



2018-2022

# Voetbaltechnisch Beleidsplan S.V.F

Bestuur S.V.F.

2018-2022

# Inhoudsopgave

Inleiding.....	3
A. Algemeen gedeelte.....	4
1. Beschrijving SVF.....	4
2. Commissie voetbalzaken .....	6
Taken en verantwoordelijkheden .....	6
3. Voetbaltechnische visie van SVF.....	11
4. Doelstelling voetbaltechnisch beleid SVF.....	12
5. Indelingsbeleid SVF.....	13
Jeugd:.....	13
Senioren (heren):.....	13
Senioren (dames):.....	13
Selectieprocedure:.....	13
Overige selectiecriteria: .....	15
6. Begeleiding van spelers .....	17
8. Keeperstraining.....	22
9. Interne scouting.....	23
10. Trainingen en wedstrijden .....	24
11. Activiteiten .....	27
12. Medische begeleiding.....	28
13. Bestuursdienst .....	29
14. Randvoorwaarden uitvoering beleidsplan .....	30
15. Huisregels e.d. ....	31
16. Tot slot.....	32
B. Technisch gedeelte .....	33
1. Inleiding .....	33
2. De training .....	34
A. Trainingsmethodieken.....	34
B. Trainingsopzet .....	35
C. Trainingsvormen .....	36
3. De wedstrijd.....	40
Formatie 6-tal .....	40
Formatie 8-tal .....	40
Formatie 11-tal .....	42
4. Aandachtspunten per leeftijdscategorie jeugd.....	46
O8- en O9-jeugd (6-8 jaar) .....	46
O10 en O11-jeugd (8-10 jaar) .....	48

O12- en O13-jeugd (10-12 jaar) .....	50
O14- en O15-jeugd (12-14 jaar) .....	51
O16- en O17-jeugd (14-16 jaar) .....	53
O18 en O19-jeugd (16-18 jaar) .....	55
5. Keeperstraining.....	57
O8- en O9-jeugd .....	59
O10- en O11-jeugd.....	59
O12- en O13-jeugd.....	59
O14- en O15-jeugd.....	59
O16- en O17-jeugd.....	60
O18- en O19-jeugd.....	60
6. Standaard coachtermen SVF .....	61

## Inleiding

Voor u ligt het voetbaltechnische beleidsplan van de voetbalvereniging SVF. Dit beleidsplan geeft de voetbaltechnische doelen, kaders en uitgangspunten van SVF weer zoals vastgelegd voor de periode 2018-2022. Dit beleidsplan is nauw verweven met, en maakt onderdeel uit van, het algemene, bestuurlijke beleidsplan van SVF.

Het plan beoogt inzicht te geven in de technische organisatie van SVF, geeft de voetbaltechnische doelstellingen weer en geeft inhoud aan de wijze waarop de doelstellingen gerealiseerd kunnen worden. Dit voetbaltechnische beleidsplan is samengesteld vanuit de commissie voetbalzaken, met een speciaal daarvoor samengestelde werkgroep, waarin diverse geledingen binnen de club vertegenwoordigd zijn geweest. Het bestuur van SVF heeft dit plan op 9 juli 2018 goedgekeurd en dit beleidsplan zal geïmplementeerd worden in de senioren- en de jeugdafdeling van onze vereniging met ingang van seizoen 2018-2019. Jaarlijks wordt de inhoud door de commissie voetbalzaken geëvalueerd en waar nodig aangepast.

Het beleidsplan heeft, gelijk aan het algemene, bestuurlijke beleidsplan, een looptijd van vier jaar, van 2018-2022. Aan het einde van de looptijd zal worden geëvalueerd of de beoogde doelen zijn gehaald en/of het plan aanpassing behoeft. Vervolgens zullen de eventuele aanpassingen worden doorgevoerd en ter goedkeuring aan het bestuur worden voorgelegd. Hiermee wordt het beleid voor een volgende periode vastgesteld.

Dit voetbaltechnische beleidsplan is een plan waarin onderdelen en elementen, welke op het technisch beleid van SVF van toepassing zijn, omschreven staan. Het voetbaltechnische beleidsplan is het raamwerk voor de gehele vereniging en zal als zodanig worden bewaakt op inhoud en uitvoering door de commissie voetbalzaken.

Naast dit beleidsplan zal per seizoen een jaarplanning opgesteld worden. Hierin wordt aangegeven wanneer welke activiteiten staan ingepland. Hierbij valt te denken aan vergaderingen, evaluatiegesprekken, (team)indelingsgesprekken, kennisbijeenkomsten etc.

## A. Algemeen gedeelte

### 1. Beschrijving SVF

De voetbalvereniging SVF is met een ledenaantal (bij start seizoen 2017-2018) van ongeveer 120 senioren- (90 heren en 30 dames) en 200 jeugdleden een kleine dorpsvereniging. In het seizoen 2017-2018 komen 20 teams uit in de KNVB-competitie verdeeld over:

Seniorenteams: 5

Jeugdteams: 15

Er kan bij SVF zowel op prestatiegericht (niet op zondagen) als op recreatief niveau gevoetbald worden. Trainingen van alle teams vinden plaats volgens een vast rooster welke aan het begin van het seizoen wordt vastgesteld. Bij SVF voetbalt de jeugd en de selectie senioren (senioren 1 en 2) op zaterdag. Daarnaast voetbalt één recreatief seniorenteam op de zaterdag. Op zondag voetballen één recreatief seniorenteam en het senioren vrouwenteam.

De prestatiegerichte teams komen (seizoen 2017-2018) uit in de volgende klassen:

Senioren Za1: 4e klasse

Senioren Za2: reserve 4e klasse

Dames VR1: 4e klasse

JO19: 2e klasse

JO17-1: 3e klasse

JO15-1: 3e klasse

MO15-1: 3e klasse

JO13-1: 3e klasse

JO11-1: 2e klasse

JO9-1: 3e klasse

De accommodatie bestaat uit een hoofdveld (natuurgras) met tribune, een verlicht tweede veld (kunstgras) en een verlicht trainingsveld. Daarnaast is er een kantine, toezichtruimte, 6 kleedlokalen, 2 scheidsrechterkleedkamers, een massage/EHBO-ruimte en een materiaalruimte. Boven de kantine bevinden zich de bestuurskamer en drie vergader-/overleg ruimtes.

De medische verzorging is in handen van een deskundige, gediplomeerde fysiotherapeut/verzorger. Deze heeft een eigen behandelruimte tot zijn beschikking.

Uit een analyse van de vereniging komen onderstaande sterke en verbeterpunten naar voren:

Sterk:

- Lokale en regionale uitstraling;
- Clubcultuur;

- Financiële situatie;
- Accommodatie en faciliteiten;
- Maatschappelijke verbondenheid;
- Toenemend jeugdledenaantal;

Verbeterpunten:

- Organisatiegraad bestuurlijk en technisch;
- Verbeteren voetbalopleiding jeugd;
- Aansluiting van jeugdopleiding naar de seniorenteams;
- Jeugdtrainers, kwalitatief en kwantitatief;
- Communicatie (intern/extern);

## 2. Commissie voetbalzaken

De commissie voetbalzaken is verantwoordelijk voor het opstellen en bewaken van de inhoud en uitvoering van het voetbaltechnische beleid bij SVF. De taakomschrijving en ambities van de commissie zijn hieronder verwoord. De commissie voetbalzaken van SVF bestaat uit de volgende functies:

Voorzitter (tevens bestuurslid voetbaltechnische zaken)

Commissielid senioren (coördinator senioren)

Commissielid junioren (coördinator junioren)

Commissielid pupillen (coördinator pupillen)

Commissielid dames/meisjes (coördinator dames/meisjes)

Commissielid keepers (coördinator keepers)

Commissielid wedstrijd zaken/scheidsrechter zaken

Commissielid algemene zaken/materialen

Commissielid algemene zaken/verslaglegging

De commissie voetbalzaken wordt bijgestaan door een adviesorgaan welke in ieder geval bestaat uit de hoofdtrainer senioren, de hoofdtrainer junioren en de hoofdtrainer pupillen. Deze kan per seizoen aangevuld worden met derden. Dit adviesorgaan zal minimaal vier keer per seizoen met de voorzitter en de coördinatoren overleggen over alle lopende voetbaltechnische zaken.

De commissie voetbalzaken komt maandelijks samen. De laatste bijeenkomst vóór de winterstop en vóór de zomerstop zullen in ieder geval in het licht staan van het evalueren van de afgelopen seizoenshelft.

### *Taken en verantwoordelijkheden*

De commissie voetbalzaken is verantwoordelijk voor het realiseren van alle in dit beleidsplan opgenomen doelstellingen, ten behoeve van het kunnen beoefenen van de voetbalsport bij SVF door alle voetballende leden. Hierbij wordt sportiviteit en fair play in teamverband uitgedragen en bevorderd. Primaire taak van de commissie is het goed laten functioneren van alle jeugd- en seniorenteams, zowel op prestatiegericht als recreatief vlak. De commissie adviseert het bestuur in het voetbaltechnische beleid en is middels haar voorzitter in het bestuur vertegenwoordigd.

#### **Voorzitter**

De voorzitter van de commissie voetbalzaken geeft leiding aan de commissie en neemt zitting in het bestuur van SVF. De voorzitter draagt zorg en verantwoordelijkheid voor de gehele commissie voetbalzaken.

Taken:

- Toezicht houden op de uitvoering van het voetbaltechnisch beleidsplan;
- Zitting nemen in het bestuur van SVF;

- Voordragen hoofdtrainer senioren aan het bestuur, in samenwerking met het commissielid senioren;
- Voordragen trainer senioren Za2 aan het bestuur, in samenwerking met het commissielid senioren;
- Voordragen hoofdtrainer junioren aan het bestuur, in samenwerking met het commissielid junioren;
- Voordragen hoofdtrainer pupillen aan het bestuur, in samenwerking met het commissielid pupillen;
- Voordragen keepertrainers aan het bestuur, in samenwerking met het commissielid keepers;
- Voeren van evaluatiegesprekken met genoemde trainers, samen met de betreffende coördinator;
- Voeren van evaluatiegesprekken met de verzorger;
- Opstellen trainingsschema's;
- Aanleveren van teamopgaven aan de KNVB;
- Communicatie met KNVB voor wat betreft voetbaltechnische aangelegenheden;
- Onderhouden contacten met overige leden commissie voetbalzaken.

### Commissielid senioren (coördinator senioren)

Het commissielid senioren geeft leiding aan de seniorenafdeling (heren) en draagt er daarmee zorg voor dat de voetbalsport door de volwassen leden kan worden beoefend.

Taken:

- Uitvoering geven aan het voetbaltechnisch beleidsplan;
- Voordragen hoofdtrainer senioren, in samenwerking met de voorzitter commissie voetbalzaken;
- Voordragen trainer senioren Za2, in samenwerking met voorzitter commissie voetbalzaken;
- Voeren van evaluatiegesprekken met genoemde trainers, samen met de voorzitter;
- Zorgdragen voor en toezien op een goede organisatie van de recreatieve seniorenteams;
- Regelmatig bezoeken trainingen en wedstrijden;
- Onderhouden contacten met leid(st)ers en train(st)ers;
- Onderhouden contacten met overige leden commissie voetbalzaken;
- Regelmatig overleggen met trainers/leiders;
- Aanspreekpunt voor seniorentrainers en -leiders. Lost waar mogelijk problemen op in de lijn van het beleid van SVF. Treedt in andere gevallen in overleg met de voorzitter commissie voetbalzaken;
- Contact met de spelers ("weet wat er speelt").

### Commissielid junioren (coördinator junioren)

Het commissielid junioren geeft leiding aan de juniorenafdeling en draagt er daarmee zorg voor dat de voetbalsport door de juniorenleden kan worden beoefend.

Taken:

- Uitvoering geven aan het voetbaltechnisch beleidsplan;
- Voordragen hoofdtrainer junioren, in samenwerking met de voorzitter commissie voetbalzaken;
- Voeren van evaluatiegesprekken met genoemde trainer, samen met de voorzitter;
- Opstellen elftalindeling in samenwerking met de juniorentrainers en -leiders;
- Indelen leid(st)ers;
- Indelen train(st)ers;
- Regelmatig bezoeken trainingen en wedstrijden van alle juniorenteams;
- Onderhouden contacten met leid(st)ers en train(st)ers;
- Onderhouden contacten met overige leden commissie voetbalzaken;
- Regelmatig overleggen met trainers/leiders;
- Aanspreekpunt voor juniorentrainers en -leiders. Lost waar mogelijk problemen op in de lijn van het beleid van SVF. Treedt in andere gevallen in overleg met de voorzitter commissie voetbalzaken;
- Contact met de spelers ("weet wat er speelt");
- Organiseren bijeenkomsten trainers/leiders junioren;
- Organiseren ouderbijeenkomsten.



### Commissielid pupillen (coördinator pupillen)

Het commissielid pupillen geeft leiding aan de pupillenafdeling en draagt er daarmee zorg voor dat de voetbalsport door alle pupillenleden kan worden beoefend.

Taken:

- Uitvoering geven aan het voetbaltechnisch beleidsplan;
- Voordragen hoofdtrainer pupillen, in samenwerking met de voorzitter commissie voetbalzaken;
- Voeren van evaluatiegesprekken met genoemde trainer, samen met de voorzitter;
- Opstellen elftalindeling in samenwerking met de pupillentrainers en -leiders;
- Indelen leid(st)ers;
- Indelen train(st)ers;
- Regelmatig bezoeken trainingen en wedstrijden van alle pupillenteams;
- Onderhouden contacten met leid(st)ers en train(st)ers;
- Onderhouden contacten met overige leden commissie voetbalzaken;
- Regelmatig overleggen met trainers/leiders;
- Aanspreekpunt voor pupillentrainers en -leiders. Lost waar mogelijk problemen op in de lijn van het beleid van SVF. Treedt in andere gevallen in overleg met de voorzitter commissie voetbalzaken;
- Contact met de spelers ("weet wat er speelt");
- Organiseren bijeenkomsten trainers/leiders pupillen;
- Organiseren ouderbijeenkomsten.

### Commissielid dames en meisjes (coördinator dames/meisjes)

Het commissielid dames en meisjes geeft leiding aan de dames/meisjesafdeling en draagt er daarmee zorg voor dat de voetbalsport door de dames- en meisjesleden kan worden beoefend.

Taken:

- Uitvoering geven aan het voetbaltechnisch beleidsplan;
- Voordragen trainer damesteam, in samenwerking met de voorzitter commissie voetbalzaken;
- Voeren van evaluatiegesprekken met genoemde trainer, samen met de voorzitter;
- Opstellen elftalindeling in samenwerking met de trainers en -leiders;
- Indelen leid(st)ers;
- Indelen train(st)ers;
- Regelmatig bezoeken trainingen en wedstrijden van alle dames/meisjesteams;
- Onderhouden contacten met leid(st)ers en train(st)ers;
- Onderhouden contacten met overige leden commissie voetbalzaken;
- Regelmatig overleggen met trainers/leiders;
- Aanspreekpunt voor dames/meisjestrainers en -leiders. Lost waar mogelijk problemen op in de lijn van het beleid van SVF. Treedt in andere gevallen in overleg met de voorzitter commissie voetbalzaken;
- Contact met de spelers ("weet wat er speelt");
- Organiseren bijeenkomsten trainers/leiders dames en meisjes;
- Organiseren ouderbijeenkomsten.

### Commissielid keepers (coördinator keepers)

Het commissielid keepers draagt zorg voor het opleiden/trainen van de keepers.

Taken:

- Uitvoering geven aan het voetbaltechnisch beleidsplan;
- Voordragen keeperstrainer(s), in samenwerking met de voorzitter voetbalcommissie;
- Voeren van evaluatiegesprekken met genoemde trainer, samen met de voorzitter;
- Regelmatig bezoeken trainingen en wedstrijden;
- Onderhouden contacten met keeperstrainers;

- Aanspreekpunt voor keepertrainers. Lost waar mogelijk problemen op in de lijn van het beleid van SVF. Treedt in andere gevallen in overleg met de voorzitter commissie voetbalzaken;
- Contact met de spelers ("weet wat er speelt").
- Onderhouden contacten met overige leden commissie voetbalzaken;
- Regelmatig overleggen met keepertrainers.

### **Commissielid wedstrijd zaken/scheidsrechter zaken**

Het commissielid wedstrijd zaken/scheidsrechter zaken draagt verantwoording voor het inplannen van alle wedstrijden, de veldindeling daarvoor alsmede het inplannen van de scheidsrechters bij thuiswedstrijden, alsmede alle randzaken die hiermee samenhangen.

Taken:

- Uitvoering geven aan het voetbaltechnisch beleidsplan;
- Zorgdragen voor het inplannen van oefenwedstrijden;
- Zorgdragen voor het verstrekken van de benodigde informatie aan de KNVB, ten behoeve van het spelen van competities;
- Zorgdragen voor het indelen van (club)scheidsrechters voor alle thuiswedstrijden;
- Onderhouden contacten met de clubscheidsrechters;
- Onderhouden contact met en aansturen van de wedstrijdsecretaris jeugd;
- Onderhouden contacten met overige leden commissie voetbalzaken.

### **Commissielid algemene zaken/materialen**

Het commissielid algemene zaken/materialen draagt verantwoording voor zaken die niet direct verband houden met bovengenoemde commissieleden. Hieronder vallen bijvoorbeeld: het verzorgen van de bestuursdiensten, het verzorgen/uitreiken van de voetbalkleding, het op orde hebben en houden van trainingsbenodigdheden zoals ballen, pionnen etc.

Taken:

- Uitvoering geven aan het voetbaltechnisch beleidsplan;
- Het verzorgen van bestuursdiensten tijdens thuiswedstrijden. Het bestuurssecretariaat verzorgt de bestuursdienst bij thuiswedstrijden van senioren 1;
- Het verzorgen en uitreiken van de wedstrijdkleding aan jeugd- en seniorenteams;
- Het op orde hebben en houden van voldoende trainingsmateriaal, zoals ballen, pionnen, hesjes etc.;
- Onderhouden contacten met overige leden commissie voetbalzaken.

### **Commissielid algemene zaken/verslaglegging**

Het commissielid algemene zaken/verslaglegging draagt verantwoording voor het op correcte wijze vastleggen, middels verslagen, van hetgeen wordt be- en afgesproken tijdens de maandelijkse vergaderingen van de commissie voetbalzaken.

### **Ambities commissie voetbalzaken**

*Versterken van de verbinding en samenwerking tussen de leiders en trainers.*

Om de continuïteit van alle teams te kunnen waarborgen én om de mogelijkheid van ontwikkeling van de individuele speler te optimaliseren is het belangrijk dat de leiders en trainers van alle teams nauw samenwerken.

### *Begeleiding overgang junioren naar senioren*

Gedurende het seizoen worden wedstrijden met spelers onder 23 gespeeld. Het doel hiervan is:

- Bevordering van een soepele overgang van de O19-junioren naar de senioren;
- Verhoging van het voetbalniveau;
- Overkomende O19-junioren laten wennen aan het niveau van de senioren;
- Spelers van Za2 extra speeltijd geven.

Deze wedstrijden staan onder leiding van de hoofdtrainer junioren, samen met de trainer van Za2. De wedstrijden worden georganiseerd met omliggende verenigingen, in de zogenaamde "Rijnstreek competitie U23". Hierbij is het commissielid senioren in organisatorische zin het aanspreekpunt. Daar waar de planning het toelaat kunnen aanvullende (oefen)wedstrijden met O23 worden gespeeld.

Tegen het einde van het seizoen vindt er een overleg plaats met de overkomende O19-junioren waarin wordt gevraagd naar de persoonlijke ambitie. Bij dit overleg zijn aanwezig het commissielid junioren en de hoofdtrainer junioren.

In principe starten de overkomende O19-junioren in de voorbereiding van het seizoen bij de senioren in de A/B selectie. Wanneer dit niet het gewenste resultaat oplevert wordt gezocht naar passende oplossing.

*Alle teams, vanaf O13, worden getraind in de speelwijze van SVF, opbouw van achteruit en spelend in een 1:4:3:3 systeem*

De visie op de speelwijze van SVF geldt niet alleen voor prestatiegerichte teams, maar ook voor de recreatieve teams. Gezamenlijk heeft SVF de ambitie het niveau hoog te houden en attractief voetbal te spelen. Dit maakt ook de doorstroom gemakkelijker.

*Het bijbrengen van weerstand is belangrijker dan prestatie.*

Hoe ga je om met verlies en wat doe je als je niet lekker presteert? SVF vindt het belangrijk om de jeugd bewust te maken van diverse weerstanden en de wijze waarop zij hiermee om kunnen gaan. Dit maakt hen weerbaarder voor de toekomst. De teams worden dan ook altijd ingedeeld in een klasse waarin zij voldoende uitgedaagd worden.

*Ook de recreatieve teams worden goed begeleid.*

Goede begeleiding van alle teams staat bij SVF hoog in het vaandel. Van de begeleiding wordt dan ook verwacht dat zij de jeugd de gedragsregels van de club bijbrengen en hen opleiden tot de hoogst voor hen mogelijke prestatie.

*Behouden van eigen jeugd voor de senioren.*

SVF vindt het belangrijk om sterke elftallen voor de senioren neer te kunnen zetten, met door SVF opgeleide jeugd. Door een actief verenigingsleven en het stimuleren van vrijwilligheid brengt SVF de jeugdleden verenigingszin bij hoopt daarmee de leden te kunnen behouden voor de senioren.

*Wervingsactiviteiten voor meisjes worden ondersteund.*

Een groot aantal meisjesleden is dan van belang om voldoende doorstroom naar de senioren dames te creëren. SVF streeft ernaar om structureel met minimaal één meisjesteam (elftal) het seizoen te kunnen starten. Daarnaast zal, wanneer mogelijk, een meisjesteam O12/O13 als zeven-/achtal worden geformeerd. Meisjes in de leeftijdscategorie t/m O11 spelen in gemengde jeugdteams.

### 3. Voetbaltechnische visie van SVF

Bij SVF wordt geen onderscheid gemaakt tussen spelers die in een recreatief of prestatiegericht team spelen. Dit bepaalt in belangrijke mate de sfeer binnen SVF, waarin SVF zich blijvend wil onderscheiden.

SVF is een amateurvereniging, die aan spelers geen betalingen verricht. De vereniging wordt grotendeels gedragen door vrijwilligers. Loyaliteit en vrijwillige inzet houden de vereniging draaiende. Spelers van buiten de vereniging aantrekken en deze betalen past niet in deze visie. Investerings in spelers kunnen succes op korte termijn ten gevolge hebben, maar hiermee wordt de doorstroming van jeugdspelers geremd.

Op voetbaltechnisch gebied, bij jeugdtrainers en trainers van prestatiegerichte seniorenelftallen, staat de kwaliteit voorop. Gestreefd wordt naar voldoende (zie doelstelling) gekwalificeerde (gediplomeerde) trainers. Door te investeren in het opleiden en/of aantrekken van gekwalificeerde trainers wordt de opleiding van jeugdspelers en verdere ontwikkeling van de seniorenelftallen (lange termijn) bevorderd en geborgd.

SVF wil eigen jeugdspelers opleiden voor het eerste senioren elftal. Dit houdt ook in dat niet de wedstrijdresultaten van de verschillende elftallen, maar de ontwikkeling van de individuele speler voorop staat. Bovendien werken deze twee aspecten synergetisch, ze versterken elkaar. Wanneer de spelers als individuen beter worden, zal normaal gesproken het team ook beter gaan functioneren. Door spelers het belang van teamwork bij te brengen ontwikkelen ze zich tot betere teamspelers.

Voor SVF van belang zijnde principes:

- Initiatiefrijke spelopvatting en speelstijl, waarbij duidelijk besef is van aanvallende en verdedigende taken.
- Bij de prestatiegerichte seniorenelftallen zijn plezier en prestatie in evenwicht (behoort samen te gaan). Bij de recreatieve seniorenelftallen is plezier in beginsel belangrijker dan de prestatie.
- Het jeugdkader (trainers/leiders) heeft bij voorkeur een sterke binding met SVF en is bij voorkeur spelend lid of spelend lid geweest van SVF.
- Het jeugdkader is of wordt geschoold. Aan pupillentrainers wordt de KNVB cursus 'pupillentrainer' aangeboden en aan juniorentainers de cursus 'juniorentainer'. Gestreefd wordt naar een trainer met TC3-diploma bij prestatiegerichte teams bij de junioren.
- Het jeugdkader krijgt gedurende het seizoen kennisbijeenkomsten en bijscholing aangeboden. Deelname hieraan is niet vrijblijvend.
- De hoofdtrainer senioren dient minimaal in het bezit te zijn van een TC3-diploma.
- In de jeugdopleiding wordt getraind volgens de uitgangspunten van de KNVB, mogelijk aangevuld met de Coerver methodiek (zie deel B).
- In de jeugdopleiding heeft het opleiden van spelers prioriteit.
- Flexibiliteit en creativiteit is mogelijk, doch bovenstaande principes blijven primair.

## 4. Doelstelling voetbaltechnisch beleid SVF

De primaire doelstelling van het voetbaltechnisch beleid van SVF is het bevorderen van voetbalniveau en spelplezier bij alle geledingen van de vereniging, door het realiseren van een zo ideaal mogelijk klimaat voor spelers, trainers, begeleiders en andere vrijwilligers.

Als secundaire doelstellingen worden benoemd:

- Het behouden van leden en werven van nieuwe leden;
- Heldere onderlinge afstemming, afspraken, taakverdeling en communicatie tussen trainers, leiders, coördinatoren en overige leden van de commissie voetbalzaken;
- Alle teams spelen op een passend niveau, waarbij recht wordt gedaan aan de eisen van plezier en prestatie.

SVF streeft bij de prestatiegerichte teams naar een volgende indeling:

- SVF Za1 - 4e klasse KNVB, streven naar stabiel derde klasse KNVB
- SVF Za2 - 4e klasse KNVB, streven naar stabiel derde klasse KNVB
- Dames VR1 - 4e klasse KNVB
- Jeugd O11 t/m O19 - 2e klasse KNVB, streven naar deelname in promotiepoule
- Voor de recreatieve teams geldt, dat per seizoen beoordeeld waar het betreffende team het beste tot zijn recht komt.

## 5. Indelingsbeleid SVF

### *Jeugd:*

De indeling van de teams bij de jeugd is de verantwoordelijkheid van de jeugdcoördinatoren, in overleg met de hoofdtrainer junioren en hoofdtrainer pupillen en de jeugdtrainers en -leiders.

Ten aanzien van de jeugdteams vindt communicatie over de teamindelingen plaats via de commissie voetbalzaken.

### *Senioren (heren):*

De hoofdtrainer senioren neemt na overleg met de coördinator senioren, de trainer van Za2 en de leiders 1e en 2e elftal uiteindelijk de beslissing over de samenstelling van het 1e en 2e elftal. Junioren O19 kunnen eventueel worden ingepast conform de daarvoor geldende selectie- en indelingscriteria. Wekelijks op donderdagavond na de training zal overleg plaatsvinden tussen hoofdtrainer, trainer Za2 en de leiders 1e en 2e elftal over de samenstelling van de teams voor de eerstvolgende wedstrijd.

### *Senioren (dames):*

De indeling van de vrouwenteams is de verantwoordelijkheid van de coördinator dames/meisjes en gaat in nauw overleg met de trainers en leiders van de desbetreffende teams.

De volgende teams worden binnen SVF als prestatiegerichte teams aangemerkt:

#### **Senioren:**

SVF Za1

SVF Za2

SVF VR 1

#### **Jeugd:**

JO19-1

JO17-1

JO15-1

MO15-1

JO13-1

JO11-1

### *Selectieprocedure:*

De volgende selectiecriteria worden bij de selectieprocedure gehanteerd:

1. Kwaliteit per positie (techniek/tactiek/fysiek/snelheid/handelingssnelheid);

2. Gedrag (sociale vaardigheden/discipline/mentaliteit);
3. Leeftijd;
4. Sociaal emotionele leeftijd;
5. Kwantiteit (aantal spelers beschikbaar binnen een leeftijdscategorie);
6. Persoonlijke voorkeur.

### **Prestatiegerichte teams senioren**

- De indeling geschiedt op basis van selectiecriteria 1 en 2;.
- De voorbereidingsfase (trainingen en oefenwedstrijden) geldt als selectie periode. Teams zijn vóór de eerste competitie wedstrijd bekend.

#### Overige teams senioren

- Uitgaande van de situatie van meerdere senioren teams (welke geen 'vriendenteams' zijn) wordt bij de indeling de nadruk gelegd op selectiecriteria 1, 2 en 3.

### **Prestatiegerichte teams jeugd**

- De indeling geschiedt op basis van de eerste 4 selectiecriteria. Alleen indien noodzakelijk wordt selectiecriteria 5 hier ook bij betrokken;
- Volgens de jaarplanning maakt de jeugdcoördinator samen met de hoofdtrainer een voorlopige indeling. Hieraan voorafgaand kunnen selectiewedstrijden worden gespeeld;
- Vóór 1 juni is de voorlopige indeling bekend;
- In de maand juni wordt getraind met de nieuwe leeftijdscategorieën. Op basis hiervan kunnen veranderingen plaatsvinden in de teamindelingen. De jeugdcoördinator overlegt hierover medio juni met de hoofdtrainer en de betrokken trainers en leiders;
- Vóór 1 juli zijn de teamindelingen definitief voor het nieuwe seizoen, onder voorbehoud van mutaties in het ledenbestand;
- Tijdens de wisseling van de najaar- en voorjaarcompetitie is er de mogelijkheid tot wijziging van samenstelling van de teams. Hier kan bijvoorbeeld sprake van zijn als een speler zich bovenmatig heeft ontwikkeld en het voor zijn ontwikkeling goed is om in een hogere leeftijdscategorie te gaan spelen.

#### Overige jeugdteams

- De indeling geschiedt op basis van de eerste 5 selectiecriteria;
- In voorkomende gevallen kan, bij de leeftijdscategorieën t/m O9, hierbij selectiecriteria 6 worden betrokken;
- Volgens de jaarplanning maakt de jeugdcoördinator samen met de hoofdtrainer een voorlopige indeling;
- Vóór 1 juni is de voorlopige indeling bekend;
- In de maand juni wordt getraind met de nieuwe leeftijdscategorieën. Op basis hiervan kunnen veranderingen plaatsvinden in de teamindelingen. De jeugdcoördinator overlegt hierover medio juni met de hoofdtrainer en de betrokken trainers en leiders;
- Vóór 1 juli zijn de teamindelingen definitief voor het nieuwe seizoen, onder voorbehoud van mutaties in het ledenbestand;
- Tijdens de wisseling van de najaar- en voorjaarcompetitie is er de mogelijkheid tot wijziging van samenstelling van de teams. Hier kan bijvoorbeeld sprake van zijn als een speler zich bovenmatig heeft ontwikkeld en het voor zijn ontwikkeling goed is om in een hogere leeftijdscategorie te gaan spelen.

### *Overige selectiecriteria:*

Bij de samenstelling van de teams speelt het aantal beschikbare spelers per leeftijdsgroep een grote rol. Dat is inherent aan een vereniging met de omvang als SVF. Het streven, gebaseerd op de mogelijkheden daartoe, is te komen tot teams met een omvang van:

- prestatiegerichte teams O13 t/m O19 (11x11): 14, maximaal 16 spelers
- overige teams O13 t/m O19 (11x11): 14, maximaal 16 spelers
- prestatiegerichte teams O11 en O12 (8x8): 10, maximaal 11 spelers
- overige teams O11 en O12 (8x8): 10, maximaal 11 spelers
- teams O8 en O9 (6x6): 8, maximaal 9 spelers

### **Indeling nieuwe leden**

Nieuwe leden, die zich aanmelden in de loop van het seizoen en aangeven dat ze in een team willen/kunnen spelen, worden na maximaal 4 proeftrainingen geselecteerd voor een bepaald team mits daar ruimte voor is (maximaal aantal spelers nog niet bereikt). De beoordeling en indeling gebeurt door de hoofdtrainers junioren en pupillen, in samenspraak met de jeugdcoördinator.

### **Dispensatie**

Bij jeugdspelers kan dispensatie kan worden verleend op basis van fysieke argumenten, sociaal emotionele argumenten, kwaliteit en aantallen beschikbaar per leeftijdsgroep. Dispensatie wordt verleend door de commissie voetbalzaken en zal altijd in overleg gaan met de speler en zijn ouders/verzorgers. Een en ander met inachtnaam van de daarvoor geldende regels van de KNVB.

### **Vervroegde overgang**

Een jeugdspeler, waar het voor zijn of haar ontwikkeling goed zou zijn om vervroegd over te gaan naar een hogere leeftijdscategorie, kan hiervoor in aanmerking komen mits ouders en speler hier welwillend tegenover staan. De beoordeling ligt in eerste instantie bij de betreffende trainers en de hoofdtrainer, in samenspraak met de jeugdcoördinator en behoeft de goedkeuring van de commissie voetbalzaken. In principe zal zo'n overgang plaatsvinden bij de wisseling tussen najaar- en voorjaarcompetitie.

### **Terugplaatsen speler**

Het uit een team plaatsen of terugzetten van een speler naar een lager elftal geschiedt (voor alle leeftijdsgroepen) alleen na goedkeuring van de commissie voetbalzaken en slechts na goede onderbouwing en communicatie met alle betrokkenen, zoals spelers, eventueel ouders/verzorgers, trainers en leiders, coördinatoren. Criteria hiervoor zijn o.a.

- a. als de speler naar het oordeel van de hoofdtrainer en coördinator beter tot zijn recht komt op een lager niveau;
- b. als de speler naar het oordeel van de hoofdtrainer en coördinator te vaak afwezig is bij trainingen en/of wedstrijden;
- c. als de speler zich misdraagt (niet conform de regels van SVF);
- d. als de speler door een langdurige blessure langere tijd afwezig is geweest;
- e. als de speler te vaak moet afmelden door ziekte, school of werk;
- f. als de speler het zelf aangeeft.

### **Overgang O19-junioren naar senioren prestatieteams**

2e jaars O19-junioren (en bij uitzondering 1e jaars), die in aanmerking komen voor de senioren prestatieteams, kunnen één keer per week mee trainen en ook ingezet worden bij het spelen van



wedstrijden bij senioren prestatieteams. Betreffende O19-junioren zullen dan in beginsel als wisselspeler worden ingezet. Hiertoe worden afspraken gemaakt tussen de hoofdtrainer senioren en hoofdtrainer junioren, in samenspraak met senioren- en juniorencoördinator, eventueel ouders en de betrokken trainers. Bij arbitraire zaken neemt de commissie voetbalzaken de uiteindelijke beslissing.

### **Overgang O19-Junioren naar overige senioren teams**

Voor 2e jaars O19-junioren, die niet in aanmerking komen voor de senioren prestatieteams, wordt een voorstel gemaakt, voor welke seniorenteams de betreffende speler, in aanmerking kan komen. In overleg met de betreffende speler, de senioren- en juniorencoördinator, eventueel ouders en de leiders van de betrokken elftallen worden incidenteel mogelijkheden aangeboden tot het meevoetballen met de betreffende seniorenteams.

## 6. Begeleiding van spelers

Elk team bij SVF dient minimaal te beschikken over een trainer en een (bege-)leider. Deze zijn voor de commissie voetbalzaken de eerste aanspreekpunten voor hun team. Van de trainers en leiders wordt verwacht dat zij op positieve wijze, conform de beleidsregels in dit plan, hun team coachen, begeleiden en zorgdragen voor een plezierige sfeer waarbinnen optimale resultaten kunnen worden neergezet. Het is belangrijk dat zij pedagogische interesses en competenties hebben en het een uitdaging vinden om de maximale prestatie te halen uit zowel het individu als het team, met behoud van spelplezier.

Voor de prestatiegerichte teams zal de commissie voetbalzaken een trainer aanstellen. Deze wordt geacht tevens de coach-functie uit te oefenen en heeft de eindverantwoordelijkheid over het team. Het staat hen vrij om (bege)leiders aan te stellen, indien nodig zal de commissie voetbalzaken hierin ondersteunen.

Voor de recreatieve teams zal de commissie voetbalzaken een trainer aanstellen. Indien mogelijk zal deze tevens de rol van coach vervullen. Zo niet, dan zal de commissie tevens een leider aanstellen. Bij gebrek aan een trainer en/of leider zal een beroep worden gedaan op de ouders van de betreffende spelers, vanuit hun verplichting tot het uitvoeren van een vrijwilligerstaak bij SVF.

### **Functie eisen trainers:**

- Hoofdtrainer senioren (trainer/coach Za1): UEFA C Trainer Coach III senioren
- Assistent trainer senioren (trainer/coach Za2): aantoonbare ervaring
- Hoofdtrainer junioren (trainer/coach JO19-1): UEFA C Trainer Coach III jeugd, of aantoonbare ervaring
- Hoofdtrainer pupillen (trainer/coach JO13-1): UEFA C Trainer Coach III jeugd, of aantoonbare ervaring
- Trainer prestatiegerichte juniorenteams: KNVB juniorentrainer, of aantoonbare ervaring
- Trainer recreatieve juniorenteams: affiniteit en/of ervaring met voetbal
- Trainer prestatiegerichte pupillenteams: KNVB pupillentrainer, of aantoonbare ervaring
- Trainer recreatieve pupillenteams: affiniteit en/of ervaring met voetbal
- Trainer keepers: KNVB Goalkeepercoach C, of aantoonbare ervaring

### **Taakomschrijving hoofdtrainer senioren:**

- Begeleiden van trainingen van seniorenteams;
- Het trainen van de Za1/Za2-seniorensselectie;
- Het coachen van de Za1-senioren;
- Regelmatig overleggen met trainers/leiders samen met coördinator senioren;
- Samenstellen van senioren teams Za1 en Za2, samen met assistent-trainer senioren, coördinator senioren en leiders senioren;
- De speelwijze bepalen voor de wedstrijden;
- Met regelmaat bezoeken van wedstrijden van andere seniorenteams, de O23 en de JO19-1;
- Zitting nemen in de adviesgroep binnen de commissie voetbalzaken;
- Aanwezig zijn op trainings- en wedstrijddagen;
- Vakinhoudelijke ondersteuning bieden aan trainers senioren;
- Het opstellen van een trainingsprogramma voor het komende/lopende seizoen, in overleg met de andere hoofdtrainers en de coördinatoren;
- Het samenstellen van oefenstof voor de senioren.

### **Taakomschrijving hoofdtrainer junioren:**

- Begeleiden van trainingen van juniorenteams;
- Het coachen en trainen van de JO19-1-junioren;
- Het bevorderen en optimaliseren van de groepsprestatie en het groepsgedrag;
- Het op pedagogisch verantwoorde wijze overbrengen van de oefenstof;
- Regelmatig overleggen met trainers/leiders samen met coördinator junioren;
- Adviseren bij het samenstellen van junioren teams, in samenspraak met coördinator, trainers en leiders junioren;
- Bezoeken van wedstrijden van andere juniorenteams;
- Zitting nemen in de adviesgroep binnen de commissie voetbalzaken;
- Begeleiden, samen met de coördinator junioren en senioren, van spelers naar de senioren;
- Coachen en begeleiden van O23-wedstrijden. Tevens samenstellen van de O23-spelersgroep, in overleg met de hoofdtrainer senioren;
- Aanwezig zijn op trainings- en wedstrijddagen;
- Vakinhoudelijke ondersteuning bieden aan trainers junioren;
- Het opstellen van een trainingsprogramma voor het komende/lopende seizoen, in overleg met de andere hoofdtrainers en de coördinatoren;
- Bijhouden van de trainingsopkomst;
- Het samenstellen van oefen-/trainingsstof voor de junioren.

### **Taakomschrijving trainer junioren:**

- Het geven van training aan de toegewezen groep;
- Het bevorderen en optimaliseren van de groepsprestatie en het groepsgedrag;
- Het op pedagogisch verantwoorde wijze overbrengen van de oefenstof;
- Het kunnen voordoen en/of uitleggen van de oefeningen;
- Het rapporteren van bijzonderheden aan de coördinator;
- Regelmatig overleggen met hoofdtrainer junioren en coördinator;
- Het zoveel mogelijk bezoeken van thuiswedstrijden (indien geen coach);
- Overleg met hoofdtrainer junioren en coördinator over spelers overzetten naar ander team;
- Wanneer speler niet aanwezig is zonder afmelding, altijd melden bij coördinator;
- Maken van teamindelingen aan het eind van het seizoen, in samenspraak met coördinator en hoofdtrainer junioren;
- Bekijken van wedstrijden van onderliggende teams;
- Bijhouden van de trainingsopkomst;
- Bijwonen scholings-/kennisbijeenkomsten welke door SVF worden georganiseerd.

### **Taakomschrijving hoofdtrainer pupillen:**

- Begeleiden van trainingen van pupillenteams;
- Het coachen en trainen van de JO13-1-pupillen;
- Het bevorderen en optimaliseren van de groepsprestatie en het groepsgedrag;
- Het op pedagogisch verantwoorde wijze overbrengen van de oefenstof;
- Regelmatig overleggen met trainers/leiders samen met coördinator pupillen;
- Adviseren bij het samenstellen van pupillen teams, in samenspraak met coördinator, trainers en leiders pupillen;
- Bezoeken van wedstrijden van andere pupillenteams;
- Zitting nemen in de adviesgroep binnen de commissie voetbalzaken;
- Aanwezig zijn op trainings- en wedstrijddagen;
- Vakinhoudelijke ondersteuning bieden aan trainers pupillen;
- Het opstellen van een trainingsprogramma voor het komende/lopende seizoen, in overleg met de andere hoofdtrainers en de coördinatoren;

- Bijhouden van de trainingsopkomst;
- Het samenstellen van oefen-/trainingsstof voor de pupillen.

#### **Taakomschrijving trainer pupillen:**

- Het geven van training aan de toegewezen groep;
- Het bevorderen en optimaliseren van de groepsprestatie en het groepsgedrag;
- Het op pedagogisch verantwoorde wijze overbrengen van de oefenstof;
- Het kunnen voordoen en/of uitleggen van de oefeningen;
- Het rapporteren van bijzonderheden aan de coördinator;
- Regelmatig overleggen met de hoofdtrainer pupillen en coördinator;
- Het zoveel mogelijk bezoeken van thuiswedstrijden (indien geen coach);
- Het volgen van een opleiding voor trainers;
- Overleg met coördinator pupillen over spelers overzetten naar ander team;
- Wanneer speler niet aanwezig is zonder afmelding, altijd melden bij coördinator;
- Maken van teamindelingen aan het eind van het seizoen, in samenspraak met coördinator en hoofdtrainer pupillen;
- Bekijken van wedstrijden van onderliggende teams;
- Bijhouden van de trainingsopkomst;
- Bijwonen scholings-/kennisbijeenkomsten welke door SVF worden georganiseerd.

#### **Taakomschrijving trainer keepers:**

- Het geven van training aan keepers van de junioren en pupillen;
- Bepaalt samen met coördinator keepers welke keepers in aanmerking komen voor keeperstraining;
- Bezoeken wedstrijden van de keepers;
- Adviseren aan coördinatoren en trainers welke keeper in aanmerking komt voor welk team;
- Aanreiken oefenstof en inschatten welke oefenstof, op welk niveau en bij welke leeftijd geschikt is;
- De keepers individueel beter laten functioneren;
- Bijhouden van de trainingsopkomst.

#### **Taakomschrijving leid(st)er senioren:**

- Uitvoeren van vooraf bepaalde speelwijze;
- Regelmatig overleggen met trainer en coördinator senioren;
- Rapporteren aan de coördinator senioren;
- In principe heeft ieder team altijd met 2 leid(st)ers. In geval van trainer/coach heeft deze de leiding;
- Namens SVF verantwoordelijkheid dragen voor het team;
- Er voor zorgen dat er altijd begeleiding is, voor, tijdens en na de wedstrijd;
- Na afloop van de wedstrijd toezicht houden in de kleedkamer en zorg dat deze schoon en netjes wordt achter gelaten;
- Zorgen voor het voldoende vervoer bij uitwedstrijden;
- In geval van afgelasting samen met de trainer de training verzorgen;
- Zorgen dat er wedstrijdverslagen komen op de website;
- Zorgen voor de intrapbal(len), die elk team in bruikleen heeft;
- Regelmatig een training van je team bezoeken;
- Zorgen voor assistent-scheidsrechter;
- Bij onvoldoende spelers overleggen met trainer/leider onderliggend team (zie beleidsregels elders in dit document);
- Bij problemen altijd melden bij coördinator senioren.

#### **Taakomschrijving leid(st)er junioren:**

- Uitvoeren van vooraf bepaalde speelwijze;

- Regelmatig overleggen met trainer en coördinator junioren;
- Rapporteren aan de coördinator junioren;
- In principe heeft ieder team altijd 2 leid(st)ers. In geval van een trainer/coach heeft deze de leiding;
- Namens SVF verantwoordelijkheid dragen voor het team;
- Er voor zorgen dat er altijd begeleiding is, voor, tijdens en na de wedstrijd;
- Na afloop van de wedstrijd toezicht houden in de kleedkamer en zorg dat deze schoon en netjes wordt achter gelaten;
- Zorgen voor het voldoende vervoer bij uitwedstrijden;
- In geval van afgelasting samen met de trainer de training verzorgen;
- Zorgen dat er wedstrijdverslagen komen op de website;
- Zorgen voor de intrapbal(len), die elk team in bruikleen heeft;
- Regelmatig een training van je team bezoeken;
- Zorgen voor assistent-scheidsrechter;
- Bij onvoldoende spelers overleggen met trainer/leider onderliggend team (zie beleidsregels elders in dit document);
- Bij problemen altijd melden bij coördinator junioren.

#### **Taakomschrijving leid(st)er pupillen:**

- Uitvoeren van vooraf bepaalde speelwijze;
- Regelmatig overleggen met trainer en coördinator pupillen;
- Rapporteren aan de coördinator pupillen;
- In principe heeft ieder team altijd met 2 leid(st)ers. In geval van trainer/coach heeft deze de leiding;
- Namens SVF verantwoordelijkheid dragen voor het team;
- Er voor zorgen dat er altijd begeleiding is, voor, tijdens en na de wedstrijd;
- Na afloop van de wedstrijd toezicht houden in de kleedkamer en zorg dat deze schoon en netjes wordt achter gelaten;
- Zorgen voor voldoende vervoer bij uitwedstrijden;
- In geval van afgelasting samen met de trainer de training verzorgen;
- Er voor zorgen dat er wedstrijdverslagen komen op de website;
- Zorgen voor de intrapbal(len), die elk team in bruikleen heeft;
- Regelmatig een training van je team bezoeken;
- Zorgen voor assistent-scheidsrechter, alleen bij O13-pupillen;
- Bij onvoldoende spelers overleggen met trainer/leider onderliggend team (zie beleidsregels elders in dit document);
- Bij problemen altijd melden bij coördinator pupillen.

## 7. Kaderbeleid trainers

De senioren- en jeugdtrainers van de prestatiegerichte teams SVF Za1 en JO19-1 hebben hun trainersdiploma conform de KNVB reglementen (minimaal UEFA C Trainer Coach III). Potentiële nieuwe trainers van deze teams worden in de commissie voetbalzaken besproken en voor bestuurlijke instemming voorgedragen aan het hoofdbestuur. De overige trainers van prestatiegerichte teams behoren bij voorkeur minimaal te beschikken over de module van de betreffende leeftijdscategorie welke zij trainen (KNVB pupillen- of juniorentrainer). De jeugdtrainers worden door de commissie voetbalzaken aangesteld op advies van de jeugdcoördinator.

De jeugdtrainers worden ondersteund door de jeugdcoördinatoren door middel van frequente trainersbijeenkomsten, aanbieden van trainingsmodules en thema- en demonstratietrainingen. Waar nodig zal de jeugdcoördinator de jeugdtrainer individueel begeleiden. De hoofdtrainer senioren en hoofdtrainer junioren kunnen de jeugdtrainers desgevraagd ondersteuning bieden bij het voetbaltechnische aspect van de trainingen.

SVF biedt, op verzoek, kandidaat trainers aan op kosten van SVF een cursus te volgen met daarbij het uitgangspunt om na het behalen van het UEFA C TC3 diploma minimaal 3 jaar binnen SVF het trainersvak uit te oefenen. Afspraken worden in een overeenkomst tussen kandidaat trainer en SVF schriftelijk vastgelegd.

## 8. Keeperstraining

Binnen de vereniging wordt gewerkt met een keeperstrainer voor zowel de senioren als de jeugd. Alle keepers van de senioren prestatiegerichte teams én alle jeugdteams van JO11 t/m JO19 krijgen één keer per week keeperstraining aangeboden. Hierbij zullen in ieder geval de keepers van SVF Za1, Za2 en JO19-1 gezamenlijk trainen. Per seizoen zal het trainingsschema worden opgesteld door de coördinator keepers. Voorwaarde voor deelname aan de keeperstrainingen is dat alleen de spelers in aanmerking komen die al echt voor het keepen gekozen hebben. De keeperstrainer heeft regelmatig contact met de hoofdtrainer senioren. De pupillen- en juniorenkeepers worden algemeen opgeleid, waarbij er regelmatig terugkoppeling/overleg is met de hoofdtrainer junioren en hoofdtrainer pupillen.

## 9. Interne scouting

Een goed intern scoutingsysteem is voorwaardelijk bij het kunnen optimaliseren van het selectieproces binnen SVF. De scouting moet gericht zijn op de eerder genoemde selectiecriteria, zoals genoemd in hoofdstuk 5. De interne scouting zal worden verzorgd door de betreffende trainers in samenspraak met de coördinatoren. Van de trainers van de prestatiegerichte teams wordt verwacht dat zij zich hierin ook op de hoogte stellen van de lagere teams.

Twee keer per jaar, volgens de jaarplanning, brengt elke trainer/leider zijn team in kaart met behulp van een beoordelingsformulier. De resultaten en aanbevelingen worden besproken in het overleg met de commissie voetbalzaken.



## 10. Trainingen en wedstrijden

### Algemeen

Bij SVF geldt als regel: niemand staat boven het team en geen enkel team staat boven de vereniging. De samenwerking binnen de teams maar ook tussen de teams wordt van grote waarde geacht. SVF acht de navolgende zaken van groot belang:

*Respectvolle omgang met medespelers, tegenstanders, scheidsrechters, begeleiding en andere betrokkenen binnen de vereniging;*

*Voetbalplezier en voetbalontwikkeling staat voorop, resultaat is daaraan ondergeschikt;*

*Coaching en begeleiding, tijdens trainingen en wedstrijden, dient altijd positief te zijn en gericht op de ontwikkeling van de spelers;*

*De trainer/leider is verantwoordelijk voor het verbale en non verbale gedrag van zijn team, de begeleiding en zichzelf.*

### Trainingen

Aan het begin van elk seizoen wordt door de commissie voetbalzaken een trainingsschema opgesteld. Hierbij wordt in principe aan ieder team de mogelijkheid geboden om twee keer per week te trainen. Uitgangspunt is dat er altijd wordt getraind, alleen bij extreme (weer)omstandigheden (onweer, bliksem, zware storm) zal de trainer kunnen besluiten, in samenspraak met de andere trainers die op hetzelfde moment trainen, de coördinator en/of de consul, om de training af te gelasten. Bij (algehele) afgelasting op wedstrijddagen kan er in beginsel altijd, na overleg met de wedstrijdsecretaris, ook op die wedstrijddagen worden getraind of een andere (teambuilding)activiteit worden georganiseerd. De commissie voetbalzaken streeft er naar dat dit zoveel mogelijk wordt nageleefd.

Als een individuele speler verzoekt tot trainen bij een andere club i.v.m. studie of werk wordt dit door de trainer behandeld, waarbij hij/zij overlegt met de coördinator.

### Wedstrijden

Aan het begin van het seizoen, vóór de start van de reguliere en bekercompetitie, kunnen na minimaal één keer te hebben getraind, oefenwedstrijden plaatsvinden. Deze oefenwedstrijden kunnen vanuit de vereniging, via het wedstrijdsecretariaat, worden georganiseerd. In geval van thuiswedstrijden dient overlegd te worden met het wedstrijdsecretariaat of er ruimte is. Het wedstrijdsecretariaat zal de veldbezetting inplannen en een scheidsrechter beschikbaar stellen. Er dient altijd rekening te worden gehouden met andere (oefen)wedstrijden.

Bij de jeugdteams wordt gestreefd naar minimaal twee toernooien per jaar, in principe na afloop van de reguliere competitie. Deze toernooien worden door de commissie voetbalzaken ingepland, in overleg met de trainers/leiders.

### Wisselbeleid

De trainer/leider is verantwoordelijk voor het wisselbeleid in zijn/haar team. Hierbij dient de doelstelling te zijn dat elke speler, bij gelijke omstandigheden waaronder trainingsopkomst, evenredig veel speeltijd krijgt, gedurende het seizoen. Indien een team door afzegging onvoldoende spelers heeft (inclusief minimaal twee wisselers) om de wedstrijd te kunnen spelen, dient de leid(st)er een beroep te doen op een kwalitatief vergelijkbaar team uit dezelfde leeftijdscategorie. Indien dit niet mogelijk is, en er dient een beroep te worden gedaan op een speler uit een lagere leeftijdscategorie, dan dient dit altijd in samenspraak te gaan met de jeugdcoördinator.

Omdat het aantal teams per seizoen kan wisselen, is hier niet een eenduidig schema voor de handelswijze bij spelerstekort voor te maken. Onderstaand schema is gebaseerd op het seizoen 2017-2018 en dient slechts als leidraad gebruikt worden.

*JO19-1 vraagt spelers eerst bij JO17-1*

JO17-1 vraagt spelers eerst bij JO15-1

JO15-1 vraagt spelers eerst bij JO15-2, dan bij JO13-1

JO15-2 vraagt spelers eerst bij JO15-3, dan bij JO13-1

JO15-3 vraagt spelers eerst bij JO15-2, dan bij JO13-2

JO13-1 vraagt spelers eerst bij JO13-2, dan bij JO11-1 (houdt rekening met de onervarenheid op het grote veld en met de onbekendheid met spelregels)

JO13-2 vraagt spelers eerst bij JO11-1 (houdt rekening met de onervarenheid op het grote veld en met de onbekendheid met spelregels)

JO11-1 vraagt spelers eerst bij JO11-2, dan bij JO9-1

JO11-2 vraagt spelers eerst bij JO11-3, dan bij JO9-1

JO11-3 vraagt spelers eerst bij JO9-2

JO9-1 vraagt spelers eerst bij JO9-2, dan bij JO8-1

JO9-2 vraagt spelers eerst bij JO8-2

JO8-1 vraagt spelers eerst bij JO8-2, dan bij JO7

JO8-2 vraagt spelers eerst bij JO7

### **Speelwijze**

SVF denkt niet dat het noemen van een tactisch systeem als 1-4-3-3 of 1-4-4-2 tot beter voetbal leidt, of tot het soort voetbal dat de vereniging nastreeft. Bovendien kunnen in beide systemen de verschillende posities voetbaltechnisch op allerlei manieren worden ingevuld. Daarom omschrijft SVF de speelwijze die nagestreefd wordt niet in spelsystemen maar als volgt:

*Het uitgangspunt moet zijn dat er gezocht wordt naar 'voetballende' oplossingen. In balbezit is een team in staat tot het zoeken van mogelijkheden hiertoe. Op deze manier kunnen kansen en mogelijkheden worden gecreëerd. Bij balbezit van de tegenstander is dit geen optie, waardoor het spel automatisch beperkt wordt tot verdedigen en tegenhouden. Bovendien kan de tegenstander alleen bij balbezit pogingen ondernemen om een doelpunt te maken. Daarom is balbezit verkrijgen en behouden een van de belangrijkste onderdelen van het voetbal dat SVF nastreeft. Van het systeem mag en kan worden afgeweken, afhankelijk van verschillende externe en interne invloeden. Bijvoorbeeld, bij een minimale voorsprong vlak voor tijd kan gekozen worden voor het uitgangspunt een tegendoelpunt te voorkomen in plaats van het maken van een doelpunt.*

### **Scheidsrechters**

Een voetbalscheidsrechter is een persoon die in een voetbalwedstrijd de beide teams controleert op het navolgen van de regels en het overtreden van de regels bestraft. Bij voetbal is er één scheidsrechter, die aan de zijlijnen wordt ondersteund door twee assistent-scheidsrechters of grensrechters.

SVF onderscheidt twee soorten scheidsrechters. "pupillen scheidsrechters" en "scheidsrechters veldvoetbal". Dit onderscheid is aangebracht omdat de spelregels in deze leeftijdsgroepen aanzienlijk anders zijn. Voor zowel de "pupillen scheidsrechter" als de "scheidsrechter veldvoetbal" zullen met enige regelmaat door de KNVB cursussen worden georganiseerd. Bij voldoende belangstelling kan zo'n cursus bij S.V.F. georganiseerd worden.

Pupillen scheidsrechters fluiten wedstrijden voor teams welke op een half veld spelen (O11- en O12-teams). Hier wordt 8 tegen 8 gespeeld. Als scheidsrechter voor deze wedstrijden zullen optreden de O17-junioren en de O19-junioren. Voordat ze beginnen met fluiten zullen ze een scheidsrechtercursus van S.V.F. aangeboden krijgen om de beginselen van het fluiten te leren. Het deelnemen aan deze cursus en het fungeren als pupillenscheidsrechter is een verplichting voor deze spelers. De wedstrijden van de O8-, O9- en O10-teams worden geleid door een "spelbegeleider". Ook hiervoor zullen de O17- en de O19-junioren optreden.

Scheidsrechters veldvoetbal fluiten wedstrijden voor teams welke op een heel veld spelen. Hier wordt 11 tegen 11 gespeeld. Deze scheidsrechters zijn voornamelijk vrijwilligers, welke met enige regelmaat op wedstrijddagen een wedstrijd willen fluiten. Het volgen van een cursus is niet verplicht maar is wel

een pre. Wel is het wenselijk dat een scheidsrechter veldvoetbal die nog geen cursus heeft gevolgd zelf gevoetbald heeft of in ieder geval kennis heeft van de spelregels.

De scheidsrechters worden ingedeeld door de wedstrijdsecretaris, onder verantwoording van het commissielid wedstrijdzaken. Als er tijdens een wedstrijd problemen optreden moet een scheidsrechter deze melden bij de wedstrijdsecretaris (jeugd) of bij het commissielid wedstrijdzaken (senioren).

### Stagiaires

Ieder jaar krijgen we aanvragen van leden en niet leden om een bepaalde periode stage te kunnen komen lopen. Veelal is dit een maatschappelijke stage welke vanuit school gedaan moet worden maar ook kan dit een stage zijn vanuit een sportopleiding. Om er voor te zorgen dat dit ordelijk en aan de hand van duidelijke afspraken gaat lopen zijn de volgende richtlijnen opgesteld:

Aanmelden gebeurt via de mail bij de voorzitter commissie voetbalzaken;

De voorzitter zal het aanspreekpunt voor de school zijn;

De stagiair krijgt een formulier welke ingevuld moet worden;

Leden van SVF krijgen voorrang boven niet leden;

Een stagiair zal in overleg met de coördinatoren en trainers worden ingedeeld;

Afhankelijk van de opleiding en eigen niveau wordt een team toegewezen;

Stagiair van een sport opleiding, indien ruimte, bij een selectieteam

Spelers uit een selectieteam, indien ruimte, bij een selectieteam

Spelers uit lagere teams bij volgende teams.

Per team kan niet meer dan 1 stagiair worden ingedeeld, met uitzondering van de O7 en O8;

Er moet voldoende leeftijdsverschil zijn:

- Een O19-junior kan maximaal bij een O15-team stage lopen
- Een O17-junior kan maximaal bij een O13-team stage lopen
- Een O15-junior kan maximaal bij een O11-team stage lopen
- Een O13-pupil kan maximaal bij een O9-team stage lopen

\* Tijdens een bijeenkomst met alle stagiaires zal aan hen de regels en wat wij van hen verwachten worden uitgelegd;

\* Na verloop van tijd wordt van de stagiaire verwacht dat hij of zij, afhankelijk van de opleiding die hij of zij volgt, een onderdeel of een volledige training kan verzorgen;

\* Een stagiair zal worden beoordeeld door zijn begeleider (meestal de trainer). Een verslag of kopie hiervan wordt gestuurd naar de coördinator en voorzitter;

\* De coördinator van de categorie waar stage wordt gelopen, zal met regelmaat bekijken of de stagiair de afspraken nakomt en hoe de voortgang is.

## 11. Activiteiten

### Opleiding en evaluatie activiteiten binnen de vereniging

De voetbalcommissie is verantwoordelijk voor het voetbaltechnisch opleiden van het vrijwilligerskader, zijnde (bege)leiders en trainers. Jaarlijks wordt het begeleidingskader scholing op voetbaltechnisch gebied aangeboden, eventueel met medewerking van deskundigen.

Twee keer per jaar, vóór de winterstop en vóór het einde van het seizoen vinden er aan de hand van het voetbaltechnisch beleidsplan evaluatiegesprekken plaats tussen de coördinatoren en de trainers en leiders.

### Nevenactiviteiten

Naast de oefenwedstrijden, competities en trainingen worden er nog tal van nevenactiviteiten georganiseerd zoals:

- 4 tegen 4 toernooien voor de JO7 jeugd
- Winteractiviteiten in de zaal
- Oliebollentoernooi na Nieuwjaar, voor senioren en jeugd vanaf JO17
- Jeugdweek
- Afsluitweekend
- Zaalvoetbal
- Toernooien
- Jeugdvoetbal dag

## 12. Medische begeleiding

De medische taken binnen de vereniging worden uitgevoerd door een gediplomeerde verzorger (opleiding fysiotherapie en/of ingeschreven in het kwaliteitsregister van het Nederlands Genootschap Sportmassage (NGS)). Voorafgaand aan het seizoen maakt de verzorger werkafspraken met de commissie voetbalzaken en spelersgroepen. De verzorger overlegt met spelers en trainers samen over de juiste behandeling van blessures. De verzorger dient op minimaal één vaste trainingsavond beschikbaar te zijn voor alle spelers ter bespreking/behandeling van blessures. Daarnaast is de verzorger bij wedstrijden van het senioren 1 team aanwezig. Bij verhindering zorgt de verzorger zelf, in overleg met SVF, voor een gediplomeerde vervanger. Uitgangspunt bij een blessure is een speler op verantwoorde manier speelklaar te krijgen voor de eerstkomende wedstrijd anders dan via verwijzing/behandeling door de huisarts.

Taken:

- Het medisch verzorgen van onze A selectie voor, tijdens en na de wedstrijden en trainingen bij eventuele blessures, overige spelers en jeugdspelers na afspraak;
- Idem voor de B selectie maar dan alleen bij de trainingen en eventueel na afspraak;
- Het geven van medisch advies aan spelers en trainers;
- Het bijvullen van de E.H.B.O- kasten, -koffers en -trommels en in overleg kunnen eventueel overige zaken aangeschaft worden;
- De benodigde verbandmiddelen komen voor rekening van SVF, waarbij wel overleg dient te zijn met de voorzitter commissie voetbalzaken hieromtrent;
- De werktijden zullen in overleg met de commissie voetbalzaken worden vastgesteld. In ieder geval aanwezig zijn op dinsdag- en donderdagavond tijdens de trainingen en op de wedstrijddagen van de A selectie van 12.00 uur tot 17.00 uur afhankelijk van thuis- of uitwedstrijden.
- Aanwezigheid bij sportieve evenementen georganiseerd door SVF, zoals Mixtoernooi, Familietoernooi, 35+ toernooi en jeugdtoernooien.

## 13. Bestuursdienst

Tijdens de thuiswedstrijden van SVF-teams dient namens SVF iemand aanwezig te zijn die het aanspreekpunt is voor de bezoekende teams. Deze persoon vervult op dat moment de bestuursdienst. De bestuursdiensten worden ingevuld door het commissielid algemene zaken/materialen.

De taken van de bestuursdienst zijn:

- Ontvangen van (de begeleiding van) het bezoekende team;
- Ontvangen van de scheidsrechter;
- Het aanreiken van informatie over kleedkamergebruik en veldindeling;
- Zorgdragen voor tijdige aanvang van de wedstrijden;
- Verzorgen van thee (O15-teams en hoger) of limonade in de rust van de wedstrijden. Een en ander in samenspraak met de kantinedienst;
- Noteren van door de scheidsrechter medegedeelde einduitslag van de wedstrijden;
- Informeren van de voorzitter voetbalcommissie indien een ingedeelde scheidsrechter niet komt opdagen.

## 14. Randvoorwaarden uitvoering beleidsplan

Het bestuur van SVF zal bij uitvoering van dit voetbaltechnisch beleidsplan, daar waar mogelijk, financiële ruimte/faciliteiten, conform gemaakte afspraken, creëren voor:

- Hoofdtrainer senioren (tevens trainer/coach Za1);
- Assistent seniorentrainer (trainer/coach Za2);
- Trainer/coach dames VR1;
- Hoofdtrainer junioren (tevens trainer/coach JO19-1);
- Trainer/coach JO17-1;
- Keeperstrainer;
- Medische begeleiding;
- Opleidingstaken;
- Goede trainingsmaterialen, zoals ballen en doelen;
- Nevenactiviteiten;
- Een goede accommodatie en velden;
- Optimale trainingsmogelijkheden.

## 15. Huisregels e.d.

SVF hanteert naast de in dit beleidsplan geformuleerde beleidsregels ook enkele (huis-) regels. Deze zijn opgenomen in de navolgende documenten:

- Teamregels O9, O8, O7;
- Teamregels O11;
- Teamregels O13;
- Teamregels O15, O17, O19
- Huisregels, kleedkamerreglement, gedragsregels en sancties.

Omdat deze documenten jaarlijks kunnen worden bijgewerkt, maken ze weliswaar onderdeel uit van het beleid van SVF, maar fungeren ze separaat van dit beleidsplan.



## 16. Tot slot

De reden van het samenstellen van dit voetbaltechnisch beleidsplan is dat er duidelijk behoefte bestaat aan een goede, duidelijke en herkenbare technische organisatie binnen SVF. Een herkenbaar en aansprekend plan dat door de gehele vereniging wordt gedragen en uitgedragen draagt daar aan bij en schept duidelijkheid. Het is noodzakelijk dit voetbaltechnisch beleidsplan jaarlijks te toetsen en aan het eind van ieder seizoen te evalueren. De commissie voetbalzaken zal hiervoor zorgdragen. Een ambitieuze vereniging als SVF, waarin wordt gestreefd naar vooruitgang van het niveau van de individuele jeugdspeler, de seniorenspelers en de organisatie, kan niet zonder een technisch beleidsplan.

## B. Technisch gedeelte

### 1. Inleiding

De manier van training geven, duidelijk omschreven doelstellingen per leeftijdscategorie, de leeftijdsspecifieke kenmerken en een duidelijke lijn van jong naar oud, is één van de belangrijkste onderdelen uit dit technisch beleidsplan. Het technisch plan is een leidraad voor trainers en coördinatoren om inhoud te geven aan de (jeugd-)opleiding van SVF. Daarnaast is het technisch plan het uitgangspunt voor de trainersbijeenkomsten, georganiseerd door de (jeugd)coördinatoren. Het technisch plan is een belangrijk instrument om de eerder geformuleerde doelstellingen te behalen.

## 2. De training

### A. Trainingsmethodieken

#### Zeister visie

Tegenwoordig heeft de jeugd veel meer mogelijkheden voor vrijetijdsbesteding dan voorheen. Het voetballen op een trapveldje is daarbij niet meer zo vanzelfsprekend. Vaak heeft men nu slechts de beschikking over één of twee trainingen per week om alle facetten van het voetbalspel onder de knie te krijgen. Mede daardoor heeft de K.N.V.B. een plan ontwikkeld om voetbaltrainingen zo effectief mogelijk in te vullen: de "Zeister Visie". Deze visie gaat uit van een trainingsopzet waarin 'voetbal' centraal staat. De belangrijkste uitgangspunten binnen de "Zeister Visie" zijn:

- voetbaleigen bedoelingen;
- veel herhalingen;
- trainingen afstemmen op de groep;
- juiste coaching.

In de structuur van de "Zeister Visie" wordt onderscheiden:

- de spelbedoeling (winnen)
- de teamfuncties (aanvallen, verdedigen, omschakelen)
- de teamtaken (opbouwen en scoren, doelpunten voorkomen en storen)

De commissie voetbalzaken van SVF staat volledig achter de "Zeister Visie" en is dan ook van mening dat iedere training in principe aan deze uitgangspunten behoort te voldoen.

#### Coerver methodiek

Naast de "Zeister Visie" zijn er nog vele andere trainingsmethoden. Deze zijn echter vaak gericht op één of enkele aspecten binnen het voetbal, terwijl de "Zeister Visie" een integrale methode is. De overige methoden zijn vaak specifieker op een bepaald onderdeel en kunnen dus de nodige aanvulling bieden op de "Zeister Visie". Op deze plaats worden enkele (bekende) methoden genoemd. Wiel Coerver is van mening dat de collectiviteit van het voetbal geheel afhankelijk is van de individuele kwaliteiten van de spelers. Hij vindt dan ook dat er meer behoefte is aan technische scholing. Zijn ideeën zijn in twee boeken opgetekend en zijn erg leerzaam, zowel voor trainers (voorbereiding training) als voor spelers (individuele oefening):

- Voetbal; leerplan voor de ideale voetballer
- Scoren; opleiding voor attractief en productief voetbal

De Coerver methodiek is bij uitstek geschikt om de balvaardigheid te perfectioneren. Het methodisch aanleren van kap-/draai- en passeerbewegingen dient een belangrijke plaats te krijgen binnen de trainingen van SVF.

#### Visie SVF

De manier van trainen zoals SVF die voorstaat is hierna in algemene zin verwoord. In meer specifieke zin zal er een (technisch) jaarplan worden opgesteld. Hiermee wordt beoogd om eenheid in de trainingen te krijgen, gedurende de jeugdopleiding tot en met het seniorenvoetbal.

## *B. Trainingsopzet*

### Vorbereiding

Het is van groot belang dat een training gedegen wordt voorbereid. Een veelvuldig improviserende trainer kan zorgen voor 'stilstaande' momenten, waarbij de concentratie van de (jeugd)spelers kan afnemen. Er dient rekening gehouden te worden met diverse zaken, zoals het aantal aanwezige spelers in verband met bepaalde oefenvormen (afmelden bij afwezigheid!), de trainingsruimte en de aanwezigheid van voldoende materiaal (doeltjes, ballen, hesjes en pionnen/dopjes). Het is aan te bevelen vóór de training de benodigde 'veldjes' voor de diverse oefenvormen uit te zetten.

Ook het voorzien in een bepaalde opbouw in trainingen voor aanvang van het seizoen wordt als positief ervaren. Jaar - en maandplanning kunnen een handvat bieden voor een goede trainingsopbouw. Nuttig kunnen ook 'thematrainingen' zijn (bijvoorbeeld tweewekelijks). Hierin kunnen bepaalde tekortkomingen die uit wedstrijden naar voren komen, individueel en in groepsverband, verbeterd worden.

Trainen op specifieke onderdelen van het voetbal (koppen (nog niet bij de jongste jeugd), trappen, passeren, etc.) kan spelers verder ontwikkelen. Voordoen is daarbij erg belangrijk. Met 'station trainingen', ook wel 'circuittrainingen' genoemd, wordt in groepjes per onderdeel getraind. Trainers kunnen daarbij per 'station' specifieke aanwijzingen geven. Dit motiveert jeugdspelers vaak extra om op die specifieke onderdelen te blijven trainen.

### Inhoud

Het belangrijkste aspect bij een training vormt wellicht de beleving ervan. Een training moet namelijk niet alleen leerzaam zijn, maar ook leuk. Voetballers moeten steeds met plezier naar het voetbalveld komen. Het speelse karakter bij de jongste jeugd moet geleidelijk overgaan in prestatiegericht werken bij de O19-junioren en de senioren. De basis van iedere training dient gevormd te worden door de belangrijkste uitgangspunten binnen de "Zeister Visie". De hier genoemde vier elementen dienen telkens terug te komen.

#### *1. Voetbaleigen bedoelingen*

- zoveel mogelijk gebruik maken van de bal, ook tijdens de warming-up
- spelen om te winnen: doelpunten maken en voorkomen
- werken in afgebakende ruimten (veld is namelijk ook afgebakend)
- wedstrijdgerichte oefeningen

#### *2. Veel herhalingen*

- terug laten komen van bepaalde oefenvormen
- veel beurten tijdens een oefenvorm
- oefenen, oefenen, oefenen! (oefening baart kunst)

### 3. Trainingen afstemmen op de groep

- rekening houden met leeftijd, capaciteiten, fysieke mogelijkheden, etc.
- rekening houden met kwaliteitsverschillen binnen de groep
- oefenvormen zo nodig aanpassen

### 4. Juiste coaching

- motiveren
- spelers beïnvloeden (iets leren)
- spel beïnvloeden (op bepaalde manier laten spelen)
- door: aanwijzingen geven, ingrijpen (spel stilleggen), voordoen, vragen stellen, etc.
- gebruiken van eenduidige coachtermen (zie bijlage)

Naast deze uitgangspunten is er nog een belangrijk aspect wat in de training verwerkt dient te worden, namelijk: weerstand. Te denken valt aan weerstand door:

- de bal - beheersing van de bal
- de tegenspeler - aangaan van duellen
- de medespeler - samenspel
- de spelregels - omgaan met de spelregels
- ruimte - hoe minder ruimte, hoe moeilijker het spel
- tijd - handelingssnelheid

Omdat er tijdens wedstrijden sprake is van deze 'voetbalweerstand', dienen deze ook tijdens trainingen terug te komen. Spelers moeten deze weerstanden namelijk leren kennen en er mee leren omgaan, zodat ook in wedstrijden (onder druk van de tegenstander) een goed resultaat neergezet kan worden.

## C. Trainingsvormen

Wanneer een leider de wedstrijd van zijn/haar team bekijkt, ziet hij/zij wat er fout gaat: de wedstrijd wordt 'gelezen'. De zwakke punten van de wedstrijd zullen de doelstellingen voor volgende trainingen kunnen zijn. Het streven is dan ook dat een leider van een team tevens de trainingen van dat team verzorgt. Als dat niet mogelijk is, is het van belang dat de leider een goede terugkoppeling van de wedstrijden aan de trainer geeft. Er zijn diverse oefenvormen mogelijk in een training. Deze zijn terug te brengen tot een drietal hoofdvormen, te weten:

- basistechnieken: bij de jongste spelers dienen eerst de basistechnieken geoefend te worden, maar er moet zo snel mogelijk weerstand worden ingebouwd.
- positie spelen: zo vroeg mogelijk beginnen met het gevoel voor samenspel. Eerst met een groot overtal, bijvoorbeeld 7:1, later verkleind tot 5:1, 3:1 en 5:2.
- partij spelen: wedstrijden spelen in partijen ('om te winnen!'), waarin bepaalde opdrachten verwerkt kunnen worden (beperken balcontacten, vaste posities, verplicht duel aangaan, etc..).

Binnen deze drie hoofdvormen komen aspecten naar voren die verdeeld kunnen worden onder de kopjes 'techniek', 'tactiek' en 'conditie'.

<b>TECHNIEK</b>	<b>TACTIEK</b>	<b>CONDITIE</b>
passen	aanbieden	sprintsnelheid
dribbelen	wegblijven	sprintkracht
drijven	samenspelen	sprongkracht
stoppen	direct spelen	uithoudingsvermogen
aan-/ meenemen	scoren	coördinatie
passeren	dekken	wendbaarheid
koppen	storen	...
sliding	rust brengen	...
tweebenigheid	...	...

Met deze aspecten zijn vele oefenvormen te maken. Het is daarbij van groot belang rekening te houden met de leeftijdscategorie waarvoor de oefening bedoeld is. Niet alle oefeningen zijn namelijk voor eenieder geschikt. Daarnaast zijn in hoofdstuk 4 per leeftijdscategorie leeftijdsspecifieke kenmerken aangegeven. Ook hiermee dient rekening te worden gehouden bij het bepalen welke oefeningen in welke vorm gewenst zijn. Hieronder zijn aandachtspunten bij de hoofdvormen van trainingen aangegeven.

## Aandachtspunten bij hoofdvormen trainingen

### Dribbelen en drijven

- bal zowel links/ rechts als binnen-/ buitenkant voet raken
- opkijken (niet alleen naar de bal)
- al dan niet onder weerstand
- met schijnbewegingen
- bij dribbelen:
  - tegenspelers opzoeken en uitspelen
  - bal kort aan de voet houden, veel balcontacten
- bij drijven:
  - bal vooruit spelen, maar binnen bereik houden
  - rechtlijnig of met richtingsveranderingen

### Passen en trappen

- binnenkant van voet: nauwkeurig, korte afstanden, snel spel
  - raakvlak is binnenkant van voet tussen wreef en enkel
  - standbeen naar speelrichting gericht, been niet te ver naast bal
  - bovenlichaam iets over bal gebogen
- wreeftrap: hoge balsnelheid, langere afstanden, schoten op doel
  - raakvlak is de wreef
  - standbeen naar speelrichting gericht, been niet te ver naast bal
  - iets schuine aanloop
  - pass door de lucht door 'achterover-hangen'
  - na de pass doorzwaaien met speelbeen
- let op balsnelheid

### **Aan- en meenemen van de bal**

- met alle lichaamsdelen
- over de grond en uit de lucht
- vanuit stand en in beweging
- met (kwart en halve) draai
- met tegenstander (weerstand)
- aandachtspunten:
  - 'in de bal komen'
  - lichaam achter de bal houden
  - naar de bal blijven kijken

### **Jongleren**

- met alle lichaamsdelen
- zowel met links als met rechts
- wedstrijdement (jezelf verbeteren, beste in groep)
- vanaf 'junioren':
  - met verplaatsingen
  - met meerdere spelers

### **Koppen (nog niet bij de jongste jeugd)**

- ogen open bij raken van de bal
- bal midden op voorhoofd raken
- hele lichaam gebruiken (niet alleen hoofd)
- lichaam moet 'spanboog' zijn
- armen en benen zorgen voor balans
- aanspannen van nek- en halsspieren
- timing

### **Duel**

- partijtjes 1:1 (met of zonder doeltje/pion)
- duel in de lucht (kopduel)
- duel om de bal
- aanvallend:
  - tegenstander opzoeken (niet ontwijken)
  - gebruik van schijnbewegingen
  - actie durven maken
- verdedigend:
  - goed gebruik maken van lichaam
  - wanneer gepasseerd: tackle of sliding inzetten

### **Combineren**

- met tweeën (1-2 combinatie)
- met meerdere medespelers
- als afwerkoefening:
  - met twee of meerdere aanvallers
  - al dan niet met verdedigers (weerstand)
  - zonder bal buitenom ('achterlangs') gaan
  - met (schijn-) overname

### **Positiespelen**

- bij pupillen 'lummelen': 6:2, 5:2, 4:1
- bij junioren opbouw in moeilijkheid (6:3, 5:3, 4:2, 3:2, 3:1, 2:1)
- met meerdere vakken (verplaatsen van spel)
- als afwerkoefening (volledige weerstand)

### **Partijspelen**

- 1:1 t/m 7:7, diverse variaties denkbaar
- met numerieke meerder- of minderheid
- altijd in afgebakende ruimte
- veldafmetingen afhankelijk van spelersaantal en intentie van training
- scoringsmogelijkheden (o.a.):
  - in doel (diverse afmetingen)
  - door dribbel over achterlijn (lijnvoetbal)
  - door raken of omtrappen van pion
- al dan niet met keepers
- uitgaande van bepaalde opstelling
- 'vrij spel' of met opdrachten

### **Leerdoelen**

Per leeftijdscategorie zijn leerdoelen te benoemen. Deze leerdoelen dienen de gehele voetbalopleiding meegenomen te worden. Bij de volgende leeftijdscategorie komt er dus een leerdoel bij, zonder dat de vorige komt te vervallen.

O7:	Leren beheersen van de bal
O8 - O9:	Doelgericht leren handelen met de bal
O10 - O11:	Leren samen doelgericht te spelen, mentale weerbaarheid
O12 - O13:	Leren spelen vanuit een basistaak
O14 - O15:	Afstemmen van basistaken binnen het team
O16 - O17:	Spelen als een team
O18 - O19 - senioren:	Presteren als team in de competitie

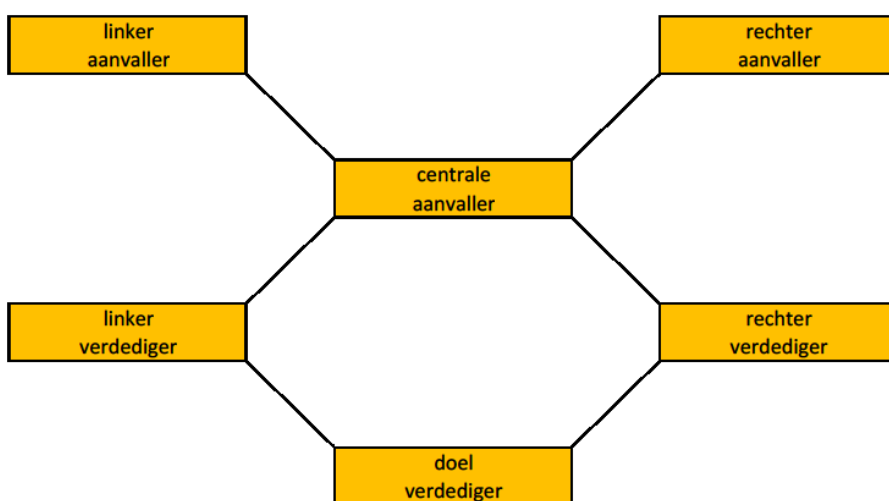


### 3. De wedstrijd

Wanneer een leider de wedstrijd van zijn/haar team bekijkt, ziet hij/zij wat er fout gaat: de wedstrijd wordt 'gelezen'. De zwakke punten van de wedstrijd zullen de doelstellingen voor volgende trainingen kunnen zijn. Het streven is dan ook dat een trainer van een team tevens de begeleiding van dat team tijdens wedstrijden verzorgt. Het gebruik van eenduidige coachtermen is daarbij belangrijk.

#### *Formatie 6-tal*

In de O8- en O9-jeugd (7-8 jaar) wordt gespeeld op (ongeveer) een kwart veld (vanaf seizoen 2018-2019 ook door O10-jeugd). Dit is met ingang van het seizoen 2017-2018 ingevoerd met als doel het spelplezier bij deze jongste jeugd te bevorderen. Er wordt 6 tegen 6 gespeeld, waardoor de spelertjes vaak aan de bal komen en er veel scoringsmogelijkheden zijn, wat de beleving bevordert. Een wedstrijd bij de O8- en O9-pupillen duurt twee keer 20 minuten met eventueel een time-out na 10 minuten. Het opdragen van taken aan deze jeugdige voetballers moet heel voorzichtig gebeuren, laat ze vooral hun eigen mogelijkheden en onmogelijkheden ontdekken. Het plezier in het spel staat daarbij voorop. Pas wanneer opgemerkt wordt dat de spelertjes toe zijn aan meer in teamverband spelen (met de daarbij behorende afspraken), kan daar langzaam, spelenderwijs, mee begonnen worden. Ingewikkelde tactische vondsten zijn niet gewenst, de ontwikkeling van de spelers en het plezier in het spel moeten voorop staan.



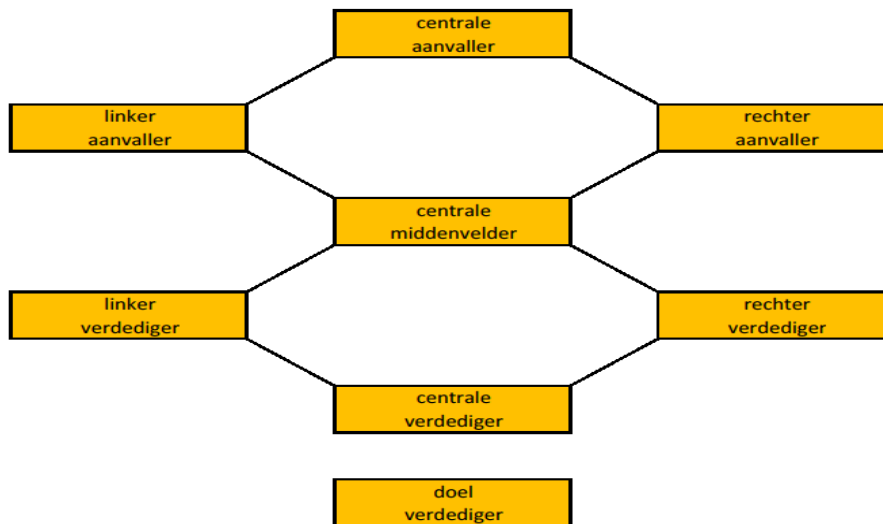
#### *Formatie 8-tal*

In de O11- en O12-jeugd wordt gespeeld op een half veld. Dit past beter bij de jeugd van deze leeftijd (9-10-11 jaar). Er wordt 8 tegen 8 gespeeld (vanaf seizoen 2018-2019 8 tegen 8), waardoor de spelertjes vaak aan de bal komen en er veel scoringsmogelijkheden zijn, wat de beleving bevordert. Een wedstrijd bij deze jeugd duurt twee keer 25 minuten (O11) of twee keer 30 minuten (O12). Met de eerder benoemde spelbedoeling, teamfuncties en teamtaken kan een begin worden gemaakt. Laat de spelers echter ook nog vooral hun eigen mogelijkheden en onmogelijkheden ontdekken. Ingewikkelde tactische vondsten zijn niet gewenst, de ontwikkeling van de spelers en het plezier in het spel moeten voorop staan.

Hieronder wordt de formatie van een achttal, zoals SVF die voorstaat, uiteengezet. Bijbehorende taken en functies worden puntsgewijs aangegeven.

### Basisformatie 8-tal

Op de hieronder geschetste wijze wordt de opstelling gemaakt volgens het "dubbele ruit" model (voor kinderen beter te begrijpen als "dubbele spekje" model). De gedachte hierachter is het creëren van "driehoekjes" in het veld waardoor spelers steeds twee afspeelmogelijkheden hebben. De doelverdediger speelt als laatste man, wat hem moet stimuleren om vanuit zijn positie mee te voetballen (aanspeelbaar te zijn voor de verdedigers).



Taken  
per  
positie

### Doelverdediger

#### *verdedigend:*

- doelpunten voorkomen
- positie kiezen ten opzichte van de bal en mede- en tegenspelers
- coachen van de verdedigers

#### *aanvallend:*

- positie kiezen ten opzichte van de verdedigers
- voortzetting door middel van rollen, werpen, passen of trappen
- fungeren als centrale opbouwer

### Centrale verdediger

#### *verdedigend:*

- voorkomen van doelpunten
- dekken van de centrale aanvaller van de tegenpartij
- rugdekking verzorgen bij teammaatjes
- veld klein houden/ 'naar voren' verdedigen

#### *aanvallend:*

- positie kiezen tussen verdediging en aanval
- aanspelen van de aanvallers
- meedoen met de aanval
- wanneer er ruimte is: zelf met de bal naar voren dribbelen, drijven

## Vleugelverdedigers

### *verdedigend:*

- voorkomen van doelpunten
- dekken van de aanvallers van de tegenpartij
- rugdekking verzorgen bij teammaatjes
- veld klein houden/'naar voren' verdedigen

### *aanvallend:*

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

## Centrale middenvelder

### *verdedigend:*

- dekken van de centrale middenvelder van de tegenpartij
- storen bij de opbouw van de tegenstander
- rugdekking verzorgen bij teammaatjes

### *aanvallend:*

- inschakelen in de aanval (benutten van ruimte door de aanvallers gecreëerd)
- afspeelmogelijkheden creëren voor de aanvallers (terug pass)
- doelgericht zijn
- doelpogingen door combinatie met teammaatjes of individueel

## Centrale aanvaller

### *verdedigend:*

- dekken van de centrale opbouwer van de tegenpartij
- storen bij de opbouw van de tegenstander, voorkomen van de dieptepass
- rugdekking verzorgen bij teammaatjes

### *aanvallend:*

- inschakelen in de aanval (benutten van ruimte door de aanvallers gecreëerd)
- afspeelmogelijkheden creëren voor de aanvallers
- doelgericht zijn
- doelpogingen door combinatie met teammaatjes of individueel

## Vleugelaanvallers

### *verdedigend:*

- storen bij de opbouw van de tegenstander
- rugdekking verzorgen bij teammaatjes
- veld klein maken/ 'naar binnen' verdedigen

### *aanvallend:*

- positie kiezen ten opzichte van de verdedigers (veld lang maken)
- met de bal zo snel mogelijk naar het doel, alleen of door combinatie met maatjes
- zelf voor doel positie kiezen

## *Formatie 11-tal*

De oudere jeugd, vanaf O13, speelt in een elftal op een veld met 'normale' afmetingen. Er is een onderverdeling in O13-jeugd (11-12 jaar), O14- en O15-jeugd (12-14 jaar), O16- en O17-jeugd (14-16 jaar) en O18- en O19-jeugd (16-18 jaar). De wedstrijdduur is respectievelijk twee keer 30 minuten, twee

keer 35 minuten, twee keer 40 minuten en twee keer 45 minuten. Stap voor stap komt de overgang naar de senioren in zicht. In deze vier leeftijdscategorieën zijn grote verschillen aan te merken. Vooral de overgang van een 'klein' naar 'groot' veld is voor de meeste spelers een flinke stap.

Het eerste seizoen in de O13-jeugd is daarom voor velen een moeilijk jaar. Juist daarom is de begeleiding van deze jeugdspelers zo essentieel. Ze moeten heel goed onderwezen worden in het 'grote veldvoetbal': wat wordt er van mij verwacht en wat doen andere spelers. Goede en duidelijke afspraken zijn erg belangrijk. Deze afspraken (in trainingen en wedstrijdbesprekingen) moeten per categorie uitgebouwd worden, met als doel dat volwaardige voetballers doorstromen naar de senioren.

Voetbal is een teamsport en het rendement van de teamprestatie zal het hoogst zijn wanneer elke speler zijn taken naar behoren invult. Deze taken moeten een speler wel aangeleerd worden. In het jeugdvoetbal gaat de ontwikkeling van spelers dan ook boven alles. De trainers en leiders hebben dus een ander doel (spelers leren voetballen) dan de spelers (winnen en kampioen worden).

De wijze waarop een elftal speelt is over het algemeen terug te zien in de formatie van de spelers op het veld. De meest logische veldbezetting, zeker in het kader van het jeugdvoetballeerproces, is de keeper, drie verdedigers, drie middenvelders en drie aanvallers. Rest dan nog één speler. Afhankelijk van het niveau en de bedoeling van de wedstrijd kan deze positie ingevuld worden:

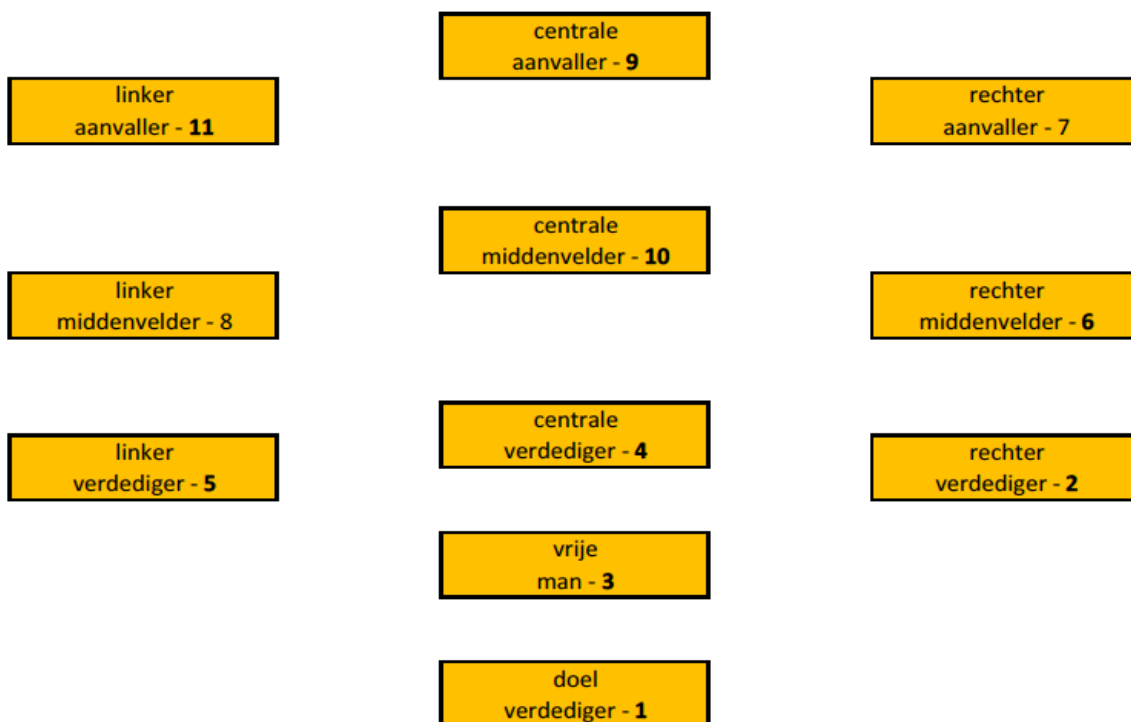
- achter de drie verdedigers;
- voor de drie verdedigers;
- wisselend voor en achter de drie verdedigers;
- extra op het middenveld (ruitformatie);
- extra aanvaller (schaduwspits).

Om de gekozen speelwijze uit te kunnen voeren, is het noodzakelijk om er in besprekingen, trainingen en voor- en nabesprekingen van wedstrijden de nodige aandacht aan te besteden. Steeds weer dient aan de orde te komen:

- formatie, veldbezetting, veldverdeling
- speelwijze (hoe wordt er verdedigd, opgebouwd en aangevallen)
- taken en verantwoordelijkheden van de verschillende posities
- positie spel
- winnen van 1 tegen 1-duels
- rendement in de eindfase (scoringskansen)
- benutten van kansen

Op deze plaats wordt de formatie van een elftal, zoals SVF die voorstaat, uiteengezet. Bijbehorende taken en functies worden puntsgewijs aangegeven. Wat betreft de 'extra' (elfde) speler: er wordt uitgegaan van een vrije man (of vrouw) die bij eigen balbezit inschuift en bij balbezit van de tegenstander afhankelijk van de speelwijze van de tegenstander rugdekking geeft dan wel de vrijkomende tegenspeler aanpakt. In zijn algemeenheid wordt bij balbezit van de tegenstander uitgegaan van positiedekking en dus niet van mandekking.

## **Basisformatie 11-tal**



## Taken per positie

### Doelverdediger

#### *verdedigend:*

- positie kiezen ten opzichte van de bal
- organiseren en leiden van de verdediging
- duidelijk coachen wanneer en wat een verdediger moet doen

#### *opbouwend:*

- juiste voortzetting bij balbezit (rollen, werpen of trappen)
- leiden van de verdediging

#### *aanvallend:*

- betrokken zijn met de aanval (niet op de doellijn blijven staan!)
- coachen van de medespelers

### Vrije man

#### *verdedigend:*

- leiden en organiseren van de verdediging
- rugdekking geven aan de overige spelers
- afstoppen van doorgebroken aanvallers
- afstoppen van opkomende middenvelders
- het klein houden van het speelveld (spelen op buitenspel)

#### *opbouwend:*

- vrijlopen om voor vleugelverdedigers en doelverdediger aanspelbaar te zijn
- voor de verdediging spelen om meerderheid te creëren op het middenveld
- leiding geven aan de verdediging (coachen)

#### *aanvallend:*

- inschuiven bij balbezit op het middenveld (creëren van een numerieke meerderheid)
- inschakelen bij corners en vrije trappen, indien mogelijk

## Centrale verdediger

### *verdedigend:*

- dekken van de centrumspits van de tegenpartij
- ophouden van aanval bij numerieke overmacht van tegenpartij: geen aanval op de bal

### *opbouwend:*

- vrijlopen om aanspeelbaar te zijn voor directe omgeving
- indien mogelijk inschakelen bij combinatie van middenveld

### *aanvallend:*

- inschakelen bij corners en vrije trappen in overleg met laatste man, indien mogelijk

De vrije man en de centrale verdediger zijn niet per definitie steeds dezelfde persoon.

## Linker- en rechterverdediger

### *verdedigend:*

- dekken van de vleugelaanvaller van de tegenpartij
- rugdekking geven aan het centrum bij aanval over andere vleugel
- indien gepasseerd dan herstellen naar het centrum

### *opbouwend:*

- vrijlopen om aanspeelbaar te zijn voor directe omgeving
- spelen in een combinatie met overige spelers

### *aanvallend:*

- op het juiste moment inschakelen wanneer er voldoende ruimte is
- met bal doorgaan bij vrij veld: niet van grote afstand een 'gedekte' aanvaller inspelen

## Centrale middenvelder

### *verdedigend:*

- dekken van de directe tegenspeler
- rugdekking geven aan overige middenvelders en aanvallers
- ruimtedekking toepassen bij numerieke overmacht (niet op bal verdedigen)

### *opbouwend:*

- vrijlopen om voor verdedigers en doelverdediger aanspeelbaar te zijn
- spelbepalende speler zijn (spelverdelen, organiseren, coachen)
- ruimte creëren om combinaties mogelijk te maken

### *aanvallend:*

- inschakelen in de aanval (het benutten van ruimte door aanvallers gecreëerd)
- afspeelmogelijkheden creëren voor de aanvallers (terug pass)
- niet tegelijk met alle middenvelders in de aanval (balans)

## Linker- en rechtermiddenvelder

### *verdedigend:*

- dekken van de directe tegenspeler
- rugdekking geven aan overige middenvelders
- ruimtedekking toepassen bij numerieke overmacht (niet op bal verdedigen)

### *opbouwend:*

- vrijlopen om voor verdedigers en doelverdediger aanspeelbaar te zijn
- ruimte creëren om combinaties mogelijk te maken

### *aanvallend:*

- inschakelen in de aanval (het benutten van ruimte door aanvaller gecreëerd)

- afspeelmogelijkheden creëren voor de aanvallers (terug pass)
- niet tegelijk met alle middenvelders in de aanval (balans)

#### Centrale aanvaller

##### *verdedigend:*

- afdekken van opkomende centrale verdediger/ vrije man
- storen in de opbouw van de tegenpartij in samenwerking met vleugelaanvallers
- voorkomen van passes van centrale verdedigers in de lengterichting van het veld
- 'ophouden' van het spel van de tegenstander

##### *opbouwend:*

- creëren van ruimte in de lengterichting van het veld voor een makkelijkere opbouw
- beide centrale verdedigers 'binden' door tegen de achterste man aan te spelen
- leiding geven aan de aanval (coaching)

##### *aanvallend:*

- komen tot scoringskansen door combinatiespel of individuele actie
- creëren van ruimte voor opkomende medespelers door 'terugvallen' op middenveld
- het benutten van ruimte door anderen gecreëerd ('gaten induiken')

#### Linker- en rechteraanvaller

##### *verdedigend:*

- afdekken van de vleugelverdediger
- storen in opbouw van de tegenpartij in samenwerking met de andere aanvallers
- tegenstander naar de buitenkant dwingen (kortste weg naar doel afschermen)

##### *opbouwend:*

- ruimte creëren voor opbouw van de aanval
- aanspeelbaar zijn voor medevleugelspelers en centrale middenvelder

##### *aanvallend:*

- zo snel mogelijk met de bal tot de doellijn komen door combinatie of individuele actie
- kortste weg naar het doel en oogcontact houden met opkomende medespelers
- (in principe) het nemen van hoekschoppen

## 4. Aandachtspunten per leeftijdscategorie jeugd

### *08- en 09-jeugd (6-8 jaar)*

#### Psychische kenmerken

- behoefte aan duidelijke leiding
- gering concentratievermogen
- individueel gericht, weinig sociaalvoelend

- bewegingsdrang
- speels
- training en wedstrijd zien als avontuur

#### Fysieke kenmerken

- langzame verbetering van coördinatie
- relatief weinig kracht
- zwak balgevoel
- geringe duurprestaties
- snel herstel na inspanning

#### Trainingsdoelstellingen

*"Wennen door spelen"*

##### Technisch:

Baas worden over de bal. Balgewenning laten opdoen door spelen in eenvoudige spelvormen en partijspelen. Het zijn vooral de basistechnieken die geleerd moeten worden. Herhalingen zijn noodzakelijk.

##### Conditioneel:

Spelenderwijs kennis laten maken met de algemene grondvormen van beweging: lopen, springen, huppelen, etc. Veel met de bal werken: alleen, met medespeler en in kleine partijspelen.

##### Tactisch:

Aanleren van belangrijkste spelregels. Begripsvorming op gang brengen uitgaande van basisdoelen van het voetbal: doelpunten maken/voorkomen.

##### Mentaal:

Leren functioneren in een groep en leren omgaan met de spelregels en met anderen (medespeler, tegenspeler, elftalleiding en scheidsrechter).

#### Accenten training

- Ruime bewegingservaringen laten opdoen, vooral met bal;
- Veel spelvormen; positieve spelbenadering (aanval, scoren);
- Ruimte laten voor eigen ontdekkingen;
- Doeltjes niet te klein, meerdere scoringsmogelijkheden (scoren betekent vreugde en enthousiasme);
- Speelse oefenvormen aanbieden.

#### Te behandelen thema's

*Het gehele jaar door en (afwisselend en herhalend):*

- Dribbelen;
- Drijven met de bal;
- Passen en trappen (links en rechts);



- Gericht schieten;
- Verwerken van de bal;
- Leren samenspelen;
- Duel 1:1 (aanvallend);
- Leren samenspelen in kleine partijen.

#### Coaching

- Blijven motiveren;
- Ruimte laten voor eigen ontdekkingen;
- Simpel woordgebruik;
- Helpend gedrag voor, tijdens en na de wedstrijd en training;
- Individuele aandacht.

### *O10 en O11-jeugd (8-10 jaar)*

#### Psychische kenmerken

- nog snel afgeleid
- wat meer sociaalvoelend
- krijgt besef voor uitvoeren van taken
- geldingsdrang
- leergevoelig

#### Fysieke kenmerken

- groei naar verdere harmonie
- meer coördinatie
- toename uithoudingsvermogen
- toename doorzettingsvermogen

#### Trainingsdoelstellingen

*"Wennen door spelen"*

#### Technisch:

Spelenderwijs aanleren van techniek met technische grondvormen (aan- en meenemen, trappen, dribbelen, passen, afwerken, etc.) (ideale leeftijd!). Vooral werken vanuit spelvorm met veel balcontacten (kleine partijen).

#### Conditioneel:

Spelenderwijs scholen van algemene beweeglijkheid, uitvoeren in spel- en wedstrijdvorm.

#### Tactisch:

Drang naar individueel spel niet aantasten. Bij tactische vorming alleen uitgaan van basisdoelen (doelpunten maken/voorkomen). Aandacht blijven schenken aan belangrijkste spelregels.

#### Mentaal:

Wijzen op het belang van samenwerking om een bepaald doel te bereiken.

#### Accenten training

- Ideale leeftijd voor motorisch leren;
- Veel op techniek trainen;
- Veel spel- en wedstrijdvormen;
- Kleine partijspelen en eenvoudige positiespelen;
- Veel balcontact.

#### Te behandelen thema's

*Het gehele jaar door (afwisselend en herhalend):*

- Individuele baltechniek;
- Gericht schieten;
- Passen en trappen (links en rechts);
- Dribbelen;
- Drijven met de bal;
- Inwerpen;
- Duel 1:1 (aanvallend);
- Afwerken op doel;
- Eenvoudige positiespelen (3:1, 4:1);
- Uitspelen van de 2:1-situatie;
- Kleine partijspelen;
- Beheersen en bewerken van de bal.

#### Coaching

- Ruimte laten voor eigen ontdekkingen;
- Simpel woordgebruik;
- Helpend gedrag voor, tijdens en na de wedstrijd;
- Spelvreugde moet voorop staan.

**Opmerking:** bij O11-jeugdspelers aandacht schenken aan de overgang naar 'groot veld', indien zij overgaan naar een O13-team.

## *O12- en O13-jeugd (10-12 jaar)*

### Psychische kenmerken

- leergierig
- toename sociaal besef
- enthousiast en goed aanspreekbaar
- prestatiedrang
- kritiek op eigen prestaties en van anderen
- navolging van idolen

### Fysieke kenmerken

- ideale lichaamsverhoudingen
- goede coördinatie
- kracht en uithoudingsvermogen veelal aanwezig

### Trainingsdoelstellingen

*"Leren door spelen"*

#### Technisch:

Gericht oefenen op volmaakte uitvoering van de technische grondvormen (aan- en meenemen, trappen, dribbelen, passen, koppen, afwerken, etc.) in eenvoudige oefenvormen, individueel en met partner. Voordoelen is essentieel. Techniek leren toepassen door kleine partijvormen.

#### Conditioneel:

Voetbalconditie opdoen door kleine partijspelen met arbeid-rustverhouding (partij afgewisseld met oefenvormen als 'rust'). Geen conditionele vorming zonder bal.

#### Tactisch:

Aanleren van algemene tactische principes en het leren van 'buitenspel'. Aandacht voor posities en taken; niet te plaatsgebonden laten ontwikkelen (niet te snel specialiseren). In wedstrijden niet te veel opdrachten meegeven.

#### Mentaal:

Prestatievergelijking van individuele verrichtingen.

### Accenten training

- Basis- en baltechnieken staan voorop (zoveel mogelijk met bal);
- Veel spelsituaties trainen;
- Schaven aan techniek (afwisselend programma);
- Techniek vormen onder weerstand (wedstrijdsituaties);
- Creativiteit van spelers niet inperken.

## Te behandelen thema's

*Het gehele jaar door (afwisselend en herhalend):*

- Individuele baltechniek - 'achterlangs komen' bij aanval;
- Dribbelen - druk zetten (pressie);
- Drijven met de bal - opbouw van achteruit (ook door keeper);
- Passen en trappen (links en rechts) - positiespel 5:2 en 3:1;
- Aan- en meenemen van de bal - positiespel 2:1 ('1-2 combinatie');
- Koppen - duel 1:1 (aanvallend en verdedigend);
- Afwerken op doel/ uitspelen van overtalsituatie.

## Coaching

- Ruimte laten voor eigen ontdekkingen;
- Extra aandacht voor vrijlopen bij balbezit en dekken bij balverlies;
- Gebruik maken van eenvoudige coachtermen (zie standaard coachtermen);
- Positieve waardering is erg belangrijk;
- Stimuleren van de teamgeest (voetbal is teamsport);
- Helpend gedrag voor, tijdens en na de wedstrijd.

**Opmerking:** bij O12-jeugdspelers aandacht schenken aan de overgang naar 'groot veld'.

## *O14- en O15-jeugd (12-14 jaar)*

### Psychische kenmerken

- kritisch voor gezag
- behoefte aan vaste afspraken, rechten en plichten
- groepsvorming
- motivatiegebrek
- idealistisch/ eigenwijs
- andere interesses gaan meespelen (herwaardering voetbal)
- gezins- en studieomstandigheden kunnen rol spelen

### Fysieke kenmerken

- (pré)puberteit
- disharmonie
- bij sommigen enorme lengtegroei
- beperkte belastbaarheid
- onstabiele motoriek
- blessuregevoelig

## Trainingsdoelstellingen

*"Benaderen van de wedstrijd"*

### Technisch:

Voortzetten van het leren beheersen van technische grondvormen (aan- en meenemen, trappen, dribbelen, passen, koppen, afwerken, etc.) met een grotere snelheid en hoger tempo. Wedstrijdvormen inbouwen. Door de puberteit doen zich grote individuele verschillen voor (individuele aandacht: eenvoudigere oefeningen, lager tempo).

### Conditioneel:

Intensiteit mag toenemen t.o.v. O13-jeugd, maar lichamelijke belasting moet per individu verschillen (geen krachttraining door lengtegroei!). Conditie kweken door oefen- en spelvormen (met weerstanden) in estafette- en wedstrijdvorm. Aandacht voor snelheid.

### Tactisch:

Vanuit algemene tactische principes (aanvallen is aanbieden, vrijlopen; verdedigen is dekken, man-/ruimtedekking; positiewisselingen) verder uitbreiden van individuele tactiek.

Duidelijkheid scheppen in het belang van elftaltactiek en inzicht brengen in en beoefenen van de belangrijkste taken van linies en posities.

### Mentaal:

Stimuleren van zelfvertrouwen en verantwoordelijkheidsgevoel. Opvoeden in sportmentaliteit (lichaamsverzorging, wedstrijdvoorbereiding, prestatiebewustzijn, materiaalbeheer).

## Accenten training

- Technische voetbalvaardigheden vanuit wedstrijd situatie (handelingssnelheid vergroten);
- Veel positie- en partijspeel;
- Geen krachttraining (lengtegroei);
- Oog hebben voor individuele tekortkomingen/problemen;
- Herhalen en aanscherpen van technische grondvormen.

## Te behandelen thema's

*Het gehele jaar door (afwisselend en herhalend):*

- Positiespel (3:1, 4:1, 5:2, 5:3);
- Duel 1:1 (aanvallend en verdedigend);
- Kaatsen;
- Passen, trappen (links en rechts);
- Koppen (techniek) - benutten van kansen (afwerken);
- Individuele baltechniek;

- Opbouw van achteruit (ook door keeper);
- Druk zetten (pressie);
- Positioneel dekken;
- Omschakeling bij balbezit;
- Omschakeling bij balverlies;
- Aanbieden van de spitsen (kaatsen, wegdraaien);
- 'Achterlangs komen' bij aanval.

### Coaching

- Aanwijzingen gericht op wedstrijd situatie (zie standaard coachtermen);
- Aspecten van wedstrijd tactiek nadrukkelijk aan de orde laten komen (tempo, spelverplaatsing, etc.);
- Individuele minpunten signaleren en verbeteren; ook aandacht voor positieve waardering;
- Motiveren waarom iets (anders) moet;
- Eigen verantwoordelijkheden steeds meer benadrukken;
- Benaderen en bespreken van de wedstrijd (voor- en nabespreking).

## O16- en O17-jeugd (14-16 jaar)

### Psychische kenmerken

- meer realiteitszin
- minder emotioneel
- toenemende zelfkennis
- streven naar verbetering van prestaties
- meer denken in teambelang
- gezag wordt weer beter geaccepteerd

### Fysieke kenmerken

- lichaam groeit naar harmonisch geheel
- toenemende breedtegroei en spiervolume
- kracht-, interval- en duurtraining zijn weer mogelijk (wel aandacht voor "laatbloeiers")

### Trainingsdoelstellingen

*"Presteren in de wedstrijd"*

#### Technisch:

Verder scholen van technische vaardigheden (met hogere (handelings)snelheid en weerstanden). Doelgericht laten oefenen vanuit wedstrijd situaties en via positie- en partijspelen, met technische accenten (o.a. snelheid, richting en effect van de bal; direct spelen; kap- en schijnbewegingen)

#### Conditioneel:

Aandacht voor kracht, uithoudingsvermogen, snelheid en beweeglijkheid (door intervalarbeid en circuits). De omstandigheden mogen net iets te zwaar zijn. Intensiteit aanpassen door voetbalweerstand (bal, ruimte, tijd, samenspel, tegenspeler, etc.)

#### Tactisch:

Uitbreiden van tactische mogelijkheden (wisselend speltempo, verplaatsen van spel, achterwaarts spelen, numerieke meerderheid totstandbrenging). Het verder ontwikkelen van denken in taken van posities en linie. Het leren en uitdiepen van bewust gekozen spelwijzen (vooruit verdedigen, jagen, buitenspelval, bepaalde formatie, etc.).

#### Mentaal:

Stimuleren van enthousiasme, zelfkritiek en voetbalmentaliteit.

#### **Accenten training**

- Wedstrijdsituaties nabootsen met hoog tempo en veel weerstanden;
- Verbeteren van technische elementen;
- Trainen op (handelings)snelheid en uithouding;
- Wedstrijdtactiek en taken binnen team terug laten komen (ook specifiek per linie);
- Veel positiespelen.

#### **Te behandelen thema's**

*Het gehele jaar door (afwisselend en herhalend):*

- Positiespel in de opbouw (5:2 en 3:1) - druk zetten (pressie);
- Duel 1:1 (aanvallend en verdedigend) - het spel verleggen;
- Kaatsen (aanbieden/ loskomen van tegenstander) - omschakeling bij balbezit;
- Dribbelen, passen, trappen (links en rechts) - omschakeling bij balverlies;
- Koppen (aanvallend, verdedigend) - aansluiting tussen de linies;
- Opbouw van achteruit (ook door keeper) - aanbieden van de spitsen (kaatsen, wegdraaien);
- Diversiteit aan afwerkvormen - benutten van kansen (afwerken);
- 'Achterlangs komen' bij aanval - 'stilstaande situaties' (corners, vrije trappen).

#### **Coaching**

- Aanwijzingen gericht op wedstrijd situatie (standaard coachtermen);
- Aspecten van wedstrijd tactiek nadrukkelijk aan de orde laten komen (tempo, spelverplaatsing, etc.);
- Aanwijzingen individueel, positioneel, per linie en voor gehele team;
- Individuele minpunten signaleren en verbeteren; ook aandacht voor positieve waardering;
- Eigen verantwoordelijkheid spelers benadrukken;

- Benaderen en bespreken van de wedstrijd (voor- en nabespreking).

## *O18 en O19-jeugd (16-18 jaar)*

### Psychische kenmerken

- stabilisatie van karakter
- duidelijke zelfkritiek
- toenemende individualisering (zich op de voorgrond willen plaatsen)
- prestatie- en geldingsdrang neemt weer toe

### Fysieke kenmerken

- benadering lichamelijke volwassenheid
- hoogtepunt in het leren van motorische vaardigheden
- minder gevaar voor overbelasting vanwege einde groeiperiode, wel enig risico vanwege zelfoverschatting

### Trainingsdoelstellingen

*"Streven naar optimale prestatie"*

#### Technisch:

Verdere vervolmaking technische grondvormen (aan- en meenemen, trappen, dribbelen, passen, koppen, afwerken, etc.) onder grotere weerstand. Het inbrengen van automatismen (blijven herhalen). Extra training (groep en individueel) van technische kwaliteiten benodigd voor bepaalde posities en linies.

#### Conditioneel:

Spelers belasten tot maximale prestatieniveau en uitgaan van voetbaleigen vormen en voetbalweerstanden. Gericht scholen van kracht, snelheid en uithoudingsvermogen (voorbereiding op senioren).

#### Tactisch:

Verder ontwikkelen van individueel tactisch inzicht zowel in bepaalde spelsituaties als voor specifieke posities en linies. Bewust oefenen en analyseren van tactische mogelijkheden binnen een bepaalde speelwijze.

#### Mentaal:

Streven naar verbetering van team en individu door constante drang naar perfectionisme. Stimuleren van kritische zelfbeoordeling. Aangeven van verwachte toekomst bij senioren.

### Accenten training

- Alle technische facetten van het spel onder hoogste weerstand laten beheersen;
- Wedstrijdsituaties nabootsen met hoog tempo en veel weerstanden;
- Trainen op spelhervattingen;
- Individueel trainen op specifieke technische en tactische aspecten;



- Conditie en fysieke weerbaarheid optimaal in orde brengen (seniorenniveau).

### Te behandelen thema's

*Het gehele jaar door (afwisselend en herhalend):*

- Positiespel (5:2 en 3:1);
- Duel 1:1 (aanvallend en verdedigend);
- Kaatsen (aanbieden/ loskomen van tegenstander);
- Passen, trappen (links en rechts, hoog en laag, breed en diep);
- Koppen (aanvallend, verdedigend);
- Opbouw van achteruit (ook door keeper);
- Diversiteit aan afwerkvormen;
- 'Achterlangs komen' bij aanval;
- Druk zetten (pressie);
- Het spel verleggen;
- Snelle omschakeling bij balbezit;
- Snelle omschakeling bij balverlies;
- Aansluiting tussen de linies;
- Aanbieden van de spitsen (kaatsen, wegdraaien);
- Benutten van kansen (afwerken);
- 'Stilstaande situaties' (corners, vrije trappen).

### Coaching

- Aanwijzingen gericht op wedstrijd situatie (zie standaard coachtermen);
- Aspecten van wedstrijd tactiek nadrukkelijk aan de orde laten komen (tempo, spelverplaatsing, etc.);
- Aanwijzingen individueel, positioneel, per linie en voor gehele team;
- Individuele minpunten signaleren en verbeteren; ook aandacht voor positieve waardering;
- Eigen verantwoordelijkheid spelers benadrukken;
- Benaderen en bespreken van de wedstrijd (voor- en nabespreking).

## 5. Keeperstraining

Voor een keeper is het belangrijk dat hij/zij:

- actief wordt betrokken bij de groepstraining van zijn/haar team
- individuele training krijgt om specifieke vaardigheden te oefenen
- aandacht krijgt voor zijn/haar zelfvertrouwen, durf en brutaliteit

Daarom dient de training van de doelverdediger gesplitst te worden in:

- individuele training (specifieke keeperstraining)
- training met de groep

Aandacht dient geschonken te worden aan:

- sterke punten: onderhouden
- zwakke punten: verbeteren

Een goede keeperstraining is hoofzakelijk gebaseerd op drie aspecten: *techniek*, *tactiek* en *conditie*. Daarnaast is het aanleren van veelvuldig en op een goede manier leiding geven tijdens de wedstrijd belangrijk. In de diverse oefenvormen van de training dienen deze aspecten terug te komen. Hieronder staan enkele aandachtspunten omschreven:

### Werken aan techniek:

- vangen;
- (uit)werpen;
- (uit)trappen;
- stompen;
- vallen, rollen, opstaan;
- oppakken van de bal;
- voetenwerk;
- springen (in relatie tot vangen, pakken en stompen);
- werken met diverse soorten ballen;
- bodemgewenning;
- voorkomen van angst en krampachtigheid.

### Werken aan tactiek:

- opbouwend spel: meevoetballen (links en rechts), uittrappen, uitwerpen, aanwijzingen geven;
- verdedigend spel: opstelling en verdediging organiseren;
- inzicht hebben in het spel;
- coaching;
- goede opstelling, timing.

Werken aan conditie:

- kracht;
- snelheid;
- vaardigheid;
- reactie;
- durf;
- doorzettingsvermogen.

In onderstaand overzicht, gebaseerd op het Jeugdkeeperstraining-leerplan van Frans Hoek, wordt per leeftijdscategorie (O12 t/m O19) uiteengezet aan welke onderdelen aandacht besteed kan worden. Voor wat betreft keepers tot 10 jaar is het niet persé nodig specifieke keeperstraining te doceren. Groepstrainingen met het team en het keepen tijdens partijvormen (ook op 'trapveldjes') zijn voldoende.

### *O8- en O9-jeugd*

Bij de O8- en O9-jeugd moeten de oefeningen spelenderwijs worden uitgevoerd, vooral niet te serieus.

- rollende ballen oprapen;
- traptechniek vanaf de grond en uit de handen;
- vangtechniek buikhoogte, borsthoogte en boven het hoofd;
- afrollen links/rechts;
- coördinatie; lopen, draaien en keren, vangen (oog/hand);
- coachen;
- tweebenig meevoetballen.

### *O10- en O11-jeugd*

Bij de O10- en O11-jeugd moeten de oefeningen spelenderwijs worden uitgevoerd, vooral niet te serieus.

- vangtechnieken;
- rollende ballen oprapen links en rechts;
- traptechniek, van de grond, dropkick en uit de handen;
- gooitechniek, strekwerp en rol werp;
- stomptechniek, links en rechts en met 2 vuisten tegelijk;
- afrollen links/rechts;
- coördinatie; lopen, draaien en keren, vangen (oog/hand);
- coachen;
- tweebenig meevoetballen.

### *O12- en O13-jeugd*

De oefenstof is gelijk aan die van de E-jeugd. De oefeningen kunnen bij deze groep worden geïntensiveerd.

- zie O10- en O11-groep;
- valtechniek.

### *O14- en O15-jeugd*

Bij de O14- en O15-groep kan de moeilijkheidsgraad worden opgevoerd tot een matig niveau.

- zie O12- en 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 hoekschop, vrije trap, opstelling "muurtje", enzovoort.

### *O16- en O17-jeugd*

Bij de O16- en O17-groep kan de moeilijkheidsgraad worden opgevoerd tot een redelijk niveau.

- zie O14- en O15-jeugd.

### *O18- en O19-jeugd*

Bij de O18- en O19-groep kan de moeilijkheidsgraad worden opgevoerd tot een hoog niveau.

- zie O16- en O17-jeugd;
- leiding geven aan de achterhoede.

## 6. Standaard coachtermen SVF

Onderstaand is een, beperkte, opsomming gegeven van de meest van toepassing zijnde coachtermen bij SVF. Hierbij is onderscheid gemaakt tussen coachtermen in verdedigend, opbouwend en opbouwend/aanvallend opzicht. De coachtermen kunnen zowel tijdens trainingen, als tijdens wedstrijden gebruikt worden. Vooral de spelers zullen deze coachtermen moeten kennen en begrijpen, terwijl de leiders en trainers ze op de juiste momenten moeten gebruiken. De commissie voetbalzaken bij SVF is van mening dat de coachtermen vanaf de jeugd O13 (spelend op groot veld) moet worden bijgebracht. Daarvóór, bij de jeugd t/m O12, moeten tactische coachtermen zoveel mogelijk vermeden worden. Het hanteren van simpel en duidelijk woordgebruik is daar van belang om de basis van het voetballen onder de knie te krijgen.

### **Verdedigend opzicht**

(Om)schakelen: Bij balverlies direct achter de bal komen en verdedigende positie innemen, zodat snelle opbouw van de tegenpartij wordt verhinderd.

Zakken: Bij balverlies direct achter de bal komen en verdedigende positie innemen, zodat snelle opbouw van de tegenpartij wordt verhinderd.

Niet happen: Duel met tegenstander niet aangaan, tegenstander voor je houden.

Aanpakken/winnen: Duel met tegenstander wel aangaan en bal veroveren.

Druk zetten (pressie): Man met bal aanpakken en alle mogelijke aan te spelen tegenstanders kort dekken.

### **Opbouwend opzicht**

(Aan-/bij-) sluiten: Bij in balbezit komen direct vrijlopen, los komen van tegenstander, aanspeelbaar zijn en aansluiting/ bijsluiting naar voren maken.

Tijd: De bal kan worden aangenomen, zonder direct gevaar de bal aan een tegenstander kwijt te raken.

(In-)spelen/geven: Niet met bal gaan lopen, maar direct vrije medespeler aanspelen.

Breed/ruimte groot maken: Het zo 'breed' c.q. zo groot mogelijk maken van het speelveld (vleugelspelers naar buiten toe bewegen).

### **Opbouwend/ aanvallend opzicht**

Openen (andere kant): Het verplaatsen van het spel van de ene naar de andere kant van het veld.

Kaatsen: Het 'direct' terugleggen van de bal naar de aangever of een andere medespeler.

(Open-/in-) draaien: Niet kaatsen, maar wegdraaien van de tegenspeler richting doel van de tegenstander.

Achterlangs komen: Achter de rug van de bal bezittende medespeler om, de ruimte insprinten.

Aanbieden: Speler moet bewust (al dan niet met schijnbeweging) uit de dekking van de tegenstander komen.