouden blijven en daar doen we het toch allemaal voor!

ad II Leeftijdskkenmerken

- Toenemende prestatie- en geldingdrang;
- Vaak alleen met zichzelf bezig (eigen prestatie);
- Hierdoor sterk uitgesproken zelfkritiek;
- Streven naar medeverantwoording;
- Verbetering alleen nog mogelijk door doelbewuste én methodisch zorgvuldig geplande trainingen;
- Optimale leeftijd voor het opnemen en uitvoeren van tactische concepten c.q. veranderingen.



ad III Doelstellingen

- Komen tot optimale prestaties in training en wedstrijd
- Mee laten denken en praten
- Wijzen op verantwoordelijkheden binnen het veld, als speler en als team
- Mentaal voorbereiden naar stap senioren
- Overtal creëren op het middenveld d.m.v. de doorgeschoven centrale verdediger
- Of via de flanken (de nummers 2 en 5) in samenwerking met de nummers 7 en 11
- Of proberen 1:1 situatie te creëren (flanken) d.m.v. positiespel
- Verder ontwikkelen wat “kantelen” inhoudt, daar waar de bal is.
- Het spelen van 1:1 achterin; hoe positioneel te staan, toch elkaar rugdekking geven en het duel 1:1 zelf
- Verbeteren van traptechniek individueel; centrale verdedigers voor de “crosspass”, de de flankspelers voor de voorzet, de spits voor het schot op doel (links als rechts), enz.
- Aanvallend 1:1 het maken van de actie (passeerbeweging/schijnbeweging)

Zoals U kunt zien komen vanaf de O15-jeugd diverse items terug. Dit zal tijdens de trainersbijeenkomsten een vast agendapunt worden waar de ontwikkelingen c.q. aandachtspunten maar ook behoeftes aan de orde zullen komen om uiteindelijk tot een gestructureerde opleiding te komen.

Communicatie is hierin vereist zodat niet alleen de ontwikkeling van spelers maar ook van linies, flanken en uiteindelijk de speelwijze, verbeterd zal worden.

** Gezien de gehanteerde leeftijdsgrens bij de KNVB (1 januari) en regels rondom het “meisjesvoetbal”, kan bij een categorie een speler/speelster 1 jaar ouder zijn.*



6 Trainingsopbouw gerelateerd aan de speelwijze 1:4:3:3

6.1 Algemene gedachtegang

Voetballen blijft voor de jeugd een spel. Binnen dit spel en zijn bijbehorende regels kunnen mensen een bepaalde keuze maken. Dit houdt in dat er een bepaalde vrijheid in het spel zit, zodat spelers creatief kunnen én moeten zijn.

Voetballen is ook een sport en elke sport vraagt om het verbeteren van prestaties. Het heeft dan ook een doel, namelijk: **WINNEN**.

Door het hanteren van een bepaald systeem (1:4:3:3) welke als rode draad door de vereniging loopt, kan een structuur binnen de opleiding worden aangebracht, zodat uiteindelijk alle facetten behorende bij dit systeem aan de orde komen.

Ook voor bijv. de O11-jeugd is het zinvol voor een bepaalde speelwijze te kiezen (1:2:3:2 of 1:3:3:1), zodat de beginselen/basis van 1:4:3:3 worden aangereikt.

Om zover te kunnen komen, zullen we bepaalde voetbaltrainingen moeten ondergaan, zodat de prestaties zullen verbeteren, net als 'het spel' en 'de individuele speler'.

Belangrijke uitgangspunten bij een training zijn:

1. Plezier om te trainen/beleving;
2. Dit alles in voetbaleigen vormen:
 - a. partijspelen;
 - b. positiespelen;
 - c. lijnvoetbal;
 - d. duel 1 : 1 / 2 : 2;
3. Herhalen; in bepaalde of andere oefenvormen;
4. Coaching; opsporen + oplossen van bepaalde problemen → voordoen/laten zien hoe het WEL moet;
5. Het groepsgevoel stimuleren c.q. smeden.

6.2 Leerfase per categorie tijdens de training

Tijdens de jeugdopleiding wordt in de diverse categorieën, gekeken naar de leeftijd, aandacht geschonken tijdens de trainingen aan het opleiden van spelers.

Het jeugdvoetballeerproces is in grote lijnen schematisch als volgt weer te geven (KNVB richtlijn).

Elke keer als spelers doorgroeien naar een volgende leeftijdscategorie, komt er een doel bij:

Onder 7 heeft bijvoorbeeld één doel: het beheersen van de bal, dat doel blijft net als de doelen van de volgende leeftijdscategorieën staan tot Onder 19, die categorie heeft dus zeven doelen. De doelen zijn afgestemd op de leeftijd van de kinderen, maar kunnen tegelijkertijd in één oefening trainbaar zijn.

- O6 & O7 : beheersen van de bal;
- O8 & O9 : doelgericht handelen met de bal;
- O10 & O11 : doelgericht samenspelen;
- O12 & O13 : spelen vanuit een basistaak;
- O14 & O15 : afstemmen basistaken binnen het team;
- O16 & O17 : spelen als een team;
- O18 & O19 : presteren als een team in de competitie.

Subdoelstellingen

Naast de algemene doelen, zijn er per leeftijdscategorie ook subdoelstellingen geformuleerd op basis van veelvoorkomende wedstrijdsituaties:

- Opbouwen
- Scoren
- Verstoren van de opbouw
- Doelpunten voorkomen
- Omschakelmomenten (vanaf Onder 13)

Wel zal de hierboven beschreven situaties qua leerfase in de trainingen en wedstrijden continue afgewogen dienen te worden, gekeken naar de kwaliteiten binnen het elftal. Plezier moet altijd voorop staan in deze!



6.3 Voetbaleigen vormen

Er wordt met regelmaat gesproken over “Voetbaleigen vormen” welke eigenlijk alle basisvormen, gestimuleerd door de KNVB om deze te gebruiken, behelst. Om een ieder hiermee kennis te laten



maken (m.b.t. het geven van training) wordt hier verder aandacht aan besteed, wat hiermee wordt bedoeld.

**Wel wordt door de KNVB steeds meer gestimuleerd om zeker bij de oudere leeftijdscategorie (O19, O17, en O15 categorie) steeds meer in partijvormen bepaalde tekortkomingen/verbeterpunten trainbaar te maken. Dit vergt echter van de trainers wel de vaardigheid, ervaring en de kennis hiermee om te gaan. Binnen de partijspelen moet je door middel van aansturing (laten zien!) hoe bijvoorbeeld de opbouw van achteruit plaats moet vinden, gekeken naar het systeem (1:4:3:3) of de wijze van druk zetten door de voorhoede in samenwerking met de rest van het elftal (middenveld en achterhoede). Dit vindt tevens ook plaats bij de O11 en in mindere mate O9-jeugd, waar na een leerfase (bepaalde oefening om iets te verbeteren) een oefenfase plaats vindt om dit binnen een partijspel (4:4) verder te ontwikkelen of toetsen.*

Hieronder worden de 4 “Voetbaleigen vormen” weergegeven die tijdens een training gegeven kunnen worden om je doel te bereiken. Binnen deze vormen kun je spelen met weerstanden zoals ruimtes/aantallen spelers/bijv. maximaal 2 of 3 raken.

A. Partijspelen (3:3 / 4:4 /7:7)

Doelstelling: coachen c.q. bereiken van je doelstelling/confronteren met de weerstanden / moeilijkheidsfactoren, zoals deze in een echte wedstrijd voorkomen.

Organisatie:

- afgebakend speelveld (pionnen);
- omgaan met spelregels;
- afmetingen;
- spelorganisatie;
- grootte van de doelen.

**Partijspelen worden in het huidige trainen steeds meer gebruikt om bepaalde situaties/tekortkomingen te trainen. Het ligt natuurlijk dicht bij de wedstrijd en spelers kunnen vanuit hun eigen posities verbeteren of geconfronteerd worden met bepaalde situaties. Dit geldt voor zowel een linie (bijv. opbouw achteruit) of een flank (verbeteren samenwerking rechterkant).*

B. Lijnvoetbal:

Doelstelling: Coachen in/confronteren met de specifieke kenmerken van deze vorm; als middel gebruiken om met name aanvallend of verdedigend te verbeteren. Dit kan zijn individueel of als linie (communicatie/samenwerking).

Balbezit:

- Geduld door spelen balbezit of middels korte/lange pass verplaatsen van het spel;
- Initiatief nemen → individuele actie/scoren;
- Doordat niet op een doel kan worden geschoten, moet er een actie worden gemaakt (na samenspel).

Balbezit tegenstander:

- Goed afschermen/verdedigen van gehele lijn of gedeelte daarvan;
- Communicatie onderling (oa. afstanden/speler overnemen bij veel beweging);
- Juiste moment kiezen om bal te veroveren;
- Verdedigend 1:1, hoe staan/reageren niet te snel “happen”.

Organisatie:

- Afgebakend speelveld;
- Doel aangeven: lijn, gedeelte lijn, doeltjes op lijn;
- Omgaan met spelregels; scoren met dribbel/koppend;
- Spelorganisatie; vleugels of beweeglijke spitsen;



- Rol van de doelverdediger!.

C. Positiespel (5:2 / 7:4 of aangepast):

Doelstelling: Het verbeteren van spelen op balbezit met als uiteindelijk doel te komen tot scoren!!
Positiespel kun je benutten voor diverse doeleinden; samenspel c.q. spelen op balbezit of individuele/technische vaardigheden verbeteren bijv. aanname/passing.

Doel van balbezit:

- Spelen op balbezit; positie kiezen/aanspeelbaar zijn;
- Ontwikkelen van technische vaardigheden (bijv. opendraaien, stoppen cq aannemen van de bal);
- Het uit de dekking/druk van de verdedigers komen;
- Kort/lang spel → spel verplaatsen;
- Het in een afgebakende, grote of kleine ruimte kunnen spelen; Handelingssnelheid.

Organisatie:

- Spel moet wel gespeeld kunnen worden; niet te kleine ruimte;
- Vorm van het speelveld bepaalt het doel (breed/kort = breedtespel/verleggen; lang/smal = diepte);
- Afmetingen (afhankelijk van leeftijd en kwaliteit);
- Aantal spelers;
- Rol van de verdedigers (op tijd rust geven);
- Wedstrijdvorm / prestatiemiddelen.

Doel algemeen:

- Zoveel mogelijk voetbalhandelingen verrichten (met de bal bezig zijn);
- Snel aan de gang; tijd nuttig besteden;
- Juiste weerstand kiezen (bijv. 7:3 i.p.v. 7:4);
- Verbeteren van technische vaardigheden voor oplossen van voetbalsituaties (bijvoorbeeld O15/O13-jeugd);
- O17/O15-jeugd idem + meer mogelijkheden ten aanzien van het tactische element (8:7).

D. Het duel 1:1/2:2:

Doelstelling:

- Coachen idem, gezien nu de 1 : 1 situatie, met relatie tot de wedstrijd;
- Verbeteren van of de individuele actie of verdedigend 1:1;
- Altijd specifieke aandacht op of het aanvallende of verdedigende item;
- Hierop coachen en verbeterpunten aanreiken (bijv. verdedigend door de knieën, probeer speler over je sterke been te drijven/zijkant toe, zet schijnaanval in, enz.).

Organisatie:

- Afhankelijk van leeftijd – niveau spelers – bedoelingen, de ruimte bepalen c.q. afbakenen;
- Belangrijk is de arbeid- rustverhouding goed te doceren; doe je dit niet kan dit van invloed zijn op de uitvoering.

Uitgangspunten:

- Er moet véél gepasseerd / verdedigd worden;
- Moet uitnodigend zijn → kunnen score in doeltje, met of zonder keeper (liefst beide);
- Relatie naar wedstrijd leggen;
- Arbeid- rustverhouding goed in de gaten houden.



Besef goed de dit allemaal hulpmiddelen zijn om iets trainbaar te maken; uiteindelijk bepaalt de kwaliteit van de trainer of een speler, elftal of linie beter wordt!



7 Opleiden Keepers

7.1 Algemeen

Een belangrijke positie binnen het elftal is die van de keeper. Tegenwoordig wordt een keeper geacht heel divers te zijn. Naast het tegenhouden van de bal, zijn ook het coachen/aansturen van het elftal (achterhoede) en het meevoetballen, eisen van een keeper in het tegenwoordige voetbal.

Gezien de speelwijze welke binnen dit jeugdbeleidsplan beschreven staat, worden aan aantal zaken, naast het keepeergebeuren extra belangrijk.

Te denken valt aan:

- Opstellen wanneer er druk op de helft van de tegenstander plaats vindt;
- Aansturen van de achterhoede bij bijv. 1:1 situaties (= tactisch inzicht);
- Wanneer VVR initiatief heeft, concentratie op de ballen die komen gaan (scherpte);
- Traptchniek; liefst links- en rechtsbenig met een strakke verre trap.

Ondanks deze punten moeten we ervoor waken dat er meer aandacht wordt besteed aan het meevoetballen dan aan het echte keeperswerk; "het tegenhouden van de bal". Wat dat betreft moeten we de basis niet vergeten en trainen op verschillende facetten zoals: souplesse/lenigheid, afwikkelen, sprong/afzet kracht, reactie, opstelling t.o.v. de bal, het uitkomen bij de hoge ballen van de zijkant, het duel 1:1 enz.

Op een training het uiterste van jezelf eisen en in de wedstrijd zorgen voor de juiste concentratie en scherpte; soms gaat het maar om 1 of 2 moeilijke ballen in een wedstrijd naast het coachen en leiding geven.

In de O9-jeugd is het de bedoeling dat kinderen zichzelf gaan ontdekken. Er wordt om de beurt gekeept en langzaam maar zeker wordt het groepje steeds kleiner.

Deze ontwikkeling zet zich voort binnen de O11-jeugd, waar men langzaam tot een "vaste keeper" komt. Tevens is het streven dat met name de 2^e jaars keepers de eerste keeperstrainingen gaan krijgen, liefst van een "oud keeper" die de beginselen bij kan brengen

Vanaf de O13-jeugd is de insteek 1 x per week keeperstraining en 1 x per week met de groep mee trainen. Probeer altijd contact te hebben (leider/trainer <-> keeperstrainer) om echte tekortkomingen aan te geven.

De O19-1 en O17-1 keeper trainen normaal gesproken met de seniorenkeeperstrainer. Dit om tevens de overgang naar de senioren te vergemakkelijken.

Hieronder een korte weergave wat tijdens de opleiding aan de orde moet komen:

De vaardigheidsgroepen zijn:

1. Technische vaardigheden keepen/voetballen;
2. Tactische vaardigheden;
3. Fysieke vaardigheden;
4. Mentale vaardigheden;

7.2 Overzicht (T)echnische en (M)entale ontwikkeling per leeftijdsgroep

7.2.1 O11-jeugd

T Bal controle, vangen, aannemen, trappen, naar de bal toe leren bewegen, weerstand, verlies incasseren, fouten maken accepteren, leren keuzes maken

M Spelvreugde, angst voor de bal overwinnen, baas over de bal, tactiek, spelinzicht



7.2.2 013-jeugd

- T** Fysieke ontwikkeling gebaseerd op groei tempo, verbeteren reflex, passen, bal technische vaardigheden, leren vallen en opstaan, voetballende kwaliteiten
- M** Organisatie verdediging/middenveld/aanval, tactisch inzicht, tactische basisprincipes, spelvoortzettingen, omschakelingen.

7.2.3 015-jeugd

- T** Bewegen zonder bal. Bal aanneme, voortzettingen, verbeteren van traptechniek, krachtraining, springtechniek, balvastheid, beheersing van basis technieken, vallen, springen, reflex.
- M** Organisatie verdediging/middenveld/aanval, tactisch inzicht, tactische basisprincipes, spelvoortzettingen, omschakelingen, coachen, organiseren verdediging.

7.2.4 017-jeugd

- T** Spelvoortzettingen (trappen, werpen), hardheid, trappen, vangen, stompen, kracht dosering, duel, scherpste.
- M** Mentale weerbaarheid, leren incasseren, keuzes maken

7.2.5 019-jeugd

- T** Handelingssnelheid verhogen, 1:1 duel, weerbaarheid, technische Snelheid, aanscherpen, opbouw keepers Alle technieken beheersen
- M** Mentale ontwikkeling begeleiding, mentale veerkracht

Tevens is het belangrijk enkele duidelijke termen aan te leren welke bij elke categorie terugkomen. Deze zullen door middel van herhalen, erin geslepen moeten worden om duidelijkheid tussen speler en keeper te creëren:

- Los: bal voor de keeper
- Jij: bal voor de speler
- Tijd: speler heeft tijd
- Weg: speler moet de bal wegspeken/schieten
- Niet terug: speler mag de bal niet terugspelen
- Hier / keeper: speler kan de bal terugspelen
- Vooruit: speler moet de bal vooruit spelen

Het fysiek gedeelte is afhankelijk per persoon; wanneer ga je specifiek trainen op sprongkracht (O15 en O17-jeugd, daarna verder uitbreiden), spierontwikkeling (buikspieren) en soepelheid (lenigheid/reflexen).

Verder zal het tactisch gedeelte ook in de reguliere groepstrainingen terugkomen in samenspraak met de keeperstrainer; hoe op te stellen bij welke situatie.

Het streven is dat er op elke categorie of gediplomeerde trainers staan (Keepers coach 2 of 3) of oud keepers die de kwaliteiten hebben het hierboven genoemde over te dragen.

Tevens is communicatie bij overdracht van een keeper naar een hogere categorie, heel belangrijk; hierdoor kan verder gewerkt worden aan de ontwikkeling (persoonlijk/op de persoon gericht) bij de vervolgcategorie.

- Vangtechnieken;
- Rollende ballen oprapen links en rechts;
- Traptechniek, van de grond, dropkick en uit de handen;
- Gooitechniek, strekwerp en rolwerp;
- Stomptechniek, links en rechts en met 2 vuisten tegelijk;



- Afrollen links/rechts;
- Coördinatie; lopen, draaien en keren, vangen (oog / hand);
- Coachen;
- Tweebenig meevoetballen.

O13-jeugd

- De O13-keeper moet door de trainingen worden begeleid in het verdedigen van en een groter doel én een strafschoopgebied. De oefenstof is gelijk aan die van de O11-jeugd. De oefeningen kunnen bij deze groep worden geïntensiveerd.
- Programma vergelijkbaar met de O11-jeugd.
- Valtechniek.

O15-jeugd

- Bij de O15-jeugd kan de moeilijkheidsgraad worden opgevoerd tot een matig niveau.
- Programma vergelijkbaar met de O13-jeugd.
- Eenvoudige reactie;
- Hoge ballen plukken, waarbij geroepen dient te worden;
- Valtechniek;
- Leiding geven aan de achterhoede;
- Sprongkrachtoefeningen met en zonder bal;
- Opstelling keeper in diverse spelsituaties bijvoorbeeld hoekschoop, vrije trap, opstelling "muurtje" enzovoort.

O17-jeugd

- Bij de O17-jeugd kan de moeilijkheidsgraad worden opgevoerd tot een redelijk niveau.
- Programma vergelijkbaar met de O15-jeugd.
- Leidinggeven aan achterhoede.

O19-jeugd

- Bij de O19-jeugd kan de moeilijkheidsgraad worden opgevoerd tot een hoog niveau.
- Programma vergelijkbaar met de O15-jeugd.
- Leiding geven aan achterhoede / middenveld.

8 De speelwijze 1:4:3:3

Alle trainingen zijn het uiteindelijke doel om op het veld een zo optimale prestatie te leveren. Dit alles met een bepaalde visie in een systeem. Hieronder zal in grote lijnen worden beschreven wat te doen in 1^e balbezit en 2^e balbezit tegenstander.

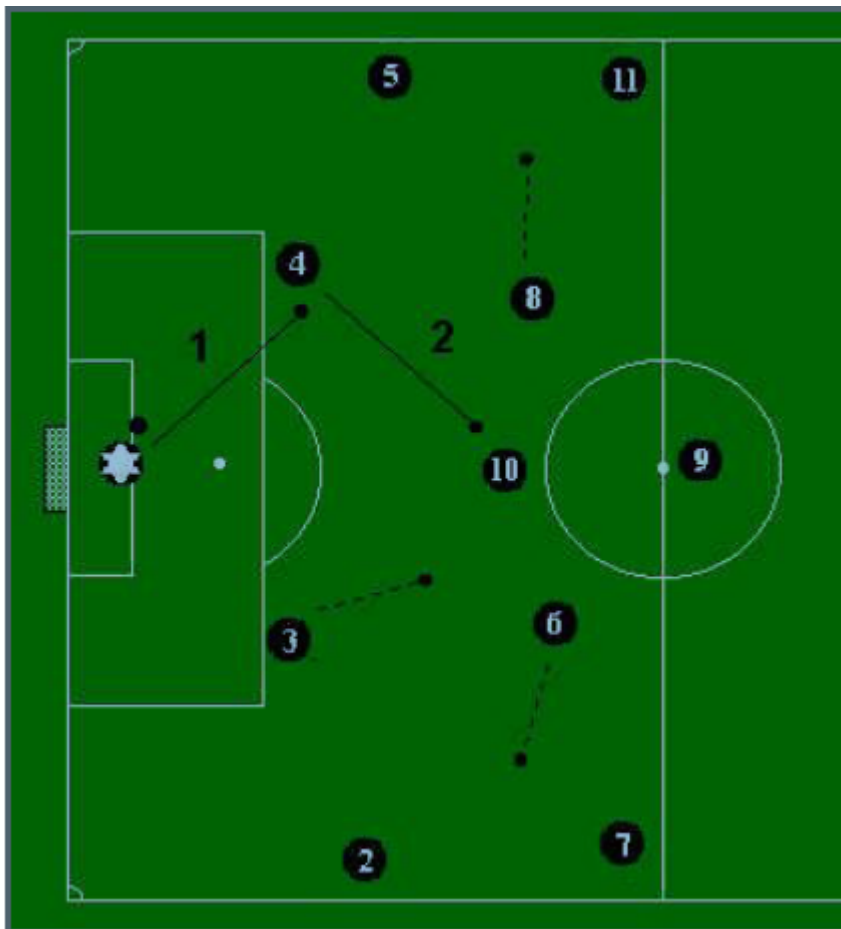
Tevens wordt kort een speelwijze inzichtelijk waar alle E elftallen aan moeten voldoen, dit als opstap naar het uiteindelijke 1:4:3:3 systeem.

8.1 speelwijze elftallen (019 tot en met 013)

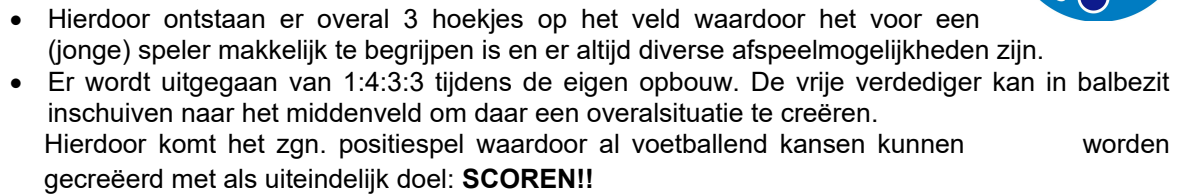
In deze paragraaf wordt in grote lijnen aangegeven wat deze speelwijze inhoudt. Daarvoor worden hier vier momenten onderscheiden:

- Balbezit in de eigen achterhoede;
- Balbezit op ons middenveld of aanval;
- Balbezit van de tegenpartij in hun achterhoede;
- Balbezit van de tegenpartij op hun middenveld of aanval.

Speelwijze waarbij de nr. 10 met de punt naar voren speelt.



- Vier man in U-vorm achterin; hierbij staan de nr. 2 en 5 breed/opengedraaid en diep;
- Buitenste middenvelders staan hierdoor naar binnen;
- Buitenspelers breed.

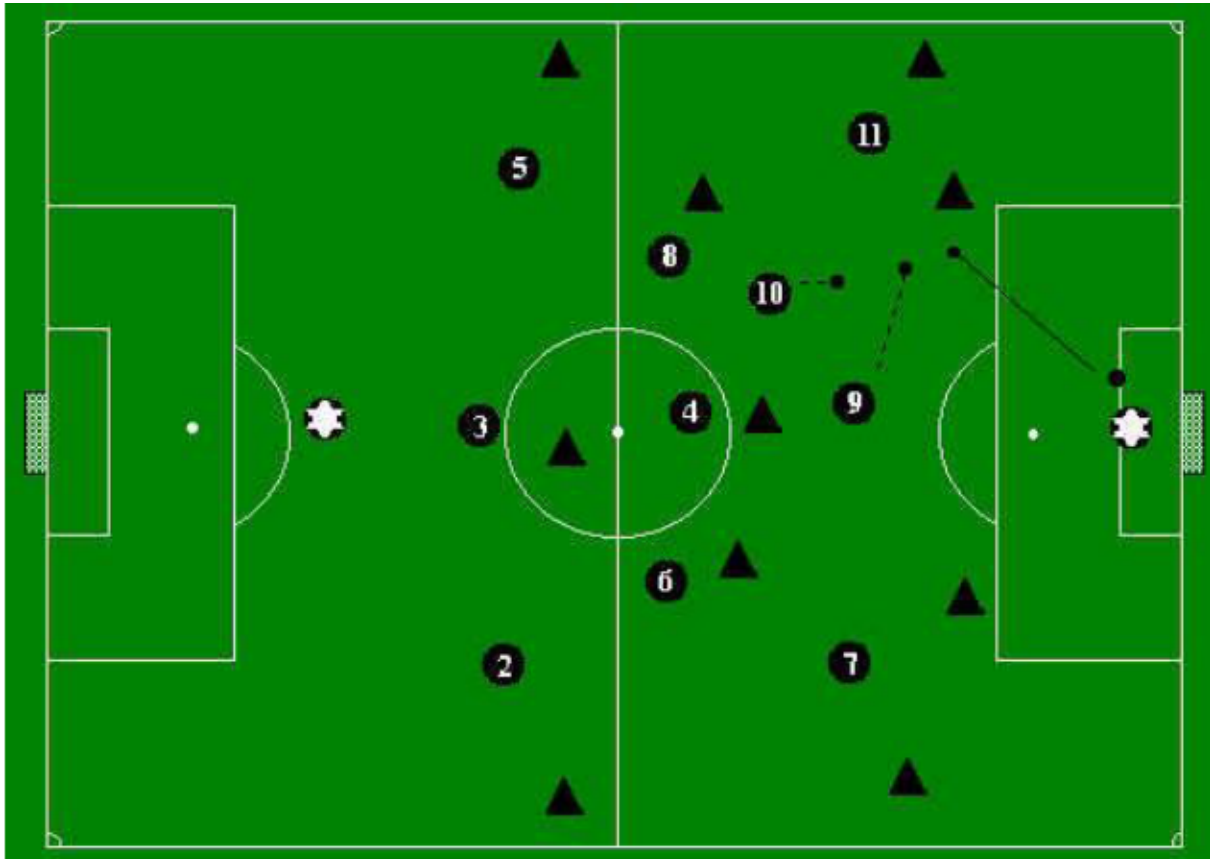


- *Dit alles uitgaande van de ideaalsituatie; wanneer er geen kopsterkte spits staat en er staan 2 lange verdedigers, is het maar de vraag of de voorzet gewenst is. Probeer dan bijv. aan te sturen dat de actie verder wordt doorgevoerd zodat vanaf de zijlijn een lage voorzet komt, zodat er over de grond gescoord kan worden. Dit geldt voor diverse posities zo; voor de nummers 3 en 4 geldt als ideaalsituatie een links- en rechtsbenige. Wanneer je deze niet in je groep hebt wordt dit lastig. Wel kun je er al vroeg mee beginnen (O13-jeugd) om een linksbenige ook rechtsbenig te maken, zodat hij in de toekomst hierin steeds beter wordt.*

- Jeugdbeleidsplan VVR

- Tijdens balbezit op het middenveld en in de aanval is deze formatie dus 1:3:4:3; dit door de doorgeschoven nr. 3 of 4;
- Het is dus de bedoeling dat er met drie spitsen wordt gespeeld: een centrale spits die als aanspeelpunt fungeert en in het 16 meter gebied komt bij voorzetten van de flanken;
- Twee buitenspelers. Door middel van positieospel proberen te komen tot een 1:1 situatie waardoor er een individuele actie wordt vereist;
- Of balbezit houden bijv. wanneer je tegen een overtal staat of je tegenstander sneller is. Kom dan meer in de bal en probeer samen met een opkomende nr. 2 en 5 of 6 en 8 het gevaar te creëren langs de zijlijn (overalsituatie/maken van een 1-2 en doorbewegen).

Speelwijze wanneer er druk wordt gezet op de tegenstander



- Één op één achterin;
- Doorgeschoven nr. 3 of 4;
- Druk zetten op helft van de tegenpartij; zijanten in laten spelen (ruimte laten) en dan de druk te zetten op de tegenstander (kantelen/ruimte aan die zijkant klein maken).
- Bij balbezit van de tegenpartij in hun achterhoede, is de formatie 1:3:4:3. Dit houdt in dat er achterin één op één wordt gespeeld, ervan uitgaande dat de tegenstander met drie spitsen speelt.
- Er is hierdoor geen sprake van een vrije verdediger (die onder te geringe weerstand speelt); de drie verdedigers hebben geen rugdekking, waardoor zij hun verdedigende taken onder druk moeten uitvoeren; al lerende en aangestuurd door de trainer, wordt onder weerstand een verdediger opgeleid. (positioneel opstellen/wanneer kort wanneer ruimte laten);
- Men mag fouten maken daar het veel tijd kost om deze manier van verdedigen te beheersen. Wanneer hiermee bij de O13-jeugd wordt gestart, zal gedurende de opleiding de wijze van verdedigen steeds meer bekend raken bij de spelers;



gemaakt individueel en als team. Ook kan er worden ingespeeld op behoefte c.q. tekortkomingen in de toekomst zodat er een goede basis kan worden gelegd waarop VVR verder kan doorontwikkelen.

Het is aan de trainer om vanuit deze speelstijl te trainen en prioriteiten te stellen waar als eerste de aandacht besteed wordt op de training. Dit alles om het spel/de speelwijze te verbeteren. Schroom niet om wat langer bij een tekortkoming of verbetermoment stil te staan; vaak zal 1 of 2 trainingen niet volstaan.

Zo zal in de O13-jeugd meer aandacht moeten worden besteed aan de manier van spelen, hoe te staan, zodanig dat spelers snappen hoe deze speelwijze uit voeren.

Zo kunnen tijdens de opleiding stappen worden gemaakt bij elke leeftijdscategorie. Hier zullen we in het volgende hoofdstuk aandacht aan besteden en komen de volgende items aan de orde.

1. Opbouw van achteruit en hoe te staan als team (O13-jeugd); tevens 1^e stappen/visie wanneer de tegenstander balbezit heeft.
2. Meer aandacht aan de verschillende manieren van opbouw/te komen tot een aanval (O15 /O17/O19-jeugd) en hoe te reageren bij bepaalde situaties bij balbezit tegenstander.
 - Overtal creëren op het middenveld d.m.v. de doorgeschoven centrale verdediger
 - Of via de flanken (de nummers 2 en 5) in samenwerking met de nummers 7 en 11
 - Of proberen 1:1 situatie te creëren (flanken) d.m.v. positiespel
 - Verder ontwikkelen wat “kantelen” inhoudt, daar waar de bal is.
 - Het spelen van 1:1 achterin; hoe positioneel te staan, toch elkaar rugdekking geven en het duel 1:1 zelf
 - Verbeteren van traptechniek individueel; centrale verdedigers voor de “crosspass” , de flankspelers voor de voorzet, de spits voor het schot op doel (links als rechts), enz.
 - Aanvallend 1:1 het maken van de actie (passeerbeweging/schijnbeweging)

**Dit zal tijdens de trainersbijeenkomsten een vast agendapunt worden waar de ontwikkelingen cq aandachtspunten maar ook behoeftes aan de orde zullen komen om uiteindelijk tot een gestructureerde opleiding te komen.*

Communicatie is hierin vereist zodat niet alleen de ontwikkeling van spelers maar ook van linies, flanken en uiteindelijk de speelwijze, verbeterd zal worden.

*Het is goed dat er tijdens de opleiding in de O19 of O17-jeugd aandacht wordt besteed aan het systeem 1:4:4:2 (zie **bijlage 3**) zodat ook deze speelwijze in grote lijnen wordt beheerst door de spelers; de hoofdlijn blijft echter 1:4:3:3 welke als een rode draad door de jeugdopleiding loopt.*

8.2 Speelwijze 0 6/7 tm 011-jeugd

Ook voor de O11 en O9-jeugd is het belangrijk om daar al te beginnen met het aanbrengen van een bepaalde structuur, zodat daar reeds een basis wordt gelegd voor de speelwijze 1:4:3:3. Uitgangspunt is 1:2:3:2/1:3:3:1 dan wel in 3 linies gesproken. met telkens de punt vooruit; dit vooral bestemd om in balbezit tekens 3 hoekjes te creëren in het veld. Tevens leert de keeper zo om mee te voetballen (opbouw van achteruit).

Het begint bij de O 7 waar men 4:4 speelt en waar men probeert te spelen met linies (ruit), iets wat gezien de leeftijd en speelse karakter niet altijd lukt..

Bij de O8 en O9-jeugd speelt men 6:6 waar de linies/posities meer de aandacht krijgen, dit in een kleine ruimte.

Hier is het zaak vooral simpel te denken en te praten. Dit houdt in alleen te praten over 3 linies (1:3:2/1:2:2:1). Zeker bij de 1^e jaars zal de opstelling welke bij de start wordt neergezet, snel verdwijnen wat hoort bij deze categorie c.q. leeftijd.

Blijf het op een **speelse** manier brengen, zodat in het tweede jaar (heel langzaam) steeds meer structuur hierin komt.



O10/11-jeugd

Hier steeds meer handhaven van de speelstijl en ook aangeven per functie wat te doen in balbezit. Laat vooral de speler ontdekken hoe men in bepaalde situaties nog beter had kunnen beslissen.

Er wordt bewust niet gespeld met een “echte” laatste man, maar een doorgeschoven speler om een zgn. “overtal” te creëren. Tevens bied wanneer deze formatie wordt gehouden, tekens afspeelmogelijkheden. De functie van laatste man wordt overgenomen door de keeper, die ook zo leert mee te voetballen en op deze wijze aan traptechniek werkt.

Wanneer de tegenstander balbezit heeft, probeer zoveel mogelijk naar voren te verdedigen en “druk” te zetten op de tegenstander; hierdoor staat iedereen in het veld 1 tegen 1 waar een speler ook weer van leert!

Voorbeeld 8:8 met functies:



Aandachtspunten:

- Laat een kind ook de actie maken; iemand die een actie heeft, laten doen! Wijs een kind erop dat het niet raadzaam is, dit voor je eigen goal/doel te doen;
- Besef goed dat er veel fout gaat; toch altijd positief coachen/stimuleren en gaat iemand regelmatig in de fout, hem/haar er rustig op wijzen; **Plezier <-> Leerfase!**;
- Blijf hameren op de organisatie in het veld en het waarom!!





OPTIMALE WEDSTRIJDVORMEN



- VVR heeft ervoor gekozen om direct 4: 4 te spelen bij beginnende leden (6 jaar). Er zitten meer voetbalelementen in en men heeft meer een team (4 tal) i.p.v. koppels/tweetallen.

Scheidsrechters

Het vinden van voldoende en gekwalificeerde scheidsrechters is een uitdaging waarvoor wij ons gesteld zien. Het stimuleren van jeugdspelers/leden gevolgd door het verzorgen van een cursus (1 x per 3/4 jaar), zal hierbij een belangrijke pijler zijn.



Het is er VVR alles aan gelegen om op de speeldagen ervoor te zorgen dat zoveel mogelijk wedstrijden worden gefloten door scheidsrechters welke door de coördinator worden geplaatst bij een bepaalde categorie. Hierbij wordt gekeken naar leeftijd en kwalificatie om op een bepaald niveau te mogen fluiten.

Buiten het stimuleren van jeugdleden tot het fluiten van wedstrijden en het organiseren van scheidsrechtercursussen faciliteert VVR voor scheidsrechters die wedstrijden bij VVR fluiten desgewenst een tenue, een kleine vergoeding en eten en drinken.

- Gezien de veranderingen bij de diverse (jongere) jeugdcategorieën, zijn spelbegeleiders of scheidsrechters tm O11 gewenst. Er wordt door de scheidsrechter coördinator getracht dit wekelijks in te vullen. Wanneer dit niet lukt wordt het desbetreffende team ingelicht en zal men zelf voor een oplossing moeten zorgen.
- Het huidige beleid van de KNVB is dat men (lees VVR) ook in de 1^e klas zelf voor een scheidsrechter moet zorgen, iets wat voor meer druk zorgt binnen de vereniging om wekelijks dit verantwoord in te vullen.



VVR zal trachten door interne werving het scheidsrechters bestand op pijl te houden en zo ervoor te zorgen dat in toekomst alle wedstrijden op een sportieve en verantwoordelijke wijze kunnen worden gespeeld. Een samenwerking met onze Zusterverenigingen zou in de toekomst wenselijk zijn om gezamenlijk dit probleem aan te pakken.

9 Normen en waarden

Normen en waarden binnen VVR

- Respect tonen voor mensen rondom de vereniging; dit geldt ten aanzien van de tegenstander en scheidsrechter, maar zeker ook voor een ieder die op welke wijze dan ook bij VVR betrokken is (leider, vrijwilliger, barpersoneel, enz.).
 - Geen grof taalgebruik; dit geldt voor zowel de spelers als begeleiding
 - Correct gedrag voor, tijdens en na de wedstrijden/trainingen
 - Tegenstander hand geven voor en na de wedstrijd; na de wedstrijd **altijd** de scheidsrechter.
- Toon discipline binnen de omgang bij VVR. Plezier en discipline staan dicht bij elkaar binnen een vereniging; **juiste discipline vergroot het plezier!**
 - Tijdig aanwezig zijn conform afspraken rondom trainingen en wedstrijden
 - Altijd tijdig afmelden wanneer je niet of later aanwezig bent.
 - Houd je aan de afspraken behorende rondom trainingen en wedstrijden; warming up, wasschema, rijschema enz.
 - Niet roken of alcohol nuttigen in de kleedlokalen
- Ga op een correcte manier om met de accommodatie; dit vergroot de netheid en het plezier en trots op en rondom de velden!
 - Schoenen buiten schoonmaken/afkloppen
 - Kleedruimtes (ook van de tegenstander) altijd schoon achter laten
 - Fietsen in de daarvoor bedoelde stalling plaatsen
 - Rotzooi/afval in de daarvoor bedoelde voorzieningen gooien
 - Tassen in de daarvoor bestemde voorziening plaatsen (niet in de kantine)
 - Niet met voetbalschoenen in de kantine
- Kleding en materiaal; elk elftal beschikt over een compleet kledingpakket van VVR (sponsors); ga hier correct mee om draag dit alleen rondom de wedstrijden.

VVR is er trots op dat alle elftallen uniforme kleding dragen welke door met name door de lokale bedrijven worden gesponsord; zorg dat dit met trots wordt gedragen!



WIJ ZIJN VVR!!

Gezien de huidige regelgeving mag geen alcohol worden verstrekt aan leden onder de 18 jaar

9.2 Vijf gouden tips voor gedrag ouders langs de lijn

Ouders ontladen soms hun opgekropte doordeweekse stress in het weekend bij de sportwedstrijd van hun kind. Ze schreeuwen, vloeken en schelden langs de lijn. Hieronder een vijf- tal tips hoe hiermee om te gaan.

1. Plezier gaat voor presteren! In plaats van 'heb je gewonnen?' en 'heb je gescoord?' kun je ook vragen: 'was het leuk?' en 'hoe ging het?' Zo haal je de nadruk van het presteren af en leer je kinderen dat plezier voorop staat. Vanuit plezier voor een sport gaat een kind presteren naar kunnen.
2. Moedig aan, maar coach niet mee Aanwijzingen geven is verwarrend en afleidend. Hoe goed bedoeld ook, als ouder je kind vanaf de kant coachen en vertellen wat hij moet doen is geen goed idee. Als er een coach is, maakt die afspraken met het team en die kunnen anders zijn dan dat wat jij roept. Daarnaast kan het je kind uit zijn spel halen of ervoor zorgen dat hij zijn zelfvertrouwen kwijtraakt. Zeker als dat wat je roept negatief is.
3. Moedig alle kinderen aan, niet alleen die van jezelf! Niet alle ouders zijn erbij of kunnen erbij zijn. Als iedereen die er staat het hele team aanmoedigt, is dat wel zo leuk voor allemaal.
4. Geef zelf het goede voorbeeld Houd je mond tegen de scheidsrechter. Soms moeilijk maar echt een must: bemoei je niet met de arbitrage! Soms zit het mee en soms zit het tegen, dat hoort bij de sport en wij zijn er om onze kinderen te laten zien en zo te leren dat een scheidsrechter zijn best doet en dat we daar met respect mee om moeten gaan.
5. Laat je kind zijn of haar sport zelf beleven Zelf het 1e team nooit gehaald en is nu je missie dat je kind het wel haalt? Of wil je dolgraag dat de sporttalenten van je kind tot uiting komen? Allemaal heel logisch en prima zolang je die wensen en ambities voor jezelf houdt. Laat je kind zelf aangeven en de leiding nemen in hoe intensief en hoog het wil sporten. Dan beleeft het echt plezier aan zijn sport!





Bijlage 1: Eisen en taken kader Jeugd

Trainer 019-1, 017-1 en 015-1

Eisen:

- Gediplomeerd; UEFA C/Trainer coach III (TC III) senioren/jeugd;
- Of spelerservaring gedurende minimaal 7 jaar van een 1^e elftal op minimaal 4^e/5^e klas niveau;
- Kwalitatief goede training kunnen geven passend binnen het uitgezette beleid door VVR.

Taken:

- Geven van trainingen (minimaal 2x per week), zodat spelers zich individueel en als team verder ontwikkelen;
- Aanwezig zijn op wedstrijddagen (voorbereiding/coaching);
- Het volgen van spelers in verband met het samenstellen van de selectie/elftal voor het nieuwe seizoen (volgen van wedstrijden, contact met trainers/leiders). Eventueel spelen van selectiewedstrijden;
- Het aanwezig zijn tijdens de trainersbijeenkomsten (om de 6/8 weken). Dit om speelwijze, ontwikkeling spelers, enz. te bespreken;
- Het aansturen van het 2^e elftal bij je eigen categorie (O19-1 -> O19-2). Dit om het trainingsniveau cq inhoud, te ondersteunen en zo deze spelers extra te stimuleren. Tevens een leerfase voor de trainers;
- Dit is iets wat binnen VVR momenteel leeft en tijdens de laatste trainersbijeenkomst naar voren kwam. Hopen dat jongens weer makkelijker de stap naar de hoogste elftallen maken.

Trainer 013-1 en 011-1

Eisen:

- Gediplomeerd; Cursus Juniorentrainer;
- Aantoonbare ervaring als trainer of speler gedurende 5 jaar;
- Kwalitatief goede training kunnen geven passend binnen het uitgezette beleid door VVR.

Taken:

- Geven van trainingen (minimaal 2x per week), zodat spelers zich individueel en als team verder ontwikkelen;
- Aanwezig zijn op wedstrijddagen (voorbereiding/coaching);
- Het volgen van spelers in verband met het samenstellen van de selectie/elftal voor het nieuwe seizoen (volgen van wedstrijden, contact met trainers/leiders). Eventueel spelen van selectiewedstrijden;
- Het aanwezig zijn tijdens de trainersbijeenkomsten (om de 6/8 weken). Dit om speelwijze, ontwikkeling spelers, enz. te bespreken;
- Het aansturen van het 2^e elftal bij je eigen categorie (O13-1 -> O13-2). Dit om het trainingsniveau c.q. inhoud, te ondersteunen en zo deze spelers extra te stimuleren. Tevens een leerfase voor de trainers;
- Dit is iets wat binnen VVR momenteel leeft en tijdens de laatste trainersbijeenkomst naar voren kwam. Hopen dat jongens weer makkelijker de stap naar de hoogste elftallen maken.
-



Technisch (jeugd) coördinator

Eisen:

- Gediplomeerd; minimaal UEFA B/Trainer coach II (TC II);
- Gediplomeerd; UEFA C/Trainer coach III (TC III) senioren/jeugd, aangevuld met minimaal 7 jaar ervaring als trainer of een opleiding technisch jeugdcoördinator III.

Taken:

- Het aansturen/begeleiden van de trainers van de O19-1/O17-1/O15-1/O13-1/O11-1, zodat de VVR visie wordt bewaakt en een bepaalde structuur c.q. speelwijze aanwezig is;
- Het organiseren van de trainersbijeenkomsten (trainers hoogste elftallen);
- Het mede beoordelen van de trainers van de hoogste elftallen en terugkoppeling in de evaluatiegesprekken;
- Het bewaken en actualiseren van het Jeugdbeleidsplan;
- Het ondersteunen van de jeugdcoördinatoren van alle categorieën;
- Het ondersteunen/aansturen van trainers van de lagere elftallen (aanreiken oefenstof/ondersteuning op trainingen, enz.);
- Contact met de trainers van de selectie m.b.t. de overgang van jeugdspelers, elftal < 21/23 jaar, enz.



Bijlage 2: Besluitenlijst jeugdcommissie VVR

1. Het maken en bijhouden van een besluitenlijst.
Om de 2 jaar up daten
2. Het “Meiruhetnooi” krijgt, natuurlijk in samenspraak, voorrang op andere toernooien en wedstrijden van de O19 en Seniorenelftallen.
3. De scheidsrechters welke een wedstrijd fluiten (volledig veld) krijgen hiervoor een gepaste vergoeding. Vergoeding bedraagt 8 euro contant of 10 euro op de clubcard.
Voor het begeleiden van O11 / O12 door een jeugdspeler krijgt men een vergoeding van twee consumptie muntjes.
4. Het jeugdtoernooi heeft altijd voorrang op andere activiteiten.
5. Midweekse vriendschappelijke wedstrijden kunnen alleen gepland/gespeeld worden als dat past rekening houdend met het schema van trainende elftallen. Midweekse competitie of bekerwedstrijden kunnen, wegens bijzondere omstandigheden, voorrang krijgen op een training welke gepland stond.
6. De JC is verantwoordelijk voor het regelen van voorwedstrijden (inclusief de diverse communicatielijnen).
7. Voor iedere leeftijdscategorie wordt 1 keer per seizoen een activiteit georganiseerd (bijvoorbeeld kamp, bezoek profwedstrijd etc.). Voor de bijdrage van vvr dient dit via de Coördinator per categorie te verlopen.
8. Elk elftal mag 1x “gratis” gebruik maken van de sporthal bij een algehele afgelasting t.w.v. 40 Euro, daarna komen de kosten voor eigen rekening. De O11- en O9-jeugd moeten dan met minimaal 2 elftallen van de gehele sporthal gebruik maken, anders de sporthal voor een half - of 1/3 deel huren.
9. indien iemand een trainerscursus wil volgen, kan dat op bepaalde condities op kosten van de vereniging. Dit dient dan afgestemd te worden met de jeugdcoördinator c.q. Technische Commissie.
10. Alle teams trainen gedurende het gehele voetbalseizoen dus ook tijdens bepaalde vakanties. De winterstop wordt wat betreft de trainingen door de JC vastgesteld. Insteek is om, als de velden het toelaten, zo veel als mogelijk te trainen. Na de zomerstop zal dit afhankelijk zijn van de gemeente cq vrijgave van de velden na onderhoud.
11. Vanaf november tot en met februari zijn de O11 en O9 pupillen verplicht om met een lange broek aan te trainen.
12. Bij de elftallen die kampioen worden krijgen
 - de leiders/trainers een bos bloemen
 - spelers/speelsters friet, snack en drinken van vvr
 - € 4,- per kind, komt uit de JC-begroting kampioenen

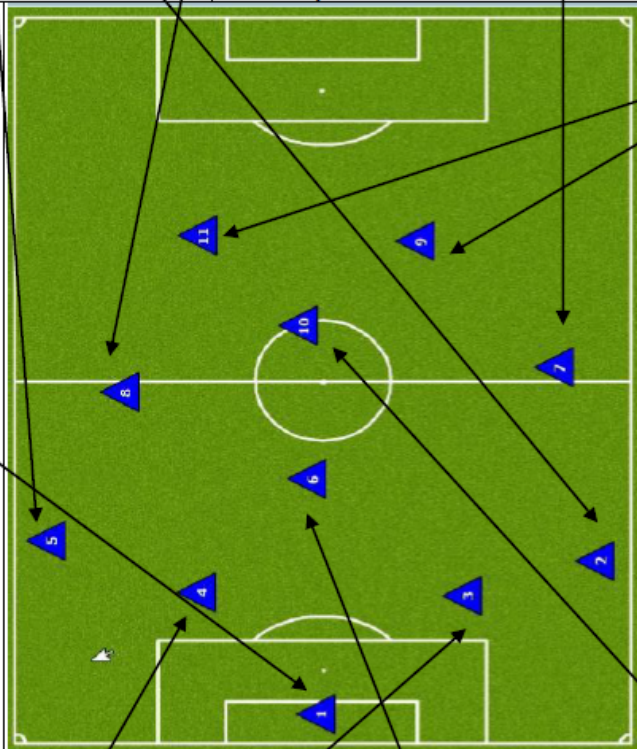
- Foto's worden geplaatst in de Bode op Facebook en Website VVR

13. Alle activiteiten omtrent het deelnemen georganiseerde toernooien / wedstrijden / andere activiteiten met overnachting, moeten altijd gemeld worden bij de JC . Uit toernooien worden normaliter aangestuurd door VVR (toernooicommissie).



Samen op weg naar....

Bijlage 3: Balbezit 1-4-4-2

2 vleugel verdedigers 5 • Speelveld breed maken om de opbouw goed te laten verlopen • Alleen de zone verlaten als de positie overgenomen kan worden • Geen balverlies bij diagonale pass of pass naar eigen centrum verdediger • Sober spelen	7 buitenste middenvelders 8 • Veld breed houden om voor ruimte en aanspeelpunten te zorgen • Door positie spel voor driehoeken zorgen met 5 en 11, 4 en 10 of 11 en 9 (2 en 7 of 7 en 9) • Niet te veel lopen met de bal • Geen balverlies door breedtepasses • Overlappend bij 11 of 9 (niet te vaak) • Gebruik maken van de crosspass op 7, 9 of 6 (11, 7 of 9) • Zo diep en breed mogelijk spelen • Vooractie en passeracties • Achterlijn proberen te halen • Zorgen voor goede voorzetten • Bij voorzetten van de andere kant voor het doel het doel zijn (koppen) • Momenten kiezen om de vleugel verdedigers weg te trekken om ruimte te maken voor voor 5 of 8 (2 of 6): (niet te vaak) • In de juiste zone acties durven maken	
1 doelverdediger • Goed meedoen in het positie spel • Goede voortzetting d.m.v. pass, uitworp, uittrap of doeltrap • Bal met diverse lichaamsdelen kunnen meenemen • Zeer actief blijven, concentratie en coaching		9 centrum spitsen 11 • Voort duren in beweging zijn om de dieptepass gespeeld te krijgen of ruimte te maken voor 10, op goede momenten kruisen uit de rug van de verdediger lopen • In scorings posities komen altijd attent zijn op fouten van de tegenstander, scherp zijn • Goed afschermen, zorgvuldig kaatsen • Risico's durven nemen bij afronding, maar wel bewuste acties maken • Lef tonen • Bewust 1^e of 2^e paal kiezen. Vooral niet te vroeg inkomen.
3 centrale verdediger 4 • Effectieve techniek: snel aannemen en inspelen, Naar voren gericht. • Goed positie spel: voortdurend afstand bewaken • Coachen en goed leiding geven.	6 verdedigende middenvelder • Verplaatsen van het spel • Vooral in voorwaartse richting spelen • Baltempo, circulatiesnelheid bepalen • Elftal door coaching en positie spel bij elkaar "houden" • Momenten kiezen om zich aanvallend in te schakelen	10 aanvallende middenvelder • Eerst heel zuinig met balbezit • Letten op de onderlinge afstanden met 7, 6, 8 en het elftal bij elkaar houden door vasthouden bal/kaatsen • Rust uitstraling, niet te gehaast aanvallen • Momenten kiezen om als 2^e spits in de spits te verschijnen • In de buurt van het doel attent zijn voor de rebound.