



SPORTCLUB N.E.C

Bijlage 1

Voetbaltechnische uitwerking Jeugdopleiding

Voetbaltechnische uitwerking Jeugdopleiding



SPORTCLUB N.E.C

Inhoudsopgave

1 Inleiding.....	3
2 Indeling jeugdopleiding.....	3
3 Invulling coördinatie jeugdopleiding.....	3
4 Speelstijl.....	3
5 Spelprincipes.....	3
5.1 Algemene principes.....	4
5.2 Verdedigen.....	4
5.3 Omschakelen van verdedigen naar aanvallen.....	4
5.4 Aanvallen.....	4
5.5 Omschakelen van aanvallen naar verdedigen.....	5
6 Spelherhvattingen.....	5
6.1 Hoekschoppen.....	5
6.2 Vrije trappen.....	5
7 Spelsituaties.....	5
7.1 Voorsprong verdedigen.....	5
7.2 Achterstand goedmaken.....	6
8 Spelprincipes per leeftijdsfase.....	6
8.1 Verdedigen.....	6
8.2 Omschakelen van verdedigen naar aanvallen.....	7
8.3 Aanvallen.....	8
8.4 Omschakelen van aanvallen naar verdedigen.....	8

NIJMEGEN
SINCE 1900

Voetbaltechnische uitwerking Jeugdopleiding



1. Inleiding

Sportclub N.E.C. heeft de ambitie om zich binnen een straal van 30 kilometer te positioneren als een herkenbare en toonaangevende jeugdopleiding, waarin spelers en speelsters gericht worden opgeleid om uit te komen op een niveau tussen de hoofdklasse en de tweede klasse, en waar talentvolle meiden vanaf de MO17 worden voorbereid op divisievoetbal.

Binnen deze prestatieve ambitie blijft plezier in het voetbal een essentiële voorwaarde. Gedurende de gehele jeugdopleiding staat de ontwikkeling van het individu centraal, waarbij sportieve uitdaging, persoonlijke groei en spelplezier in balans worden nagestreefd, ongeacht het uiteindelijke speelniveau.

2. Indeling jeugdopleiding

We kunnen spreken van een gezamenlijke opleiding welke ieder tot een ander einddoel leidt. Onze is bedoeld om spelers op te leiden welke hun leven lang (of in ieder geval zo lang mogelijk,) deel zullen uit maken van de vereniging Sportclub N.E.C. en dus als senior zullen spelen in een van onze elftallen. Daarnaast is onze meiden jeugd opleiding er uiteraard voor bedoeld om onze "Nijmeegse" meiden op te leiden om in onze Vrouwen 1 te kunnen spelen.

3. Invulling coördinatie jeugdopleiding

Een grote jeugdopleiding vraagt ook een gestructureerde aansturing, waarbij belangrijk is dat alle lijnen zo kort mogelijk zijn en we er daadwerkelijk voor zorgen dat er voldoende aandacht is voor de trainers, stafleden, spelers en ouders. Hierbij moet ook in ogenschouw worden genomen dat een overleg zo efficiënt mogelijk moet zijn. Als we puur kijken naar de organisatie structuur is het simpel om te zeggen dat er 3 personen verantwoordelijk zijn voor het reilen en zeilen:

- Hoofd opleiding
- Coördinator jeugdafdeling pupillen (onderbouw)
- Coördinator jeugdafdeling jeugd (midden- bovenbouw)

4. Speelstijl

Sportclub N.E.C. hanteert binnen de jeugdopleiding een herkenbare en prestatiegerichte speelstijl die aansluit bij de ambitie om jeugdteams structureel te laten uitkomen op een niveau tussen de hoofdklasse en de tweede klasse en om meiden vanaf de MO17 op te leiden richting divisieniveau. Deze speelstijl is gebaseerd op duidelijke kernwaarden en vormt de rode draad binnen de gehele jeugdopleiding.

Binnen deze speelwijze staat samenspel centraal en wordt iedere speler en speelster als gelijkwaardig onderdeel van het team beschouwd. Respect voor elkaar, teamgevoel en gezamenlijke verantwoordelijkheid vormen de basis, waarbij spelers leren om samen te strijden voor ontwikkeling en resultaat. Tegelijkertijd wordt nadrukkelijk gewerkt aan het ontwikkelen van goede technische vaardigheden, spelintelligentie en durf in balbezit.

Sportclub N.E.C. streeft naar verzorgd en herkenbaar voetbal, waarbij van achteruit wordt opgebouwd en het initiatief zoveel mogelijk bij het eigen team ligt. Jeugdteams worden gestimuleerd om te voetballen op de helft van de tegenstander en het spel te domineren, passend bij het prestatieve niveau waarop de vereniging zich wil positioneren. Deze speelstijl bereidt jeugdspelers structureel voor op voetbal op hoog amateurniveau en vormt daarmee een essentieel onderdeel van de opleidingsvisie van Sportclub N.E.C.

5. Spelprincipes

Sportclub N.E.C. hanteert binnen de jeugdopleiding een herkenbare en toekomstgerichte speelwijze die aansluit bij de ambitie om jeugdteams structureel te laten

Voetbaltechnische uitwerking Jeugdopleiding



uitkomen op een niveau tussen de hoofdklasse en de tweede klasse en om meiden vanaf de MO17 op te leiden richting divisieniveau.

De onderstaande spelprincipes vormen het fundament van deze opleidingsvisie en zijn gericht op het ontwikkelen van spelintelligentie, technische vaardigheid, fysieke weerbaarheid en mentale weerbaarheid. De toepassing van deze principes is leeftijds- en ontwikkelingsgericht: in de onderbouw ligt de nadruk op leren en ontdekken, in de middenbouw op herkennen en toepassen en in de bovenbouw op uitvoeren onder wedstrijdweerstand. In alle leeftijdscategorieën staat ontwikkeling boven resultaat, waarbij winnen wordt gezien als mogelijk gevolg van goed opleiden.

SPORTCLUB N.E.C

Deze voetbalwaarden in combinatie met de strijdwijze zijn kenmerkend voor Sportclub N.E.C. Dit willen we onze jeugd meegeven en komt terug als kern gedurende de gehele jeugdopleiding.

5.1 Algemene principes

Binnen Sportclub N.E.C. krijgen spelers en speelsters ruimte voor eigen initiatief en creativiteit binnen het aanvallen, verdedigen en omschakelen. Spelers worden gestimuleerd om actief mee te denken en oplossingen te zoeken binnen spelsituaties, passend bij hun leeftijd en ontwikkelingsfase. Iedere speler is voortdurend betrokken bij alle spelfases, waarbij pro activiteit en verantwoordelijkheid voor het team centraal staan. Het herkennen en benutten van zwaktes van de tegenstander maakt nadrukkelijk onderdeel uit van het spelinzicht dat binnen de opleiding wordt ontwikkeld.

Ter ondersteuning van dit ontwikkelproces maakt Sportclub N.E.C. gebruik van het opnemen van wedstrijden en trainingsvormen met een camerasysteem. Deze beelden worden primair ingezet als educatief hulpmiddel binnen de opleiding, waarbij reflectie, spelinzicht en individuele ontwikkeling centraal staan. Door situaties gezamenlijk terug te kijken en te bespreken, leren spelers hun eigen keuzes en handelingsnelheid beter te begrijpen. Het gebruik van videobeelden is nadrukkelijk gericht op het leerproces van de speler en niet op resultaatgericht beoordelen, en vormt daarmee een waardevolle aanvulling op de begeleiding binnen de jeugdopleiding.

5.2 Verdedigen

Sportclub N.E.C. streeft naar een actieve en georganiseerde manier van verdedigen, waarbij het veld compact wordt gehouden in zowel lengte als breedte. Spelers hanteren een actieve verdedigingshouding en zijn voorbereid om door te dekken, af te stappen of druk te zetten wanneer de situatie daar om vraagt. Afhankelijk van de spelsituatie wordt gekozen voor mandekking bij directe druk op de bal of voor het verdedigen van ruimtes wanneer die druk ontbreekt.

De ploeg zet, waar passend bij leeftijd en niveau, hoog druk en speelt met agressieve pressie, waarbij wordt gevarieerd in hoogte en intensiteit. De tegenstander wordt zoveel mogelijk naar de zijkanten gedwongen, terwijl de as compact wordt gehouden. In ondertal ligt de nadruk op het vertragen van het spel en het organiseren van de verdediging, met als doel controle te behouden.

5.3 Omschakelen van verdedigen naar aanvallen

Na balverovering wordt, indien mogelijk, direct de diepte gezocht om te profiteren van een ongeorganiseerde tegenstander. Wanneer een snelle aanval niet mogelijk is, kiest de ploeg bewust voor balbezit en positieospel om controle te houden over het spel. Door loopacties in de diepte wordt voortdurend dreiging gecreëerd, passend bij het opleidingsniveau en het spelinzicht van de spelers.

5.4 Aanvallen

In balbezit streeft Sportclub N.E.C. naar verzorgd en doelgericht aanvalsspel. Er wordt gekozen voor diepte waar het kan en voor breedte of terugspelen waar nodig, met als doel het creëren van ruimte en tijd. Spelers leren het herkennen en benutten van derde-man-situaties en werken in driehoekjes om onder druk uit te spelen.

Voetbaltechnische uitwerking Jeugdopleiding



SPORTCLUB N.E.C

Binnen het aanvalsspel wordt actief gezocht naar 1-tegen-1- en 2-tegen-1-situaties en het creëren van een numeriek overtal, dat vervolgens wordt uitgespeeld. Het veld wordt groot gehouden in zowel diepte als breedte en er zijn altijd spelers die voor diepgang zorgen. Deze principes dragen bij aan het ontwikkelen van spel-intelligentie en besluitvorming op het niveau dat hoort bij hoofdklasse- en divisievoetbal.

5.5 Omschakelen van aanvallen naar verdedigen

Na balverlies wordt direct druk op de bal gezet om een snelle tegenaanval te voorkomen. Spelers zorgen ervoor dat de bal niet direct diep kan worden gespeeld en herstellen zo snel mogelijk hun positie. Bij direct gevaar sluit het team compact aan en wordt de as dicht gehouden. In ondertal ligt de nadruk op vertragen en organiseren, zodat de verdedigende structuur zo snel mogelijk kan worden hersteld.

6 Spelhervattingen

Binnen de jeugdopleiding van Sportclub N.E.C. worden spelhervattingen bewust en doelgericht uitgevoerd, passend bij het gewenste prestatieve niveau. Zowel aanvallend als verdedigend wordt hierbij gewerkt vanuit duidelijke afspraken en verantwoordelijkheden, waarbij spelintelligentie, organisatie en discipline centraal staan.

6.1 Hoekschoppen

Bij aanvallende hoekschoppen worden spelers met lengte en kopkracht actief betrokken in het strafschoopgebied om doelgevaar te creëren. Tegelijkertijd wordt zorgvuldig omgegaan met risico's en worden onnodige overtredingen vermeden. Bij verdedigende hoekschoppen keren spelers met lengte tijdig terug om bij te dragen aan de organisatie, wordt de eerste paal afgedekt en ligt de nadruk op resoluut en gecontroleerd uitverdedigen.

6.2 Vrije trappen

Aanvallende vrije trappen worden, waar mogelijk, snel genomen om te profiteren van een ongeorganiseerde tegenstander en om kansrijke situaties te creëren. Tegelijkertijd wordt van spelers verwacht dat zij bewuste keuzes maken en de situatie correct inschatten. Bij verdedigende vrije trappen ligt de focus op het innemen van een goede uitgangspositie en het voorkomen van kansrijke situaties voor de tegenstander door adequate organisatie en alert handelen.

7 Spelsituaties

Binnen de jeugdopleiding van Sportclub N.E.C. worden spelers en speelsters opgeleid om bewust en gecontroleerd om te gaan met verschillende wedstrijdssituaties. Afhankelijk van het wedstrijdverloop wordt van teams verwacht dat zij tactisch volwassen handelen, met behoud van de herkenbare speelstijl en uitgangspunten van de vereniging.

7.1 Voorsprong verdedigen

Wanneer een team een voorsprong verdedigt, ligt de nadruk op controle, organisatie en discipline. Verdedigend blijft het team compact en wordt resoluut uitverdedigd, waarbij onnodige overtredingen en risicovol spel worden vermeden. In de omschakeling van verdedigen naar aanvallen is de eerste keuze het vasthouden van de bal om aansluiting van medespelers mogelijk te maken. Indien deze optie niet beschikbaar is, wordt gezocht naar diepte, bij voorkeur in de hoeken van het veld.

In aanvallend opzicht wordt de restverdediging bewaakt, zowel op het middenveld als in de laatste linie, om counters te voorkomen. De bal wordt voorin vastgehouden zodat andere linies kunnen aansluiten. Bij balverlies schakelt het team direct om door druk op de bal te zetten en een mogelijke counter te voorkomen, waarbij spelers bereid zijn terug te sprinten om de organisatie te herstellen.



7.2 Achterstand goedmaken

Wanneer een team een achterstand moet goedmaken, blijft het uitgangspunt om georganiseerd en volgens de teamtaken te blijven spelen. Aanvallend wordt gezocht naar het creëren van overtalssituaties, onder andere door overlappende backs en het benutten van de vleugels. Door de flanken bezet te houden en snelle voorzetten te geven, wordt druk op de tegenstander opgevoerd. Het tempo in de balcirculatie ligt hoog om ruimtes te creëren en de tegenstander te dwingen tot fouten.

Bij balverlies schakelt het team direct om door druk te zetten en counters te voorkomen, waarbij ook in deze situatie terug gesprint wordt om de verdedigende organisatie te herstellen. Verdedigend wordt de tegenstander direct vastgezet, eventueel door 1-tegen-1 door te schuiven en door actief door te jagen op de keeper. Onnodige overtredingen worden vermeden, maar in de eindfase van de wedstrijd kan bij spelhervattingen bewust worden gekozen voor het aansluiten van een extra speler in aanvallende zones.

In de omschakeling van verdedigen naar aanvallen wordt primair gezocht naar diepte, bij voorkeur via de hoeken. Indien deze mogelijkheid ontbreekt, wordt bewust rust in het spel gebracht door balbezit te behouden en het juiste moment af te wachten om opnieuw aan te vallen.

8 Spelprincipes per leeftijdsfase

Om de ontwikkeling van spelers en speelsters structureel en doelgericht vorm te geven, werkt Sportclub N.E.C. binnen de jeugdopleiding met leeftijdsspecifieke spelprincipes. De onderstaande tabellen geven per leeftijdsfase inzicht in welke tactische en spelinhoudelijke accenten centraal staan binnen het verdedigen, aanvallen en omschakelen. De opbouw van deze principes is bewust gefaseerd: in de jongere leeftijdscategorieën ligt de nadruk op basisvaardigheden, spelplezier en het herkennen van eenvoudige spelsituaties, terwijl in de oudere leeftijdsgroepen steeds meer complexiteit, intensiteit en tactisch inzicht wordt gevraagd.

De aangegeven accenten per leeftijdscategorie sluiten aan bij de ontwikkelingsfase van de speler en vormen gezamenlijk een doorgaande leerlijn binnen de jeugdopleiding. Hiermee wordt toegewerkt naar de ambitie van Sportclub N.E.C. om jeugdteams structureel te laten uitkomen op een niveau tussen de hoofdklasse en de tweede klasse en om meiden vanaf de MO17 op te leiden richting divisieniveau. De tabellen dienen als richtlijn voor trainers bij het plannen van trainingen en het coachen van wedstrijden, waarbij ontwikkeling altijd leidend blijft boven resultaat.

8.1 Verdedigen

Binnen de jeugdopleiding van Sportclub N.E.C. wordt verdedigen gezien als een collectieve verantwoordelijkheid waarin organisatie, intensiteit en samenwerking centraal staan. De verdedigende principes worden leeftijds- en ontwikkelingsgericht aangeleerd, waarbij spelers stap voor stap worden voorbereid op de eisen die horen bij voetbal op hoofdklasse-, tweede klasse- en divisieniveau.

In de jongere leeftijdsfases ligt de nadruk op het herkennen van verdedigende situaties en het ontwikkelen van een actieve houding, terwijl in de oudere leeftijdsgroepen steeds meer aandacht wordt besteed aan pressie, positionering en het maken van tactische keuzes.

De onderstaande tabel geeft per leeftijdsfase weer welke verdedigende accenten centraal staan en vormt een leidraad voor trainers bij het structureren van trainingen en het coachen van wedstrijden, met als doel spelers en speelsters op te leiden tot complete en verantwoord verdedigende teamspelers.



Leeftijd fase	09	010	011	012	013	015	017	019	020
- Wij maken het veld klein		X	X	X	X	X	X	X	X
- Actieve verdedigingshouding; klaar staan om te pressen, doordekken of af te stappen						X	X	X	X
- Wij verdedigen op de man als er druk op de (speler met) bal is					X	X	X	X	X
- Wij verdedigen de ruimtes als er geen druk op de (speler met) bal is					X	X	X	X	X
- Wij zetten hoog druk / Wij spelen agressieve pressie, variërend in hoogte					X	X	X	X	X
- Wij dwingen de tegenstander naar de zijkant en houden de bal daar tijdens het druk zetten				X	X	X	X	X	X
- Wij houden de tegenstander op als wij in ondertal staan				X	X	X	X	X	X
- Wij houden de as dicht en dwingen de tegenstander naar de zijkant						X	X	X	X

8.2 Omschakelen van verdedigen naar aanvallen

Binnen de jeugdopleiding van Sportclub N.E.C. vormt de omschakeling van verdedigen naar aanvallen een essentieel onderdeel van het opleidingsproces. Spelers en speelsters worden geleerd om na balverovering snel te herkennen of er direct voordeel te behalen is, passend bij de intensiteit en dynamiek van voetbal op hoofdklasse-, tweede klasse- en divisieniveau. In de jongere leeftijdsfasen ligt de nadruk op het herkennen van omschakelmomenten en het maken van eenvoudige keuzes, terwijl in de oudere leeftijdsgroepen steeds meer wordt gewerkt aan snelheid van handelen, diepgang en het nemen van verantwoorde beslissingen onder druk.

De onderstaande tabel geeft per leeftijdsfase weer welke accenten centraal staan binnen deze omschakelfase. Trainers gebruiken deze richtlijnen om spelers stap voor stap te leren wanneer er direct diepte gezocht moet worden en wanneer het behouden van balbezit via positie spel de juiste keuze is. Door het aanleren van loopacties in de diepte en het creëren van dreiging na balverovering worden spelers voorbereid op een hoger prestatieniveau en een herkenbare speelwijze binnen de jeugdopleiding van Sportclub N.E.C.

Leeftijd fase	09	010	011	012	013	015	017	019	020
- Wij spelen zo snel mogelijk diep om te profiteren van de ongeorganiseerde situatie bij de tegenstander				X	X	X	X	X	X
- Wanneer het niet mogelijk is om snel een tegenaanval te creëren, spelen we positie spel om balbezit te houden				X	X	X	X	X	X
- Wij zorgen voor dreiging in de diepte door loopacties						X	X	X	X



8.3 Aanvallen

Binnen de jeugdopleiding van Sportclub N.E.C. wordt aanvallen gezien als een samen-spel van spelintelligentie, techniek en samenwerking. Spelers en speelsters worden opgeleid om in balbezit bewuste keuzes te maken en het initiatief te nemen, met als uitgangspunt het spel zoveel mogelijk op de helft van de tegenstander te spelen.

Deze aanvallende uitgangspunten sluiten aan bij de ambitie om jeugdteams structureel te laten uitkomen tussen de hoofdklasse en de tweede klasse en om meiden vanaf de MO17 op te leiden richting divisieniveau.

In de jongere leeftijdsfases ligt de focus op het herkennen van ruimte, 1-tegen-1-situaties en technische ontwikkeling. In de oudere leeftijdsgroepen verschuift de nadruk naar het creëren en uitspelen van overtalssituaties, het benutten van breedte en diepte en het herkennen van complexere spelsituaties. De onderstaande tabel geeft per leeftijdsfase de belangrijkste aanvallende accenten weer en dient als leidraad voor trainers bij training en coaching.

Leeftijdsfase	09	010	011	012	013	015	017	019	020
- Wij kiezen voor diepte waar het kan en voor breedte en eventueel voor terug als het moet		X	X	X	X	X	X	X	X
- Wij zoeken de derde man-situatie						X	X	X	X
- Wij creëren driehoekjes					X	X	X	X	X
- Wij creëren 1 tegen 1-situaties	X	X	X	X	X	X	X	X	X
- Wij creëren 2 tegen 1-situaties			X	X	X	X	X	X	X
- Wij creëren een overtal (minimaal plus één-situatie) en spelen deze uit				X	X	X	X	X	X
- Wij maken het veld groot	X	X	X	X	X	X	X	X	X
- Wij hebben altijd diepgaande spelers						X	X	X	X
- Wij willen een overtal creëren en uitspelen in de opbouw				X	X	X	X	X	X

8.4 Omschakelen van aanvallen naar verdedigen

De omschakeling van aanvallen naar verdedigen vormt een cruciaal onderdeel binnen de speelwijze van Sportclub N.E.C. Spelers en speelsters worden opgeleid om na balverlies direct te reageren en verantwoordelijkheid te nemen voor het teamresultaat. Deze fase vraagt om intensiteit, discipline en spelinzicht en is bepalend voor succes op een hoger amateurniveau en binnen divisievoetbal.

In de jongere leeftijdscategorieën ligt de nadruk op het herkennen van balverlies en het ontwikkelen van de bereidheid om terug te schakelen. In de oudere leeftijdsfases wordt steeds meer gevraagd van spelers om direct druk op de bal te zetten, passinglijnen af te sluiten en de as compact te houden om snelle counters van de tegenstander te voorkomen. De onderstaande tabel laat per leeftijdsfase zien welke accenten gelden binnen deze omschakelmomenten en ondersteunt trainers bij het aanleren van een collectieve en georganiseerde reactie na balverlies, passend bij de opleidingsvisie van Sportclub N.E.C.

Leeftijdsfase	09	010	011	012	013	015	017	020
- Wij houden de tegenstander op als we in ondertal staan	X	X	X	X	X	X	X	X
- Na balverlies is er altijd direct druk op de bal	X	X	X	X	X	X	X	X
- Wij zorgen dat de bal niet direct diep gespeeld kan worden door de tegenstander	X	X	X	X	X	X	X	X
- Bij direct gevaar sluiten houden wij de as dicht	X	X	X	X	X	X	X	X