SC KLARENBEEK
Sportpark de Pauw, Bosweg 12-14, 7382 CC Klarenbeek - www.scklarenbeek.nl
IBAN: NL46 RABO 0332 1530 29 - BTW nr. NL 800181190 B01
Opgericht 11 januari 1932 - K.v.K. nr. V 40101769

Beleidsplan

Voetbalafdeling

SC Klarenbeek

Inhoudsopgave

Voorwoord 3
1 Doelstelling afdeling voetbal 4
2 Indeling spelers in teams 5
2.1 Indeling spelers en teams bij start seizoen 5
2.2 Herindeling speler gedurende seizoen 7
2.3 Lenen van spelers bij wedstrijden 8
2.4 Meetrainen met een hoger team 8
3 Algemene uitgangspunten 10
3.1 Voetbaltraining 10
3.2 Wedstrijden 10
4 Uitgangspunten per leeftijdscategorie 12
4.1 Mini's 12
4.2 JO8, JO9 en JO10 14
4.3 JO11 en JO12 pupillen 16
4.4 JO13 pupillen 18
4.5 JO15 21
4.6 JO17 23
4.7 JO19 25
5 Tot slot 27

Voorwoord

Beste lezer,

Als voetbalafdeling bieden wij onze leden een uitdagend en leerzaam programma. De organisatie hiervan is een intensieve, maar belonende taak. Om dit in goede banen te leiden en over de jaren heen een duidelijke richtlijn te hebben is dit beleidsplan opgesteld voor iedereen die hierbij betrokken is.

Dit document zal regelmatig aangevuld en aangepast worden, waarbij elke beschikbaar gestelde versie van het document zijn eigen versienummer krijgt. Hieronder is hiervan een overzicht te vinden.

De technische commissie is beheerder van dit document. Nieuwe versies worden in samenspraak met het voetbalbestuur opgeleverd, waarbij het voetbalbestuur eindverantwoordelijk draagt.

Met vriendelijke groet,

Bestuur en technische commissie afdeling voetbal SC Klarenbeek

Versie	Datum	Wat
0.9	11-12-2019	Conceptversie voor afstemming met voetbalbestuur.
1.0	27-1-2020	Conceptversie voor afstemming met coördinatoren voetbalafdeling.
1.1	6-3-2020	Tweede conceptversie voor afstemming met coördinatoren voetbalafdeling.
1.2	25-5-2020	Definitieve versie beleidsplan

1 Doelstelling afdeling voetbal

SC Klarenbeek wil een vereniging zijn waar alle leden en vrijwilligers zich thuis voelen en waar spelers op een sportieve, sociale, respectvolle manier én met plezier hun sport kunnen beoefenen. Spelers, ongeacht het niveau, zijn welkom bij onze vereniging.

De hoofddoelstelling van de afdeling voetbal is:

”Het creëren van voorwaarden zodat spelers op een zo hoog mogelijk niveau kunnen voetballen, zonder daarbij tekort te doen aan het belang van de recreatieve sportbeoefening en aan de sociale betekenis van het verenigingsleven.”

Naast de hoofddoelstelling kennen we een aantal subdoelstellingen:

- Ervoor zorgen dat de afdeling voetbal een zelfstandige, financieel gezonde afdeling is binnen SC Klarenbeek;
- Voorwaarden scheppen waarin zowel spelers als kader kunnen groeien in hun persoonlijke en sportieve ontwikkeling;
- Er wordt gestreefd om, met voornamelijk eigen opgeleide spelers, teams op een zo hoog mogelijk niveau te laten voetballen;
- Voetbal spelen op een herkenbare, attractieve en aanvallende manier;
- Het bevorderen van de betrokkenheid van de leden en vrijwilligers met de vereniging en tussen de leden en vrijwilligers onderling.

Om aan de genoemde doelstellingen te voldoen is het van belang een duidelijke visie te hebben met betrekking tot de teams:

- Structurele aandacht voor kadervorming, vrijwilligersbeleid en opleiding;
- Goed functionerend en kwalitatief kader;
- Plezier in het voetbalspel voor spelers en kader;
- De jeugdopleiding beschouwen als speerpunt.

2 Indeling spelers in teams

De indeling van een team voor een seizoen komt tot stand aan het eind van het voorgaande seizoen. Dit hoofdstuk bevat criteria voor deze indeling en daarnaast worden er uitgangspunten over herindelingen, het lenen van spelers bij wedstrijden en het meetrainen van spelers benoemd. Ten slotte wordt beschreven wat de uitgangspunten zijn ten aanzien van het verkrijgen van input en het bekendmaken van de indeling.

2.1 Indeling spelers en teams bij start seizoen

- De indeling wordt gemaakt door de coördinatoren;
- Per team wordt door de coördinatoren bepaald welke ambitie er nagestreefd wordt en in welke klasse er ingedeeld wordt;
- De indeling wordt ter goedkeuring voorgelegd aan de pupillen-/junioren-/vrouwen- of herencommissie.

2.1.1 Selectieteams

Onder een selectieteam verstaan we het 1e team in een bepaalde leeftijdscategorie. De spelers zijn op basis van de volgende criteria geselecteerd:

- Voldoende kwaliteit/talent;
- Gemotiveerd om deel uit te maken van een selectieteam;
- In staat om het beste uit zichzelf en teamgenoten te halen;
- Prestatiegerichte mentaliteit.

Het formeren van een selectieteam gebeurt in beginsel vanaf JO13. Mocht het aantal spelers in jongere leeftijdscategorieën zo ruim zijn, kan het voorkomen dat ook op jongere leeftijd een selectieteam wordt geformeerd.
Indien er meerdere niet selectieteams worden ingedeeld in een leeftijdscategorie, wordt geprobeerd de indeling dusdanig te maken dat het laagste team niet te 'zwak' wordt en hierdoor niet aan voetballen toekomt.

2.1.2 Dispensatie (in jongere leeftijdscategorie spelen)

Een speler kan in een jongere leeftijdscategorie ingedeeld worden. Dit betreft een of meerdere van de volgende situaties:

- Er is geen mogelijkheid om in de eigen leeftijdscategorie te spelen;
- De aantallen binnen een leeftijdscategorie zijn niet passend voor een sluitende indeling;
- Het niveau van de speler is dusdanig niet passend dat een jongere leeftijdscategorie noodzakelijk is. Bijvoorbeeld: fysieke tekortkoming, voetbaltechnische tekortkoming, terugkomen van langdurige blessure.

2.1.3 Vervroegd doorstromen

Een speler kan in een oudere leeftijdscategorie ingedeeld worden. Dit betreft een of meerdere van de volgende situaties:

- Er is geen mogelijkheid om in de eigen leeftijdscategorie te spelen;
- De aantallen binnen een leeftijdscategorie zijn niet passend voor een sluitende indeling;
- Het niveau van de speler is dusdanig niet passend dat een oudere leeftijdscategorie noodzakelijk is. Bijvoorbeeld: onvoldoende uitdaging, groeimogelijkheden.

2.1.4 Huidig lid vs. nieuw lid

- Er moet een gedegen beeld zijn van het niveau van een nieuw lid, om deze in te delen in een hoger team dan een huidig lid van dezelfde leeftijdscategorie;
- Indien een nieuw lid zich aanmeldt / wil aanmelden gedurende het seizoen, dan wordt door de coördinator getracht deze onder te brengen in een team. Dit is niet vanzelfsprekend: het kan voorkomen dat beoogde teams al 'vol' zitten en de speler eerst alleen kan meetrainen.
- Een potentieel nieuw lid kan op proef maximaal drie trainingen meetrainen. Met welk team wordt meegetraind wordt bepaald door de technisch coördinator en afgestemd met de trainer.
- Als kader of coördinerend lid van de voetbalafdeling wordt er niet actief "gelobbyd" naar de gunsten van spelers van omliggende verenigingen. Wel mag altijd met enthousiasme worden gesproken over onze sportclub, graag zelfs! Het initiatief om over te stappen naar onze vereniging ligt te allen tijde bij de speler zelf.

2.1.5 Jongens vs. meisjes

- Meisjes en jongens hebben evenveel recht om te worden ingedeeld in een selectieteam. Ook wanneer het meisje als enige meisje in dit team speelt.
- Op de jeugdniveaus gelden voor meisjes de volgende uitgangspunten:
    - Mini's t/m O13: Er wordt geen onderscheid gemaakt tussen jongens en meisjes;
    - O15: Geen onderscheid tussen jongens en meisjes. Mochten er mogelijkheden zijn voor een meisjesteam dan is dit optioneel mogelijk. Meisjes die op basis van kwaliteit in aanmerking komen voor JO15 selectieteams zullen te allen tijde in het selectieteam worden geplaatst;
    - O17: Waar mogelijk meisjes laten voetballen in een meisjesteam. Meisjes die op basis van kwaliteit in aanmerking komen voor JO17 selectieteams kunnen in een selectieteam worden geplaatst;
    - O19: Meisjes komen alleen uit in meisjes- of vrouwenteams. Het streven is om een MO19 te vormen. Meisjes vervroegd aan laten sluiten bij vrouwenteams is optioneel mogelijk.

2.1.6 Ouder betrokken als kader

- Een ouder welke betrokken is als kader vormt geen reden voor indeling in een specifiek team.

2.1.7 Bekendmaking indeling

Moment van bekendmaking:

- Het moment van bekendmaking van de indeling van de diverse afdelingen (pupillen, junioren, senioren en vrouwen) dient zoveel mogelijk op elkaar te worden aangesloten. Datum wordt jaarlijks tussen afdelingen afgestemd en gepland uiterlijk in de week van 20 juni.

Persoonlijk geïnformeerd:

- Alle leden dienen persoonlijk geïnformeerd te worden over de indeling. Per afdeling verschilt de communicatievorm: een ouderavond, informatieavond of middels een e-mail/chatbericht met verwijzing naar indelingsbestand. Uiteindelijk wordt de indeling inzichtelijk gemaakt op de website.

Spelers met een afwijkende indeling worden op voorhand over de persoonlijke situatie geïnformeerd:

- Lager ingedeeld worden ten opzichte van het voorafgaande jaar;
- Vervroegd doorstromen naar een oudere leeftijdscategorie;
- Langer ingedeeld blijven in een jongere leeftijdscategorie (dispensatie);
- Meisje van gemengd team naar meisjesteam;
- Meisje van meisjesteam naar gemengd team;
- Keeper die gaat voetballen of voetballer die gaat keepen;
- Als er onrust kan worden verwacht (bijvoorbeeld als er andere signalen zijn afgegeven).

2.1.8 Input voor indeling

De coördinatoren maken gebruik van de expertise en kennis van het kader van de diverse teams. Zij leveren belangrijke input voor de indelingen.

Moment van verzamelen input:
Om input over spelers te verzamelen dient de coördinator minimaal twee keer per seizoen afstemming te hebben met het kader van een team. Daarnaast wordt afstemming gezocht met keeperstrainers en/of keeperscoördinator.

Wijze van verzamelen input:
De input wordt verzameld aan de hand van een lijst met vragen waar per categorie scores worden gegeven omtrent de kwaliteiten van een speler (soort van 'speler-volgsysteem').

- De lijst dient vooraf door elk kaderlid te worden ingevuld, om vervolgens als gesprekstof te dienen in het overleg met de coördinator;
- Een belangrijk doel is wel om het blikveld van de beoordeling te verruimen door niet alleen input mee te nemen van recent opgevallen momenten in wedstrijden/trainingen;
- De ingevulde lijst dient vertrouwelijk te worden behandeld door zowel het kaderlid als de coördinator. Het doel van gebruik van de lijst is niet om deze te delen met ouders, spelers of anderen.

Een speler kan door gebruik van de lijst met ingevulde vragen beter individueel worden beoordeeld.

2.2 Herindeling speler gedurende seizoen

2.2.1 Herindeling speler op basis van kwaliteit:

Dit betreft een speler die:

- Zich dusdanig ontwikkelt tijdens het seizoen dat er structureel op een hoger niveau meegetraind/-gespeeld kan worden;
- Structureel niet mee kan komen met het niveau of bijvoorbeeld langdurig geblesseerd is geweest.

Voor deze spelers kan er een herindeling noodzakelijk zijn, waarbij:

- De herindeling wordt gecoördineerd door de technisch coördinator;
- De technisch coördinator afstemming heeft met betrokken trainers/leiders;
- De herindeling wordt gedeeld met betrokken speler en eventueel ouder(s);
- De uiteindelijk indeling wordt bepaald door de coördinator en medegedeeld aan de betrokken teams (kader en spelers).

2.2.2 Herindeling speler op basis van kwantiteit

Dit betreft doorstroming van spelers om tekorten op te vangen voor langere duur (maand of langer) of aantallen te groot worden.

- Dit gebeurt in overleg met de technisch coördinator en het kader van beide teams;
- Dient te gebeuren in overleg met spelers (en / of ouders);
- Uitgangspunt is om deze speler (volledig) mee te laten trainen met het 'nieuwe' team.

Een consequentie kan zijn dat er gedurende het seizoen meer of minder teams gevormd worden, waarbij de volgende criteria gelden:

- Herindeling van teams gebeurt in de winterstopperiode, zodat nieuw samengestelde teams na de winterstop kunnen aanvangen;
- Dit gebeurt door de technisch coördinator in overleg met het kader van betreffende teams.
- Spelers (en / of ouders) worden over het resultaat geïnformeerd;
- Spelers met een afwijkende indeling worden op voorhand persoonlijk geïnformeerd.

2.3 Lenen van spelers bij wedstrijden

Gedurende het seizoen kan het voorkomen dat een team onvoldoende spelers heeft op de wedstrijddag. Om toch met een volwaardig team een wedstrijd te kunnen spelen kunnen spelers van een ander team geleend worden.

Voorafgaand aan het seizoen:

- De coördinator van een leeftijdscategorie zorgt ervoor dat het kader van een team een moment van kennismaking plant met het kader van andere (bovenliggende en onderliggende) teams. Zo kunnen verwachtingen worden besproken en afspraken worden gemaakt.

Algemene uitgangspunten:

- Spelers worden alleen geleend als er sprake is van een tekort in aantallen;
- Geleende spelers hebben geen voorrang bij het krijgen van een basisplaats;
- Bij voorkeur worden spelers uit onderliggende teams geleend;
- Er kunnen enkel spelers van bovenliggende teams geleend worden als zij het niveau van het team dat te weinig spelers heeft niet ontgroeid zijn.

Voorafgaand aan een wedstrijd:

- De trainer/leider van het team dat spelers te kort heeft neemt contact op de trainer/leider van het team waar spelers van geleend zouden kunnen worden;
- Beide trainers/leiders overleggen samen over de speler(s) die in aanmerking komen;
- De trainers/leiders maken onderling afspraken over de speeltijd;
- Afhankelijk van de noodzakelijke speeltijd, is het uitgangspunt om een speler ook met het eigen team mee te laten spelen;
- Er wordt als eerste gekeken naar spelers die regelmatig meetrainen met betreffend team.

2.4 Meetrainen met een hoger team

Wanneer een speler structureel te weinig uitdaging/groeimogelijkheden heeft kan ervoor gekozen worden om spelers mee te laten trainen met een hoger team.

- Dit wordt in overleg met de technisch coördinator en het kader van het eigen team en het hogere team bepaald;

- Een afspraak over het meetrainen kan op elk willekeurig moment in een seizoen worden gemaakt en is afhankelijk van de kwaliteit van de speler ten opzichte van het huidige team en het hogere team;
- Het meetrainen met een hoger team mag er niet toe leiden dat het eigen team niet meer in staat is om te trainen door een gebrek aan spelers;
- Op het moment dat een speler regelmatig wedstrijden meedoet met een hoger team, kan dit een reden zijn dat deze speler ook mee gaat trainen bij dit hogere team.

3 Algemene uitgangspunten

3.1 Voetbaltraining

Kenmerken welke een rol spelen voor een succesvolle voetbaltraining:

- Voetbaleigen (voetbalsituaties, wedstrijdeigen);
- Veel herhalen (goede organisatie / planning, voldoende materiaal / ballen, veel beurten en geen/korte wachttijden);
- Rekening houden met de groep (leeftijd, niveau, arbeidsrustverhouding);
- Juiste coaching (verduidelijken, beïnvloeden);
- Duidelijke doelstelling(en) aan de training;
- Zorgen dat er plezier wordt beleefd aan het spelletje / de oefening;
- Veel balcontacten per speler;
- De trainer en spelers zijn op tijd.

Voetbalproblemen kunnen worden geformuleerd aan de hand van “5 x W”:

- Wat gaat er mis?
- Wie is / zijn er bij betrokken (de posities)?
- Waar doet het probleem zich voor (welk gedeelte speelveld)?
- Welke momenten in de wedstrijd?
- Waarom (stand, onvoldoende bedreven, weersinvloeden, spanning, tegenstand)?

Tijdens de training kan het spel vereenvoudigd worden, van 11 tegen 11 naar 7 tegen 7 naar 4 tegen 4 naar 1 tegen 1 (andere tussenvarianten zijn ook mogelijk, mede afhankelijk van de aantallen).

3.2 Wedstrijden

SC Klarenbeek heeft de intentie om aanvallend voetbal te spelen. Daarom wordt er in de volgende formaties opgeleid:

- 11-tallen: 1-4-3-3 of 1-3-4-3 formatie;
- 8-tallen: 1-3-3-1 of 1-3-1-3 formatie;
- 6-tallen: 1-2-1-2 formatie;
- 4-tallen: nog geen specifieke formatie, dit gezien de leeftijd van de kinderen.

In alle formaties is er sprake van een centrale middenvelder en is er sprake van een veldbezetting waarbij veel driehoeken gevormd kunnen worden en het speelveld zo goed mogelijk is bezet.

Uitgangspunten van deze formaties zijn:

- Leren opbouwen van achteruit door middel van (zuivere) passing, dit begint al bij de keeper;
- Een goed positiespel spelen en zo de vrije speler zien te vinden;
- Op de goede momenten druk zetten op je tegenstander;
- Eén tegen één duels leren winnen, op de fysieke dan wel technische manier;
- Weerstand creëren voor je spelers, zodat ze zich optimaal kunnen ontwikkelen;
- Waar mogelijk in balbezit inschuiven van (vrije) verdediger naar middenveld om een man meer situatie te creëren.

Wat je onder andere bereikt met de speelstijl zoals hierboven beschreven is:

- Verdedigers worden sterk in de duels;
- Iedere speler heeft een opbouwende (aanvallende) taak;
- Iedere speler heeft een verdedigende taak;
- De keeper leert meevoetballen.

Waarom kiezen we voor deze formaties:

- Een goede veldbezetting is cruciaal. Ons beleid streeft ernaar een logische opbouw te hebben vanaf de pupillen naar de junioren en vervolgens naar de senioren.

Een jeugdspeler leert wat deze hoort te doen tijdens de vier (hoofd)momenten in de wedstrijd:

- Balbezit (aanvallen);
- Omschakeling balbezit naar balbezit tegenstander (omschakelen aanvallen naar verdedigen);
- Omschakeling balbezit tegenstander naar balbezit (omschakelen verdedigen naar aanvallen);
- Balbezit tegenstander (verdedigen).

4 Uitgangspunten per leeftijdscategorie

4.1 Mini's

4.1.1 Leeftijdskenmerken

- Weinig oog voor medespelers en samenwerking
  - Spelers zien medespelers niet staan (focus is op de bal);
  - Spelers zien overspelen niet als een middel om wedstrijden te winnen;
  - Spelers weten niet hoe ze kunnen samen werken.

- Raken snel verveeld
  - Samen in een rij staan, dat is een moment om aan elkaar te zitten;
  - Willen uitdaging;
  - Is één speler voetballend dominant, dan gaan andere spelers andere mogelijkheden zoeken om plezier te maken.

- Maken veel 'fouten' – dit zijn leermomenten
  - Handvatten geven om ze de volgende keer deze fout niet te maken;
  - Herhaling zorgt voor herkenning van situaties.

- De balcontrole is nauwelijks nog aanwezig
  - Motorisch is het lastig om een bal te controleren;
  - Fijne motorische vaardigheden zijn in ontwikkeling.

4.1.2 Belasting / Frequentie

Training:

- De mini's trainen 1x per week, 1 uur lang.

Wedstrijden:

- Ze spelen op zaterdag in de minileague.

4.1.3 Plezier / Prestatie

- Het belangrijkste is plezier maken en hebben waarbij het winnen van een wedstrijd geen doel op zich is binnen deze leeftijdscategorie.

4.1.4 Wedstrijden

- Bij de minileague wordt gestreefd om wekelijks te wisselen van teamsamenstelling, zodat spelers met veel verschillende spelers komen te voetballen;
- Afhankelijk van het niveau (B of A categorie) wordt er wel gekeken welke spelers bij welke categorie horen.

4.1.5 Formatie en speelstijl

- Op deze leeftijd wordt er niet met een bepaalde speelstijl gespeeld. We laten deze spelers hun eigen weg zoeken;
- In de minileague wordt 4 tegen 4 gespeeld. We beperken ze niet tot nauwelijks in hun speelstijl.

4.1.6 Trainingen

Bij de mini's staat zowel tijdens training als tijdens de coaching rondom de wedstrijd het leren omgaan met de bal (balcontrole verkrijgen) centraal;

- Aannemen van de bal;
- Passen van de bal over korte afstanden (3 tot 8 meter);
- Schieten van de bal over korte afstanden (5 tot 15 meter);
- Dribbelen met de bal;
- Passeren van de tegenstander;
- Onderdelen: balcontrole, dribbelen, passen, schieten.

Tactische en fysieke trainingen zijn voor deze leeftijdscategorie nog niet van toepassing;

4.1.7 Rol coach / trainer

- Positief coachen en stimuleren van plezier maken, lol hebben;
- Geen beperkingen opleggen in het voetballen:
    - Ze niet aanspreken / coachen op zaken waar ze, gezien hun leeftijd, nog niet aan toe zijn.
- Leren omgaan met medespelers / begeleiders (regels scherp houden):
    - Regels opstellen en handhaven heeft deze leeftijd nodig;
    - Ze proberen het randje te zoeken.

4.2 JO8, JO9 en JO10

4.2.1 Leeftijdskenmerken

- Weinig oog voor medespelers en samenwerking
  - Spelers zien medespelers niet staan (focus is op de bal);
  - Spelers herkennen overspelen niet als een middel om wedstrijden te winnen;
  - Spelers weten niet hoe ze kunnen samen werken.

- Raken snel verveeld
  - Samen in een rij staan, dat is een moment om aan elkaar te zitten (afgeleid te raken);
  - Willen uitdaging;
  - Is één speler voetballend dominant, dan gaan andere spelers andere mogelijkheden zoeken om plezier te maken.

- Maken veel 'fouten' – dit zijn leermomenten
  - Handvatten geven om ze de volgende keer deze fout niet te maken;
  - Herhaling zorgt voor herkenning van situaties.

- De balcontrole is nauwelijks nog aanwezig
  - Motorisch is het lastig om een bal te controleren;
  - Fijne motorische vaardigheden zijn in ontwikkeling.

4.2.2 Belasting / Frequentie

Training:

- De JO8, JO9 en JO10 teams trainen 2x per week met een tijdsduur van 60 minuten.
- De keepers hebben 1x per week keeperstraining van 30 minuten.

Wedstrijden:

- Daarnaast spelen deze teams 1 wedstrijd per week gedurende het seizoen.

4.2.3 Plezier / Prestatie

- Het belangrijkste is plezier maken en hebben waarbij het winnen van een wedstrijd geen doel op zich is binnen deze leeftijdscategorie.

4.2.4 Wedstrijden

- Tijdens de wedstrijden worden alle spelers een gelijk aantal minuten speeltijd gegeven. Spelers komen op meerdere posities uit tijdens een seizoen. Zo leren zij kennis maken met diverse posities en dienen zij de handelingen die bij deze posities horen ook toe te passen;
- Bij de JO8 zal er nog nauwelijks positioneel worden gespeeld, dit zal bij de JO9 en JO10 al beter zijn;
- Bij voorkeur wordt er gerouleerd van keeper om diverse spelers deze rol te laten ervaren.

4.2.5 Formatie en speelstijl

- Alle spelers doen mee in het aanvallen en in het verdedigen;

- Bij de JO10, JO9 en (soms ook al) de JO8 kan er in een formatie worden gespeeld, meest voor de hand liggend is 1-2-1-2 of (evt. 1-1-3-1);
- De speelstijl is gefocust op het passeren van de tegenstander, het scoren en het individueel verdedigen;
- Het samenwerken en het passen komt in de JO8 nog niet voor, in de JO9 (later in het seizoen) en in de JO10 wel.

4.2.6 Trainingen

- Er wordt (uitsluitend) op techniek getraind. Passing, balcontrole, balvaardigheid, dribbelen en drijven zijn hier belangrijke onderdelen van. Tactische en fysieke trainingen zijn voor deze leeftijdscategorie nog niet van toepassing;
- Veel spelvormen (verkleinde vormen van wedstrijden), Bijv. 2:1, 3:2, 4:2, 5:2 etc;
- Uitdagende vormen, als spelers zich vervelen wordt er minder geleerd;
- Spelers keuzes laten maken waardoor ze zelf gaan ervaren wat wel en wat niet werkt;
- Maximaal 2 doelstellingen per training;
- Enkele tips, behorende bij de doelstelling, per training (herhaling van enkele tips is beter dan heel veel tips 1x benoemen);

Het is de bedoeling dat de spelers zoveel mogelijk in beweging zijn en veel balcontacten krijgen.

4.2.7 Rol coach / trainer

- Positief coachen en stimuleren van plezier maken, lol hebben;
- Tijdens wedstrijd: stimulerend en we laten spelers hun eigen keuzes maken;
- Op training, voor wedstrijd en in de rust van de wedstrijd worden handvatten aangereikt aan de spelers. Deze handvatten hebben (altijd) betrekking op voorheen geleerde aspecten (op de training);
- In deze leeftijd is een visueel beeld erg belangrijk en spelers krijgen herkenning door ‘situaties’ vaker te zien.

4.3 JO11 en JO12 pupillen

4.3.1 Leeftijdskenmerken

- Hebben enigszins gevoel voor samenwerken;
- Missen soms nog overzicht en maken (daardoor) vaak verkeerde keuzes;
- Verantwoordelijkheidsgevoel neemt toe (balen bij fouten bijvoorbeeld);
- Begrijpen het spel al wat beter dan spelers uit de jongere leeftijdscategorieën.

4.3.2 Belasting / Frequentie

Training:

- De JO11 en JO12 teams trainen 2x per week met een tijdsduur van 60 of 75 minuten.
- De keepers hebben 1x per week keeperstraining van 30 minuten.

Wedstrijden:

- Eén wedstrijd per week gedurende het seizoen.

4.3.3 Plezier / Prestatie

- De focus in deze leeftijdcategorie ligt op de ontwikkeling van spelers, dit wordt bereikt door leuke oefeningen en veel plezier te maken. Spelers ervaren plezier door doelen te bereiken (oefeningen die lukken, wedstrijden die gewonnen worden). Wedstrijden winnen is geen doel op zich.

4.3.4 Wedstrijden

- Tijdens de wedstrijden wordt aan alle spelers een gelijk aantal minuten speeltijd gegeven;
- Spelers komen op meerdere posities uit tijdens een seizoen. Zo leren zij kennis maken met diverse posities en dienen zij de handelingen die bij deze posities horen ook toe te passen;
- Voorafgaand aan de wedstrijd zullen er een aantal taken en aandachtspunten benoemd worden die voor het hele team of een individuele speler gelden. Deze taken en aandachtspunten zijn eerder al getraind en (visueel) uitgelegd;
- Maximaal twee spelers uit het team nemen tijdens het seizoen de rol van keeper op zich. Probeer maximaal één keer per wedstrijd te wisselen van keeper.

4.3.5 Formatie en speelstijl

- Alle spelers hebben een taak (en doen dus mee) tijdens zowel het aanvallen als het verdedigen;
- Er wordt in een formatie gespeeld, meest voor de hand liggend is 1-3-3-1 of (evt. 1-3-1-3). Het spelen in een formatie zorgt ervoor dat spelers duidelijkheid hebben over de zone waarin zij actief zijn, daarnaast horen bij de diverse posities diverse taken;
- De speelstijl is gefocust op het passeren van de tegenstander, het opbouwend samenwerken, het scoren, het individueel verdedigen en het samenwerkend verdedigen.

4.3.6 Trainingen

- Er wordt voornamelijk op de verbetering van de techniek getraind. De onderdelen die hierin belangrijk zijn: passing, schieten, balcontrole, balvaardigheid, dribbelen en drijven.

- Trainingsaspecten aanval:
  - Het positiespel in de opbouw;
  - Het dieptespel in de opbouw;
  - Het uitspelen van 1 tegen 1 situatie;
  - Het scoren.
- Trainingsaspecten verdedigen:
  - Het storen en veroveren van de bal;
  - Het verdedigen van het dieptespel;
  - Het verdedigen van 1 tegen 1 situatie;
- Veel spelvormen (verkleinde vormen van wedstrijden), bijvoorbeeld 2 tegen 1, 3 tegen 2, 4 tegen 2, 5 tegen 4 etc.
- Uitdagende vormen, als spelers zich vervelen wordt er minder geleerd;
- Spelers keuzes laten maken waardoor ze zelf gaan ervaren wat wel en wat niet werkt, hierbij wel handvatten aanreiken waardoor spelers sneller leren;
- Maximaal 2 doelstellingen per training;
- Enkele tips, behorende bij de doelstelling, per training (herhaling van enkele tips is beter dan heel veel tips 1x benoemen);

Het is de bedoeling dat de spelers zoveel mogelijk in beweging zijn en veel balcontacten krijgen.

4.3.7 Rol coach / trainer

- Positief coachen en stimuleren van plezier maken, lol hebben;
- Tijdens wedstrijd: stimulerend en met andere woorden we laten spelers hun eigen keuzes maken;
- Op training, voor wedstrijd en in de rust van de wedstrijd worden handvatten aangereikt aan de spelers. Deze handvatten hebben (altijd) betrekking op voorheen geleerde aspecten (op de training);
- In deze leeftijd is een visueel beeld erg belangrijk en spelers krijgen herkenning door situaties vaker te zien;
- De coach / trainer mag oplossingen aandragen voor foutieve keuzes, maar de voorkeur heeft sterk om de speler zelf eerst over mogelijke oplossingen na te laten denken.

4.4 JO13 pupillen

4.4.1 Leeftijdskenmerken

- Beginnen aan de groeispurt;
- Geven graag hun mening;
- Spelen steeds liever op een vaste positie. Dat geeft ze een gevoel van veiligheid;
- Krijgen graag individuele aandacht;
- Stellen hoge eisen aan zichzelf;
- Willen samenwerken. Het team wordt belangrijker;
- Hebben behoefte aan routine en structuur;
- Zijn doelgericht en wedstrijdgericht;
- Hebben een sterk gevoel voor rechtvaardigheid.

4.4.2 Belasting / Frequentie

Training:

- De JO13 teams trainen 2x per week met een tijdsduur van 60 tot 75 minuten;
- 11-jarigen hebben de ideale lichaamsverhoudingen. Ze spannen zich graag intens in. De coördinatie van 12-jarigen wordt houterig door snelle lichaamsgroei. Houd rekening met beperkte belastbaarheid;
- De keepers hebben 1x per week keeperstraining van 60 minuten.

Wedstrijden:

- Eén wedstrijd per week gedurende het seizoen.

4.4.3 Plezier / Prestatie

- De focus in deze leeftijdcategorie ligt op de ontwikkeling van spelers, dit wordt bereikt door leuke oefeningen en veel plezier te maken. Spelers ervaren plezier door doelen te bereiken (oefeningen die lukken, wedstrijden die gewonnen worden).
- De belangrijkste doelstelling blijft het ontwikkelen van de speler, dit kan tegenstrijdig zijn aan het focussen op wedstrijden winnen;
- De spelers hebben een duidelijk winnaarsgevoel en winnen draagt voor hen bij aan het plezier maken.

4.4.4 Wedstrijden

- Gun spelers vaste posities, maar rouleer af en toe nog door hen bijvoorbeeld één linie te laten opschuiven.
- Eén speler neemt de rol van keeper op zich.

4.4.5 Formatie en speelstijl

- In deze leeftijd wordt voor het eerst op een ‘groot’ veld gespeeld en daarmee automatisch 11 tegen 11 gespeeld;
- De formatie waarin deze teams spelen is een 1-4-3-3 of 1-3-4-3 formatie. Deze formatie zorgt voor de beste veldbezetting, mede omdat er ontzettend veel driehoeken gevormd kunnen worden;

- Er zijn de volgende uitgangspunten: aanvallend voetbal, proberen vroegtijdig de bal af te pakken, proberen man meer situaties te creëren, opbouw vanuit achteruit.

4.4.6 Trainingen

- Belangrijkste doelstellingen:
  - Het verbeteren van de techniek;
  - Leren omgaan met tactiek (omschakeling, samenwerken) en het leren van bepaalde taken.
- Trainingsaspecten aanval:
  - Omschakelen van verdedigen naar aanvallen;
  - Het positiespel in de opbouw;
  - Het dieptespel in de opbouw;
  - Het uitspelen van 1 tegen 1 situatie;
  - Het creëren en benutten van kansen vanuit een voorzet;
  - Het scoren.
- Trainingsaspecten verdedigen:
  - Omschakelen van aanvallen naar verdedigen;
  - Het storen en veroveren van de bal;
  - Het verdedigen van het dieptespel;
  - Het verdedigen van 1 tegen 1 situatie;
  - Het verdedigen wanneer de tegenstander een voorzet wil geven;
  - Het voorkomen van doelpunten.
- Laat spelers hun vaardigheden voordoen aan de groep en gebruik ze als voorbeeld bij een uitleg. Praat afzonderlijk met deze pupillen, trap even een balletje;
- Spelers tonen graag verantwoordelijkheid. Houd ze voor dat door goed samenwerken succes mogelijk is;
- Voer geleidelijk veranderingen door in de training. Stel continuïteit centraal, met ruimte voor verbeteringen en veranderingen;
- Het scoren van doelpunten en het voorkomen van tegendoelpunten betekent nog veel voor deze pupillen. Laat dit in alle oefen- en partijvormen voorkomen. Geef steeds duidelijk aan hoe beide partijen kunnen scoren, hoe er punten kunnen worden gehaald en zorg ervoor dat de stand wordt bijgehouden;
- Spelers kunnen wedstrijdgericht trainen en complexe voetbalsituaties overzien. Bied veel partijvormen aan;
- Het is de bedoeling dat de spelers zoveel mogelijk in beweging zijn en veel balcontacten krijgen.

4.4.7 Rol coach / trainer

- Positief coachen en stimuleren van plezier maken, lol hebben;
- Spelers worden zich meer bewust van de eigen kwaliteiten in verhouding tot die van medespelers en uit meer kritiek. Pas op met vergelijkingen onderling. Stel niemand als negatief voorbeeld. Ook jij kunt onder vuur komen liggen. Vraag de pupillen na afloop van elke training wat ze er wel en niet leuk aan vinden en waarom;
- De onzekerheid over eigen prestaties neemt toe. Tegelijk spiegelen deze jongeren zich aan onbereikbare, beroemde idolen. Geef positieve feedback op concrete acties voor meer zelfvertrouwen. Kinderen moeten zich succesvol voelen om dingen te willen herhalen en dingen uit te proberen. Bouw op succesvolle pogingen;

- Alle kinderen houden ervan als dingen eerlijk zijn. Stel hoge verwachtingen, maar wees consequent. Zorg ervoor dat persoonlijke situaties en humeur geen effect hebben op je gedrag.

4.5 JO15

4.5.1 Leeftijdskenmerken

- De groeispurt gooit alles in de war. Meest in het oog springende ontwikkeling bij JO15-spelers is de versnelde lichaamsgroei – en bijkomende verwarring;
- Kritiek en zelfkritiek. Bij de JO15-spelers neemt de (reeds aanwezige) kritiek op de eigen prestatie verder toe, alsmede de kritiek op anderen. Het vermogen tot onafhankelijk oordelen groeit, een meer doordachte, eigen mening ontwikkelt zich. 'Coach, we moeten echt eens met drie spitsen spelen, we hebben er de spelers voor;
- Verantwoordelijkheid. Spiegelden spelers zich als JO13-speler nog in hoge mate aan idolen aan de top, nu vergelijken ze zich meer realistisch met medespelers. Tekenen van volwassenheid dienen zich aan. Ze houden meer rekening met anderen;
- Eigen basistaken. De toegenomen zelfkritiek en verantwoordelijkheid uiten zich in de toegewijde manier waarop JO15 spelers zich storten op de basistaken die behoren bij hun posities in het veld. Taken worden onderling ook beter verdeeld. Twee of drie verdedigers houden zich niet zo vaak meer bezig met dezelfde aanvaller van de tegenpartij;
- Leerdoel: afstemming tussen taken. Leerden JO13-speler welke taken bij welke positie horen, JO15 spelers stemmen die taken onderling beter af. Niet alleen binnen een linie, maar ook tussen de linies.

4.5.2 Belasting / Frequentie

Training:

- De JO15 teams trainen 2x per week met een tijdsduur van 75 - 90 minuten;
- Ze spannen zich graag intens in. De coördinatie van 14-jarigen wordt onhandiger door snelle lichaamsgroei. Houd rekening met beperkte belastbaarheid;
- De keepers hebben 1x per week keeperstraining van 60 minuten.

Wedstrijden:

- Eén wedstrijd per week gedurende het seizoen.

4.5.3 Plezier / Prestatie

- De focus in deze leeftijdcategorie ligt op de ontwikkeling van spelers, dit wordt bereikt door leuke oefeningen en veel plezier te maken. Spelers ervaren plezier door doelen te bereiken (oefeningen die lukken, wedstrijden die gewonnen worden).
- De belangrijkste doelstelling blijft het ontwikkelen van de speler, dit kan tegenstrijdig zijn aan het focussen op wedstrijden winnen;
- De spelers hebben een duidelijk winnaarsgevoel en winnen draagt voor hen bij aan het plezier maken.

4.5.4 Wedstrijden

- Gun spelers vaste posities, maar rouleer af en toe nog door hen bijvoorbeeld één linie te laten opschuiven.
- Eén speler neemt de rol van keeper op zich.

4.5.5 Formatie en speelstijl

- De formatie waarin deze teams spelen is een 1-4-3-3 of 1-3-4-3 formatie. Deze formatie zorgt voor de beste veldbezetting, mede omdat er ontzettend veel driehoeken gevormd kunnen worden;
- Er zijn de volgende uitgangspunten: aanvallend voetbal, hoog druk zetten, (snelle) omschakeling, spelen met vleugelspelers, opbouw vanuit achteruit, man meer situaties creëren.

4.5.6 Trainingen

- Belangrijkste doelstellingen:
  - Het verbeteren van de techniek;
  - Leren omgaan met tactiek (omschakeling, samenwerken) en het verder trainen van afspraken en taken.
- Trainingsaspecten aanval:
  - Omschakelen van verdedigen naar aanvallen;
  - Het positiespel in de opbouw;
  - Het dieptespel in de opbouw;
  - Het uitspelen van 1 tegen 1 situatie;
  - Het creëren en benutten van kansen vanuit een voorzet;
  - Het scoren.
- Trainingsaspecten verdedigen:
  - Omschakelen van aanvallen naar verdedigen;
  - Het storen en veroveren van de bal;
  - Het verdedigen van het dieptespel;
  - Het verdedigen van 1 tegen 1 situatie;
  - Het verdedigen wanneer de tegenstander een voorzet wil geven
  - Het voorkomen van doelpunten;
- Het is de bedoeling dat de spelers zoveel mogelijk in beweging zijn en veel balcontacten krijgen.

4.5.7 Rol coach / trainer

- Positief coachen en stimuleren van plezier maken, lol hebben;
- Het coachen op de belangrijkste leerdoelen, niet te veel bezig zijn met winnen en presteren;
- Concentreren op het leerproces waarin spelers zich individueel bevinden. Pas vanaf JO17 kunnen teamprestaties verwacht worden.

4.6 JO17

4.6.1 Leeftijdskenmerken

- Explosieve lichaamsgroei. Meisjes zijn rond hun vijftiende uitgegroeid, jongens groeien in de lengte nog even door. Ook worden ze breder nu, maar niet altijd sterker. Ze ervaren minder controle over hun ledematen. Daarbij puberen ze volop. Ze kunnen lusteloos zijn, onredelijk, humeurig. Wel is voor jongens winnen belangrijker dan ooit. Meisjes kunnen winst en verlies beter relativeren;
- Spelers in deze leeftijdscategorie vergelijken zichzelf constant met hun omgeving. In de kleedkamer schamen sommigen zich voor hun lichaam. Vooral in teams waar presteren erg belangrijk is, kunnen spelers hun belangstelling voor voetbal kwijtraken;
- Fanatisme en overmoed. Spelers willen zichzelf bewijzen;
- Spelers wagen zich vaak aan acties die voor het team weinig rendement hebben.
  Bij spelers in deze leeftijd is het besef van teamtaken, taken per linie en van elke positie inmiddels op hoofdlijnen aanwezig. Het gaat erom dat spelers hun handelingen op elkaar afstemmen en dat dit bijdraagt aan het winnen van de wedstrijd;
- Spelers in deze leeftijdscategorie gaan 'leren' winnen, vanaf nu leren ze als team te presteren.

4.6.2 Belasting / Frequentie

Training:

- De JO17 teams trainen 2x per week met een tijdsduur van 75 - 90 minuten.
- De keepers hebben 1x per week keeperstraining van 60 minuten.

Wedstrijden:

- Eén wedstrijd per week gedurende het seizoen.

4.6.3 Plezier / Prestatie

- De focus in deze leeftijdcategorie ligt op de ontwikkeling van spelers en het team.
- De belangrijkste doelstelling blijft het ontwikkelen van de speler, dit kan tegenstrijdig zijn aan het focussen op wedstrijden winnen;
- De spelers hebben een duidelijk winnaarsgevoel en winnen draagt voor hen bij aan het plezier maken.

4.6.4 Wedstrijden

- Gun spelers vaste posities, maar rouleer af en toe nog door hen bijvoorbeeld één linie te laten opschuiven.
- Eén speler neemt de rol van keeper op zich.

4.6.5 Formatie en speelstijl

- De formatie waarin deze teams spelen is een 1-4-3-3 of 1-3-4-3 formatie. Deze formatie zorgt voor de beste veldbezetting, mede omdat er ontzettend veel driehoeken gevormd kunnen worden;

- Er zijn de volgende uitgangspunten: aanvallend voetbal, hoog druk zetten, spelen met vleugelspelers, opbouw vanuit achteruit.

4.6.6 Trainingen

- Belangrijkste doelstellingen:
  - Het verbeteren van de techniek;
  - Leren omgaan met tactiek (omschakeling, samenwerken) en het verder trainen van afspraken en taken in teamverband.
- Trainingsaspecten aanval:
  - Omschakelen van verdedigen naar aanvallen;
  - Het positiespel in de opbouw;
  - Het dieptespel in de opbouw;
  - Het uitspelen van 1 tegen 1 situatie;
  - Het creëren en benutten van kansen wanneer de achterlijn wordt gehaald;
  - Het scoren.
- Trainingsaspecten verdedigen:
  - Omschakelen van aanvallen naar verdedigen;
  - Het storen en veroveren van de bal;
  - Het verdedigen van het dieptespel;
  - Het verdedigen van 1 tegen 1 situatie;
  - Het verdedigen wanneer de tegenstander een voorzet wil geven;
  - Het voorkomen van doelpunten.
- Het is de bedoeling dat de spelers zoveel mogelijk in beweging zijn en balcontacten krijgen.

.

4.6.7 Rol coach / trainer

- Positief coachen en stimuleren van plezier maken, lol hebben;
- Zorg voor een veilige omgeving waar iedereen zoveel mogelijk zichzelf kan zijn. Voor de onopvallende speler, maar vergeet ook de grote mond niet – zijn gedrag is een uiting van onzekerheid;
- Het tempo op het veld ligt plotseling zeer hoog en er wordt overdreven scherp gedekt. Onbesuisde slidings, misplaatste trap buitenkantje voet, explosieve reacties op een beslissing van de scheids. Iedereen schreeuwt. We moeten elkaar toch coachen? Wees duidelijk en consequent in hetgeen jij op en rond het veld toestaat;
- Coach niet meer in algemeenheden. Spelers mogen individueel aangesproken worden zolang iedereen zich in de groep veilig blijft voelen;
- Spelers streven meer dan voorheen een gezamenlijk doel na. Begeleid ze hierin door de spelers te leren hoe ze als team op dezelfde wijze kenmerkende spelsituaties kunnen interpreteren en daar adequaat op kunnen reageren.

4.7 JO19

4.7.1 Leeftijdskenmerken

- Breder, atletischer en ook geestelijk zijn ze evenwichtiger;
- Spelers in deze leeftijdscategorie hebben een duidelijke eigen mening en willen het gesprek aangaan;
- Leeftijd waarop vele keuzes gemaakt worden, school/studie, sociale aspecten, sport;
- Spelers hebben zich vaak gevormd op een bepaalde positie en willen zich daarin doorontwikkelen.

4.7.2 Belasting / Frequentie

Training:

- De JO19 teams trainen 2x per week met een tijdsduur van 75 - 90 minuten;
- De keepers hebben 1x per week keeperstraining van 60 minuten.

Wedstrijden:

- Eén wedstrijd per week gedurende het seizoen.

4.7.3 Plezier / Prestatie

- De focus in deze leeftijdcategorie ligt op de ontwikkeling van spelers en het team.
- De belangrijkste doelstelling blijft het ontwikkelen van de speler, dit kan tegenstrijdig zijn aan het focussen op wedstrijden winnen;
- De spelers hebben een duidelijk winnaarsgevoel en winnen draagt voor hen bij aan het plezier maken.

4.7.4 Wedstrijden

- Gun spelers vaste posities, maar rouleer af en toe nog door hen bijvoorbeeld één linie te laten opschuiven.
- Eén speler neemt de rol van keeper op zich.

4.7.5 Formatie en speelstijl

- Er wordt in een 1-4-3-3 formatie gespeeld waarbij de trainer/coach keuzes maakt over de positionele invulling hiervan;
- Er zijn de volgende uitgangspunten: aanvallend voetbal, hoog druk zetten, spelen met vleugelspelers, opbouw vanuit achteruit.

4.7.6 Trainingen

Bij deze leeftijdscategorie wordt er minder getraind op techniek dan bij de JO17 teams, maar wordt de nadruk meer gelegd op de tactische training, fysieke training en mentale training.

Techniektraining:

- Nog steeds een wezenlijk onderdeel van de trainingen. Het trainen hiervan zit hem vaak in combinatie met tactische training. Vaak zijn de trainingsvormen wedstrijdgerelateerd en onder weerstand.

Tactische training:

- Het trainen van wedstrijdgerelateerde aspecten waarbij samenwerking tussen spelers belangrijk is. Eigenlijk geldt telkens de vraag: wie (welke speler op welke positie) doet wat (lopen, passen, verdedigen, schieten etc.) op welk moment (bij balverlies, bij balverovering, als een medespeler de bal krijgt etc.)?

Fysieke training:

- Op deze leeftijd wordt het fysieke een belangrijker onderdeel. Te trainen eigenschappen zijn:
    - Conditie;
    - Sprint;
    - Motoriek;
    - Wendbaarheid;
    - Stabiliteit.

Mentale training:

- Stimuleren om wedstrijden spelen om ze te winnen;
- Stimuleren om het hoogste uit zichzelf te halen, zowel op training als wedstrijd.

4.7.7 Rol coach / trainer

- Positief coachen en stimuleren van plezier maken, lol hebben;
- Wedstrijdechte situaties op training terug laten komen;
- Spelers fysiek en tactisch goed voorbereiden;
- Ze zelf problemen laten oplossen, ondersteunen waar nodig.

5 Tot slot

Heb je vragen of suggesties voor verbetering? Neem contact op met het voetbalbestuur of de coördinatoren. Samen zorgen we ervoor dat we met veel plezier kunnen voetballen bij SC Klarenbeek.