



Ontwikkellijn O14/O15

ELBURGER SC

Algemeen

Naar aanleiding van het ontwikkelde jeugdvoetbalbeleidsplan (JVBP) van de Elburger Sport Club (ESC) “professionalisering van een familievereniging” zijn deze ontwikkellijnen tot stand gekomen. Vanuit de visie op voetbal, talent, leren en trainen is er voor elke leeftijdscategorie in de onder- en middenbouw een ontwikkellijn ontwikkeld. Hierin zijn de voetbalhandelingen die aangeleerd moeten worden uitgebreid uitgewerkt, daarnaast zijn ook de leeftijdsspecifieke kenmerken van de jeugdvoetballers in elke leeftijdscategorie uitgewerkt. Dit als basis om vervolgens de vertaling te maken naar het trainingsveld en de coaching en begeleiding van de jeugdspelers in deze specifieke leeftijdscategorie voor het trainend kader, zodat we als vereniging een solidaire en gestructureerde werkwijze hanteren binnen onze jeugdopleiding.

Structuur van voetbal:

In het voetbalspel zoals wij het spelen kennen we een bepaalde structuur, bestaand uit verschillende teamfuncties.

Deze teamfuncties zijn:

- Aanvallen
- Omschakelen aanvallen – verdedigen
- Verdedigen
- Omschakelen verdedigen – aanvallen



Vanuit de teamfuncties zijn er verschillende teamtaken zoals:

- Opbouwen wanneer je als team balbezit hebt.
- Scoren en het creëren van kansen in balbezit.
- Storen in de opbouw van de tegenstander wanneer zij balbezit hebben.
- Doelpunten voorkomen bij balbezit tegenstander.

Alle voetbalhandelingen die er zijn kunnen worden gekoppeld aan één of meerdere van deze teamfuncties. Deze teamfuncties zijn de uitgangspunt van elke training. Bijna elke trainingsvorm kan dan ook gekoppeld worden aan één of meerdere van de bovenstaande teamtaken.

Ontwikkeldoelen jeugdopleiding:

Elke leeftijdscategorie kent verschillende ontwikkeldoelen als basis van de ontwikkeling die elke jeugdspeler doormaakt. Vanuit de KNVB wordt hier ook op ingespeeld door verschillende wedstrijdvormen te hanteren. Binnen de verschillende wedstrijdvormen zijn er verschillende aantallen en veldafmetingen. Zie voor de algemene ontwikkeldoelen en wedstrijdvorm per leeftijdscategorie de afbeelding hiernaast. In het vervolg van dit document zullen we verder ingaan op de leeftijdsspecifieke kenmerken en concrete ontwikkeldoelen per leeftijdscategorie.



O14/O15 = Afstemmen van basistaken binnen het team

Leeftijdsspecifieke kenmerken O14/O15 spelers

1. De groeispuurt

Voor deze leeftijden geldt dat de mogelijke kleine verschillen die bij de vorige leeftijdsgroep zijn ontstaan, nu al duidelijker zichtbaar worden. Meest in het oog springende ontwikkeling bij O14/O15-spelers is de versnelde lichaamsgroei. Bij jongens kan in deze leeftijd de groeispuurt gepaard gaan met een krachttoename. Meiden groeien in deze fase wat gelijkmatiger, waar jongens wat meer piekmomenten van groei kennen. De ene speler gaat eerder groeien dan de andere speler. Er zijn dus spelers die nog genieten van hun ideale lichaamsverhouding en probleemloze coördinatie, maar er zijn ook spelers die in korte tijd snel groter en krachtiger worden en daardoor mogelijk onhandiger met de bal zijn geworden. Voor beiden geldt dat er aandacht nodig blijft voor blessurepreventie in verband met een afnemende belastbaarheid.

2. Kritiek en zelfkritiek

Bij de O14/O15-spelers neemt de (reeds aanwezige) kritiek op de eigen prestatie verder toe, alsmede de kritiek op anderen. Ook een trainer/coach kan verwachten dat bijvoorbeeld zijn/haar gekozen opstelling, speelwijze en/of voetbalvormen niet meer kritiekloos worden aangenomen. Spelers kunnen hier een grotere bijdrage aan gaan leveren en kunnen je versted doen staan. Het vermogen tot onafhankelijk oordelen groeit. Een meer doordachte, eigen mening ontwikkelt zich. Aan de andere kant hebben deze jongere spelers nog sterk de behoefte aan de geborgenheid van een groep. Onderdeel zijn van een groep zorgt voor een veilig gevoel.

3. Verantwoordelijkheid

Spiegelden spelers zich als O12/O13-speler nog in hoge mate aan idolen aan de top, nu vergelijken ze zich meer realistisch met medespelers. Tekenen van volwassenheid dienen zich aan. Er ontstaat verantwoordelijkheidsgevoel. Spelers houden meer rekening met anderen. Een trainer/coach kan iedere individuele speler en het team geleidelijk meer verantwoordelijkheden geven. Hiermee stimuleer je het nemen van verantwoordelijkheid wat het zelfvertrouwen en de eigenwaarde bij spelers doet groeien.

4. Leerdoel

Voetballen doen spelers in O14/O15 met overgave. Ze storten zich op hun posities en taken in het veld, staan open voor samenwerking en worden fysiek sterker. Ze beginnen het veeleisende 11 tegen 11-spel beter te beheersen. De toegenomen zelfkritiek en verantwoordelijkheid uit zich in de toegewijde manier waarop O14/O15 spelers zich storten op de basistaken die behoren bij hun posities in het veld. Taken worden onderling ook beter verdeeld. Twee of drie verdedigers houden zich niet zo vaak meer bezig met dezelfde aanvaller van de tegenpartij. O14/O15 spelers stemmen die taken onderling beter af. Niet alleen binnen een linie, maar ook tussen de linies. Hecht niet te veel waarde aan de korte termijn van presteren, maar concentreer je op het leerproces van de individuele spelers voor de lange termijn. Spelers moeten in een veilige omgeving het spel kunnen spelen en daarin fouten mogen maken.

5. **Jongens en meiden**

O14/O15-spelers zetten hun eerste stap naar volwassenheid. De puberteit vraagt nog meer aandacht voor de individuele speler. Gemengd voetballen kan op deze leeftijden nog prima. Meiden zijn eerder gaan groeien maar de eerste jongens zijn nu meiden aan het inhalen of groeien meiden al voorbij. Een groot aantal jongens gaat nu pas groeien waardoor meiden gemiddeld genomen nog steeds groter zijn. Tijdens de training voeren jongens voornamelijk uit wat de trainer/coach vraagt. Daarbij zoeken ze wel steeds vaker grenzen op, bijvoorbeeld binnen de spelregels. Jongens voeren een voetbalvorm uit en vinden deze leuk of niet leuk, vaak gebaseerd op de mate van competitie in een voetbalvorm. Meiden willen vooral weten waarom ze dingen moeten uitvoeren. Ze vragen zich af wat de logica is van de vormen die ze doen tijdens de training en wat de relatie is met de wedstrijd op zaterdag. Kortom ze willen graag weten wat ze gaan doen en leren tijdens de training en waarom ze hier betere voetballers van worden. Gemiddeld genomen leren jongens door proberen en fouten maken en meiden leren gemiddeld genomen liever stap voor stap.

Ontwikkeldoelen O14/O15 spelers

Een O14/O15 speler heeft als algemeen ontwikkeldoel 'Afstemmen van basistaken binnen het team'. Spelers in deze categorie zijn rijp om de basistaken die behoren bij hun posities in het veld beter onderling op elkaar af te stemmen, zowel binnen als tussen linies. Daarbij groeien de spelers langzaam maar zeker toe naar 1 of 2 vaste posities. Het kan zijn dat a.g.v. de groeisprint een terugval in technische vaardigheden plaatsvindt maar dat is van tijdelijke aard. Het is van belang om in deze fase veel aandacht te hebben voor blessurepreventie omdat verwaarloosde groeiklachten tot langdurige uitval kunnen leiden hetgeen de ontwikkeling uiteraard negatief beïnvloedt.

Bouwsteen:
1. Voorwaartse passlijn open? Passen!
Benodigde voetbalhandelingen: <ul style="list-style-type: none">- Scannen- Passen
2. Passlijn niet open? Lopen met (en daarmee beschermen van) de bal om een passlijn te creëren
Benodigde voetbalhandelingen: <ul style="list-style-type: none">- Dribbelen- Kappen & Draaien
3. Een 'open' staande speler (= bal en doel tegenstander kunnen zien) indien mogelijk inspelen op verste been
Benodigde voetbalhandelingen: <ul style="list-style-type: none">- Passen- Aannemen
4. Na spelen doorbewegen
Benodigde voetbalhandelingen: <ul style="list-style-type: none">- Scannen- Vrijlopen
5. 1v1 situaties in de eindfase op tempo uitspelen
Benodigde voetbalhandelingen: <ul style="list-style-type: none">- Dribbelen- Schijnbewegingen- Schieten
6. Na balverlies probeert dichtstbijzijnde speler direct tot herovering te komen
Benodigde voetbalhandelingen: <ul style="list-style-type: none">- Jagen- Duelleren
7. Als de tegenstander de bal heeft vallen we deze zo snel mogelijk aan (duelleren i.p.v. storen)
Benodigde voetbalhandelingen: <ul style="list-style-type: none">- Opsluiten & Terugsluiten- Dekken- Duelleren
8. Tegenstander heeft bal op een flank? Verdedigen in maximaal 2 lengtezones!
<ul style="list-style-type: none">- Scannen- Kantelen
9. Na balverovering proberen we direct een voorwaarts vervolg te hebben (pass of dribbel)
Benodigde voetbalhandelingen: <ul style="list-style-type: none">- Scannen- Passen- Kappen & Draaien

Trainingsstructuur O14/O15

Een O14/O15 speler traint met zijn/haar team in principe twee keer per week een uur en een kwartier. Deze training staat onder leiding van de trainer van het desbetreffende team. Minimaal één keer per week krijgt ieder team een kwartier lang specifieke ASM-training aangeboden. Daarnaast komt 1x per week de geïsoleerde techniektraining terug, gericht op het onderhouden en door ontwikkelen van ballmastery, dribbelen, kappen & draaien en schijnbewegingen.

Wedstrijdstructuur O14/O15

Een O14/O15 speler speelt zijn/haar wedstrijden in een 11 tegen 11 voetbalvorm (meiden evt. in 9v9). Zoals omschreven in de ontwikkeldoelen staat het 'Afstemmen van basistaken binnen het team' centraal. De coaching hiervan gebeurt op basis van de bouwstenen die gebruikt worden binnen de vereniging.

Een warming-up is op deze leeftijd heel belangrijk omdat spelers in de groeispurfase zitten en daardoor blessuregevoeliger zijn.

In de O14/O15 is het de bedoeling dat de selectieteams binnen ESC in dezelfde opstelling hun wedstrijden spelen. De opstelling waar vanuit gespeeld gaat worden is in balbezit 1-4-3-3 met een driehoek met de punt naar voren op het middenveld. Daarbij is het insteek om met een inschuivende centrale verdediger tot 1-3-4-3 te komen met een ruit op het middenveld tot gevolg. Bij balbezit tegenstander dekken we door met een centrale verdediger waardoor we ook dan in 1:3:4:3 komen te staan. Genoemde opstellingen sluiten het beste aan bij de beoogde ESC-speelwijze en heeft het grootste ontwikkelingseffect.

