



VOETBAL
VLAANDEREN

JEUGDOPLEIDINGSPLAN 2025 - 2026

KFC SPARTA KOLMONT



DEEL 1: ALGEMENE BEPALINGEN

Visie op de jeugdopleiding

Dit jeugdopleidingsplan is een leidraad voor het jeugdbestuur, spelers, ouders en dient ter ondersteuning van de door hen uit te voeren taken. Het is belangrijk dat men op de hoogte is van wat er van hem of haar wordt verwacht. Daarnaast is het van belang dat nieuwe mensen binnen de jeugdafdeling niet zomaar in het diepe worden gegooid. Wanneer deze mensen hun taak met veel plezier kunnen uitvoeren blijven zij langer actief binnen de jeugdafdeling. Dit jeugdopleidingsplan is een basisplan, waarin een bepaalde manier van werken wordt aangegeven. Het geeft sturing en vergemakkelijkt het nemen van beslissingen om de missie, die verder in dit jeugdopleidingsplan wordt toegelicht, van onze jeugdwerking te helpen bereiken. Het op papier hebben van dit jeugdopleidingsplan betekent niet dat we er zijn. We zullen er met een positieve instelling mee moeten werken en het zal jaarlijks bijgesteld moeten worden. Om dit jeugdopleidingsplan alle kans van slagen te geven rekent het jeugdbestuur van K.F.C. Sparta Kolmont op de volledige medewerking van iedereen.

Basisfilosofie t.o.v. de jeugdopleiding en begeleiding

Elke jongere moet bij **K.F.C. SPARTA KOLMONT** terecht kunnen om te voetballen op zijn niveau. De uiteindelijke bedoeling is om de kwaliteit van onze jeugdopleiding voortdurend trachten te verhogen, zodat de talenten van alle spelers optimaal ontwikkeld worden en zij op een zo hoog mogelijk niveau kunnen presteren, maar met ook de nodige aandacht voor het spelplezier.

Daarom trachten wij een speler-gerichte vereniging te zijn, met volgende aandachtspunten :

- De individuele ontwikkeling van de speler staat centraal
- Iedere speler wordt op een kwalitatief hoogstaande wijze op sportief vlak begeleid dankzij :
 - bekwame jeugdopleiders
 - de jeugdcoördinatie(bestuur) die de jeugdopleiders omkaderen en die waakt over het naleven van de opleidingsvisie van de club
- Iedere speler kan trainen in de best mogelijke materiële omstandigheden.
- Elke speler moet trainen en spelen in een ploeg waarin hij/zij op basis van zijn/haar talenten en gebreken in thuis hoort. Dit om te waarborgen dat iedere speler kans op succes heeft.
- De wedstrijden en trainingen zijn er voor de jeugdspelers en NIET voor de ouders en bestuur
- Discipline, teamspirit, sportieve uitdagingen, plezier en kameraadschap, in alle lagen van onze organisatie doordrongen zijn.
- Wij hebben als sportclub de ambitie om voetbal aan te bieden op zo hoog mogelijk niveau, waarbij het evenwicht tussen spelplezier en prestaties zorgvuldig over gewaakt wordt.

Het opstellen en uitvoeren van een jeugdopleidingsplan is een middel om onze ambitie waar te maken. Het opleidingsplan vormt eveneens een leidraad, een continu proces met ontwikkelingsdoelen en leerinhouden, die kaderen in de hervorming van het jeugdvoetbal.

Hervorming jeugdvoetbal

1. Opleidingsvisie van RBFA (FTS) is vertrekpunt
 - **Start ontwikkeling in 2000**
 - Sindsdien gedoceerd, geëvalueerd en bijgestuurd
 - Getest in de praktijk : topsportscholen en nationale jeugd ploegen
2. Uitbreiding van de visie naar alle RBFA projecten en Belgische voetbalclubs
3. Het eindproduct heeft een breed draagvlak : overleg met en feedback van clubs, jeugdopleiders, lesgevers, ...
4. Aanpassing spelvormen sinds het seizoen 2003-2004
 - 5vs5, 8vs8 en 11vs11 i.p.v. 5vs5, 7vs7, 9vs9 en 11vs11
 - Op basis van een wetenschappelijke studie (K.U. Leuven)
5. Invoeren van meer aandacht aan laatrijpe spelers (september 2007) en meer aandacht naar balbezit
 - Streven naar 100% balbezit : 'Possession based football'
6. Hernieuwing van de visie op basis van de evoluties en internationale tendensen (2008-2009)
 - Offensieve driehoek op het middenveld
 - Gerichte opbouw vertrekkende van bij de doelman
 - Hoge pressing
 - 'Runs' met en zonder bal
 - Beheersen van de waarheidszone (Scoren!!)
7. Hervorming van de jeugdcompetities (2014 – 2015)
 - 2vs2 format in de praktijk bij U6
 - U12 en U13 spelen 8vs8
8. Hernieuwing visie op basis van de nieuwe jeugdcompetitie (2015)
 - Studie door cursisten en docente, - studie door expertengroep
9. Hervorming van de jeugdcompetities (2018)
 - 3vs3 format in de praktijk bij U7
10. Hernieuwde basics en teamtactics (2020)
 - Link met gamemodel nationale ploegen (= inspiratie!) wordt gelegd (mei/juni 2020) en uitgewerkt met sporttechnisch departement + lesgevers topsport
 - Feedback Roberto Martinez
11. **Uitgewerkte leerlijnen basics (2021)**
 - Eigenlijk een toepassing van het leerplan
12. **Hernieuwde opleidingsvisie (2022)**

Algemene visie op het voetbalspel

Zoals eerder aangegeven is het einddoel van onze jeugdopleiding de doorstroming naar het eerste elftal. Om dit te kunnen bewerkstelligen moeten onze jeugdspelers tijdens hun opleiding geleidelijk vertrouwd geraken met het zonevoetbal en de 1-4-3-3-veldbezetting, die in de opleidingsvisie van de KBVB/VFV ook vooropgesteld wordt, en bij voorkeur (maar afhankelijk van trainers en spelers) ook bij de senioren gehanteerd worden. Alle voetbalvaardigheden die hiervoor vereist zijn moeten hen vertrouwd zijn op het einde van hun opleiding, met als steeds weerkerend uitgangspunt: aanvallend en aantrekkelijk combinatievoetbal brengen.

Ongeacht het spelsysteem en de veldbezetting, zijn er een aantal basisprincipes in het voetbalspel die altijd onveranderd blijven, die ook wij zullen nastreven in onze jeugdwerking:

- Vermijden van de accordeonbeweging, of m.a.w., blokvorming nastreven, zowel in balbezit als bij balverlies
- Actieve deelname aan het spel van de doelverdediger die dekking moet geven aan zijn verdediging
- Plaatsen van een scherm tussen bal en doel om gevaarlijke dieptepassen te vermijden
- Hoe dichter bij doel, hoe strikter de dekking
- De bal niet gevaarlijk laten worden, m.a.w. speel- en traphoeken afsluiten
- Aandacht voor omschakeling tussen balbezit en balverlies, doordat een minimum aantal spelers bij balbezit in functie van mogelijk balverlies denkt, terwijl weer anderen bij balverlies reeds voor de recuperatie aanvallend denken
- In het bezit van de bal kunnen blijven, zodat de ploeg de tijd heeft om zich te kunnen organiseren

In de loop van de opleiding zal de nadruk steeds meer gelegd worden op het zonevoetbal, dat kan omschreven worden als “het toepassen van collectief positieospel met als doel de tegenstander te beheersen in de zone bal-doel met inbegrip van de waarheidszone”. Dit spelen in zone leidt tot een verbetering van:

- Het lezen van de verschillende spelsituaties
- Het nemen van de juiste beslissing
- Het durven initiatief nemen
- Het communicatievermogen
- Het concentratievermogen
- Het collectief spel, zowel offensief als defensief
- Het niveau van de technische uitvoering

Deze vaardigheden moeten gedurende het gehele opleidingstraject aan bod komen en in elke veldbezetting die gehanteerd wordt in de opleiding zullen deze aangeleerd worden : de principes van het zonevoetbal zullen dan ook verder aan bod komen in de verschillende stappenplannen.

Trainingsmethode

Alle te ontwikkelen vaardigheden, nodig voor het uitgroeien tot een moderne creatieve speler, zijn trainings-vatbaar. Om fysieke paraatheid, technischevaardigheid, tactisch vermogen, mentale weerbaarheid en morele verantwoordelijkheid aan te leren, verkiezen we in het jeugdopleidingsplan de MIM-methode : Match – Intermediate – Match. De training bestaat dus uit : opwarming – wedstrijdvorm – tussenvorm – wedstrijdvorm – Cooling down. Voor een training van een anderhalf uur komt hier nog één tussenvorm en één wedstrijdvorm bij. Wat betreft de trainingsopbouw, kiezen we voor de progressieve opbouw. Er wordt met de meest eenvoudige wedstrijdvorm gestart (bvb. 2vs1) om nadien progressief meer complexere vormen aan te bieden en te eindigen met de meest complexe wedstrijdvorm (5vs5, 8vs8, 11vs11)

Spelen en oefenen in “Authentieke contexten”

- Train in de wedstrijdrichting (indien mogelijk)
- Gebruik échte posities
- Tegenstanders die kunnen tegenscoren
- Gebruik de échte afstanden
- Zorg dat spelers vél / altijd kunnen scoren + beletten
- ‘Echte’ spelregels



Definitie **wedstrijdvorm** : regel van 6

1. Afgebakend terrein met doel(en) op de doellijn
2. 1 bal
3. Speler(s) bij ploeg in balbezit
4. Speler(s) bij ploeg niet in balbezit
5. Minstens 1 doelman in groot centraal doel
6. Echte wedstrijdreglementen

Tussenvormen zijn trainingsvormen waar 1 of meerdere elementen uit de “regel van 6” van de wedstrijdvormen ontbreken. Verschillende soorten :

- Positiespelen – spelvormen
- Afwerkingsoefeningen
- Technische oefeningen
- Collectieve looppatronen
- Automatische zonder “echte” tegenstanders (shadow-game)
- Conditionele oefenvormen (al dan niet met bal)
- Rustpauzes : tactische besprekingen / tactische simulaties enz

De trainer kiest een tussenvorm al of niet in functie van het oplossen van een spelprobleem: er is geen verplichting dat de tussenvorm altijd in verband met het trainingsschema dient te staan !

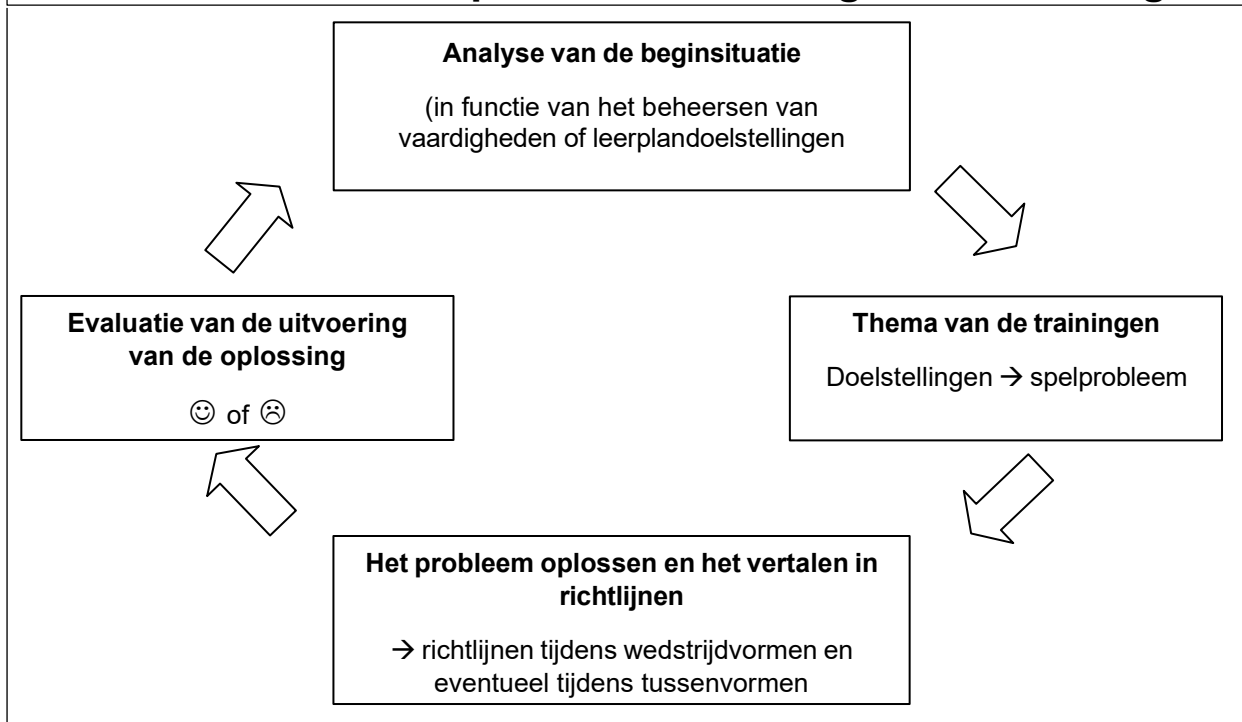
De jeugdopleider mag hierbij ook het FUN element niet uit het oog verliezen. **jonge kinderen, maar ook de oudere jeugdspelers, komen naar de voetbaltraining om plezier te hebben, om te voetballen, om matches te spelen.**

Ze willen het voetbal aanleren, door, vooral veel te voetballen.

Voetbaltraining geven staat deels ook gelijk aan opvoeden (FORMATION):

- De jeugdspeler verwerft menselijke waarden via het voetbalspel:
 - Respect voor de anderen: trainer, medespeler, tegenspeler, scheidsrechter, begeleiders, toeschouwers
 - Respect voor zichzelf: rust, verzorging, voeding
 - Respect voor het materiaal en de infrastructuur
- De jeugdspeler leert neen zeggen tegen corruptie, drugsgebruik, racisme en geweld in het voetbal
- De jeugdspeler speelt om te winnen maar leert ook verliezen
- De jeugdspeler leert ook de spelregels van het voetbalspel na te leven
- De jeugdspeler leert leefregels (= discipline) na te leven en zelfdiscipline te verwerven
- De jeugdspelers leren samenleven en samenwerken om sociale competenties te verwerven

Algemeen schema **denkproces** bij de **trainingsvoorbereiding**



Thema uit doelstelling afleiden en verwoorden als spelprobleem (bij 5vs5 of 8vs8) of een reëel spelprobleem gebruiken (vanaf 11vs11)

- ❖ Zo concreet en nauwkeurig mogelijk definiëren
- ❖ 4W-vragen beantwoorden:
WIE is betrokken bij het spelprobleem?
WAT is het spelprobleem?
WAAR doet het spelprobleem zich voor?
WANNEER stelt het probleem zich?

Bepalen van de oplossing van het spelprobleem

- ❖ Meerdere oplossingen zijn mogelijk !
- ❖ Zo concreet en nauwkeurig mogelijk definiëren van één of meerdere oplossingen
- ❖ 4W-vragen beantwoorden :
WIE is betrokken bij de oplossing van het spelprobleem?
WAT is de oplossing?
WAAR wordt het probleem opgelost?
WANNEER moet het probleem opgelost worden?

Vertaling van de oplossing in richtlijnen

- ❖ Eenduidige en gemakkelijk begrijpbare coachingpunten
- ❖ Evolutie van “coach is coaching ” naar “ players are coaching”
- ❖ Coaching = jeugdopleider helpt spelers en spelers helpen elkaar om het spelprobleem op te lossen
- ❖ Richtlijnen worden op het terrein coachingswoorden
- ❖ Belang van de 4 W's op de kwaliteit van de coaching :
WIE = de spelers die je coacht
WAT = de coachingswoorden
WAAR = opstelling als jeugdopleider
WANNEER = coachingsmomenten (evt. Met bevroren spelsituatie)

Keuze van de wedstrijdvormen i.f.v. Oplossen van het spelprobleem

- ❖ Belang van de 4 w's:
WIE = identiteit spelers en veldbezetting (= elftalposities)
WAT = identiek karakter van het probleem en oplossing in wedstrijd/training
WAAR = plaats en grootte van het terrein
WANNEER = identiek tijdstip dat het probleem en de oplossing zich in wedstrijd en training voordoet + frequentie

Taak van de jeugdopleider tijdens training/wedstrijd

- ❖ De jeugdopleider is een begeleider in plaats van een leider
- ❖ De jeugdopleider besteedt bij iedere speler evenveel aandacht aan zijn/haar individuele ontwikkeling zodat hij/zij zijn/haar hoogst mogelijk niveau bereikt
- ❖ De jeugdopleider moedigt zijn spelers steeds aan om te winnen, maar coacht nooit ten nadele van de ontwikkeling om een zo goed mogelijk wedstrijdresultaat te halen
- ❖ De jeugdopleider creëert krachtige leeromgevingen waarin de speler maximale leerervaringen opdoet (= uitdagende leermomenten)
- ❖ De jeugdopleider coacht iedere speler op een positieve en doeltreffende manier
- ❖ De jeugdopleider helpt bij het leren zijn spelers door de oefeningen aan te passen aan de mogelijkheden van zijn spelers
- ❖ De jeugdopleider heeft een voorbeeldfunctie (vriendelijkheid, lifestyle, stiptheid, volgen van de leefregels van de club,...)

Rol van de speler

- ❖ De spelers kunnen samen denken, samenspelen en samenwerken
- ❖ De speler durft voor zijn/haar eigen standpunt uit te komen
- ❖ De speler heeft vertrouwen in de andere spelers
- ❖ De speler ontwikkelt zijn/haar kritisch denken en kan zijn/haar eigen prestatie naar waarde inschatten
- ❖ De speler is communicatief
- ❖ De speler durft initiatief te nemen en hij/zij durft fouten te maken
- ❖ De speler is "COACHBAAR": hij/zij aanvaardt richtlijnen van zijn jeugdopleider en van zijn medespelers

Kwalitatieve evaluatie

Definitie:

- ❖ De jeugdopleider gaat na of iedere speler zich in functie van zijn eigen mogelijkheden ontwikkelt
- ❖ De jeugdopleider evalueert in functie van de doelstellingen van het leerplan
- ❖ De jeugdopleider geeft aan de speler over: wat hij/zij al kan, wat hij/zij nog niet kan, hoe hij/zij uit de fouten kan leren

Zulke evaluaties leiden bij de speler tot reflectie en tenslotte tot zelfevaluatie

Evaluatie voor de trainingsreeks:

- ❖ De jeugdopleider bepaalt de beginsituatie, een nauwkeurige bepaling van de beginsituatie is een absolute noodzaak om het juiste trainingsthema te bepalen
- ❖ De jeugdopleider gaat na of de spelers over de vereiste vaardigheden beschikken
- ❖ De jeugdopleider gaat na of de spelers al bepaalde doelstellingen van het leerplan beheersen

Evaluatie tijdens de trainingsreeks:

- ❖ De jeugdopleider gaat na of alle spelers de opgelegde taken kunnen uitvoeren
- ❖ De jeugdopleider gaat na in hoeverre de vooraf bepaalde doelstellingen gerealiseerd worden. Dit om de oefenstof gemakkelijker of moeilijker te maken.
- ❖ De jeugdopleider coacht zoveel mogelijk na de uitvoering door middel van positieve motiverende feedback. Dit motiveert de speler tot zelf oplossing te zoeken

Evaluatie na de trainingsreeks :

- ❖ De jeugdopleider beslist op basis van alle verzamelde informatie of de vooraf bepaalde doelstellingen tijdens de volgende trainingsreeks aangepakt kunnen worden of dat er remediering nodig is
- ❖ De evaluatie kan maandelijks, 2-maandelijks, tijdens de winterstop en/of op het einde van het seizoen gebeuren
- ❖ De jeugdopleider bespreekt de gemaakte vorderingen steeds met de spelers

Voor de jeugdopleider:

ZO HOORT HET:

- Laat de speler zelf zijn beslissingen nemen
- Laat de speler ervaring opdoen, laat de speler ondervinden wat goed is en minder goed
- Steun je spelers, wees geduldig en geef hen vertrouwen
- Help de spelers de goede beslissingen te nemen, help de spelers oplossingen te vinden, help de spelers met positief coachen
- Volg meerdere *DEMO TRAININGEN* die er worden gegeven binnen de club, zo werf je voor jezelf meer ideeën qua trainingsvormen
- Werk veel met STOP/HELP momenten laat de kinderen zelf zien en ontdekken hierdoor
- Werk veel met *V & A METHODE*

ZO HOORT HET NIET:

- Jeugdspelers trainen zoals bij volwassenen en met een uitgesproken “championitis” gedrag
- Niet iedereen evenveel speelgelegenheid geven
- Vanaf het begin tot het einde richtlijnen geven aan de speler. Hierdoor belet men dat de speler zelf een beslissing neemt. Als je voortdurend zegt/roept wat de speler moet doen, dan leert hij/zij niets.
- Een minder begaafde jeugdspeler voortdurend te verwijten
- Een jeugdspeler vervangen wanneer hij/zij tijdens de wedstrijd iets verkeerd uitvoert

Voor de ouders: Zo gedraagt een **sportouder** zich aan de zijlijn:

VOOR DE MATCH

- Ik toon belangstelling voor de sport van mijn kind en ga regelmatig kijken en supporteren.
- Ik vraag het kind om ervoor te gaan, altijd zijn best te doen, maar vooral plezier maken.
- Ik breng een POSITIEVE SFEER langs de ZIJLIJN.
- Ik stimuleer mijn kind om zich aan de regels van het spel en de fair play te houden.

TIJDENS DE MATCH

- Ik gebruik geen agressieve of schunnige taal langs de zijlijn.
- Ik applaudisseer voor knap spel, zowel van het team van mijn kind als van de ploeg van de tegenstrevers.
- Ik moedig mijn kind aan en maak het niet af voor zijn fouten.
- Ik respecteer de beslissingen van de coach en de scheidsrechter.
- Tijdens de wedstrijd moedig ik aan, de instructies geeft de trainer

NA DE MATCH

- Als ik niet akkoord ga met de coach, vraag ik een gesprek met hem aan (gesprek NOOIT na een wedstrijd, maar bij eerst volgende training) en praat ik er met hem over in het bureau van de TVJO dus privé en niet in OPENBARE RUIMTES waar andere personen bij zijn.
- Ik leer mijn kind respect op te brengen voor de prestatie van de tegenstrever.
- Ik kijk naar de inspanningen van mijn kind, en niet alleen naar de score of de eindstand.
- Na de wedstrijd bekijk ik samen met mijn kind wat goed liep, wat minder en wat we eruit kunnen leren.

DEEL 2: SPORTIEF PLAN

Sportieve begeleiding

Algemene inleiding

Werken met jeugd is werken met kinderen en is zeker niet eenvoudig. Wanneer een spelertje zijn eerste stappen zet in de voetbalwereld, is hij niet meer dan een kleuter. Om uit te groeien tot een speler die kan meedraaien in het volwassen bewegingsvoetbal van vandaag, moet hij/zij, verdeeld over de verschillende jeugdcategoryen een complexe materie verwerken. Net zoals dit in het onderwijs het geval is, moeten we de juiste leerstof (lees hier oefenstof) op het juiste moment aanreiken. Om te komen tot het bewegingsvoetbal van vandaag, moet er een stappenplan gemaakt worden. Wanneer een kind op het verkeerde moment met bepaalde streefdoelen geconfronteerd wordt, zal het kind dat niet begrijpen. **Een veelgemaakte fout is dat we kinderen beschouwen als volwassenen in mini-formaat.** Te veel jeugdtrainingen zijn een kopie van een seniorentraining. Hoe dikwijls stellen we vast dat tijdens een jeugdtraining de spelertjes meer staan te kijken dan te spelen met de bal. Hoe onbeholpen ze een volwassene proberen na te bootsen. De (verkeerde) wijze waarop kleine spelertjes getraind worden, heeft een nefaste invloed op hun vormingsproces.

Jonge kinderen al spelend leren voetballen moet de betrachting zijn van onze jeugdopleiders, in het bijzonder de opleider van de allerjongste spelertjes. Uiteraard, een kind van het derde leerjaar kan onmogelijk op dezelfde manier begeleid worden als een kleuter die net de stap gezet heeft naar onze voetbalclub. Een miniem traint anders dan een kadet, een kadet anders dan een scholier...

Voetbal moet plezant zijn en toch moeten we de kinderen inhoudelijks iets bieden. Voetbalvaardigheden moeten dan ook doelgericht en op een speelse manier aangeleerd worden rekening houdend met de belevingswereld (leeftijd) en het voetbalniveau van het kind.

Het doel van ons jeugdopleidingsplan is het moderne bewegingsvoetbal te ontleden en te verdelen naar streefdoelen die haalbaar zijn voor de leeftijd waarvoor ze bedoeld zijn. Dit heeft een enorm voordeel voor de speler zelf, maar ook voor de jeugdplanning in totaal :

- Elke speler krijgt de juiste oefenstof op het juiste moment
- De trainer van een hogere categorie weet perfect wat de speler al geleerd zou moeten hebben
- Het ontwikkelingsgesprek is makkelijker en efficiënter uit te voeren

Voorwaarde hiervoor is natuurlijk dat onze jeugdopleiders in staat zijn de streefdoelen om te zetten naar bruikbare trainingen en oefenstof. Deze werkwijze garandeert ons een geleidelijke verzwaring van de moeilijkheidsgraad op alle te ontwikkelen domeinen :

- **T**echnische vaardigheid
- **T**actisch vermogen
- **F**ysieke paraatheid
- **M**entale weerbaarheid

De rode draad doorheen de ganse opleiding moet zijn :

>> LEREN VOETBALLEN, DOOR VOORAL VEEL TE VOETBALLEN <<

De uitwerking en de opvolging van ons stappenplan gebeurt door de TVJO in nauwe samenwerking met de jeugdopleiders.

Inleiding tot het zonevoetbal

Het einddoel van de jeugdopleiding is om een aanvallend en aantrekkelijk combinatievoetbal te brengen in een 1-4-3-3-veldopstelling. Bij de leeftijdsgroepen die nog niet 11vs11 spelen zal elke gehanteerde opstelling in functie staan van deze veldopstelling, en worden volgende principes nagestreefd:

- Iedereen verdedigt en valt aan
- Balbezit is heilig: iedere jeugdspeler moet de mentaliteit tonen om de ploeg steeds in balbezit te brengen, het storen van de tegenstander in balbezit moet fel en vinnig gebeuren
- Lef, creativiteit en inzet zijn sleutelbegrippen: onderlinge coaching, teamspirit, sportiviteit en kameraadschap maken de ploeg
- Bij balverlies wordt een defensief compact blok opgericht en tracht men zo snel mogelijk terug in balbezit te komen door individuele pressing door de speler die zich het dichtst bij de bal bevindt; de dekking gebeurt door de dichtstbijzijnde medespelers, de andere spelers richten een compact blok op; speel niet systematisch op buitenspel; de aanvallers trekken zich terug richting eigen speelhelft om aanspeelbaar te zijn bij een omschakeling naar b+
- Bij balbezit vergroot men onmiddellijk de speelruimte; zorg er voor dat je aanspeelbaar bent door bewegingen zonder bal: vrijlopen, plaatswissels en inschuiven; steeds vooruit voetballen in balbezit, zoek ook steeds de zwakke zone van de tegenpartij, dit kan door snelle balcirculatie
- Onderneem ook steeds een doelpoging bij een werkelijke doelkans (shot, kop,...), maar hou er steeds rekening mee dat er balverlies kan optreden, behoud steeds de “restverdediging” (verdedigende T) met 3 of 4 spelers.

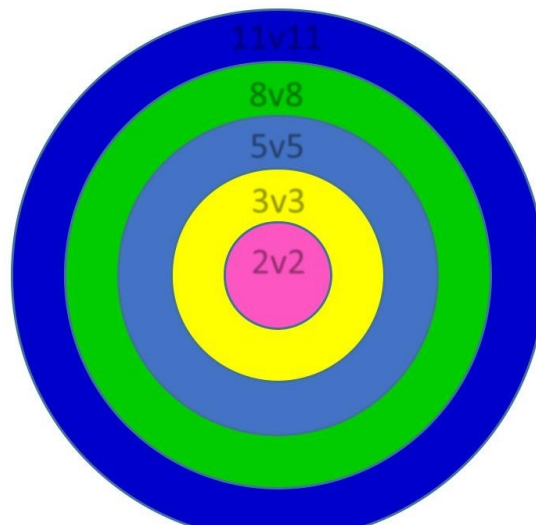
OPLEIDINGSVISIE “Het leerplan”

Leren is:

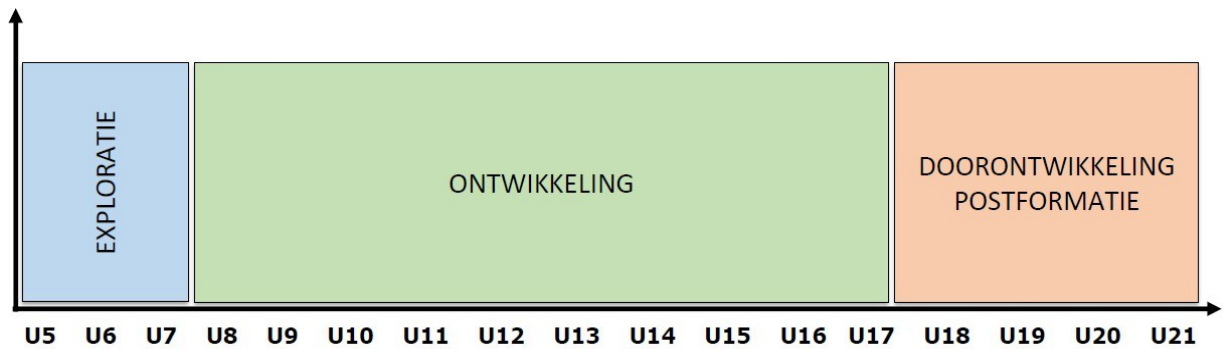
- Een continu proces: ontwikkelingsdoelen van ... via ... naar
- Cumulatief: de verworven vaardigheden vormen de basis voor de nieuw aan te leren vaardigheden

Het voetbalontwikkelingsmodel is:

- Gebaseerd op het ontwikkelingsmodel van de sporter **SPECIFIEK**
- Gebaseerd op het ontwikkelingsmodel van de balsporten **ALGEMEEN**
- Voetballeeftijd is leidraad: grote individuele verschillen per ontwikkelingsdomein (bvb. fysieke achterstand t.o.v. mentale voorsprong, rekening houden met de biologische leeftijd)



OPLEIDINGSVISIE 3 ONTWIKKELINGSFASEN



Fase 1 : Exploratiefase : Focus op spontaan leren en ontwikkelen

Fase 2 : Ontwikkelingsfase : Focus op leerplangericht leren

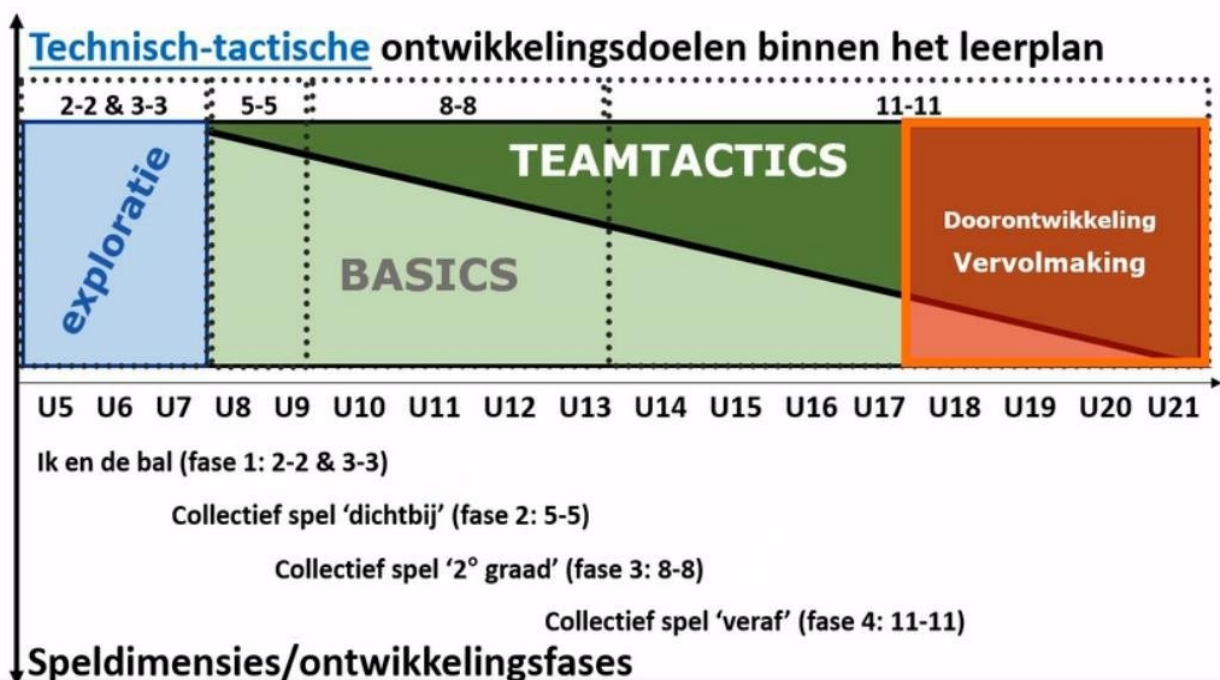
Fase 3 : Postformatie : Focus op geïndividualiseerd leren (na screening)

DIENT REEDS VROEGER GEÏMPLEMENTEERD TE WORDEN – TIJDENS DE ONTWIKKELING, SAMEN MET HET LEERPLAN

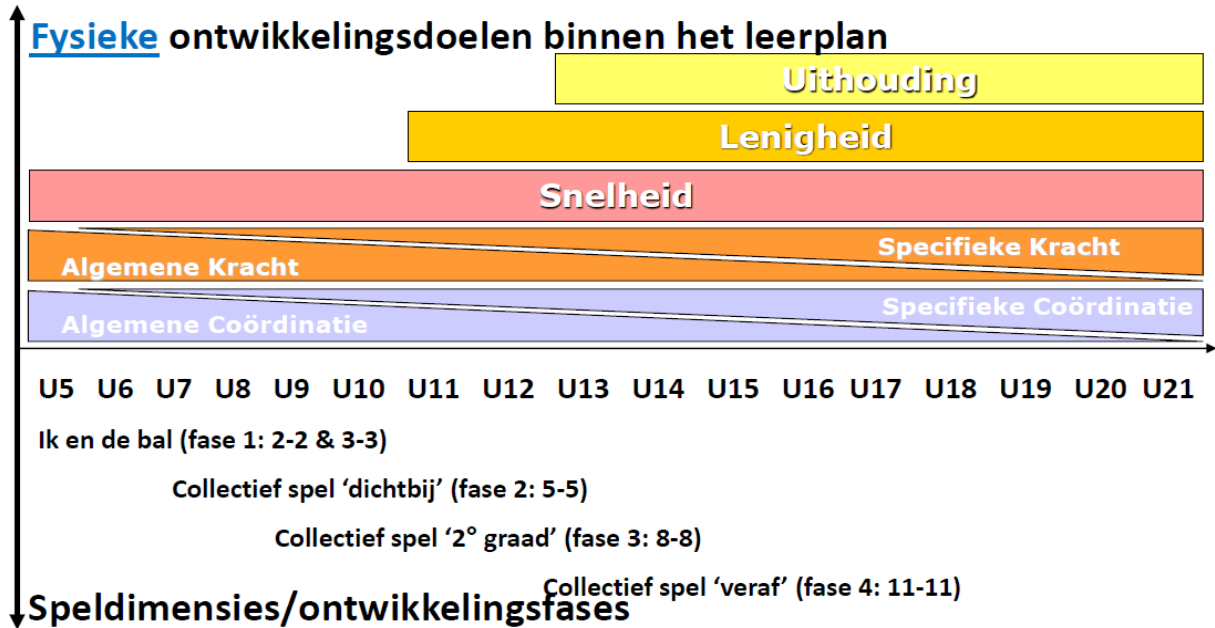


SPEELFASE 1 & 2 = Van SPELEN met de bal naar leren voetbal - SPELEN
COORDINATIEFASE 1 & 2 = GOUDEN LEEFTIJD voor bal* en lichaamsbeheersing
PUBERTEITSFASE = MATURITEIT mag de selectiekeuze niet bepalen (PHV!!)
WEDSTRIJD-, WINFASE = Spelen om te WINNEN, maar kunnen verliezen (FAIR PLAY)
POSTFORMATIEFASE = *LIFESTYLE CENTRAAL: spelers zijn verantwoordelijk voor eigen ontwikkeling en voor hun eigen prestaties*

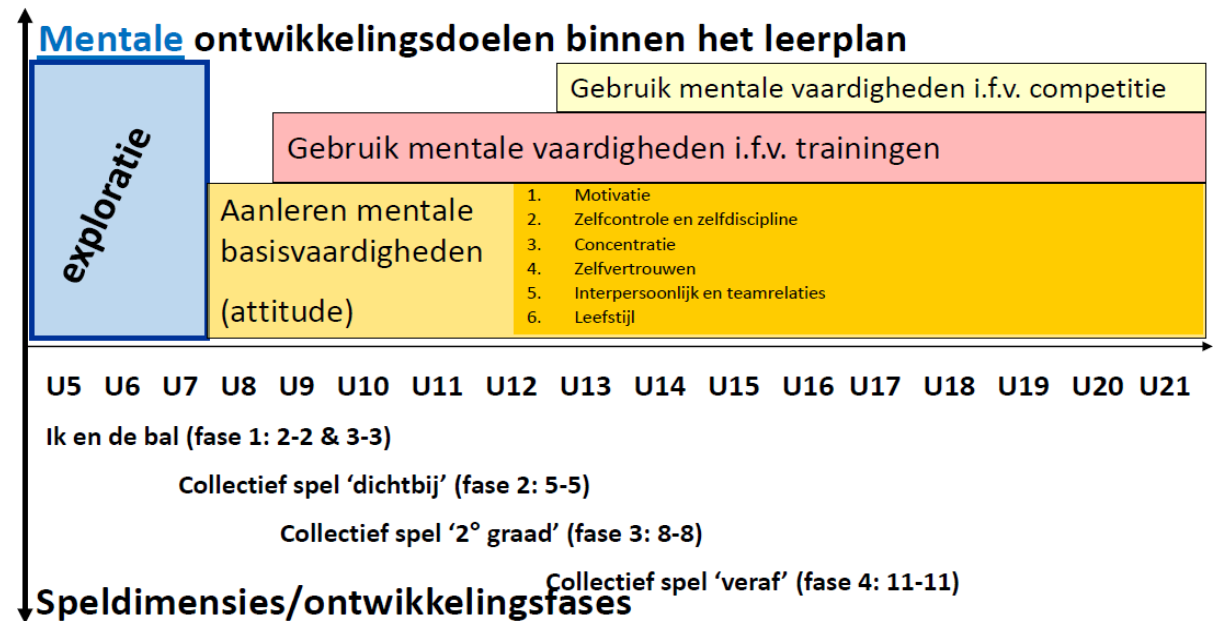
HET VOETBALONTWIKKELINGSPLAN



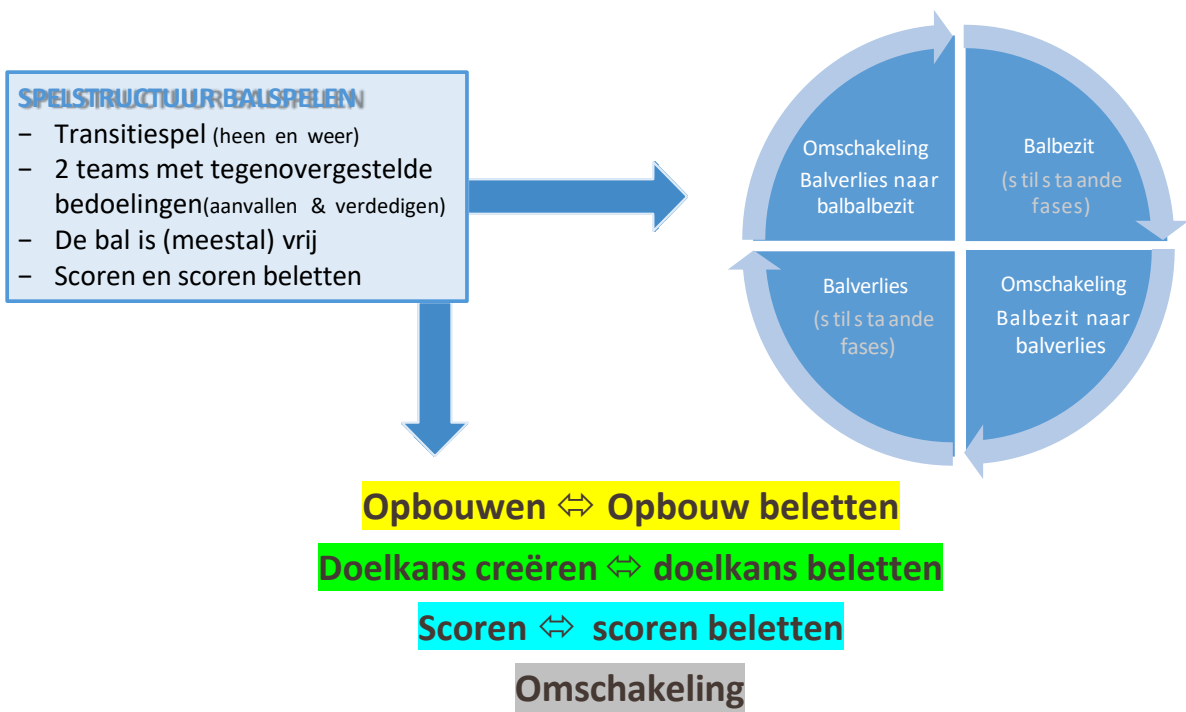
HET VOETBALONTWIKKELINSMODEL



HET VOETBALONTWIKKELINSMODEL



4 Hoofdmomenten in ons voetbal



JEUGDOPLEIDINGSPLAN

KENMERKEN (per positie (2v2, 3v3, 5v5, 8v8 en 11v11))

- Ontwikkelingskenmerken
- Eindtermen
- Opleidingsaccenten

BASICS

TEAM TACTICS

TAKEN PER POSITIE (bij B+, B- en omschakelingen)

LEERPLAN (Spelers/Keepers)

BASICS

DEFINITIE

Geheel van **technische** en **individueel tactische basisvaardigheden** (basiscompetenties) die een speler nodig heeft om na het nemen van een goede beslissing (**decision making**) de juiste actie te kunnen uitvoeren binnen een **11vs11**, **ongeacht het spelsysteem en spelconcept**

BALBEZIT:

De speler kan de juiste keuze maken i.f.v. een werkelijke doelkans (=afwerken) of de meest gunstige vervolgactie (= leiden/dribbel OF pass)

SPELER KOMT AAN DE BAL

- ✓ Aanneame

SPELER IS AAN DE BAL (CONTROLE OVER DE BAL)

- ✓ Juiste keuze afwerken, dribbel en/of pass
- ✓ Afwerken
- ✓ Leiden en dribbel
- ✓ Aannemen en passen

SPELER ZONDER BAL

- ✓ Vrijlopen als 2^e man om onmiddellijk de bal te krijgen
- ✓ Bewegen als 3^e man om ruimte te maken voor de 2^e man
- ✓ Bewegen als 3^e man om zélf de bal te krijgen

BALVERLIES:

De verdediger kan de juiste keuze maken ifv het verhinderen van een werkelijke doelkans of het in balbezit komen

TEGENSTANDER KOMT AAN DE BAL

- ✓ Interceptie, duel

TEGENSTANDER IS AAN DE BAL

- ✓ Afweren (tackle, blokkage, (kop)duel)
- ✓ Defensieve dominantie in 1v1, druk
- ✓ Remmen, pressen, dekking geven
- ✓ Pass onderscheppen

TEGENSTANDER ZONDER BAL

- ✓ Passlijn afzetten
- ✓ Weg naar doel afzetten

TEAMTACTICS

DEFINITIE

Het **geheel van handelingen** om als individu **binnen een team** zo goed mogelijk te functioneren **ongeacht het spelsysteem of spelconcept** gebruik makend van de **basics, de fysieke en mentale vaardigheden**

Zie bijlage "TEAMTACTICS"

OBSERVATIE

Leerdoelstellingen zijn enkel zinvol als ze goed geobserveerd worden. De observatie tijdens trainingen, wedstrijden en ook daarbuiten is voor elke jeugdopleider van het grootste belang. Er kan namelijk geen vooruitgang geboekt worden als we niet in staat zijn voortdurend in te spelen op

- ✓ opgemerkte tekortkomingen
- ✓ sterke punten

waardoor we dan in onze trainingen kunnen anticiperen.

Goed observeren is dus voortdurend kijken naar de evolutie van onze spelers, worden de streefdoelen gehaald in alle domeinen:

- ✓ Techniek
- ✓ Tactiek
- ✓ Fysiek
- ✓ Mentaal en moreel

Technische vaardigheden die kunnen/moeten geobserveerd worden:

- ✓ Balvaardigheid
- ✓ Basistechnieken
- ✓ Leiden en dribbelen van de bal
- ✓ Balcontroles
- ✓ Passing
- ✓ Kopspel
- ✓ Traptechniek
- ✓ Tackeling

Fysieke vaardigheden die kunnen/moeten geobserveerd worden:

- ✓ **C** Coördinatie
- ✓ **L** Lenigheid
- ✓ **U** Uithouding
- ✓ **S** Snelheid
- ✓ **K** Kracht

Tactische vaardigheden die kunnen/moeten geobserveerd worden:

- ✓ Spelinzicht
- ✓ Ploegsport
- ✓ Spel zonder bal
- ✓ Aanvallende capaciteiten
- ✓ Verdedigende capaciteiten
- ✓ Opbouwende capaciteiten
- ✓ Strategische waarde

Mentale vaardigheden die kunnen/moeten geobserveerd worden:

- ✓ Doorzettingsvermogen
- ✓ Zelfvertrouwen
- ✓ Agressiviteit-Strijdlust-Inzet
- ✓ Concentratie
- ✓ Initiatie name
- ✓ Ambitie
- ✓ Competitiegeest
- ✓ Extraversie
- ✓ Hyperactiviteit
- ✓ Stressbestendigheid
- ✓ Faalangst

Belangrijk: wees voorzichtig met de resultaten van de observatie.

Het is duidelijk dat niet iedereen over dezelfde eigenschappen moet beschikken om een perfecte ploeg te kunnen vormen (bv. spelverdeler t.o.v. verdediger).

Respecteer de verschillen op het technische en tactische vlak die er ongetwijfeld zullen zijn en dikwijls te wijten zijn aan fysiologische verschillen (kracht – souplesse – grootte ...).

Voetbal is een dusdanig complexe en ingewikkelde sport dat de nodige kwaliteiten niet door enkele tests kunnen gemeten of geëvalueerd worden.

Wel kan het geheel opgedeeld worden in enkele deelcomponenten die wel vatbaar zijn voor testen. De optelsom van deze deelcomponenten leveren echter slechts een beperkt globaal beeld op van de voetballer, omdat in de tests geen rekening gehouden wordt met factoren zoals tegenstand en collectiviteit, zaken die toch eigen zijn aan de ploegsport voetbal.

Daarom mogen de uitslagen van testen nooit de doorslag geven in de globale beoordeling van de speler, zij kunnen wel gebruikt worden om

- Mogelijke streefdoelen op te sporen voor individuele trainingen (bv; looptraining, techniektraining ...)
- Vergelijkingen te maken met leeftijdsgenoten en met voorgaande jaren
- Bepaalde (uitzonderlijke) capaciteiten op te meten (evt. genetisch bepaald)

De testsessies zijn vooral nuttig als ze goed geëvalueerd worden. Het maakt een directe interactie mogelijk bij eventueel tegenvallende resultaten :

- Lenigheid: kan thuis extra geoefend worden aan de hand van een opgesteld programma
- Pure snelheid: kan verbeterd worden door meer aandacht aan loop- en coördinatie training
- Uithouding: kan verbeterd worden door de opbouwperiode te verlengen indien nodig

De deelcomponenten moeten ook in het kader van het geheel bekeken worden, als een speler zeer snel is in pure snelheid, maar in de wedstrijden steeds een stapje te kort komt, moet deze niet bijgeschoold worden op snelheid of techniek maar moet zijn spelinzicht verbeterd worden.

In de bijlages vind u een template voor het invullen voor het ontwikkelingsgesprek

TESTEN

Voorwaarden en richtlijnen voor het doorvoeren van testen

De belangrijkste voorwaarden waaraan een test moet voldoen zijn:

- ✓ **objectiviteit:** resultaten mogen niet beïnvloedbaar zijn door omstandigheden of testafnemer, ze mogen enkel afhangen van de prestaties van de geteste speler
- ✓ **geldigheid:** testen mogen enkel die bekwaamheden beoordelen waarvoor ze ontworpen zijn
- ✓ **nauwkeurigheid:** de organisatie moet perfect zijn om een zo groot mogelijke graad van nauwkeurigheid te bereiken: correcte afstanden, tijdswaarnemingen ...
- ✓ **herhalingsvatbaarheid:** testen moeten gemakkelijk georganiseerd en herhaald kunnen worden
- ✓ **gemak bij de uitvoering:** gebaseerd op een minimum aan gebruikte materialen en zo eenvoudig mogelijke oefeningen


Vandaar moeten bij het afnemen van de testen een aantal richtlijnen opgevolgd worden:

- Standaardisatie van de testomstandigheden en testprocedures:
 - Dezelfde ondergrond, weersomstandigheden
 - Dezelfde volgorde tests, schoeisel
- Gezondheidstoestand spelers:
 - Goed uitgerust, geen blessures, goede voedingstoestand
 - Uniforme opwarming (cardiovasculair én testspecifiek)
- Testinstructies:
 - Voor het afnemen van de test is het belangrijk dat de spelers duidelijk de richtlijnen begrijpen
 - Vlot verloop van de testafname
 - Organiseer recuperatie activiteiten tussen de verschillende testen
- Motivatie:
 - Voorafgaand kan het testdoel met de spelers besproken worden zodat ze voldoende gemotiveerd zijn en zich 100 % inspinnen voor de test; eventuele druk en daardoor gespannen prestaties spelen op die manier ook mee in de testresultaten
 - Overloop nadien samen met de spelers de resultaten en geef hen eventueel aanbevelingen
- Tijdstip:
 - Een trainingseffect kan pas geëvalueerd worden na 6 weken
 - Je kan 3 (4) metingen doen per jaar: Bij de start van het seizoen, voor de winterstop en op het einde van het seizoen

Bij iedere opleidingsfases zullen er een aantal test staan specifiek gebonden aan de leeftijd

Keuzes voor de “meest krachtige opleidingsomgeving”

 Decisionmaking

1-4-3-3 (aanvallende driehoek) 

 Opbouw van achteruit + beletten, doelkansen creëren + beletten

100% balbezit 

 Hoog druk zetten


Overtal creëren 

Van 2v2 (K+1!!!!) naar 11v11 (K+10)



Keuzes voor de “meest krachtige opleidingsomgeving” (2)

HOE DRAAD

 B+ > B-

Overtal > gelijktal > ondertal 

 Diep > breed > terug

B+: ruimte groot 

 Scoren > samen spelen > alleen spelen

B-: ruimte klein 

B- → B+: scoren > doelkans creëren > opbouw

B+ → B-: tegendoelpuntvermijden

