



BELEID LEEFTIJDSCATEGORIE O17 EN O18

Junioren onder 17 en 18 jaar

Bijlage bij Technisch Beleid 2017-2020



Versie	Omschrijving	Datum
0.1	Eerste opzet Cor de Daas	Januari 2017
0.2	Opmaak, structuur en correcties Yolanda	16 januari 2017
1.0	Gereed gemaakt voor publicatie	28 mei 2017



Inhoudsopgave

Leeftijdscategorie onder 17 en onder 18 jaar	4
Leeftijdskenmerken.....	4
Teamsamenstelling van O17 en O18.....	5
O17 en O18 selectie	5
O17 en O18 recreatief.....	5
Uitgangspunten.....	5
Voetbaltechnische doelstelling: Het leren spelen als een team	7
Doelstelling	7
Doelstelling keepers.....	7
Richting	7
Teamtaak aanvallen	8
Teamtaak omschakelen	9
Teamtaak verdedigen	10
Seizoensplanning training en doelstellingen.....	12
Trainingsperiode 1: Aanvallen.....	13
Doelstellingen periode 1	14
Trainingsperiode 2: Verdedigen.....	15
Doelstellingen periode 2	16
Trainingsperiode 3: Aanvallen.....	17
Doelstellingen periode 3	18
Trainingsperiode 4: Verdedigen.....	19
Doelstellingen periode 4	20
De structuur van de trainingen	21
Aandachtspunten voor begeleiding	22
Trainingen en wedstrijden	22
Trainers	22



Leeftijdscategorie onder 17 en onder 18 jaar

In dit hoofdstuk worden de leeftijdskenmerken, de teamsamenstelling, de uitgangspunten, de voetbaltechnische doelstelling, uitwerking van de ontwikkelingsdoelen, de structuur van trainingen en de belangrijkste aandachtspunten voor de begeleiding van deze leeftijdsfase uiteengezet.

De ontwikkeling van het individu staat nog steeds centraal en dat vraagt zeker in een teamsport als voetballen nog de nodige aandacht, takt en overredingskracht. O17 en O18 junioren bewegen zich in een periode in hun ontwikkeling die bij de O16 in gang is gezet waarbij ze heel erg met zichzelf in de clinch kunnen liggen en waar ze een weg zoeken om hun plek te veroveren. Dit geldt zowel voor de plek in het gezin, als op school en de voetbalclub. Het zichzelf bewijzen en "apart" willen zijn ontwikkelt zich tot bewustwording van wat belangrijk gevonden wordt, welke verantwoordelijkheid ze nemen, welke kwaliteiten ze hebben, waar men zich in kan onderscheiden binnen een groep of team. Een bewuster en evenwichtiger omgaan met de omgeving (medespelers, coach, scheidsrechter) uit eraan te komen.

De fysieke belastbaarheid wordt groter en naast beter en vaker handelen kan in deze leeftijdscategorie ook aandacht besteed worden aan het volhouden van beter en vaker handelen.

Leeftijdskenmerken

Over het algemeen zijn de spelers in O17 en O18 erg gemotiveerd. Zij zijn kritisch naar zichzelf en naar anderen. Ook kunnen zij het voetbalspel goed analyseren. Soms heb je te maken met wisselende motivatie, door emotionele onrust, die ontstaat door de grote lichamelijke verandering, die kinderen in deze leeftijdsfase meemaken.

Deze fase kenmerkt zich door de gevolgen van de (soms) grote veranderingen van het lichaam. De lengtegroei bij jongens zet zich verder door, terwijl meisjes vaak al in de lengte zijn uitgegroeid en soms in gewicht toenemen. Alle kenmerken van puberteit, zoals lusteloosheid, lamelligheid, onredelijkheid en humeurigheid komen zowel bij jongens als meisjes voor. Er is vaak de vraag naar het "waarom". Bij O17 en O18 wordt ook vaak de basis gelegd voor het ontwikkelen van eigen verantwoordelijkheid en inzicht in teambelangen. Het is de periode van het uitproberen van zaken die echt bij het individu horen. Zichzelf willen manifesteren en bewijzen is een belangrijke drijfveer.

De specifieke leeftijdskenmerken zijn:

- Begin van een harmonische lichaamsgroei, kracht, interval- en duurarbeid kan verhoogd worden en ook de techniektraining zal weer resultaat opleveren.
- O17 en O18 junioren kunnen waarde toekennen aan een teamprestatie en kunnen ook redelijk hun eigen prestatie beoordelen. De spelers vinden het van belang, dat iedereen met dezelfde grondgedachte speelt. Als de spelers elkaar begrijpen en aanvoelen kunnen zij de spelsituaties beter begrijpen.
- Ook hier kunnen puberteitsproblemen nog aanwezig zijn, zie O16.
- Er is sprake van een toenemende zelfkritiek.
- geschikt voor prestatief denken.
- Er is sprake van een betere verhouding met het gezag, ook de emoties passen zich aan.
- Kenmerkend voor het handelen van deze leeftijdscategorie is tevens dat alles in een hoog tempo plaats vindt, erg onstuimig en ongecontroleerd. Met een vleugje overschatting van eigen mogelijkheden.
- Vaak is gedrag te zien waarbij het lijkt dat alles tegen de speler is gericht (een medespeler laat zijn man lopen, er wordt geen rugdekking gegeven, de scheidsrechter ziet een overtreding die er niet is, "ik sta op de verkeerde positie", "de coach had al lang moeten wisselen", et cetera.



- Spelers kunnen gedurende een periode in het seizoen “onzichtbaar” zijn.
- Vaak hebben zij grote moeite met het naleven van de groepsafspraken, omdat die niet passen bij de normen, die zij aan zichzelf stellen.
- In deze leeftijd ontstaat binnen de spelersgroep een pikorde.
- O17 en O18 willen ook verantwoording hebben en dragen.
- Er kan sprake zijn van een opofferingsgezindheid voor het team.

Teamsamenstelling van O17 en O18

O17 en O18 selectie

In O17 en O18 leeftijdscategorie hanteert CVV Berkel een selectieteam namelijk de O17 en indien van toepassing de O18. In deze selectie zijn 14 tot maximaal 17 spelers opgenomen.

Ook bij O17 en O18 streven we naar een 1-4-3-3 opstelling.

De selectie speelt op resultaat, dit team is bijna aan het einde van het opleidingstraject en moet gaan beseffen dat er in dienst van elkaar en van CVV Berkel gespeeld moet worden. Getracht moet worden dat gemiddeld over het seizoen alle spelers evenveel speeltijd krijgen. De speeltijden worden vastgelegd.

Bij de selectie moeten de spelers zich verder specialiseren voor een (basis)taak. Daarnaast moeten spelers een specialisme creëren voor spelhervattingen.

De discipline in beide selectieteams zal op een hoog niveau moeten worden gebracht. De spelers moeten altijd bij de activiteiten van het team aanwezig zijn. Dit houdt in dat bij blessures en of schorsingen de spelers vanaf het moment van verzamelen bij de groep moeten zijn.

Voor het samenstellen van de selecties is er een nauwe samenwerking nodig met de hoofdtrainers van O16, O17 en O18. In de overwegingen moeten spelers die in de voorselectie zijn opgevallen worden meegewogen. De definitieve samenstelling wordt ter goedkeuring aan Hoofd Jeugdopleiding aangeboden.

O17 en O18 recreatief

De recreatieve streven we naar teams bestaan uit minimaal 13 en maximaal 16 spelers. Bij de recreatieve teams worden de spelers op niveau en leeftijd ingedeeld.

CVV Berkel streeft ernaar om een speler in een team te plaatsen met spelers van een gelijkwaardig niveau. Spelers waar wenselijk zo veel mogelijk bij elkaar te houden. Minimaal een keeper per team.

Uitgangspunten

Onderdeel	Selectieteam	Recreatief team
Aantal spelers	14 tot 17	Minimaal 13, maximaal 16 spelers
Trainingen	2 keer per week	Minimaal 1 keer per week, optioneel twee keer
Trainer	Eerste selectieteam: minimaal TC3 Tweede selectieteam: juniorentrainer	Vrijwillige basis Voorkeur volgen van juniorencursus
Indeling	Op basis van kwaliteit	Criteria op basis van leeftijd, niveau, als team samenblijven, et cetera



Coachen	Aan de zijlijn
Speeltijd	Getracht moet worden dat gemiddeld over het seizoen alle spelers evenveel speeltijd krijgen



Voetbaltechnische doelstelling: Het leren spelen als een team

Doelstelling

- Verder ontwikkelen van de basis -en teamtaken
- Het ontwikkelen van de wedstrijdrijpheid. Teamtaken, taken per linie en posities ontwikkelen door kleine en grote wedstrijdvormen.
- Kennismaken en toepassen van de oefenvormen conform het periodiseringsmodel

Doelstelling keepers

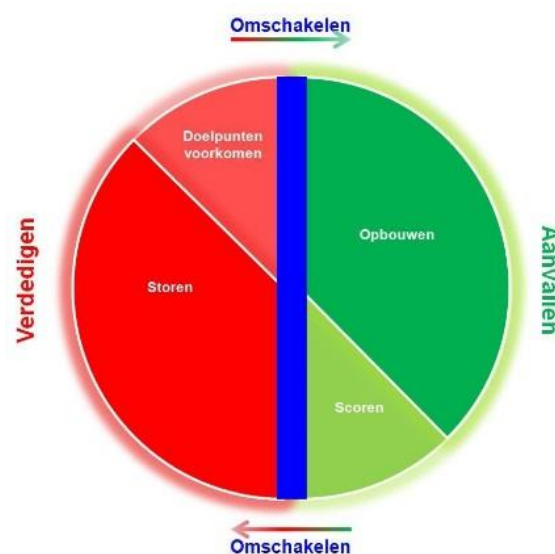
- Vergroting van de wedstrijd weerstanden
- Onderhouden, verbeteren en perfectioneren van technische en tactische facetten vanuit de keepershandelingsgebieden als aparte keeperstraining en binnen de groep de afwerkvormen, positie- en spelvormen en spelhervattingen.

Richting

Om richting en inhoud te geven aan de invulling van de hoofddoelstelling wordt dit vertaald naar specifieke doelstellingen per leeftijdscategorie. Deze doelstelling doet ook recht aan de kenmerken en ontwikkeling van de kinderen in deze specifieke fase en dienen als voorwaarde om de behorende voetbalhandelingen verder te ontwikkelen.

De doelstelling waar O17 en O18 aan werken is het verder uitbalanceren van de samenwerking van 11 spelers als team. Beter afstemming van verschillende taken op elkaar. Een beroep doen op medeverantwoordelijkheid voor het team en ook het stimuleren en corrigeren van teamgenoten. De hiërarchie in een team gaat zich aftekenen en ook daarin moet iedereen zijn positie weer vinden. De doelstelling van O17 en O18 luidt dan ook: Het leren spelen als een team

De fysieke belastbaarheid wordt groter en naast beter en vaker handelen kan in deze leeftijdscategorie ook aandacht besteed worden aan het volhouden van beter en vaker handelen.





Teamtaak aanvallen

Spelers zullen vanuit een bepaalde positie in het elftal het handelen vanuit hun taak verder ontwikkelen. Het gaat erom dat alle spelers van elkaar door gaan krijgen wat ze van elkaar kunnen verwachten en waarop ze aan te spreken zijn. Steeds meer wordt aandacht besteed aan tijd-ruimtelijke factoren. Wordt de bal op het juiste been aangespeeld. Is de balsnelheid goed. Staat de ontvangende speler in de goede uitgangshouding. Schermt hij de bal goed af. Kom hij voldoende los van zijn tegenstander. Vraagt de speler op het juiste moment de dieptepass, et cetera. Handelingen met en zonder bal moeten functionaliteit uitstralen in plaats van te beantwoorden aan meer cosmetische criteria.

Na het leren beheersen van de bal en het overwinnen van weerstanden zoals tegenstander, spelregels, het spelen in een teamorganisatie en het spelen als team is een volgende stap waar winst is te boeken valt: het leren omgaan met tijd en ruimte. Het beheersen van het speltempo moet het verschil gaan maken met alle aspecten die in de voorgaande leeftijdscategorieën centraal hebben gestaan [definitie speltempo: de snelheid waarmee de bal in de lengterichting van het veld wordt verplaatst].

Dit wordt genoemd het temporiseren van het spel. Het heeft tot doel om het handelen van de tegenpartij zo te beïnvloeden dat er meer tijd en ruimte ergens op het speelveldgedeelte ontstaat waar in aanvallend opzicht behoefte is.

De spelers richten zich hoe langer hoe meer op een taak waarvoor zij zichzelf geschikt vinden en/of door de coach geschikt wordt bevonden.

Bij O17 en O18 gaat het om het verder ontwikkelen van het aanvallen in relatie tot een betere onderlinge afstemming en het bewust kunnen ontregelen van het verdedigende spel van de tegenpartij.

Het leren spelen als een team	
Doelstelling	<ul style="list-style-type: none"> • (hogere) eisen aan het rendement van handelen gekoppeld aan de taak in het elftal (basistaak) • Leren dat rendement van handelen wordt bepaald door positie, richting, moment en snelheid meer en meer gericht op de juiste keuze op het juiste moment. • Leren dat rendement van handelen binnen opbouwen en scoren wordt bepaald door afstemming van onderlinge (basis)taken. • Leren dat de manier van opbouwen en scoren steeds nadrukkelijker wordt bepaald door het speelveldgedeelte en speelwijze van de tegenpartij. • Naast het beter en vaker handelen, ook aandacht voor het volhouden van handelingen.
Algemene uitgangspunten	<ul style="list-style-type: none"> • Leren om de ruimte met elkaar groot te maken / houden (lengte / breedte) • Leren dat dieptespel voor breedtespel gaat (richting) • Breedtespel en terugspelen zijn (mogelijke) voorwaarde voor dieptespel • Leren om de bal te houden • Optimale veldbezetting => spelen binnen een bepaalde teamorganisatie • Het leren hanteren en reguleren van speltempo (temporiseren)



Dominante voetbalhandelingen	<ul style="list-style-type: none"> • Voetbalhandelingen zijn taakspecifiek en spelers specialiseren zich meer voor een bepaald takenpakket • Leren dat rendement van handelen wordt bepaald door positie, richting, moment en snelheid meer en meer gericht op de juiste keuze op het juiste moment (hogere eisen aan het spelinzicht van de individuele spelers) • Leren dat rendement van handelen binnen opbouwen en scoren wordt bepaald door afstemming van onderlinge (basis)taken en elkaar aanspreken op het uitvoeren hiervan.
-------------------------------------	--

Teamtaak omschakelen

Het zal zo langzamerhand voor duidelijk zijn dat het omschakelen van aanvallen naar verdedigen en omgekeerd een zeer belangrijke plaats in het spelen op resultaat van een team inneemt. Het is de periode dat er geen plaats meer is voor stilstaan bij teleurstelling na een mislukte actie, het mopperen op medespelers en/of de scheidsrechter. Al met al moet het omschakelen meer en meer geleid worden door het beter herkennen van omschakelsituaties, het interpreteren en adequaat anticiperen door juist te handelen, en dat voor 11 spelers.

Alle handeling die bij het omschakelen bij O17 en O18 aan de orde komen worden gezien tegen de achtergrond van het feit dat het resultaat van de wedstrijd een belangrijke graadmeter wordt. De spelers zullen het uitgangspunt "snel omschakelen" en "diepte gaat voor breedte" moeten plaatsen binnen de context van de stand van de wedstrijd, de nog resterende speeltijd, de kracht van de tegenpartij en andere omstandigheden (veld/weer). Omschakelen wordt hoe langer hoe meer een integraal wapen in het willen winnen van een wedstrijd. Vooral in de wedstrijdvoorbereidingen en wedstrijdcoaching kan op dergelijke aspecten worden ingespeeld. Dit zijn belangrijke aspecten voor het leerproces van O17 en O18.

Onder alsmaar groter wordende druk en weerstand van het belang van het resultaat van de wedstrijd en de tegenpartij zal het handelen binnen het omschakelen hierop afgestemd en verder ontwikkeld moeten worden. Met andere woorden, hoe manoeuvreren spelers zich zo nuttig mogelijk in omschakelsituaties in het kader van winst of verlies. Het omgaan met de tijd- ruimtelijke aspecten geeft veelal al aan of begrepen wordt wat er in het kader van het resultaat van de wedstrijd gedaan moet worden. Spelers hebben op basis van ervaring een beeld van mogelijke oplossingen zinvolle acties. De kwaliteit van anticiperen daar gaat het om en dat in teamverband en resultaatgericht.

Het leren spelen als een team	
Doelstelling	<ul style="list-style-type: none"> • Leren om weer zo snel mogelijk betrokken te zijn, in denken en handelen, bij de nieuwe situatie
Algemene uitgangspunten	<ul style="list-style-type: none"> • Leren om snel en doelgericht om te schakelen • Snelle betrokkenheid van een ieder
Dominante voetbalhandelingen	<ul style="list-style-type: none"> • Voetbalhandelingen zijn taakspecifiek en spelers specialiseren zich meer voor een bepaald takenpakket • Leren dat omschakelen meer een teemaangelegenheid is <p><i>Moment van balverovering</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Tijdens het verdedigen anticipeert een deel van het team al op de mogelijkheid dat de bal kan worden veroverd (loeren/positie kiezen)



	<ul style="list-style-type: none"> • Leren dat de eerste handelingen doelgericht moeten zijn • Voor de overige voetbalhandelingen (zie aanvallen) <p><i>Moment van balverlies</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Tijdens het aanvallen anticipeert een deel van het team al op de mogelijkheid dat de bal kan worden verloren (restverdediging) • Leren om de bal te veroveren • Leren om snel tussen de bal en het eigen doel komen
--	---

Teamtaak verdedigen

Alle spelers hebben een rol in het verdedigen. Bij O17 en O18 kan het nogal eens voorkomen dat dit onderdeel van het spel, voor de meeste spelers het minst aantrekkelijkste, onvoldoende wordt opgepakt. Het gaat vooral om de doelstelling, het spelen als team, heel nadrukkelijk, vertaald naar het verdedigen, extra accent te geven. Ondanks individuele verschillen zal iedere speler deel moeten uitmaken van een team dat ook verdedigt.

Verdedigen wordt een collectieve activiteit waar niet een speler kan verzaken. Wat de ene speler doet heeft consequenties voor de andere spelers. Het gaat om het verder ervaring opdoen, het handelen efficiënter maken, de onderlinge samenhang verfijnen. Het beter kunnen omgaan met spelregels en meer invloed uit kunnen oefenen op medespelers (elkaar coachen). Door een beter inzicht in situaties waar verdedigd moet worden, wordt het handelen zonder bal (positie kiezen, knijpen, terugzakken, druk zetten, afjagen, et cetera) ook veel efficiënter.

Spelers gaan leren situaties of acties van tegenstanders vroegtijdig te herkennen. Vervolgens anticiperen spelers op dergelijke spelsituaties en handelen in overeenstemming met het doel.

Het leren spelen als een team	
Doelstelling	<ul style="list-style-type: none"> • (hogere) eisen aan het rendement van handelen gekoppeld aan de taak in het elftal (basistaak) • Rendement van handelen wordt bepaald door positie, richting, moment en snelheid meer en meer gericht op de juiste keuze op het juiste moment. • Leren dat rendement van handelen binnen storen en het voorkomen van doelpunten wordt bepaald door afstemming van onderlinge (basis)taken. • Leren dat de manier van storen en het voorkomen van doelpunten steeds nadrukkelijker wordt bepaald door het speelveldgedeelte en speelwijze / rol tegenpartij. • Naast het beter en vaker handelen, ook aandacht voor het volhouden van vaker en beter handelen
Algemene uitgangspunten	<ul style="list-style-type: none"> • Leren om de ruimte met elkaar klein te maken /Houden (lengte / breedte), onderlinge afstanden • Leren om druk op balbezittende speler te krijgen / houden • Leren om kort te dekken in de buurt van de bal • Rug- ruimtedekking verder van de bal vandaan • Leren om nuttig te blijven
Dominante voetbalhandelingen	<ul style="list-style-type: none"> • Leren dat de voetbalhandelingen taakspecifiek zijn (positie binnen het team => basistaak)



	<ul style="list-style-type: none">• Leren dat handelingen met en zonder bal steeds meer in relatie tot positie tussen tegenstanders (en doel), richting, moment en snelheid (rol tegenstander / tegenpartij) staan• Verbeteren van de onderlinge afstemming van voetbalhandelingen (bijvoorbeeld de spitsen werken samen in het storen)• Leren dat het team meer dan de optelsom van 11 individuen is• Inzicht krijgen welke spelers in staat zijn om de juiste keuzes
--	--



Seizoensplanning training en doelstellingen

Om ervoor te zorgen dat we in de jeugdopleiding dezelfde taal spreken en gestructureerd werken aan het ontwikkelen van onze jeugdspelers is er gekozen om de trainingsdoelen te ondersteunen met een uitwerking en planning van de te behalen doelen. Het seizoen wordt opgedeeld in vier perioden, waarin steeds andere algemene uitgangspunten worden begeleid. Het is de bedoeling dat we de gekozen uitgangspunten extra aandacht geven.

Periodiek worden de doelen besproken in een voorbereidend overleg per leeftijdsgroep. Ervaringen kunnen hier worden uitgewisseld, waardoor we gericht kunnen werken aan het ontwikkelen van onze jeugdleden.

Periode	Onderdeel	Doelstelling
1	Aanvallen	speelruimte groot maken en samen balbezit kunnen houden
2	Verdedigen	speelruimte klein maken en druk op de balbezittende tegenstander houden
3	Aanvallen	zoveel mogelijk diep spelen / denken en breedtespel als voorbereiding op diepte
4	Verdedigen	verschillende soorten van dekking kunnen toepassen



Trainingsperiode 1: Aanvallen

Periode	september, oktober en november
Doelstelling	Speelruimte groot maken en samen balbezit kunnen houden

Om zodanig op te bouwen dat we bij het doel van de tegenstander kunnen komen en kansen kunnen creëren zijn onderstaande algemene uitgangspunten van belang;

- 1. Optimale veldbezetting ten opzichte van waar de bal is**
- 2. Ruimte met elkaar groot maken in relatie tot waar de bal is en de kwaliteiten van het team, zowel in de lengte als in de breedte van het veld**
3. Vooruit voetballen; zorg er voor dat je steeds dichterbij het doel van de tegenstander komt.
4. Een breedte (of schuine) pass tijdens het spel heeft de intentie om daarna weer vooruit te voetballen.
- 5. We moeten er met elkaar voor zorgen dat we de bal behouden.**

In deze periode richten we ons voornamelijk op het ontwikkelen van Communicatie, Inzicht en Techniek van uitgangspunten 1, 2 en 5.

Als team is het belangrijk dat we in staat zijn om samen balbezit te houden

Als coach moet je in staat zijn het spel te lezen. In welk speelveldgedeelte lukt het wel/niet om de bal te houden en wat is er nodig om goed op te bouwen en tot scoren te komen.

Wat zou er dan vanuit de algemene uitgangspunten voor nodig zijn om dit te doen?

- De optimale veldbezetting of ruimte is niet in orde waardoor er te weinig afspeelmogelijkheden zijn.
- De ruimte en veldbezetting is goed, alleen de spelers nemen te weinig initiatief om elkaar te helpen.

Welke vragen stel je dan aan de spelers?

- Is de ruimte goed om balbezit te houden?
- Is de veldbezetting optimaal om balbezit te kunnen houden?
- Wat kunnen jullie doen om elkaar beter te helpen om de bal te kunnen houden?
- Welke handelingen moeten goed worden uitgevoerd?



Doelstellingen periode 1

Handelingen met bal	Handelingen zonder bal	Inzicht = juiste keuzes maken	Communicatie = afstemming
Dribbelen	Vrijlopen	Herkennen hoe en waar je kunt helpen door vrij te lopen vanuit je positie	Elkaar helpen door te vragen om de bal als je vrij staat
Verwerken vd bal		Vrijlopen van en naar de bal, of juist weg blijven.	Medespeler helpen door te roepen, te wijzen, wat hij kan doen.
Bal afschermen		Herkennen wanneer je kunt dribbelen, moet passen of de bal afschermen van een tegenstander	Vrijlopen afstemmen op posities en looprichtingen van medespelers en tegenstanders
Passen		Herkennen wanneer en hoe (snelheid en richting) je moet overspelen	
Passeren		Keuze maken om balbezit te houden en niet onnodig balverlies te lijden.	



Trainingsperiode 2: Verdedigen

Periode	december, januari
Doelstelling	Speelruimte klein maken en druk op balbezittende tegenstander houden

Om als team het de tegenstander moeilijk te maken om goed op te bouwen gaan we met z'n allen de opbouw verstoren. Hierbij zijn de algemene uitgangspunten:

- 1. Druk op de balbezittende speler zorgt ervoor dat de tegenstander moeilijk of niet vooruit kan voetballen.**
- 2. De ruimte met elkaar kleiner maken in de buurt van de bal om de tegenstander te dwingen tot fouten. Hiervoor zal het team moeten kantelen en knijpen naar de kant van de bal toe.**
3. In de buurt van de bal zullen de spelers die geen druk op de bal zetten kort dekken op de tegenstander zodat de afspeelmogelijkheden worden afgeschermd.
4. De overige spelers verder van de bal zullen dan verschillende vormen van dekking moeten toepassen (ruimtedekking, rugdekking).
5. Iedere speler dient een bijdrage te leveren aan het veroveren van de bal en zal daarom altijd nuttig moeten blijven voor het team.

In deze periode richten we ons op het ontwikkelen van Communicatie, Inzicht en Techniek van uitgangspunten 1 en 2.

Als team in staat zijn het de tegenstander moeilijk te maken door druk op de balbezittende tegenstander te zetten. Het doel hiervan is om in eerste instantie de tegenstander te dwingen breed of terug te voetballen i.p.v. diep te kunnen spelen. De speler die het dichtst bij de balbezittende tegenstander is tracht dieptespel te voorkomen. Hierbij is het niet direct het doel om de bal af te pakken. Wanneer de situatie toestaat is het pas wenselijk om een aanval op de bal te doen. Voorwaarden hiervoor kunnen zijn;

- Er is rugdekking tussen de speler die een aanval op de bal doet en het doel.
- Tegenstanders in de buurt van de bal worden kort gedekt door medespelers.
- De kwaliteiten van tegenstander en onszelf.

Wat zou er vanuit de algemene uitgangspunten nodig zijn om dat voor elkaar te krijgen?

- Zijn de ruimtes goed waarin het team moeten verdedigen?
- Is het team voldoende gekanteld naar de kant van de bal?
- Speelt het team dicht bij elkaar in de buurt van de bal?
- Welke handelingen moeten goed worden uitgevoerd?



Doelstellingen periode 2

Handelingen met bal	Handelingen zonder bal	Inzicht = juiste keuzes maken	Communicatie = afstemming
Blokken vd bal	Naderen tegenstander met de bal	Vanuit de basistaak (positie) een bijdrage leveren aan het voorkomen dat de tegenstander diep kan spelen of gevaarlijk te worden	Met elkaar de ruimte kleiner maken voor de tegenstander door te kantelen en te knijpen
Onderscheppen	Verdedigende houding in duel om de bal als de tegenstander de bal heeft.	Tempo en moment van naderen tegenstander met de bal	Elkaar helpen bij het voorkomen dat de tegenstander diep kan spelen of bij het veroveren van de bal. Welke ballijn is het meest belangrijk om eruit te halen?
Bloktackle	Aanval of schijnaanval op de bal doen	Herkennen wanneer wel of niet een aanval op de bal kan worden gedaan.	Wie geeft er op welk moment druk op de balbezittende tegenstander
	Kantelen en knijpen ten opzichte van de bal om de speelruimte van de tegenstander klein te maken		



Trainingsperiode 3: Aanvallen

Periode	februari, maart
Doelstelling	Zoveel mogelijk diep spelen / denken en breedtespel als voorbereiding op dieptespel

Om zodanig op te bouwen dat we bij het doel van de tegenstander kunnen komen en kansen kunnen creëren zijn onderstaande algemene uitgangspunten van belang;

1. Optimale veldbezetting ten opzichte van waar de bal is
2. Ruimte met elkaar groot maken in relatie tot waar de bal is en de kwaliteiten van het team, zowel in de lengte als in de breedte van het veld
3. **Vooruit voetballen; zorg er voor dat je steeds dichterbij het doel van de tegenstander komt.**
4. **Een breedte (of schuine) pass tijdens het spel heeft de intentie om daarna weer vooruit te voetballen.**
5. We moeten er met elkaar voor zorgen dat we de bal behouden.

In deze periode (februari, maart) richten we ons voornamelijk op het ontwikkelen van Communicatie, Inzicht en Techniek van uitgangspunten 3 en 4.

Als team is het belangrijk dat we in staat zijn om samen balbezit te houden

Als coach moet je in staat zijn het spel te lezen. In welk speelveldgedeelte lukt het wel/niet om de bal te houden en wat is er nodig om goed op te bouwen en tot scoren te komen.

Wat zou er dan vanuit de algemene uitgangspunten voor nodig zijn om dit te doen?

- De optimale veldbezetting of ruimte is niet in orde waardoor er te weinig afspeelmogelijkheden zijn.
- De ruimte en veldbezetting is goed, alleen de spelers nemen te weinig initiatief om elkaar te helpen.

Welke vragen stel je dan aan de spelers?

- Is de ruimte goed om balbezit te houden?
- Is de veldbezetting optimaal om balbezit te kunnen houden?
- Wat kunnen jullie doen om elkaar beter te helpen om de bal te kunnen houden?
- Welke handelingen moeten goed worden uitgevoerd?

Als team diep denken en handelen zodat we snel bij het doel van de tegenstander komen

Wat is er nodig om diep te kunnen spelen of met breedtespel snel tot diepte te komen?

- Is de speelruimte groot genoeg?
- Is de veldbezetting optimaal?
- Is er afstemming tussen de spelers om tot keuzemogelijkheden te komen?
- Worden de goede keuzes gemaakt als het gaat om diep spelen als dit kan of eerst breed waarna diepte wordt gezocht?
- Welke handelingen moeten goed worden uitgevoerd?



Doelstellingen periode 3

Handelingen met bal	Handelingen zonder bal	Inzicht = juiste keuzes maken	Communicatie = afstemming
Passen	Rennen naar of juist van de bal	Herkennen wanneer je diep kunt spelen	Met elkaar zoeken naar kansen om diep te spelen en daar te bal te houden of direct verder richting doel vd tegenstander te spelen
Dribbelen	Vrijlopen (richting doel vd tegenstander)	Herkennen wanneer je kunt dribbelen of drijven	Help elkaar om de bal te houden en diep te kunnen spelen.
Bal afschermen	Inspeelpass in diepte mogelijk maken door ballijn vrij te maken	Herkennen wanneer je de bal moet afschermen voor de tegenstander	Afstemmen van het moment van diepte spelen of eerst kiezen voor breed of terug.
Verwerken vd bal		Herkennen van de teamorganisatie en afspraken die daarover zijn gemaakt.	
Drijven		Herkennen van de taak van de eigen positie bij het komen richting het doel van de tegenstander	
Passeren		Herkennen wanneer je vrij kunt lopen in de diepte.	
		Herkennen wanneer en hoe de bal gespeeld moet worden wanneer diepte (nog) niet mogelijk is.	



Trainingsperiode 4: Verdedigen

Periode	april, mei, juni
Doelstelling	Verschillende soorten van dekking kunnen toepassen

Om als team het de tegenstander moeilijk te maken om goed op te bouwen gaan we met z'n allen de opbouw verstoren. Hierbij zijn de algemene uitgangspunten:

1. Druk op de balbezittende speler zorgt ervoor dat de tegenstander moeilijk of niet vooruit kan voetballen.
2. De ruimte met elkaar kleiner maken in de buurt van de bal om de tegenstander te dwingen tot fouten. Hiervoor zal het team moeten kantelen en knippen naar de kant van de bal toe.
3. **In de buurt van de bal zullen de spelers die geen druk op de bal zetten kort dekken op de tegenstander zodat de afspeelmogelijkheden worden afgeschermd.**
4. **De overige spelers verder van de bal zullen dan verschillende vormen van dekking moeten toepassen (ruimtedekking, rugdekking).**
5. **Iedere speler dient een bijdrage te leveren aan het veroveren van de bal en zal daarom altijd nuttig moeten blijven voor het team.**

In deze periode (december en januari) richten we ons op het ontwikkelen van Communicatie, Inzicht en Techniek van uitgangspunten 3, 4 en 5.

Als team in staat zijn het de tegenstander moeilijk te maken door druk op de balbezittende tegenstander te zetten. Het doel hiervan is om in eerste instantie de tegenstander te dwingen breed of terug te voetballen i.p.v. diep te kunnen spelen. De speler die het dichtst bij de balbezittende tegenstander is tracht dieptespel te voorkomen. Hierbij is het niet direct het doel om de bal af te pakken. Wanneer de situatie toestaat is het pas wenselijk om een aanval op de bal te doen. Voorwaarden hiervoor kunnen zijn;

- Er is rugdekking tussen de speler die een aanval op de bal doet en het doel.
- Tegenstanders in de buurt van de bal worden kort gedekt door medespelers.
- De kwaliteiten van tegenstander en onszelf.

Wat zou er vanuit de algemene uitgangspunten nodig zijn om dat voor elkaar te krijgen?

- Zijn de ruimtes goed waarin het team moeten verdedigen?
- Is het team voldoende gekanteld naar de kant van de bal?
- Speelt het team dicht bij elkaar in de buurt van de bal?
- Welke handelingen moeten goed worden uitgevoerd?

Als team de verschillende soorten dekking toe te passen waardoor de tegenstander moeilijk bij ons doel kan komen of gedwongen wordt om fouten te maken waardoor we de bal kunnen veroveren.

- Mandekking is gericht op het kort dekken van een tegenstander om hem niet / slecht aanspeelbaar te maken of druk op de bal te creëren.
- Rugdekking is gericht op de positie tussen een tegenstander met de bal met een medespeler in duel, waarbij een positie tussen de bal en het eigen doel wordt ingenomen.
- Ruimtedekking / positiedekking is gericht op het bezet houden van een ruimte of positie waar mogelijk de tegenstander gebruik van kan gaan maken.



Doelstellingen periode 4

Handelingen met bal	Handelingen zonder bal	Inzicht = juiste keuzes maken	Communicatie = afstemming
Blokken van een bal	Naderen tegenstander met de bal	Vanuit de basistaak (positie) een bijdrage leveren aan het voorkomen dat de tegenstander diep kan spelen of gevaarlijk te worden	Met elkaar de ruimte kleiner maken voor de tegenstander door te kantelen en te knijpen
Onderscheppen	Verdedigende houding in duel om de bal als de tegenstander de bal heeft	Tempo en moment van naderen tegenstander met de bal	Elkaar helpen bij het voorkomen dat de tegenstander diep kan spelen of bij het veroveren van de bal. Welke ballijn is het meest belangrijk om eruit te halen?
Bloktackle	Aanval of schijnaanval op de bal doen	Herkennen wanneer wel of niet een aanval op de bal kan worden gedaan.	Wie geeft er op wel moment druk op de balbezittende tegenstander
	Kantelen en knijpen ten opzichte van de bal om de speelruimte van de tegenstander klein te maken	Herkennen wanneer mandekking de beste oplossing is om een gevaarlijke tegenstander uit te schakelen	
	Mandekking in de directe omgeving van de bal	Herkennen wanneer een ruimte moet worden afgedekt zodat de tegenstander hier moeilijker gebruik van kan maken	
	Positie -ruimtedekking verder tov de bal	Herkennen wanneer rugdekking gegeven kan worden zodat de tegenstander met bal aangevallen kan worden.	
	Rugdekking		



De structuur van de trainingen

Tijdens de voetbaltraining willen we zoveel mogelijk voetballen. Een goede voorbereiding en herkenbare structuur maken dat de effectieve voetbaltijd zal toenemen.

De warming-up heeft als doel om de kinderen mentaal en fysiek voor te bereiden op de training. Loskomen van school of de thuissituatie en betrokken raken met het voetbalspel.

Jonge kinderen hebben nauwelijks een fysieke warming-up nodig. Zij kunnen direct beginnen met een spelvorm. Oudere jeugd (vanaf ongeveer 12 jaar) en senioren hebben een fysieke warming-up nodig om het lichaam voor te bereiden op wat komen gaat.

Welke structuur kunnen we aanhouden?

Onderdeel	Duur
1	Ontvangst en opvang in (vaste) kleedkamer. Gezamenlijk naar buiten waar het materiaal al klaar staat voor de training.
2	Partijspel 3:3 4:4 5:5 6:6 7:7
3	Vereenvoudiging = oefenvorm met een specifiek oefendoel
4	Partijspel waarin accent op toepassing van geleerde bij 3
5	Als ronde 3. Mogelijk iets moeilijker maken vanuit hetzelfde oefendoel
6	Toepassen in partijspel wat geoefend is bij 3. En 5

Door deze structuur te hanteren garanderen we dat er veel wordt gevoetbald. Hierdoor zal het rendement van de training vergroten en zullen de kinderen direct het geleerde leren toe te passen in een voetbalechte vorm.

Dit borgt dat handelingen en keuzes maken geleerd worden in een situatie waarin communicatie het vertrekpunt is.



Aandachtspunten voor begeleiding

Trainingen en wedstrijden

- De wedstrijden kenmerken zich vaak door een hoog speeltempo waardoor veel fout gaat en nogal eens overbodig overtredingen worden gemaakt.
- Het willen winnen is zeker voor jongens belangrijker dan ooit. Meisjes lijken winnen te relativiseren. Een fanatieke houding geeft nogal eens conflicten met medespelers, tegenstanders en leiding.
- In het spel probeert O17 en O18 nogal eens acties uit die weinig rendement voor het team opleveren. Vaak is een sliding net te laat ingezet of een dribbel net te lang doorgezet.
- Afspraken maken over de uitvoering van spelhervattingen (aanvallend en verdedigend). Specialisme ontwikkelen voor spelhervattingen.
- Leren herkennen van de momenten waarop een spelhervatting snel genomen kan worden
- Spelregels benutten als strategie (buitenspelval)
- Voetbalhandelingen zijn taakspecifiek en spelers specialiseren zich meer voor een bepaald takenpakket
- wedstrijdcoaching: wedstrijdrijpheid ontwikkelen, ontwikkelen van de individuele bijdrage aan het resultaat van de wedstrijd (start wordt gemaakt met het rendement van handelen), het accent komt nu te liggen op het complete eisenpakket.
- Rendement van handelen wordt bepaald door positie, richting, moment en snelheid meer en meer gericht op de juiste keuze op het juiste moment (hogere eisen aan het spelinzicht van de individuele spelers)
- Rendement van handelen binnen storen en het voorkomen van doelpunten wordt bepaald door afstemming van onderlinge (basis)taken en elkaar aanspreken op het uitvoeren hiervan (hogere eisen aan het spelinzicht op teamniveau = communicatie)
- Het spelen als een team vraagt om veel wedstrijdssituaties, betekent veel trainen op basis van partijvormen (visie van de KNVB).
- Na de groeispurt is het mogelijk de spelers zwaarder te belasten, met name op kracht en uithoudingsvermogen. Het kan dus zinvol zijn om binnen de trainingen te differentiëren.
- Vooral spelhervattingen worden bij O17 en O18 steeds belangrijker. Steeds vaker wordt de wedstrijd beslist door een spelhervatting. Bij bepaalde spelhervattingen liggen kansen voor spelers en coach om hier extra aandacht aan te besteden, afspraken te maken en te oefenen.

Trainers

- Bij O17 en O18 wordt het wedstrijdresultaat steeds belangrijker. We zijn ook bij deze leeftijdscategorie nog steeds bezig met het opleiden van spelers.
- Verlang prestaties en inzet maar eis geen resultaat. Probeer te winnen, uitgaande van positieve voetbalideeën en de individuele mogelijkheden, en niet uitgaande van het pure resultaat.
- Plaats de beste spelers in een centrale of aanvallende rol. Daar leren ze eerder creativiteit ontwikkelen in een kleine ruimte onder grotere weerstand. Van aanvallers kun je bovendien op latere leeftijd verdedigers maken, andersom veel moeilijker.
- Zorg dat je altijd beslissingen / handelingen kunt motiveren richting spelers, ouders en bestuur, door het bijhouden van wedstrijdgegevens, trainingsopkomst, reserves, et cetera.
- Bereid de trainingen goed voor. Ga uit van de wedstrijd en de individuele kwaliteiten van je spelers, daarbij goed rekening houdend met de leeftijdskenmerken en de algemene trainingsprincipes.



- Maak vaste afspraken over: wedstrijdvoorbereiding, warming-up. (rekkingoefeningen), afmelden, school, en blessurebehandeling.
- Het belangrijkste wapen in de strijd van de coach is het kunnen terugbrengen van verschillen van mening in een team tot voetbalproblematiek.
- De coach heeft het meeste resultaat wanneer hij de spelers kan bewegen het te hebben over handelen als voetballer. Veelal is de jeugd van deze leeftijd hier gevoelig voor. Argumenten over hun eigen handelen en aanwijzingen en vragen over hoe een en ander beter moet.
- De coach moet niet te snel tevreden zijn in relatie tot wat de doelstelling moet opleveren. Dus opmerkingen als "goed schot", "jammer net over" of "mooie passeeractie, maar de rugdekking gevende verdediger onderschept de bal", vervangen door meer realistische benadering in relatie tot wat het moet opleveren.
- Vooral de samenhang en samenwerking tussen de verschillende spelers juist bij O17 en O18 soms een extra moeilijkheidsfactor is in het leerproces.
- Vanaf O17 kan gestart worden met het systematisch voetbal-conditioneel trainen. specifieke snelheid / kracht / uithoudingsvermogen trainingsvormen is mogelijk.
- Verder ontwikkelen teamtaken, taken per linie en per positie;
- Technische vaardigheden verbeteren en oefenen in hoog tempo en onder weerstand tijdens wedstrijdssituaties.