



Ontwikkellijn 012

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.



O12 = Leren spelen vanuit een basistaak

Leeftijdsspecifieke kenmerken O12 spelers

1. Komt langzaam in de groeispurt

Gemiddeld genomen hebben 11-jarigen de ideale lichaamsverhoudingen. De kinderen vinden het heerlijk om zich intens in te spannen en zich uit te leven door vooral veel te voetballen. De coördinatie van vroegrijpe 11-jarigen kan al wat houderig worden door snelle lichaamsgroei. Houd rekening met beperkte belastbaarheid. Hou ook rekening met extreme temperaturen. Deze pupillen kunnen symptomen van onderkoeling en oververhitting vertonen. Ze kunnen zichzelf hierin overschatten. Hou dan ook rekening met het dragen van juiste kleding (bijv. handschoenen en mutsen) en zorg ervoor dat er voldoende gedronken kan worden.

2. Is doel- en wedstrijdgericht

Het maken van doelpunten en het voorkomen van tegendoelpunten betekent veel voor deze pupillen. Ook als team vinden ze het belangrijker worden om samen succes te kunnen halen. Hiertoe kun je ze in allerlei voetbalvormen uitdagen. Meer wedstrijdgericht trainen en meer complexe voetbalsituaties gaan ze leren overzien. In verschillende partijvormen kan dit worden aangeboden.

3. Krijgt graag individuele aandacht

Laat de kinderen voordoen aan de groep waar ze goed in zijn. Je kunt ze bijvoorbeeld vragen om een voorbeeld te geven bij jouw uitleg. Zorg verder dat je kinderen goed leert kennen en niet alleen in het voetballen, maar ook daarbuiten (school, thuis etc). Maak dan ook geregeld een praatje met ze!

4. Speelt graag al wat meer vanuit een vastere positie

Dit geeft de kinderen, zeker diegene die daarom vragen, wat meer een gevoel van veiligheid. Dat wil niet zeggen dat er niet meer gerouleerd kan worden in posities, maar weet dat dit niet voor ieder kind nog prettig is. Natuurlijk kun je dit ook individueel bespreken met ze.

5. Stelt hoge eisen aan zichzelf

De onzekerheid over eigen prestaties neemt toe. Tegelijk spiegelen de kinderen zich aan onbereikbare, beroemde idolen. Geef vooral positieve feedback op concrete acties voor meer zelfvertrouwen.

6. Duidelijkheid, routine en structuur passen goed bij ze

De kinderen houden van duidelijkheid. Geef ze deze door niet iedere keer veel te willen veranderen. Bouw een structuur waarin een bepaalde mate van continuïteit en veel herhalingen zitten, maar waar ook ruimte is voor verandering. Door de vele herhalingen kunnen successen ervaren worden en door af en toe weer wat nieuws toe te voegen zullen ze weer uitgedaagd zijn en kunnen ze opnieuw succes halen.

7. Heeft een sterk gevoel voor rechtvaardigheid

Alle kinderen willen spelletjes en wedstrijden graag winnen en vinden het belangrijk dat dit eerlijk verloopt. Wees hier consequent en duidelijk in. Zeker als er in voetbalvormen met punten wordt gewerkt is dit van belang.

8. Geeft graag zijn of haar mening en dat is prima

Met deze kinderen je na afloop van activiteiten bespreken wat ze waarom wel en niet leuk vonden, of ze hun best gedaan hebben, goed hebben samengewerkt etc. De kinderen worden zich ook steeds meer bewust van de eigen kwaliteiten ten opzichte van hun medespelers. Vergelijken met elkaar vanuit positief opzicht kan bijdragen aan een prettige, veilige teamsfeer waarin iedereen elkaar respecteert en waardeert om wie hij of zij is en kan.

9. Jongens en meiden

Voor deze leeftijden geldt dat er kleine verschillen kunnen gaan ontstaan. Het is mogelijk dat jongens en meiden de groeispurt ingaan. Gemiddeld genomen komen meiden iets eerder in de groeispurt dan jongens. Bij meiden en jongens kan dit gepaard gaan met afnemende belastbaarheid en dus is er aandacht nodig voor blessurepreventie. Gemengd voetballen kan op deze leeftijden nog prima!

Ontwikkeldoelen O12 spelers

Een O12 speler heeft als algemeen ontwikkeldoel 'Leren spelen vanuit een basistaak'. Spelers zullen in hun ontwikkeling dus moeten gaan leren welke basistaken bij welke posities horen. Hierbij is het nog wel van belang dat spelers op meerdere posities spelen in het veld en zich nog niet specialiseren op één positie. Net als in de O11 zullen de ontwikkeldoelen gesteld worden op basis van de bouwstenen die de club heeft ontwikkeld om zo alle voetbalhandelingen functioneel in te gaan zetten. Hieronder staan de bouwstenen uitgewerkt met daaraan gekoppeld de onderliggende handelingen.

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- Dribbelen- Kappen & Draaien

Trainingsstructuur O12

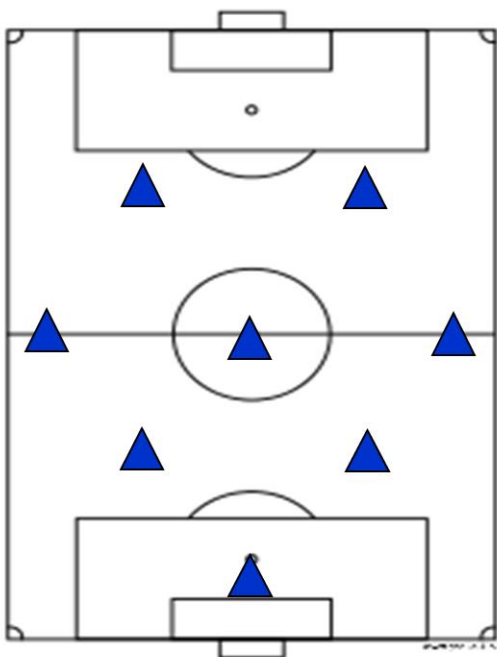
Een O12 speler traint met zijn/haar team in principe twee keer per week een uur en een kwartier. Deze training staat onder leiding van de trainer van het desbetreffende team. Minimaal één keer per week krijgt ieder team een kwartier lang specifieke ASM-training aangeboden. Daarnaast komt minimaal 1x per week de geïsoleerde techniektraining terug, gericht op het onderhouden en door ontwikkelen van ballmastery, dribbelen, kappen & draaien en schijnbewegingen.

Evenals bij O11 is er veel aandacht voor het trainen van technische vaardigheden maar meer en meer worden ze functioneel gekoppeld aan het ontwikkelen van de ESC-spelwijze. Daarbij zijn bouwstenen de voorloper van de spelprincipes die we vanaf de bovenbouw hanteren.

Wedstrijdstructuur O12

Een O12 speler speelt zijn/haar wedstrijden in een 8 tegen 8 voetbalvorm. Zoals omschreven in de ontwikkeldoelen staat het 'leren spelen vanuit een basistaak' centraal. De coaching hiervan gebeurt op basis van de bouwstenen die gebruikt worden binnen de vereniging. Een O12 speler kun je voor de wedstrijden en in de rustmomenten ook kort wijzen op deze bouwstenen. Let er hierbij wel op dat er 1 of 2 bouwstenen worden gebruikt in een wedstrijd zodat het niet te veel informatie wordt voor de spelers. Een warming-up is vanuit fysiek oogpunt nog niet belangrijk in deze leeftijdscategorie maar we benutten de beschikbare tijd als extra 'trainingsmoment' en om in de 'voetbalmodus' te komen.

In de O12 is het de bedoeling dat alle teams binnen ESC in dezelfde opstelling hun wedstrijden spelen. Hierbij is het wel van belang dat spelers op meerdere posities gaan spelen gedurende een seizoen. De opstelling waar vanuit gespeeld gaat worden is een 1-2-3-2 opstelling. Dit houdt concreet in: Eén keeper, twee verdedigers, drie middenvelder en twee spitsen, zoals in onderstaand weergegeven. Het coachen tijdens de wedstrijd doen we vooral op basis van de bouwstenen, maar spelers mogen ook meer en meer gecoacht worden op hun positie spel tijdens de wedstrijd.



PUPILLENVOETBAL

Plezier en ontwikkeling voorop



SPELERS & SPEELSTERS

ONDER 8 – ONDER 12

Wanneer ik een wedstrijd speel vind ik het leuk om ...

... vaak aan de bal te komen, veel te scoren en de bal af te pakken



... te merken dat ik steeds beter word door zelf oplossingen te bedenken



... aangemoedigd te worden en complimenten te krijgen



... te winnen!

... mijn naam te horen en merken dat ik het al best goed doe



... samen met mijn vriendjes en vriendinnetjes te spelen

... zelf acties te maken en te leren samenspelen



... op verschillende posities te spelen

MIJN VOETBALONTWIKKELING

DIE NIET VOOR ALLE JEUGDSPELERS OP DEZELFDE MANIER VERLOOPT, DUS ONVOORSPELBAAR IS. EN IN GROTE LIJNEN ER ALS VOLGT UITZIET:

(Onder 8 / Onder 9) Ik...

- ✓ Voelbal ik nog niet zo lang
- ✓ Ben soms heel actief, maar sta ook wel eens te kijken
- ✓ Speel om het spelen
- ✓ Beheers de bal nog niet zo goed
- ✓ Doe nog veel alleen
- ✓ Leer vooral veel door veel te doen, te kijken naar voorbeelden en nadoen
- ✓ Hoor lang niet alles wat er naar mij geroepen wordt, begrijp het ook niet allemaal, maar vind enthousiast publiek heel fijn!

(Onder 10) Ik...

- ✓ Kan al iets langer op voetballen zitten, maar kan nog veel leren
- ✓ Ben gedurende de wedstrijd steeds actiever betrokken
- ✓ Speel om steeds beter te worden en probeer te winnen
- ✓ Moedig mijn medespelers altijd positief aan
- ✓ Ben steeds meer baas over de bal
- ✓ Begrijp dat soms samenspelen een goede oplossing is
- ✓ Leer door te doen, te ervaren, van voorbeelden, nadoen en tips te krijgen
- ✓ Vind het heel leuk als het publiek enthousiast is, laat merken dat we het goed doen en mij mijn eigen spel laat spelen!

(Onder 11 / Onder 12) Ik...

- ✓ Voetbal al een aantal seizoenen, ben steeds beter geworden, maar wil me nog verder ontwikkelen
- ✓ Kan steeds beter kiezen wanneer en hoe ik mijn team kan helpen
- ✓ Speel om beter samen te leren voetballen en samen te proberen te winnen
- ✓ Kan de bal steeds beter laten doen wat ik wil
- ✓ Maak steeds betere keuzes tussen dribbelen, schieten en samenspel
- ✓ Leer door te doen, te ervaren, van voorbeelden, bevraagd en uitgedaagd te worden en te reflecteren
- ✓ Kan het spel steeds beter zelf spelen, word nog beter door de 1 of 2 aandachtspunten die de trainer aangeeft en het positief stimuleren door het publiek!

Voor meer informatie kijk op knvb.nl/pupillenvoetbal

Hoofdsponsor van het Nederlandse voetbal

PUPILLENVOETBAL

Plezier en ontwikkeling voorop



ROL TRAINER/COACH

ONDER 8 – ONDER 12

Wanneer ik een wedstrijd speel vind ik het leuk om ...

... vaak aan de bal te komen, veel te scoren en de bal af te pakken

... mijn naam te horen en merken dat ik het al best goed doe

... te merken dat ik steeds beter word door zelf oplossingen te bedenken

... samen met mijn vriendjes en vriendinnetjes te spelen

... aangemoedigd te worden en complimenten te krijgen

... zelf acties te maken en te leren samenspelen

... proberen te winnen!

... op verschillende posities te spelen

MIJN ROL ALS TRAINER/COACH

Voor de wedstrijd

- ✓ Bereid ik de wedstrijd voor (maak o.a. een wisselschema)
- ✓ Maak ik kennis met de coach(es)/leider(s) van de tegenpartij en de spelbegeleider/pupillenscheidsrechter
- ✓ Hou ik een korte voorbespreking, betrek de spelers daarbij door samen kort in te gaan op de laatste training en de komende wedstrijd
- ✓ En/of warming-up spelletjes met bal
- ✓ Laat ik de spelers een boks doen met de tegenstanders, hun coach(es) en de spelbegeleider/pupillenscheidsrechter

Tijdens het voetballen

- ✓ Sta ik samen met de wisselers aan de lange zijde van het veld (tegenover de ouders)
- ✓ Zorg ik dat mijn spelers evenveel spelen
- ✓ Laat ik de spelers voor en achter of op verschillende posities spelen
- ✓ Moedig ik mijn spelers altijd positief aan
- ✓ Laat ik de spelers zelf keuzes maken
- ✓ Geef ik individuele aandacht aan mijn spelers
- ✓ Vraag ik mijn spelers tijdens de time-outs en in de rust wat goed gegaan is en bespreken we wat nog beter kan

Na de wedstrijd

- ✓ Laat ik de spelers penalty's nemen
- ✓ Bedank ik samen met mijn spelers de tegenstander, de coach(es)/leider(s) en de spelbegeleider/pupillenscheidsrechter
- ✓ Blik ik met mijn spelers kort terug op de wedstrijd
- ✓ Geef ik individuele aandacht aan al de spelers
- ✓ Kijken we kort vooruit naar de volgende training.
- ✓ Sluit ik altijd positief af!

Voor meer informatie kijk op knvb.nl/pupillenvoetbal

Hoofthsponsor van het Nederlandse voetbal