

Technisch beleid FC Breukelen 2016- 2021

“Voetbal op maat!”



FC BREUKELLEN

**ZONDER RESPECT
GEEN VOETBAL**



RESPECT IS MEER DAN EEN WOORD.
LAAT ZIEN DAT JIJ OOK VOOR SPORTIVITEIT EN TEGEN GEWELD BENT.

Versie Status

Versie	Datum	Auteur	Omschrijving
1.0	2 juni 2012	Bestuur	
2.0			

Versie Omschrijving

De versie met aanduiding 1.x zijn tussenversies met aanpassingen (track changes op het document) voor evaluatie door de jeugdcommissie en andere gevraagde vrijwilligers. En de versie met x.0 zijn definitieve versies goedgekeurd door het bestuur en ter publicatie.

Inhoudsopgave

1. Inleiding	4
2. Het spelconcept (de wedstrijd)	5
2.1 Doelstelling	5
2.2 Hoofdmomenten	5
2.3.1 Balbezit.....	6
2.3.2 Balverlies.....	7
2.3.3 Omschakeling.....	7
3. Basistaken	8
3.1 Per positie	8
3.1.1 Doelverdediger (1).....	8
3.1.2 Vleugelverdediger (2) en (5)	8
3.1.3 Centrumverdediger (4)	9
3.1.4 Centrumverdediger (3).....	9
3.1.5 Middenvelders (6) en (8).....	9
3.1.6 Centrale middenvelder (10).....	10
3.1.7 Centrum spits (9).....	10
3.1.8 Vleugelspitsen (7)(11)	10
3.2 Per linie	11
3.2.1 Verdediging	11
3.2.2 Middenveld	11
3.2.3 Aanval	11
3.3 Totale team	12
3.3.1 Balbezit (opbouwend / aanvallend).....	12
3.3.2 Balbezit tegenpartij (verdedigend / storend)	12
4. Trainingen.....	13
4.1 Richtlijnen	14
4.2 methodiek	15
4.2.2 Uitgangspunten en doelstellingen van de verschillende basisvormen	15
4.2.3 De verschillende fases	18
5. Leerdoelstellingen	27
5.1 Leerdoelstellingen van de Mini-pupillen tot en met de JO19.....	27
Jeugdspelers O7	27
Jeugdspelers van O9	27
Jeugdspelers van O11	27
Jeugdspelers van O13	29
Jeugdspelers van O15	29
Jeugdspelers van O17	30
Jeugdspelers van O19	31

1. Inleiding

De kerntaak van dit technisch beleidsplan **Techniek op maat!** omvat het vastleggen van voorwaarden om FC Breukelen optimaal te kunnen laten voetballen. In alle geledingen binnen de jeugd dient daartoe een goed voetbalklimaat te heersen. Met dit technisch beleidsplan wordt het kader vastgelegd waarbinnen de voetbaltechnische zaken dienen plaats te vinden.

De voetbaltechnisch jeugdcoördinator stelt samen met de hoofdtrainers dit technisch beleidsplan samen en bewaakt het. Het bestuurslid voetbalzaken jeugd blijft eindverantwoordelijke.

Dit technisch beleidsplan **Techniek op maat!** dient er toe bij te dragen dat:

- de jeugdleden zo goed mogelijk kunnen presteren
- de leiders en trainers zo goed mogelijk hun taken kunnen volbrengen
- er duidelijkheid en eenduidigheid is binnen de jeugd
- er een prettig voetbalklimaat heerst
- leeftijdspecifieke kenmerken van spelers onderkend worden
- er een herkenbare, attractieve speelstijl gehanteerd wordt binnen de gehele vereniging
- de seniorenafdeling kan profiteren van goed opgeleide spelers

Om deze doelstellingen en uitgangspunten te kunnen bereiken worden gewenste voetbaltechnische aspecten uiteengezet waarbij er specifiek gekeken wordt naar wedstrijden en trainingen.

De KNVB heeft voor de pupillen een nieuw beleid in ontwikkeling. Dit beleid zal in het seizoen 2017-'18 geïntroduceerd worden. In het technische beleid is er nog geen rekening gehouden met de nieuwe spelvormen. Naarmate het nieuwe KNBV pupillen beleid vorm krijgt zullen ons technische beleid daarop aanpassen.

2. Het spelconcept (de wedstrijd)

2.1 Doelstelling

Doelstelling van het spelconcept:

Komen tot een uniforme speelwijze van alle jeugdteams. Talentontwikkeling, rekeninghoudend met de mogelijkheden van de spelers in de verschillende leeftijdscategorieën, specifieke kwaliteiten of tekortkomingen.

Uitgangspunten voor een uniforme speelwijze:

- Hollandse school, dat wil zeggen met de vleugels bezet.
- Druk zetten op de tegenstander (afhankelijk v/d eigen spelers waar op het veld)
- Strijd
- Aantrekkelijk en herkenbaar voetbal.

De speelwijze is van vele factoren afhankelijk.

Er zijn momenten dat de trainer / coach kiest om zich aan te passen aan de omstandigheden van de wedstrijddag.

De verschillende factoren zouden kunnen zijn:

- Uit- of thuiswedstrijden
- Sterkte tegenstander
- Stand in de wedstrijd
- Kwaliteit eigen spelers
- Blessures, vormverlies en/of schorsingen
- Tactische overwegingen

2.2 Hoofdmomenten

In het voetbal zijn er drie hoofdmomenten, te weten;

Balbezit

Balverlies (balbezit tegenpartij)

Omschakeling (balbezit naar balverlies / balverlies naar balbezit)

Belangrijke elementen in de hoofdmomenten zijn:

- Basisformatie (beschrijvingen van de bedoelingen ten behoeve van)
 - Gehele team
 - Linies
 - Verschillende posities
- Onderscheid maken in wanneer
 - De bal in bezit is
 - De tegenstander de bal heeft
 - De omschakeling is

In de drie hoofdmomenten moeten er altijd een uniformspeelwijze te zien zijn.

De uniforme speelwijze zal 4-3-3 zijn, waarbij variatie mogelijk kan zijn naar 3-4-3

Om deze speelwijze te realiseren is het noodzakelijk om in besprekingen, trainingen en nabesprekingen van de wedstrijden hier de nodige aandacht te besteden.

Zo dient steeds weer aan de orde te komen:

- De formatie, veldbezetting. (wie speelt waar?)
- De speelwijze (hoe wordt er opgebouwd, aangevallen, en verdedigd en welke spelers spelen in de verschillende momenten welke rol
- Taken en verantwoordelijkheden van de verschillende posities (individueel, per linie of als gehele team).
- Het winnen van 1:1 duels
- Het rendement in de eindfase van het positiespel (worden er scoringskansen gecreëerd door het centrum en/of over de vleugels)

2.3.1 Balbezit

- Bij balbezit moet de ruimte zo groot mogelijk worden gemaakt om het samenspel met als doel de diepte te realiseren
- Het breedtespel dient als voorbereiding op het spelen van de diepte. Diepte gaat voor breedte.
 - Dit kan bereikt worden door via de keeper en de verdedigers z.s.m. naar de spitsen te spelen, bij voorkeur in de voeten. (bij 1:1 en druk van de tegenstander zeer moeilijk)
 - Na positiespel van achteruit, een man meer situatie uit te spelen en een vrije man te krijgen op het middenveld.
- Na inspelen van de spitsen moeten er ondersteunende loopactie komen van achteruit.
- Belangrijk is hier de positiekeuze achter de bal zodat er weer verschillende afspeelmogelijkheden worden gecreëerd.
- Bij het diep gaan van de verschillende spelers zal het team in zijn geheel de balans moeten bewaren d.m.v. overnemen van positie
 - Middenvelders
 - Centrale verdedigers
 - Aanvallers en middenvelders
- Creëren van een over tal door snel positiespel/ individuele actie
- Middenvelder (6 en 8) zijn controlerende spelers die een aanvallende actie kunnen maken.

Naast deze uitgangspunten is er nog een belangrijk aspect wat in de training verwerkt dient te worden. Bij iedere voetbaltraining hoort namelijk als vanzelfsprekend *weerstand*. Te denken valt aan weerstand door:

- | | |
|------------------|--------------------------------------------|
| • de bal | beheersing van de bal |
| • de tegenspeler | aangaan van duels |
| • 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.

2.3.2 Balverlies

- Bij balverlies moet de speelruimte voor de tegenstander zo klein mogelijk gemaakt worden.
- Dit moet gebeuren door de ruimte tussen de lengtelinies (3-4 en 9) en de breedtelinies (2 en 5/ 7 en 11) zo klein mogelijk te maken.
- De aanvallers moeten de tegenstander dwingen tot breedte spel of terugspelen op de keeper en proberen om in een vroeg stadium de bal te veroveren
- De spelers moeten proberen om de dieptebal er uit te halen doormiddel van het druk zetten op de bal.
- Iedereen zal in de buurt van de bal zeer kort moeten dekken en aan de andere kant ruimtedekking moeten toepassen (knijpen). In de buurt van de bal moet je in duel gaan met de intentie de bal te veroveren.
- Bij een lange bal van de keeper van de tegenstander moet iedereen inzakken. Bij het kopduel moet er altijd worden gezorgd voor rugdekking en moet de ruimte klein gemaakt worden om de afvallende bal te pakken.
- De centrale verdediger moet proberen bij balbezit van de tegenstander, de aanspeellijn naar de hun spits afschermen, maar houdt tegelijkertijd zijn directe tegenstander wel in de gaten.
- Spelers moeten zo gaan staan dat ze bij hun directe tegenstander ervoor kunnen komen. Als ze er voor komen dan moeten ze de bal hebben.
- Keeper fungeert in het systeem in balbezit als extra aanspeelpunt en in balverlies als vrije verdediger.

2.3.3 Omschakeling

Omschakeling balbezit naar balverlies

Algemeen principe is de speelruimte voor de tegenstander na balverlies zo klein mogelijk te maken en vooral niet uitgepeeld te worden om zo lang mogelijk nuttig te blijven.

- De speler, die het dichtst in de buurt is van de plaats waar de bal verloren wordt, geeft direct druk op de bal.
- De tegenstander moet tot een andere beslissing dan een dieptepass gedwongen worden.
- Dit kan de speler zijn die de bal verloren heeft, maar vaak is deze speler voorbij de situatie geëindigd, dus zal een andere speler deze actie moeten ondernemen.
- Bij alle spelers dient onmiddellijk verdedigend te worden gedacht en gehandeld, er is geen tijd voor het verwerken van een teleurstelling.
- Indien in de omgeving van de bal voldoende spelers aanwezig zijn dient er scherp te worden gedekt met de intentie de bal te veroveren. Spelers die verder van de bal afstaan dienen verdedigend te denken in de vorm van knijpen c.q. rugdekking te geven. Coaching is hierbij erg belangrijk.
- Indien er weinig spelers rond de bal beschikbaar zijn (ze staan te diep), dan zullen de beschikbare spelers vanuit positiedekking met goed positiekiezen het spel moeten ophouden, zodat er tijdswinst wordt geboekt om medespelers de gelegenheid te geven terug te zakken in de posities. Het maken van kleine overtredingen (tactische overtredingen) kan een hulpmiddel zijn voor het ophouden van het spel.

Omschakeling balverlies naar balbezit

Algemeen principe is dat het speelveld zo groot mogelijk gemaakt dient te worden door uit te waaieren. De spelers zonder bal zullen initiatief moeten tonen om de bal te krijgen en om tot een goede voorzetting te komen.

- De speler die in balbezit komt (onderschept, terugwint) tracht in eerste instantie de dieptepass te spelen in verband met de snelle counter. Spelers die in diepte staan moet afwisselend in de bal komen en diepte zoeken.
- De speler die in balbezit komt, kan ook (afhankelijk van plaats op het veld) kiezen voor een individuele actie en zodoende de buitenspelval ontlopen.

3. Basistaken

In dit hoofdstuk wordt eerst per positie de basistaak besproken en daarna per linie en voor het gehele team

3.1 Per positie

3.1.1 Doelverdediger (1)

- Ballen tegen houden
 - Pakken
 - Stompen
 - Tippen
 - Naast of naar zijkant werken
 - Trappen
- Meedoen in de opbouw/positiespel
- Coachen en corrigeren achterste linie
- Verantwoordelijk neer zetten van de muur
- Verantwoordelijk voor organisatie hoekschop tegenpartij
- Keuze opbouw of lange trap

3.1.2 Vleugelverdediger (2) en (5)

Balverlies (balbezit tegenpartij)

- Uitschakelen directe tegenstander
- Bal jouw kant, heel kort en aan de binnenkant dekken met als doel de bal proberen te veroveren.
- Bal aan andere kant, tegenstander loslaten en in de diagonaal naar binnen knijpen om eventueel rugdekking te kunnen geven aan de centrum verdediger.
- Komt de vleugelverdediger als laatste man te staan; bal veroveren of tegenstander ophouden tot er hulp komt. Eventueel als mogelijk is de tegenstander buitenspel zetten.
- Coachen van de controlerende middenvelders

Balbezit

- Keeper de bal: breed en diep weg op snelheid. D.W.Z. of je bent aanspeelbaar of je zorgt voor ruimte waardoor 3 en 4, 2 tegen 1 komen te staan.
- Opbouwend meedoen in positiespel waarbij je altijd oog hebt voor zoeken van de vrije man in de diepte.
- Waar kan, loopactie buitenom vleugelspits maken en indien aangespeeld, zorgen voor goede eindpass / voorzet
- Letten op positie nr. 6 en nr. 8. Niet weglopen als dat niet verantwoord is.

3.1.3 Centrumverdediger (4)

Balverlies (balbezit tegenpartij)

- Uitschakelen directe tegenstander
- Verzorgen rugdekking aan kant van de bal (indien mogelijk)
- Doorschuiven naar middenveld bij spelen van pressievoetbal, waar nodig duelleren om de tweede bal.
- Verantwoordelijk van het organiseren van de verdediging

Balbezit

- Verzorgen van de opbouw samen met 3.
- Meedoen in positieospel.
- Inschuiven naar het middenveld, op juiste moment om over tal te creëren door er te komen en niet er te staan.
- Bij positieospel op het middenveld altijd achter de bal aanspeelbaar zijn.
- Geven van de dieptepass, als combinatie niet kan.
- Overnemen van positie van de nr. 3

3.1.4 Centrumverdediger (3)

Balverlies (balbezit tegenpartij)

- Uitschakelen directe tegenstander (indien nodig is)
- Als 4 man/positie overneemt, verzorgen rugdekking aan de kant van de bal.
- Verantwoordelijk voor het organiseren van de verdediging

Balbezit

- Zorgt samen met 4 voor de opbouw
- Meedoen in positieospel
- Als er ruimte is, opkomen over de as van het veld.
- Bij uittrap keeper aansluiting middellijn
- Verantwoordelijk voor aansluiting van de verdedigers
- Zo snel mogelijk de vrije man zoeken

3.1.5 Middenvelders (6) en (8)

Balverlies (balbezit tegenpartij)

- Bij uittrap van de keeper gaan voor duel of tweede bal
- Bal aan eigenkant kort dekken en bij pressie op teken vastzetten, doordekken of afjagen
- Bal aan andere kant, knijpen in diagonaal en zorgen voor rugdekking
- Samen met aanvallers speelveld klein maken
- Duel aangaan en de bal veroveren

Balbezit

- Bijsluiten voor kaats met spitsen
- Afhankelijk de situatie in relatie met de ruimte, mee in de aanval, de andere blijft controlerend spelen.
- Meedoen in positieospel middenvelders / spitsen
- Geen balverlies leiden in de opbouw.

3.1.6 Centrale middenvelder (10)

Balverlies (balbezit tegenpartij)

- Meedoen bij vastzetten, doordekken en afjagen van de bal
- Eventueel inzakken en samen met middenvelders speelveld klein maken
- Zo nodig positie overnemen van de nr. 4

Balbezit

- Aanspeelbaar bij positie spel middenveld of van achteruit
- Keuze maken; aannemen, individuele actie of direct spel
- Bij voorzet positie keuze voor de goal om in scoringspositie te komen
- Altijd aanspeelbaar zijn in de as en als spelverdeler het spel verdelen
- Lange bal op 9 kan teruggelegd / doorgekopt worden bij positie keuze achter de bal of diepgang.
- Waar nodig is positiewisseling met de nr. 9
- Bij doorkomen 4 ruimte maken

3.1.7 Centrum spits (9)

Balverlies (balbezit tegenpartij)

- Storen, schermen, vastzetten afjagen en niet uit laten spelen
- Eventueel inzakken, speelveld klein maken

Balbezit

- Zoveel mogelijk in scoringspositie komen
- Altijd aanspeelbaar
- Samenwerken/ overname met 10
- Bij doorkomen zijkant altijd in beweging voor de goal
- Bewegen zonder bal, om ruimte te maken voor je zelf of medespeler

3.1.8 Vleugelspitsen (7)(11)

Balverlies (balbezit tegenpartij)

- Druk zetten op back en intentie bal te veroveren
- Bal aan de andere kant, knijpen in de diagonaal
- Waar nodig inzakken om speelveld klein te maken
- Op teken vast zetten/ afjagen tegenstander

Balbezit

- Speelveld breed houden
- Via combinatie of individuele actie komen tot een eindpass/ eindactie (indirecte, actie, opengedraaid staan)
- Bij doorkomen andere kant positie kiezen voor de goal
- Spelen met tegenstander en ruimte waardoor je aanspeelbaar bent in voet en diepte

3.2 Per linie

3.2.1 Verdediging

Balbezit (opbouwend/aanvallend)

- Meedoen van achteruit, de ruimte zo groot mogelijk maken om het positiespel beter te realiseren, met als doel diep te en aansluiting
- Centraleverdedigers 3 en 4 breed uit elkaar en zoeken naar de vrije man
- Vleugelverdedigers 2 en 5 breed en diep aanspeelbaar maken
- Doelverdediger: herkennen van het moment van diepte (1:1)
- Optimale balsnelheid en het realiseren van een man meer situatie
- Opbouwmoment
 - Bij pressie van de tegenstander de gehele linie aansluiten en bij verrassing via de centrale- of vleugelverdediger de bal halen
- Na inspelen op de spitsen, ondersteunende loopacties van achteruit
- Onderlinge coaching en communicatie.

3.2.2 Middenveld

Balbezit (opbouwend/aanvallend)

- Goede veldbezetting
- 6 en 8 ondersteunende of aanvallende acties maken, maar bewust zijn van de controlerende taak die zij moeten vervullen voor het team.
- 6 en 8 ondersteunend, kunnen niet alle twee gelijktijdig aanvallen, veldbezetting optimaal houden. Een gaat, ander knijpt en speelt controlerend.
- 10 de intentie hebben om een aanvallende actie te ondersteunen of te maken
- Bij terug speelbal van 7 of 11 op 6 of 8 geen balverlies leiden en bij een goede verwerking
 - Diep te zoeken op de spits
 - Diep op de aanvallende middenvelder
 - Diep op vleugel of openen naar andere vleugel
- Bij voorzet; de aanvallende middenvelder aansluiten naar rand 16 mtr
- Bij positiewisselingen moeten de posities overgenomen worden
- Alles gericht op het realiseren van scoringskansen

3.2.3 Aanval

Balbezit (opbouwend/ aanvallend)

- 3 aanvallers moeten goed samenwerken
- Veldbezetting optimaal houden. Veld zo groot mogelijk houden, vleugels veld breed houden.
- Nr 9 niet te vroeg naar de bal vragen bij dieptepass van de verdedigers
- Individuele mogelijkheden van de 3 aanvallers zijn zeer belangrijk in de speelwijze, gevarieerde kwaliteiten moeten een belangrijk wapen zijn, er zit risico in.
- Variatie in wijze van vrijlopen, een naar de bal toe, andere de diepte zoeken.(bewegen zonder bal)
- Bij voorzet van de zijkant in het strafschopgebied opduiken (bv. Voorzet11>9,7,10 en 6 in het strafschopgebied)
- Lezen hoe de opbouw zich ontwikkelt. Momenten van diepte herkennen en zelf voorwaarde creëren om zo gunstig mogelijk uit te komen bij het aanspelen van achteruit. Vragen om de bal achteruit in de diagonaal.
- Alles gericht op het scoren

3.3 Totale team

3.3.1 Balbezit (opbouwend / aanvallend)

- Juiste veldbezetting
- Van achteruit de vrije man zoeken
- Diepte zoeken in het spel
- Aansluiting van de achterste linie
- Breed houden van de flankspeler en aanspeelbaar zijn
- Controlerende middenvelders hebben een ondersteunende- c.q. aanvallende taak
 - Diep spelen op de spits
 - Diep spelen op de centrale aanvallende middenvelder
 - Openen op de flankspeler van de andere flank, evt. via een inschuivende 3 of 4 dit alles met behoud van de functionele techniek en zonder balverlies
- Een diepe spits en een centrale middenvelder die van positie kunnen wisselen
- Bij een positiewisseling het kennen van ieders taken en overnemen daarvan.
- De diepste spits moet oog hebben voor de 3^e man
- Bij een voorzet vanaf de achterlijn, een juiste bezetting voor het doel: spits naar 1^e en aanvallende middenvelder naar 2^e paal positie kiezen (deze wisseling voor het doel kan ook andersom), een flankspeler op de punt van de 16 meter

3.3.2 Balbezit tegenpartij (verdedigend / storend)

- Speelveld klein maken
- Verantwoordelijk voor eigen posities
- Collectief en als linie pressie spelend
- Spits vooral centraal storen, zijkanten voor vleugelspelers met rugdekking van de middenvelders, wanneer de bal bv. bij de hoekvlag van de tegenstander is, dan moeten de spits(en) en de middenvelders druk maken, aansluiten en vastzetten.
- Pressie vanuit het middenveld aangeven door de controlerende middenvelders of centrale verdedigers.
- Bij voorkeur naar de zijkant (balbezit vleugelverdediger tegenstander)
- Juiste moment: bv. lange pass onderweg, moeilijke balaanname
- Linies van de verdedigers en middenveld: rugdekking geven ten opzichte van elkaar
- Spitsen van de tegenstander uit de 16 meter zien te houden, dus vooruit verdedigen
- Spelen op buitenspel (op teken van de centrale verdediger) bv. bij afgeslagen aanval, druk zetten op de bal en de tegenstander en aansluiten van de laatste lijn
- Afhankelijk van de sterkte van de tegenstander en eigen spelers inzakken tot de middencirkel
- Vleugelverdedigers: doordekken tot de middenlijn mag, maar zodra de tegenstander over de vleugel penetreert, loslaten en diagonaal afsnijden.
- Verantwoordelijk zijn voor eigen zone!
- In de omschakeling goed reageren op elkaar. Dat betekent dat o.a. elkaars posities worden overgenomen, zodat de veldbezetting juist blijft

4. Trainingen

In trainingen gaat het vooral om het leren van spelen. Leren kenmerkt zich door veel HERHALEN. Op deze manier kunnen automatismen worden aangebracht, die van belang zijn bij het spelen van een wedstrijd. Hoe meer vergelijkbare situaties (die overigens zeer dicht bij de wedstrijd staan) herkend, opgelost en onthouden worden, hoe beter in volgende situaties de juiste beslissing genomen kan worden. Eisen waaraan een training moet voldoen

Wedstrijdgericht

- Doelpunten maken en proberen te voorkomen
- Opbouwen met als doel kansen creëren
- Samenwerken (winnen of verliezen doe je met z'n allen)
- Doelgerichtheid / spelen om te winnen
- Snelle omschakeling van balbezit – balverlies

Veel herhalingen

- Veel oefenbeurten
- Geen lange wachttijden
- Goede planning, organisatie
- Voldoende materiaal

Aanpassen aan de groep

- Rekening houden met de belastbaarheid van de spelers
- Rekening houden met de vaardigheden
- Rekening houden met de beleving van de spelers

Juiste coaching

- Spelbedoelingen verduidelijken
- Spelers iets laten leren door:
 - Voorbeeld geven aan de hand van plaatje, praatje, daadje
 - Ingrijpen, stopzetten en aanwijzingen geven.
 - Groep zelf actief mee laten denken en oplossingen laten aandragen

BELANGRIJK: De uitvoering staat centraal

- Eisen stellen aan de uitvoering en controle hierop uitoefenen
- Correcties op de uitvoering en voorbeelden geven
- Foutieve uitvoering..... OPNIEUW

4.1 Richtlijnen

De verschillende afmetingen van de velden zijn afhankelijk van het niveau van de groep en de doelstelling van de training.

De trainer kan zelf variëren met de weerstanden en het gebruik van het aantal spelers op een training.

Richtlijnen voor instructie bij trainingen

- Vermijd ellenlange verhalen. Leg kort en bondig uit.
- Bereid voor wat je concreet gaat zeggen over de organisatie, de oefening, de bewegingsuitvoering en / of het sociaal gedrag.
- Vermijd stopwoordjes als dus, nou, namelijk etc.
- Spreek duidelijk en voor iedereen hoorbaar
- Kijk de groep en individuele spelers aan terwijl je spreekt, misschien constateer je vragende gezichten.
- Spreek niet op 1 toon. Breng wisselingen aan in tempo en hoogte van je stem. Zorg dat je er een dosis enthousiasme in legt.
- Maak gebruik van non – verbale communicatie in je uitleg. In de vorm van gebaren en mimiek.
- Geef de spelers de mogelijkheid om vragen te stellen naar aanleiding van de instructie.
- Laat de kern van je verhaal duidelijk naar voren komen en herhaal hem waar nodig.
- Ondersteun je instructie aan de hand van een goed voorbeeld. Neem de demonstratie zelf als uitgangspunt en de instructie als ondersteuning. (plaatje, praatje, daadje).
- Breng de spelers eerst in rusttoestand voordat je met je instructie begint.
- Controleer of je uitleg duidelijk begrepen is door de spelers, door ze het verhaal na te laten vertellen.
- Beperk de hoeveelheid informatie zoveel mogelijk. Probeer niet alles tegelijk te vertellen, maar beperk je tot de meest belangrijke informatie.
- Vertel niet alleen het hoe van de oefening, maar ook het waarom.
- Zie erop toe of je instructies worden opgevolgd en grijp in als dat niet het geval is.
- Grijp direct in bij fouten ten opzichte van de organisatie en tactiek.
- Maak gebruik van een instructiebord om tactische situaties te verhelderen.

Een goed voorbeeld is beter dan 17 zinnen

4.2 methodiek

Leren voetballen een kwestie van makkelijk naar moeilijk en veel oefenen natuurlijk!

Wat is methodiek?

Het kan gezien worden als een vaste, wel doordachte manier van handelen om een zeker doel te bereiken. Het is de weg waarlangs je dat doel wilt bereiken.

- De methodiek is de kunst van het onderwijzen en dient als onderdeel van de didactiek
- Manier van onderwijzen
- Volgens welke methode er wordt gehandeld.
- Leer van de middelen

De coach is een waarnemer

- Datgene dat door de coach wordt waargenomen, dient als aangrijpingspunt / vertrekpunt in het beïnvloedingsproces. (aanleren, verbeteren, onderrichten etc.)
- De coach moet dus kennis, inzicht en vaardigheid bezitten op het vlak van:
 - Voetballen
 - Ontwikkeling van het kind
 - Leerproces
 - Motorisch leren
 - Didactiek, waarbij de methodiek een belangrijke plaats inneemt.
 - Coachen

4.2.2 Uitgangspunten en doelstellingen van de verschillende basisvormen

Als eerst is het hier belangrijk om de verschillende basisvormen te onderscheiden:

- 1 tegen 1
- 5 tegen 2
- lijnvoetbal
- 4 tegen 4 (+ variaties)

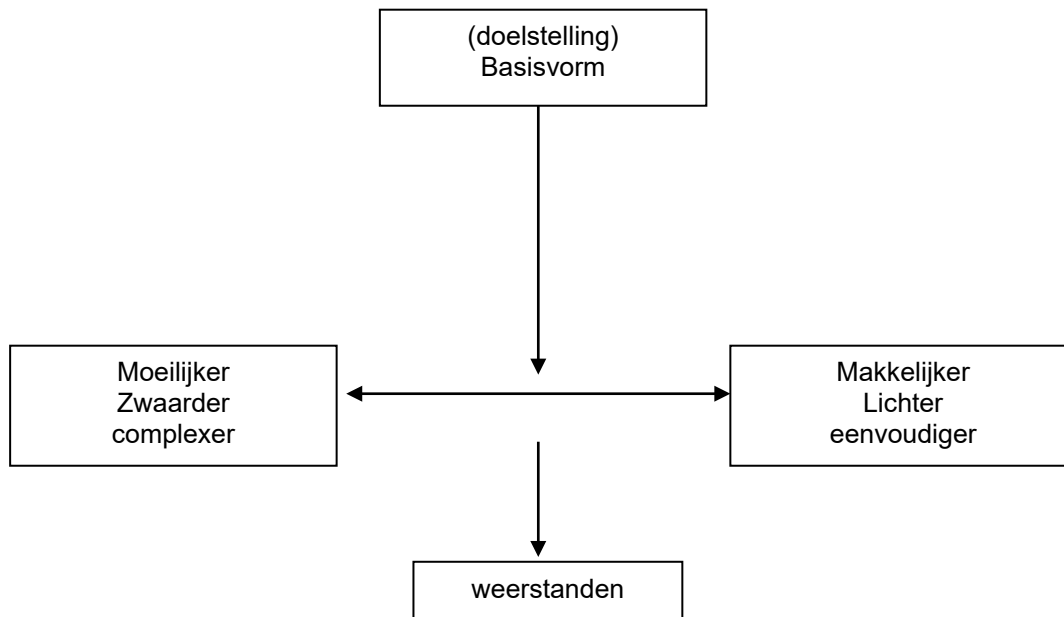
Deze bovengenoemde basisvormen zullen worden gerelateerd aan:

- T = technische vaardigheid
- I = inzicht en bedoelingen
- C = communicatie, gekoppeld aan de ontwikkelingsfasen

Deze basisvormen dienen als uitgangspunt / startpunt

Het is erg belangrijk dat de “bedoeling” van het spel gerealiseerd kan blijven worden. Dit is juist de kracht van de vorm ten behoeve van het leren, veel herhalingen zijn een vereiste!

Om de oefeningen en hun bedoeling tot hun recht te laten komen moeten er mogelijkheden worden aangegeven om binnen de oefeningen te differentiëren. (makkelijker, eenvoudiger, moeilijker, complexer, etc)



- Aantal medespelers
- Aantal tegenstanders
- Afmetingen speelruimte
- materiaal
- doelgerichtheid
- tijdlimiet
- spanning
- spelregels

Het bovenstaande figuur geeft aan dat het om de doelstelling van de oefening gaat en niet specifiek om de vorm zelf. Wanneer spelers niet in staat zijn om de doelstelling te realiseren dan zal er door middel van het ingrijpen in de weerstanden een andere vorm gemaakt moeten worden, waarbij dezelfde doelstelling dan wel tot zijn recht komt. Hieruit blijkt dat de coach het vertoonde spel goed dient waar te nemen en op grond van die waarnemingen eventuele maatregelen kan nemen om de weerstanden aan te passen.

In de basisvormen komen de volgende elementen steeds weer terug:

- doelstelling van het te laten voetbalonderdeel
- geëigende basisvorm
 - bedoeling van de vorm
 - organisatie van de vorm afmetingen speelveld
 - aantal aanvallers / verdedigers
 - spelregels
 - wedstrijd- of oefenvorm
- De belangrijkste leerregels
- Waarnemen van de coach (karakteristieke situaties vertaald naar de probleemstellingen)
- De coach relateert het spel, dat wordt aangeboden aan de leerdoelstelling (Probleem wordt zodanig geformuleerd, dat het voor de spelers duidelijk is wat er mis is gegaan in relatie tot het na te streven doel).
- De coach neemt maatregelen om in relatie tot de leerdoelstelling het leereffect optimaal te houden. (De mogelijkheden om de weerstanden te wijzigen, waarbij de doelstelling behouden moet blijven).

De methodiek van het voetbal kan het beste op de volgende manier worden aanschouwd:

- Op de eerste plaats dienen de basisvaardigheden te worden aangeleerd. Het belangrijkste in deze fase is het beheersen van de bal (dribbelen, drijven, kappen, draaien, aaien, passen, trappen, controleren, verwerken, koppen)
- Als men de basisvaardigheden redelijk onder controle heeft kan de stap worden gemaakt naar oefenvormen met als doelstelling: leren beheersen van de bal. Hierbij kan er onderscheidt worden gemaakt tussen de bal als doel en de bal als middel.
 - De bal als doel: leren hoe de bal voelt, rolt, stuit, welke kracht je er op kunt uitoefenen etc.
 - De bal als middel: nu gaat men iets nastreven met de bal. Bijvoorbeeld iets raken door goed te mikken of de
 - bal bij je houden, zodat de tegenstander er niet bij kan.
- Van de oefenvormen ga je over naar de basisvormen met een doelstelling. Hier staat ook het leren beheersen van de bal centraal, maar dan binnen situaties met zoveel mogelijk echte voetbalweerstand. Deze basisvormen zijn: 1 tegen 1, 5 tegen 2, lijnvoetbal, 4 tegen 4
- Partij- en wedstrijdvormen
- Wedstrijd

4.2.3 De verschillende fases

Bij iedere fase van de methodiek dient men rekening te houden met de weerstanden. De weerstanden zullen continu moeten worden aangepast aan het niveau van de groep waarmee gewerkt gaat worden.

Thema: Techniek

Techniek	Accenten
Dribbelen	Elke pas de bal raken, Over de bal heen kijken Bal met wreef/buitenkantschoen meenemen Lichaam over de bal, Standbeen naast de bal
Drijven	Bal verder voor je uitspelen I.t.t. dribbel niet elke pas de bal raken Snelheid gaat omhoog
Kappen	Van laag naar hoog, bal maakt 180 graden
<i>Binnenkant schoen</i>	Voet om de bal Ruimte tussen bal en voet Standbeen, tenen wijzen naar richting van de bal Standbeen achter de bal
<i>Buitenkant schoen</i>	Voet om de bal heen zetten Ruimte tussen bal en de voet Standbeen voor de bal en na de kapbeweging voet bij draaien in de richting van de bal Voorvoeten bewegen
<i>Achter standbeen</i>	Standbeen naast de bal Binnenkant voet om de bal
Draaien	Cirkel maken met de bal aan de voet Bal met korte passen bij je houden
<i>Binnenkant schoen</i>	Bal meenemen met binnenkant schoen Iedere pas de bal raken Over de bal heen kijken Lichaam tussen de man en de bal
<i>Buitenkant schoen</i>	Bal meenemen met buitenkant schoen Iedere pas de bal raken Over de bal heen kijken Lichaam tussen de man en de bal
Aaien Bal meenemen met de onderkant van de schoen	Bal met de bal van de voet meenemen Standbeen naast de bal Over de bal heen kijken Elke pas de bal meenemen. 2tellen ritme
Tippen Bal bij je houden tussen je voeten	Bal tussen je voeten houden Voorvoeten bewegen
Jongleren	Bal van de grond pakken en houden
<i>Voet</i>	Bal punt van de schoen en met de tenen opgetrokken(bal draait naar speler toe) Lichaam over de bal
<i>Knie</i>	Knie horizontaal Bal op je bovenbeen en niet op knie
<i>Hoofd</i>	Bal op voorhoofd Armen hoog, zorgen voor balans Licht door knieën buigen

Thema: Aan –en meenemen

Techniek	Accenten
Aannemen van de bal, is het dood leggen van de bal	
Meenemen: de bal meenemen in de vorm van dribbelen of drijven	
Voorwaarts	Voetspanning, de bal een ½ meter voor je, bij het aannemen Standbeen naast de bal Bal stoppen met binnenkant schoen, waarbij knie boven de bal is
Zijwaarts	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Binnenkant schoen 	Bal met binnenkant schoen meenemen Knie boven de bal Voetspanning, bal dicht bij je houden wel ruimte tussen voet en de bal Bal maakt een hoek van 90 graden
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Buitenkant schoen 	Bal met buitenkant schoen meenemen Knie boven de bal Voetspanning, bal dicht bij je houden wel ruimte tussen voet en de bal Bal maakt een hoek van 90 graden
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Achterstandbeen 	Instappen met standbeen Bal met binnenkantschoen meenemen Bal maakt een hoek van 90 graden
Aan en meenemen van de bal door de lucht	De vorm van controleren hangt sterk af van de baan van de bal Het gaat er om dat de bal snel gecontroleerd wordt zodat de bal verwerkt of afgeschermd kan worden
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hoofd 	Bal op voorhoofd Meegaan met de beweging van de bal Bal dicht bij je houden
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Borst 	Afhankelijk van de hoogte van de bal Holle buik Holle rug Borst groot maken De bal zo snel mogelijk naar de grond brengen Bal dicht bij je houden
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Knie 	Bal op bovenbeen stoppen Knie wijst naar de grond Meegaan met de beweging van de bal Bal dicht bij je houden
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Voet 	Bal met de binnenkant voet controleren Bal dicht bij je houden Enkel fixeren Lichaam over de bal

Thema: Individuele actie

Techniek	Accenten
Individuele actie	Inzicht in de situatie wanneer de actie uitgevoerd moet worden (1 – 1) Inzicht in welke schijnbeweging er op welk moment uitgevoerd kan worden Over de bal heen kijken Actie op snelheid uitvoeren Proberen de tegenstander aan de kant van zijn zwakke been te passeren (indien mogelijk) Overtuiging in de actie Bal dichtbij je been houden Versnellen na de actie

Thema: Duel 1:1

Techniek	Accenten
Aanvallend	Basissnelheid hoog Schijnbeweging maken Versnellen na de actie Tegenstander a/d kant v/h slechte been passeren (indien mogelijk) Over de bal heen kijken Na actie afsnijden van de verdediger
Verdedigend	Ver van de goal verdedigen Niet happen maar naar de bal blijven kijken Laag zitten (knieën gebogen) en op voorvoeten bewegen Spreidschrede stand staan Aanvaller naar de zijkant dwingen Aanvaller naar zijn zwakke been dwingen Tussen man en bal komen en breed maken

Thema: Combinatievormen

Techniek	Accenten
Combinatievormen (2 – 1) etc.	Juiste moment inspelen Inspelen op het juiste been Uitvoeren op hoog tempo Strak inspelen Veel beweging / vrijlopen De beschikbare ruimte benutten

Thema: Passen en trappen

Techniek	Accenten
Pass met de binnenkant van de voet	Standbeen naast de bal Bal raken met de binnenkant van de voet Bal raken in het hart Lichaam over de bal houden
Pass met de binnenkant van de voet / wreef	Standbeen niet direct naast de bal, maar iets verder opzij Bal raken met de binnenkant van de voet en de wreef Tenen niet optrekken Lichaam voorover / achterover afhankelijk van de baan van de bal Been doorzwaaien na de pass
Pass met de wreef	Standbeen naast de bal Bal raken met alleen de wreef Tenen wijzen naar de grond Lichaam voorover / achterover afhankelijk van de baan van de bal Been doorzwaaien na de pass
Kaatsen	Standbeen naast de bal Bal raken met de binnenkant van de voet Bal raken in het hart Knie boven de bal houden

Thema: Voorzetten en afwerken

Techniek	Accenten
De voorzet	Snelheid in de actie houden Kijken waar de voorzet moet komen Voorzet strak voor de goal Verschillende traptechnieken toepassen Afhankelijk van de situatie kan je: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Naar binnen snijden ▪ Achterlijn halen ▪ Snel voorgeven (bijv. rand 16 meter)
Frontaal afwerken	Kijken waar de keeper staat opgesteld Hoek uitzoeken Snelste weg naar de goal zoeken (rechte lijn) Afhankelijk van de situatie de verschillende traptechnieken toepassen Overtuiging bij het afwerken
Afwerken vanuit de voorzet (voet / kop)	Vanuit de beweging positie voor de goal kiezen Kijken waar de keeper staat opgesteld (het komt vaak voor dat een keeper meeloopt met de voorzet. In z'n geval biedt cross afwerken een grote scoringsmogelijkheid) Afhankelijk van de situatie de verschillende traptechnieken of het koppen toepassen

Thema: Koppen

Techniek	Accenten
Koppen	Bal met voorhoofd koppen Ogen open houden en mond dicht Knikbeweging maken Actieve inzet van de armen Spanboog maken Timing

Thema: Positiespel op een klein veld

Techniek	Accenten
Balbezit	2 afspeelmogelijkheden creëren aan de zijkanen, niet in de hoeken Continu driehoekjes maken Opendraaien, zodat je iedereen kunt aanspelen
Positiespel 4:2	
Balbezit	Afspeelmogelijkheden creëren door bij te sluiten. Opendraaien, zodat je iedereen kunt aanspelen Schijnbewegingen maken om ruimte te creëren om spelers aan te spelen Momenten zien van snel spelen of rust aan de bal. Momenten zien van spel verleggen
Balverlies	Gestaffeld spelen. Rugdekking geven aan elkaar Bal door het midden afschermen Moment zien van drukzetten <ul style="list-style-type: none"> • Slechte pass • Bal in de hoek
Positiespel 2:2 met 2 kaatsers	
Balbezit	Afspeelmogelijkheden creëren door bij te sluiten. Opendraaien, zodat je iedereen kunt aanspelen Schijnbewegingen maken om ruimte te creëren om spelers aan te spelen Momenten zien van snel spelen of rust aan de bal. Momenten zien wanneer 1:1 duel en wanneer spelen Veld breed houden
Balverlies	Duels winnen Gestaffeld spelen. Rugdekking geven aan elkaar Moment zien van drukzetten <ul style="list-style-type: none"> ▪ Slechte pass ▪ Bal in de hoek

Positiespel 5:2 (5:3)	
<i>Uitgegaan v. man in midden</i>	<p>Bij het spelen met een vijftal, kun je dat spelen met en zonder speler in het midden.</p> <p>Voordeel met een speler in het midden is, dat je een extra aanspeelpunt hebt. Nadeel is dat je geen diepte kunt zoeken.</p>
<i>Balbezit</i>	<p>5^e man in het midden spel niet te klein maken.</p> <p>5^e man in het midden opengedraaid staan zodat hij het spel kan verleggen</p> <p>Afspeelmogelijkheden creëren door bij te sluiten.</p> <p>Opendraaien zodat je iedereen kunt aanspelen</p> <p>Schijnbewegingen maken om ruimte te creëren om spelers aan te spelen</p> <p>Momenten zien van snelspelen of rust aan de bal.</p>
<i>Balverlies</i>	<p>Afschermen van de 5^e man</p> <p>Gestaffeld spelen, zodat je rugdekking kunt geven aan elkaar</p> <p>Moment zien van drukzetten</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Slechte pass ▪ Bal in de hoek

Thema: Positie op groot veld zonder kaatsers

Positiespel 4:4	
Balbezit	<p>Afspeelmogelijkheden creëren met als doel het maken van driehoekjes</p> <p>Speelveld groot door breedte en diepte</p> <p>Aanspelbaar zijn door vooractie en in de bal komen</p> <p>Opendraaien</p> <p>Positiekeuze achter de bal</p> <p>Overtal creëren door individuele actie of samenspel</p> <p>Bewegen zonder bal voor het creëren van ruimte voor je medespelers</p>
Balverlies	<p>Winnen van 1:1 duels door kort te dekken</p> <p>Veld klein maken</p> <p>Druk zetten op de bal</p> <p>Moment zien van drukzetten</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Slechte pass ▪ Bal in de hoek
Positiespel 7:7	
Balbezit	<p>Afspeelmogelijkheden creëren met als doel het maken van driehoekjes</p> <p>Opendraaien, zodat je iedereen kunt aanspelen</p> <p>Zorgen voor veldbezetting in de diepte en in de breedte om het spel te verleggen</p> <p>Bewegen zonder bal voor het creëren van ruimte voor je medespelers</p> <p>Over tal creëren door individuele actie of samenspel</p> <p>Schijnbewegingen maken om ruimte te creëren om spelers aan te spelen</p> <p>Momenten zien van snel spelen of rust aan de bal.</p>
Balverlies	<p>Veld klein maken om vanuit daar druk te zetten op de bal</p> <p>Niet laten uitspelen door winnen van het 1:1 duel</p> <p>Gestaffeld spelen. Rugdekking geven aan elkaar</p>

Positiespel 7:7 met 2 kaatsers	
Balbezit	<p>Herkennen van momenten van diepte zoeken Bijsluiten om afspeelmogelijkheden te creëren met als doel, het creëren van driehoekjes Bewegen zonder bal voor het creëren van ruimte voor je medespelers Opendraaien, zodat je iedereen kunt aanspelen Zorgen voor veldbezetting in de diepte en in de breedte om het spel te verleggen Bewegen zonder bal voor het creëren van ruimte voor je medespelers Over tal creëren door individuele actie of samenspel Zoeken naar de derde man Schijnbewegingen maken om ruimte te creëren om spelers aan te spelen Momenten zien van snel spelen of rust aan de bal. Veld groot houden bij aanbieden</p>
Balverlies	<p>Direct druk op de bal zetten Veld klein maken om te helpen met druk zetten op de bal Niet laten uitspelen door winnen van het 1:1 duel Gestaffeld spelen. Rugdekking geven aan elkaar Snel omschakelen</p>

5. Leerdoelstellingen

Als trainer/coach ben je verantwoordelijk voor de ontwikkeling van de spelers in het desbetreffende team. Om de spelers goed te begrijpen in woord en gedrag zul je als trainer/coach niet alleen in de motorische vaardigheden van de speler moeten verdiepen. Ook de cognitieve - en sociaal effectieve ontwikkeling zal de trainer/coach in de gaten moeten houden wil hij of zij optimaal presteren als trainer/coach.

De Psychomotorische ontwikkeling:

De ontwikkeling van het lichaam en de ontwikkeling van het motoriek.

De Cognitieve ontwikkeling:

De ontwikkeling van het verstand, het denken en de taal.

De Sociaal effectieve ontwikkeling:

De ontwikkeling van de omgang met andere en het sociale gedrag.

5.1 Leerdoelstellingen van de Mini-pupillen tot en met de JO19

Jeugdspelers O7

Vanaf 5 jaar kan er gespeeld worden bij FC Breukelen. Het accent dient bij de Mini-pupillen op het spelen met de bal gelegd te worden. Het is belangrijk dat de kinderen wennen aan het voetbal door het zelf te ervaren en dus zelf te spelen. Op deze leeftijd is er nog geen sprake van opdrachten, spelposities en technische ontwikkeling. Vooral voor het bewust worden van de bal en de medespelers zal men zoveel mogelijk voor spelvormen moeten kiezen en slechts een beperkt aantal eenvoudige oefeningen moeten uitvoeren waar steeds het spelen voorop staat. Als wedstrijdvorm kiezen wij hier voor een 4 tegen 4 vorm waarbij iedereen zoveel mogelijk aan de bal is. Er hoeft nog geen onderscheid te worden gemaakt tussen balbezit en balverlies.

Jeugdspelers van O9

Het accent dient bij de F-pupillen op de technische rijping en ontwikkeling gelegd te worden. Het is belangrijk dat de kinderen wennen aan het voetbal door het zelf te ervaren en dus zelf te spelen. De bal is in deze fase de grootste weerstand voor de kinderen en men zal er dan ook voor moeten zorgen om door middel van makkelijke oefenstof de kinderen aan te leren om de "baas" over de bal te worden. Om de technische ontwikkeling van de kinderen beter tot zijn recht te laten komen, zal men voor spelvormen moeten kiezen, waarbij iedereen zoveel mogelijk aan de bal is. Er hoeft nog geen onderscheid te worden gemaakt tussen balbezit en balverlies.

Jeugdspelers van O11

Het accent ligt bij de E-pupillen nog steeds op de technische rijping en ontwikkeling. De kinderen zullen zich verder gaan ontwikkelen in deze fase door het spelen van kleine partijtjes en simpele basisvormen. Centraal staat dat de technische vaardigheden binnen de context van de voetbalbasisvormen verder ontwikkeld moeten worden. In de laatste fase kan men alvast een koppeling proberen te maken tussen de technische vaardigheden en het inzicht en de communicatie in het spel. In de methodiek hoeft er nog geen onderscheid te worden gemaakt tussen balbezit en balverlies.

Psychomotorische kenmerken

Lichamelijke: Groei naar verdere harmonie.

Motorische: Grote bewegingsdrang.
Bewegingen in combinatie nog erg moeilijk.
Langzaam verbetering van de coördinatie.

Cognitieve kenmerken

Geestelijke: Concreet ingesteld, niet kunnen visualiseren.
Snel afgeleid.
Neemt dingen bewust op en probeert oef. volgens aanwijzingen uit te voeren.

Sociaal effectieve kenmerken

Gedrag patronen: Speelse/spontane instelling overheerst
Bewegingsdrang niet onder controle.
Bereidheid om deel uit te maken van een team, minder egocentrisch
Kan langzaam aan oefening werken.

Jeugdspelers van O13

Het accent bij de D-pupillen ligt op de overgang van een meer technische rijping en ontwikkeling naar een meer inzichtelijke rijping en ontwikkeling. Men moet trachten om steeds meer de koppeling te maken naar de inzichtelijke rijping in de basisvormen. Het moge duidelijk zijn dat de techniek ook nog een zeer belangrijke rol speelt in deze fase en zeker niet verwaarloosd mag worden. Er mogen steeds wat hogere eisen worden gesteld aan de techniek, het inzicht en de communicatie. In de methodiek dient men in deze fase te beginnen met het maken van onderscheid tussen balbezit en balverlies.

Psychomotorische kenmerken

Lichamelijke: Harmonische lichaamsbouw.
Goed gebouwd.

Motorische: Goede spier ontwikkeling.
Goede coördinatie door gevoelige periode.
Toenemende kracht maar nog niet optimaal.
Zeer gevoelig reactievermogen.
Beheerst eigen bewegingen.
Grote behendigheid.

Cognitieve kenmerken

Geestelijke: Leergierig.
Bewegingsdrang is groot.
Meer abstract maar nog niet ontwikkeld. (wel weten, geen beeld)
Complexe probleemsituaties kunnen in beperkte mate worden doorzien.

Sociaal effectieve kenmerken

Gedrag patronen: Samenwerkingsgedrag is toegenomen.

Jeugdspelers van O15

Het accent bij de C-junioren ligt op de inzichtelijke rijping en ontwikkeling van de spelers. Het verder ontwikkelen van inzicht in en herkennen van spelbedoelingen en algemene uitgangspunten in de hoofdmomenten balbezit tegenpartij en balbezit. Er zal geleerd moeten worden door alle elementen van de echte wedstrijd te benaderen. De kinderen gaan steeds meer met het hoofd spelen in plaats van alleen met de benen. Dit houdt dus in dat de techniek, het inzicht en de communicatie zich steeds verder zullen ontwikkelen. Het accent ligt dan wel op het vlak van inzicht en communicatie, maar wanneer er onvoldoende aandacht aan deze aspecten zal worden gegeven, zal dit negatieve consequenties hebben voor de techniek van de spelers. Het is van belang dat in eerste instantie het inzicht in de bedoelingen binnen de 3 teamfuncties herkend worden en daarna komt pas het functioneren binnen een teamorganisatie. Het ontwikkelen van de taken per linie komt hier dus ook sterk naar voren. Bij de methodische aanpak zal er worden gekeken naar balbezit, balverlies en de wisseling van balbezit

Psychomotorische kenmerken

- Lichamelijke: Groeispurt dus snelle lengtegroei.
Disharmonie.
- Motorische: Door groeispurt coördinatie omlaag.
Lenigheid neemt af.
Bepaalde belastbaarheid.
Blessure gevoelig (voornamelijk aanhechting v/d pezen.)
Motorische bewegingen gaan achteruit. (slungeligheid)

Cognitieve kenmerken

- Geestelijke: Abstract denken gaat zich ontwikkelen.
Vaak ontbrekende leergierigheid.
Herwaardering van het voetbal.
Kunnen op latere leeftijd visualiseren.

Sociaal effectieve kenmerken

- Gedrag patronen: Bewegingsdrang onder controle.
Betere concentratie.

Jeugdspelers van O17

Bij de B-junioren ligt het accent nog steeds op de inzichtelijke rijping en ontwikkeling. Bij de B-junioren is de rijpheid echter meer gericht op de competitie. Het meeste kan men leren door de prestatie van de wedstrijd na te bootsen in de trainingen. Belangrijk in deze fase is het rendement van de taakuitvoering in relatie tot het teamresultaat. Hetgeen waar de speler talent voor heeft zal verder ontwikkeld moeten worden. (Wie is geschikt voor welke positie en taak?) Het zal in deze fase vaker voorkomen dat er uit tactische overwegingen met een andere speelwijze gespeeld gaat worden. Het is belangrijk dat er in deze fase wordt aangeleerd hoe men het best kan omgaan met andere speelwijzen van zowel het eigen team als de tegenstander. Bij de methodische aanpak zal er ook hier worden gekeken naar balbezit, balverlies en de wisseling van balbezit.

Psychomotorische kenmerken

- Lichamelijke: Meeste uit groeispurt.
Begin harmonische groei.
- Motorische: Verhoogd trainingsmogelijkheid op kracht en duur.
Technische training werpt zijn vruchten af.
Coördinatie gaat vooruit.

Cognitieve kenmerken

- Geestelijke: Toenemende zelf kritiek.
Abstract denken > zelf fouten laten zoeken.

Sociaal effectieve kenmerken

- Gedrag patronen: Op zoek naar eigen grenzen.
Tegen gezag.
Stellen normen en waarden ter discussie.

Jeugdspelers van O19

Het accent bij de A-junioren ligt op de optimale inzichtelijke rijping en ontwikkeling. Het doel bij deze is: te komen tot een optimale prestatie in training en wedstrijd. Het winnen van de wedstrijd wordt een doel in plaats van een middel. Men zal in deze fase specialist moeten worden op het gebied van wat er in de verschillende taken wordt gevraagd. Men zal in de trainingen de taken per positie naar voren moeten laten komen. Leren om in dienst van een team te spelen. Er zal specialisatie per individu plaatsvinden op de trainingen. In de methodiek zal er onderscheid worden gemaakt tussen balbezit, balverlies en de wisseling van balbezit.

Psychomotorische kenmerken

Lichamelijke: Volgroeid.
 Fysieke groei in de breedte.

Motorische : Optimale leeftijd om conditionele eigenschappen op hoogte punt te brengen.

Cognitieve kenmerken

Geestelijke: Verantwoordelijkheidsdrang.
 Stabiliteit van karakter
 Toenemende prestatiedrang

Sociaal effectieve kenmerken

Gedrag patronen: Serieuze vriendschappen nemen toe.
 Toenemende zelfstandigheid.
 Geestelijk naar evenwicht.