



OPLEIDINGS

VISIE

PARTNERS

RCL JEUGD



VOORWOORD



Samen met verschillende betrokkenen is de opleidingsvisie van RCL opgesteld. Onze opleidingsvisie bij RCL draait om het stimuleren van nieuwsgierigheid, verantwoordelijkheid en het zelf ontdekken van oplossingen door spelers. We willen een fijne, uitdagende omgeving creëren voor alle leeftijdsgroepen, waarin spelers spelenderwijs kunnen experimenteren, oplossingen ontdekken en nieuwe ideeën krijgen. De komende jaren zullen we met beleid, besluiten en begeleiding van trainers deze visie realiseren.

Met deze visie denken we het beste aan te kunnen sluiten op de verschillende punten van de missie.

Onze missie:

- Een sportleven lang RCL!
- Spelen met plezier en passie op je eigen niveau
- Wij-gevoel tussen spelers, trainers, ouders en vrijwilligers
- Doorstromen naar RCL 1 (heren/vrouwen) of een ander RCL seniorenteam

Dit document is opgesteld voor zowel de jongens- als meidenafdeling, en is van toepassing op zowel de opleidingsteams en breedtesport.



RCLR



Een RCLR staat voor:

- Elke oefen- en wedstrijdvorm willen winnen
- Kunnen bijdrage in alle teamfuncties
- Lef en initiatief in het veld
- Onverstoorbaarheid
- Verantwoordelijkheid
- Sportiviteit

Tijdens de trainingen:

- Willen we zelf beter worden
- Denken in oplossingen en niet in problemen
- Nemen we zelf initiatief
- Hebben we plezier

Op de club:

- Gedragen we ons als echte RCLRS
- Durven we fouten te maken en komen we om te leren
- Werken we samen
- Dragen we zorg voor ons materiaal
- Tonen we respect op én naast het veld

We geven altijd 100%. Dat betekent alles op tempo, strak passen en alles geven in de duels



SPEELWIJZE



Bij RCL zorgen we ervoor dat onze speelstijl en principes overal terugkomen, van de O8 tot het eerste heren- of vrouwenteam. De O19-1 & MO20-1 spelen al bijna als het eerste elftal, zodat de overstap soepel verloopt. Voor de jongere teams houden we het simpel en stapsgewijs. Zo leren ze spelenderwijs dezelfde ideeën en bouwen we een consistente speelwijze op door alle leeftijden heen. Dit helpt spelers zich thuis te voelen in ons voetbal, ongeacht het team waarin ze spelen.

Voorkeursformaties

Binnen onze jeugdafdeling hanteren we de formaties 1:2:1:2 voor 6 tegen 6, 1:2:3:2 voor 8 tegen 8 en 1:4:3:3 voor 11 tegen 11.

Selectieteams mogen, in overleg met de HO, afwijken van deze formaties, zolang de spelprincipes centraal blijven staan. Het spelen in verschillende formaties draagt ook bij aan differentieel leren.



Speelstijl

Verzorgd

Naar voren gericht

Goed georganiseerd

Combinatiespel



SPEELWIJZE



Spelprincipes

O19								
O17								
O16								
O15								
O14								
O13								
O11								
O9								
O8								
Verdedigen	Midden dicht	Vooruit verdedigen	Onderlinge afstanden	Veld klein maken	Overtal creëren	Lange bal = 2e bal winnen	Passief verdedigen	Hoog drukzetten



SPEELWIJZE



Spelprincipes

019								
017								
016								
015								
014								
013								
011								
09								
08								
Aanvallen								
Door het midden								
Derde man								
Onderlinge afstanden								
Veld groot maken								
Baas over de bal								
Restverdediging								
Overtal creëren								
Lange bal = 2e bal winnen								





TRAINING

Opbouw van een standaardtraining

08 t/m 012

- Oefenvorm 1: warming up of activerende (niet-voetbal) spelvorm
- Oefenvorm 2: techniek – met en zonder weerstand
- Oefenvorm 3: partijvormen – 1:1/2:2/3:3 of 1:2/2:3
- Oefenvorm 4: grote partij – 3:3/4:4/5:5

Kleine groepjes – gelijkwaardige tegenstanders

Grote groep – gelijkwaardige teams maken

013 t/m 016

- Voorwaarden creëren waarin spelers kunnen leren
- Leren samenwerken tussen linies
- Individu ontwikkelen
- Team ontwikkelen

017 t/m 019

- Voorwaarden creëren waarin spelers kunnen leren
- Team tactisch trainen
- Individuele ontwikkeling
- Fysiek uitdagen
- Voetbalprobleem van de vorige wedstrijd verbeteren en zo goed als mogelijk (tactisch) voorbereiden op de- aankomende wedstrijd

Periodisering

In het voetbaltechnische leerplan wordt er het hele seizoen door gefocust op bepaalde thema's. Deze thema's worden meestal vier weken lang, minimaal 1 keer per week, extra benadrukt.

Het zorgt er ook voor dat alle teams binnen de opleiding met dezelfde onderwerpen bezig zijn, waardoor er een lijn en samenhang in de jeugdafdeling is.

WEDSTRIJDEN



Uitgangspunten

08 t/m 012

- Individuele ontwikkeling is altijd leidend. Als club en trainers hechten we geen waarde aan het resultaat van teams bij deze leeftijden
- Spelers mogen winnen van wedstrijden heel belangrijk vinden
- Alle spelers maken ongeveer even veel speeltijd (verschillende posities)
- Spreek vooraf een doel af per kwartje of wedstrijd
- Vragend sturen in coaching.

013 t/m 016

- De volgende volgorde is leidend bij het maken van keuzes: 1. Individuele ontwikkeling 2. Teamontwikkeling 3. Resultaat
- Alle spelers maken zoveel mogelijk evenveel minuten. Aan het eind van het seizoen heeft iedereen evenveel minuten gemaakt
- (Herhaaldelijk) niet trainen kan invloed hebben op speeltijd
- Op wedstrijddagen doorgeschoven spelers dienen net zoveel speelminuten te maken als andere spelers
- Spelers mogen winnen van wedstrijden heel belangrijk vinden.

017 t/m 019

- De volgende volgorde is leidend bij het maken van keuzes:
- 1. Resultaat 2. Teamontwikkeling 3. Individuele ontwikkeling
- Het beste team speelt. De hoofdtrainer is verantwoordelijk dat iedereen voldoende speelminuten maakt
- Oefenwedstrijden spelen we zoveel als mogelijk in combinaties MO20-1/ VR1, JO17-1/JO19-1 en JO19-1/RCL selectie
- Niet trainen heeft invloed op speeltijd.



TRAINER



Steek in op het niveau van je groep!

De trainer is er om te helpen. Hij doet dat door:

- Iedereen is constant aan het sporten (breed motorisch ontwikkelen) – grotendeels met bal
- Korte uitleg, weinig stopmomenten en de wachtrij in de onderbouw is maximaal 1 persoon lang
- Spelers verantwoordelijkheid geven
- Variatie in oefeningen – op eigen niveau ontwikkelen;
- In alle oefenvormen zit een winelement
- Inpassen van spelprincipes horend bij de leeftijdsgroep
- Een veilige omgeving creëren waarbij het maken van fouten als nuttig gezien wordt.

- Open vragen te stellen aan spelers tijdens trainingen en wedstrijden: “Hoe zou je deze situatie anders kunnen aanpakken?”, “Wat is de snelste weg naar de goal?” of “Hoe zorgen we ervoor dat de tegenstander niet snel kan indribbelen?”
- Ruimte te creëren voor (eigen) creativiteit: Moedig spelers aan om zelf met oplossingen te komen
- Spelers nieuwe posities te laten ontdekken
- Spelers te betrekken bij verschillende processen
Bijvoorbeeld bij het maken van de training.

Door dit soort elementen te verweken in je training, zorg je ervoor dat nieuwsgierigheid een grote motivatie wordt om te blijven groeien en verbeteren

Een training is geslaagd:

- Spelers hebben minimaal stilgestaan
- Spelers zijn uitgedaagd op hun niveau (differentieel leren)
- Spelers hebben plezier gehad
- Fysieke trainingsruimte en de training was veilig.

Zonder relatie, geen prestatie





TRAINERS ONTWIKKELING

Bij RCL geloven we dat de groei van onze spelers begint bij goed opgeleide trainers. Met cursussen, praktijkgerichte sessies en persoonlijke begeleiding creëren we een omgeving waarin trainers leren van elkaar, spelers en het kader. Dit zorgt voor een optimale ontwikkeling van iedereen op en rond het veld.



Trainersbegeleiding

We proberen zoveel als mogelijk kennis en ervaring te delen met de breedteteams, bijvoorbeeld door het organiseren van KNVB avonden of meedoen aan cursussen, Train de Trainer-avonden (praktisch en theoretisch), en zoveel mogelijk 1-op-1 momenten. Dit doen we zodat we met z'n allen de spelers zo goed mogelijk kunnen begeleiden.



VISIE OP



Onze visie op **leren** draait om het stimuleren van nieuwsgierigheid en eigen ontdekkingen bij kinderen. We geloven dat het stellen van open vragen een hulpmiddel is om kinderen te stimuleren zelf na te denken en oplossingen te vinden. Hierdoor ontstaat een fijne, uitdagende omgeving waarin kinderen spelenderwijs kunnen experimenteren, oplossingen ontdekken en nieuwe ideeën krijgen.

Ontwikkelgesprekken spelers

Trainers voeren 1 keer per seizoen gesprekken met betrekking tot de ontwikkeling van de spelers.

Toekomstgesprekken spelers

De spelers uitkomend in de selectie hebben 1 keer per seizoen een gesprek over hun ontwikkeling.

Keeperstraining

Vanaf het moment dat we met vaste keepers werken (O11), streven we naar 1 keer per week keeperstraining.

Teamindelingen

Bij de breedtesport werken de coördinatoren samen met de trainers en kaderleden om de nieuwe teams samen te stellen.

Opleidingsteams JO8 t/m JO13

- De basis wordt gevormd door spelers van hetzelfde geboortjaar
- Kan worden overwogen om talentvolle spelers die een jaar jonger zijn bij een leeftijdscategorie hoger in te delen
- We kijken per fase of je nog op je niveau speelt, met de mogelijkheid om binnen je leeftijdscategorie tussentijds hoger of lager in de selectie te komen, zodat je jezelf optimaal kunt ontwikkelen



VISIE OP



Opleidingsteams J014 – J019

- Het uitgangspunt is om teams te vormen met uitsluitend spelers van dezelfde geboortejaar
- In uitzonderlijke gevallen kunnen spelers uit een jongere geboortejaar worden doorgeschoven.
- Doorgeschoven speler uit een jongere geboortejaar blijft dan bij de groep en schuift in principe door naar het volgend seizoen. De hoofdtrainer heeft hierbij ook inspraak om te beoordelen of dit de juiste keuze is voor de ontwikkeling van de speler en het team.

Ouderbeleid

Bij RCL streven we naar een prettige samenwerking tussen ouders, trainers en spelers. Ouders spelen hierin een belangrijke ondersteunende rol.

- **Tijdens trainingen:** Ouders mogen meekijken, maar beperkt tot 15 minuten aan het begin en/of aan het einde van de training
- **Tijdens wedstrijden:** Positief aanmoedigen is belangrijk! Juich voor het hele team, niet alleen voor je eigen kind. Coaching, zelfs stiekem, is niet toegestaan!
- **Veldtoegang:** Alleen spelers en trainers mogen op het veld. Ouders nemen plaats achter de hekken. We verwachten van ouders dat zij respectvol en sportief gedrag tonen langs de lijn
- **Open communicatie:** Wees transparant en spreek eventuele onduidelijkheden direct uit. Zo houden we de samenwerking prettig
- **Betrokkenheid:** Ouders worden gezien als een verlengstuk van de staf. We organiseren minimaal één keer per jaar een ouderavond onder leiding van de hoofdtrainer
- **Verenigingsleven:** Grote en kleine bijdragen – zoals helpen bij activiteiten, rijden naar uitwedstrijden, of een bardienst draaien – maken een groot verschil. Samen maken we voetballen mogelijk!



