



# Jeugdvoetbalplan

010

**Doelstelling algemeen: Doelgericht leren handelen met de bal**  
**Focus op voetbalhandelingen (technische ontwikkeling)**

## ONTWIKKELDOELEN:

- leren doelgericht te handelen met de bal vanuit verschillende teamfuncties
- techniek en motoriek verbeteren met weerstand en hogere snelheid en
- tweebenigheid ontwikkelen
- de wedstrijd is de gelegenheid om met elkaar het spel te leren spelen, het plezier
- staat centraal (niet het resultaat)

## DE TRAINING/WEDSTRIJD:

- Trainingen zijn wedstrijd- en voetbalecht
- duidelijkheid, routine en structuur passen goed bij ze
- één plaatje zegt meer dan 1000 woorden (plaatje, praatje, daadje)
- aandacht voor veldbezetting en individuele verschillen
- trainingsmateriaal: **Rinus 010** en/of Allemaal uitblinkers E of Jaarplan Trainerssite
- wedstrijden 6 tegen 6, wedstrijdformatie 1-2-1-2 met wisselende posities

## SPELERSKENMERKEN:

- is enthousiast, ongeduldig en heeft een grote speldrang
- richt zich meer en meer op samenwerken en is doelgericht
- hebben een grote verbeelding en krijgen graag aandacht
- kunnen veel doen maar kennen ook fysieke grenzen
- heeft een sterk gevoel van rechtvaardigheid en prestatie
- kan zijn of haar mening al geven
- nauwelijks verschil tussen jongens en meiden

## DE TRAINER/COACH

- is zich bewust van de voorbeeldrol
- is te allen tijde rustig, duidelijk en positief motiverend
- bouwt het aantal doelen uit, gebruikt eenvoudige voetbaltermen en doet voor
- periodiseert de trainingen waarbij elke categorie een periode aan bod komt
- heeft veel aandacht voor teamontwikkeling en sportiviteit
- helpt de spelers te ontdekken en individueel te ontwikkelen

[KNVB filmpje | Leeftijdsspecifieke kenmerken](#)  
[KNVB infographics](#)

