



Jeugdvoetbalbeleidsplan VV ONR 2016-2019



Documenteigenaar: Jeugdbestuur VV ONR
Versie: 2.0
Datum: 02-5-2016



Inhoudsopgave

1.	Inleiding	3
2.	Doelstelling	3
3.	Beleidscyclus.....	3
4.	Visie op voetbal	4
5.	Kernwaarden van de ONR jeugdopleiding	6
6.	ONR visie op de manier van voetballen (speelstijl).....	6
6.1	ONR speelwijze.....	6
6.2	Teamorganisatie en basistaken 7 tegen 7	15
6.3	Teamorganisatie en basistaken 11 tegen 11.....	15
7.	Keepers.....	17
7.1	Speelwijze.....	17
7.2	Keeperstraining	17
7.3	Structuur keeperstraining	17
7.4	Middelen en methoden.....	17
8.	ONR Visie op (steeds beter) leren voetballen	18
9.	Opleidings- en coachingsdoelstellingen	18
10.	Leerlijnen.....	20
11.	ONR visie op coachen	21
12.	Randvoorwaarden om doelstellingen jeugdopleiding te realiseren	21
12.1	Teamindulingsbeleid	21
12.1.1	Criteria per leeftijdscategorie.....	22
12.1.2	Teamindeling algemeen	23
12.1.3	Organisatie teamindeling	24
12.1.4	Vervroegd doorschuiven tijdens het seizoen	25
12.1.5	Lenen van andere elftallen	26
12.1.6	Deelname door jeugdspelers aan wedstrijden van de senioren.....	26
11.2	Spelervolgsysteem.....	27
11.3	Leden(werving).....	27



11.4	Kader	27
11.5	Organisatie	28
11.6	Accommodatie	28
11.7	Materiaal	28
	Bijlage A Basistaken 7 tegen 7	30
	Bijlage B Basistaken 11 tegen 11	31
	Bijlage C Opleidingsplan	37
	Bijlage D Voorbeeld leerlijn	51
	Bijlage E Voorbeeld handleiding coachen	56
	Bijlage F Voorbeeld spelersrapport	63



1. Inleiding

Dit is het Jeugdvoetbalbeleidsplan 2016-2019 (JVBP) van VV ONR. In dit plan is vastgelegd welke doelen VV ONR heeft met haar jeugdopleiding en op welke manier we dat willen bereiken. Het Jeugdbestuur van VV ONR heeft de Technische Commissie Jeugd opdracht gegeven om dit plan te maken. De TCJ is samen met de Jeugdtrainers, Hoofd Jeugdopleiding en de Hoofdtrainer aan de slag gegaan onder begeleiding van Ab van der Velde van de KNVB. Het traject is volledig ondersteund door het Jeugdbestuur, het Hoofdbestuur en afgestemd met de Coördinator Technische Zaken Senioren. Het JVBP is bestemd voor alle spelers, trainers, leiders, ouders, kaderleden en iedereen die betrokken is bij onze vereniging. Het is een van de middelen om de kwaliteit van de jeugdopleiding te verbeteren. Het waarborgen van de kwaliteit is een continu proces en daarom zal dit document regelmatig geëvalueerd en aangepast worden. De TCJ staat als beheerder van dit document daarom altijd open voor ideeën, voorstellen en vragen met betrekking tot het jeugdvoetbalbeleid van VV ONR. Tenslotte bedankt de TCJ alle mensen heel hartelijk die een bijdrage geleverd hebben aan dit plan.

2. Doelstelling

De doelstellingen die VV ONR met haar jeugdopleiding wil realiseren zijn:

- alle jeugdleden, overeenkomstig hun talent en ambitie, optimale mogelijkheden bieden om hun voetbalvermogen optimaal te kunnen ontwikkelen;
- alle jeugdleden, ongeacht hun talent en ambitie, optimale mogelijkheden bieden met veel plezier te kunnen voetballen;
- een bijdrage leveren aan een optimale doorstroming naar de seniorenafdeling van de vereniging;
- alle bij VV ONR betrokkenen informeren over de na te streven doelstellingen, de wijze waarop die doelstellingen nagestreefd worden, de organisatie die daarvoor nodig is en de taken en verantwoordelijkheden die dat met zich meebrengt.

3. Beleidscyclus

De TCJ evalueert jaarlijks met trainers, leiders en het JB de voortgang van dit beleidsplan .

Jaarlijkse evaluatiepunten/-vragen en daaruit voortvloeiende actiepunten

- Zijn de doelstellingen gerealiseerd?
- Welke wel?
- Welke nog niet?
- Welke kansen (intern en extern) kunnen (nu of in de nabije toekomst) een positieve invloed hebben op het realiseren van de geformuleerde doelstellingen?
- Welke bedreigingen (intern en extern) kunnen (nu of in de nabije toekomst) een negatieve invloed hebben op het realiseren van de geformuleerde doelstellingen?



Planning:

- Begin seizoen gezamenlijke sessie(s) met trainers, leiders, ouders om beleidsplan toe te lichten
- Tijdens de winterstop evaluatie met trainers en leiders
- Einde seizoen evaluatie met trainers, leiders en JB. Afspraken maken over doelstellingen volgend seizoen.

Actiepunten komende periode tot de zomerstop:

- Avond in juni organiseren voor terugkoppeling van dit plan aan de betrokken personen.
- Verspreiden van dit beleidsplan binnen ONR.
- Ontwikkelen leerlijnen.
- Eerste versie presentatie over beleidsplan maken voor gebruik bij ouderavonden, leiders- en trainersoverleggen.

Actiepunten komend seizoen:

- Verspreiden handleidingen coaching.
- Paragrafen toevoegen over: Beleid keepers, kader, etc..
- Inventariseren en uitwerken behoefte aan kennis, methoden en middelen om beter te leren voetballen.

4. Visie op voetbal

KNVB visie

Voetballen is een zeer complexe sport. Je speelt met 11 tegen 11, er is maar 1 bal en beide teams willen winnen. Dit houdt in dat spelers voortdurend keuzes moeten maken. Elke situatie vraagt weer om een andere oplossing en een goede uitvoering om tot een goed resultaat te komen. Dit geldt met name voor 4 belangrijke, steeds terugkerende, momenten:

1. Je hebt zelf de bal of een medespeler heeft de bal (aanvallen).
2. Jij of een medespeler verliest de bal (omschakelen naar verdedigen)
3. Een tegenstander heeft de bal (verdedigen)
4. jij of een medespeler verovert de bal (omschakelen naar aanvallen)

Anders gesteld kun je zeggen:

- Om een wedstrijd te kunnen winnen moet het team dat de bal heeft aanvallen en het team dat de bal niet heeft moet verdedigen.
- Als een team de bal verliest moet men omschakelen naar verdedigen en het team dat de bal verovert moet omschakelen naar aanvallen.



Binnen aanvallen, omschakelen naar verdedigen, verdedigen en omschakelen naar aanvallen moeten spelers handelen: iets doen om het gewenste resultaat te behalen. Dat handelen bestaat uit keuzes maken en die keuze optimaal uitvoeren. Goede keuzes maken (individueel en op elkaar afgestemd) en het zo goed mogelijk uitvoeren van die keuzes (techniek met en zonder bal) bepaalt immers het resultaat in elke voetbalsituatie en daarmee van de wedstrijd.

Jeugdspelers (van mini-pupil tot en met JO19-junior) moeten daar langzamerhand steeds beter in worden om uiteindelijk zo goed mogelijk (in termen van resultaat) 11 tegen 11 te kunnen spelen. Anders gesteld: jeugdspelers moeten steeds beter worden in aanvallen, omschakelen en verdedigen. Concreter: beter worden in het handelen binnen aanvallen, omschakelen en verdedigen.

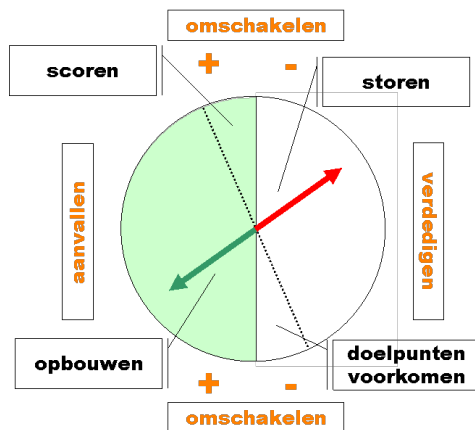
Dat handelen is uiteindelijk zichtbaar in wat de spelers doen met bal en zonder bal en is gericht op winnen t.o.v. een tegenpartij die ook wil winnen.

Toelichting op 'winnen':

Winnen is hier bedoeld als spelbedoeling. Het spel wordt immers door de spelers gespeeld om te winnen. Het team dat de bal heeft probeert te scoren en het team dat de bal niet heeft probeert doelpunten te voorkomen, de bal te veroveren om vervolgens proberen te scoren. Beide teams proberen één goal meer te scoren dan de tegenpartij.

Voor de trainer/coach van jeugdteams gaat het om 'winnen' in termen van 'winst boeken', het verder ontwikkelen van jeugdspelers. Zie ook de eerder genoemde doelstellingen die ONR nastreeft.

KNVB model:





5. Kernwaarden van de ONR jeugdopleiding

Bij ONR leiden we jeugdspelers op op basis van de volgende kernwaarden:

- **Strijdvaardig:** Spelers zijn tot aan het einde van de wedstrijd en onder alle omstandigheden gericht op het winnen van het spel.
- **Durf:** Spelers nemen het initiatief bij balbezit en balverlies.
- **Creatief:** Spelers voetballen oplossingsgericht en avontuurlijk om kansen te creëren en te scoren.
- **Zelfstandig:** Spelers nemen verantwoordelijkheid voor hun eigen ontwikkeling.
- **Teamspeler:** Spelers kennen hun eigen sterke punten, kennen de sterke punten van hun teamgenoten en zetten zich tijdens wedstrijden volledig in voor het belang van het team.
- **Respect:** Spelers gaan altijd respectvol om met elkaar, tegenstanders, leiding, toeschouwers, materialen en gebouwen.

6. ONR visie op de manier van voetballen (speelstijl)

6.1 ONR speelwijze

De speelstijl/speelwijze die ONR nastreeft is hieronder beschreven. Deze speelstijl/speelwijze geeft aan waar het opleiden van jeugdspelers toe moet leiden. Concreet betekent dit dat deze speelstijl/speelwijze door de tweedejaars O19-junioren zo optimaal mogelijk uitgevoerd moet kunnen worden.

Vertaald naar het opleiden van jeugdspelers houdt dit in dat vanaf de jongste jeugd gewerkt wordt aan het eigen maken van deze speelwijze van het team en het handelen van individuele spelers daarbinnen.

Deze speelwijze geeft dus richting aan de inhoud van en het coachen tijdens trainingen en wedstrijden van alle leeftijdsgroepen.



Visie op voetballen - Speelstijl/Speelwijze			
	Aanvallen	Fase 1	Verzorgd opbouwen. Overtal uitspelen. Man meer-situatie in fase 2 creëren.
		Fase 2	Diep spelen waar mogelijk. Gecreëerd overtal uitspelen. Bal houden.
		Fase 3	Doelgericht zijn: samen of individueel kansen creëren en scoren.
	Omschakelen van aanvallen naar verdedigen	Fase 1	Snel druk op de balbezitter. Scoren voorkomen. Dwingen tot terugspelen.
		Fase 2	Snel hoog druk zetten. Diepte voorkomen. Niet uit laten spelen. Bal veroveren. Compact tussen bal en eigen doel.
		Fase 3	Snel hoog druk zetten. Bal veroveren. Niet uit laten spelen. Diepte voorkomen. Opsluiten richting bal.
	Verdedigen	Fase 1	Druk op balbezitter. Scoren en spelen richting doel voorkomen.
		Fase 2	Druk op balbezitter. Dieptepass en passeren voorkomen. Compact opsluiten.
		Fase 3	Druk op balbezitter. Dwingend. Bal veroveren. Diepte voorkomen. Hoog spelen. Speler 3 of 4 voor verdediging.
	Omschakelen van verdedigen naar aanvallen	Fase 1	Snel in diepte aanbieden en spelen. Bal houden. Uit elkaar. Veldbezetting.
		Fase 2	Snel in diepte aanbieden en spelen. Diepte maken met bal. Uit elkaar. Veldbezetting.
		Fase 3	Snel richting doel. Individueel of samen.

Aanvallen

> Kansen creëren en scoren

Algemene uitgangspunten:

- Iedereen levert een bijdrage aan het aanvallen!
- Speelruimte zo groot mogelijk maken en houden in lengte en breedte.
- Diepspelen gaat voor breed spelen.
- Breed-, zijwaarts en terugspelen zijn voorwaardelijk (Geen doel dus!) voor diepspelen.
- Bal houden is voorwaarde voor het kunnen creëren van kansen.



- Zorg dragen voor een optimale veldbezetting binnen de gekozen teamorganisatie.
- Verdedigend denken, tijdens het aanvallen, is noodzakelijk (restverdediging).

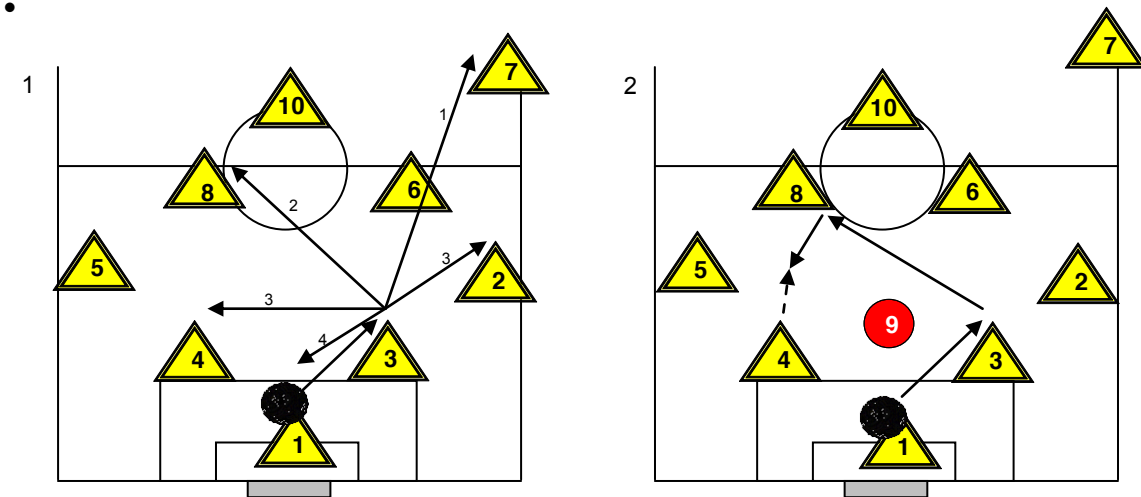
Aanvallen – Fase 1

Doel: Vanuit balbezit op eigen helft (keeper of verdedigers) komen tot/bijdragen aan het creëren van kansen door het balbezit te verplaatsen naar, bij voorkeur, fase 3 of (via) fase 2.

- Speelruimte in lengte en breedte van het veld zo groot mogelijk maken.
- Veldbezetting is zodanig dat voorwaarden optimaal zijn om de bal in het spel te kunnen brengen (bij een doelschop) of het spel voort te kunnen zetten (als de keeper of één van de verdedigers de bal heeft) om tot een succesvolle aanval te kunnen komen.
 - Verdedigers benutten volledige breedte van het veld en staan onderling niet op één lijn.
 - Spitsen maken het veld zo lang mogelijk.
 - Middenvelders kiezen zodanig positie dat er voor de keeper en de verdedigers ruimte ontstaat om de bal gecontroleerd in het spel te brengen, te houden en naar voren (richting het doel van de tegenstander) te kunnen verplaatsen.
- Diepspelen gaat voor breed spelen. Breed spelen gaat voor terugspelen. (Tekening 1.)
 - Optie 1: Eén van de spitsen aanspelen.
 - Optie 2: Een middenvelder aanspelen.
 - Optie 3: Verdediger aanspelen.
 - Optie 4: Keeper aanspelen.

Voorkeur heeft hier het spelen van schuine voorwaartse passes om daarmee de ontvanger de gelegenheid te bieden de bal met het gezicht naar het doel van de tegenpartij aan of mee te nemen.

- Middenvelders kiezen zodanig positie dat zij optimale voorwaarden creëren om ruimte voor een pass op een spits te creëren, zelf aangespeeld te worden, een medemiddenvelder aangespeeld te krijgen of een verdediger met of zonder bal in het middenveld te laten komen. Middenvelders zijn daarbij niet aan vaste positie gebonden.
- Een overtalsituatie t.o.v. de spitsen van de tegenpartij uitspelen om tot een overtal op het middenveld te komen.
 - Door keeper en verdedigers onderling – één van de verdedigers kiest positie in het middenveld en ontvang bal van een medeverdediger.
 - Door verdedigers individueel – één van de verdedigers dribbelt/drijft middenveld in. (Tekening 2.)
 - Door keeper en verdedigers in samenwerking met middenvelders – na het inspelen van een middenvelder komt één van de verdedigers in het middenveld en ontvangt de bal. De voorkeur gaat er daarbij naar uit dat spelers op het middenveld met het gezicht naar het doel van de tegenpartij in balbezit komen.
- Als de bal in fase 3 of 2 terecht gekomen is zorgen de (overgebleven) verdedigers voor een goede restverdediging.



Aanvallen – Fase 2

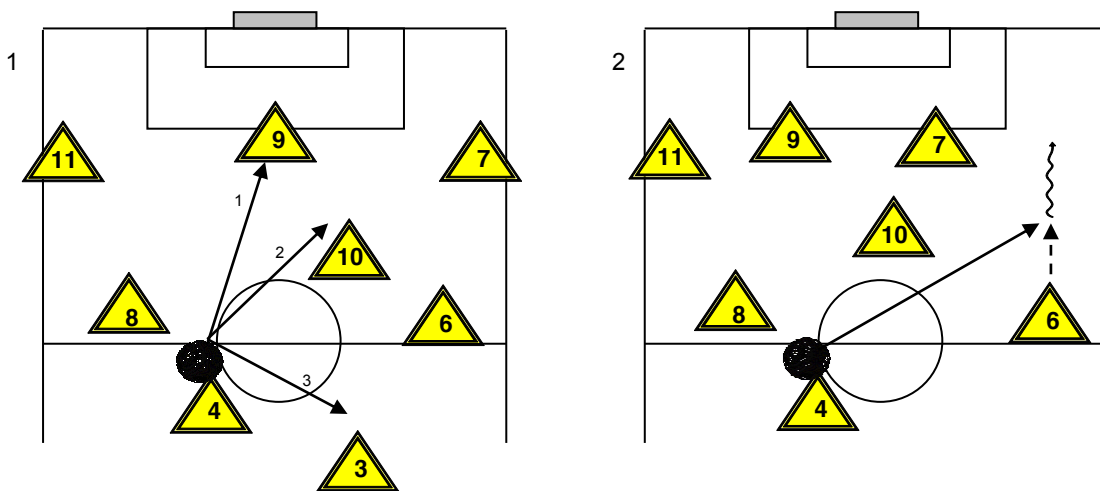
Doel: Vanuit balbezit op het middenveld komen tot/bijdragen aan het creëren van kansen door het balbezit te verplaatsen naar fase 3.

- Speelruimte in lengte en breedte van het veld zo groot mogelijk houden.
 - Spitsen proberen de ruimte op het middenveld zo groot (in de lengte van het veld) mogelijk te houden door diep weg positie te kiezen.
 - Verdedigers doen hetzelfde door niet te snel aan te sluiten bij de middenvelders.
- Veldbezetting is zodanig dat voorwaarden optimaal zijn om de bal in het middenveld (fase 2) te kunnen houden en het spel naar voren (fase 3) voort te kunnen zetten om tot een succesvolle aanval te kunnen komen.
 - Middenvelders en eventuele ingeschoven verdediger kiezen zodanig positie dat de ruimte in de breedte van het veld optimaal benut wordt, men niet te dicht op de spitsen komt te spelen, maar de spitsen wel kan ondersteunen als deze in balbezit komen.
 - Verdedigers kiezen zodanig positie dat zij eventueel aanspeelbaar zijn voor een eventuele terugpass en, bij eventueel balverlies, goed staan t.o.v. de spitsen van de tegenpartij (restverdediging).
- Diepspelen gaat voor breed spelen. Breed spelen gaat voor terugspelen. (Tekening 1.)
 - Optie 1: Eén van de spitsen aanspelen.
 - Optie 2: Een middenvelder aanspelen.
 - Optie 3: Verdediger aanspelen.
 - Optie 4: Keeper aanspelen.

Voorkeur heeft hier het spelen van schuine voorwaartse passes om daarmee de ontvanger de gelegenheid te bieden de bal met het gezicht naar het doel van de tegenpartij aan of mee te nemen. Het diepspelen mag enig risico (wel of niet aankomen van de pass) in zich hebben.
- De spitsen proberen vanuit hun uitgangspositie in de diepte, breedte of d.m.v. terug aanbieden los te komen van hun directe tegenstander om de bal te kunnen ontvangen. Daarbij hoeven de spitsen niet positie gebonden te spelen. Positiewisselingen zijn mogelijkheden om gemakkelijker

aangespeeld te kunnen worden. Onderlinge afstemming is daarbij van belang. Voor de balbezitter (middenvelder of ingeschoven verdediger) heeft een voorwaartse pass prioriteit.

- D.m.v. goed positieospel wordt geprobeerd het ondertal van de tegenpartij uit te spelen.
 - Onderling (middenvelders en eventueel ingeschoven verdediger).
 - Individueel door te dribbelen, drijven en/of te passeren. (Tekening 2.)
 - In samenwerking met één van de spitsen.
- Als de bal in fase 3 terecht komt kunnen middenvelders en/of de ingeschoven verdediger mee blijven doen, maar dient de balans in het team/de veldbezetting op het middenveld goed te blijven i.v.m. eventueel balverlies en een mogelijke tegenaanval.



Aanvallen – Fase 3

Doel: Komen tot het creëren van kansen en het scoren van doelpunten.

- De speelruimte wordt optimaal bezet door de breedte en diepte van het veld in eerste instantie goed te blijven benutten en daarmee ruimte voor jezelf en voor medespelers met en zonder bal te creëren.
 - Spitsen houden het veld breed en diep of creëren ruimte waar medespelers met of zonder bal in kunnen komen.
 - Middenvelders of ingeschoven verdedigers houden een bepaalde afstand t.o.v. de spitsen om daarmee te zorgen voor voldoende speelruimte voor de spitsen.
 - Verdedigers sluiten richting het middenveld om bij eventueel balverlies direct weer compact te staan.
 - De keeper kiest positie verder van het eigen doel af.
- Diepspelen gaat voor breed spelen. Breed spelen gaat voor terugspelen.
 - Optie 1: Zelf schieten of d.m.v. een individuele actie een scoringskans creëren.
 - Optie 2: Een medespeler aanspelen die daarmee een scoringskans krijgt.
 - Optie 3: Een medespeler aanspelen die dieper staat.
 - Optie 4: Breed spelen.
 - Optie 5: Terugspelen.



Voorkeur hebben hier passes waardoor de ontvanger de bal met het gezicht naar het doel van de tegenpartij ontvangt of direct kan afwerken.

- In fase 3 is al het handelen met en zonder bal gericht op het creëren van kansen en het scoren van doelpunten. Situaties die zich daarin voor kunnen doen zijn o.a.:
 - Schieten van afstand.
 - Het uitspelen van 1 tegen 1.
 - Het uitspelen van een overtalsituatie door het centrum en op de vleugel.
 - Korte combinaties (o.a. 1-2-tje, derdeman-situatie, terugleggen, kaatsen, ...).
 - Het geven van een voorzet (hoog, laag, eerste paal, tweede paal, terugleggen).
 - Een goede bezetting voor het doel is daarbij van essentieel belang (eerste paal, tweede paal, penaltystip, rond 16m-gebied, ...).
 - Het creëren van ruimte voor jezelf en voor medespelers door loopacties (in de breedte, in de diepte, terug, na een vooractie, ...).

Omschakelen van aanvallen naar verdedigen

> Voorkomen van doelpunten, voorkomen dat er kansen gecreëerd kunnen worden en de bal terugveroveren

Algemene uitgangspunten:

- Anticiperen op eventueel omschakelmoment van aanvallen naar verdedigen.
- Snel en doelgericht omschakelen van aanvallen naar verdedigen.
- Alle spelers schakelen om.
- Algemene uitgangspunten voor verdedigen gaan per direct gelden.

Omschakelen van aanvallen naar verdedigen – Fase 1

- Dichtstbijzijnde speler zet balbezitter tegenpartij zo snel mogelijk onder druk.
 - Schot op doel blokkeren. Op doel schieten voorkomen. Niet uit laten spelen. Diep spelen voorkomen. Terug of naar de zijkant dwingen. Terugpass of pass naar zijkant afdwingen. Bal terugveroveren.
- Verdedigers en middenvelders kiezen, zo ver mogelijk van het eigen doel af, positie t.o.v. eigen doel, balbezitter, medespeler die in duel is en tegenstanders.
 - Speelruimte rond de bal klein maken. Kort dekken rond de bal. Elkaar rugdekking geven. Tegenstanders die verder van de bal af zijn ruimtedekking geven. Dieptepass voorkomen.

Omschakelen van aanvallen naar verdedigen – Fase 2

- Dichtstbijzijnde speler zet balbezitter tegenpartij zo snel mogelijk onder druk.
 - Schot op doel blokkeren, diepspelen voorkomen of bal terugveroveren afhankelijk van waar de bal in fase 2 verloren gaat. Niet uit laten spelen. Terug of naar de zijkant dwingen. Terugpass of pass naar zijkant afdwingen.
- Alle medespelers maken de speelruimte voor de tegenpartij zo snel mogelijk klein in lengte en breedte waarbij de tegenpartij zo ver mogelijk van het eigen doel gehouden wordt.
 - Verdedigers en keeper schuiven zo ver mogelijk door naar voren en komen, afhankelijk van de positie van de bal, naar binnen (knijpen) of kantelen naar de kant van de bal.



- Middenvelders maken speelveld in de breedte klein door naar binnen te komen (knijpen) of te kantelen naar de kant van de bal.
- Spitsen maken veld in de lengte klein door in te zakken, naar binnen te komen (knijpen) of te kantelen richting de balbezitter.
- Alle medespelers kiezen, zo ver mogelijk van het eigen doel af, positie t.o.v. eigen doel, balbezitter, medespeler die in duel is en tegenstanders.
 - Speelruimte rond de bal klein maken. Kort dekken rond de bal. Elkaar rugdekking geven. Tegenstanders die verder van de bal af zijn ruimtedekking geven. Dieptepass voorkomen.

Omschakelen van aanvallen naar verdedigen – Fase 3

- Dichtstbijzijnde speler zet balbezitter tegenpartij zo snel mogelijk onder druk.
 - Bal terugveroveren. Diep spelen voorkomen. Terug of naar de zijkant dwingen. Terugpass of pass naar zijkant afdwingen. Niet uit laten spelen.
- Alle medespelers maken de speelruimte voor de tegenpartij zo snel mogelijk klein in de lengte en de breedte waarbij de tegenpartij zo ver mogelijk teruggedwongen wordt.
 - Spitsen maken speelveld in de breedte klein door naar binnen te komen (knijpen) of te kantelen richting de balbezitter en proberen een eventuele terugpass naar de keeper te voorkomen.
 - Middenvelders, verdedigers en keeper schuiven zo ver mogelijk door naar voren en komen, afhankelijk van de positie van de bal, naar binnen (knijpen) of kantelen naar de kant van de bal.

Verdedigen

> Scoren tegenpartij voorkomen

Algemene uitgangspunten:

- Iedereen levert een bijdrage aan het verdedigen!
- Speelruimte voor tegenpartij klein maken en houden in de lengte en de breedte.
- Druk op de balbezittende spelers zetten en houden.
- Kort dekken in de buurt van de bal.
- Rug- en ruimtedekking geven verder van de bal vandaan.
- Nuttig blijven.
- Handelen binnen de spelregels.

Verdedigen – Fase 1

Doel: Voorkomen dat de tegenstander op doel kan schieten of een voorwaartse pass richting doel kan geven door middel van actief druk zetten op de balbezitter.

- Dichtstbijzijnde speler zet actief druk op balbezitter.
- Het veld wordt compact gehouden door onze partij om zo de speelruimtes voor de tegenstander te beperken -> Back van de niet-bal kant knijpt, centrale verdedigers kantelen mee richting bal.
- Verdediging voorkomt een pass richting of schot op doel door het compact houden van het veld.



- Er wordt positie gebonden (in de zone) verdedigd. Verdedigers nemen spelers van elkaar over.
- Het middenveld en de aanval knijpen /kantelen actief mee om de speelruimtes compact te maken en een breedtepass of terugpass te voorkomen.
- Verdediging vangt de tegenstander zo hoog mogelijk op het veld op om de afstand tot het eigen doel zo groot mogelijk te maken voor de tegenstander.
- De wil om bal te veroveren: actief duels aangaan
- Keeper speelt actief mee door middel van coaching en mee bewegen in richting bal.

*Toelichting knijpen en kantelen:

Knijpen: het doel van knijpen is om het speelveld klein te maken. Dit doe je door de flankspelers naar binnen te laten komen, en dichtbij de centrale voetballers te laten spelen. Knijpen doe je wanneer de tegenstander in balbezit is. Je kan knijpen naar het midden van het veld, maar je kan ook naar een zijkant toe het veld klein maken.

Kantelen: De tegenstander opsluiten aan één kant van het veld, aan de zijde waar de bal gespeeld wordt. Kantelen houdt in dat één flank mee opschuift naar de kant van de bal, met als doel om het speelveld zo klein mogelijk te maken.

Verdedigen – Fase 2

Doel: Voorkomen dat de tegenstander een bal voorwaarts kan spelen of een speler kan passeren.

- Dichtstbijzijnde speler zet actief druk op balbezitter.
- Verdediging staat zo hoog mogelijk op het veld om de afstand tot eigen doel te vergroten en het speelveld zo klein mogelijk te maken.
- Buitenspelers en aanvallers knijpen om het veld compact te houden en zo de speelruimtes voor de tegenstander te beperken.
- Er wordt doorgestapt vanuit het middenveld om druk op de bal te houden en diepte in het spel te voorkomen.
- Vanuit de verdediging wordt er door gedekt.
- De wil om bal te veroveren: actief duels aangaan

Verdedigen – Fase 3

Doel: Diepte voorkomen en bal veroveren vanuit een compacte organisatie hoog op het veld (helpt tegenstander).

- Dichtstbijzijnde speler zet gecontroleerd maar dwingend druk op balbezitter.
- Verdediging schakelt hoog op het veld -> 1 centrale verdediger komt voor zijn verdediging te spelen om middenveld te ondersteunen
- Centrale middenvelders sluiten aan bij aanval om passlijn in diepte af te sluiten.
- Buitenspelers kantelen om het veld compact te maken en om breedtepasses te voorkomen.
- De wil om bal te veroveren: actief duels aangaan

Omschakelen van verdedigen naar aanvallen

> Komen tot het creëren van kansen en het scoren van doelpunten.



Algemene uitgangspunten:

- Anticiperen op eventueel omschakelmoment van verdedigen naar aanvallen.
- Snel en doelgericht omschakelen van verdedigen naar aanvallen.
- Alle spelers schakelen om.
- Algemene uitgangspunten voor aanvallen gaan per direct gelden.

Omschakelen van verdedigen naar aanvallen – Fase 1

- Balveroveraar zoekt de voetballende oplossing in eerste instantie voorwaarts -> diepte voor breedte
 - Medespelers bieden zich in diepte aan
- Veld wordt direct groot gemaakt -> van compacte verdedigende organisatie naar ruime aanvallende organisatie
 - Basisformatie komt weer terug

Omschakelen van verdedigen naar aanvallen – Fase 2

- Balveroveraar zoekt de voetballende oplossing in eerste instantie voorwaarts -> diepte voor breedte
 - Medespelers bieden zich in diepte aan
- Veld wordt direct groot gemaakt -> van compacte verdedigende organisatie naar ruime aanvallende organisatie
 - Basisformatie komt weer terug
- Bal gecontroleerd naar fase 3 spelen -> bal in bezit houden

Omschakelen van verdedigen naar aanvallen – Fase 3

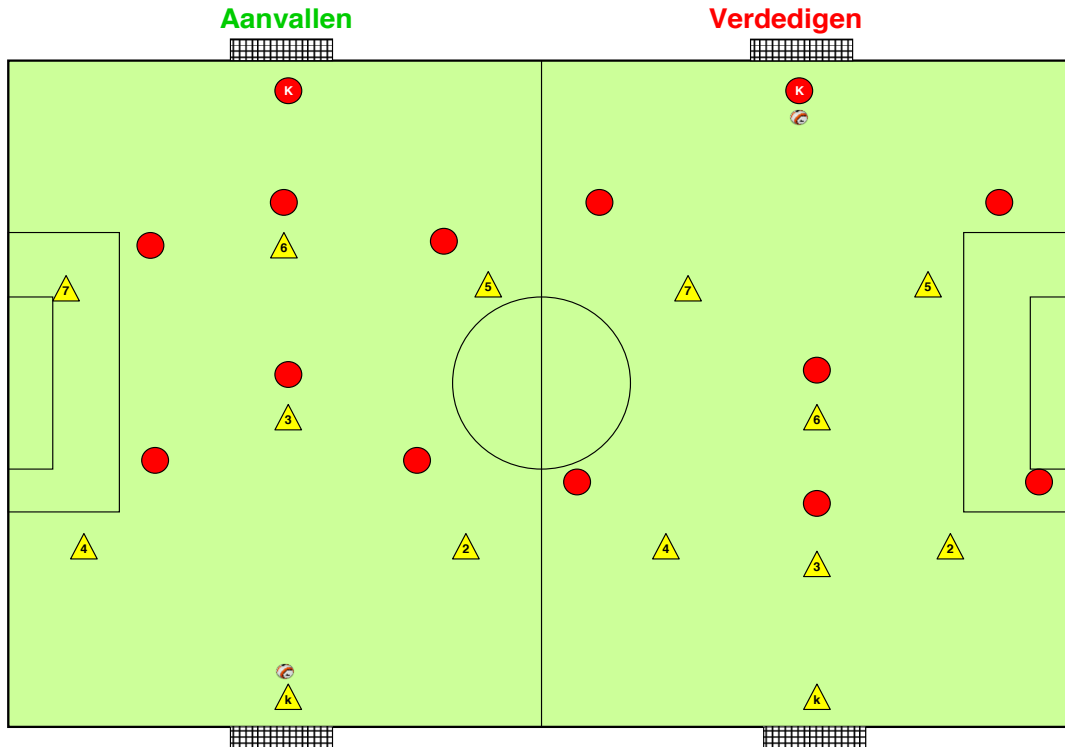
- Snel richting doel -> individueel passeren, pass in de diepte of schot op doel!



6.2 Teamorganisatie en basistaken 7 tegen 7

Teamorganisatie

JO11 en JO9 pupillen spelen in 7-tallen conform de richtlijnen van de KNVB. VV ONR adviseert daar niet van af te wijken, ook niet als de tegenstander 8 tegen 8 wil spelen. Meer spelers op het veld betekent minder ruimte op het veld en minder balcontact per speler. Alleen bij extreme weersomstandigheden kan er in overleg met de tegenpartij 8 tegen 8 gespeeld worden. De opstelling is 1 keeper, 2 verdedigers, 1 middenvelder, 2 flankaanvallers, 1 centrale aanvaller. In onderstaande afbeelding wordt ONR weergegeven door de gele driehoeken.



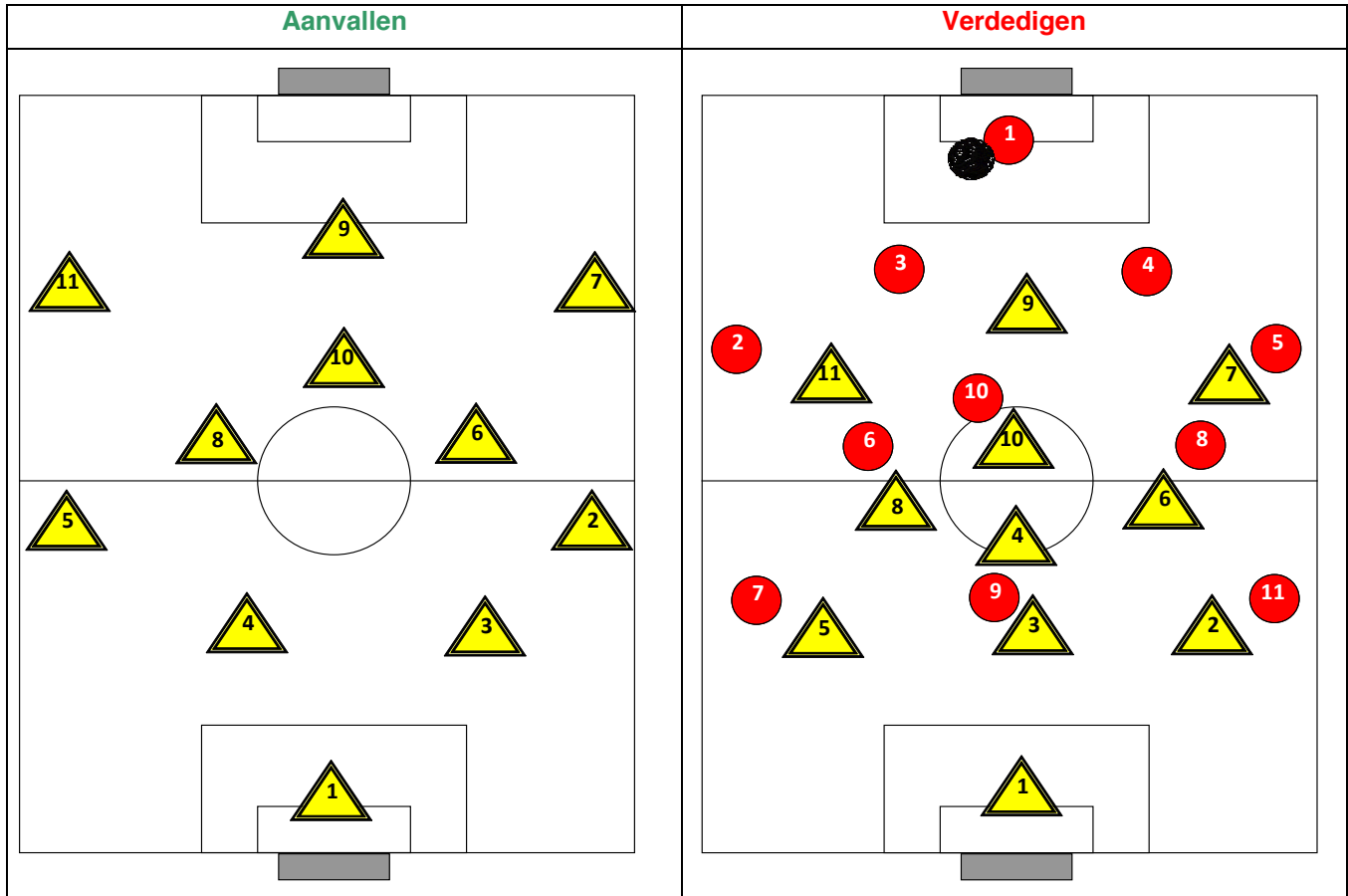
Basistaken

Bijlage A geeft een globaal overzicht van welke 'taken' de spelers op de verschillende posities in het team hebben te vervullen. Uiteraard is dit geen keurslijf, maar meer een referentiekader van waaruit de trainer en de coach spelers verder kunnen helpen in hun ontwikkeling.

6.3 Teamorganisatie en basistaken 11 tegen 11

Teamorganisatie

Als uitgangspunt is genomen dat de O13 pupillen- en O15-juniorenteams van ONR (in onderstaande tekening in het geel aangegeven) aanvallend in een 1:4:3:3 teamorganisatie en verdedigend in een 1:3:4:3 teamorganisatie spelen. Bij de O17- en O19-junioren wordt de teamorganisatie gekozen die past bij de in het team aanwezige kwaliteiten en optimaal bijdraagt aan de verdere ontwikkeling van de individuele kwaliteiten.



Basistaken

Een beschrijving van de basistaken bij 11 tegen 11 is te vinden in Bijlage B.



7. Keepers

7.1 Speelwijze

De in 6.1 genoemde speelwijze betekent voor de ONR keeper:

- dat hij indien nodig ver voor zijn goal deelneemt aan het spel. De keeper verdedigt diepe ballen van de tegenstander die over de verdedigers gaan. Daarnaast voetbalt hij mee in de opbouw. De gewenste afstand tussen de keeper en de verdedigers is afhankelijk van de afspraken met en tussen de verdedigers en de speelwijze van de tegenstander.
- Dat hij de doeltrappen neemt tenzij er in het teambelang een goede reden is om dat niet te doen. De reden daarvoor is dat de veldspelers op dat moment in positie staan.

7.2 Keeperstraining

De keepers trainen eenmaal per week onder leiding van een keeperstrainer. Daarin worden de technische vaardigheden geoefend in groepen van maximaal 3 keepers per trainer. De keepers trainen daarnaast tenminste eenmaal per week met hun eigen groep. In een ideale situatie sluit een keeper na zijn keeperstraining direct aan bij het partijspel van zijn groep.

De training onder leiding van de keeperstrainer bevat de volgende inhoud:

- Algemeen: coachen van medespelers, concentratie, meevoetballen.
- O11:
 - Basistechniek: vangen, duiken, vallen, gooien, positie in de goal, 1v1.
- O13-O15:
 - Onderhouden basistechniek.
 - Trappen, voorzetten, bescherming in duels, techniek (voorvoeten, zijwaarts bewegen etc.), duiken, 1v1.
- O17-O19:
 - Onderhouden basistechniek en inhoud D-C.
 - Conditie, (reactie-)snelheid, klaar staan voor volgende actie, kracht, coördinatie.

7.3 Structuur keeperstraining

De keeperstraining duurt 45 minuten en bestaat uit de volgende onderdelen:

- Warming up
- Techniek
- Partijvorm: spelvormen voor keepers (Frans Hoek bijvoorbeeld)
- Nabespreken en opruimen

7.4 Middelen en methoden

Om het voetbalvermogen van keepers optimaal te ontwikkelen zijn de volgende middelen gewenst:

- Goed grasveld met droge ondergrond



- Voldoende ruimte (60m*40m) om te trainen op bijvoorbeeld uittrappen.
- Twee paar keeperhandschoenen per keeper per seizoen.
- Poppen/muur voor spelhervattingen.

Om voetballers op een informele manier kennis te laten maken met keepen en keeperstalent te ontdekken zou ONR jaarlijks een keepersmiddag kunnen organiseren.

8. ONR Visie op (steeds beter) leren voetballen

Uit de trainersavonden zijn de volgende uitgangspunten naar voren gekomen met betrekking tot leren voetballen:

- Technische vaardigheid ontwikkelen
- Zoveel mogelijk met bal trainen, veel balcontacten
- Veelvuldig gebruik partijvormen/ voetbalvormen (vereenvoudiging van de wedstrijd)
- Veel herhalingen
- Veel beweging

Naast trainingen en de wedstrijden zijn er andere middelen om spelers steeds beter te leren voetballen.

Bijvoorbeeld:

- Extra activiteiten zoals Voetbalschool, 4*4 toernooi.
- Spelervolgsysteem
- Video analyse
- Etc.

Tenslotte zijn ook conditie en kracht trainen genoemd tijdens de trainersavonden. Voor voetbal zijn lenigheid, coördinatie, snelheid, kracht en uithoudingsvermogen van belang. De afweging is om deze onderwerpen apart op te nemen in de structuur van de trainingen of te integreren binnen de huidige structuur van de trainingen bijvoorbeeld door hoge eisen te stellen aan de intensiteit en uitvoering van oefeningen.

Dit onderwerp vraagt om een uitgebreide afweging omdat het zorgvuldig moet worden opgebouwd en consequent moet worden toegepast. Daarom werken we dit onderwerp de komende seizoenen met trainers verder uit om te bepalen welke kennis er nodig is om dit verantwoord aan te pakken.

9. Opleidings- en coachingsdoelstellingen

In dit hoofdstuk wordt het opleidingsplan op hoofdlijnen weergegeven. Vertrekpunt daarin zijn de opleidings- en coachingsdoelstellingen per leeftijdscategorie die elkaar stapsgewijs en aangepast aan de algemene ontwikkeling en de voetbalontwikkeling van kinderen opvolgen.

Bij het leren voetballen worden grofweg drie fasen onderscheiden:

- Mini-, O9-en O11-pupillen



- O13-pupillen en O15-junioren
- O17- en O19-junioren

Mini-, O9- en O11-pupillen

Kinderen in de leeftijd van 5 tot 11 jaar zijn naast het doelpunten maken vooral gericht op het in het bezit houden van de bal, het pingelen, het spelen van de bal naar een medespeler en schieten op doel.

In de trainingen ligt het accent op het leren omgaan met de bal in basisvormen, waarbij er veel met kleine aantallen wordt geoefend (bijv. 2 tegen 1, 3 tegen 2, 1 tegen 1, 5 tegen 2 en allerlei variaties daarvan). Het partijspel dat zich het meest leent om het voetballen te ontwikkelen is 4 tegen 4, dat als de kleinste vorm van de echte wedstrijd kan worden gezien.

In verschillende variaties van het 4 tegen 4 kunnen verschillende accenten worden gelegd, waarin de handelingen van spelers met de bal benadrukt worden (zoals dribbelen-passeren, passen en schieten).

Samen doen

Maar uiteraard leren kinderen ook om te verdedigen, want als je de bal niet hebt probeer je die zo snel mogelijk weer terug te krijgen. En - zeker bij O19-pupillen - leren ze dat ook steeds meer samen te doen. Ook komen voorkeuren voor posities meer tot uiting, de één vindt het prettiger om meer verdediger te zijn, de ander is meer een aanvallend type.

O13-pupillen en O15-junioren

Vanaf de O13-pupillen wordt 11 tegen 11 gespeeld. Kinderen beheersen hun eigen bewegingen en willen samen met hun teamgenoten wedijveren met anderen. Ze ontwikkelen inzicht in het spel 11 tegen 11, leren omgaan met een groot speelveld, spelregels en het spelen in een opstelling. Dit betekent voor de training dat er meer aandacht komt voor de veldbezetting, spelen met linies en de verschillende taken die er per linie en per positie zijn.

Accenten

Zeker bij de O13-pupillen kan het voetballen nog vaak geoefend worden met kleine aantallen, waarbij accenten kunnen worden gelegd op het aanvallen of het verdedigen.

Als de spelers ouder en vaardiger zijn, zal daarnaast gekozen kunnen worden voor meer complexe vormen.

Het partijspel 4 tegen 4 blijft een goed leermiddel, maar in 7 tegen 7 of 8 tegen 8 kan meer aandacht worden besteed aan de samenwerking tussen de linies.

O17- en O19-junioren

In de derde fase wordt toegewerkt naar het spelen van wedstrijden als doel. De afgelopen en de eerstkomende wedstrijd worden belangrijker als uitgangspunt van de training. Spelers moeten leren het rendement van hun taakuitvoering te verbeteren, sneller te handelen en zich te specialiseren in de



teamtaken waarin ze het best zijn. Daar hoort ook bij het ondergeschikt maken aan het teambelang en het leren omgaan met spanning en de druk van de wedstrijd.

Periodiseren

De trainingen zullen nog meer wedstrijdgericht zijn, waarbij het team en de spelers individueel zich stap-voor-stap ontwikkelen in het verbeteren van het aanvallen, verdedigen en omschakelen. Door middel van het periodiseren van de voetbaltraining wordt enerzijds gewerkt aan het beter aanvallen, verdedigen en omschakelen en daarnaast door het spelen van voetbalvormen aan het verbeteren van de voetbalconditie van de spelers.

In een model kunnen die opleidings- en coachingsdoelstellingen per leeftijdscategorie als volgt weergegeven worden:



Voorgaande leidt tot het opleidingsplan op hoofdlijnen in Bijlage C.

10. Leerlijnen

Het opleidingsplan kan worden uitgewerkt in Leerlijnen. In Bijlage D staat een voorbeeld van een leerlijn voor O9 pupillen.

Gebruik en invullen van de leerlijnen nader afstemmen met trainers.



11. ONR visie op coachen

Coachen van spelers tijdens wedstrijden is gericht op het bijdragen aan de doelstelling van de jeugdopleiding dus het ontwikkelen van het voetbalvermogen en voetballen met veel plezier.

De ONR wijze van coachen is gebaseerd op de volgende uitgangspunten:

- Coach in de geest van de kernwaarden van ONR, zie paragraaf 5.
- Breng het denkproces bij spelers op gang door vragen te stellen.
- Coach met mate, laat spelers het zelf ervaren.
- Laat de spelers vrijuit spelen en fouten maken. Iedere fout is een kans om te leren.
- Coach positief. Geef complimenten voor de actie en de intentie, niet het resultaat.
- Coach om de spelers te helpen. De training is voor de trainer, de wedstrijd is voor de spelers.
- Geef voor, tijdens en na de wedstrijd in houding en gedrag het goede voorbeeld aan de spelers.

Coaches ontvangen aan het begin van het seizoen een handleiding voor het coachen via de Coördinator. In Bijlage E staat een voorbeeld van een handleiding.

12. Randvoorwaarden om doelstellingen jeugdopleiding te realiseren

12.1 Teamindelingsbeleid

Doelstelling jeugdopleiding:

- alle jeugdleden, overeenkomstig hun talent en ambitie, optimale mogelijkheden bieden om hun voetbalvermogen optimaal te kunnen ontwikkelen;
- alle jeugdleden, ongeacht hun talent en ambitie, optimale mogelijkheden bieden met veel plezier te kunnen voetballen;

Voetbalvermogen: De mate waarin een speler in staat is binnen aanvallen, verdedigen en omschakelen (voetballen) de juiste keuzes te maken en de daarbij behorende uitvoering van handelingen kan toepassen om een positieve bijdrage aan het wedstrijdresultaat te kunnen leveren.

Een voetballer heeft meer voetbalvermogen dan een andere voetballer als hij/zij binnen het aanvallen en/of verdedigen en/of omschakelen (voetballen), in een vergelijkbare voetbalsituatie, vaker in staat is de juiste keuzes te maken en de daarbij gekozen voetbalhandelingen op langere termijn vaker een positieve bijdrage aan het wedstrijdresultaat kunnen leveren.



12.1.1 Criteria per leeftijdscategorie

Criteria per leeftijdscategorie:

Mini-pupillen (4X4)

1. Eventueel kan een scheiding gemaakt worden in 'jongeren' en 'ouderen'. Dit omdat er zich grote verschillen in voetbalvermogen kunnen voordoen.
2. Als deze groepen gaan deelnemen aan toernooitjes in de regio worden de groepen overeenkomstig de door de organisatie aangegeven criteria samengesteld.

O9-pupillen

1. voetbalvermogen
2. leeftijd
3. vriendjes/klasgenoten

O11-pupillen

1. voetbalvermogen
2. leeftijd
3. vriendjes/klasgenoten

O13-pupillen

1. voetbalvermogen
2. leeftijd
3. vrienden/klasgenoten

O15-junioren

1. voetbalvermogen
2. vrienden/klasgenoten

O17-junioren:

1. voetbalvermogen
2. vrienden/klasgenoten

O19-junioren:

1. voetbalvermogen
2. vrienden/klasgenoten

Selectieteams zijn de teams waarin de spelers met het beste voetbalvermogen worden geselecteerd. Het aantal selectieteams binnen een leeftijdsgroep is afhankelijk van het aantal teams. Bij vier of meer teams binnen een leeftijdsgroep zijn er twee selectieteams, bij drie of minder teams binnen een leeftijdsgroep is er één selectieteam. De spelers die niet in de selectieteams spelen worden zo over de overige teams ingedeeld dat de teams zoveel mogelijk van gelijkwaardig niveau zijn.



Voor de selectieteams geldt het volgende:

- Selectieteams worden ingedeeld op basis van voetbalvermogen.
- Bij het samenstellen van selectieteams binnen de categorie O9-pupillen spelen posities (behalve die van doelverdediger) nog geen rol.
- Bij het samenstellen van selectieteams binnen de categorie O11-pupillen wordt rekening gehouden met een evenwichtige verdeling tussen (voor zover al duidelijk) meer verdedigend en meer aanvallend ingestelde spelers.
- Selectieteams bij de O9- en O11-pupillen bestaan uit 8 of 9 spelers, waarvan één (eventueel nog wisselend) doelverdediger is.
- Selectieteams bij de O13-pupillen, O15-, O17- en O19-junioren worden zodanig samengesteld dat er een evenwichtige selectie (keeper en aantal verdedigers, middenvelders en spitsen) ontstaat.
- Selectieteams bij de O13-pupillen, O15-, O17- en O19-junioren bestaan uit 14 spelers, waarvan één de doelverdediger is. In de praktijk kunnen teams t.a.v. van het aantal spelers per linie dus verschillend samengesteld zijn. Voorbeelden: 1-5-4-4, 1-4-5-4, 1-5-5-3.

Voor de niet-selectieteams geldt het volgende:

- Niet-selectieteams worden in eerste instantie ingedeeld op basis van voetbalvermogen. Als het voetbalvermogen van twee spelers als gelijk wordt beoordeeld, is de geboortedatum doorslaggevend en wordt er voor gekozen om gekozen om de jongste speler in het hogere team op te nemen.
- Indien spelers (eventueel via de ouders/verzorgers) duidelijk aangeven dat het ingedeeld worden bij broertjes/zusjes, vriendjes/vriendinnetjes en/of klasgenootjes erg wenselijk is, kan van bovenstaande afgeweken worden.
- Bij het samenstellen van niet-selectieteams binnen de categorie O9-pupillen spelen posities (behalve die van doelverdediger) nog geen rol.
- Bij het samenstellen van niet-selectieteams binnen de categorie O11-pupillen wordt rekening gehouden met een evenwichtige verdeling tussen (voor zover al duidelijk) meer verdedigend en meer aanvallend ingestelde spelers.
- Niet-selectieteams bij de O9- en O11-pupillen bestaan uit maximaal 10 spelers, waarvan één (eventueel nog wisselend) doelverdediger is. Bij de O11-pupillen kunnen teams dus als volgt samengesteld worden: 1-5-4 of 1-4-5.
- Niet-selectieteams bij de O13-pupillen, O15-, O17- en O19-junioren worden zodanig samengesteld dat er een evenwichtige selectie (keeper en aantal verdedigers, middenvelders en spitsen) ontstaat.

12.1.2 Teamindeling algemeen

Naar aanleiding van bijzondere situaties kan het JB afwijken van bovenstaande criteria. Uitgangspunt bij elke keuze blijft: plezier en bijdrage aan optimale ontwikkeling van de individuele speler. Daarnaast geldt:



- Tweedejaars spelers worden t/m de O17-junioren niet ingedeeld in een lager team in dezelfde leeftijdsklasse. Uitzondering op deze regel geldt voor keepers in verband met een mogelijk groot verschil in voetbal (keepers) vermogen.
- Spelers die zich voor 1 juni aanmelden als lid gaan mee in de teamindeling voor het volgend seizoen.
- Spelers die zich na 1 juni aanmelden als lid trainen eerst mee met het laagste team in de leeftijdscategorie. Daarna wordt de speler ingedeeld in een team. Als de O11 en O9 teams vol zitten kan dat betekenen dat de speler tot de winterstop alleen traint en nog geen wedstrijden speelt.
- Bij de O9-pupillen stromen gedurende het seizoen nieuwe leden in. Daardoor kunnen relatief veel spelers op het verkeerde niveau spelen. Het Jeugdbestuur kan in zo'n situatie besluiten de O9-pupillen in de winterstop opnieuw in te delen.

12.1.3 Organisatie teamindeling

Wie maakt de indeling?

Het Hoofd Jeugd Opleiding (HJO) geeft leiding aan het beleid en de procedure ten aanzien van het indelen van de teams zoals dat is vastgelegd in het jeugdvoetbalbeleidsplan. Het HJO maakt samen met de selectietrainers de indeling van de selectieteams. De Coördinatoren maken samen met de leiders en trainers een voorstel voor de indeling van de overige spelers.

Wie neemt het besluit?

Het Jeugdbestuur is verantwoordelijk voor de indeling en neemt het besluit over de voorlopige en definitieve indeling.

Hoe beoordelen?

De trainers en leiders beoordelen het voetbalvermogen van de spelers. Daarvoor vullen ze een spelersrapport in, zie bijlage F. Op basis van de spelersrapporten wordt een voorlopige indeling gemaakt. Uitgangspunt is dat spelers het beste beoordeeld kunnen worden in wedstrijden. Daarom organiseert het HJO in samenwerking met trainers en leiders 7*7/11*11 toernooitjes/wedstrijden per leeftijdscategorie. Deze worden in mei gehouden. Daarbij worden de spelers gelijkmatig over de teams verdeeld. Als de beste spelers bij elkaar in een team zouden zitten dan hebben die te weinig weerstand om ze goed te kunnen beoordelen. De trainers zijn aanwezig om de spelers te beoordelen. Na afloop gaan de trainers met het HJO bij elkaar zitten en bepalen of er nog geschoven moet worden in de voorlopige indeling.

In de leeftijdscategorieën O13-O19 kunnen spelers vanaf de voorjaarsvakantie 1 keer per week meetrainen met een hoger team. O13-1 spelers kunnen met O15-1 meetrainen, O15-11 spelers kunnen met O17-1 meetrainen etc. Dat geldt ook voor spelers uit niet selectieteams die de ambitie hebben om volgend seizoen in een selectieteam te voetballen.



Meetrainingen in een hoger team gaat altijd in overleg tussen de speler en de twee betrokken trainers die het HJO daarover informeren. Indien nodig worden de ouders betrokken het overleg.

Communicatie

Na de publicatie van de definitieve indeling op de website organiseert het JB een inloopavond bij ONR. Ouders en/of spelers die zich daarvoor aanmelden kunnen tijdens de inloopavond vragen stellen over de indeling. Op die avond zijn het HJO en de Coördinatoren aanwezig om de indeling toe te lichten.

Procedure

Stap	Door	Gereed uiterlijk
Verzamelen en controleren ledenlijsten en opleveren aan Coördinatoren.	HJO	15 februari
Verspreiden spelersrapporten naar Trainers en Leiders.	HJO naar Trainers, Coördinatoren naar Leiders	1 maart
Beoordeling spelers opleveren aan HJO.	Trainers en Leiders	15 maart
Maken voorlopige indeling selectieteams	HJO	1 april
Maken voorlopige indeling overige teams	Coördinatoren	1 april
Toetsen voorlopige indeling bij keepertrainer(s)	HJO	15 april
Maken voorlopige indeling en opleveren aan JB	HJO	15 april
Interne toernooitjes/wedstrijden voor beoordelen spelers incl overleg Trainers.	HJO	25 mei
Eventuele twijfelgevallen nog eens bekijken in wedstrijden/toernooien/trainingen.	HJO	1 juni
Definitieve indeling maken en rondsturen naar Trainers en Leiders voor controle.	HJO	1 juni
Indeling bespreken met Trainers.	HJO	7 juni
Indeling bespreken met Leiders en terugkoppelen feedback naar HJO.	Coördinatoren	7 juni
Overleg Jeugdbestuur met HJO, daarna definitief besluit door Jeugdbestuur.	Jeugdbestuur, HJO, TCJ	7 juni
Publicatie definitieve indeling op de website	HJO	8 juni
Mogelijkheid voor spelers en ouders om vragen te stellen op een inloopavond.	HJO en Coördinatoren	15 juni

12.1.4 Vervroegd doorschuiven tijdens het seizoen

De ontwikkeling van het voetbalvermogen van spelers kan zodanig positief zijn dat zij binnen het team en de competitie waarin zij spelen niet meer die voorwaarden vinden om een volgende stap in hun ontwikkeling te kunnen maken. In deze situatie kan er voor gekozen worden om spelers door te schuiven naar een verdere leeftijdsgroep. In eerste instantie zal altijd worden geprobeerd de speler in zijn of haar huidige leeftijdsgroep door te ontwikkelen. Het vervroegd doorschuiven is een laatste optie. Het doorschuiven van een speler gebeurt alleen tussen 1e elftallen, dus van een O13-1 naar een O15-1.



Spelers worden dus niet vervroegd doorgeschoven van een O13-1 naar een O15-2, of van een O13-2 naar een O15-2.

Voordat een speler vervroegd wordt doorgeschoven traint hij een periode eens per week met een hogere leeftijdsgroep. Daarna wordt er in overleg met de speler en de ouders een definitief besluit genomen. Het vervroegd doorschuiven van een speler gebeurt enkel op verzoek van de huidige trainer of op basis van de beoordeling van het HJO. Het HJO heeft altijd het eindoordeel over het wel- of niet vervroegd doorschuiven van een speler. Dit geldt ook voor het meetraineren met een andere leeftijdsgroep.

12.1.5 Lenen van andere elftallen

Wanneer elftallen een te kort aan spelers hebben worden er in principe altijd spelers geleend van 'lagere' elftallen in dezelfde leeftijdscategorie. In eerste instantie zal bij een te kort aan spelers in de O13-1 dus altijd gekeken worden naar spelers uit O13-2. Wanneer de O11-2 een te kort aan spelers heeft zullen ze een beroep doen op de O11-33, etc.

Er zijn afwijkingen mogelijk op het bovenstaande streven. Dit kan bijvoorbeeld wanneer de O13-1 en de O13-2 op hetzelfde tijdstip spelen, en de O11-1 vrij is. In dergelijke situaties kan er in overleg tussen trainers besloten worden dat de O13-1 spelers leent van de O11-1. Het structureel afwijken op het bovenstaande streven kan alleen in overleg met en met toestemming van het HJO. Ook wanneer trainers er onderling niet uitkomen is de beslissing van het HJO doorslaggevend.

12.1.6 Deelname door jeugdspelers aan wedstrijden van de senioren

Voorafgaand aan, maar ook tijdens het seizoen, kan om verschillende redenen en door verschillende mensen een beroep gedaan worden op een jeugdspeler. In een dergelijke situatie kunnen verschillende belangen een rol spelen: het belang van de speler, het belang van het team waartoe de speler behoort of het belang van het team waarvoor hij gevraagd wordt. Ook de duur van de periode (één wedstrijd, een periode of een heel seizoen) is een belangrijke factor.

Dit, gecombineerd met de doelstellingen die ONR nastreeft, dient zorgvuldig beoordeeld te worden om tot een goed besluit te komen bij een dergelijk verzoek.

Onder andere de volgende vragen dienen daarbij in onderling overleg beantwoord te worden:

- Wat kan de invloed van de nieuwe situatie gaan betekenen voor het plezier van de betrokken speler?
- Blijven de medespelers van de betrokken speler evenveel plezier houden?
- Draagt de nieuwe situatie bij aan de optimale ontwikkeling van de betrokken speler?
- Welke invloed heeft de eventuele nieuwe situatie op de ontwikkeling van de andere spelers?

Bovenstaande vragen moeten in onderling overleg beantwoord worden door:

- de betrokken speler
- de ouders
- de trainers van beide teams
- de coaches van beide teams



- de begeleiders van beide teams

Eindverantwoordelijk voor dit proces is HJO.

Verder specificeren:

Uit welke leeftijdscategorieën mogen spelers meedoen met senioren? Welke voorwaarden gelden bijvoorbeeld voor speeltijd?

11.2 Spelervolgsysteem

11.3 Leden(werving)

11.4 Kader

Hoofd Jeugdopleiding (HJO)

Het Hoofd Jeugdopleiding draagt, op basis van de in het Jeugdbeleidsplan neergelegde visie, positief bij aan verdere ontwikkeling van de jeugdopleiding.

Het HJO adviseert over het jeugdbeleid, voert het uit en bewaakt het. Daarnaast doet hij verbetervoorstellen om bij te sturen. Het HJO is regelmatig zichtbaar aanwezig op de velden en actief bezig met trainers en leiders. Hij bezoekt trainingen en wedstrijden, coacht trainers en leiders. Hij luistert op zaterdag bijvoorbeeld mee bij wedstrijdbesprekingen en het praatje in de rust. Nieuwe trainers en leiders heet hij welkom en hij begeleidt ze op voetbalgebied binnen de vereniging. Bij trainer-overleggen of ouderavonden vertelt hij over de ONR voetbal visie en het opleidingsplan. Hij is aanwezig bij en/of levert een bijdrage aan voetbalactiviteiten zoals bijvoorbeeld de Familiedag en het Oliebollentoernooi. Het Hoofd Jeugd Opleiding rapporteert aan het JB en is altijd aanwezig bij vergaderingen van de TCJ.

Taken HJO

Het Hoofd Jeugdopleiding:

- draagt het in het jeugdbeleidsplan vastgestelde beleid uit en is verantwoordelijk voor het implementeren en het bewaken van dat beleid;
- evalueert jaarlijks, in samenspraak met het jeugdbestuur en het jeugdkader, het in het jeugdbeleidsplan vastgestelde beleid en adviseert het jeugdbestuur t.a.v. eventuele aanpassingen van het jeugdbeleidsplan;
- stelt in samenspraak met het jeugdbestuur en het jeugdkader een opleidingsplan op, draagt dit uit, implementeert en bewaakt dit;
- verzorgt de begeleiding van nieuwe trainers en coaches;
- verzorgt de verdere ontwikkeling van trainers en coaches;



- beoordeelt trainers en coaches en rapporteert aan het JB;
- adviseert het JB t.a.v. trainers en coaches;
- stelt contracten op voor de trainers met daarin afspraken over taken en vergoedingen. Het HB geeft goedkeuring aan de financiële afspraken met de trainers en het HB vertegenwoordigt de vereniging als werkgever. Daarom is het **afsluiten** van de contracten een taak voor het HB.
- geeft leiding aan het beleid en de procedure ten aanzien van het indelen van de teams zoals dat is vastgelegd in het jeugdbeleidsplan en neemt, in het geval de betrokkenen niet tot een besluit kunnen komen, de eindbeslissing;
- begeleidt de overgang van O19-junioren naar de senioren;
- levert, in overleg met het bestuur, het jeugdbestuur en/of de TCJ , waar nodig of gewenst, een bijdrage aan het communiceren, het geven van uitleg, discussie of anderszins , over het jeugdbeleid;
- legt verantwoording af aan HB als werkgever.

Profiel HJO

- HJO heeft ervaring met het begeleiden en opleiden van trainers, coaches en spelers;
- HJO heeft een goed inlevingsvermogen in de beleving van trainers, coaches, spelers, speelsters, ouders/verzorgers, leden van de TJC, leden van het jeugdbestuur, leden van het hoofdbestuur en andere bij de vereniging betrokkenen;
- HJO heeft ervaring met het bewaken van doelstellingen zoals geformuleerd in een jeugdbeleidsplan;
- HJO is in staat om te rapporteren, voortgangsgesprekken te voeren en vervolgstappen in gang te zetten;
- HJO is resultaatgericht en kan het proces bewaken;

11.5 Organisatie

11.6 Accommodatie

De trainers kunnen de Papo velden actief benutten voor trainingsvormen voor de jeugdspelers.

11.7 Materiaal

VV ONR stelt materiaal beschikbaar aan trainers en leiders om het beleid in dit plan uit te kunnen voeren. Hieronder staan de huidige uitgangspunten:

Ballen



- De trainers van de Mini-, O9- en O11-pupillen krijgen voor iedere speler een bal beschikbaar om mee te trainen.
- De trainers van de O13 t/m O19 teams krijgen 12-15 ballen per team beschikbaar om mee te trainen.

Hulpmiddelen

- Trainers en leiders die behoefte hebben aan een magnetisch veldbord als hulpmiddel om rondom wedstrijden de opstelling en speelwijze te communiceren kunnen dat van ONR in bruikleen krijgen. Aanvraag indienen bij de Coördinator.



Bijlage A Basistaken 7 tegen 7

Basistaken in het aanvallen

	Basistaken binnen de teamfunctie aanvallen
Doelverdediger 1	<ul style="list-style-type: none"> • positie kiezen t.o.v. de verdedigers • voortzetting d.m.v. rollen, werpen, passen of trappen • fungeren als centrale opbouwer ('vliegende keep')
Vleugelverdedigers 2, 4	<ul style="list-style-type: none"> • positie kiezen (uit elkaar, veld groot maken) • aanspelen van de aanvallers • wanneer er ruimte is, zelf de bal naar voren dribbelen / drijven • meedoen met de aanval
Centrale Verdediger 3	<ul style="list-style-type: none"> • positie kiezen (tussen aanvallers en vleugelverdedigers in) • aanspelen van de aanvallers/verdedigers die meedoen in de aanval • wanneer er ruimte is, zelf met de bal naar voren dribbelen/drijven • meedoen met de aanval • doelpogingen, indien de gelegenheid zich voordoet • positie kiezen t.o.v. verdedigers (veld lang maken)
Vleugelaanvallers 5,7	<ul style="list-style-type: none"> • met de bal zo snel mogelijk richting doel: alleen (individuele actie) of maatje aanspelen die vrij baan heeft richting doel • zelf voor het doel positie kiezen (aanspeelbaar zijn om te kunnen scoren) • doelpoging
Centrale aanvaller 6	<ul style="list-style-type: none"> • zo diep mogelijk positie kiezen ('veld zó lang maken, dat je nog net met een pass bereikbaar bent') • doelpogingen (individuele acties of via combinaties met maatjes) • doelgericht zijn

Basistaken in het verdedigen

	Basistaken binnen de teamfunctie verdedigen
Doelverdediger 1	<ul style="list-style-type: none"> • doelpunten voorkomen • positie kiezen t.o.v. de bal, tegenstander(s) en medespeler(s)
Vleugelverdedigers 2,4	<ul style="list-style-type: none"> • 'NIET LATEN UITSPELEN' voorkomen van doelpunten • dekken van de aanvallers van de tegenpartij • teammaatjes helpen (rugdekking) • bal afpakken
Centrale verdediger 3	<ul style="list-style-type: none"> • 'NIET LATEN UITSPELEN' voorkomen van doelpunten • dekken centrum aanvaller • teammaatjes helpen (rugdekking) • veld klein maken • bal afpakken
Vleugelaanvallers 5,7	<ul style="list-style-type: none"> • 'storen' van de opbouw van de tegenstander(s) • bal afpakken • teammaatjes helpen (rugdekking) • veld klein maken • 'NIET LATEN UITSPELEN'
Centrale aanvaller 6	<ul style="list-style-type: none"> • dekken van de centrale verdediger van de tegenpartij • 'storen' van de opbouw van de tegenstander(s), voorkomen dieptepass • bal afpakken • teammaatjes helpen (rugdekking) • veld klein maken • 'NIET LATEN UITSPELEN'



Bijlage B Basistaken 11 tegen 11

Basistaken

In onderstaand overzicht zijn de 'taken' van het team als geheel, de linie en de spelers op de verschillende posities aangegeven. Ook hier geldt weer dat het geen keurslijf is, maar meer een referentiekader van waaruit de trainer en de coach spelers verder kunnen helpen in hun ontwikkeling.

(Basis)taken:	Verdedigen:	Omschakelen:	Aanvallen:
Als team	<p>Samenwerken om doelpunten te voorkomen en de bal te veroveren</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ speelruimte zo klein mogelijk maken <ul style="list-style-type: none"> – naar bal toe (pressen) – naar eigen doel toe (inzakken) – naar zijkanten toe (knijpen) ➤ druk op de balbezittende tegenstander houden ➤ scherp dekken in de omgeving van de bal ➤ rug- / ruimtedekking geven verder van de bal af ➤ zo lang mogelijk nuttig blijven ➤ geen overtredingen maken 	<p>Snel omschakelen</p> <p>Na balverlies:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ counter voorkomen, door direct druk te zetten op de speler met bal en/of anticiperen op een mogelijke lange bal ➤ rest van het team komt snel in positie (geen treurmoment) <p>Na verovering kijken of:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ direct een kans creëren door de bal snel diep te spelen of ➤ balbezit houden en komen tot een goede opbouw 	<p>Opbouwen om kansen te creëren</p> <p>Doelpunten maken</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ speelruimte zo groot mogelijk maken <ul style="list-style-type: none"> – Breedte – diepte ➤ diep denken en, zo mogelijk, diep spelen ➤ bal houden ➤ principe: breedtespel dient als voorbereiding/inleiding voor dieptespel / dieptepass ➤ optimale veldbezetting



Verdediging

(Basis)taken:	Verdedigen:	Omschakelen:	Aanvallen:
Verdediging als linie (1) (2) (3) (4) (5)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ afschermen / verdedigen gevaarlijk ruimte tussen keeper en laatste linie ➤ ruimte klein maken en houden (niet te snel inzakken) ➤ herkennen van moment lange bal tegenpartij ➤ hoe dicht bij het eigen doel, hoe scherper 2,3, en 5 moeten dekken (onderlinge) rugdekking (m.n. 2, 3 en 5) ➤ slim verdedigen, geen overtredingen ➤ elkaar coachen 	<p>Na balverlies:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ zo snel mogelijk omschakelen. ➤ speler dicht bij de bal, dieptepass voorkomen, druk op de bal. ➤ knijpen, pressen op de bal, niet uitgespeeld worden. <p>Na verovering kijken of:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ direct dieptepass mogelijk? ➤ diepgaande spelers, buitenspel? ➤ uitwaaieren, positie spel spelen. ➤ andere spelers dan balbezitter moeten initiatief tonen. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ keuze opbouw lang / laatste linie mede afhankelijk van tegenpartij ➤ foutloos in de opbouw spelen - geen onnodig balverlies ➤ positioneel goed spelen, ruimte optimaal benutten ➤ hoge balsnelheid ➤ steeds bedoeling hebben speler(s) vrij te spelen ➤ elkaar coachen
Doelverdediger individueel (1)	<ul style="list-style-type: none"> • positie kiezen bij schoten, voorzetten en duel 1 tegen 1 • verwerken van de bal (handelingen met bal) - vallen, vangen, tippen en stompen • organiseren van de verdediging (coachten) in het algemeen en specifiek bij spelhervattingen. 	<p>na balverlies:</p> <ul style="list-style-type: none"> • snel in positie komen om het doel (weer) te kunnen verdedigen • anticiperen op bal die direct diep wordt gespeeld (rugdekking / doel verkleinen) <p>Na verovering kijken of:</p> <ul style="list-style-type: none"> • direct dieptepass mogelijk? • goede voortzetting 	<ul style="list-style-type: none"> • diep denken, diep spelen, meedoen in het positie spel • goede voortzetting d.m.v. pass, uitworp, uittrap of doeltrap. • geen risico's nemen • organiseren en bewaken van de restverdediging (coachten)
Mandekkers individueel rechts (2) / centraal (3) / links (5) Vrije verdediger (4)	<ul style="list-style-type: none"> • directe tegenstander dekken (binnenkant - tussen tegenstander en het doel) • dicht bij eigen doel kort dekken • scherp (juiste moment) en sterk (juiste manier) in de duels • schoten op doel blokkeren • gevaarlijkste tegenstander overnemen • knijpen/rugdekking geven • (4) kiest als vertrekpunt positie voor zijn verdediging, vangt doorkomende 	<p>Na balverlies:</p> <ul style="list-style-type: none"> • snel in positie komen en directe tegenstander dekken • anticiperen op bal die direct diep wordt gespeeld <p>Na verovering kijken of:</p> <ul style="list-style-type: none"> • direct dieptepass mogelijk? • goede voortzetting d.m.v. (diepte) pass of indribbelen. 	<ul style="list-style-type: none"> • positiekiezen (vrijlopen, aanbieden) • met de juiste snelheid inspelen van medespelers (diep denken / diep doen) • verplaatsen van het spel. • terugpass mogelijk maken. • mee aansluiten richting middenlijn bij lange bal van de keeper. • geen risico's nemen.



	tegenstanders (met of zonder bal) op of kiest positie tussen of achter zijn medeverdedigers		
--	---	--	--

Middenveld

(Basis)taken:	Verdedigen:	Omschakelen:	Aanvallen:
Middenveld als linie (6) (8) (10)	<ul style="list-style-type: none"> ➤ linies kort op elkaar <ul style="list-style-type: none"> – afstand middenveld / spitsen – <u>en</u> afstand middenveld / verdediging ➤ positie kiezen tussen middenvelders van de tegenpartij en eigen doel ➤ druk op de bal houden / agressief, maar met verstand ➤ scherp (juiste moment) en sterk (juiste manier) in de duels ➤ 2e bal winnen ➤ naar kant van de bal toe rugdekking geven en ruimte wegnemen ("knijpen"). ➤ slim verdedigen, geen overtredingen ➤ elkaar coachen 	<p>Na balverlies:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ zo snel mogelijk omschakelen. ➤ speler dicht bij de bal, dieptepass voorkomen, druk op de bal. ➤ knijpen, pressen op de bal, niet uitgespeeld worden. <p>Na verovering kijken of:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ direct dieptepass mogelijk? ➤ diepgaande spelers, buitenspel? ➤ uitwaaiëren, positiespel spelen. ➤ andere spelers dan balbezitter moeten initiatief tonen. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ schakel tussen verdediging en aanval - dienende rol. ➤ alles gericht op realiseren van scoringskansen ➤ één of twee middenvelder(s) ondersteunen de spitsen - de andere middenvelder(s) bewaken restverdediging (controlerend) ➤ geen onnodig balverlies, niet onnodig lopen met de bal ➤ positioneel goed spelen, ruimte optimaal benutten ➤ hoge balsnelheid ➤ elkaar coachen
Middenvelder individueel rechts (6) / links (8)	<ul style="list-style-type: none"> • in de eigen zone spelen en positie kiezen tussen tegenstander en eigen doel • kort dekken in de omgeving van de bal • druk op de balbezittende tegenstander - dieptepass voorkomen en niet laten uitspelen • scherp (juiste moment) en sterk (juiste manier) in de duels • (naar kant van de bal toe) rugdekking geven en ruimte wegnemen. 	<p>Na balverlies:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zo snel mogelijk omschakelen. • speler dicht bij de bal dieptepass voorkomen, druk op de bal • snel in positie komen en directe tegenstander dekken • snel rugdekking geven en ruimte wegnemen <p>Na verovering kijken of:</p> <ul style="list-style-type: none"> • direct dieptepass mogelijk? • diepgaande spelers, buitenspel? 	<ul style="list-style-type: none"> • controlerende taak, balans • ruimte creëren om tot goed positiespel te komen. • niet lopen met de bal (balverlies). • geen risico's (breedtepasses) • niet steeds vóór de linker- en rechterspits de ruimte dicht lopen. • Bij aanval aan de andere kant opduiken in het strafschoopgebied of positie kiezen voor afvallende bal (kopkracht/schieten van afstand).



	<ul style="list-style-type: none"> • gevaarlijkste tegenstander overnemen • als op de bal gejaagd wordt, geen ontsnappingsmogelijkheid bieden 	<ul style="list-style-type: none"> • eventueel zelf loopactie in de diepte (omzeilen buitenspel). • uitwaaieren, positiespel spelen. 	
--	---	--	--

(Basis)taken:	Verdedigen:	Omschakelen:	Aanvallen:
Middenvelder individueel centraal (10)	<ul style="list-style-type: none"> • in de eigen zone spelen en positie kiezen tussen tegenstander en eigen doel • kort dekken in de omgeving van de bal • druk op de balbezittende tegenstander - dieptepass voorkomen en niet laten uitspelen • scherp (juiste moment) en sterk (juiste manier) in de duels (naar kant van de bal toe) rugdekking geven en ruimte wegnemen. • opvangen inschuivende centrale verdediger tegenpartij. • als op de bal gejaagd wordt, geen ontsnappingsmogelijkheid bieden 	<p>Na balverlies:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zo snel mogelijk omschakelen. • speler dicht bij de bal dieptepass voorkomen, druk op de bal • snel in positie komen en directe tegenstander dekken • snel rugdekking geven en ruimte wegnemen <p>Na verovering kijken of:</p> <ul style="list-style-type: none"> • direct dieptepass mogelijk? • diepgaande spelers, buitenspel? • eventueel zelf loopactie in de diepte (omzeilen buitenspel). • uitwaaieren, positiespel spelen. 	<ul style="list-style-type: none"> • kiezen van de juiste positie, niet te diep spelen / dienend ten opzichte van de centrale spits. • ruimte creëren om tot goed positiespel te komen. • niet lopen met de bal (balverlies). • geen risico's (breedtepasses) • komen in scoringspositie (opduiken in het strafschopgebied of positie kiezen voor afvallende bal) • maken van doelpunten



Aanval

(Basis)taken:	Verdedigen:	Omschakelen:	Aanvallen:
Spitsen als linie (7) (9) (11)	<ul style="list-style-type: none"> ➔ bij opbouw tegenpartij terugzakken tegen middenveld aan (ruimte met elkaar klein maken) <ul style="list-style-type: none"> ❖ inzakken eigen helft ❖ inzakken kop cirkel ❖ druk vooruit zetten ➔ positie kiezen tussen verdedigers van de tegenpartij en eigen doel - verantwoordelijk voor de 4 verdedigers. ➔ opbouw tegenstander afschermen en dieptepass voorkomen ➔ juiste moment kiezen om jagen op de bal in te zetten ➔ druk op de bal houden / agressief, maar met verstand ➔ naar kant van de bal toe rugdekking geven en ruimte wegnemen ("knijpen"). ➔ elkaar coachen 	<p>Na balverlies:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ zo snel mogelijk omschakelen. ➔ speler dicht bij de bal, dieptepass voorkomen, druk op de bal. ➔ knijpen, pressen op de bal, niet uitgespeeld worden. <p>Na verovering kijken of:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➔ je direct kunnen scoren ➔ of dat je een medespeler kan laten scoren ➔ loopacties in de diepte - let op buitenspel ➔ uitwaaiëren, positiespel spelen. 	<ul style="list-style-type: none"> ➔ veldbezetting optimaal houden (veld zo groot mogelijk houden) ➔ variatie in de wijze van vrijlopen (afwisselend in de bal of juist in de diepte) ➔ (steeds) aanspeelbaar zijn voor de dieptepass of pass of de grond ("lezen van de opbouw") ➔ creëren van kansen door het maken van een individuele actie, een (korte) combinatie en/of het geven van een voorzet. ➔ bij voorzetten van de (andere) zijkant opduiken in de 16 meter. ➔ maken van doelpunten
Vleugelspitsen individueel rechts (7) / links (11)	<ul style="list-style-type: none"> • veldbezetting: ruimte klein maken (naar binnen knijpen) • niet <u>alleen</u> verantwoordelijk voor directe tegenstander • ruimte op middenveld verdedigen (knijpen) • dieptepass voorkomen (dwingen tot breedtepass) • niet laten uitspelen, tijd winnen, zodat medespelers kunnen herstellen • overnemen andere (gevaarlijkere) tegenstander • bal veroveren 	<p>Na balverlies:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zo snel mogelijk omschakelen. • dicht bij de bal, dieptepass voorkomen, druk op de bal. • knijpen, pressen op de bal, niet uitgespeeld worden. <p>Na verovering kijken of:</p> <ul style="list-style-type: none"> • je direct kunnen scoren • of dat je een medespeler kan laten scoren • loopacties in de diepte (breed of binnendoor) - let op buitenspel • ruimte zo snel mogelijk groot maken (uitwaaiëren) 	<ul style="list-style-type: none"> • positiekiezen/ruimte creëren • vrijlopen, aanbieden breed en diep ("lezen van de opbouw") • individuele actie/1-2 combinatie • voorzetten geven • bij voorzetten van de andere kant erbij zitten • doelpunten scoren



(Basis)taken:	Verdedigen:	Omschakelen:	Aanvallen:
Spits individueel centraal (9)	<ul style="list-style-type: none">• veld klein maken en i.s.m. de vleugelspitsen opbouw tegenpartij storen/afschermen.• dwingen tot breedtepass / dieptepass wegnemen.• niet laten uitspelen• druk op balbezitter, juiste moment aanval op de bal.• opvangen van opkomende verdediger	<p>Na balverlies:</p> <ul style="list-style-type: none">• zo snel mogelijk omschakelen.• dicht bij de bal, dieptepass voorkomen, druk op de bal.• niet uitgespeeld worden. <p>Na verovering kijken of:</p> <ul style="list-style-type: none">• je direct kunt scoren• of dat je een medespeler kan laten scoren• loopacties in de diepte - let op buitenspel• ruimte zo snel mogelijk groot maken	<ul style="list-style-type: none">• vrijlopen, aanbieden ("lezen van de opbouw")• alert zijn op de dieptepass• individuele actie/1-2 combinatie• in scoringspositie komen• scoren van doelpunten• ruimte creëren voor opkomende middenvelders en vleugelspitsen



Bijlage C Opleidingsplan

Tip: Kijk voor voetbalvormen en vereenvoudigde voetbalvormen op www.voetbal.nl > trainen > trainingsplanner.

Mini-Pupillen

- Opleidings- en coachingsdoelstelling: **Leren beheersen van de bal**

Mini-pupillen moeten leren de bal te beheersen en dat is niet eenvoudig. Tijdens het voetballen mag de bal immers met alle lichaamsdelen aangeraakt/gecontroleerd/ verplaatst worden, behalve met de handen. En dat is jammer, want met de handen is het toch iets gemakkelijker. Als er dan ook nog tegenspelers zijn die proberen de bal af te pakken, er ook nog medespelers zijn die in de weg lopen en het allemaal binnen de lijnen van het speelveld moet plaatsvinden, wordt dat extra moeilijk.

Dus: voordat er ook maar iets anders van kinderen in voetballen wordt gevraagd moet er een zekere mate van balbeheersing zijn.

Daarnaast moeten deze kinderen leren wat de spelbedoeling is, waar ze moeten scoren, wat de spelregels zijn, rekening houden met anderen, houden aan afspraken die geleden rond trainingen en wedstrijden, los komen van ouders enz.

- Structuur van de training:

1	10 minuten	Uitrazen en dollen met de bal
2	10 minuten	Vormen waarin veel dribbelen aan de orde komt
3	10 minuten	Vormen waarin veel passen/mikken aan de orde komt
4	10 minuten	Vormen waarin veel schieten aan de orde komt
5	10 minuten	Partijtje(s)
6		Samen opruimen

- Voetbalaanbod:
 - 1 training per week
 - 1 toernooitje 4 tegen 4 per 2 weken
 - 1 toernooi 4 tegen 4 tijdens de herfst- en meivakantie

O9-pupillen

- Opleidings- en coachingsdoelstelling: **Leren doelgericht te handelen met bal**

O9-pupillen zijn al aardig in staat de bal tijdens het voetballen te beheersen. De volgende stap is dat zij het steeds beter leren beheersen van de bal leren koppelen aan de bedoeling van het spel, en dan met name binnen het aanvallen. Dus: dribbelen en drijven om tot scoren te komen, dribbelen om de bal even vast te houden, drijven om snel terreinwinst te boeken, breed passen om de bal daarna diep te kunnen spelen, diep passen om dichterbij doel tegenpartij te komen, aannemen om snel door te kunnen passen, opendraaien om naar voren of andere kant te kunnen passen/dribbelen, enz.



Met andere woorden: handelingen moeten een doel hebben. Veelal zijn het nog individuele handelingen, maar toch zie je ook al vormen van samenspelen en met elkaar meedenken.

Structuur van de training:

- **Tijdsduur: 60 minuten**
- O9-pupillen moeten leren baas over de bal te worden in eenvoudige voetbalsituaties binnen het aanvallen met als doelstellingen:
 1. verbeteren van het uitspelen van de één tegen één situatie om kansen te creëren (dribbelen, drijven, kappen en draaien en passeren);
 2. verbeteren van het benutten van de kansen (schieten en mikken);
 3. verbeteren van het positiespel in de opbouw (passen, mikken, uit elkaar gaan).

Een uitdaging voor de trainer t.a.v. bovenstaande, algemeen omschreven, doelstellingen is om binnen deze doelstellingen concrete voetbalsituaties en het handelen van alle spelers individueel daarbinnen te benoemen. Daarmee kan de trainer nog concreter benoemen waar het vandaag precies over gaat.

Tijdsduur	Inhoud op hoofdlijnen	Toelichting	Eisen
10 minuten	Techniek	<ul style="list-style-type: none">• Oefenen van een technische vaardigheid.• Afsluiten met een spel- of wedstrijdvorm waarin die vaardigheden veel voorkomen.	<ul style="list-style-type: none">• Eenvoudige organisatie• Veel beweging• Van langzaam via steeds sneller uitvoeren• Veel herhalingen• Kort oefenen en daarna kleine variatie• Hoge eisen stellen aan uitvoering
15 minuten	Vereenvoudigd voetballen	<ul style="list-style-type: none">• Spelen van kleine partijtjes (1:1, 2:2, 3:3 met of zonder keeper) waarin de geoefende technische vaardigheid veel voor komt.	<ul style="list-style-type: none">• Er moet gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden, 2 teams met een ongelijk aantal of evenveel spelers, veld, spelregels.• Duidelijk maken en coachen van de te oefenen vaardigheden in deze voetbalsituatie.
15 minuten	Techniek i.c.m. afwerken op doel	<ul style="list-style-type: none">• Combineren van de hiervoor geoefende technische vaardigheid met afwerken op doel.• Afsluiten met een spel- of wedstrijdvorm waarin die vaardigheden veel voorkomen.	<ul style="list-style-type: none">• Eenvoudige organisatie• Veel beweging• Van langzaam via steeds sneller uitvoeren• Veel herhalingen• Kort oefenen en daarna kleine variatie• Hoge eisen stellen aan uitvoering



20 minuten	Voetballen	<ul style="list-style-type: none">• Spelen van een partijspel waarin de te oefenen voetbalsituatie veel voor komt.	<ul style="list-style-type: none">• Er moet gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden in doeltjes, 2 teams met evenveel spelers, veld, spelregels.• Coachen van de geoefende vaardigheden.
	Nabespreking en opruimen	<ul style="list-style-type: none">• Bespreek/bevraag de spelers op datgene wat centraal stond, hoe het ging en hoe men het beleefd heeft.• Samen opruimen.	

- Voetbalaanbod:
 - 2 trainingen per week voor O9-1
 - 1 training per week voor overige F-elftallen
 - competitiewedstrijden (najaars- en voorjaarsreeks)
 - bekerwedstrijden
 - 4 tegen 4-toernooien in de verschillende vakanties
 - 2 toernooien aan het eind van het seizoen
 - 1 zaaltraining per week in de winter
 - Zaalcompetitie in de winter

O11-pupillen

- Opleidings- en coachingsdoelstelling: **Leren samen doelgericht te spelen**

In de eindfase van de O9-pupillen en bij de O11-pupillen zie je dat ze, omdat er sprake is van een zekere mate van doelgerichte balbeheersing, steeds beter in staat zijn samen te spelen. Ze beginnen te begrijpen dat het vaak handiger is om samen de spelbedoeling te realiseren dan alleen. Dit moet, naast dat het leren beheersen van de bal ook nog steeds verder ontwikkeld moet worden, steeds verder ontwikkeld worden.

Samen steeds beter leren allerlei eenvoudige voetbalsituaties binnen aanvallen en verdedigen op te lossen.

Structuur van de training:

- **Tijdsduur: 60 minuten**
- O11-pupillen moeten leren samen baas over de bal en 'eenvoudige' voetbalsituaties te worden binnen het aanvallen (opbouwen en scoren) en verdedigen (storen en voorkomen van scoren) met als doelstellingen:
 1. Om het opbouwen en scoren te verbeteren, kun je kiezen uit deze vier doelstellingen:
 1. het verbeteren van het positieospel in de opbouw;
 2. het verbeteren van het op de juiste momenten diep spelen in de opbouw;
 3. het verbeteren van het uitspelen van de één tegen één situatie;
 4. het verbeteren van het scoren, het benutten van kansen.
 2. Om het verdedigen (storen en voorkomen van doelpunten) te verbeteren, kun je kiezen uit deze vier doelstellingen:



1. het verbeteren van het storen van de opbouw van de tegenpartij en het op het juiste moment veroveren van de bal;
2. het verbeteren van het voorkomen van dieptespel in de opbouw van de tegenpartij en het beter verdedigen nadat de bal door de tegenpartij is diep gespeeld;
3. het verbeteren van het verdedigen in de één tegen één situatie en het op het juiste moment veroveren van de bal;
4. het verbeteren van het voorkomen van doelpunten.

Een uitdaging voor de trainer t.a.v. bovenstaande, algemeen omschreven, doelstellingen is om binnen deze doelstellingen concrete voetbalsituaties en het handelen van alle spelers individueel en samen (als team en spelers die samen tot oplossingen moeten komen) daarbinnen te benoemen. Daarmee kan de trainer nog concreter benoemen waar het vandaag precies over gaat.

Tijdsduur	Inhoud op hoofdlijnen	Toelichting	Eisen
10 minuten	Techniek	<ul style="list-style-type: none"> • Oefenen van een technische vaardigheid. • Afsluiten met een spel- of wedstrijdvorm waarin die vaardigheden veel voorkomen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Eenvoudige organisatie • Veel beweging • Van langzaam via steeds sneller uitvoeren • Veel herhalingen • Kort oefenen en daarna kleine variatie • Hoge eisen stellen aan uitvoering
15 minuten	Vereenvoudigd voetballen	<ul style="list-style-type: none"> • Spelen van kleine partijtjes (1:1, 2:2, 3:3 met of zonder keeper) waarin de geoefende technische vaardigheid veel voor komt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Er moet gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden, 2 teams met een ongelijk aantal of evenveel spelers, veld, spelregels. • Duidelijk maken en coachen van de te oefenen vaardigheden in deze voetbalsituatie.
15 minuten	Vereenvoudigd voetballen i.c.m. afwerken op doel	<ul style="list-style-type: none"> • Spelen van kleine partij- of positie spelen (1:1+k, 2:2+k, 3:1+k, 2:1+k, 3:2+k) waarbij op minimaal één doel met keeper afgewerkt kan worden. 	<ul style="list-style-type: none"> • Er moet gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden, 2 teams met evenveel spelers of een overtal, veld, spelregels. • Coachen op inzicht in samen voetballen en het uitvoeren van technische vaardigheden binnen de te oefenen voetbalsituatie. • Hoge eisen stellen aan uitvoering.
20 minuten	Voetballen	<ul style="list-style-type: none"> • Spelen van een partijspel waarin de te oefenen voetbalsituatie veel voor komt. Dit kan dus hetzelfde partijspel als in blok twee van de training. 	<ul style="list-style-type: none"> • Er moet gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden in doeltjes, 2 teams met evenveel spelers, veld, spelregels. • Coachen op inzicht in samen voetballen en het uitvoeren van technische



			vaardigheden binnen de te oefenen voetbalsituatie. <ul style="list-style-type: none">• Coachen van de geoefende acties met en zonder bal.• Hoge eisen stellen aan de uitvoering.
	Nabespreking en opruimen	<ul style="list-style-type: none">• Bespreek/bevraag de spelers op datgene wat centraal stond, hoe het ging en hoe men het beleefd heeft.• Samen opruimen.	

- Voetbalaanbod:
 - 2 trainingen per week
 - competitiewedstrijden (najaars- en voorjaarsreeks of volledige competitie)
 - bekerwedstrijden
 - 4 tegen 4-toernooien in de verschillende vakanties
 - 2 toernooien aan het eind van het seizoen
 - 1 zaaltraining per week in de winter
 - Zaalcompetitie in de winter

O13-pupillen

- Opleidings- en coachingsdoelstelling: **Leren spelen vanuit een basistaak**

O13-pupillen spelen 11 tegen 11. Een grote verandering voor 1^e jaars O13-pupillen. Een groter veld en meer spelers vraagt om een bepaalde herkenbare teamorganisatie (verdeling van spelers op het veld), een speelwijze (stijl van voetballen) en een verdeling van taken binnen die organisatie. Spelers moeten leren in die organisatie te spelen en binnen die organisatie vanuit hun basistaak (binnen aanvallen en verdedigen) leren voetballen om samen tot winst te komen.

In de praktijk betekent dit dat spelers zich verder moeten ontwikkelen via meer complexe, in de zin van aantallen mede- en tegenspelers, trainingssituaties waarin vanuit een basistaak gespeeld wordt om tot resultaat te komen.

Daarbinnen blijft het verder ontwikkelen van het beheersen van de bal ook altijd een doelstelling. Dat is dan gerelateerd aan de voetbalsituatie en de daarbij gevraagde handelingen.

Structuur van de training:

- **Tijdsduur: 75 minuten**
- O13-pupillen moeten (binnen het 'nieuwe' spel 11 tegen 11) leren spelen vanuit een basistaak. Dit betekent dat men moet leren wat binnen het aanvallen, verdedigen en omschakelen de basistaak is die bij hun positie hoort. Uiteraard is het handelen met bal (de uitvoering van de gemaakte keuzes) daarbinnen nog altijd een aandachtspunt/ontwikkelpunt.
stellingen:
 1. Om het opbouwen en scoren te verbeteren, kun je kiezen uit deze vier doelstellingen:
 1. van het positie spel in de opbouw;
 2. het verbeteren van het op de juiste momenten diep spelen in de opbouw;
 3. het verbeteren van het uitspelen van de één tegen één situatie;



4. het verbeteren van het creëren en benutten van kansen wanneer een speler de achterlijn heeft gehaald
5. het verbeteren van het scoren, het benutten van kansen.
2. Om het verdedigen (storen en voorkomen van doelpunten) te verbeteren, kun je kiezen uit deze vier doelstellingen:
 1. het verbeteren van het storen van de opbouw van de tegenpartij en het op het juiste moment veroveren van de bal;
 2. het verbeteren van het voorkomen van dieptespel in de opbouw van de tegenpartij en het beter verdedigen nadat de bal door de tegenpartij is diep gespeeld;
 3. het verbeteren van het verdedigen in de één tegen één situatie en het op het juiste moment veroveren van de bal;
 4. het verbeteren van het storen van de opbouw waardoor de tegenpartij niet zo makkelijk een voorzet kan geven en het voorkomen van doelpunten wanneer de tegenpartij een kans krijgt;
 5. het verbeteren van het voorkomen van doelpunten.

Een uitdaging voor de trainer t.a.v. bovenstaande, algemeen omschreven, doelstellingen is om binnen deze doelstellingen concrete voetbalsituaties en het handelen van alle spelers samen (als team, linie, flank of deel van een linie/flank) of individueel daarbinnen te benoemen. Daarmee kan de trainer nog concreter benoemen waar het vandaag precies over gaat.

Tijdsduur	Inhoud op hoofdlijnen	Toelichting	Eisen
10 minuten	Warming-up 1. Techniek 2. Dynamisch rekken 3. Techniek	1. Oefenen van een technische vaardigheid die veel voorkomt in de te oefenen voetbalsituatie. 2. Dynamisch rekken. 3. Afsluiten met een spel- of wedstrijdvorm waarin die vaardigheid veel voorkomt.	1. Eenvoudige organisatie Veel beweging Van langzaam via steeds sneller uitvoeren Veel herhalingen Kort oefenen en daarna kleine variatie Hoge eisen stellen aan uitvoering 2. O13-pupillen die te maken krijgen met een groeispurt dienen het dynamisch rekken aangeleerd te krijgen en voor deze groep dient daarvoor ruimte in de warming-up ingebouwd te worden. 3. Intensiteit verhogen Wedstrijd-/spelelement inbouwen
10 - 15 minuten	Vereenvoudigd voetballen	<ul style="list-style-type: none"> • Spelen van een partij- of positiespel waarin de te oefenen voetbalsituatie en geoefende technische vaardigheid veel voorkomt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Coachen van acties met en zonder bal binnen de te oefenen voetbalsituatie. • Hoge eisen stellen aan uitvoering.
10 minuten	Techniek	<ul style="list-style-type: none"> • Oefenen/herhalen van die handelingen met bal (technische vaardigheden) die het meest voorkomen (dominant/ bepalend zijn) 	<ul style="list-style-type: none"> • Eenvoudige organisatie • Veel beweging • Van langzaam via steeds sneller uitvoeren • Veel herhalingen



		in de te oefenen voetbalsituatie.	<ul style="list-style-type: none"> • Kort oefenen en daarna kleine variatie • Hoge eisen stellen aan uitvoering
15 – 20 minuten	Vereenvoudigd voetballen i.c.m. afwerken op doel	<ul style="list-style-type: none"> • Voetballen zodanig vereenvoudigen dat de te oefenen voetbalsituatie heel vaak voor komt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Er moet gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden, 2 teams die eventueel een ongelijk aantal spelers hebben (kan ook 1 tegen 1 zijn), veld, spelregels. • Coachen van acties met en zonder bal binnen deze voetbalsituatie. • Hoge eisen stellen aan uitvoering.
15 – 20 minuten	Voetballen	<ul style="list-style-type: none"> • Spelen van een partijspel waarin de te oefenen voetbalsituatie veel voor komt. Dit kan dus hetzelfde partijspel als in blok twee van de training. 	<ul style="list-style-type: none"> • Er moet gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden, 2 teams met evenveel spelers, veld, spelregels. • Een partij die zo dicht mogelijk bij de echte wedstrijd ligt. • Coachen van de geoefende acties met en zonder bal. • Hoge eisen stellen aan de uitvoering.
	Nabespreking en opruimen	<ul style="list-style-type: none"> • Bespreek/bevraag de spelers op datgene wat centraal stond, hoe het ging en hoe men het beleefd heeft. • Samen opruimen. 	

- Voetbalaanbod:

- 2 trainingen per week
- competitiewedstrijden (najaars- en voorjaarsreeks of volledige competitie)
- bekerwedstrijden
- 4 tegen 4-toernooien in de verschillende vakanties
- 2 toernooien aan het eind van het seizoen
- 1 zaaltraining per week in de winter
- Zaalcompetitie in de winter

O15-junioren

- Opleidings- en coachingsdoelstelling: **Leren afstemmen van basistaken binnen het team**

Nadat spelers in de O13-pupillen hebben leren voetballen vanuit hun basistaak, is het nu zaak al die basistaken op elkaar af te stemmen. Spelers moeten dus leren samen te werken, het spel op elkaar af te stemmen, elkaars kwaliteiten kennen en dat zowel binnen aanvallen, verdedigen en omschakelen. Dit zowel in de eigen linie (verdedigers, middenvelders en aanvallers) als ook ten opzichte van andere linies.



Bovenstaande krijgt ook binnen het omschakelen betekenis voor deze leeftijdscategorie.

Structuur van de training:

- **Tijdsduur: 75 minuten**
- O15-junioren moeten, naast het verder uitbouwen van het leren spelen vanuit een eigen basistaak ook leren hun eigen basistaak af te stemmen op de basistaak van medespelers. Dit om steeds meer als team te leren spelen. In eerste instantie zal dit afstemmen gericht zijn op de spelers dichtbij, maar in een latere fase moet men steeds beter in staat zijn die afstemming met meerdere spelers (en dus ook in meerdere linies) te vinden.

Doelstellingen voor deze en oudere leeftijdscategorieën worden steeds meer gevonden door de wedstrijden die men speelt te lezen en die te vertalen in het verder ontwikkelen van het aanvallen, verdedigen en omschakelen. Daarbij kan, als er binnen de vereniging met een jaarplanning gewerkt wordt, de doelstelling voor de training(en) in de wedstrijd gevonden worden in de teamfunctie/teamtaak die centraal staat.

Tijdsduur	Inhoud op hoofdlijnen	Toelichting	Eisen
15 minuten	Warming-up	<ul style="list-style-type: none">• Oefenen van die technische vaardigheden die veel voorkomen in de te oefenen voetbalsituatie.• Dynamisch rekken.• Vervolgen met algemene voetbalvormen die voorbereiden op en een relatie hebben met de doelstelling van de training/het vervolg van de training.	<ul style="list-style-type: none">• Eenvoudige organisatie• Veel beweging• Van langzaam via steeds sneller uitvoeren• Veel herhalingen• Kort oefenen en daarna kleine variatie• Hoge eisen stellen aan uitvoering • Eenvoudige organisatie• Veel beweging van alle spelers• Grote kans op succesbeleving



10-15 minuten	Oriëntatiefase	<ul style="list-style-type: none">• Een voetbalvorm (partijspel dat overeenkomt met een wedstrijdsituatie) waarin de te oefenen voetbalsituatie voorkomt en van waaruit spelers duidelijk gemaakt kan worden wat in welke voetbalsituatie (doelstelling) centraal staat in het vervolg van de training, of ...• doorstappen naar het hieronder genoemde deel van de training omdat de te oefenen voetbalsituatie/ doelstelling al bekend is.	
25 minuten	Oefen-/leerfase	<ul style="list-style-type: none">• Vereenvoudigde voetbalsituaties waarin de te oefenen voetbalsituatie veel voor komt.• Hierin vindt, afhankelijk van het resultaat, een opbouw plaats van makkelijker naar moeilijker.	<ul style="list-style-type: none">• Er moet (uiteindelijk) gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden, 2 teams met eventueel een ondertal of overtal aan spelers, veld, spelregels.• Duidelijk maken en coachen van acties met (techniek) en zonder (inzicht/keuzes/communicatie) bal binnen de te oefenen voetbalsituatie.• Hoge eisen stellen aan uitvoering.
20 minuten	Toepassingsfase	<ul style="list-style-type: none">• Spelen van een partijspel dat dicht bij de wedstrijdsituatie ligt en waarin de geoefende voetbalsituatie 'veel' voor komt en gecoacht kan blijven worden.	<ul style="list-style-type: none">• Er moet gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden, 2 teams met gelijk aantal spelers mogen hebben, veld, spelregels.• Coachen van acties met en zonder bal binnen deze voetbalsituatie.• Hoge eisen stellen aan uitvoering.
	Nabespreking en opruimen	<ul style="list-style-type: none">• Bespreek/bevraag de spelers op datgene wat centraal stond, hoe het ging en hoe men het beleefd heeft.• Samen opruimen.	

- Voetbalaanbod:
 - 2 trainingen per week
 - competitiewedstrijden (volledige competitie)



- bekerwedstrijden
- 2 toernooien aan het eind van het seizoen

O17-junioren

- Opleidings- en coachingsdoelstelling: **Leren spelen als een team**

In de O17-junioren moeten spelers leren als team een prestatie te leveren. Concreet betekent dit dat het rendement van handelen hoger moet.

Tijdens trainingen en wedstrijden worden de handelingen van de individuele spelers, maar zeker ook van het totale team meer en meer beoordeeld op rendement.

Structuur van de training:

- **Tijdsduur: 90 minuten**
- O17-junioren moeten, als vervolg op en het verder uitbouwen van het leren afstemmen van basistaken, binnen aanvallen, verdedigen en omschakelen bij de O15-junioren, leren spelen als een team. Dit betekent dat, vanuit een vorm van verder specialiseren (het steeds helderder krijgen van ieders taak en kwaliteiten), het spelen vanuit een bepaalde teamorganisatie en het steeds hogere eisen stellen aan de voetbalconditionele ontwikkeling, steeds beter in staat zijn als een geheel (elf spelers) te functioneren binnen aanvallen, verdedigen en omschakelen.

Tijdsduur	Inhoud op hoofdlijnen	Toelichting	Eisen
15-20 minuten	Warming-up	<ul style="list-style-type: none">• Oefenen van die technische vaardigheden die veel voorkomen in de te oefenen voetbalsituatie.• Dynamisch rekken.• Vervolgen met algemene voetbalvormen die voorbereiden op en een relatie hebben met de doelstelling van de training/het vervolg van de training.	<ul style="list-style-type: none">• Eenvoudige organisatie• Veel beweging• Van langzaam via steeds sneller uitvoeren• Veel herhalingen• Kort oefenen en daarna kleine variatie• Hoge eisen stellen aan uitvoering • Eenvoudige organisatie• Veel beweging van alle spelers• Grote kans op succesbeleving



10-15 minuten	Oriëntatiefase	<ul style="list-style-type: none">• Een voetbalvorm (partijspel dat overeenkomt met een wedstrijdsituatie) waarin de te oefenen voetbalsituatie voorkomt en van waaruit spelers duidelijk gemaakt kan worden wat in welke voetbalsituatie (doelstelling) centraal staat in het vervolg van de training, of ...• doorstappen naar het hieronder genoemde deel van de training omdat de te oefenen voetbalsituatie/ doelstelling al bekend is.	
30 minuten	Oefen-/leerfase	<ul style="list-style-type: none">• Vereenvoudigde voetbalsituaties waarin de te oefenen voetbalsituatie veel voor komt.• Hierin vindt, afhankelijk van het resultaat, een opbouw plaats van makkelijker naar moeilijker.	<ul style="list-style-type: none">• Er moet (uiteindelijk) gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden, 2 teams met eventueel een ondertal of overtal aan spelers, veld, spelregels.• Duidelijk maken en coachen van acties met (techniek) en zonder (inzicht/keuzes/communicatie) bal binnen de te oefenen voetbalsituatie.• Hoge eisen stellen aan uitvoering.
25 minuten	Toepassingsfase	<ul style="list-style-type: none">• Spelen van een partijspel dat dicht bij de wedstrijdsituatie ligt en waarin de geoefende voetbalsituatie 'veel' voor komt en gecoacht kan blijven worden.	<ul style="list-style-type: none">• Er moet gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden, 2 teams met gelijk aantal spelers mogen hebben, veld, spelregels.• Coachen van acties met en zonder bal binnen deze voetbalsituatie.• Hoge eisen stellen aan uitvoering.
	Nabespreking en opruimen	<ul style="list-style-type: none">• Bespreek/bevraag de spelers op datgene wat centraal stond, hoe het ging en hoe men het beleefd heeft.• Samen opruimen.	

- Voetbalaanbod:
 - 2 trainingen per week
 - competitiewedstrijden (volledige competitie)



- bekerwedstrijden
- 2 toernooien aan het eind van het seizoen

O19-junioren

- Opleidings- en coachingsdoelstelling: **Leren presteren als team in de competitie**

O19-junioren moeten leren wedstrijden te winnen en proberen zo hoog mogelijk te eindigen in de competitie. Dat betekent dat samen met spelers voor een bepaalde teamorganisatie gekozen moet worden, de analyse van wedstrijden en komende tegenstanders een rol gaan spelen om goed voorbereid aan de volgende wedstrijd te kunnen beginnen.

Structuur van de training:

- **Tijdsduur: 90 minuten**
- O19-junioren moeten leren als team zo hoog mogelijk te eindigen in de competitie. In de praktijk betekent dat het spelen (en het proberen te winnen) van wedstrijden een middel wordt om te leren zoveel mogelijk punten te halen. Men moet dus leren hoe tegen bepaalde tegenstanders, die spelen in een bepaalde teamorganisatie en met eventuele specifieke kwaliteiten, gespeeld kan worden om het best mogelijke wedstrijdresultaat te behalen. Er wordt dus meer vanuit gespeelde wedstrijden en nog te spelen wedstrijden getraind waarbij het verder ontwikkelen een de speelwijze binnen de bij de ontwikkeling van het team passende teamorganisatie uitgangspunt blijft.

Tijdsduur	Inhoud op hoofdlijnen	Toelichting	Eisen
15-20 minuten	Warming-up	<ul style="list-style-type: none">• Oefenen van die technische vaardigheden die veel voorkomen in de te oefenen voetbalsituatie.• Dynamisch rekken.• Vervolgen met algemene voetbalvormen die voorbereiden op en een relatie hebben met de doelstelling van de training/het vervolg van de training.	<ul style="list-style-type: none">• Eenvoudige organisatie• Veel beweging• Van langzaam via steeds sneller uitvoeren• Veel herhalingen• Kort oefenen en daarna kleine variatie• Hoge eisen stellen aan uitvoering • Eenvoudige organisatie• Veel beweging van alle spelers• Grote kans op succesbeleving



10-15 minuten	Oriëntatiefase	<ul style="list-style-type: none">• Een voetbalvorm (partijspel dat overeenkomt met een wedstrijdsituatie) waarin de te oefenen voetbalsituatie voorkomt en van waaruit spelers duidelijk gemaakt kan worden wat in welke voetbalsituatie (doelstelling) centraal staat in het vervolg van de training, of ..• doorstappen naar het hieronder genoemde deel van de training omdat de te oefenen voetbalsituatie/ doelstelling al bekend is.	
30 minuten	Oefen-/leerfase	<ul style="list-style-type: none">• Vereenvoudigde voetbalsituaties waarin de te oefenen voetbalsituatie veel voor komt.• Hierin vindt, afhankelijk van het resultaat, een opbouw plaats van makkelijker naar moeilijker.	<ul style="list-style-type: none">• Er moet (uiteindelijk) gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden, 2 teams met eventueel een ondertal of overtal aan spelers, veld, spelregels.• Duidelijk maken en coachen van acties met (techniek) en zonder (inzicht/keuzes/communicatie) bal binnen de te oefenen voetbalsituatie.• Hoge eisen stellen aan uitvoering.
25 minuten	Toepassingsfase	<ul style="list-style-type: none">• Spelen van een partijspel dat dicht bij de wedstrijdsituatie ligt en waarin de geoefende voetbalsituatie 'veel' voor komt en gecoacht kan blijven worden.	<ul style="list-style-type: none">• Er moet gescoord (gewonnen en verloren) kunnen worden, 2 teams met gelijk aantal spelers mogen hebben, veld, spelregels.• Coachen van acties met en zonder bal binnen deze voetbalsituatie.• Hoge eisen stellen aan uitvoering.
	Nabespreking en opruimen	<ul style="list-style-type: none">• Bespreek/bevraag de spelers op datgene wat centraal stond, hoe het ging en hoe men het beleefd heeft.• Samen opruimen.	

Voetbalaanbod:

- 2 trainingen per week

- competitiewedstrijden (volledige competitie)



- bekerwedstrijden
- 2 toernooien aan het eind van het seizoen



Bijlage D Voorbeeld leerlijn

O9-pupillen: Doelgericht leren handelen met de bal.
Week 1 t/m 3

Weeknummer		1			2			3		
Training / Wedstrijd		1 Uitspelen 1 tegen 1	2 Scoren	Wedstrijd	1 Positiespel in de opbouw	2 Uitspelen 1 tegen 1	Wedstrijd	1 Scoren	2 Positiespel in de opbouw	Wedstrijd
1	Techniek (techniek geïsoleerd oefenen)	Dribbelen	Schieten binnenkant voet	<ul style="list-style-type: none"> • Dribbelen • Schieten binnenkant voet 	Passen, aan- en meenemen	Dribbelen	<ul style="list-style-type: none"> • Passen, aan- en meenemen • Dribbelen 	Schieten wreef	Passen, aan- en meenemen	<ul style="list-style-type: none"> • Schieten wreef • Passen, aan- en meenemen
	Techniek (techniek oefenen en toepassen in spel- of wedstrijdvorm)	Dribbelen	Schieten binnenkant voet		Passen, aan- en meenemen	Dribbelen		Schieten wreef	Passen, aan- en meenemen	
Dribbeltikspel		Doelschietspel	Poortschietspel		Dribbelkampioen	Doelschietspel hoog – laag		Dribbel pionschietspel met 2 verdedigers		
2	Vereenvoudigd voetballen (techniek oefenen in kleine partijtjes)	Dribbelen	Schieten binnenkant voet		Passen, aan- en meenemen	Dribbelen		Schieten wreef	Passen, aan- en meenemen	
		1:1 met 4 doeltjes	1:1 +k Verdediger. van achteren		2:1 met 4 doeltjes	1 tegen 1 lijnvoetbal		1+k:1 grote doelen. Verdediger van zijkant	2+k:1+k grote doelen	
3	Techniek (techniek oefenen i.c.m. afwerken op doel)	Dribbelen	Schieten binnenkant voet		Passen, aan- en meenemen	Dribbelen		Schieten wreef	Passen, aan- en meenemen	



4	Voetballen (techniek toepassen in partij)	Dribbelen	Schieten binnenkant voet		Passen, aan-en meenemen	Dribbelen		Schieten wreef	Passen, aan- en meenemen	
		4:4 basisvorm	4:4 met grote doelen		4:4 met 4 doeltjes	4 tegen 4 lijnvoetbal		4+k:4+k met grote doelen	4:4 met 4 doeltjes	

Week 4 t/m 6

Weeknummer		4			5			6				
Training / Wedstrijd		1 Uitspelen 1 tegen 1	2 Scoren	Wedstrijd	1 Positiespel in de opbouw	2 Uitspelen 1 tegen 1	Wedstrijd	1 Scoren	2 Positiespel in de opbouw	Wedstrijd		
1	Techniek (techniek geïsoleerd oefenen)			•			•			•		
	Techniek (techniek oefenen en toepassen in spel- of wedstrijdvorm)											
2	Vereenvoudigd voetballen (techniek oefenen in kleine partijtjes)											
	Techniek (techniek oefenen i.c.m. afwerken op doel)											



4	Voetballen (techniek toepassen in partij)									

Week 7 t/m 9

Weeknummer		7			8			9		
Training / Wedstrijd		1 Uitspelen 1 tegen 1	2 Scoren	Wedstrijd	1 Positiespel in de opbouw	2 Uitspelen 1 tegen 1	Wedstrijd	1 Scoren	2 Positiespel in de opbouw	Wedstrijd
1	Techniek (techniek geïsoleerd oefenen)									
	Techniek (techniek oefenen en toepassen in spel- of wedstrijdvorm)			•			•			•
2	Vereenvoudigd voetballen (techniek oefenen in kleine partijtjes)									



3	Techniek (techniek oefenen i.c.m. afwerken op doel)									
4	Voetballen (techniek toepassen in partij)									

Week 10 t/m 12

Weeknummer		10			11			12		
Training / Wedstrijd		1 Uitspelen 1 tegen 1	2 Scoren	Wedstrijd	1 Positiespel in de opbouw	2 Uitspelen 1 tegen 1	Wedstrijd	1 Scoren	2 Positiespel in de opbouw	Wedstrijd
1	Techniek (techniek geïsoleerd oefenen)			•			•			•
	Techniek (techniek oefenen en toepassen in spel- of wedstrijdvorm)									



2	Vereenvoudigd voetballen (techniek oefenen in kleine partijtjes)									
3	Techniek (techniek oefenen i.c.m. afwerken op doel)									
4	Voetballen (techniek toepassen in partij)									



Bijlage E Voorbeeld handleiding coachen

Coachen van wedstrijden van O9-pupillen

Algemene opleidingsdoelstelling: Doelgericht leren handelen met bal.

Moment	Tijdsduur	Toelichting	Eisen/Tips/Aandachtspunten
Voor-bereiding thuis		Doel: Doelstelling/accnt voor de wedstrijd formuleren en plan van aanpak voor wedstrijdbespreking, 1 ^e helft, rust en 2 ^e helft) opstellen om doelstelling/accnt zo optimaal mogelijk te realiseren.	<ul style="list-style-type: none">• Aan-/afwezigheid van spelers• Trainingsbezoek• Blessures/herstel/mogelijke speeltijd• Organisatorische afspraken (tijden, vervoer, kleding, assistentscheidsrechter enz.)• Opstelling• Wisselbeleid • Afstemmen op leeftijds categorie.• Afstemmen op team/individuele spelers.• Overeenkomstig de doelstellingen zoals vermeld in de seizoensplanning voor de O9-pupillen.• Aansluiten bij doelstelling/accnt vorige wedstrijd en trainingen.• Bijdragen aan algemene doelstellingen jeugdopleiding. Zie hierna voor verdere uitwerking.
Omkleden	15 minuten	Doel: Gereed maken om deel te kunnen gaan nemen aan de wedstrijd-bespreking en aan de aansluitende warming-up te kunnen gaan beginnen.	<ul style="list-style-type: none">• Rustig omkleden.• Aandacht voor gedrag en taalgebruik.• Aandacht voor individuele spelers.• Kleding aan de kapstok.• Schoenen en tassen onder de bank.• Afspraken t.a.v. ouders in de kleedkamer. Helpen bij het omkleden en daarna een moment 'alleen' voor de coach en de spelers.



Moment	Tijds-duur	Toelichting	Eisen/Tips/Aandachtspunten
Wedstrijd- bespreking	Max. 5 minuten	<p>Doel: Duidelijk maken waar voor het team en de individuele spelers binnen de wedstrijd de grootste uitdaging ligt: het accent.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wat zijn de gewenste concrete acties van die spelers? 	<ul style="list-style-type: none"> • Organisatie: <ul style="list-style-type: none"> • Spelers zijn omgekleed. • Spelerstassen/teamtassen onder bank. • Kleding aan kapstokken. • Plassen is gebeurd. • Spelers zitten en hebben zicht op coach. • Coach heeft zicht op alle spelers. • Teambegeleider zit tussen spelers. • Structuur/Volgorde/Inhoud: <ol style="list-style-type: none"> 1. Terugblik afgelopen trainingen/wedstrijd. <ol style="list-style-type: none"> 1. Bevragen of aangeven. <p>“Wat hebben we gedaan?” “Wat ging er goed?”, Waar zijn we mee bezig geweest?”, “Wat was belangrijk?”</p> 2. Doelstelling/Accent bespreken. <ol style="list-style-type: none"> 1. Mogelijkheid: “Wat (keuze) kun je doen?”, “Hoe (uitvoering) kun je dat het beste doen?” 3. Gelegenheid geven om vragen te stellen. 4. Samen, als team, naar de warming-up gaan.



Warming-up	15 minuten	<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Spelers gelegenheid geven 'uit te razen'/topje van de aanwezige energie kwijt te raken.▪ De doelstelling/het accent terug laten komen/herhalen in een passende voetbalsituatie.▪ Voorbereiden op de wedstrijd.	<ul style="list-style-type: none">▪ Organisatie:<ul style="list-style-type: none">• Eén speelhelpt, één doel, ballen, dopjes en hesjes beschikbaar.▪ Structuur/Volgorde/Inhoud:<ol style="list-style-type: none">1. Techniekvorm (individueel/2-tallen) of voetbalspelletje in afgebakende ruimte waar veel actie, uitdaging en plezier in zit. Bekende vormen en snel te organiseren.2. Partijspel waarin besproken accent voorkomt. Op de helft van de beschikbare tijd eventueel wisselen van speelrichting.<ul style="list-style-type: none">▪ Alle spelers doen mee. Keeper in het doel.▪ Alle spelers komen in de situatie waarin de doelstelling/het accent (zo wedstrijdrecht mogelijk) naar voren komt.▪ Alle spelers ervaren wat besproken is.▪ De coach kan eventueel nog coachen/tips geven.▪ De coach kan spelers coachen binnen die situaties door ze te bevragen op hun acties (keuze en uitvoering), te complimenteren, na te laten spelen, een voorbeeld te (laten) geven en uitleg te geven.3. Korte nabespreking warming-up/herhaling (vragen) van het accent.4. Gereed maken voor de wedstrijd.
------------	------------	---	---



Moment	Tijds-duur	Toelichting	Eisen/Tips/Aandachtspunten
1 ^e helft	20 minuten	<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Spelers het spel met veel plezier laten spelen.• Spelers het spel steeds beter leren spelen door ze te laten spelen.• Spelers helpen steeds beter te leren handelen (keuzes maken en uitvoeren) binnen de gekozen doelstelling/het accent.	<ul style="list-style-type: none">▪ Structuur/Volgorde/Inhoud:<ol style="list-style-type: none">1. Observeren. Kijken hoe het spel verloopt. Wat zie ik zoal gebeuren?2. Analyseren. Komt de doelstelling/het accent regelmatig voor?3. Beoordelen. Wat gaat er t.a.v. de doelstelling/het accent goed en minder goed?4. Coachen Coachen (met mate) tijdens het voetballen d.m.v.:<ul style="list-style-type: none">▪ complimenteren▪ korte algemene vragen aan het team▪ korte algemene vragen aan een speler▪ korte concrete vragen aan een speler▪ korte concrete tips geven▪ het begeleiden van acties▪ het voorzeggen (om spelers het positieve effect te laten ervaren/het juiste moment te leren kiezen)▪ vragen stellen aan/gesprek met wisselspeler▪ ...



Rust	10 minuten	<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Uitrusten.▪ Terugblik eerste helft.▪ Doelstelling/accnt voor de tweede helft bespreken.	<ul style="list-style-type: none">• Structuur/Volgorde/Inhoud:<ol style="list-style-type: none">1. Drinken.2. Bekers verzamelen en in prullenbak doen.3. Plassen.4. Terugblik eerste helft in het algemeen.<ol style="list-style-type: none">1. Bevrigen en heel kort op reageren. "Hoe ging het?", "Wat ging er goed?"5. Terugblik eerst helft t.a.v. doelstelling/accnt.<ol style="list-style-type: none">1. Bevrigen en doorvragen. "Wat vonden we vandaag belangrijk?", "Wat hadden we besproken?", "Is dat aantal keren gelukt?", "Hoe ging dat?", "Hoe komt dat?", "Hoe hadden we dat anders kunnen doen?"6. Gelegenheid geven om vragen te stellen.7. Korte samenvatting vragen/geven van de doelstelling/het accnt voor de wedstrijd.8. Opstelling aangeven.9. Naar het veld.• Focus op proces (ontwikkeling) i.p.v. resultaat.
------	------------	--	--



Moment	Tijds-duur	Toelichting	Eisen/Tips/Aandachtspunten
2 ^e helft	20 minuten	<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spelers het spel met veel plezier laten spelen. • Spelers het spel steeds beter leren spelen door ze te laten spelen. • Spelers helpen steeds beter te leren handelen (keuzes maken en uitvoeren) binnen de gekozen doelstelling/het accent. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Structuur/Volgorde/Inhoud: <ol style="list-style-type: none"> 1. Observeren. Kijken hoe het spel verloopt. Wat zie ik zoal gebeuren? 2. Analyseren. Komt de doelstelling/het accent regelmatig voor? 3. Beoordelen. Wat gaat er t.a.v. de doelstelling/het accent goed en minder goed? 4. Coachen Coachen (met mate) tijdens het voetballen d.m.v.: <ul style="list-style-type: none"> ▪ complimenteren ▪ korte algemene vragen aan het team ▪ korte algemene vragen aan een speler ▪ korte concrete vragen aan een speler ▪ korte concrete tips geven ▪ het begeleiden van acties ▪ het voorzeggen (om spelers het positieve effect te laten ervaren/het juiste moment te leren kiezen) ▪ vragen stellen aan/gesprek met wisselspeler ...
Na-bespreking met spelers	5 minuten	<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Eventuele eerste emotie delen/ opvangen. ▪ Polsen hoe de wedstrijd beleefd is. ▪ Nabespreken wat er goed gegaan is t.a.v. de doelstelling/het accent? ▪ Wat ging er verder nog goed? ▪ Link naar komende activiteit/training. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Direct na de penalty's op het veld of in de kleedkamer. ▪ Door vragen te stellen, daarmee vooral de kinderen laten vertellen en daar eventueel op aansluiten. "Hoe was de wedstrijd?" "Wat hebben we goed gedaan?" "Wat deden we goed?" "Waar was jij tevreden over Piet?" "Wat was jouw mooiste actie Kim?" ▪ Door vragen te stellen die betrekking hebben op de doelstelling/het accent van de tweede helft. "Wie kan nog iets vertellen over ...?" "Wat vond jij daar goed in gaan Jan?" ▪ Algemeen: Complimenten geven/laten geven.



Moment	Tijds-duur	Toelichting	Eisen/Tips/Aandachtspunten
Evaluatie wedstrijd door de coach		<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Vaststellen wat de resultaten t.a.v. de ontwikkeling van de spelers binnen de doelstelling(en)/ accent(en) waren. “Wat ging er in relatie tot de doelstellingen/ accenten goed?”, “In hoeverre is wat ik wilde bereiken gelukt?”, “Waar zou binnen de doelstellingen/ accenten een volgende keer nog aandacht aan besteed moeten worden?”	<ul style="list-style-type: none">▪ Als het doel (Wat wil ik deze wedstrijd bereiken?) scherp/concreet is, is het gemakkelijker om het resultaat vast te stellen.
Zelfreflectie door de coach		<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Vaststellen wat de rol van de coach geweest is voor, tijdens en na de wedstrijd en in relatie tot de doelstellingen/ accenten? “Wat is het effect van mijn aanpak geweest, waar ben ik tevreden over en waarom?” Waar ben ik minder tevreden om, waarom en hoe kan ik dat een volgende keer nog beter doen?”	<ul style="list-style-type: none">▪ Als de aanpak tijdens de verschillende momenten (wedstrijdbespreking, warming-up enz.) vooraf goed doordacht en uitgewerkt is, is het gemakkelijker het effect daarvan vast te stellen en te bepalen waar je tevreden over bent en een volgende keer eventueel aanpassingen moet doen.



Bijlage F Voorbeeld spelersrapport

Speler rapport VV ONR		
Naam:	Links- / rechtsbenig:	Ingevuld:
Geboortedatum:	Teamorganisatie:	Datum:
Elfтал:	Periode:	

Uitstekend: handeling leidt tot doelpunt / Goed: handeling leidt tot scoringskans / Voldoende: handeling leidt tot balbezit houden / Onvoldoende: handeling leidt tot balverlies / NB: beoordelingen zijn een gemiddelde van een aantal wedstrijden in een bepaalde periode	
Aanvallen (Opbouwen en scoren)	Toelichting
Is in staat individueel de bal te behouden (<u>dominante handelingen:</u> aan- en meenemen, dribbelen, passen, passeren, afschermen)	
Is in staat de bal te behouden d.m.v. samenspel (<u>dominante handelingen:</u> passen, vrijlopen om aanspeelbaar te zijn)	
Komt in scoringspositie en scoort (<u>dominante handelingen:</u> dribbelen, passeren, schieten, vrijlopen, positiekiezen voor het doel)	
Creëert scoringskansen voor anderen. (<u>dominante handelingen:</u> steekpass, voorzet)	
Uitstekend: handeling leidt tot balverovering / Goed: handeling leidt tot doelpunt voorkomen / Voldoende: handeling leidt tot ophouden van de aanval / Onvoldoende: doet geen handeling of handeling leidt tot scoringskans / doelpunt voor de tegenpartij / NB: beoordelingen zijn een gemiddelde van een aantal wedstrijden in een bepaalde periode	
Omschakelen: van aanvallen naar verdedigen	Toelichting
Schakelt snel om en helpt <u>direct</u> mee met storen van de opbouw van de tegenpartij (<u>dominante handelingen:</u> direct druk geven op de balbezitter en proberen de bal te veroveren, medespelers helpen om de bal te veroveren)	



Uitstekend: handeling leidt tot balverovering / **Goed:** handeling leidt tot doelpunt voorkomen / **Voldoende:** handeling leidt tot ophouden van de aanval / **Onvoldoende:** doet geen handeling of de handeling leidt tot scoringskans of een doelpunt voor de tegenpartij / NB: beoordelingen zijn een gemiddelde van een aantal wedstrijden in een bepaalde periode

Verdedigen (storen/doelpunten voorkomen)	Toelichting
Helpt mee met het storen van de opbouw van tegenpartij (<u>dominante handelingen</u> : (veld klein maken, positie kiezen tussen tegenstander en bal, druk zetten op de bal, de tegenstander ophouden, op de bal jagen, dieptepass voorkomen)	
Verover de bal (<u>dominante handelingen</u> : pass onderscheppen, meelopen met de balbezitter en bal afpakken, sliding maken of tackelen)	
Voorkomt doelpunten (<u>dominante handelingen</u> : tegenstander blokken, schoten blokken, sliding/tackle maken, bal afpakken)	

Uitstekend: handeling leidt tot doelpunt / **Goed:** handeling leidt tot scoringskans / **Voldoende:** handeling leidt tot balbezit houden / **Onvoldoende:** handeling leidt tot balverlies / NB: beoordelingen zijn een gemiddelde van een aantal wedstrijden in een bepaalde periode

Omschakelen: van verdedigen naar aanvallen	Toelichting
Schakelt snel om naar aanvallen (<u>dominante handelingen</u> : passen, dribbelen, positiekiezen om de bal te ontvangen, snel bijsluiten)	

Opmerkingen: o.a. is taakgericht, wil alles goed / beter doen, leergierig, volgt aanwijzingen op, ...

