

# Jeugdbeleidsplan s.v. Dussense Boys



Dussense Boys 2014

---



---

Versie: 1.0

Technische Commissie

E-mail: [technischezaken@dussenseboys.nl](mailto:technischezaken@dussenseboys.nl)

## Inhoudsopgave

Inleiding .....	3
2. Regels voor begeleiding en spelers .....	4
2.1. Algemene regels en aanbevelingen jeugdtrainers en leiders .....	4
2.2 Taken jeugdtrainers.....	5
2.3 Taken jeugdleiders .....	5
2.4 Gedragsregels voor jeugdspelers .....	6
1.5 Richtlijnen voor clubscheidsrechters .....	7
3 Het trainen van de diverse leeftijdscategorieën .....	8
3.1 Het trainen van F-pupillen (6 tot 8 jaar).....	8
3.2 Het trainen van E-pupillen (8 tot 10 jaar).....	8
3.3 Het trainen van D-pupillen (10 tot 12 jaar) .....	9
3.4 Het trainen van C-junioren (12 tot 14 jaar).....	10
3.5 Het trainen van B-junioren (14 tot 16 jaar).....	10
3.6 Het trainen van A-junioren (16 tot 18 jaar).....	11
3.7 Het trainen van keepers .....	12
3.8 Het trainen van meisjes.....	12
4. Doorstroming van Jeugdvoetbal naar Senioren .....	13

## **Inleiding**

Voor u ligt het jeugdbeleidsplan van s.v. Dussense Boys. Dit jeugdbeleidsplan vormt het kader waarbinnen de voetbal organisatorische activiteiten gestructureerd plaatsvinden. Het hierin beschreven beleid moet worden uitgedragen over alle geledingen binnen de jeugdafdeling van s.v. Dussense Boys. Een goede communicatie is hiervoor noodzakelijk.

Voor iedereen binnen de club (spelers, ouders, leiders, trainers en bestuursleden ) is het belangrijk om te werken met een helder en duidelijk beleid, zodat een ieder weet wat er verwacht wordt en wat hun taken en verantwoordelijkheden zijn.

Met dit plan hopen we een helder beeld te geven van het organisatorisch deel van het jeugdvoetbalbeleid. Namens de technische commissie en het bestuur raden wij u aan dit plan eens door te nemen.

*Dussen, november 2014*

**Joseph Reijnaars**

Namens de Technische Commissie s.v. Dussense Boys

## 2. Regels voor begeleiding en spelers

### 2.1. Algemene regels en aanbevelingen jeugdtrainers en leiders

De hoofddoelstelling moet altijd centraal staan: Het bieden van optimale voetbalontwikkeling aan alle jeugdspelers, van mini tot aspirant senior. Deze ontwikkeling bestaat uit een combinatie van spelvreugde, opleiding en prestatie

- Zelf een voorbeeld zijn in je doen en laten
- Aandacht besteden aan de Fair Play gedachte voor, tijdens en na de wedstrijden
- Je kunnen verplaatsen in de belevingswereld van de jeugd
- Voor mannelijke trainers en leiders van meisjesteams geldt dat aanwezigheid in de kleedkamer tijdens omkleden of douchen vermeden moet worden
- Het sociaal gedrag van spelers observeren, tijdens clubactiviteiten en duidelijk afstand nemen en eventueel bestraffen van:
  - Vandalisme
  - (soft) Drugsgebruik
  - Alcoholgebruik
  - Discriminatie
  - Ongecontroleerd taalgebruik zoals vloeken, schelden, beledigingen enz.
  - Pesten medespelers en spelers andere elftallen

Regelingen treffen binnen de groep voor:

- Het wassen van tenues
- Het schrijven van wedstrijdverslagen
- Het opruimen en, indien nodig, schoonmaken van materialen tijdens de training gebruikt; dit betekent ook het trainingsveld vrij maken, dus doelen aan de kant zetten
- Het na gebruik schoonmaken van kleedruimtes en douches
- Het rijden naar uitwedstrijden

Spelersgroep begeleiden bij de te spelen wedstrijden zowel uit als thuis, met verantwoording voor:

- Het op tijd aanwezig zijn van de spelers tijdens wedstrijden en trainingen
- De opstelling van het elf/zevental
- Het inbrengen van wisselerspelers
- De warming-up
- Het gedrag van de spelers voor, tijdens en na de wedstrijd
- Het er op toe zien dat de spelers tijdens de wedstrijden geen kettinkjes, horloges, ringen e.d. dragen
- Minimaal 15 minuten voor de vertrektijden van de uitwedstrijden en voor aanvang van de trainingen aanwezig te zijn
- Bij pupillen 30 minuten voor aanvang thuiswedstrijden en bij junioren 1 uur voor aanvang thuiswedstrijden aanwezig te zijn
- Het controleren van de kleedkamers voor en na de wedstrijden uit en thuis en na de trainingen, alsmede houden van tussentijds toezicht
- Tijdens de wedstrijden zorgen voor eenheid van tenue bij de spelers. Het belang ervan toe kunnen lichten aan de spelers, zodat men er zichzelf ook verantwoordelijk voor voelt
- Ouders zoveel mogelijk proberen te betrekken bij het elftal / de vereniging (naast de kennismakingsbijeenkomst). In de meeste gevallen ben jij het eerste aanspreekpunt van de ouders.
- Op de hoogte blijven van het jeugdgebeuren in het algemeen en binnen de vereniging.
- Het goede voorbeeld geven met betrekking tot roken en gebruik van alcohol na de wedstrijd.
- Houdt hierbij ten minste rekening met de wettelijke bepalingen over het roken en drinken
- Het zorg dragen zijn voor het compleet en in goede staat houden van kleding van de club (tenues, trainingspakken, trainingsshesjes)
- Invullen van het wedstrijdformulier voor en na de wedstrijd, alsmede het invullen van eventuele straformulieren
- Zorgdragen voor de spelerspassen (inclusief eventuele dispensatieformulieren) van het elftal tijdens wedstrijddagen

## 2.2 Taken jeugdtrainers

- Voorbereiden, verzorgen en evalueren van de trainingen. Daarnaast begeleiden van de groep spelers die onder zijn verantwoordelijkheid vallen voor/tijdens en na de wedstrijden
- Deelnemen aan de bijeenkomsten van de KNVB
- Tijdens de jeugdvergaderingen kort verslag uitbrengen over zijn groep spelers. Dit verslag bestaat uit o.a.:
  - Prestaties, problemen, wijzigingen van de groep
  - Voldoende materiaal of toestand van de materialen bij de trainingen
- Toezien op (afhankelijk van de weersomstandigheden) het dragen van de juiste kleding tijdens de training
- Toezien op het dragen van scheenbeschermers tijdens trainingen en wedstrijden
- Richting de technische coördinator van de jeugdcommissie adviseren over voetbaltechnische zaken
- Er voor zorgen dat zijn/haar team zich tijdens de trainingsavonden aan de vastgestelde kleedkamerindeling en veldindeling houdt.
- Ervoor zorgen dat de spelers de kleedkamer binnen 30 minuten na afloop van de training hebben verlaten. Wijs op douchegebruik
- Zorg dragen voor de begeleiding en opvang van nieuwe spelers, door het geven van aandacht en het eventueel signaleren van problemen
- Je profileren als een trainer (kleding, uiterlijk, gedrag etc.)
- Contact onderhouden met spelers, ouders/verzorgers, leider(s) en andere trainers
- Stimuleren van sportief gedrag
- Rekening houden met verhouding school/sport
- Zorgen voor vervanging tijdens afwezigheid
- Zorgvuldig omgaan met de te gebruiken materialen
- Ervoor zorgen dat je op de hoogte bent van blessures / ziekte e.d. van de spelers in je team
- Van spelers verlangen dat er bij afwezigheid afgebeld wordt
- Ruim voor de training aanwezig zijn, om training uit te zetten en/ of zaken te regelen
- Na training materiaal van het veld halen / doeltjes wegzetten
- Binnen 24 uur melding maken aan eigen leider(s) en de technisch coördinator over:
  - Het wegzenden van spelers op trainingen of bij wedstrijden wegens wangedrag of wat dan ook
  - Misdragingen voor, tijdens of na de trainingen en wedstrijden
  - Overige disciplinaire straffen die de trainer uitdeelt

Het voorval dient met de technisch coördinator van de jeugdcommissie besproken te worden

## 2.3 Taken jeugdleiders

- Eventueel assisteren van de trainer tijdens de trainingen en proberen minimaal x per week de training te bezoeken
- Ervoor zorgen dat bij thuiswedstrijden de leiding van de tegenpartij en de scheidsrechter ontvangen worden
- De vereniging bij uitwedstrijden aanmelden in de bestuurskamer
- Bij uitwedstrijden het wedstrijdformulier verzorgen en inleveren bij Dussense Boys
- Als grensrechter op een sportieve, correcte manier optreden tijdens de te spelen wedstrijden
- Verzorgen van een schema voor het vervoer bij uitwedstrijden. Bij het opstellen van het schema zoveel mogelijk met de wensen van de ouders rekening houden. De ouders wijzen op de noodzaak om te rijden bij uitwedstrijden.
- Samen met de betrokken trainer melding maken aan de voorzitter van de jeugdcommissie bij constatering van afwijkend sociaal etc. gedrag van spelers, ouders en publiek bij wedstrijden of andere evenementen, waaraan de groep deelneemt
- Kleding (gewassen) direct aan het eind van het seizoen inleveren bij de materiaalman
- Contact onderhouden met spelers, ouders/verzorgers, trainer(s) en andere leiders
- Van spelers verlangen dat er bij afwezigheid (wedstrijden) afgebeld wordt
- Voor voldoende spelers zorgen
- Informatie verstrekken naar spelers/ouders m.b.t. wedstrijden en andere activiteiten
- Ervoor zorgen dat je vroegtijdig aanwezig bent

- Zorg dragen voor wedstrijdballen, shirts (regel wasbeurten)
- Zorgen dat spelers douchen na de wedstrijd en houdt toezicht
- Kleedkamer controleren en netjes achter laten
- Zorgen voor vervanging tijdens afwezigheid
- Op de hoogte blijven van de spelregels
- Stimuleren van sportief gedrag
- (Mede-) organiseren van nevenactiviteiten
- Eventueel de taak van grensrechter uitvoeren
- Eventueel jeugdtrainer vervangen (als deze is verhinderd) tijdens bijeenkomst van technische commissie

## 2.4 Gedragsregels voor jeugdspelers

De verenging spant zich in, om in het jeugdvoetbal te zorgen voor een goede opleiding en begeleiding van de spelers. Hierbij is elke speler belangrijk en moet elke speler zoveel mogelijk plezier kunnen beleven binnen de club.

Om dit mogelijk te maken wordt er echter ook het één en ander van de jeugdspeler verwacht:

- Wees op tijd bij de training en de wedstrijd. Voor zowel de trainingen als de wedstrijden geldt zo vroeg mogelijk afmelden bij de leider of de trainer. Voor wedstrijden op zaterdag geldt dat uiterlijk donderdag afgemeld moet worden
- Volg zoveel mogelijk trainingen en train met inzet
- Verwaarloos je schoolprestaties niet
- Volg de aanwijzingen van de leider en de trainer op
- Informeer de leider en trainer over andere sporten die je beoefent, zodat hij er rekening mee kan houden
- Vertel de trainer en leider wanneer je ziek bent of was, wanneer je zorgen hebt, enz. en stel hem op de hoogte van bijzondere omstandigheden (bijv. medicijngebruik)
- Gedraag je correct tegen medespelers, tegenspelers, scheidsrechters, enz.
- Ga zuinig om met eigen en club materiaal Dit houdt o.a. in:
  - Draag zorg voor het in goede staat verkeren van tenue en voetbalschoenen. Schoenen met vaste noppen zijn het beste voor de voeten (zeker tot 12 jaar).
  - Houd het veld en de gebouwen netjes
  - Wees zuinig op ballen en ander materiaal
  - Pak zelf je tas in, en controleer de inhoud ervan voor je weggaat; voetbalschoenen met lange veters, scheenbeschermers, zeep en shampoo, handdoek, badslippers, trainingspak, regenjack, enz.
  - Douche na elke training en wedstrijd en draag bij voorkeur badslippers
  - Draag geen sierraden en neem zo weinig mogelijk waardevolle spullen mee naar de trainingen en de wedstrijden
  - Draag scheenbeschermers tijdens wedstrijden en trainingen (tijdens wedstrijden is dit verplicht)
  - Speel met het shirt in de broek en niet met afgezakte kousen. Een eventuele slidingbroek moet dezelfde kleur hebben als de voetbalbroek
  - Bespreek wensen, ideeën of problemen met de leider of trainer. levert dat niets op, neem dan contact op met de betreffende technische coördinator van de jeugdcommissie.
  - Roken en het gebruik van alcoholhoudende drank is voor geen enkele jeugdspeler toegestaan tijdens training of wedstrijd of in het kleedlokaal
- **NOOIT GEACCEPTEERD** mag en zal worden binnen onze vereniging:
  - Vandalisme
  - (soft) Drugsgebruik
  - Discriminatie
  - Ongecontroleerd taalgebruik zoals vloeken, schelden, beledigingen enz.
  - Pesten medespelers en spelers andere elftallen

Omtrent het nemen van disciplinaire maatregelen bij misdragingen zal door het hoofdbestuur of jeugdcommissie een richtlijn opgesteld worden. Tot deze tijd wordt een eventuele straf door de jeugdcommissie bepaald.

## 1.5 Richtlijnen voor clubscheidsrechters

- Jezelf als een scheidsrechter profileren, dit houdt o.a. in:
  - Zorg dat je altijd ruim voor aanvang van de wedstrijd aanwezig bent
  - draag altijd een scheidsrechter tenue / trainingspak
  - zorg voor goed schoeisel, stopwatch en scheidsrechters fluit
  - stel je zelf voor aan de begeleiding doch tenminste aan de assistent-scheidsrechter van de bezoekende vereniging;
  - maak afspraken met de twee assistent-scheidsrechters;
  - controleer vooraf altijd de wedstrijdbal, de vlaggen en de netten in het doel.
  - Zorg dragen voor een goede kennis van de spelregels
  - Het controleren van de spelerspassen
  - Het toepassen van de fair-play regels (bijvoorbeeld handen schudden vóór de wedstrijd)
  - Ten alle tijden neutraal blijven
  - Ten alle tijden correct taalgebruik én gedrag jegens de spelers en begeleiding van beide teams
  - Jezelf beseffen dat je een leidinggevende functie en dus ook een voorbeeldfunctie hebt
  - Niet reageren op reacties van het publiek (dus ook niet op reacties van ouders)
  - Sportief gedrag van spelers, tegenstanders en begeleiding van beide teams stimuleren
  - Rekening houden met het niveau van de te fluiten wedstrijden
  - Zorgdragen voor tijdige afzegging bij verhindering (zelf zorgen voor vervanging)

## **3 Het trainen van de diverse leeftijdscategorieën**

### **3.1 Het trainen van F-pupillen (6 tot 8 jaar)**

#### **Algemene kenmerken**

De F' pupillen zijn speels en ze zien voetballen als een spelletje. Hierdoor zal de drang om te winnen niet aanwezig zijn, plezier staat voorop. De F pupil is weinig sociaal en hebben een rijke fantasiewereld. De pupil wil alles uitproberen en dit het liefst in korte spelvormen. Voor een goede ontwikkeling dient gestreefd te worden naar het spelen van minimaal 20 wedstrijden per seizoen. Het spelen van toernooien is voor de kinderen een belevenis op zich, dus deelname aan twee toernooien is een mooie aanvulling op de reguliere wedstrijden. In de wintermaanden wordt er 1 maal per week in de zaal getraind te worden.

#### **De trainingen**

De speler moet ervaren dat men de baas kan worden over de bal. De teams trainen bij voorkeur 2 keer per week en dit voor de duur van 60 minuten. Spelers dienen veel met een bal te oefenen. De gekozen vormen dienen niet te lang te duren. Tijdens de trainingen komen eenvoudige technische aspecten aan bod. Laat tijdens de trainingen ruimte over voor de kinderen om zelf dingen te laten ontdekken. Het passen, trappen, dribbelen, drijven en aannemen van de bal komen in veel oefenvormen terug. Laat veel partijspelletjes spelen waarin de spelregels terugkomen, bakken hierbij het speelveld dus af. Laat daarbij het spel zoveel mogelijk doorlopen. De trainer geeft aanwijzingen met betrekking tot bijvoorbeeld scoren en het afpakken van de bal. Wanneer de spelertjes hieraan toe zijn kan ook coachen op vrijlopen, passeren en afspelen ingepast worden.

#### **Wedstrijdkenmerk en taak van de trainer tijdens de wedstrijden**

Er wordt 7 tegen 7 gespeeld, waarbij de spelertjes zoveel mogelijk op verschillende posities leren spelen. Probeer de speler aan te reiken wat er op een bepaalde positie in het veld van hem of haar verwacht wordt. Winnen en of verliezen is van ondergeschikt belang maar maak de spelers er spelenderwijs van bewust dat het uiteindelijk toch om winnen gaat, maar dat dit niet ten koste van alles dient te geschieden. Stimuleer de individuele actie van de spelers, al teveel samenspel kan in deze leeftijdscategorie nog niet verlangd worden. Probeer de spelers uitleg te geven in hun eigen belevingswereld, tekenen of gebruikmaken van andere hulpmiddelen doet wonderen. Leg de lat zeker niet te hoog. Laat de penalty na afloop van de wedstrijd een serieus onderdeel van de wedstrijd zijn.

#### **Overig**

Probeer enige vorm van teambesef bij de spelers in te brengen, dit kan door na afloop van de trainingen met elkaar het oefenmateriaal op te ruimen en bij wedstrijden gaat men gezamenlijk naar buiten. Wijs de pupillen op de mogelijkheid om na de trainingen en wedstrijden te douchen. Breng sportief gedrag onder de aandacht tijdens wedstrijden en trainingen naar zowel medespeler tegenstander en scheidsrechter. Laat spelers de scheidsrechter bedanken na het nemen van de penalty na afloop van een wedstrijd.

Organiseer nevenactiviteiten.

**Spelvreugde: zeer belangrijk**

**Opleiding: belangrijk**

**Prestatie: onbelangrijk**

### **3.2 Het trainen van E-pupillen (8 tot 10 jaar)**

#### **Algemene Kenmerken**

In deze leeftijdscategorie worden de pupillen socialer en kan men samenwerken in kleine groepjes. De pupillen gaan zich vergelijken met anderen waardoor ze kritiek op eigen en andermans prestatie zullen hebben. Ten opzichte van de F pupil wint men aan kracht en lichaamslengte. Veel pupillen kunnen hun concentratie langer vasthouden en nemen aanwijzingen beter en bewuster op. Balgevoel, coördinatie en inzicht ontwikkelen zich verder. Aan te bevelen is om technische vaardigheden aan te reiken en ze te stimuleren om deze thuis te oefenen. Belangrijkste aspecten zijn hierbij het schot, passing en pingelen. Voor een goede ontwikkelingen dient gestreefd te worden ,naar het spelen van 24 wedstrijden per seizoen, de pupillen zijn gemotiveerd genoeg om aan 2 toernooien deel te nemen.

#### **De trainingen**

Er dient 2 keer per week getraind te worden, bij voorkeur 60 minuten. Tijdens de training dient



voornamelijk het technische aspect aan bod te komen. Probeer vormen te kiezen waar de spelers veel contact met de bal hebben. Er kan gebruik worden gemaakt van het circuitmode I. Spelers dienen gecorrigeerd te worden op technische facetten zoals het aannemen van de bal, passen en schieten. Tracht altijd vormen aan te reiken waarbij de kinderen het gevoel hebben dat het een spel is maar dat er wel iets te verdienen valt.

#### **Wedstrijdenmerk en taak van de trainer tijdens de wedstrijden**

Probeer altijd aanvallend voetbal na te streven, accent op winnen mag, zeker niet onderdrukken. Belangrijk is dat alle spelers aan aanvallen toekomen. In de wedstrijden moet naar voren komen dat de techniek van de spelers verbeterd. Wanneer er begonnen wordt met het trainen van inzicht moet ook het samenspel zich tijdens de wedstrijden gaan verbeteren. Spelen 7 tegen 7 fungeert als uitgangspunt. Spelers mogen geconfronteerd worden met geldende spelregels. Beurtelings is men aanvoerder dit om te ervaren dat iedereen even belangrijk is.

#### **Overig**

Spelers ,verantwoordelijk maken om goed om te gaan met trainingsmateriaal. Om hygiëne te stimuleren dient er na de wedstrijd gedoucht te worden. Sportief gedrag stimuleren tijdens de wedstrijden en trainingen naar zowel tegenstander, medespeler en scheidsrechter. Laat spelers de scheidsrechter bedanken na het nemen van de penalty na afloop van een wedstrijd

**Spelvreugde: belangrijk**

**Opleiding: zeer belangrijk**

**Prestatie: minder belangrijk**

### **3.3 Het traine11 van D-pupillen (10 tot 12 jaar)**

#### **Algemene kenmerken**

Deze groep is bijzonder enthousiast en leergierig, spelen voor het eerst op een heel veld en bovendien als elftal De spelers gaan zich vergelijken met andere spelers binnen het team, daardoor wordt men kritisch naar zichzelf maar ook naar de medespelers.

Door de leergierigheid zullen bepaalde vaardigheden snel opgepakt worden. Aan te bevelen is om technische vaardigheden aan te reiken en ze stimuleren om deze thuis te oefenen, laat dit bij een eerstvolgende training terugkomen! Tracht teamgeest te bewerkstelligen, ze moeten het tenslotte als team gaan doen, organiseer nevenactiviteiten. Bepaalde tactische aspecten moeten aangereikt worden, bijvoorbeeld wanneer afschermen van de bal, hoe vrijlopen en hoe moet een tegenstander gedekt worden. Voor een goede ontwikkelingen dient gestreefd te worden naar het spelen van minimaal 24 wedstrijden per seizoen, de spelers zijn gemotiveerd genoeg om aan 2 toernooien deel te nemen.

#### **De trainingen**

Er wordt 2 keer per week getraind, bij voorkeur 60 tot 75 minuten. Tijdens de training dient zowel het technische als tactische aspect aan bod te komen, stel gerust eisen! Laat veel vormen terugkomen in samenspel vormen, dit bevordert onbewust het functioneren in teamverband. Diverse. partijvormen dienen aan bod te komen waarbij een nadrukkelijk accent dient te liggen op het aanvallen. Spelers .dienen gecorrigeerd te worden op technische facetten, bijvoorbeeld het verkeerd aannemen van de bal met een directe tegenstander in de buurt en het geven van een breedtepass die onderschept wordt. Tracht altijd vormen aan te reiken waarbij men het gevoel heeft dat er iets te behalen valt. Probeer vormen aan te reiken waarbij indirect het conditionele aspect aan bod komt.

#### **Wedstrijdenmerk en taak van de trainer tijdens de wedstrijden**

Zoals aangegeven altijd nastreven aanvallend te spelen, accent op winnen mag, dit zeker niet onderdrukken. Een aanvallend systeem met 3 aanvallers moet sterk de voorkeur hebben.

Er zal een accent gelegd moeten worden op samenspel en dus zal mening voorkomende situaties elkaar plek over moeten nemen. Bepaalde standaard situaties, zoals spelhervattingen waarop geoefend tijdens de trainingen moeten terugkomen tijdens de wedstrijd.

Teamprestatie prevaleert boven de individuele prestatie. Tracht aan te reiken hoe de organisatie dient te staan bij balbezit, balbezit tegenstander en hoe te handelen bij de omschakeling hiertussen.

#### **Overig**

Spelers zijn verantwoordelijk maken om goed om te gaan met trainingsmateriaal, hygiëne dient aan de orde te komen, dus douchen na een training en wedstrijd. Sportief gedrag stimuleren tijdens, de wedstrijden en trainingen naar zowel tegenstander, medespeler en scheidsrechter.

Laat spelers de scheidsrechter bedanken na afloop van een wedstrijd.

Spelvreugde: **belangrijk**

Opleiding: **zeer belangrijk**

Prestatie: **redelijk belangrijk**

### **3.4 Het trainen van C-junioren (12 tot 14 jaar)**

#### **Algemene kenmerken**

Bij de C junioren dient zich een groeispurt aan. Een gevolg hiervan is dat het lichaam niet meer in balans is en dat men erg blessuregevoelig is. Daarnaast belandt men in de pubertijd.

Het vermogen tot beoordelen groeit en een eigen mening zal zich derhalve sterk ontwikkelen.

Geldingsdrang en de drang om zich met anderen te vergelijken neemt toe. Er treedt groepjesvorming op en men zet zich af ten opzichte van een ander en wellicht tegen de trainer.

Wrijvingen, en conflicten komen bij deze leeftijdscategorie frequent voor. Streef naar het spelen van 26 wedstrijden, het is wenselijk om aan minimaal 2 toernooien deel te nemen.

#### **De trainingen**

Er wordt 2 keer per week getraind, bij voorkeur 60 tot 75 minuten. Tijdens de training dient het tactische aspect gaandeweg het seizoen meer en meer aan bod te komen. Het technische deel zal door herhaling zal moeten worden verbeterd. Alle vormen die aangereikt worden dient men als voetbalecht te ervaren. Oefen veel in partijvormen, dit bevordert onbewust het functioneren in teamverband, maar stimuleert ook de wil om te winnen en om elkaar af te troeven. Coach en corrigeer waar nodig op zowel technische als tactische aspecten en doe dit zowel individueel als in teamverband. Het geven van trainingen zal bij voorkeur moeten worden uitgevoerd door 2 personen daar het werken in groepjes een voorkeur geniet.

#### **Wedstrijdkenmerk en taak van de trainer tijdens de wedstrijden**

Streef naar een goed wedstrijd resultaat, winnen is het streven het liefst met aanvallend voetbal.

Tijdens de wedstrijden moet getracht worden naar het zoeken van voetballende oplossingen voor de diverse voorkomende wedstrijdssituaties. Vooraf dienen taken per team, linie en posities aangereikt te worden. Gedurende de wedstrijd, in de rust of na afloop indien mogelijk corrigeren en nabespreken. Vanwege de puberteit is het belangrijk de speler een correcte mentaliteit mee te geven en eis dat men zich naar behoren gedraagt tijdens de wedstrijd. Indien nodig direct corrigeren .. - Prestatie van het gehele team prefereert boven de individuele prestatie. Spelers moeten op verschillende posities inzetbaar zijn.

#### **Overig**

Spelers zijn verantwoordelijk voor hun eigen gedrag en moeten hierop ook worden aangesproken. Het correct omgaan met trainingsmaterialen alsmede het juiste gedrag voor, tijdens of na een training en of wedstrijd spreekt voor zich, maar is niet altijd even duidelijk voor de spelers, blijf hier accenten 'op leggen. Hygiëne en de lichamelijke verzorging is eveneens een aandachtspunt. Het op tijd corrigeren van onsportief gedrag tijdens wedstrijden en trainingen naar zowel tegenstander, medespeler scheidsrechter en grensrechter is noodzakelijk om excessen te voorkomen. Laat spelers de scheidsrechter bedanken na afloop van een wedstrijd.

Spelvreugde: **belangrijk**

Opleiding: **belangrijk**

Prestatie: **belangrijk**

### **3.5 Het trainen van B-junioren (14 tot 16 jaar)**

#### **Algemene kenmerken**

De spelers bevinden zich middenin de puberteit en bovendien bevindt de groei zich in een stroomversnelling. Spelers ogen vaak onhandig en het lijkt alsof de lichaamsverhoudingen niet met elkaar overeenkomen. Spelers zijn erg blessuregevoelig en geestelijk bijzonder prikkelbaar.

Spelers kunnen zich individueel sterk afzetten ten opzichte van de rest van de spelersgroep. Men schroomt niet om elkaar te voorzien van kritiek. Veelal vertoont het gedrag gaandeweg het seizoen een positieve verandering. Techniek en balgevoel komen terug en hierdoor verdwijnt veelal het agressieve gedrag. Men krijgt steeds meer het belangrijke verantwoordelijkheidsgevoel. B elftallen dienen twee keer per week te trainen en dit gedurende 90 minuten. Individuele trainingen kunnen

nuttig zijn. Streef naar 26 wedstrijden per seizoen en naar inzicht van de trainer kan geoefend worden tegen A teams. Deelname aan minimaal toernooi is een pre.

### **De trainingen**

Gezien de blessuregevoeligheid dient een warming up de basis te zijn van elke training. Tracht de diverse trainingvormen soepel in elkaar over te laten lopen, werk intensief.

Blijf technische aspecten herhalen tijdens de vormen. Op het tactisch vlak moet men geconfronteerd worden met zaken als hoe stelt een bepaalde linie zich op bij bijvoorbeeld balbezit van de tegenstander maar ook bij eigen balbezit. Er dient getraind te worden op wedstrijd echte situaties en derhalve herkenbaar voor de spelers op zowel technisch als tactisch vlak.

### **Wedstrijdkenmerk en taak van de trainer tijdens de wedstrijden**

Voorafgaand aan de wedstrijd dient de trainer een korte maar duidelijke wedstrijdbespreking te houden. Tijdens de wedstrijd moet de intentie samenspel zijn maar individuele acties niet ontmoedigen. De trainer dient alert te zijn op de vooraf aangereikt technische en tactische aspecten. Waar nodig corrigerend optreden. Wees scherp op de eventuele te fanatieke houding van de speler, laat dit niet escaleren, zeker niet naar de tegenstander en of scheidsrechter. Onderlinge krachtsverhouding kan groot zijn, hierdoor verwaterd het samenspel, blijf hier als Trainer op coachen. Tracht aan te reiken dat men als team een prestatie neer moet zetten.

### **Overig**

Spelers krijgen soms in deze leeftijdscategorie een desinteresse voor het voetbal wat wellicht een negatieve invloed kan hebben op de overige spelers die zich hieraan kunnen storen. Neem eventueel maatregelen om escalatie te voorkomen. Maak voorafgaand het seizoen duidelijke afspraken omtrent bijvoorbeeld niet roken voor de wedstrijd, het ruim op tijd aanwezig zijn voor een wedstrijd. Bij een afgelasting van een wedstrijd dient indien mogelijk getraind te worden. Toon als trainer belangstelling voor schoolresultaten en privé omstandigheden. Geef spelers het gevoel dat ze iets betekenen en dat men bepaalde verantwoordelijkheden heeft. Laat spelers de scheidsrechter bedanken na afloop van een wedstrijd.

**Spelvreugde: belangrijk**

**Opleiding: belangrijk**

**Prestatie: belangrijk**

## **3.6 Het trainen van A-junioren {16 tot 18 jaar}**

### **Algemene kenmerken**

Deze groep wordt volwassen, men nadert het einde van de groeiperiode en het lichaam vertoont meer een balans. Dit is het moment om ook volwassen leren te voetballen. Er wordt een afweging gemaakt om door te gaan met voetballen of om de voetbalsport vaarwel te zeggen en bijvoorbeeld te gaan 'werken. Ook maakt men veelal een keuze om prestatief of recreatief te gaan voetballen. Op deze leeftijd wordt de wedstrijd als doel gezien en gaat het om het leren winnen van de wedstrijd. Spelers wordt kritisch naar zichzelf en naar zijn omgeving, veelal streeft men perfectie na.

### **De trainingen**

Er dient twee keer per week getraind te worden, bij voorkeur 90 minuten. Tijdens de training ei ie nl. zowel het technische als tactische aspect aan bod te komen. De training dient veelal gebaseerd te worden om de geconstateerde tekortkomingen van de hiervoor gespeelde wedstrijd. Er dient gewerkt te worden aan een goed uithoudingsvermogen waardoor probleemloos een wedstrijd van 90 minuten kan worden uitgespeeld. In de voorbereiding dient de trainer alert te zijn op een goede opbouw, dit om blessures te voorkomen. Het werken aan corners, vrije trappen en andere spelhervatting zal een stimulerend effect hebben. De trainer dient tijdens trainingen situatief als collectief te coachen.

### **Wedstrijdkenmerk en taak van de trainer tijdens de wedstrijden .**

Zoals aangegeven altijd na streven aanvallend te spelen, accent op winnen, gebruik maken van de tekortkomingen van de tegenstander en de kwaliteiten van het eigen team. Afspraken maken over de strategie en tactiek die men wil gaan spelen, teamprestatie prevaleert boven de individuele prestatie. Het bewaken van dit geheel door een actieve manier van coachen. Een korte wedstrijdbespreking is aan te bevelen, verwijst hierin naar de trainingen. Streef naar automatisme

zoals positie overname etc. Het wisselen van een speler zal onderbouwd moeten worden door de trainer.

### **Overig**

Sportief gedrag stimuleren tijdens de wedstrijden en trainingen naar zowel tegenstander, medespeler en scheidsrechter. Het in contact laten komen van het seniorenvoetbal, door middel van wedstrijden onder de 23 of invalbeurten in het 1e of 2e elftal, zodat de overstap kleiner wordt en inpassen op termijn makkelijker gaat. Spelers kunnen doorschieten in de voetbalsport en dit zou ten koste kunnen gaan van hun schoolresultaten, vraag naar de voortgang op school. Spelers mogen hun input geven voor het spelen van de wedstrijd en of training, hierdoor ervaren zij nog meer het volwassen zijn of worden. Korte lijnen naar de directe omgeving is noodzakelijk. Laat spelers de scheidsrechter bedanken ná afloop van een wedstrijd.

**Spelvreugde: belangrijk .**

**Opleiding: minder belangrijk**

**Prestatie: zeer belangrijk**

## **3.7 Het trainen van keepers**

Vanzelfsprekend krijgen de keepers van de jeugdteams gerichte training om ze zo compleet mogelijk op te leiden voor het keepersvak. Concreet: ,

- Bij F-en E-pupillen training aanbieden voor bereidwillige en capabele spelers, hierbij geldt:
  - Belangrijkste uitgangspunt is dat de keeper plezier heeft aan het keepen
  - Er dient vanuit de basisvormen getraind te worden, deze zijn: schoten op doel, voorzetten, 1 tegen 1, terugspeelbal, opbouw
  - Bij D- t/m A-jeugd deze keepers uitbouwen tot totaalkeepers

## **3.8 Het trainen van meisjes**

### **Bijzondere kenmerken**

Meisjesvoetbal maakt een volwaardig en voor de continuïteit van de vereniging belangrijk deel uit van onze club. Meisjesvoetbal is in Nederland sterk in opkomst en wij willen daar graag een . rol bij spelen.

In beginsel is er geen reden om een fundamenteel onderscheid te maken tussen jongens en meisjes. De groep voetballende meiden is echter- in vergelijking met jongens- relatief divers. Een deel van de meisjes begint al op jonge leeftijd ( mini's/F/E) met voetballen en groeit er mee op. Een ander deel van de meisjes begint echter pas op 11/12 jarige leeftijd met voetballen. De ervaring leert dit met name na het schoolvoetbal in groep 8 enkele meisjes lid worden, soms zelfs nog later. Deze meisjes komen vaak dan ook pas voor het eerst met voetbal en met alle spelregels in aanraking. Bovendien is het aantal voetballende meisjes nog relatief beperkt, waardoor teams (moeten) worden samengesteld met meisjes uit verschillende leeftijdsgroepen. Dit vereist soms een eigen aanpak, zowel op technisch als op organisatorisch gebied. Dat wordt hieronder benoemd. Voor het overige geldt al hetgeen bij de verschillende leeftijdsgroepen is beschreven.

### **Indeling**

Uitgangspunt is, dat meisjes in de F-en E-pupillen met de jongens voetballen en trainen en net zo worden. behandeld als jongens. Indien er in de E-pupillen voldoende meisjes zijn, kan in overleg met de ouders worden besloten om een meisjesteam samen te stellen.

Vanaf de D-pupillen wordt gestreefd na een of meerdere meisjesteam(s). Meisjes kunnen er echter zelf voor kiezen om tussen de jongens te (blijven) voetballen. Meisjes die daartoe de kwaliteiten hebben, worden daar ook toe aangespoord.

### **Trainingen**

Vanwege de diversiteit in voetbaltechnische kwaliteiten binnen één team dient de training in principe te worden verzorgd door twee trainers, zodat één trainer zich met een of enkele speelsters kan richten op het aanleren van de basis voetbalvaardigheden terwijl de andere trainer zich bezighoudt met de rest van de groep. De trainingsstof moet uitdagend genoeg zijn voor de geoefende speelsters, maar niet te moeilijk voor beginnende speelsters. De trainers moeten er een uitdaging in zien e" over voldoende voetbaltechnisch inzicht en geduld beschikken om dit voor elkaar te krijgen". Herhaling en zorgvuldige opbouw van oefenstof zijn cruciaal. Gegeven de hogere leeftijd kan wel sneller worden overgeschakeld op wat complexere oefeningen.

### **Wedstrijdkenmerken en taak van de trainer**

Bij meisjes zal de balans nog tot een iets hogere leeftijd doorslaan naar spelvreugde en opleiding. Maar ook bij meisjes geldt, dat goed presteren bijdraagt aan de spelvreugde. Specifieke onderdelen, zoals spelhervattingen, kunnen op trainingen worden geoefend en tijdens wedstrijden worden uitgevoerd. De trainingen kunnen goed worden afgestemd op de constatering tijdens wedstrijden.

### **Overig**

Meisjes hechten relatief sterk aan zaken als saamhorigheid, sfeer en teamgeest. De leider en de trainers moeten hier rekening mee houden en hun aanpak hierop afstemmen. Hierbij is van groot belang; dat mannelijke trainers zich ervan bewust zijn dat de intensiteit van de omgang met elkaar ook risico's met zich meebrengt. Fysiek contact met speelsters mag nooit verder gaan dan strikt noodzakelijk is en aanwezigheid in de kleedkamer moet zich beperken tot wedstrijdbesprekingen voordat of nadat alle speelsters zich hebben omgekleed.

## **4. Doorstroming van Jeugdvoetbal naar Senioren**

Om de doorstroming van de jeugd naar senioren zo optimaal mogelijk te maken nemen we de volgende stappen.

- De speler wordt, indien mogelijk (o.v.b. van geplande wedstrijden), eerst enkele malen geselecteerd voor het elftal van onder de 23 jaar.
- Gaat enkele malen met de selectie trainen.
- Daarna gaat hij enkele malen met het 1e of 2e elftal mee.
- Om als laatste stap door te stromen naar de selectie.
- Dit gaat natuurlijk allemaal in goed overleg met de ouders, trainer/leider van A/B jeugd en de hoofdtrainer van de selectie.
- De jongens die geen ambitie hebben om voor de selectie te spelen, en de leeftijd hebben om naar de senioren over te gaan sluiten in principe bij lagere elftal(len) aan.