



Technisch Jeugdplan 2026 - 2030



Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Algemene achtergrondinformatie.....	4
Opleidingsvisie (lange termijn).....	6
Doelstellingen 2026-2030	7
Technische organisatie jeugd	9
<i>Officiële functies.....</i>	<i>9</i>
<i>Ondersteunende functies.....</i>	<i>11</i>
<i>De ondersteunende ouder</i>	<i>12</i>
<i>Trainer/coach ontwikkeling</i>	<i>13</i>
De speelwijze van FC Abcoude.....	14
<i>Speelstijl.....</i>	<i>14</i>
<i>Spelprincipes.....</i>	<i>15</i>
<i>Opleidingspijlers</i>	<i>16</i>
<i>Team-afspraken</i>	<i>17</i>
Richtlijnen	18
<i>Richtlijnen voor trainingen</i>	<i>19</i>
<i>Richtlijnen voor wedstrijden</i>	<i>20</i>
Procedure teamindeling & selectie	21
<i>Selectieteams.....</i>	<i>21</i>
<i>Breedteteams.....</i>	<i>22</i>
Contactgegevens	23
Bijlage: TIPS-Systeem voor selectiespelers	24
<i>Beoordelingscriteria</i>	<i>25</i>
<i>Focus per leeftijdsgroep.....</i>	<i>26</i>

Voorwoord

In het najaar van 2025 hebben de Commissie Opleiden & Ontwikkelen en het bestuur besloten een vernieuwd Technisch Jeugdplan van FC Abcoude op te stellen, waarin de opleidingsvisie van onze club uiteengezet is.

Het doel van het Technisch Jeugdplan is een **inspirerende omgeving** te creëren waarin onze jeugdspelers zowel **persoonlijk** als **sportief** kunnen groeien en ze **doorstromen** op het passende niveau bij de senioren. Hierbij gaan **plezier en ambitie** hand in hand.

In de komende jaren zullen we ons inspannen om de implementatie van deze opleidingsvisie te realiseren door middel van:

- Het invoeren van een eenduidige speelstijl,
- Het neerzetten van een goede begeleidende organisatie,
- Het meegeven van heldere richtlijnen voor trainingen en wedstrijden
- Het realiseren van teamindelingen aan hand van een doordachte selectieprocedure.

Deze opleidingsvisie biedt richting, inzicht en houvast voor iedereen die betrokken is bij de ontwikkeling van onze jeugd.

We wensen iedereen veel plezier op onze club.

Bestuur van FC Abcoude

Algemene achtergrondinformatie

Teams

De minimale leeftijd om lid te worden van FC Abcoude is 5 jaar. Onze oudste leden zijn 60+. We hebben een grote jeugdafdeling inclusief enkele meidenteams. Uiteindelijk stromen jeugdspelers door naar de seniorenteams en bieden we onze leden **'een leven lang voetbalplezier'** aan.

De indeling van de teams gaat in principe op geboortjaar. Een overzicht van de teams staat hieronder:

Calimero's	5-jarigen (alleen training op zondagochtend)
Champions League	6-jarigen (training en wedstrijdjes onderling zondagochtend)
Onderbouw	O7 t/m O10
Middenbouw	O11 t/m O15
Bovenbouw	O16 t/m O23
Senioren	Zaterdag & Zondag
	Veteranen 45+ zondag
	35+ (vrijdagavond, 7x7)
	G team zaterdag
	Walking Football 60+ (vrijdagochtend 10-11 uur)

Breedteteams/ Selectieteams

FC Abcoude kent breedte- en selectieteams.

Onder breedteteams verstaan we de teams waarin niet geselecteerd wordt op niveau. Bij deze teams wordt puur gekeken naar de leeftijd en kan er vaak ook rekening worden gehouden met wie bij wie wordt ingedeeld. Voetbalplezier staat bovenaan bij de breedteteams.

Dat geldt voor de selectieteams ook, maar daarnaast wordt er van selectiespelers ook een bepaalde prestatie en inzet verwacht die past bij het niveau. Er wordt dus vooraf goed gekeken of de spelers op hun niveau spelen; kortom de spelers worden geselecteerd.

De selectie en breedteteams trainen doorgaans 2 keer per week. Voor breedteteams kan dit ook een keer per week zijn in goed overleg. De indelingen van de teams valt onder de verantwoordelijkheid van de Commissie Opleiden & Ontwikkelen en worden rond half juni kenbaar gemaakt via de website. De selectieteams zijn in principe de eerste teams (JO8-1, JO9-1 enz.), maar in sommige grotere lichten betreft de selectie het eerste en het tweede team.

Trainingen

Wij streven ernaar om voor ieder team een trainer te vinden, echter het is ieder jaar weer een enorme klus om dat voor de ca. 70 teams voor elkaar te krijgen. Daarom is de hulp van vrijwilligers essentieel en doen we een beroep op alle ouders van FC Abcoude jeugdleden. De breedteteams O8 t/m O12 trainen op woensdagmiddag. Hiervoor zijn aanvullend begeleiders nodig vanuit de oudergroep, de meeste teams gebruiken hiervoor een schema waarbij alle ouders even vaak aan de beurt zijn. De selectieteams worden getraind door een hoofdtrainer die is aangesteld door de club.

Keeperstraining

FC Abcoude biedt 1 keer per week keeperstraining aan voor alle keepers van de teams vanaf de O8 teams. Deelname aan de keeperstraining altijd in overleg met de trainer en HJO.

Opleidingsvisie (lange termijn)

Aan de basis van dit Technisch Jeugdplan ligt een opleidingsvisie, een visie op wat we willen bereiken met onze opleiding in algemene zin, aansluitend bij het algemeen sportief beleid binnen FC Abcoude. Onze opleidingsvisie is als volgt:

- **Een leven lang voetbalplezier**

Onze leden spelen in allerlei leeftijdscategorieën en kunnen indien gewenst een leven lang voetbal spelen bij FC Abcoude. Afhankelijk van de ambitie en vaardigheid van de individuele speler wordt een opleiding aangeboden in de breedteteams of in de selectieteams. We willen dat onze jongste spelers bij voorkeur hun hele leven blijven spelen bij FC Abcoude. We faciliteren daarom voor alle spelers voetbalplezier en aanvullend behalen onze selectie-elftallen voldoende niveau om voor prestatiegerichte spelers aantrekkelijk te blijven als prestatievereniging. Plezier, vriendschap en verbondenheid met de club is het uitgangspunt voor een fijne jeugd bij FC Abcoude.

- **Ambitie als basis voor beleid**

Ons Technisch Jeugdplan is gebaseerd op de ambities van de selectieteams, omdat een prestatiegerichte voetbalomgeving gemakkelijk kan worden ingezet en vereenvoudigd voor recreatief voetbal met bijbehorende opleidingsniveaus.

- **Een inspirerende omgeving voor persoonlijke en sportieve groei**

Een goede opleiding gaat gepaard met sportieve uitdaging, afgestemd op het niveau van de individuele speler(sgroep) en een goede persoonlijke begeleiding door de staf daaromheen. Dat maakt dat staf en spelers continue getriggerd en geïnspireerd moeten worden door impulsen van buitenaf. We werken daarom samen met de KNVB en enkele professionele partnerclubs, die trainingen en informatiesessies voor trainers, coaches, begeleiders en spelers aanbieden, zodat kennis en kunde actueel blijven en worden verbeterd. Bovendien bieden we selectietrainers aan KNVB-cursussen bij ons af te ronden in ruil voor een langere commitment aan de club.

- **Doorstroming naar de senioren**

Onze spelers worden opgeleid om door te stromen naar de senioren. Spelers kennen bij de uitstroom naar de senioren de speelwijze en bijbehorende prestatieverwachtingen en kunnen het niveau aan. Gedurende hun jeugd worden selectiespelers door de aangestelde trainers van de club technisch begeleid naar 'spelen in de zondagselectie'. Voor doorstroming naar de breedteteams is de technische begeleiding vanuit de club minder intensief of prestatiegericht, staat plezier, vriendschap en verbondenheid meer centraal en wordt er meer geleund op ouders voor de begeleiding.

- **Voor alle Jeugdspelers**

Het Technisch Jeugdplan heeft betrekking op zowel de jongens- als meisjes. Er wordt geen onderscheid gemaakt in sekse, daar we eenzelfde opleidingsmethode nastreven voor iedereen. Wel spelen de meiden/dames zo veel mogelijk in eigen teams, afhankelijk van het aantal meiden dat speelt in de betreffende lichte.

Doelstellingen 2026-2030

Bij FC Abcoude krijgt iedere speler en speelster de mogelijkheid zich als voetballer op zijn/haar niveau te ontwikkelen. Alle teams krijgen bij de vereniging de aandacht die zij verdienen: de selectieteams én de breedteteams. Met dit technisch beleidsplan jeugdvoetbal willen we een aantal doelstellingen realiseren in de jaren 2026-2030.

In de komende jaren zullen we ons inspannen om de implementatie van deze opleidingsvisie te realiseren door middel van:

- Het invoeren van een eenduidige speelstijl,
- Het neerzetten van een goede begeleidende organisatie,
- Het meegeven van heldere richtlijnen voor trainingen en wedstrijden
- Het realiseren van teamindelingen aan hand van een doordachte selectieprocedure.

De doelstellingen voor de periode 2026-2030 zijn als volgt:

1. Eenduidige speelstijl

- a. We hanteren een eenduidige speelstijl over alle jeugdteams, tot en met het 1e elftal senioren. Herkenbaar zijn we in hoog druk zetten, we bouwen op met opkomende backs en spelen graag op de helft van de tegenstander. We geven de trainers ruimte om vanuit de kracht van hun team te werken. De speelstijl van FC Abcoude wordt verder uitgewerkt in het hoofdstuk Speelstijl.

2. Begeleidende (technische) organisatie

- a. FC Abcoude wil graag samenwerken vanuit ambitie. Daarom hebben we een partnership met FC Utrecht en werken we nauw samen met de KNVB. We zijn een club die de KNVB ondersteund in bijvoorbeeld het organiseren van trainingen en opleidingen. We willen komende jaren de samenwerking intensiveren. De KNVB en FC Utrecht actief betrekken bij het opleiden van onze trainers.
- b. We willen op elke leeftijdscategorie een gediplomeerde hoofdtrainer. Passend bij de KNVB piramide van niveau en diploma. Met name de onderbouw willen we hierin verbeteren. Vanaf de allerkleinsten hebben wij de doelstelling met vakbekwame hoofdtrainers te werken vanuit het KNVB opleidingshuis.
- c. We willen de jeugdopleiding regionaal certificeren vanuit de KNVB.
- d. We hanteren duidelijke taakomschrijvingen en teamafspraken voor de begeleidende technische organisatie. We sturen erop dat iedereen voldoende ruimte krijgt hier invulling aan te geven en dat iedereen de ruimte van de ander respecteert. Men doet wat is afgesproken over de eigen taak en laat wat bij een ander hoort.

3. Richtlijnen voor trainingen en wedstrijden

- a. Elk jaar willen wij een aftrap organiseren waarin wij alle ouders van de onderbouw goed meenemen in wat zij kunnen verwachten vanuit de club en welke rol wij van hen vragen over trainingen en wedstrijden.
- b. Trainingen:
Voor elke lichter is er dezelfde oefenstof, bepaald door de hoofdtrainer van het 1e team in de leeftijdscategorie. Zowel voor breedte als selectieteams.
- c. Wedstrijden:
We spelen wedstrijden in de regio op het hoogst mogelijke niveau. Selectieteams spelen vanaf 08 in de hoofdklasse en vanaf 013 in divisie.

4. Doordachte selectieprocedure

- a. We hanteren als doelstelling voor de lange termijn dat circa 80% van de spelers in de seniorenselectie uit de eigen jeugd komt. Dat maakt dat we teamindelingen dienen te maken op basis van een doordachte selectieprocedure en selectiespelers aandachtig volgen gedurende hun ontwikkeling.
- b. We communiceren helder, duidelijk en tijdig over de selectieprocedure
- c. Het is duidelijk wie op welke wijze selecteert
- d. Vanaf O10 werken we voor het selecteren van spelers met het TIPS-systeem. Het TIPS-systeem is afgestemd op onze opleidingsvisie. Zie hiervoor de bijlage.

Technische organisatie jeugd

In het bestuur van de club is een Manager Voetbalzaken aanwezig, hij/zij is eindverantwoordelijk voor het technisch beleid binnen de club en zodoende ook verantwoordelijk voor dit Technisch Beleidsplan Jeugd en voor de aansluiting daarvan bij het Algemeen Technisch Beleid.

Voor de implementatie van het Technisch Beleidsplan Jeugd werkt de Manager Voetbalzaken samen met iedereen die betrokken is bij het opleiden van onze jeugd, maar op hoofdlijn richt de Manager Voetbalzaken zich op de aansturing van de Hoofd Jeugd Opleiding per leeftijdsklasse. De HJO draagt de verantwoordelijkheid voor de daadwerkelijke uitvoering van het beleid.

Binnen de club zijn er vrijwilligers actief, Abcoude zijn we immers met zijn allen. Het betreft hier 2 groepen, namelijk vrijwilligers die onderdeel uitmaken van de technische organisatie en een officiële functie bekleden, en ondersteunende vrijwilligers, die geen officiële functie vervullen binnen de club, maar een ondersteunende functie hebben.

Officiële functies

Hieronder volgende de verantwoordelijkheden en taakomschrijvingen van de aangestelde vrijwilligers die een officiële functie bekleden bij de jeugd:

Hoofd Jeugd Opleiding (HJO)

- Verantwoordelijk voor de implementatie van het voetbaltechnisch beleid binnen de leeftijdscategorie (o.a. speelwijze, spelprincipes, opleidingspijlers, team-afspraken)
- Aanspreekpunt voor Hoofdtrainers binnen leeftijdscategorie
- Verantwoordelijk voor de teamindelingen
- Beoordeelt functioneren hoofdtrainers
- Verantwoordelijk voor Trainingsschema samen met andere HJO's
- Bewaking Voetbaltechnisch Budget
- Contactpersoon richting KNVB m.b.t. voetbaltechnische zaken (bijvoorbeeld Jeugdplan Nederland en trainersopleidingen)
- Contact met BVO's / Partnerclub FC Utrecht over Samenwerking Opleiding;
- Verantwoording aan het bestuur
- Contact met wedstrijdsecretaris over nieuwe leden selectieteams
- Geeft leiding aan de coördinatoren van de breedteteams

Hoofdtrainer

(zelfstandig indien gediplomeerd, anders taak van trainer/coach onder begeleiding van de HJO)

- Leidt selectiespelers op volgens de gewenste speelstijl, spelprincipes, opleidingspijlers en bijbehorende team-afspraken
- Eindverantwoordelijk voor de Oefenstof en Trainingsopbouw van selectieteams
- Aanreiken gelijkwaardige Oefenstof en Trainingsopbouw voor breedteteams
- Traint de gehele selectie van de toegewezen lichte
- Coacht het eerste team van de selectie tijdens de wedstrijden
- Begeleid en ondersteund de trainer/coach van het tweede selectieteam (indien aanwezig)
- Verantwoordelijk voor de beoordeling van selectiespelers en de samenstelling van de selectieteams op basis van het TIP-systeem (vanaf O10)
- Bezoekt regelmatig wedstrijden van het tweede selectieteam ter beoordeling van spelers
- Bespreekt met de trainer/coach van het tweede selectieteam minimaal 2x per jaar het door die trainer/coach ingevulde TIP-systeem van het tweede selectieteam en vult deze aan met eigen bevindingen op basis van de trainingen en het wedstrijdbezoek.
- Vult minimaal 4x per jaar het TIP-systeem in voor de hele selectie en voert 2x per jaar gesprekken met alle individuele selectiespelers (eind Q2, eind Q4)

Technisch Coördinator

- Verantwoordelijk voor Breedteteams binnen leeftijdscategorie
- Verantwoordelijk voor samenstelling van de breedteteams
- Benoemen van opvallende spelers uit breedteteams richting de HJO
- Verantwoordelijk voor klassenindelingen van de breedteteams
- Contact met wedstrijdsecretaris over nieuwe leden en organiseren meetrainingen
- Verantwoording aan Hoofd Jeugd Opleiding van betreffende categorie

Wedstrijdsecretarissen

- Verantwoordelijk voor wedstrijdsecretariaat, administratief voor alle competitie-, beker- en vriendschappelijke wedstrijden voor de jeugd
- Beheer en organisatie t.b.v. Spelregelbewijs
- Zorgdragen dat elk team voorzien is van een teammanager/leider
- Communicatie naar spelers, ouders, leiders, Hoofdbestuur, Technische Commissie en KNVB over zaken welke deze aangaan
- Behandelen van Tuchtzaken
- Aan- en afmelden van jeugdleden naar Ledenadministratie en Technische commissie. Sportlink verwerking.
- Attentie voor leden bij langdurige blessures of ziekte
- Signalerend toezicht op afwijkend gedrag
- Informeren van teammanagers/leiders over contributieachterstanden van teamleden en aansturen op actie hierop
- Verantwoording aan Secretaris en/of Algemene Zaken manager in het Bestuur

Ondersteunende functies

De ondersteunende functies binnen de vereniging die betrokken zijn bij de jeugd worden hieronder nader gespecificeerd. Het moet duidelijk zijn voor ouders dat deze personen geen onderdeel uitmaken van de Technische Organisatie, geen verantwoordelijkheid dragen voor de keuzes gemaakt in dit technisch beleid (zoals de speelwijze, de selectieprocedure of anderszinds) of dat zij verantwoordelijkheid dragen namens de club.

Wel geven ze zo goed mogelijk invulling aan het technisch beleid binnen hun team, maar kunnen zij hier slechts gedeeltelijk op worden aangesproken door ouders of spelers, uitgaande van hun beste intenties. Bij onvrede kunnen ouders en spelers zich in eerste instantie melden bij de trainer/ coach en de teammanager. Bij klachten kunnen ouders en spelers zich melden bij de Technisch Coördinator, de HJO, of bij de vertrouwenscontactpersoon. Indien nodig kan uiteraard ook met het bestuur contact worden opgenomen.

De ondersteunende functies betrokken bij de jeugd zijn de volgende:

Trainer/coach (niet zijnde Hoofdtrainer)

- Verzorgt de trainingen
- Bepaalt de opstelling
- Verzorgt de coaching voor, tijdens en na de wedstrijden
- Bepaalt de tactische teamtaken en afspraken
- Is aanspreekpunt voor de hoofdtrainer/ de HJO/ de Technisch Coördinator over de vaardigheid van individuele spelers en de technische begeleiding van het team
- Vult het TIP-systeem in (selectie-elftallen) en bespreekt deze met de hoofdtrainer minimaal 2x per jaar
- Ligt ouders indien nodig tactische keuzes toe en maakt afspraken over individuele spelers
- Werkt samen met de teammanager/leider

Teammanager/leider

- Werkt samen met de trainer/coach
- Regelt de randzaken voor het betreffende team (was-schema, fruit-schema, team activiteiten, etc)
- Verzorgt de communicatie met ouders over wedstrijden, toernooien, afgelastingen en alle logistiek daaromheen
- Onderhoud contact met de wedstrijdsecretaris (verzetten wedstrijden, regelen oefenwedstrijden, nieuwe aanmeldingen)
- Meld het team aan voor toernooien (aanvang seizoen, najaar, voorjaar, einde seizoen)
- Coördineert de bardiensten toegewezen aan het team
- Spreekt ouders informeel en algemeen aan op ongepast gedrag langs de lijn

De ondersteunende ouder

Een bijzondere rol is er ten alle tijden weggelegd voor ouders. De betrokkenheid van ouders maakt of een kind een prettige en leerzame tijd kan ervaren en zorgeloos kan deelnemen aan trainingen en wedstrijden.

Van ouders wordt verwacht dat ze 'een ondersteunde ouder' zijn, meer niet. Halen, brengen, aanmoedigen, juichen, een arm om de schouder, wassen, beetje toezien op discipline, dat soort dingen. Maar geen bemoeienis met de taken van de trainer/coach en de teammanager/leider, geen tactische aanwijzingen, geen druk opleggen op het kind. Wel het vertonen van voorbeeldgedrag, zoals ouders altijd al doen in het dagelijks leven.

We vragen nadrukkelijk dat ouders hun kind tijdens de trainingen en wedstrijden 'loslaten' en toevertrouwen aan de begeleiders van het team. We zijn ervan overtuigd dat het goed is voor de ontwikkeling van jeugdspelers dat ze leren omgaan met verschillende types van begeleiding, wijzen van aanmoedigen, aanspreken en corrigeren. Het kind leert dan zelf wat voor hem/haar de beste of meest prettige wijze is, leert te vertrouwen op anderen en zichzelf, leert eigen grenzen kennen en zijn/haar grenzen te stellen.

Ondersteunende ouders...

- Zorgen dat hun kind op tijd is op trainingen en bij wedstrijden
- Zorgen dat hun kind alle spullen bij zich heeft in lijn met de afspraken
- Melden kinderen af bij de trainer/coach bij ziekte en verhindering
- Hebben een focus op het leerproces van hun kind, niet op het behalen van prestaties
- Staan tijdens wedstrijden en trainingen buiten de hekken, niet op het veld
- Moedigen de kinderen alleen maar aan, coachen niet
- Vertrouwen op de beste intenties van de trainer/coach, de teammanager/leider en de overige betrokkenen
- Spreken de trainer/coach en de teammanager/leider bij onvrede niet aan tijdens de trainingen en wedstrijden, maar gaan in overleg op een ander gepast moment (ook passend voor de trainer/coach, teammanager/leider), wanneer eventuele emoties zijn bedaard
- Verantwoordelijk zijn voor het draaien van de verplichte bardienst(en)
- Zijn de sleutel tot succes

Trainer/coach ontwikkeling

We streven ernaar om trainers te begeleiden. Voornamelijk bij onervaren trainers, vooral in de onderbouw, is deze begeleiding intensief en begeleiden we ook op het veld. Met name in de eerste periode van aanstelling en bij aanvang van het nieuwe seizoen. We organiseren een 'aftrap' om trainers mee te nemen in de uitgangspunten van hoe wij als FC Abcoude willen voetballen en hoe we dit overbrengen op de spelers.

We streven ernaar dat een trainer/coach onderstaande 4 kernkwaliteiten bezit en ontwikkeld:

4 INZICHTEN
Elke trainer is op zoek naar de juiste balans. Elke trainer kan daar wel een beetje hulp bij gebruiken. Met deze vier inzichten kun je zowel jezelf als je sporters nog beter ontwikkelen. En kun je nog meer plezier krijgen in het sporten.

- **1 STRUCTUREREN:**
Je maakt afspraken en biedt duidelijkheid en structuur zodat iedereen weet wat er van hem of haar verwacht wordt.
- **2 STIMULEREN:**
Je enthousiasmeert, stimuleert, complimenteert en legt de nadruk op wat goed gaat. Fouten maken mag.
- **3 INDIVIDUEEL AANDACHT GEVEN:**
Je zorgt dat iedereen zich gezien en erkend voelt en je probeert je aanwijzingen af te stemmen op het niveau van iedere sporter.
- **4 REGIE OVERDRAGEN:**
Je stelt vragen, je luistert naar de sporters en probeert ze stapsgewijs verantwoordelijk te maken voor hun eigen leerproces.

Om ervoor te zorgen dat alle trainers deze kernkwaliteiten kunnen (door)ontwikkelen, organiseren we twee tot vier keer per jaar een themabijeenkomst over één van de verschillende thema's uit deze opleidingsvisie. Dit doen we in samenwerking met onze partnerclub FC Utrecht. Of met onze partner de KNVB. Naast interne opleiding is er ook jaarlijks voor een aantal trainers de mogelijkheid tot het volgen van KNVB-cursussen en -opleidingen.

We willen bereiken dat we op elke leeftijdscategorie een gediplomeerde Hoofdtrainer hebben die verantwoordelijk is voor de coaching van team 1. De hoofdtrainer biedt de oefenstof aan voor de trainingen van alle teams van deze leeftijdscategorie, passend bij de uitgangspunten als opgenomen in de volgende hoofdstukken (Speelwijze & Richtlijnen). Dit maakt dat de selectie als breedteteams dezelfde oefenstof aangeboden krijgen en heel FC Abcoude dezelfde speelwijze hanteert.

De speelwijze van FC Abcoude

De speelwijze van FC Abcoude bestaat uit onze speelstijl en spelprincipes. De speelwijze van de jeugd (jongens/meiden) van FC Abcoude is afgestemd op de speelwijze van de selectie. Door de speelwijze te versimpelen voor jongere leeftijden zit er een logische en opbouwende lijn in de manier waarop we spelers opleiden voor de senioren.

De speelwijze wordt aangeleerd door het toepassen van onze opleidingspijlers en het maken van duidelijke afspraken. Deze pijlers en afspraken scheppen de randvoorwaarden voor de kwaliteit van onze opleiding en borgen dat onze spelers plezier hebben het ambities waar kunnen maken. Hieronder lichten we onze speelstijl, spelprincipes, opleidingspijlers en duidelijke afspraken verder toe.

Speelstijl

Onze speelstijl wordt gekenmerkt door de volgende kernpunten:

- Formatie

We spelen bij FC Abcoude in een vaste formatie, 1-4-3-3. Deze formatie dient als uitgangspunt gebruikt te worden. In de onderbouw wordt toegewerkt naar een formatie die het dichtst in de buurt komt van een 1-4-3-3 formatie.

6X6 = 1-2-1-2

8X8 = 1-3-1-3

9X9 = 1-4-3-1

11X11 = 1-4-3-3



- Technisch verzorgd voetbal

Onze spelers bezitten de vaardigheid van nauwkeurig balbezit en doelgerichte passing.

- Goed georganiseerd

Spelers zijn op de hoogte van hun taken en verantwoordelijkheden, wat leidt tot een geordende en samenhangende speelstijl.

- Oplossingsgericht spelen

Spelers worden aangemoedigd om zelf na te denken, het spel te lezen en creatieve oplossingen te vinden. Onze trainers stellen vragen in plaats van simpelweg oplossingen te dicteren.

- Vooruit voetballen

Het team heeft als doel om aanvallend te spelen, altijd gericht op het creëren van kansen. We streven naar doelpunten en zetten druk op de tegenstander om ons spel te dicteren.

- Opbouwend voetbal

Balbezit en een geleidelijke opbouw vanuit de verdediging zijn elementen van onze speelstijl. We geloven in het beheersen van het tempo van de wedstrijd en het opbouwen van aanvallen vanuit een solide basis.

- Dominant voetbal

Onze speelstijl streeft naar dominante aanwezigheid op het veld. We willen niet alleen winnen, maar ook de tegenstander en daarmee het spel controleren.

Spelprincipes

De teams van FC Abcoude proberen de teamfuncties (aanvallen, omschakelen aanvallen naar verdedigen, verdedigen én omschakelen verdedigen naar aanvallen) op de volgende manier in te vullen. De spelprincipes worden stapsgewijs geïntroduceerd, waarbij we rekening houden met de verschillende leeftijdscategorieën. We zorgen ervoor dat de spelers de principes stap voor stap begrijpen en kunnen toepassen, tijdens trainingen en wedstrijden.

Spelprincipes FC Abcoude															
Aanvallen	O6	O7	O8	O9	O10	O11	O12	O13	O14	O15	O16	O17	O18	O19	
De bal aan de voet, techniek en dribbelen	■	■	■	■	■	■	■								
Spelen op balbezit, samenspel								■	■	■	■	■	■	■	
Positioneel bewegen zonder bal						■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Patronen om onze aanval te bereiken						■	■	■	■	■	■	■	■	■	
We hebben altijd diepgaande spelers								■	■	■	■	■	■	■	
We spelen schuine passes								■	■	■	■	■	■	■	
We zoeken de vrije speler								■	■	■	■	■	■	■	
We denken en handelen naar een 3e speler								■	■	■	■	■	■	■	
Omschakelen van aanvallen naar verdedigen	O6	O7	O8	O9	O10	O11	O12	O13	O14	O15	O16	O17	O18	O19	
We zetten hoog druk			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
We schakelen snel terug bij balverlies								■	■	■	■	■	■	■	
Verdedigen	O6	O7	O8	O9	O10	O11	O12	O13	O14	O15	O16	O17	O18	O19	
We willen de bal direct terug bij balverlies			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
We maken het veld zo klein mogelijk			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Bij balbezit tegenstander geven we veel energie						■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Iedereen beweegt naar de bal toe						■	■	■	■	■	■	■	■	■	
We pakken de bal meelopend af						■	■	■	■	■	■	■	■	■	
We dwingen de tegenstander naar de zijkant															
Omschakelen van verdedigen naar aanvallen	O6	O7	O8	O9	O10	O11	O12	O13	O14	O15	O16	O17	O18	O19	
We spelen zo snel mogelijk diep			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
We voetballen zoveel mogelijk op de helft van de tegenstander			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
We spelen positiespel en kantelen in balbezit wanneer dit nodig is											■	■	■	■	

Opleidingspijlers

Onze vier pijlers liggen ten grondslag aan onze speelstijl en spel-principes. De vier pijlers die zorgen dat de spelers van FC Abcoude met plezier steeds beter leren voetballen zijn:

- Voetballen leer je door te voetballen.

De beste manier om voetbal te leren en te verbeteren, is door daadwerkelijk voetbal te spelen. Een echte voetbalwedstrijd is complex en intens. Door bij specifieke oefenstof altijd wedstrijdgedachte situaties na te bootsen, ontwikkelen spelers het beste hun technische vaardigheden, tactisch inzicht, mentale weerbaarheid en de benodigde conditie. Wij sturen op leren door te doen en actieve betrokkenheid bij het spel met voetbalechte uitdagingen.

- Door impliciet te leren met een competitie-element creëer je betere spelers

De spelers zullen hun vaardigheden en inzicht in het spel continu verbeteren. Niet door strakke instructies, maar door zelf te ervaren en ontdekken tijdens het spelen. In onze trainingen creëren we situaties die de spelers uitdagen om zelf oplossingen te vinden. Zo worden ze niet alleen technisch vaardiger, maar ook creatiever en slimmer op het veld. We zijn ervan overtuigd dat deze aanpak onze spelers helpt om met plezier en zelfvertrouwen te voetballen en hun volledige potentieel te bereiken. Elk spel, elke training is een kans om te groeien en te schitteren.

- Team-afspraken scheppen de randvoorwaarden voor voetbalplezier

Duidelijke afspraken zijn essentieel om ervoor te zorgen dat iedereen, van spelers en trainers tot ouders, weet wat er van hen wordt verwacht. Zo weten we allemaal waar we aan toe zijn, zowel op het veld als daarbuiten. Het gaat om heldere regels rond gedrag, inzet en communicatie die voor iedereen gelden. Door alles duidelijk te hebben, kan iedereen zich richten op wat echt belangrijk is: plezier hebben en groeien in het voetbal. Zo zorgen we samen voor een positieve en steunende sfeer waarin iedere speler en het hele team het beste uit zichzelf kan halen. Met duidelijke afspraken kunnen we samen genieten van het voetbal en bouwen aan een sterk en hecht team.

- Positief en vragend coachen, een goed pedagogisch klimaat

We focussen op het benadrukken van succesmomenten en inzet, en moedigen spelers aan met positieve feedback. Door vragen te stellen, helpen we spelers om zelf oplossingen te vinden en hun inzicht in het spel te verdiepen. Deze manier van coachen verhoogt de motivatie, bevordert het spelplezier en stelt elke speler in staat om zelfverzekerd te groeien en te presteren. De trainer coacht. Verder niemand.

Team-afspraken

Globaal kunnen afspraken ingedeeld worden in voetbalafspraken, praktische afspraken en gedragsafspraken en coaching.

Voetbalafspraken:

- Onderbouw: Iedere speler speelt op ten minste twee linies in één wedstrijd.
- We instrueren onze spelers met het positiebord
- Iedere speler kent zijn positie.
- Wisselbeleid:
 - o Tot en met de O17 speelt iedereen gemiddeld even veel per wedstrijd over het seizoen. Als een speler/speelster gemiddeld te weinig speelt dan kan een herindeling plaatsvinden naar een beter passend niveau.
 - o Bij selectieteams vanaf de O19 hanteren we prestatiegericht voetbal.

Praktische afspraken:

- We komen op tijd.
- We melden ons minstens een dag van tevoren af.
- We laten de kleedkamer schoon en netjes achter.
- We gaan zorgvuldig om met kleding en materiaal van de club.
- Selectieteams komen in FC Abcoude trainingspak naar de wedstrijd

Gedragsregels en coaching voor spelers en staf

- We benaderen scheidsrechter, tegenstanders en medespelers positief. Behandel iedereen zoals je zelf ook behandeld wilt worden: rustig en met respect.
- Als de coach spreekt, is iedereen stil.
- Positief, vragend coachen.
- Speler met de bal niet coachen, speler zelf de oplossing laten bedenken.
- Zorg ervoor dat de spelers zonder bal actief meedoen.
- Na de wedstrijd bedank je de scheidsrechter en tegenstander.

Vlak voor de wedstrijd komt je team nog eenmaal bij elkaar en zorgt samen voor de extra motivatie door bijvoorbeeld de FC Abcoude yel.

Richtlijnen

In onze opleiding besteden we aandacht aan de basisprincipes van voetballen: aanvallen, verdedigen en omschakelen. We zorgen ervoor dat onze spelers deze principes begrijpen en op de juiste manier kunnen gebruiken wanneer ze wedstrijden spelen.

- Coaching op spelprincipes (tijdens trainingen)

Elke week een thema waar we op trainen om specifiek de aandacht vestigen op één specifieke teamfunctie en bijkomende teamtaken. In cycli zal de training focus hebben op aanvallen, verdedigen, omschakelen van aanval naar verdediging of omschakelen van verdediging naar aanval. Dat doen we met coaching op het begrijpen en verbeteren van deze teamfuncties- en taken.

- Trainingen per leeftijdsgroep

Voor de jongere spelers (onderbouw) hebben we één keer per week circuittraining waarbij we verschillende teamfuncties- en taken oefenen in een speelse opstelling. In de bovenbouw wordt niet vastgehouden aan een strikte vooraf bepaald trainingsschema, zoals dat in de onderbouw met circuitvorm gebeurt. In plaats daarvan passen de trainers de trainingen aan de behoeften en situaties aan. Dit betekent dat we in de bovenbouw flexibel zijn in hoe we de trainingen plannen en uitvoeren, zodat we kunnen inspelen op de specifiek vereisten van de bovenbouw teams.

- Oefenvormen

We stimuleren dat trainers oefenvormen kiezen passend bij onze visie op leren. Voor inspiratie verwijzen we naar www.rinus.knvb.nl en de KNVB Rinus app. We werken ook samen met FC Utrecht en verzorgen in samenwerking met FC Utrecht ook diverse oefenvormen. Dit met extra focus aan het begin van elk seizoen.

DE KNVB TRAINERSDASHBOARD VOETBAL.NL ORANJE TOTO KNVB BEKER KNVB ACCOUNT

Home Trainingen Informatie

KNVB | RINUS

De online assistent-trainer

[Bekijk de video](#)

Rinus is een online tool ontwikkeld voor alle jeugdtrainers. Of je nu voor het eerst een team gaat coachen en begeleiden of al in het bezit bent van een KNVB-diploma.

Inloggen Registreren

Feedback

Richtlijnen voor trainingen

Voor de realisatie van eerdergenoemde missie en visie werken wij met de volgende richtlijnen, het toezien hierop wordt gedaan door de trainers en HJO's:

- Trainingen zijn zorgvuldig afgestemd op de leeftijd en het niveau van de spelers;
- Alle trainingsvormen bevatten een competitie-element, waarbij de focus ligt op vereenvoudigde wedstrijdgerichte oefeningen;
- Trainingen worden gekenmerkt door veel prikkels, wat inhoudt dat er veel herhalingen en variatie in oefenvormen zijn. Rijen bestaan uit maximaal 3 spelers. Zorg dat een oefening beter doorstroomt, zet een oefening twee keer uit of kies voor een andere oefening die beter past bij het aantal spelers in de groep;
- Een speler met bal wordt niet gecoacht in het moment. Het spel of de oefening wordt stilgelegd om instructies te geven óf je haalt de speler even kort naar je toe terwijl de rest doorgaat;
- Wanneer de trainer aan het woord is, luisteren de spelers aandachtig;
- De trainer belooft en complimenteert zijn of haar spelers op basis van inzet. Een voorbeeld is het afsluiten van een training met een spel, als verdienste van een goede inzet;
- De trainer geeft individuele aandacht aan de spelers;
- De trainingen starten en eindigen volgens de vooraf gemaakte afspraken en volgens het trainingsschema;
- We ruimen altijd samen netjes en snel op. We zijn zuinig op onze materialen en tellen voor en na de training de ballen.

Trainingen O7-O12

Eisen training

- Iedereen is constant aan het sporten (waarvan 80% met bal);
- Zeer korte uitleg
- Weinig stopmomenten
- De maximale lengte van een rijtje is 3 personen;
- Er zit veel variatie in de oefenvormen; We werken zo veel als mogelijk met impliciet leren (oefenvormen, regels);
- In alle vormen zit een winelement.

Trainingen O13-O23

Eisen training

- Alle vormen zijn met bal, (evt. exclusief de warming-up);
- Zeer korte uitleg
- Weinig stopmomenten
- De maximale lengte van een rijtje is 3 personen;
- Er zit veel variatie in de oefenvormen;
- We werken zo veel als mogelijk met impliciet leren (oefenvormen, regels);
- In alle vormen zit een winelement.

Richtlijnen voor wedstrijden

RICHTLIJNEN VOOR OP HET VELD - Wedstrijden 07-012

Uitgangspunten wedstrijd 07-012

- Individuele ontwikkeling is altijd leidend bij keuzes van de trainer. We hechten als club en trainers geen waarde aan het resultaat van teams in deze leeftijden.
- Spelers mogen het winnen van de wedstrijd belangrijk vinden.
- Alle kinderen hebben aan het eind van de wedstrijd ongeveer evenveel minuten gespeeld. Iedereen speelt op z'n minst op twee verschillende posities in een wedstrijd.
- We werken op z'n vroegst vanaf de Og met een vaste keeper.
- De warming-up van de wedstrijd is altijd zo veel als mogelijk met bal.
- We spelen hoogdruk bij balbezit tegenstander.
- Bij opbouw vanuit de keeper staan we hoog in het veld en zoeken we de pass over de grond.
- Bij half veld voetbal 011 en 012 leggen we nadruk op positieospel, 1e patronen en beweging zonder bal.

Uitgangspunten wedstrijd 013-023

- De volgende volgorde is leidend bij keuzes trainer:
 - Individuele ontwikkeling spelers,
 - Teamontwikkeling,
 - Wedstrijdresultaat
- Alle kinderen hebben aan het eind van het seizoen evenveel minuten gespeeld. Iedereen speelt op zaterdag minstens een halve wedstrijd (uitzondering op dit punt is de A-categorie, aangezien hier niet door gewisseld mag worden). Oefenwedstrijden tellen hierbij mee.
- We spelen hoogdruk bij balbezit tegenstander.
- Bij opbouw vanuit de keeper staan we hoog in het veld en zoeken we de pass over de grond.
- We oefenen systeemvormen tijdens wedstrijden. Ontwikkeling en resultaat gaan samen.
- Schorsingen, blessures & straffen hoeven niet gecompenseerd te worden.
- Je wordt verwacht op de trainingen. Als je herhaaldelijk niet komt trainen, kan dit invloed hebben op je speeltijd.

Procedure teamindeling & selectie

In de jeugdteams maken we onderscheid tussen selectieteams en breedte teams. Bij de selectieteams wordt meer aandacht besteed aan prestatie voetbal dan bij de breedte teams. Het doel is uiteraard voor alle teams hetzelfde als het gaat om spelvreugde en sportieve uitdaging. We willen voor alle jeugdspelers/speelsters een passende omgeving bieden waar ze met plezier hun sport kunnen uitoefenen op het niveau dat bij hen past.

Elk jaar bepaalt de technische commissie bestaande uit de HJO's onder leiding van de manager Voetbalzaken hoeveel selectieteams en breedteteams er in een leeftijdscategorie gevormd zullen worden.

Voor het indelen van de teams hanteren we bij FC Abcoude het volgende beleid. We maken daarbij onderscheid tussen het vormen van selectie en breedte teams.

Selectieteams

In de maand April zullen de trainers in samenwerking met de HJO's in elke leeftijdscategorie intern scouten. Dit houdt in dat zij wedstrijden dan wel trainingen van de breedte teams zullen bekijken. Daarnaast zullen ze ook bij de trainers van die teams informatie inwinnen. Mochten er spelers/speelsters opvallen dan kunnen die uitgenodigd worden om een aantal keer mee te komen trainen met de selectie. Ze zullen geen wedstrijden met de selectie mee spelen. Ze blijven dus gewoon in hun huidige team.

- Intern zullen de hoofdtrainers in de maand Mei hun voorlopige teamindeling maken voor wat betreft de selectieteams en deze doorspreken met de HJO's.
- Voor spelers/speelsters welke het seizoen erop van selectie naar breedte gaan vindt er uiterlijk eind Mei een gesprek plaats met de trainer en eventueel de HJO. Met de ouders erbij wanneer relevant.
- Midden Juni worden de definitieve teamindelingen bekendgemaakt. Selectieteams mogen twee plekken vrijhouden voor eventuele last minute aanwas.

Er worden geen selectiewedstrijden aan het eind van het seizoen georganiseerd voor alle spelers. De selectie is alleen gebaseerd op interne scouting door de hoofdtrainers en de technische commissie.

Uitgangspunten tot keuze selectiespeler vanuit ons TIPS systeem:

- Techniek
- Inzicht
- Persoonlijkheid,
- Snelheid
- Fysiek & Commitment

Het TIPS-systeem wordt nader uiteengezet in de bijlagen van dit document. Het systeem wordt ingezet als volgsysteem voor individuele spelers en ter verklaring van gemaakte keuzes.

Breedteteams

- Zodra de selectieteams intern bekend zijn, kunnen de overige spelers/speelsters ingedeeld worden in de breedte teams.
- De breedte teams worden in mei ingedeeld door de coördinator in overleg met de HJO. Daarnaast kan ook de technische commissie of de hoofdtrainer om input gevraagd worden. Hierbij wordt rekening gehouden met spelniveau en met persoonlijke voorkeur van de spelers/speelsters. Dat wil zeggen dat er rekening gehouden wordt met spelers/speelsters die graag bij elkaar in een team willen zitten. Dit kan echter niet gegarandeerd worden.
- Midden Juni wordt de definitieve teamindeling bekendgemaakt.

Uitzonderingen

Spelers/Speelsters worden altijd ingedeeld in de leeftijdscategorie waar ze op basis van hun geboortjaar bij horen. Uitzonderingen worden alleen gemaakt in de volgende gevallen:

- De betreffende speler/speelster heeft geen uitdaging in zijn leeftijdscategorie en wordt op basis daarvan door de technische commissie ingedeeld in een selectieteam van een leeftijd hoger.
- Talentvolle meisjes kunnen in jongens selectieteams ingedeeld worden, altijd in overleg. Zij mogen daarbij zo nodig in een leeftijdscategorie lager ingedeeld worden (dispensatie). Dit wordt besloten door de technische commissie.
- Vanwege spelers/speelsters aantallen kan het zo zijn dat, om iedereen te kunnen laten spelen, enkele spelers/speelsters in een oudere of jongere leeftijdscategorie ingedeeld worden. Dit wordt door de technische commissie onderling besloten.

Nieuwe aanmeldingen tijdens seizoen

Als er tijdens het seizoen spelers/speelsters zich aanmelden zullen zij in eerste instantie uitgenodigd worden voor een paar proeftrainingen. Als er een wachtlijst is, sluiten zij achteraan op deze lijst alvorens meegetraind kan worden. De coördinator zal dit organiseren met de HJO en eventueel de breedtetrainer.

Op basis van de proeftrainingen wordt gekeken naar het niveau van de speler/speelster en welk team geschikt zou zijn. De coördinator kan daarna de speler/speelster toevoegen aan een team. Let wel, als er geen ruimte is in teams omdat deze al vol zitten, wordt een nieuwe speler/speelster in eerste instantie op de wachtlijst geplaatst en wanneer mogelijk trainingslid. Het jaar daarop zal hij/zij meegenomen worden in de teamindeling waarbij ook rekening wordt gehouden met een eventuele wachtlijst.

Contactgegevens

FC Abcoude

Ruwelspad 1

1391 JA Abcoude

Sportpark De Hollandsche Kade

www.fcabcoude.nl

info@fcabcoude.nl

Bijlage: TIPS-Systeem voor selectiespelers

Voor de ontwikkeling van individuele spelers werken we vanaf de O10 met een eigen versie van het TIPS-systeem. Dit systeem wordt gebruikt door de meeste BVO's om hun spelers te beoordelen en hun ontwikkeling gedurende het seizoen te blijven monitoren. Ook wordt het model ingezet bij de bepaling van de teamindelingen voor het opvolgende seizoen. Aan de hand van het systeem beoordeelt de hoofdtrainer iedere speler op 6 onderdelen twee keer per seizoen.

Doel van dit model is om het voor de speler en ouder/verzorger zo inzichtelijk mogelijk te maken hoe er wordt gekeken naar de prestaties van het kind. Aangezien we aan verschillende leden van het Technische Kader van een jaargang vragen om het model in te vullen, verkrijgen we op deze manier een objectief beeld van de speler en van de speler ten opzichte van de rest van het team.

De spelers worden twee keer per seizoen beoordeelt en zullen via een tussentijds POP-gesprek op de hoogte worden gehouden over hun ontwikkeling. Waar scoor je boven verwachting en waar is er nog werk aan de winkel?

Als aan het einde van het seizoen de vraag rijst of een speler naar een hoger team dient te gaan of juist wellicht nog even in een wat lager team kan door ontwikkelen wordt gekeken naar het ingevulde model door de hoofdtrainer. Dit maakt het voor zowel de hoofdtrainer, de ouder/verzorger en de speler zelf, makkelijker om te begrijpen waarom bepaalde keuzes zijn gemaakt.

Met behulp van het TIPS-systeem bouwen we per speler een mooi dossier op welke over de jaren heen meegenomen kan worden om de leercurve inzichtelijk te houden. Uiteraard wordt er rekening gehouden met de competenties per jaargang, zoals deze zijn gecommuniceerd op de website van de KNVB. Het zal dus nooit zijn dat een pijler in ons model voor een O13 speler op dezelfde manier wordt bekeken en ingevuld als voor een O8 speler.

Per onderdeel is er een maximum van 5 punten te geven:

- 1 => Ruim onvoldoende
- 2 => Onvoldoende
- 3 => Voldoende/gemiddeld/passend bij de leeftijd
- 4 => Goed
- 5 => Zeer goed

Van belang is dat er streng gescoord wordt en niet te veel een 3 (gemiddeld) wordt gekozen. Selectiespelers zouden op de meeste onderdelen een 4 moeten scoren, wat passend is bij de hoofdklasse. De score van 5 wordt zeer zelden gegeven, alleen aan de 1 of 2 beste spelers op dit onderdeel binnen de groep.

Beoordelingscriteria

De onderdelen waarop we onze spelers beoordelen zijn onderstaand uitgewerkt en toegelicht:

Techniek

Techniek is een belangrijk onderdeel van een voetballer bij FC Abcoude. Bij techniek is het niet alleen belangrijk of je een mooie actie kan maken, maar wordt er voornamelijk gekeken naar de manier waarop je voetbalt. Hoe neem je een bal aan? Hoe trap je een bal? Hoe makkelijk kan je iemand passeren? Hoe snel beweeg je met de bal aan je voet? Kun je in moeilijke situaties de bal goed onder controle houden? Kun je ballen aannemen met je borst en bovenbenen? Lukt het je gemakkelijk met de bal weg te draaien bij een tegenstander vandaan? **Spelers die hoog scoren op dit onderdeel hebben goede balbehandeling.**

Inzicht

Als er wordt gesproken over inzicht, hebben we het over voetbalintelligentie. Voordat je een bal krijgt aangespeeld moet je al weten wat je gaat doen. Weet je snel de ruimtes in het veld te vinden? Hoe neem je een bal aan met een man in je rug? Ben je goed in staat samen te spelen met anderen? Waar sta je zonder bal ten opzichte van je medespelers? Weet je de goede positie te kiezen in bepaalde situaties? Kun je anticiperen op wat er gaat gebeuren? **De betere selectiespelers kunnen anticiperen, snel beslissen, snel handelen en het gehele speelveld en de posities van spelers van nature goed overzien.**

Persoonlijkheid

Je persoonlijkheid laat zien hoe sterk je mentaal bent, dit noemen we ook wel je mentale weerbaarheid. Je moet leren omgaan met je emoties en een sterk karakter hebben dan wel ontwikkelen, zowel in het veld als buiten het veld. Ben je coachbaar? Luister je naar wat de trainer uitlegt, of sta je te dromen of the geinen? Begrijp je wat de trainer uitlegt en stel je vragen als je iets niet begrijpt? Onthou je de teamopdrachten en je eigen taak? Geef je uitvoering aan de teamopdrachten en je eigen taak? Ben je een teamspeler? Help je de ploeg of haal je je team naar beneden? **De spelers die hoog scoren op dit onderdeel zijn oplettend, mentaal weerbaar, zijn coachbaar en geven uitvoering aan meegegeven opdrachten.**

Snelheid

Snelheid blijft een lastig onderwerp in de onderbouw, omdat de ontwikkeling van een kind in de jonge jaren nou eenmaal alle kanten op kan schieten. Zowel mentaal als fysiek moet je snelheid op zijn best zijn om te kunnen blijven voetballen onder druk. Je moet snel kunnen denken en schakelen, vooral in lastige situaties. Heb je een juiste looptechniek en motoriek? Wellicht kun je hard rennen, maar doe je dat ook in de wedstrijd? Heb je een hoge handelingsnelheid? Kom je voortijdig, op tijd of te laat in actie? **Spelers die hoog scoren op dit onderdeel hebben een hoge intensiteit, denken vooruit en komen op tijd in positie.**

Fysiek

Dit onderdeel gaat over hoe je omgaat met het jouw gegeven lichaam. Grote spelers kunnen voordeel hebben in duels, kleine spelers kunnen juist weer zeer wendbaar zijn. Maak je optimaal gebruik van je lichaam en hoe gebruik je je lichaam in duels? Ben je bang om duels aan te gaan? Heb je duelkracht? Of weet je op een slimme manier juist uit duels te blijven als je minder sterk bent dan je directe tegenstander? Heb je een goede techniek om duels aan te gaan? Ben je atletisch? Kun je hoogspringen? Kun je goed draaien? Kun je laag duelleren en goed sliden? **Spelers die goed scoren op dit onderdeel zijn niet bang, hebben een goede dueltechniek, zijn atletisch en gebruiken hun lichaamsbouw optimaal.**

Commitment

Commitment zien we als een belangrijke pijler binnen FC Abcoude als het gaat om selectievoetbal. Hier wordt gekeken naar hoe vaak je afwezig bent tijdens de trainingen en/of wedstrijden. Meld je je tijdig en met een geldige reden af? Maak je duidelijke afspraken met je trainer, als je geblesseerd raakt? Hoe is je inzet op de training? Wil je beter worden en heb je daar veel voor over? Doe je buiten FC Abcoude aan extra voetbalactiviteiten? Doe je juist andere sporten om je breder te ontwikkelen qua inzicht en motoriek? Begin onderbouw kijken wij bij dit onderwerp ook naar de commitment van de ouders, aangezien het kind vaak afhankelijk is van de beschikbaarheid van de ouders als het gaat om aanwezigheid. **Spelers die hoog scoren op dit onderdeel zijn er nagenoeg altijd, laten zien dat ze beter willen worden en geven alles op de training en tijdens de wedstrijd.**

Focus per leeftijdsgroep

We kennen bij FC Abcoude een midden-, onder- en bovenbouw, aangevuld met Calimero's en Champions League voetbalteams voor de allerkleinsten. De verdeling hiervan is als volgt:

Calimero's	5-jarigen (alleen training op zondagochtend)
Champions League	6-jarigen (wedstrijdjes onderling zondagochtend)
Onderbouw 6x6	O7 t/m O10
Middenbouw 8x8	O11 t/m O12
Middenbouw	O13 t/m O15
Bovenbouw	O16 t/m O23

Vanaf O10 maken we gebruik van het TIPS-systeem, omdat het jaar erop er voor de eerste keer naar een groter veld wordt gegaan (van een kwart naar een half veld). Teven ligt de focus bij de ontwikkeling van spelers in de onderbouw anders dan in de midden- en bovenbouw. De beoordelingscriteria zijn hierop afgestemd.

In de onderbouw staat de ontwikkeling van met name de techniek, het inzicht centraal en de persoonlijkheid centraal. (balvaardigheid, ruimte en leergierigheid).

In de middenbouw blijft de voornaamste focus liggen op techniek en inzicht, en beginnen de snelheid en het fysiek iets meer mee te tellen (handelingssnelheid en duelkracht-techniek).

In de bovenbouw komt de nadruk te liggen op persoonlijkheid, snelheid, fysiek en commitment. De techniek kan worden verfijnd, het inzicht nog wel worden vergoet, maar de meeste ontwikkeling kan hier worden behaald op het fysieke en mentale vlak (de groeispurt is achterwege en de pubertijd komt ten einde, de persoonlijke wil en het commitment van de speler is nu meer authentiek).

De verschillende beoordelingscriteria wegen over tijd mee als volgt mee als volgt:

Beoordelingscriteria	Onderbouw	Middenbouw	Bovenbouw
Techniek	35%	25%	15%
Inzicht	20%	20%	15%
Persoonlijkheid	20%	15%	20%
Snelheid	10%	15%	15%
Fysiek	10%	15%	15%
Commitment	5%	10%	20%