

# Presentatie



Handvaten voor de Jeugdtrainer MVC'19



Handreiking

**In deze presentatie vinden de jeugdleiders van MVC'19 een handreiking van de Technisch commissie hoe de werkwijze is bij onze jeugdafdeling**

**Inhoud**



# Handvaten voor de Jeugdtrainer MVC'19



### Organisatie

Training organiseren :

Waar moet je aan denken bij het geven van jeugdtraining ?

Rekening houden met:

- Aantal spelers;
- Beschikbare ruimte
- materialen en tijd;
- Weersgesteldheid;
- Kwaliteiten, motivatie en leeftijdskenmerken van de spelers.

# Waar kun je oefenstof vinden: Feeton

De Training-  
Planner





# Waar vinden we de oefenstof waar vinden we de juiste opbouw van de Training



### VOORBEREIDING :

Wat ga ik doen?

Welke materialen heb ik nodig?

Welke vormen ga ik gebruiken?

Welke aanwijzingen kan ik daarbij geven?

De training op papier zetten is altijd handig.

Voor oefenstof of vragen met betrekking tot de trainingen kunt u vinden in de Leerlijnen visie op jeugdvoetbal MVC,19

Voor vragen kun je bij de Technisch jeugdcoördinator terecht



# Vuistregels van een training voor jeugdtrainer en leiders



De hele training zoveel mogelijk met de bal, ook de warming up.

(start bijvoorbeeld met dribbeloefeningen in een vierkant ,  
Coerver /Cock van Dijk technieken)

Streef altijd naar zoveel mogelijk balcontacten.

Werk met kleine afstanden (zeker bij JO13 -JO11- JO10- JO9- JO8 -JO7 )

(Voetbal)plezier en (Voetbal)beleving staan voorop.

Geen filevorming, dat wil zeggen geen lange rijen.

Praatje, plaatje, daadje ( korte uitleg, voordoen (of laten doen)

Zo snel mogelijk starten.



# Vuistregels van een training voor jeugdtrainer en leiders



## DE JEUGDLEIDER

Tussen de onderdelen door ook opdrachten geven (hooghouden, trucjes)

Houd de oefeningen en vormen simpel.

Herhaal vaak dezelfde vormen en oefeningen tijdens het seizoen.

Niet alleen bezig houden, maar ook proberen dingen aan te leren.

Spelers altijd met de voeten aan de bal (niet in de handen pakken, keeper uitgezonderd)

Trainers niet (altijd) zelf meedoen met "partijtje".

Plezier en voetballend bezig zijn kunnen perfect samen gaan.



## De praktijk op de trainingsavond



# DE JEUGDLEIDER

Ben zelf op tijd aanwezig, materiaal meenemen en evt. verlichting aanmaken in kleine kamer om de hoofdingang .  
(In het schakel kastjes zitten de schakelaars);

Ben collegiaal naar je collega leiders die niet altijd op tijd aanwezig kunnen zijn i.v.m. werk.

Verdeel de materialen en beschikbare veldruimte voor alle teams samen.  
(Neem niet meer ballen dan dat er spelers aanwezig zijn op de training.)

Alles klaar zetten voor de training, zodat je op tijd kunt starten.  
Zet de doelen **ALTIJD** vast met de metalen pinnen ;



## De praktijk op de trainingsavond



### BELANGRIJK

Denk na over je organisatie.

Zet bijv. de doeltjes + speelveld klaar voor de partij en doe je oefeningen binnen het speelveld.

Dan heb je weinig tijdverlies;

Ben je met z'n tweeën, verdeel evt. de groep en coach beiden een onderdeel.

Na een kwartier wisselen van groep.

Geeft grote voordelen omdat de concentratie bij de kinderen afneemt, maar ze dan net weer een nieuwe vorm krijgen;

Wees zelf actief tijdens de training, enthousiast, juich en schep beleving door een zeer actieve houding;



## De praktijk op de trainingsavond



Loopt een oefening ten einde laat je collega trainer (indien aanwezig) dan de nieuwe oefening vast klaar zetten, wanneer dat nog niet is gebeurd.

Dan kun je direct door.

Zorg voor tempo in je training.

Niet te veel kletsen, maar met de bal aan de gang.



## De praktijk op de trainingsavond



Jouw houding voor de groep is heel belangrijk!!

Coach positief en geef veel complimenten.

Communiceer op kind niveau en let op woordgebruik.

Schelden is uit den boze!!!

Luister ook hoe collega trainers communiceren en leer van elkaar.



## De praktijk op de trainingsavond



Kijk de spelers aan, eventueel op ooghoogte.

Ga zelf bij uitleg met je gezicht in de zon staan, houdt spelers in het zicht .

Praat en coach met de wind mee, indien mogelijk.

Vertel niet alleen het “hoe” van de oefening maar ook het “waarom”.

Vermijd ellenlange verhalen. Gebruik gebaren en mimiek.

Wees consequent in je afspraken, ook wat betreft sociaal gedrag.



## De praktijk op de trainingsavond



Toon belangstelling voor de verhalen van de kinderen.

Zorg voor een goed contact met de ouders.

Pas je oefenstof aan, aan de leeftijd en niveau van de groep.  
(Zie document “Kenmerken ..-Jeugd”)

Na afloop altijd even kort de groep bij elkaar en de training afsluiten.

Samen met de spelers materialen verzamelen en alles terugbrengen.

Zet de doelen terug op de daarvoor aangegeven plaatsen, en houd toezicht.

Begeleid de spelers ook na afloop naar en in het kleedlokaal.

Niet roken voor, tijdens en na de training als de kinderen aanwezig zijn.



**Dit was in het kort  
omschreven  
Over de organisatie  
van de Technische  
commissie**