

# Jeugd/beleidplan voetbalvereniging K.Kaulille FC

KBVB 2821  
K. KAULILLE F.C.



[www.kkaulillefc.org](http://www.kkaulillefc.org)

Tom Bosmans  
Jeugdcoördinator

Versie 14-6-2016

## **Inhoudsopgave**

1. **Doelstellingen**
2. **Functioneel organigram**
  - a. Bijlagen
3. **Taakomschrijvingen**
  - a. Jeugdtrainer
  - b. Jeugdcoördinator
  - c. Afgevaardigden
  - d. Gelegenheidsscheidsrechters
  - e. Spelers
  - f. TVJO
4. **Jeugd- en jaarplan KFC**
  - a. Doelstellingen
5. **Bijlagen**
  - Organigram Raad van Bestuur
  - Organigram jeugd

Aandachtspunten per leeftijdscategorie  
Jeugdplan debutantjes/Duiveltjes  
Jeugdplan pre Miniemen  
Jeugdplan miniemen  
Jeugdplan kadetten  
Jeugdplan scholieren  
Jeugdplan junioren  
Aandachtspunten bij hoofdvormen trainingen  
Keeperstraining  
Speelwijze/basistaken spelers

## 1. Doelstellingen

Dit Jeugd/beleidplan is een hulpmiddel om de jeugd van K.Kaulille FC op een verantwoorde manier met veel plezier en beleving, een gestructureerde voetbalopleiding aan te bieden.

K.Kaulille FC heeft een jeugdafdeling in de leeftijd van 5 t/m 17 jaar, we hebben de naam een gezellige en hechte vereniging te zijn waar de leden het goed naar zijn zin hebben.

Het is zaak dit minimaal zo te houden en daarom te waken voor negativisme zodat er leden afhaken.

Niet alleen voor spelers maar ook voor trainers/afgevaardigden en vrijwilligers moeten een uitdaging vinden zijn bij **K.Kaulille FC**.

Met dit Jeugd/beleidplan wordt geprobeerd duidelijkheid te scheppen op het gebied van organisatie (taken, opleidingen, selectiecriteria, nevenactiviteiten en materialen), evenals op het technisch gebied (trainingen, trainingsvormen, wedstrijden, coachvormen en dergelijke).

Duidelijkheid dus voor alle betrokkenen, te weten spelers, leiders, trainers en ouders.

Dit jeugdplan betekent niet dat we er zijn.

We zullen met een positieve en open instelling mee moeten werken en zal van jaar tot jaar bijgesteld dienen te worden.

De Jeugdcoördinator en het bestuur staan open voor op of aanmerkingen en deze per jaar (voor aanvang nieuw seizoen) zo nodig meenemen.

## 2. Functioneel organigram

- a. Raad van bestuur
- b. Jeugd
- c. Senioren

Zie bijlage

## 1. Taakomschrijvingen

### a. Jeugdtrainer

#### Inleiding:

- Steeds dient de sportieve clubvisie (zie Huishoudelijk reglement -sportieve doelstellingen van de club) nagestreefd te worden door alle jeugdtrainers.
- Steeds zullen de richtlijnen en instructies gegeven door de Jeugdcoördinator of het bestuur gevolgd worden.

#### (1) Sportief

##### (a) Algemene verwachtingen

- De jeugdtrainer werkt nauw samen met de jeugdcoördinator en legt hem verantwoording af op sportief vlak.
- Elke jeugdtrainer tracht zijn spelers te motiveren tijdens trainingen en wedstrijden door middel van aangepaste oefeningen, zodat de spelers de interesse en hun betrokkenheid behouden, zonder de eigen creativiteit uit het oog te verliezen.
- Zorgt zelf (eventueel geholpen door de jeugdcoördinator) voor een vervangtrainer.
- Zorgt zelf voor een afgevaardigde voor zijn ploeg en maakt hiermee duidelijke afspraken.
- Zorgt zelf (eventueel geholpen door de jeugdcoördinator) voor een gelegenheidsscheidsrechter voor zijn ploeg (tot en met pre min)
- Maakt duidelijke gedragsafspraken met zijn spelers en ziet toe op de naleving
- Geeft steeds het goede voorbeeld in zijn relatie naar scheidsrechter, tegenpartij, ....
- Krijgt een sleutel van de accommodatie en de ballenrek.
- Zal zelf de opgelopen boetes betalen.
- Is verantwoordelijk voor zijn oefenballen. Hij bezorgt ze allemaal op het einde van het seizoen terug of betaalt een boete per bal. Een kapotte bal mag ingeleverd worden voor een nieuwe.
- Stuurt een nieuwe speler eerst naar de jeugdcoördinator.

##### (b) Trainingen

- Nodigt de spelers uit voor de eerste training
- Overloopt de leefregels van de spelers in de groep.
- Controleert de gegevens van de ledenlijst en vraagt wanneer de speler met vakantie gaat.
- Stelt in functie van de voorbereidingswedstrijden een voorbereidingschema voor zijn ploeg op en brieft de jeugdcoördinator.

- Is verantwoordelijk voor het opstellen- en geven van trainingen in overeenstemming met de gegeven richtlijnen van de jeugdcoördinator
- de trainingen dienen vooraf voorbereid te worden (liefst op papier). Het jeugdplan KFC is een goede leidraad.
- Houdt steeds de aanwezigheidslijsten van de spelers bij en bezorgt deze elke maand aan de jeugdcoördinator.
- Houdt een prestatieformulier bij en laat dit op het einde van de maand controleren en handtekenen door de jeugdcoördinator.
- Hij zal steeds voldoende tijd (+/- 15 min) voor aanvang van de training aanwezig zijn om volgende taken uit te voeren:
  - Opent kleedkamer(s)
  - Opzetten verwarming voor de douches
  - Deuren sluiten tijdens de training
  - Zetten Licht buiten pas op indien nodig
  - Oppompen/beheer trainingsballen
  - Klaarmaken trainingsveld (kegeltjes, potjes, kleine doelen,..)
  - Opnemen aanwezigheid spelers
  - Kijkt voor de training of alle deuren van de accommodatie gesloten zijn en of er geen onnodige lichten binnen branden.
- Duur van de training
  - Debutantjes: 1 x per week 60 min
  - Duiveltjes: 2 x per week 60 min
  - Pre Min tot Min: 2 X 75 min
  - Kadetten tot Scholieren: 2 x per week 90 min
- Opdrachten na de training
  - Duidt speler(s) aan voor het poetsen van de kleedkamer
  - Controleer zelf de goede uitvoering van het poetsen (geen rondslingerende bakers/rotsooi, vloer gedweild. Ook het scheidsrechtslokaal.
  - Dooft alle lichten
  - Zet de verwarming/douche af
  - Sluit de kleedkamers, materiaalruimtes, kleine kantine enz.
  - Deelt dag/uur/plaats samenkost van volgende wedstrijd mee
  - Zorgt ervoor dat alle spelers naar huis zijn
  - Vanaf Miniemen kan men te douchen
  - Keepers mogen ze ook na de training douchen

### (c) Wedstrijden

- is exclusief verantwoordelijk voor de opstelling van zijn ploeg met in acht name van enkele regels:
- iedereen speelt ongeveer even lang over de gehele looptijd van het seizoen bekeken (vanaf kadetten mag men hier in redelijke vorm van af wijken, altijd in overleg met jeugdcoördinator)
- de wedstrijden worden steeds aangevat met de best mogelijke wedstrijdmentaliteit waar de voetbalopleiding primeert op het naakte resultaat.
- opgelegde regels van de jeugdcoördinator (rotatiesysteem, doorschuiven van spelers,...)
- zorgt voor een goed contact met zijn afgevaardigde

- tas met uitrusting (gewassen en aanwezig).
- voldoende auto's voor uitwedstrijden
- laatste gegevens van zijn ploeg (zieken, gekwetsten, geschorsten,...)
- Begeleidt de opwarming voor de wedstrijden (zoveel mogelijk op het C terrein (zeker niet op het A terrein opwarmen !!)
- Zet de verwarming/douche aan en opent de lokalen.
- Zorgt voor een goed contact met zijn spelers
- Geeft een duidelijke, tactische uitleg aan de spelers.
- Speelt met zijn ploeg tijdens thuiswedstrijden op het B-veld (behalve alle ploegen onder de U13 spelen op het D-veld).
- uur vertrek/samenkomst
- kledij (verplicht om trainingspak te dragen van club/sponsor tijdens wedstrijddagen)
- paspoort/legitimatatie vanaf 12 jaar
- De trainer draagt een rode band (vanaf miniemen)

#### Controleert na de thuiswedstrijden:

- kleedkamers uit en thuisploeg gepoetst
- dooft alle lichten en sluit de kleedkamers
- Zet de verwarming /douche af
- Zorgt ervoor dat alle spelers naar huis zijn
- Indien er reservetenues nodig zijn, worden deze gewassen in de kantine boven afgeleverd.

#### **(d) Trainersvergaderingen**

- neemt zoveel mogelijk deel aan de maandelijkse vergaderingen (in principe de 2de maandag van de maand, afmelden bij de jeugdcoördinator)
- hij bereidt de vergadering voor (noteert agendapunten)
- hij neemt grondig de verslagen door opgemaakt door de jeugdcoördinator

#### **(2) Op extra-sportief vlak**

- is een voorbeeld voor zijn spelers (draagt trainingspak van de club, let op taalgebruik, gedrag...)
- aan de jeugdtrainers wordt een actieve en positieve deelname gevraagd voor: clubactiviteiten (sinterklaas/kerstavond, ploegenvoorstelling,...)
- verleent medewerking door spelers te motiveren voor o.a. toernooien en andere sponsoractiviteiten,...)
- Is eerste aanspreekpunt voor zijn team

#### **(3) Evaluaties**

- houdt evaluatiegegevens bij van zijn spelers (aanwezigheden van de spelers tijdens trainingen en wedstrijden)
- stelt halfjaarlijks een evaluatieverslag op per speler en geeft mondelinge uitleg tijdens het evaluatiegesprek met de jeugdcoördinator

- neemt constructief deel aan zijn jaarlijks evaluatiegesprek door de jeugdcoördinator.

**(e) Op het einde van het seizoen**

- Levert de valies van de ploeg in
  - Truien van alle spelers broeken
  - Trainingspakken en valiezen van spelers, trainers en afgevaardigden die stoppen
  - Waterzak
- Levert de sleutels, ballenzak en hesjes in

## **b. Jeugdcoördinator**

### **(1) Algemeen plaats in het functioneel organigram**

- a. Tijdens de bestuursvergaderingen wordt de jeugdcoördinator enkel uitgenodigd als er punten voor hem van belang zijn. Tijdens de trainersvergaderingen zal er altijd een lid van het bestuur aanwezig zijn.
- b. Is momenteel sportief verantwoordelijk voor alle jeugd ploegen van U6 tot en met U17.
- c. Is de schakel (= coördinator) tussen bestuur en spelers/ouders en tussen trainers/groepsverantwoordelijken en spelers/ouders, voor alles wat het sportieve aanbelangt.

### **(2) Op sportief vlak**

#### **a. Trainersvergaderingen**

- i. Stelt de agenda op voor iedere vergadering (2<sup>de</sup> maandag van de maand om 19h30)
- ii. Leidt de vergadering en neemt nota
- iii. Maakt nadien het verslag op en zorgt ervoor dat alle bestuursleden en leden van de vergadering dit verslag ontvangen (per mail).

#### **b. Trainingen**

- i. Volgt waar hij nodig is geheel of gedeeltelijk de trainingen en bespreekt deze met de trainers.
- ii. Geeft eventueel zelf de training bij afwezigheid van de trainer of zijn vervanger.

#### **c. Wedstrijden**

- i. Volgt waar nodig is de thuiswedstrijden van de jeugd, en zorgt ervoor dat de wedstrijden in goede orde kunnen verlopen.
- ii. Evalueert de wedstrijden indien nodig met de trainer.

#### **d. Spelers- en trainersevaluaties**

- i. Laat tweemaal per jaar een spelerevaluatie van alle spelers opmaken door de respectievelijke trainers, klasseert deze, en deelt ze uit ten gepaste tijden (voorbereiding nieuw seizoen, nieuwe trainer,...)
- ii. Bereidt het nieuwe seizoen voor (evaluaties, aantrekken nieuwe trainers, spelerslijsten vorming,...). Enkel de administratie voor het aanvragen van matches gebeurt via het bestuur.

### **(3) Op extra sportief vlak**

- a. Motiveert de trainers, afgevaardigden, spelers en ouders bij alle activiteiten georganiseerd door de club.
- b. Neemt deel als nodig als hoofd van de jeugdopleiding aan de aangeboden sessies en opleidingen.
- c. Vertegenwoordigt de club naar buiten indien hem dat door het bestuur gevraagd wordt.



c. Afgevaardigde (= officiële vertegenwoordiger van de club)

(1) Opvang scheidsrechter

- Ontvangt de scheidsrechter en begeleidt hem/haar naar de kleedkamer.
- vraagt of en wat hij/zij wil drinken.
- zorgt voor de betaling van zijn/haar onkosten (via kantineverantwoordelijke).
- Zorgt samen met de trainer voor gelegenheidsscheidrechter (ouders, toeschouwers) of doet het zelf (debutantjes t/m premieën) denk aan fluitje.

(2) Opvang tegenpartij

- Biedt de afgevaardigde van de tegenpartij een drankje aan
- Ontvangt de tegenpartij en wijst de kleedlokalen

(3) Invullen scheidsrechtersblad

- Ongeveer half uur voor aanvang wedstrijd

(4) Wedstrijdballen en waterzak

- Neemt twee wedstrijdballen uit de ballenrek van de ploeg, pompt ze op en overhandigt ze aan de scheidsrechter.
- Legt na de wedstrijd de ballen ook terug en sluit de rek.
- Vult de waterzak en zorgt dat deze tijdens de wedstrijd gebruikt kan worden.

(5) Ophalen paspoorten/primokaarten spelers

- vanaf 12 jr dienen de paspoorten/primokaarten afgegeven/getoond te worden
- bij uitwedstrijden best verzamelen op de parking voor vertrek.

(6) Ophalen waardevolle spullen spelers

- zal verzameld worden en veilig opgeborgen (auto/tas of kantine)

(7) Drinken tijdens de rust

- water en bekertjes te voorzien voor eigen ploeg en bezoekende ploeg (thuiswedstrijd) (EHBO ruimte)
- vraagt scheidsrechter wat hij/zij wil drinken

(8) Aftekenen scheidsrechtersblad

- controleert de uitslag
- tekent af in het voorzien vakje
- neem 1 exemplaar mee (bij uitwedstrijden) en geeft 1 exemplaar af (bij thuiswedstrijden), liefst dezelfde dag in het bakje van Mat Reumers.
- Vanaf min: na 2 gele kaarten in dezelfde wedstrijd volgt een schorsing de eerstvolgende speeldag (de afgevaardigde houdt dit bij en waarschuwt zijn trainer)
- Rode kaart: schorsing zie sportleven

(9) Verzamelen spelersuitrusting

- zorgt ervoor dat de uitrusting gewassen wordt (vaste ouder of beurtrol) en noteert wie de was meeneemt.

(10) Poetsen kleedkamer(s)

- duidt speler(s) aan (vanaf miniemen) en werkt volgens een beurtrol.

- controleer zelf de goede uitvoering ervan. Ook het scheidsrechterslokaal.
- Poetst de kledelokalen (of regelt dit met een ouder) (debutantjes t/m preminiemen)

(11) Drankje na de wedstrijd

- Na de wedstrijd zal gezamenlijk aan tafel een drankje aangeboden worden door KFC (briefje invullen en ondertekenen) ook de scheidsrechter drankje aanbieden
- De tegenpartij krijgt flessen met drank.

(12) Herkenning (vanaf miniemen)

- Afgevaardigde thuisclub draagt een witte band
- Tijdens uitwedstrijden een drie-kleuren band.
- De verzorger/hulptrainer draagt een gele band

(13) Doeltjes/Terreinen

- Indien er meerdere debutantjes/duiveltjes moeten spelen extra terreinen klaarmaken op preminiemen terrein (afmetingen L=35m B=25m) potjes staan in ballenhok.
- Naderhand weer alles terug zetten

(14) Cornervlaggen

- Zet de cornervlaggen uit en haalt ze op na de wedstrijd.

d. Gelegenheidsscheidsrechters

(1) Reglementen

(a) debutantjes/duiveltjes (U6 tem U9)

- 5 tegen 5
- Afmetingen speelveld: L= 35m B= 25m
- Doelen: 5 x 2m
- Bal maat 3 gebruiken (U9 maat 4)
- wedstrijdduur: 2 maal 25 min (maximaal rust 10 min)
- Bal uit = inworp
- Keeper mag terugspeelbal **niet** in de handen nemen
- Keeper brengt bal terug in het spel door hem in te werpen of uit te trappen
- Doelschop de bal vanuit het doelgebied (8 meter) van de grond trappen.
- Geen buitenspelregel
- Maximum 4 vervangingen, doorlopende wissels
- Alle vrije trappen niet rechtstreeks, afstand tegenstrever 8 meter (geen strafschoppen)
- Schoeisel: voetbalschoenen of sportschoenen
- Afstand houden bij opzetten en uittrappen (achterbal)

(b) preminiemen (U10 en U11)

- 8x8
- afmetingen speelveld: L: 50 à 55m, B: 45 à 50m

- Doelen 5 x 2m
- Bal maat 4 gebruiken
- wedstrijdduur: 2 maal 25 min (maximaal rust 10 min)
- Bal uit = inworp
- Keeper mag terugspeelbal **niet** in de handen nemen
- Keeper brengt bal terug in het spel door hem in te werpen of uit te trappen
- Doelschop vanuit het doelgebied (8 meter) van de grond trappen
- Geen buitenspelregel
- Maximum 4 vervangingen, doorlopende wissels
- Alle vrije trappen niet rechtstreeks, afstand tegenstrever 8 meter (geen strafschoepen)
- Schoeisel: voetbalschoenen of sportschoenen
- Hoekschop: te nemen op 13 m (gemarkeerd op achterlijn)
- Afstand houden bij opzetten en uittrappen (achterbal)

(2) Drankje na de wedstrijd

- 1 of 2 drankjes voor de scheidsrechter wordt aangeboden door de club

**e. Spelers**

(1) Algemeen

- Alle spelers betalen jaarlijks het vastgestelde lidgeld
- Bijna dagelijks zijn er tal van vrijwilligers bezig met het onderhoud en zuiver houden van onze accommodatie! Er wordt alles aan gedaan zodat iedereen zijn sport op een zo goed mogelijke manier kan uitoefenen. Omdat deze vrijwilligers gemotiveerd zouden blijven vragen wij respect en verantwoordelijkheid voor alles en iedereen die op de onze club aanwezig is!
- Alle spelers tonen interesse voor de activiteiten georganiseerd door de club en helpen mee indien hun hierom wordt gevraagd. Ook dienen de inschrijvingsstrookjes, niet verkochte kaarten enz tijdig binnengebracht te worden.
- Bij een sportongeval dient de betrokken speler steeds een ongevalverslag te laten invullen door de geraadpleegde dokter en brengt vervolgens dit formulier binnen bij de secretaris (binnen de 14 dagen). Bij laattijdig of niet inleveren van het formulier dienen de onkosten door de betrokken speler gedragen te worden. Indien het ongevalformulier wordt opgestuurd naar de KBVB dient er rekening mee gehouden te worden met een inactiviteit van minimum drie weken. Indien er toch wordt gespeeld voordat het genezingsformulier opgestuurd is, gebeurt dit voor eigen rekening. Voor kinesist en verlenging dient eerst toelating verkregen te worden van de KBVB (via secretaris).
- Volgen steeds de richtlijnen van trainer, afgevaardigden en bestuur.
- Waarschuwen steeds ruim voldoende op voorhand de trainer van een afwezigheid op training en/of wedstrijd. Indien een speler een tijdje niet meer getraind heeft of geen wedstrijden gespeeld heeft dient de speler zelf contact op te nemen met de trainer om zich te informeren over de trainingsuren en of wedstrijdgegevens. (trainer kan/mag sancties opleggen indien niet gebeurt)
- De spelers gedragen zich steeds correct t.o.v. de medespelers, de tegenstanders, de scheidsrechters, de trainers, de afgevaardigden en het publiek.

- We hanteren het principe dat jeugdspelers geen geldboetes opgelegd kunnen worden.
- Of je wilt weten of er afgelastingen zijn dan kun je informeren bij de trainer of op de website [www.kkaulillefc.org](http://www.kkaulillefc.org) of op teletekst.
- Je dient dus zelf te informeren.

## (2) Het materiaal

- De voetbalschoenen dienen zelf aangekocht te worden en dienen gepoetst te zijn voor de trainingen en wedstrijden.
- De spelers zuiveren hun voetbalschoenen na de training en wedstrijd met de daartoe geplaatste borstels. Dit kan nooit in de kleedkamer of in de douche.
- De voetbaluitrusting (eigendom van KFC) mag alleen gebruikt worden tijdens de wedstrijden. Deze wordt terug ingeleverd als men stopt. Op het einde van het seizoen worden de truien altijd verzameld.
- Voor en na de wedstrijden wordt gevraagd zoveel mogelijk de trainingen en andere uitrusting te dragen uniform aan de club.
- De kleedkamers en douches dienen rein gehouden te worden.
- De speler dient op de training en wedstrijden badslippers bij te hebben om te douchen.
- De spelers dragen scheenbeschermers
- **Het dragen van horloge, kettingen, piercings en ringen is verboden.**

## (3) De trainingen

- Dienen steeds met ernst en inzet gevolgd te worden.
- **Tegen onverwittigde afwezigheid zullen sancties genomen worden.**
- Bij blessure dient de trainer onmiddellijk gewaarschuwd te worden.
- Verzamelen van materiaal na de training en doelen langs het veld plaatsen.
- Vanaf miniemen kan er na de training worden gedoucht.
- Tijdens de winterperiode is het dragen van een trainingspak verplicht.

## (4) De wedstrijden

- De spelers dienen stipt op tijd te komen op de afgesproken vertrekplaats (in principe parking KFC).
- Vanaf 12 jaar dienen de spelers hun paspoort bij te hebben.
- Na de wedstrijd dient de uitrusting gesorteerd te worden en gewassen volgens een beurtrol (of vaste persoon)
- Na de wedstrijd gaan de spelers samen aan tafel zitten waar een verfrissing wordt aangeboden (tafel dient afgeruimd te zijn bij het verlaten aanvoerder en of afgevaardigde regelt dit)

## f. TVJO

- De TVJO is samen met de jeugdcoördinator (JC) verantwoordelijk voor de sportieve doelstellingen jeugd van de club
- De TVJO stelt maandelijks de trainingsschema's op in overleg met de JC
- Staat de JC bij voor het oplossen van problemen bij de jeugd

## 3. Jeugdplan KFC

### a. Doelstellingen

- (1) Het doel van dit plan is een objectief, en dient gebruikt te worden als "rode draad" binnen de vereniging KFC waarbij een algemene werkwijze van kracht is voor alle categorieën.
- (2) Er zal aandacht besteed worden aan *individuele opleiding van de spelers zoals*:
  - i. lichamelijke vorming (lenigheid, spieren versterken en ontspannen,...),
  - ii. baltechnische vorming (baltechnieken, ruimte en tijd leren inschatten,...),
  - iii. speltechnische vorming (inzicht, tactiek, automatismen,...)
  - iv. mentale vorming (omgaan met winst en verlies, spelers, scheidsrechter,...)
- (3) Naast de individuele opleiding zal ook sterk de nadruk gelegd worden op het aspect "spelen in een ploegsport", met als voornaamste regels:
  - i. De ploeg primeert boven het individu
  - ii. Nieuwe spelers kunnen zich aanmelden bij de jeugdcoördinator.
  - iii. Spelers die later instappen zullen voor aansluiting een aantal trainingen mogen bijwonen. Na deze periode zal de jeugdcoördinator op basis van de inlichtingen gekregen van de trainer een voorstel van aansluiting doen bij het bestuur.
  - iv. Na dit advies zal met speler en ouders in overleg beslist worden onder welke voorwaarde de speler kan aansluiten.
- (4) Deze aandachtspunten zullen gebruikt worden als groeilijn doorheen de jeugdramen.
- (5) De jeugdcoördinator stelt doelstellingen per ploeg op in samenspraak met de trainers. Zo proberen we onze spelers te vormen.

## 4. Bijlagen:

### Organigram jeugd

<b>TVJO:</b>	Patrick Verecken
<b>JC:</b>	Tom Bosmans

#### Werkgroep jeugd:

Rob Vandebosch  
Kurt Vandebosch  
Rudi Van Bussel  
  
Tom Bosmans

#### Trainersstaf:

#### Werkgroep techniektraining:

Yves Beliën  
Tom Bosmans

## Aandachtspunten per leeftijdscategorie debutantjes t/m junioren

### Debutantjes/Duiveltjes (U6 tem U9)

#### 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 ("Winnen door spelen")

Technisch: Baas worden over de bal. Balgewenning laten opdoen door spelen in eenvoudige spelvormen en partijspelen. Het zaal voortal 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 afwerken: alleen, met medespeler en in kleine partijspelen.

Tactisch: Aanleren van belangrijkste spelregels. Begripvorming 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, trainer, afgevaardigde en scheidsrechter)

#### Accenten training

- ruime bewegingservaringen op laten doen, hoofdzakelijk met de bal
- veel spelvormen: positieve benadering (aanval, scoren)
- ruimte laten voor eigen ontdekkingen
- doeltjes niet te klein en meerdere scoringsmogelijkheden (scoren betekent vreugde en enthousiasme)
- speelse oefenvormen aanbieden

#### Te behandelen thema, s

Het hele jaar door en (afwisselend herhalen)

- 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

#### Coachen

- blijven motiveren/aanmoedigen
- ruimte laten voor eigen ontdekkingen
- simpel en duidelijk woordgebruik
- helpend gedrag voor, tijdens en na de wedstrijd en training
- individuele aandacht
- voordoen

**Speltype: Spelen in een ruit**

**Opmerking:** Bij tweede jaar duiveltjes na winterstop aandacht schenken aan overgang naar preminiemen plein

## Preminiemen (U10 tem U11)

### 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 koppen, afwerken enz)(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 aan tasten. Bij tactische vorming alleen uitgaan van basisdoelen(doelpunten maken en voorkomen), aandacht blijven schenken aan belangrijkste spelregels, Aandacht voor posities(niet plaatsgebonden laten ontwikkelen)
- 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 herhalen)

- 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 en 4 : 1)
- Uitspelen van de 2 tegen 1 situatie
- Koppen (lichte ballen over korte afstand, niet met afwerken, techniek scholen, angst wegnemen)
- Beheersen en bewerken van de bal

### Coachen

- Ruimte laten voor eigen ontdekkingen
- Simpel en duidelijk woordgebruik
- Helpend gedrag voor, tijdens en na de wedstrijd
- Spelvreugde moet voorop staan
- Stimuleren van de teamgeest

**Speltype: spelen in dubbele ruit of 1 - 3 - 3 -1**

**Opmerking:** Bij tweede jaar preminiemen na winterstop aandacht schenken aan overgang naar groot plein.



## Miniemen (U13)

### 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 enz.) in eenvoudige oefenvormen, individueel en met partner. Techniek leren toepassen door kleine partijvormen.
- Conditioneel: Voetbalconditie opdoen door kleine partijspelen met arbeidsrustverhouding (partij afgewisseld met oefenvormen als rust)
- 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 de 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 combinatie                  |
| • Koppen                              | - duel 1 : 1 (aanvallend en verdedigend)        |
| • Afwerken op doel                    | - uitspelen in over tal situatie                |
| • Rugdekking                          | - aanbieden van spitsen (kaatsen en wegdraaien) |

### Coachen

- Ruimte laten voor eigen ontdekkingen
- Extra aandacht voor vrijlopen bij balbezit en dekken bij balverlies
- Gebruik maken van eenvoudige coachtermen
- Positieve waardering is belangrijk
- Stimuleren van de teamgeest (voetbal is teamsport)
- Helpend gedrag voor en na de wedstrijd
- Uitleg/toelichting wedstrijd situaties (volgende training)

Speltype: 1 - 4 - 3 - 3 of 1 - 3 - 4 - 3

## Kadetten (U15)

### Psychische kenmerken

- Kritisch voor gezag
- Behoefte aan vaste afspraken, rechten en plichten
- Groepsvorming
- Motivatiegebrek
- Idealistisch / eigenwijs
- Andere interesses gaan meespelen (herwaardering voetbal)
- Gezin en familieomstandigheden kunnen rol spelen

### Fysieke kenmerken

- (pre)puberteit
- Disharmonie
- Bij sommige 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 enz) met een grotere snelheid en in hoger tempo. Wedstrijdvormen inbouwen.) Door de puberteit doen zich grote individuele verschillen voor (individuele Aandacht: eenvoudiger oefeningen in lager tempo)
- Conditioneel: Intensiteit mag toenemen t.o.v. de miniemen maar de 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 verantwoordelijks gevoel. Opvoeden in sportmentaliteit (lichaamsverzorging, wedstrijdvoorbereiding, prestatiebewustzijn, materiaalbeheer).

### Accenten training

- Technische voetbalvaardigheden vanuit wedstrijdssituatie(handelingssnelheid vergroten).
- Veel positie en partijspelen.
- 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)       | - positioneel dekken                           |
| • Duel 1 : 1 (aanvallend en verdedigend) | - omschakeling bij balbezit                    |
| • Kaatsen                                | - omschakeling bij balverlies                  |
| • Passen, trappen (links en rechts)      | - benutten van de kansen                       |
| • Koppen (techniek)                      | - aanbieden van de spitsen(kaatsen,wegdraaien) |
| • Individuele baltechniek                | - druk zetten (pressie)                        |
| • Opbouw van achteruit (ook door keeper) | - achterlangs komen bij aanval                 |

### Coachen

- Aan wijzigingen gericht op wedstrijdssituatie
- Aspecten van wedstrijd tactiek nadrukkelijk aan de orde laten komen (tempo, spelverplaatsing enz)
- Individuele minpunten signaleren en verbeteren; natuurlijk ook aandacht voor positieve waardering.
- Motiveren waarom iets (anders) moet
- Eigen verantwoordelijkheden steeds meer benadrukken
- Benaderen en bespreken van de wedstrijd (voor en nabespreking)

**Speltype:** 1 - 4 - 3 -3 of 1 - 3 - 4 - 3

## **Scholieren (U17)**

### **Psychische kenmerken**

- Meer realiteitszin
- Minder emotioneel
- Agressie neemt af
- 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
- 

### **Trainingsdoelstellingen (Presteren in de wedstrijd)**

- Technisch:** Verder scholen van technische vaardigheden (met hogere (handeling) 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 voetbalweerstanden (bal, ruimte, tijd, samenspel, tegenspeler enz.)
- Tactisch:** uitbreiden van tactische mogelijkheden (wisselend speltempo, verplaatsen van spel, achterwaarts spelen, numerieke meerderheid tot stand brengen) 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 enz.)
- Mentaal:** stimuleren van enthousiasme, zelfkritiek, en voetbalmentaliteit.

### **Accenten training**

- Wedstrijdsituaties nabootsen met hoog tempo en veel weerstanden
- Verbeteren van technische elementen
- Trainen op (handeling) 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)               | - aansluiten tussen de linies                     |
| • Opbouw van achterruit (ook door de keeper)     | - aansluiten van de spitsen (kaatsen, wegdraaien) |
| • Diversiteit aan afwerkvormen                   | - benutten van kansen (afwerken)                  |
| • Achterlangs komen bij aanval                   | - stilstaande situaties (corners, vrije trappen)  |

### **Coachen**

Aanwijzingen gericht op wedstrijd situatie

Aspecten van wedstrijd tactiek nadrukkelijk aan de orde laten komen (tempo, spelverplaatsing, enz.)

Aanwijzingen individueel, positioneel, per linie en voor het hele team.

Individuele minpunten signaleren en verbeteren, ook aandacht voor positieve waardering.

Eigen verantwoordelijkheid spelers benadrukken.

Benaderen en bespreken van de wedstrijd (voor en nabespreking)

**Speltype:** 1 - 4 - 3 -3 of 1 - 3 - 4 - 3

# Junioren

## Psychische kenmerken

- Stabilisatie van karakter
- Duidelijke zelfkritiek
- Toenemende individualisering (zich op de voorgrond willen plaatsen)
- Prestatie en geldingsdrang nemen toe

## Fysieke kenmerken

- Benadering lichamelijke volwassenheid
- Hoogtepunt in het leren van motorische vaardigheden
- Nauwelijks gevaar voor overbelasting
- 

## Trainingsdoelstellingen (streven naar optimale prestatie)

- Technisch: verder vervolmaking technische grondvormen (aan en meenemen, trappen, dribbelen, passen, koppen, afwerken enz.) 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 maximaal prestatieniveau en uitgaan van voetbaleigen vormen en voetbalweerstand. 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 hele jaar (afwisselend en herhalend)
- snelle omschakeling bij balbezit - achterlangs komen bij aanval
- Positiespel (5 : 2 en 3 : 1) - druk zetten (pressie)
- Duel 1 : 1 (aanvallend en verdedigend) - het spel verleggen
- Kaatsen (aanbieden, loskomen van tegenstander) - snelle omschakeling bij balverlies
- Passen, trappen (links en rechts, hoog, laag, breed en diep) - aansluiten tussen de linies
- Koppen (aanvallend en verdedigend) - aanbieden van de spitsen (kaatsen wegdraaien)
- Opbouw van achteruit - benutten van de kansen (afwerken)
- Diversiteit aan afwerkvormen - stilstaande situaties (corners, vrije trappen)

## Coachen

- Aan wijzigingen gericht op wedstrijd situatie
- Aspecten van wedstrijd tactiek nadrukkelijk aan de orde laten komen (tempo, spelverplaatsing, enz.)
- Aan wijzigingen individueel, positioneel, per linie en voor het 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)

Speltype: 1 - 4 - 3 - 3 of 1 - 3 - 4 - 3

## Aandachtspunten bij hoofdvormen trainingen

### Dribbelen en drijven

- Bal zowel links/rechts als binnen en 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 de voet: nauwkeurig, korte afstanden, snel spel
  - raakvlak is binnenkant van voet tussen wreef en enkel
  - standbeen naar speelrichting gericht, been niet te ver naast de bal
  - bovenlichaam iets over de bal gebogen
  -
- Wreeftrap: hoge balsnelheid, langere afstanden, schoten op doel
  - raakvlak is de wreef
  - standbeen naar speelrichting gericht, been niet te ver naast de bal
  - bovenlichaam iets over de bal gebogen
  - iets schuine aanloop
  - pass door de lucht door achteroverhangen
  - 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

### Jong leren

- met alle lichaamsdelen
- zowel met links en rechts
- wedstrijdelement (jezelf verbeteren, beste in de groep)
- vanaf miniemen - met verplaatsingen
  - met meerder spelers

### Koppen

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

### 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
- vanaf miniemen 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 8 : 8
- Met numerieke meerder of minderheid
- Altijd in afgebakende ruimte
- Veldafmetingen afhankelijk van spelersaantal en intentie van de 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

## Keeperstraining

Voor een keeper is belangrijk dat hij/zij

- actief betrokken word bij de groepstraining van zijn/haar team
- individuele training krijgt om specifieke vaardigheden te oefenen

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

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

Aandacht dient geschonken te worden aan:

- sterke punten : onderhouden
- zwakke punten : verbeteren

Een goede keeperstraining is hoofdzakelijk gebaseerd op drie aspecten: *techniek, tactiek en conditie*. Daarnaast is het aanleren van veelvuldig en op een goede manier leiding geven tijdens geven 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 (wel goede maat)
- Bodemgewenning
- Voorkomen van angst en krampachtigheid

**Werken aan tactiek:**

- Opbouwend spel: mee voetballen (links en rechts) uittrappen,uitwerpen,aanwijzigingen geven.
- Verdedigend spel: opstelling en verdediging organiseren.
- Inzicht hebben in het spel
- Coachen
- Goede opstelling, timing

**Werken aan conditie:**

- Kracht
- Snelheid
- Vaardigheid
- Reactie
- Durf
- Doorzettingsvermogen

**Regel:**

Tot en met duiveltjes kiezen we niet voor een vaste keeper en deze zullen dan ook geen specifieke keeperstraining nodig hebben, groepstrainingen met het team en het keepen tijdens partijvormen en of afwerken op het doel zijn voldoende. 2e jaars duiveltjes kan men al langzaam werken naar een vaste keeper.

Vanaf preminiemen krijgen de keepers specifieke keeperstraining bij K.Kaulille FC.

## Speelwijze:

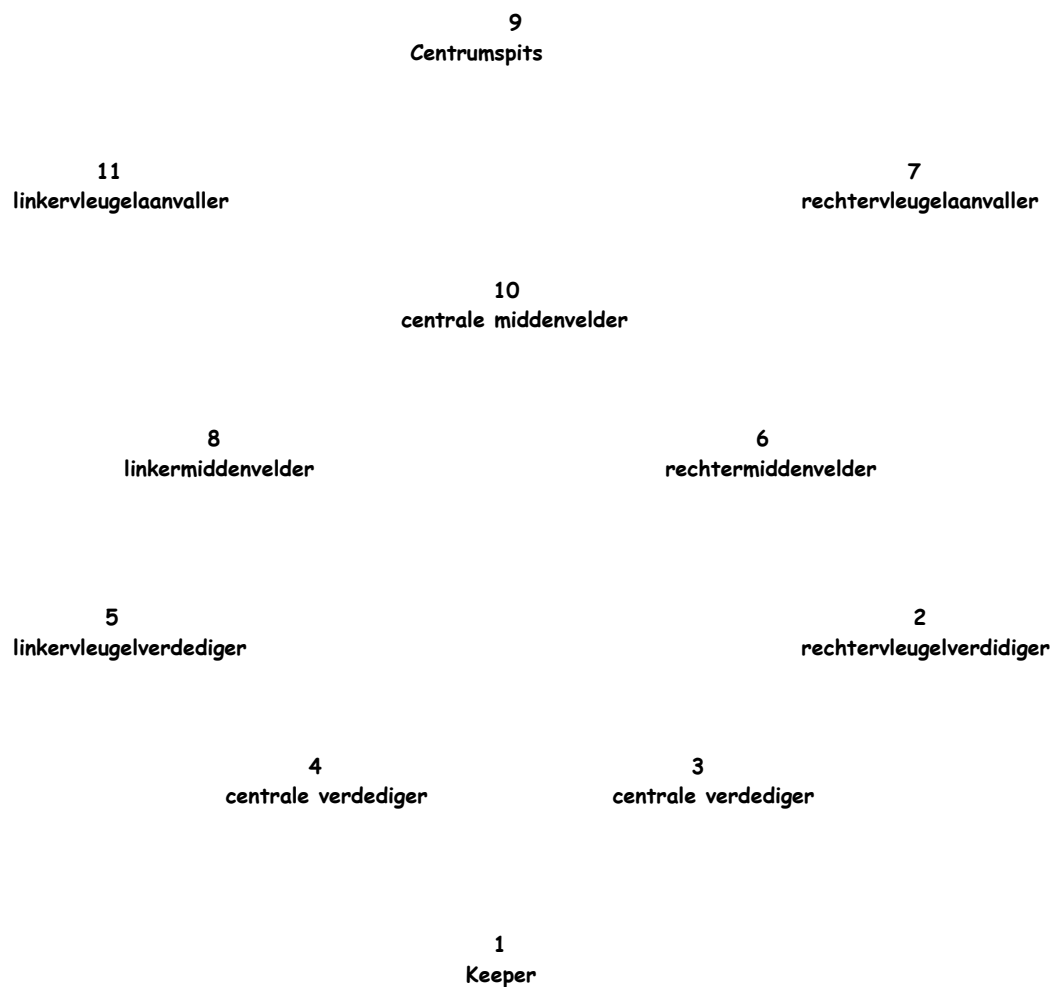
Binnen de jeugd van K.Kaulille FC wordt in principe gespeeld met een 1-4-3-3 formatie.

Alleen dan wanneer het spelersmateriaal zich daar niet voor leent (blessures), mag hiervan afgeweken worden i.o.m de jeugdcoördinator.

Ter voorbereiding hierop spelen de preminiemen (8 tal) in een 1-3-3-1 formatie (dubbele ruit)

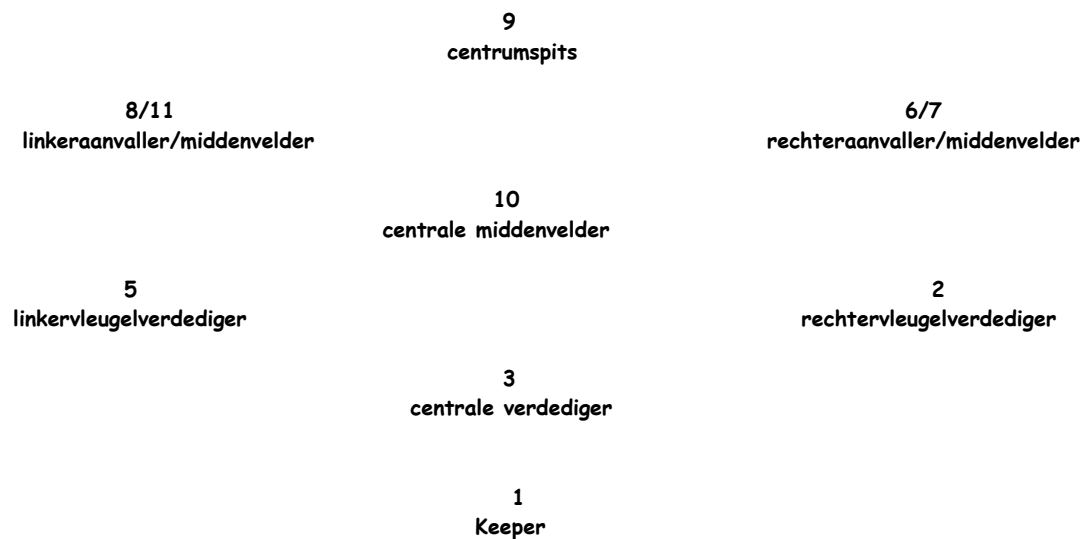
De debutantjes/duiveltjes (5tal) 1-2-2 of 1-1-2-1 (vierkant of ruit)

## 1-4-3-3 Miniemen t/m Junioren

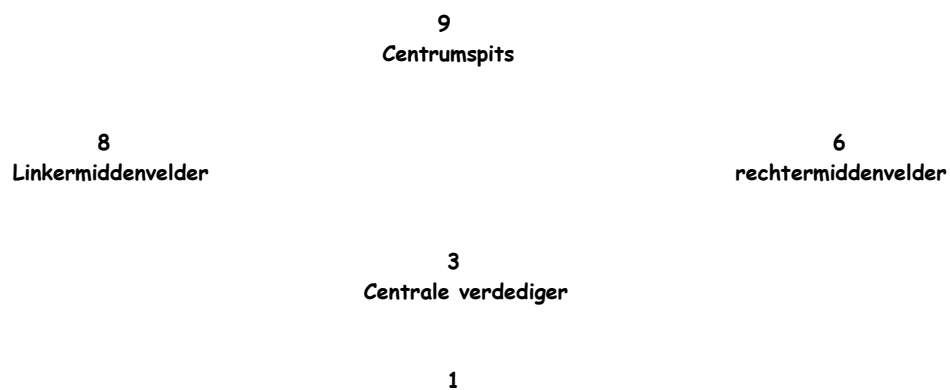




### 1.3.3.1 Preminiemen (U10 en U11)



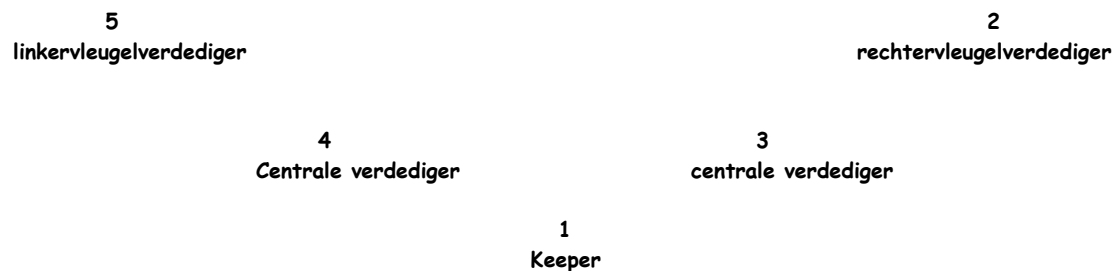
### 1.1.2.1 Debutantjes/Duiveltjes (U6 tem U9)



Keeper

Basistaken per linie in 1-4-3-3 speelwijze

## VERDEDIGING



### Balbezit:

- Diep kijken, diep spelen zonder risico, diep denken.
- Vrije man zoeken.
- Geen onnodig balverlies lijden, foutloos in opbouw, zuinig op balbezit, rust bewaren.
- Hoge bal snelheid, snel verplaatsen van het spel.
- Positioneel goed staan (breed) ruimte optimaal benutten, opengedraaid staan.
- Elkaar coachen (praten, aanwijzingen geven)
- Vooruit denken in geval van balverlies (bv, opbouw via 2 dan 5 al knijpen)
- Bij balbezit middenveld > uitzakkeken (ruimte achteruit creëren)
- Buiten overeen komen
- Bij balbezit voorhoede > aansluiten naar middenlijn
- Keeper mee laten voetballen

### Balbezit tegenstander:

- Elkaar goed coachen (overnemen, wisselen, buitenspel)
- Hoe dicht tegenstander in de buurt doel van 16 meter gebied, korter en scherper dekken.
- Kort bij de bal = kort dekken en ver van de bal = verder af dekken
- Vermijden dat 3 of 4 tegen 1 situatie terecht komen
- Technisch verdedigen (meelopend verdedigen niet happen) lichaam optimaal gebruiken
- Vooruit verdedigen (niet te ver af dekken)
- Aansluiten richting middenlijn indien tegenstander achteruit voetbalt
- 2 en 5 (schuin naar binnen verdedigen) als bal aan de andere kant is

# MIDDENVELD

10  
Centrale middenvelder

8  
Linker middenvelder

6  
rechter middenveld

## Balbezit:

- Goed in de eigen zone, niet te vroeg de diepte in
- Voor 6 en 8 geldt: controlerend spelen wanneer aanval over de andere kant
- 6 knijpt naar binnen bij balbezit van 2 en 8 knijpt naar binnen bij balbezit van 5
- Geen onnodig balverlies, niet onnodig lopen met de bal
- Dienende rol in relatie tot aanvallers
- Alles gericht tot het creëren van scoringskansen
- Wisselpass toepassen, spel verplaatsen

## Balbezit tegenstander:

- Inzakken achter de bal (snel omschakelen)
- Technisch verdedigen, maar wel lichaam optimaal gebruiken
- 6 en 8 (schuin naar binnen inzakken) wanneer bal aan de andere kant is
- Inspelen van aanval tegenstander beletten (zeker de pass binnendoor afschermen)
- Coachen van de eigen aanvaller wanneer druk te zetten

# AANVAL

9  
Centrumspits

11  
Linkeraanvaller

7  
rechtaanvaller

## Balbezit:

- Veldbezetting optimaal houden (veld diep en breed houden)
- Coachen en kijken om loopacties af te stemmen
- Afwisseling in loopacties wisseling van positie
- Aangeven (coachen, wijzen) hoe ballen ingespeeld moeten worden
- Risico durven nemen bij individuele actie
- Schietkans betekent schieten
- Overzicht houden naar de goal
- Juiste keuzes maken
- Alles gericht op scoren
- Bij vastlopen aanval, achteruit op balbezit spelen.
- Bewegen/aanbieden/vrijlopen zonder bal (gaten trekken)

## Balbezit tegenstander:

- Indien mogelijk positie kiezen achter de bal
- 9 schermt af en 7 en 11 de zijkanten, dieptepass afschermen
- Communiceren (teken van achteruit) over moment van drukzetten
- Niet alleen storen (team)
- 7 en 11 knijpen naar binnen wanneer opbouw tegenstander over andere kant
- Coachen van eigen aanvallers wanneer druk te zetten

<b>Bassistaken per positie</b>		
<b>positie</b>	<b>balbezit</b>	<b>balbezit tegenstander</b>
<b>1</b>	starten opbouw	voorkomen doelpunten
	mee voetballen (positiespel)	coachen van met name laatste linie
	coachen bij opbouw	organiseren bij standaard situaties
<b>2 +5</b>	breedte maken	
	aanbieden in opbouw	
	eventueel penetreren in de aanval	voorkomen doelpunten
		binnekant dekken tegenstander
		voorkomen van voorzet
		doordekken aan eigen kant
		zijwaarts rugdekking aan centrum
<b>3 + 4</b>	opbouw verzorgen	voorkomen doelpunten/doelpogingen
	uit elkaar positie kiezen bij opbouw	uitschakelen directe tegenstander
	inschakelen middenveld/aanval	rugdekking gevn bij geen tegenstander
	coachen middenveld	eventueel doordekken op ,10, tegenpartij
	een van de beide doorschuiven	onderling afspreken, wie neemt wie,
<b>6 + 8</b>	aanspeelbaar zijn bij de opbouw	in eigen zone tegenstander oppakken
	bij BB van 2 naar binnen trekken (3-hoek)	hoe dicht bij het doel hoe scherper dekken
	controlerend spelen	binnenkant dekken
	alleen aanvallend bij aanval over eigen kant	afschermen dieptepass/steekpass
	ondersteunen van 7 of 11	goed meedoen bij collectief vastzetten
	overname bij opkomende 2 of 5	
	coachen aanvallers	
<b>10</b>	centraal aanspeelpunt	snel omschakelen (achter de bal komen)
	verdelen van het spel	coachen aanvallers
	aansluiten bij aanvallers	moment vastzetten aangeven/coachen
	over 9 heen, als die inzakt	goed meedoen bij collectief vastzetten
	schietskans = schieten	afschermen dieptepass/steekpass
	risico durven te nemen	opkomende 3 of 4 tegenstander oppakken
<b>7 + 11</b>	speelveld breed houden bij aanval	opbouw verstoren
	op tijd naar binnen, bij voorzet andere kant	op teken vastzetten tegenstander
	individuele actie bij 1 : 1 situatie > voorzet	snel omschakelen (achter de bal komen)
	combinatiespel > voorzet	afschermen dieptepass/steekpass
	schietskans = schieten	1e instantie meegaan met opkomende 3 of 4
<b>9</b>	diep aanspeelbaar zijn	opbouw verstoren
	afwisselende loopacties (van/in de bal)	op teken vastzetten tegenstander
	komen in scoringspositie	snel omschakelen (achter de bal komen)
	ruimte creëren voor opkomende 10	afschermen dieptepass/steekpass
	met rug naar de goal,kaatsen op middenveld	1e instantie meegaan met opkomende 3 of 4
	individuele actie bij 1 : 1 situatie	
	schietskans = schieten	