



# Jeugdvoetbalplan

08/9

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

## ONTWIKKELDOELEN:

- leren doelgericht te handelen met de bal
- 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 en kleine veranderingen doorvoeren past goed bij ze
- één plaatje zegt meer dan 1000 woorden (plaatje, praatje, daadje)
- beginnende aandacht voor posities op het veld
- spelregels worden al duidelijker voor ze
- trainingsmateriaal: [Rinus O9](#) en/of Allemaal uitblinkers F of Jaarplan Trainerssite
- wedstrijden 6 tegen 6, wedstrijdformatie 1-2-1-2 of 1-2-2-1 met wisselende posities

## SPELERSKENMERKEN:

- wil vooral spelen
- wil graag de bal hebben
- heeft weinig geduld en is snel afgeleid
- is gericht op zichzelf en werkt soms al samen
- heeft behoefte aan aandacht en geborgenheid
- nauwelijks verschil tussen jongens en meiden

## DE TRAINER/COACH

- is zich bewust van de voorbeeldrol
- is te allen tijde rustig, duidelijk en positief motiverend
- legt nadruk op beperkt aantal doelen, legt uit in eenvoudige woorden en doet voor
- periodiseert de trainingen waarbij elke categorie een periode aan bod komt
- stimuleert het maken van acties maar zegt niet telkens voor
- helpt de spelers te ontdekken en individueel te ontwikkelen

[KNVB filmpje | Leeftijdsspecifieke kenmerken](#)

[KNVB infographics](#)

