



# Enter Vooruit



## *VOETBALTECHNISCH JEUGDBELEIDSPAN*



# INHOUDSOPGAVE

01. VOORWOORD.....	3
02. MISSIE, VISIE EN DOELSTELLINGEN JEUGDOPLEIDING.....	4
03. OPLEIDINGSVISIE .....	6
04. SELECTIEBELEID .....	34
05. WISSELBELEID.....	38
06. OVERGANGSREGELING JEUGDSPELERS .....	40
07. KEEPERSBELEID.....	42
08. OPLEIDEN JEUGDTRAINERS .....	44
09. SLOTWOORD .....	47





# 01

## VOORWOORD

Enter Vooruit, een vereniging met een rijke historie en sterke wortels in de gemeenschap van Enter, heeft altijd gestreefd naar het bieden van een veilige, stimulerende en plezierige omgeving voor jonge voetballers. Met trots dragen wij bij aan de ontwikkeling van onze jeugd, niet alleen op sportief vlak maar ook op sociaal en persoonlijk gebied. Onze jeugdafdeling vormt het hart van de club en is van essentieel belang voor de continuïteit en groei van Enter Vooruit.

Het voetbaltechnisch jeugdbeleidsplan geldt voor alle jeugdvoetballers bij Enter Vooruit. Van mini-pupil tot en met de O19-junioren. Het geeft houvast voor onze jeugdtrainers hoe zij de jeugdspelers uit hun team moeten begeleiden en geeft leiders, jeugdspelers en hun verzorgers/ouders en een ieder die bij Enter Vooruit is betrokken, inzicht en richtlijnen in hoe we binnen de jeugdopleiding te werk gaan.

*In dit beleidsplan leggen we de nadruk op plezier, respect, teamwork en persoonlijke groei, zodat Enter Vooruit een plek blijft waar zowel de sportieve als sociale ontwikkeling van kinderen centraal staat.*





# 02

## MISSIE, VISIE EN DOELSTELLINGEN JEUGDOPLEIDING

### Algemeen

Binnen de jeugdafdeling van Enter Vooruit is een missie opgesteld waar vanuit de visie van Enter Vooruit een aantal doelen zijn gesteld.

### Missie

Het aanbieden van de voetbalsport, voor een ieder op zo'n aantrekkelijk mogelijk niveau, aan te bieden aan een zo breed mogelijke afspiegeling van Enter en omgeving. Dit wordt vormgegeven middels een helder beleid en duidelijke structuur, waarbij elke speler op zijn eigen niveau optimaal plezier heeft en zich optimaal kan ontwikkelen binnen een hechte vereniging. Naast voetbal gerelateerde activiteiten nemen ook nevenactiviteiten een belangrijke rol in binnen Enter Vooruit.



## Visie

Het plezier op het veld en bij randactiviteiten dient bij Enter Vooruit voor ieder individu voorop te staan. De voetbalkwaliteiten van ieder spelend lid moeten daarbij optimaal worden ontwikkeld. Daarvoor moet de jeugdopleiding verder ontwikkeld worden tot een meer toonaangevende jeugdafdeling binnen de regio, waardoor er een (nog) hogere aantrekkingskracht uitgaat van Enter Vooruit.

Deze doorontwikkeling van de jeugdopleiding moet als volgt gebeuren:

- Gelijkwaardige positieve aandacht voor alle teams;
- Prestatieve (eerste) jeugdteams op een zo hoog mogelijk niveau maar wel passend bij de kwaliteit van de lichte;
- Minder verschil in voetbalkwaliteit tussen selectie en overige teams; spelers uit lagere teams moeten aan kunnen sluiten bij selectieteams;
- Opleiding van spelers/-teams gaat boven korte termijn resultaat;
- Binnen Enter Vooruit dient een duidelijk opleidingstraject/ -organisatie te worden opgezet met duidelijke trainingen, oefeningen en eisen per leeftijdsgroep en waarin ook structureel kader- wordt opgeleid. Binnen het redelijke moeten ook eisen gesteld kunnen worden aan leiders en trainers. Binnen het opleidingstraject speelt ook het Beleidsplan Senioren een belangrijke rol;
- Mogelijkheid tot minimaal twee trainingen voor elk jeugdlid. Tevens keeperstrainingen voor alle gemotiveerde keepers;
- T/m O15 gericht op zoveel mogelijk ontwikkeling van de individuele spelers, vanaf O15 meer team-gerelateerd;
- Herkenbare voetbalstijl door de gehele jeugdopleiding (aandachtspunt: nieuw jeugdvoetbal);
- Het organiseren van extra activiteiten, zowel voetbal gerelateerde als nevenactiviteiten, waardoor het positieve imago van Enter Vooruit verder wordt ontwikkeld en de aantrekkingskracht wordt vergroot;

## Doelstellingen

- Het door laten stromen van gemiddeld minimaal 3 jeugdspelers per seizoen naar de selectie van Enter Vooruit;
- Voetballen op het niveau dat past bij ieder spelend lid waarbij het streven is om selectieteams min. 1<sup>e</sup> klasse KNVB te laten spelen;
- Gekwalificeerde trainers voor alle selectieteams; overige teams gemotiveerde (nieuwe) trainers onder begeleiding van gekwalificeerde trainers;
- De mogelijk bieden van trainingen georganiseerd vanuit Enter Vooruit om zo de aanwas van nieuwe trainers vanuit de club te promoten;
- Behoud van de clubcultuur binnen het opleidingstraject;
- Stimuleren van de samenwerking tussen de Technische commissie en Jeugd Technische commissie om zo de overstap van de jeugd naar de senioren beter te laten verlopen;
- Het bieden van een veilige, leerzame, sociale plek voor de jeugd om zichzelf te ontwikkelen;





# 03

## OPLEIDINGSVISIE

Enter Vooruit streeft ernaar om een vereniging te zijn waar iedereen zich thuis voelt en (voetbal)plezier de boventoon voert. In jeugdvoetbal hebben we te maken met kinderen van verschillende leeftijden. Kinderen die in ontwikkeling zijn, zowel in cognitief, sociaal, emotioneel en fysiek opzicht. Kinderen die een aantal dingen al kunnen en weten maar ook een (groot) aantal dingen nog niet. Als je daarin ook de complexiteit van het voetballen (11 tegen 11) betreft, maakt dat duidelijk dat voetballen leren planmatig werken vereist. Planmatig omdat kinderen zich ontwikkelen en zo stapsgewijs een steeds completere voetballer worden.

v.v. Enter Vooruit hecht veel waarde aan integriteit, sportiviteit en respect, en hanteert daarom een actieve gedragscode binnen de vereniging. Er wordt vanuit gegaan dat deze gedragscode wordt uitgedragen en nageleefd. Goed gedrag wordt gestimuleerd en beloond. Onze jeugdtrainers en jeugdleiders worden gevraagd om te coachen op positieve wijze. Ouders en verzorgers worden op verschillende manieren betrokken bij de ontwikkeling van hun kind. Om dit te bereiken passen we een gelijkgerichte aanpak toe in technisch, tactisch, conditioneel en organisatorisch opzicht bij de trainingen en wedstrijden van de jeugdteams. Een en ander passend bij de leeftijd en de kwaliteit van de spelers.



## **Voetbal leerbaar maken**

Om het voetballen voor kinderen leerbaar te maken, zal het tijdens de trainingen nog verder vereenvoudigd moeten worden. Dit gebeurt bij Enter Vooruit op een manier dat het nog wel voetballen blijft.

Het leren voetballen gebeurt in fases. Bij beginnende jonge voetballers kunnen niet alle facetten van het voetballen tegelijk verbeterd worden. Dit hoeft ook niet, als we ervan uitgaan dat de jeugdopleiding van elke voetballer tot zijn 18e jaar duurt waarna elke jeugdspeler de mogelijkheid krijgt om zich door te ontwikkelen in de seniorentak.

## **Belang individu**

Als een speler uitgeleerd is in zijn eigen team of leeftijdscategorie, kunnen we de speler meer uitdaging bieden in een hoger team of zelf een hogere leeftijdscategorie. Aan de andere kant kan dit ook betekenen dat een jeugdspeler juist in een lager team of een lagere leeftijdscategorie (dispensatie) zich beter kan ontwikkelen. Hierbij kijken we wat het beste is voor de ontwikkeling van de individuele jeugdspeler.

## **Rol van de ouders**

Wij vinden het leuk als ouders positief en enthousiast aanwezig zijn. Maar wij stellen het zeer op prijs als men de coaching overlaat aan de coach.

Wij zijn blij met ouders die hun kind stimuleren om naar de training en wedstrijd te gaan en zelf ook regelmatig de wedstrijden bijwonen. Ze moedigen positief en plezierig aan, helpen met leren winnen en verliezen, met complimenten geven en troosten.

Hun goede voorbeeld is heel belangrijk voor de kinderen. Wij vinden het ongewenst als ouders zich bemoeien met de opstelling, mee coachen of instructies geven of het eigen kind straffen na een minder geslaagde actie. Wij spreken een ouder die tijdens de wedstrijd buiten zijn boekje gaat, kort aan. Wij blijven dan vooral rustig, herinneren hem aan de afspraken en vragen hem na de wedstrijd even verder te spreken.



## Uitgangspunten per leeftijdscategorie

In de jeugdopleiding van Enter Vooruit hebben we keuzes gemaakt WAT kinderen op WELKE leeftijd leren. Deze keuzes sluiten aan op wat we van een bepaalde leeftijdscategorie globaal kunnen verwachten aan gedrag en kenmerken. Per leeftijdscategorie hebben we de uitgangspunten bepaald die op de volgende pagina's staan beschreven en verder worden uitgelegd.



### JO6 en JO7 (WELPEN)

Kinderen op deze leeftijd moeten spelen. Al spelend leert men. Deze kinderen zijn visueel ingesteld en kunnen nog niet zo goed luisteren. Je moet dus heel veel laten zien en laten ervaren. Ze kunnen zich nog slecht concentreren, dus weinig praten maar heel veel laten doen! Plezier hebben in het voetballen is op deze leeftijd het belangrijkste. Zorg dat deze kinderen zich veilig voelen in het groepje.

#### Wat wil en kan de O6/O7-SPELER?

Het gaat om startende voetballers die alles nog moeten ontdekken. Ze ontwikkelen zich razendsnel, maar hebben een korte spanningsboog. Waar moet je nog meer rekening mee houden?

#### **Wil spelen en houdt van avontuur**

Deze kinderen spelen graag. Het is niet hun doel zich te ontwikkelen tot voetballer, maar ze voetballen vooral omdat het spannend en leuk is! Het onbewust en spelenderwijs dingen ontdekken in een voor hen uitgestrekt wonderland in plaats van een voetbalveld met afmetingen en regels die hen beperken in hun ontdekkingstocht. Advies: Maak overal een spelletje, (spannend) verhaal of avontuur van, bijvoorbeeld ook met het opruimen van de spullen.

#### **Is gericht op zichzelf en wil graag de bal hebben**

Een enkeling kijkt liever nog even toe en schiet de bal ver weg, maar voor de meeste spelers geldt: waar de bal is, daar moet je zijn. Het zogenaamde 'kluitjesvoetbal', alle spelers in de buurt van de bal, is hier van toepassing en dat is prima. De aantrekkingskracht van de bal is tegelijkertijd ook belangrijk in de ontwikkeling van vaardigheden aan de bal. Ik en de rest van de wereld, gezond egocentrisme, dit typeert deze spelers en dat gaat vanzelf over. Overspelen hoort er dan ook nog niet bij, maar dribbelen en op avontuur gaan met de bal is waar het om draait!

#### **Spelregels zijn nog niet het belangrijkste**

De kinderen weten vaak al wel in welke richting ze moeten voetballen en dat ze moet- en scoren in een doel, anders zullen ze dit snel gaan begrijpen. Eenvoudige spelregels beginnen ze ook al te begrijpen, al is er bijvoorbeeld nog niet altijd oog voor de zij- en achterlijnen.

#### **Heeft weinig geduld en is snel afgeleid**

De kinderen willen bewegen, niet per se luisteren. Een korte spanningsboog hoort nu eenmaal bij deze kinderen. Zorg dan ook voor veel afwisselingen van de activiteiten, voetbalvormpjes, een rustmoment of drinkpauze tussendoor, een korte concrete instructie en laat ze weer snel doorgaan met voetballen. Dit kunnen ze op deze manier zeker een uur volhouden.



## Eén plaatje zegt meer dan 1000 woorden

Doe zoveel als mogelijk voor! De kinderen zijn namelijk enorm visueel ingesteld en leren vooral door te kijken en na te doen! Geef enkel aanwijzingen gericht op de ruimte, dus bijvoorbeeld 'probeer de bal tussen de pionnen te mikken' in plaats van aan- wijzingen op het lichaam te geven als 'plaatsing en richting van het stand- en zwaai- been etc.'

## Begeleid ze in kindertaal

De kinderen gaan nog meer op in het spel als je ze op hun ooghoogte avontuurlijk en vanuit hun belevingswereld de vormen uitlegt. Je kunt bijvoorbeeld een kort, spannend verhaal vertellen over een groep leeuwen (met bal) die wordt opgejaagd door een jager (zonder bal) en ze zullen nog meer hun best doen om niet getikt te worden.

## Duidelijkheid en kleine veranderingen doorvoeren past goed bij ze

De kinderen houden van duidelijkheid en herkenbaarheid. Geef ze deze door niet iedere keer te willen veranderen. Bouw een structuurtje, bijvoorbeeld binnen je trainingen van het aanbieden van 3 of 4 vormen, waarin een bepaalde mate van continuïteit en herhalingen zit, maar waar ook ruimte is voor verandering. Door de herhalingen kunnen successen ervaren worden en door weer wat nieuws toe te voegen zullen ze weer uitgedaagd zijn. Doordat ze altijd wel even tijd nodig hebben om weer te wennen aan veranderingen zullen er dingen zowel lukken- als mislukken en dat is prima.

## Heeft behoefte aan aandacht en geborgenheid

Probeer ieder kind de juiste aandacht te geven, ze hebben hier allemaal in zekere mate behoefte aan. Accepteer ook dat deze kinderen soms zomaar van het veld af kunnen lopen om even mama of papa op te zoeken. Probeer de kinderen zich ook thuis te laten voelen in de groep. Laat ze bijvoorbeeld iets voordoen voor de groep en complimenteer dit, dit zal hun zelfvertrouwen doen vergroten.



## De trainingen

Elke warming up voor de training is eigenlijk direct het begin van de echte training. Het is dus een eerste oefening mét de bal. Er wordt niets zonder bal gedaan door de spelers. Bij de trainingen worden de groepjes niet groter gemaakt dan 10 spelers per trainer, om zo de individuele aandacht te garanderen, met name de technische vaardigheid zal centraal staan. De trainingsinhoud is gevarieerd en afwisselend en bestaat grotendeels uit oefen- en spelvormen waarin de spelers veel balcontacten zullen krijgen. Het grootste deel van de training moet besteed worden aan het zich eigen maken van technische vaardigheden. De voetbalvorm, het partijspel, waarin alle spelbedoelingen voorkomen, van maximaal 4:4 is altijd onderdeel van de training.

## Verdere aandachtspunten bij de jongste jeugd

- Voor iedereen een bal beschikbaar;
- In spelen op de fantasiewereld van de kinderen;
- Rekening houden met gering concentratievermogen;
- Geen verwachtingen hebben van samenwerking;
- Zeer korte uitleg;
- Tijd optimaal benutten;
- Zelf voordoen is beter dan zelf uitleggen.

## Accenten in de trainingen

De eerste technische vaardigheden moeten geoefend worden door ze veel te herhalen in een oefening:

- Passen met de binnenkant van de voet (mikken);
- Dribbelen (veel balcontacten);
- Het aannemen van de bal;
- Het meenemen van de bal;
- Het schieten op doel;
- Het kappen van de bal;
- De bal controleren.

Behalve in oefeningen komen al deze voetbalthema's ook vanzelf voor in het spelletje vier tegen vier. Dit moet dan ook veel gespeeld worden in deze leeftijdsgroep. Er moet hierbij veel gescoord kunnen worden door de spelers. De doelen moeten dus lekker groot zijn, en de trainer moet niet als speler meespelen. Partijspelen van 2:2 en 3:3 zijn ook heel geschikt.

## De wedstrijden

Tijdens de wedstrijden wordt 4:4 gespeeld. Er zal vaak sprake zijn van het kluitjesvoetbal: waar de bal is, daar zijn de meeste spelers. Het coachen op 'uit elkaar gaan rennen!' en 'veld groot maken' als de ploeg de bal heeft, heeft het meeste effect. Het plezier moet voorop staan. Zij vinden winnen niet belangrijk, tenzij de begeleiding hierop aanstuurt. Hier ligt dus een belangrijke rol voor de begeleiding!



## **JO8 en JO9**

Kinderen op deze leeftijd moeten spelen. Al spelend leert men. Deze kinderen zijn visueel ingesteld en kunnen nog niet zo goed luisteren. Je moet dus heel veel laten zien en laten ervaren. Plezier hebben in het voetballen is op deze leeftijd het belangrijkste. Je trainingen spannend maken en gebruik van fantasie geeft extra beleving. Zorg dat deze kinderen zich veilig voelen in het groepje, kies veel structuur, regelmaat en wees positief. Langzamerhand moeten deze kinderen leren om zich aan de regels te houden, zowel in als buiten het veld. Daar moet je ze ook op corrigeren.

### Wat wil en kan de O8/O9-SPELER?

Deze leeftijdscategorie is per definitie verliefd op de bal en kan doelgericht leren handelen met de bal. Waar moet je nog meer rekening mee houden?

### **Wil vooral spelen**

Het is geen doel voor deze kinderen zichzelf te ontwikkelen tot voetballer. Ze vinden samen met hun vriendjes en vriendinnetjes voetballen heel leuk en ze leren spelenderwijs, onbewust al heel veel. Zelfs van het samen opruimen van de materialen kun je een spelletje maken. "Welke speler ruimt de meeste pionnen op?"

### **Wil graag de bal hebben**

Het motto is: ik en de bal. Wedstrijdjes draaien om de bal. Eenmaal aan de bal, blijkt het voor sommigen toch nog heel lastig om de bal bij zich te houden. Voor anderen is de bal al meer een middel om doelpunten te maken of om kansen te creëren.

### **Is gericht op zichzelf en werkt soms al samen**

Een jonge O8/O9-speler is zijn kleutertijd nog niet helemaal ontgroeid en kan alles nog op zichzelf betrekken. Ik en de wereld. Dit gezonde egocentrisme is geen egoïsme. Het is een natuurlijk ontwikkelingsproces en gaat vanzelf voorbij. De al wat oudere, verder ontwikkelde O8/O9-speler zal al steeds meer het mogelijke gunstige effect gaan zien van het overspelen naar een speler die er beter voor staat. Van bewust samenwerken is meestal nog geen sprake. Wees je bewust van de verschillen tussen de kinderen en laat ze hun eigen, veelal nog individuele, spel spelen.

### **Spelregels worden al duidelijker voor ze**

De kinderen weten in welke richting ze moeten voetballen, dat ze moeten scoren in het andere doel en moeten voorkomen dat er in hun eigen doel gescoord wordt. De belangrijke spelregels van de wedstrijd begrijpen ze inmiddels.

### **Heeft weinig geduld en is snel afgeleid**

De kinderen willen bewegen, niet per se luisteren. Een korte spanningsboog hoort nu eenmaal bij deze kinderen. Zorg dan ook voor veel afwisselingen van de activiteiten, voetbalvormpjes, een rustmoment of drinkpauze tussendoor, een korte concrete instructie en laat ze weer snel doorgaan met voetballen. Dit kunnen ze op deze manier zeker een uur volhouden.



### **Eén plaatje zegt meer dan 1000 woorden**

Wanneer je praat met de kinderen, doe dit op hun ooghoogte. Belangrijker nog, doe zoveel als mogelijk voor! De kinderen zijn namelijk enorm visueel ingesteld en leren vooral door te kijken en na te doen, zeker van hun trainer en idolen! Geef met name aanwijzingen gericht op de ruimte, dus bijvoorbeeld 'probeer de bal tussen de pionnen te mikken' in plaats van aanwijzingen op het lichaam te geven als 'plaatsing en richting van het stand- en zwaaibeen etc.'

### **Duidelijkheid en kleine veranderingen doorvoeren past goed bij ze**

De kinderen houden van duidelijkheid en herkenbaarheid. Geef ze deze door niet iedere keer te willen veranderen. Bouw een structuurtje waarin een bepaalde mate van continuïteit en herhalingen zit, maar waar ook ruimte is voor verandering. Door de herhalingen kunnen successen ervaren worden en door weer wat nieuws toe te voegen zullen ze weer uitgedaagd zijn. Doordat ze altijd wel even nodig hebben om weer te wennen aan veranderingen zullen er dingen zowel lukken- als mislukken en dat is prima.

### **Heeft behoefte aan aandacht en geborgenheid**

Probeer ieder kind de juiste aandacht te geven. Ze hebben hier allemaal in zekere mate behoefte aan aandacht en geborgenheid. Begeleid ze door het seizoen heen stuk voor stuk op hun eigen niveau. Zaken die voor ene speler als vanzelfsprekend zijn en gaan, kunnen voor een ander wat moeizamer verlopen en vragen dus meer aandacht van jou! Probeer de kinderen zich ook thuis te laten voelen in de groep. Laat ze bijvoorbeeld iets voordoen voor de groep en complimenteer ze. Dit zal hun zelfvertrouwen doen toenemen.



## De trainingen

Elke warming-up voor de training is eigenlijk direct het begin van de echte training. Het is dus een eerste oefening mét de bal. Er wordt niets zonder bal gedaan door de spelers. Bij de trainingen worden de groepjes niet groter gemaakt dan 10 spelers per trainer, om zo de individuele aandacht te garanderen, met name de technische vaardigheid zal centraal staan. De trainingsinhoud is gevarieerd en afwisselend en bestaat grotendeels uit oefen –en spelvormen waarin de spelers veel balcontacten zullen krijgen. Het grootste deel van de training moet besteed worden aan het zich eigen maken van technische vaardigheden. De voetbalvorm, het partijspel, waarin alle spelbedoelingen voorkomen, van maximaal 4:4 is altijd onderdeel van de training.

## Verdere aandachtspunten bij een training

- Het is van belang dat een trainer per trainingsuur maximaal 10 spelers (één team) heeft;
- Voor iedereen een bal beschikbaar;
- Veel afwisseling in de training;
- In spelen op de fantasiewereld van de kinderen;
- Rekening houden met gering concentratievermogen;
- Geen verwachtingen hebben van samenwerking;
- Zeer korte uitleg;
- Tijd optimaal benutten;
- Zelf voordoen is beter dan zelf uitleggen.

## Accenten in de trainingen

De eerste technische vaardigheden moeten geoefend worden door ze veel te herhalen in een oefening:

- Passen met de binnenkant van de voet (mikken);
- Dribbelen (veel balcontacten);
- Drijven (grotere snelheid maken bij dribbelen);
- Het aannemen van de bal;
- Het meenemen van de bal;
- Het schieten op doel;
- Het kappen van de bal;
- De bal controleren.

Behalve in oefeningen komen al deze voetbalthema's ook vanzelf voor in het spelletje vier tegen vier. Dit moet dan ook veel gespeeld worden in de O8-O9 groep. Er moet hierbij veel gescoord kunnen worden door de spelers. De doelen moeten dus lekker groot zijn, en de trainer moet niet zelf meespelen. Partijspelen van 2:2 en 3:3 zijn ook heel geschikt.



## De wedstrijden

Tijdens de wedstrijden wordt 6:6 gespeeld. Bij O8-categorie zal er vaak sprake zijn van het kluitjesvoetbal: waar de bal is, daar zijn de meeste spelers. Het coachen op 'uit elkaar gaan rennen!' en 'verspreiden over het veld!' wanneer het team de bal heeft, heeft het meeste effect. Het plezier moet voorop staan. O8-O9 spelers vinden winnen niet belangrijk, tenzij de begeleiding hierop aanstuurt. Hier ligt dus een belangrijke rol voor de begeleiding! Bij de O9 beginnen we met de formaties 1-2-1-2 (1 keeper, 2 verdedigers, 1 middenvelder en 2 aanvallers, zie [figuur 1](#)). Er is al wat meer sprake van een vaste positie, laat de spelers toch met enige regelmaat nog op meerdere posities spelen, dit komt hun spelplezier en hun ontwikkeling ten goede.

## Keepers

Bij alle O8-O9 teams moet op wedstrijddagen worden gerouleerd met keepers. Spelers moeten zo breed mogelijk worden opgeleid. 'Echte' keepers ontstaan pas echt vanaf de O10/O11 leeftijd.

Mocht het zo zijn dat er in een team een keeper aanwezig is die "vast" wil keepen, zal er een overleg plaatsvinden met de Jeugd technische Commissie wat hierin de beste keuze is om te doen voor de spelers en het team.



*Figuur 1) voorbeeldopstelling in de JO8/JO9 met 1. 2. 1. 2 als uitgangspunt*



## JO10 en JO11

Op deze leeftijd worden de kinderen al veel zelfstandiger. Je mag ook meer van ze eisen op het gebied van luisteren, concentratie en een taak of oefening volbrengen. Ze worden zich bewust van het groepsproces en je kan ze hier ook op aanspreken. Ze kunnen steeds beter gaan samenspelen en samenwerken. Natuurlijk blijft het plezier voorop staan maar het leerproces gaat een belangrijke plaats innemen. Het ontwikkelen doen ze door heel veel herhaling, veel voordoen, en met voldoende weerstand werken. Mentaliteit gaat ook een doorslaggevende rol spelen.

### De trainingen

Elke warming up voor de training is eigenlijk direct het begin van de echte training. Het is dus een eerste oefening mét de bal. Bij de trainingen worden de groepjes niet groter gemaakt dan 10 spelers per trainer, om zo de individuele aandacht te garanderen, met name de technische vaardigheid zal centraal staan.

De trainingsinhoud is gevarieerd en afwisselend en bestaat grotendeels uit oefen –en spelvormen waarin de spelers veel balcontacten zullen krijgen. Het grootste deel van de training moet besteed worden aan het zich eigen maken van technische vaardigheden. De voetbalvorm, het partijspel, waarin alle spelbedoelingen voorkomen, van maximaal 4:4 is altijd onderdeel van de training.

Verdere aandachtspunten bij een training

- Voor iedereen een bal beschikbaar;
- In spelen op de fantasiewereld van de kinderen;
- Rekening houden met gering concentratievermogen;
- Tijd optimaal benutten;
- Zelf voordoen beter dan zelf uitleggen.



## Accenten in de trainingen

De technische basisvaardigheden moeten geoefend worden door ze veel te herhalen in een oefening. Het is verstandig om in een jaarplanning alle voetbalthema's in te plannen. Niet alle spelers kunnen even goed met de voetbalthema's uit de voeten: de trainer moet dus goed kijken wat zijn spelers aankunnen. De volgende Voetbalthema's kunnen bij O10 en O11-spelers aan de orde komen:

- Passen met de binnenkant van de voet;
- Dribbelen en drijven;
- Het aan- en meenemen van de bal (aannemen ene been, passen andere been);
- Het schieten op het doel;
- Schieten met de wreef;
- Het kappen van de bal;
- Afschermen van de bal;
- De bal kaatsen;
- Een tegenstander passeren;
- Diverse technische oefening

## De wedstrijden

De wedstrijden speelt O10 6:6 en O11 8:8. De wedstrijden moeten door de trainer eigenlijk beschouwd worden als een training. De coachmomenten zijn tijdens een wedstrijd waarschijnlijk vooral tactisch van aard (naar voren, terugkomen, goed dekken, sneller spelen etc.), maar juist de techniek moet niet vergeten worden.

Als trainer of leider moet men de speler stimuleren om de geleerde actie toe te passen in de 1:1 situatie in de wedstrijd. Ook technische aspecten als passen, het aan- en meenemen, afwerken op doel zijn technische aspecten die je moet meenemen in de coaching. Het plezier moet voorop staan, maar O10-O11-spelers vinden winnen ook belangrijk worden. De begeleiding moet dit echter niet benadrukken! Bij de O11 beginnen we met de formaties 1-2-3-2 (1 keeper, 2 verdedigers, 3 middenvelders en 2 aanvaller, [figuur 2](#) en 1-3-1-3, [zie figuur 3](#). Er is al wat meer sprake van een vaste positie, laat de spelers toch met enige regelmaat nog op meerdere posities spelen, dit komt hun spelplezier en hun ontwikkeling ten goede.

De hoofdmomenten waar aandacht aan wordt geschonken vanaf de O10- categorie zijn:

- Aanvallen;
- Opbouwen
- Scoren
- Verdedigen;
- Storen
- Omschakeling van aanvallen naar verdedigen;
- Omschakeling van verdedigen naar aanvallen.





*Figuur 2) voorbeeldopstelling in de JO11 met 1.2.3.2 als uitgangspunt*



*Figuur 3) voorbeeldopstelling in de JO11 met 1.3.1.3 als uitgangspunt*



## BOVENBOUW

In de bovenbouw wordt het duidelijker welke spelers in aanmerking komen voor prestatievoetbal (selectieteams) en welke spelers beter passen bij recreatievoetbal (niet-selectieteams). Beide groepen worden gelijk gefaciliteerd zodat jeugdspelers die zich op latere leeftijd goed ontwikkelen alsnog de kans hebben om door te stromen naar een selectieteam.

### Trainingen

Elk team in de bovenbouw traint 2 keer per week onder begeleiding van een vaste trainer. Graag willen we dat zoveel mogelijk spelers zo lang mogelijk actief blijven als voetballer en na deze leeftijdscategorie de 'transfer' maken naar de seniorentak. Het investeren in spelplezier voor alle spelers blijft daarom een belangrijke taak.

### Spelprincipes

Spelprincipes zijn de intenties waarmee jouw team speelt binnen de verschillende teamfuncties (aanvallen, verdedigen en omschakelen). De principes geven duidelijk aan wat er van spelers wordt verwacht. Onderstaande termen worden gebruikt als synoniemen van principes.

- Tactische richtlijnen
- Algemene uitgangspunten
- Tactische handvatten
- Spelintenties
- Tactische vuistregels

### Teamfuncties

De meeste spelprincipes hebben betrekking op een bepaalde teamfunctie. Over het algemeen gebruiken trainers vaak zo'n 3 tot 5 spelprincipes binnen het aanvallen, verdedigen en omschakelen. Minder principes gebruiken biedt te weinig ondersteuning, meer is moeilijk te onthouden.

Hieronder vind je per teamfunctie enkele voorbeelden.

### Verdedigen

- We willen hoog op het veld storen om daar de bal te veroveren, zodat wij al dicht bij het doel van de tegenstander zijn (bijsluiten)
- Wij verstoren hun opbouw aan de hand van pressing triggers door onze kwaliteiten en de zwaktes van de tegenpartij.  
(Bv. ingooi, pass naar een back, bal achteruit, man ingespeeld worden met rug naar de goal)
- We verdedigen compact ten opzichte van elkaar in de lengte en de breedte, zodat de tegenstander weinig ruimte krijgt om te voetballen (knijpen / rugdekking)
- We voorkomen dat de tegenstander tot gevaarlijke kansen komt door de as dicht te houden, zodat de tegenstander verder weg van ons doelt speelt.



## Omschakelen naar aanvallen

- We creëren direct een optie in de diepte, die we kunnen bespelen, om zo na balverovering te profiteren van het feit dat de tegenstander nog niet georganiseerd staat
- Als wij de bal winnen op eigen helft zorgen we ervoor dat we terugkomen in onze organisatie om vanuit daar weer controle te krijgen.

## Aanvallen

- Spelers creëren een overtal door als ze in een 1-tegen-1-situatie komen de tegenstander te passeren en daarmee direct terreinwinst richting het doel van de tegenstander kunnen boeken.
- We bewegen door na het geven van een pass, zodat ons spel dynamisch is en we onze medespelers direct weer een optie bieden door de gecreëerde ruimte voor jezelf of een medespeler (vrijlopen / vuile meters)
- Als we spelers met het gezicht vrij naar het doel spelen zorgen we voor dreiging door middel van diepteloopacties achter de laatste lijn van de tegenstander. (vrijlopen in de diepte)
- We zorgen tijdens het aanvallen dat onze restverdediging in orde is, door genoeg spelers achter de bal te houden om bij eventueel balverlies niet verrast te worden op de counter en direct druk op de bal uit te kunnen voeren.
- We kiezen zo snel mogelijk voor de weg naar voren en zoeken naar de ruimte tussen de linies (dieptespel voor breedte).
- We zorgen ervoor dat een teamgenoot met de bal altijd meerdere afspeelmogelijkheden heeft (driehoekjes maken / vrijlopen).
- We creëren een overtal rondom de bal, zodat wij de tegenstander lokken en via ons positieospel gecreëerde ruimtes elders op het veld kunnen benutten.

## Omschakelen naar verdedigen

- Bij balverlies zetten we weer zo snel mogelijk druk op de bal (dichtbijzijnde speler) om de bal te heroveren.
- Bij balverlies op eigen helft of in ondertal vertragen we het spel van de tegenstander en regroeperen we zodat medespelers kunnen meehelpen verdedigen.

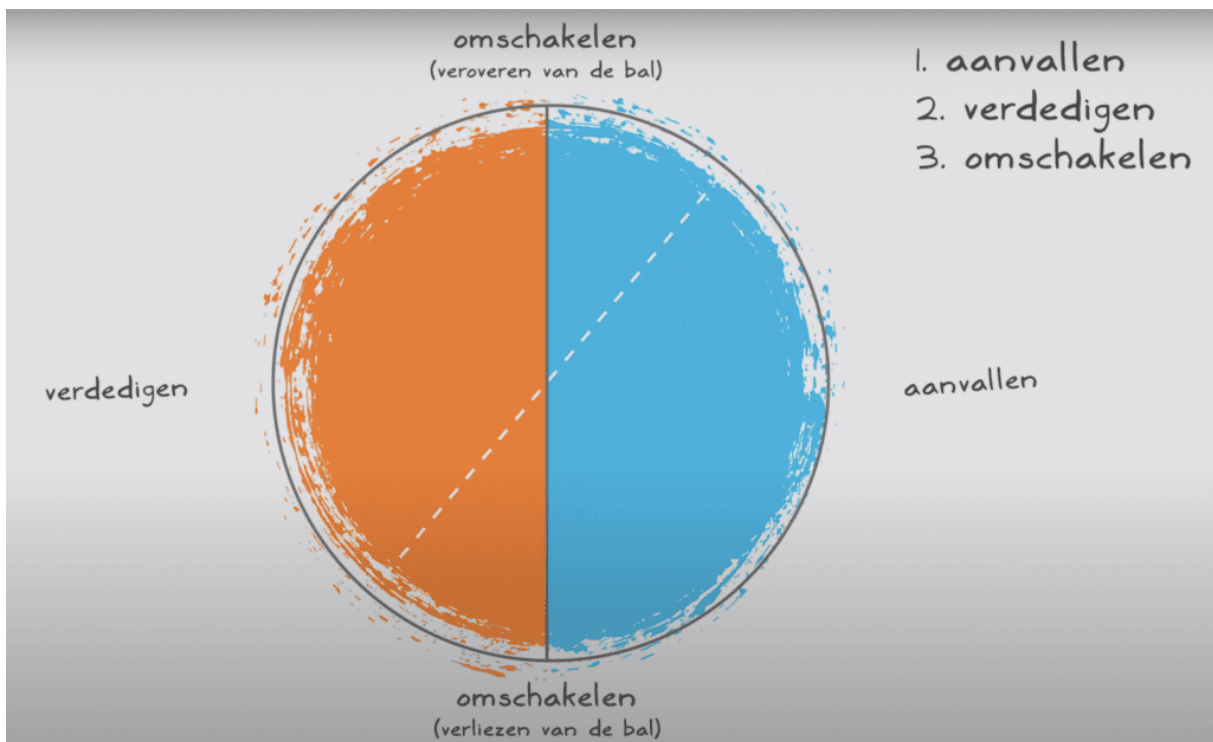


## Waarom spelprincipes?

Waarom zouden trainers binnen Enter Vooruit spelprincipes moeten gebruiken?

Oftewel, wat zijn de belangrijkste pluspunten? En wat merken de spelers er uiteindelijk van? Hieronder vind je zes voordelen.

- 1) Spelprincipes zijn voor spelers gemakkelijk te onthouden;
- 2) Je kunt ze toepassen tegen elke tegenstander en in elke situatie;
- 3) Ze maken het gemakkelijker om te variëren met formaties;
- 4) Spelprincipes maken de speelwijze makkelijker trainbaar;
- 5) Je kunt ze overbrengen met korte termen die heel herkenbaar zijn;
- 6) Ze bieden continuïteit en kenmerken het plan op de lange termijn;



## Fysiek

De spelers van de onder 15 zitten midden in de pubertijd en kunnen te maken krijgen met een groeisprint. In deze periode groeien ze snel wat consequenties heeft voor de coördinatie, 24 belastbaarheid en het zelfbeeld van de speler. De spelers kunnen hierdoor blessuregevoeliger zijn en groeipijn ondervinden. We hebben 2 ervaren fysiotherapeuten bij de club die ook voor de jeugd beschikbaar zijn. Zij kunnen de spelers bij blessures behandelen en voorzien van medisch advies. De fysieke belasting wordt naarmate de speler ouder wordt groter en het voetbal conditioneel trainen wordt vanaf de onder 17 categorie ontwikkeld. We bieden voetbalvormen aan waardoor zowel het voetbal als de voetbalconditie verbeterd.

## Gedrag

In deze leeftijdscategorie zijn de spelers medeverantwoordelijk voor het team en het stimuleren en corrigeren van teamgenoten. Er zal hiërarchie ontstaan waar iedereen binnen het team zijn positie in zal moeten vinden. Het ontwikkelen van een teamgevoel met elkaar is in deze categorie dan ook erg belangrijk. De spelers en staf maken samen afspraken en leven deze samen na. Spelers krijgen meer invloed op de afspraken en regels rond hun team, maar worden hier tegelijkertijd ook medeverantwoordelijk voor.

In de bovenbouw moeten de functionele technieken zijn aangeleerd. Dit betekent niet dat de speler deze tot in detail beheerst. Er is altijd ruimte voor verbetering. Verwerkt in voetbalvormen zullen de aangeleerde technieken structureel aan bod blijven komen. Daarnaast gaat elke speler zich specialiseren. Naarmate de speler de JO17-JO19 bereikt, zal de techniek steeds meer in relatie staan tot een bepaalde positie in het veld. Een aanvaller zal zich bijvoorbeeld meer specialiseren in het voorbij spelen van een tegenstander waar een verdediger werkt aan het duelleren om de bal af te pakken of een voorzet te blokken.



## JO12 en JO13

### Leeftijdskenmerken

- Wil zich meten met anderen;
- Kan in teamverband een doel nastreven;
- Het toepassen en verbeteren van de vaardigheden, gekoppeld aan het spelinzicht in het spel;
- Beheerst de eigen bewegingen en is bewust zijn prestaties op te vijzelen;
- Ideale lichaamsbouw om technische vaardigheden te leren en te verbeteren;
- Begint een eigen mening over het spel te vormen;
- O12-spelers zitten vaak nog op de basisschool, terwijl de O13-spelers naar de brugklas gaan.

### Algemene doelstellingen

De technische rijping en het ontwikkelen van het inzicht in het herkennen van de spelbedoelingen en de algemene uitgangspunten staan centraal. De technische vaardigheden moeten dus geoptimaliseerd worden.

### De trainingen

Zoals elke wedstrijd begint ook elke training met een warming-up van ongeveer 10 minuten en onder leiding van de aanvoerder. De trainer moet erop toezien dat dit gedisciplineerd gebeurt. In elke training komen de aspecten van techniek en inzicht aan de orde. Hoe beter de speler technisch onderlegd is, des te meer tijd over blijft om aandacht te schenken aan het inzicht van de spelers. Hiervoor kunnen de O13 teams een paar keer in het seizoen een uurtje "theorie" krijgen in de bestuurskamer. Aan de hand van een whiteboard kunnen heel goed de algemene uitgangspunten per hoofdmoment worden besproken. In de volgende training op het veld moet hier dan direct aandacht aan besteed worden. De spelers leren na te denken over voetbal, zeker als de trainer gebruik maakt van veel interactie met zijn spelers. De keeper van het team traint minimaal één keer met het team mee. De andere keer heeft hij keeperstraining.



## Accenten in de trainingen

- In de O12-O13-categorie komen alle technische vaardigheden uit de O11 categorie aan de orde;
- De O13-speler moet technisch zó onderlegd zijn (in de O12-groep) dat in de O13-groep het 1:1- duel veel geoefend kan worden;
- Tweebenigheid: dit zijn de laatste jaren dat de speler dit nog kan aanleren.
- Extra aandacht aan het bewegen voor en na de pass;
- Veel positie spelen, zoals 3:1, 5:2 en 6:3, bij voorkeur met veel richting, scoren, het gebruik van een keeper en doel;

## De wedstrijden

De O13 spelen voor het eerst op een heel veld, en zullen daaraan moeten wennen. Belangrijk is dus het wennen aan het hele veld, en de bijbehorende spelregels (buitenspel), organisatie (grotere afstanden) en speelwijze (meer en complexere opties, meer spelers). Ook de vriendschappelijke wedstrijden zijn hiertoe een uitstekend middel. Andere zaken die vooral bij de O13 centraal zullen staan:

- Opbouw;
- Veld groot maken in balbezit;
- Veld klein maken in balbezit tegenpartij;
- Openen van rechts naar links en omgekeerd;
- Knijpen;
- Aanvalsspel via de flanken;
- Wat doen we bij de opbouw van de tegenpartij;
- Positiespel als elftal in aanval is;
- Positiespel als elftal als balbezit bij tegenpartij is;
- Teamspel;
- Buitenspel, hoe gaan we daar mee om



In principe wordt hierbij de basisformatie van 1.4.3.3, zie [figuur 4](#) als uitgangspunt genomen. Alle O<sub>13</sub>-spelers moeten in ieder geval op twee verschillende posities uit de voeten kunnen. De volgende tactische basisprincipes kunnen tijdens wedstrijden behandeld worden:

- Hoe het veld groot maken bij aanvallen;
- Hoe het veld klein maken bij verdedigen;
- De bal 'eruit halen', andere kant openen, als diep spelen nog niet kan;
- Aansluiten door de verdedigers;
- Knijpen als de bal aan de andere kant is;
- Wanneer inzakken van de aanvallers en wanneer druk zetten;
- Aanvallen via de flanken (buitenspelers).



Figuur 4) voorbeeldopstelling 1-4-3-3



## JO14 en JO15

### Leeftijdskenmerken

- Verandering en bewustwording van eigen lichaam leidt tot geestelijke en maatschappelijke spanningen, motivatiegebrek en een kritische instelling tegenover gezag;
- Behoefte aan vaste afspraken;
- Weinig gevoelig voor moraliserende gesprekken, met name in groepsverband. De trainer benadert een conflict vooral in een persoonlijk individueel gesprek;
- Bij voortdurende belasting gevaar voor spieraanhechtingen. Mogelijk begin groeispuurt;
- Ondanks de vaak ontbrekende leergierigheid blijft de reeds geleerde motorische vaardigheid behouden, ook al vermindert deze tijdelijk.

### Algemene doelstellingen

De wedstrijd wordt als middel gebruikt om het verder ontwikkelen van inzicht in en het herkennen van spelbedoelingen en algemene uitgangspunten in de vier hoofdmomenten. Bij aanvallen staat centraal: de uitgewerkte teamfuncties bij opbouwen, aanvallen en scoren. Bij verdedigen staat centraal: storen, afschermen opbouw tegenstander, vastzetten, afjagen, en knijpen. Tot en met de O13-categorie hebben de spelers vooral de techniek getraind. Nu moeten de spelers zich er ook van bewust worden dat het voetballen meer met het hoofd dan met de benen gespeeld kan worden.

### De trainingen

Zoals elke wedstrijd begint ook elke training met een warming up van ongeveer 10 minuten en onder leiding van de aanvoerder. De trainer moet erop toezien dat dit gedisciplineerd gebeurt. Als dat wenselijk is, kan de trainer met zijn O15-team een aantal keren de algemene uitgangspunten bij de vier hoofdmomenten, met behulp van een whiteboard toelichten. In de volgende training op het veld moet hier dan direct aandacht aan besteed worden. De spelers leren na te denken over voetbal, zeker als de trainer gebruik maakt van veel interactie met zijn spelers.



## In de training maakt de trainer gebruik van:

- Wedstrijdeigen situaties waarin het spel wordt stopgezet en de spelers worden bevraagd over hun handelen;
- De beginselen van taaktraining, afhankelijk van de hoofdmomenten, en de positie/linie/as/flank, binnen basisvormen (3:1, 4:1, 5:2, 6:3), gericht op specifieke technische en tactische aspecten per taak;
- Mentale training: de spelers moeten in het belang van het team willen spelen. Soms zal een trainer in een training sfeer moeten creëren, als doel op zich. Vooral O15-spelers zijn hier soms gevoelig voor. De keeper van het team traint minimaal één keer met het team mee. De andere keer heeft hij keeperstraining waarin minimaal de volgende zaken centraal moeten staan;
- Oprapen, onderhands en bovenhands vangen, de bal tegenhouden met de borst, het vallen en het duiken in beide hoeken;
- Ontwijken van inkomende tegenstanders, vangen onder weerstand van een tegenstander, tippen over het doel;
- Uittrappen, de dropkick, uitwerpen, slingerworp en doeltrap;
- De verdedigende vaardigheden zonder bal, zoals het starten, sprinten, draaien in alle richtingen.

## Accenten in de trainingen

- Voorwaarde voor alles is dat de spelers kennis hebben van de uitgangspunten bij de 4 hoofdmomenten. Bij O15 is met name extra veel aandacht om het inzicht te vergroten van aanvallen naar verdedigen (omschakeling) en van verdedigen naar aanvallen;
- Wat betreft de eerstejaars O15-spelers gaat het vooral om de teamfunctie, en wat betreft de tweedejaars O15-spelers gaat het vooral om de uitgangspunten voor de linies en de samenwerking tussen de linies;
- Het inslijpen van enkele vaste patronen, die volgen uit de basisformatie van deze speelwijze. Hierbij valt te denken aan de opbouw, het flankspel, het druk zetten, het knijpen, en de spelhervattingen;
- Gebruik maken van 2:2, omdat hierin een aantal belangrijke tactische aspecten belicht kunnen worden (druk zetten, mandekking, rugdekking, ruimtedekking, onderlinge coaching);
- Extra aandacht voor het bewegen voor en na de pass (2x raken in positie spel);
- Extra aandacht aan het onderling coachen door de spelers (bijv. handbalspel). Spelers moeten elkaars taken kennen;
- In het begin van het seizoen worden afspraken gemaakt over spelhervattingen;
- De technische vaardigheden mogen niet vergeten worden! Liever twee thema's per training uitvoerig behandelen, dan een groter aantal oppervlakkig.
- De trainer moet rekening houden met grotere individuele verschillen tussen spelers.



## De wedstrijden

In de voorbespreking bij de O15-jeugd moeten de spelers ook nog steeds individueel benaderd worden, en daarnaast moeten ook de teamfuncties besproken worden. Hetzelfde geldt voor de afspraken bij spelhervattingen. De trainer moet tijdens de wedstrijd erop toezien dat deze afspraken worden nageleefd. Er kunnen meer eisen worden gesteld aan de uitvoering van de uitgangspunten bij de vier hoofdmomenten, als we het hebben over de basisformatie en de bijbehorende speelwijze.



*In principe wordt hierbij de basisformatie (1.4.3.3) als uitgangspunt genomen waarbij het doorschuiven van de CV altijd een optie is om hoog druk te willen zetten.*

De volgende tactische basisprincipes kunnen tijdens wedstrijden behandeld worden:

- Vaste patronen bij de opbouw;
- Aansluiten door de verdedigers;
- De formatie van het middenveld;
- Het flankspel en de voorzet;
- Andere aanvalsvormen (1-2-combinatie, individuele actie, derde man, aanbieden vanuit de tweede of derde lijn);
- Wanneer inzakken van de aanvallers en wanneer druk zetten;
- Knijpen als de bal aan de andere kant is



## JO16 EN JO17

### Leeftijdskenmerken

- Begin van harmonische lichaamsgroei, er is sprake van een toenemende zelfkritiek;
- Wil om te winnen is groot;
- Er is sprake van een betere verhouding tot het gezag, ook de emoties passen zich aan;
- Moeten ook verantwoording hebben;
- Men kan zich ondergeschikt maken aan het teambelang.

### Algemene doelstellingen

- Er is meer aandacht voor het rendement van de taakuitvoering door een speler;
- Wie is geschikt voor welke positie en taak: de speler moet beginnen zich te specialiseren;
- De spelers moeten leren van uit hun 1.4.3.3 systeem te leren anticiperen op verschillende spelsystemen van diverse tegenstanders;
- De spelers moeten leren omgaan ('professioneel reageren') met andere vormen van weerstand zoals de scheidsrechter, het publiek en de tegenstander. De trainingen De training begint met een warming-up onder leiding van de aanvoerder. De trainer ziet er op toe dat dit goed gebeurt. In de training maakt de trainer gebruik van:
  - Wedstrijdeigen situaties;
  - Taaktraining, per individu, maar ook per linie;
  - Het realiseren van voetbalbedoelingen in relatie tot het hoofdmoment, het speelveldgedeelte, en de betreffende positie(s);
  - Mentale training: in belang van het team spelen, veel willen trainen, spelen om te winnen.





*In principe wordt hierbij de basisformatie (1.4.3.3) als uitgangspunt genomen. O17-spelers moeten echter ook kennismaken van andere basisformaties en bijbehorende speelwijzen (onder meer 1:4:4:2 zoals hierboven is afgebeeld).*

### Accenten in de trainingen

Formatie en veldbezetting: hiermee begint het benaderen van de wedstrijd in een training; De speelwijze tijdens de wedstrijd moet ook tijdens de trainingen tot uitdrukking komen;

- Het behandelen in theorie en praktijk van tactische zaken zoals het pressievoetbal, het vastzetten van de tegenstander, het countervoetbal, spelverplaatsing, en de buitenspelval;
- De kwaliteit van het positiespel optimaliseren;
- In het begin van het seizoen worden afspraken gemaakt over spelhervattingen;
- Extra aandacht voor de volgende technische vaardigheden: het koppelen, het plaatsen van de bal over grote afstand, de twee-benigheid, het 1:1-duel, en het afwerken op het doel. De keeper van het team traint minimaal één keer met het team mee. De andere keer heeft hij keeperstraining waarin het coachen en organiseren van medespelers een belangrijk leerdoel is.



## De wedstrijden

De wedstrijden In de voorbespreking van O17-jeugd moet speciale aandacht zijn voor de functies van linies. Tijdens de wedstrijd ziet de trainer erop toe dat de afspraken rondom spelhervattingen worden nageleefd.

Er kunnen meer eisen worden gesteld aan de uitvoering van de uitgangspunten bij de 4 hoofdmomenten, als we het hebben over de basisformatie en de bijbehorende.

De volgende tactische basisprincipes moeten tijdens wedstrijden in het oog gehouden worden:

- Vaste patronen bij de opbouw;
- De formatie van het middenveld;
- Het flankspel en de voorzet;
- Andere aanvalsvormen (1-2-combinatie, individuele actie, derde man, aanbieden vanuit de tweede of derde lijn);
- De varianten bij spelhervattingen;
- Wanneer inzakken van de aanvallers en wanneer druk zetten;
- Knijpen als de bal aan de andere kant is.

Aan het einde van het seizoen dienen O17-junioren kennis te maken met andere basisformaties en speelwijzen. Hierbij worden in eerste instantie 1:4:4:2, 1:3:5:2 en 1:3:4:3 bedoeld. Dit zijn natuurlijk nog zeer algemene begrippen. De trainers dienen de basisformatie en speelwijze ieder jaar weer concreet te maken, in overleg met de Jeugd Technische Commissie.



## JO18 EN JO19

### Leeftijdskennmerken

- Op deze leeftijd ontstaat een bepaalde mate van geestelijke stabiliteit;
- Onrust maakt plaats voor een wat beheerster optreden;
- Ook fysiek meer stabiliteit, beheerste vaardigheden komen versterkt terug indien in de O17-jeugd periode goed gewerkt is;
- Spelers hebben meer oog voor eigen prestaties en ook voor die van hun teamgenoten;
- Verdere wedstrijdrijpheid is nu een kwestie van veel trainen en het opdoen van de nodige wedstrijdervaring;
- Sommige O19-spelers zitten in de eindfase van het voortgezet onderwijs, sommige studeren al, en weer anderen werken mogelijk al.

### Algemene doelstellingen

- Inzichtelijke rijping en ontwikkelen van de competitie: optimale rijpheid voor seniorenvoetbal;
- Leren winnen van de wedstrijd: taaktraining per positie, leren wat er in de verschillende taken gevraagd wordt, specialist worden;
- Leren om als individu en linie in dienst van teamprestatie te spelen;
- Gewenning aan het seniorenvoetbal gaat nu een belangrijke rol spelen;
- De spelers moeten leren omgaan ('professioneel reageren') met andere vormen van weerstand zoals de scheidsrechter, het publiek en de tegenstander.

### De trainingen

- Wedstrijdsituaties trainen:  
allerlei partij en positiespelen, waarbij de coaching zeer nadrukkelijk gericht is op de hoge handelingssnelheid en de spelers wijzen op hun verantwoordelijkheden (hoe te handelen in welke situatie);
- Taaktraining:  
bovenstaande altijd in relatie stellen tot specifieke taken / functies binnen het team bij (voorlopig) 1:4:3:3. Zo snel als het kan, wordt dit bijvoorbeeld 1:3:4:3;
- Mentale training:  
voorbereiden op het seniorenvoetbal, alles gaat daar nog sneller, harder en je speelt straks tegen spelers met vooral meer ervaring. Dit is niet van toepassing wanneer je van de junioren naar de JO23 doorstroomt.



## Accenten in de trainingen

- De formatie en veldbezetting;
- Positiespelen waarbij diverse taken worden gegeven;
- De spelhervattingen. De spelers moeten alle varianten kennen en kunnen uitvoeren.
- Het coachen van de spelers onderling;
- Het snelle omschakelen van balbezit naar balbezit tegenstander / balbezit tegenstander naar balbezit;
- Partijspel met accenten;
- De speelwijze: hoe wordt er opgebouwd, aangevallen en verdedigd en welke spelers spelen in de verschillende momenten welke rollen;
- Taken en verantwoordelijkheden van de verschillende posities: individueel, in een linie of als gehele team;
- De kwaliteit van het positiespel moet geperfectioneerd worden waar het elftal steeds weer aan werkt, de perfectie zien te bereiken (inzicht in de bedoelingen van het positiespel);
- Training van het uithoudingsvermogen binnen voetbalvormen.

## De wedstrijden

In de trainingen wordt ook wedstrijdgericht getraind, met het oog op het winnen van de wedstrijd. Hier wordt in de voorbespreking van een wedstrijd nog eens aandacht aan geschonken.

De discipline en coaching rondom de competitiewedstrijden is altijd resultaatgericht, aangezien dat straks bij de senioren ook het geval zal zijn. Toch moet de trainer ook blijven zorgdragen voor de individuele opleiding van jeugdvoetballers: behalve het team als geheel moet ook iedere speler winst boeken in zijn ontwikkeling.

Tijdens de wedstrijden moeten de spelers zelf de verantwoordelijkheid nemen om te variëren bij de spelhervattingen. Vooraf dienen duidelijke afspraken gemaakt worden over getrainde variaties. Gedurende het seizoen moeten zeker de tweedejaars O19-spelers de mogelijkheden krijgen om alvast te wennen aan het seniorenvoetbal. Dit kan gebeuren door met de selectie mee te trainen, of een keer een (oefen)wedstrijd mee te doen.

Dit moet in goed overleg met de betreffende trainers, de HJO en de speler zelf gaan. De HJO moet hiervoor goed contact hebben met de JO19-1 trainen en de hoofdtrainer. Tenslotte is het van belang dat O19-spelers meerdere systemen kunnen spelen, zoals 1:4:3:3 en 1:4:4:2, en 1:3:5:2. In het seniorenvoetbal kan dit immers van hen verwacht worden, vooral gezien het hedendaags voetbal.





# 04

## SELECTIEBELEID

Enter Vooruit streeft ernaar elke speler zo goed mogelijk op zijn eigen niveau in te delen. Wij zijn van mening dat dit het meeste plezier en mogelijkheid tot ontwikkeling biedt aan iedere individuele speler. Wij streven ernaar om spelers met talent en de juiste motivatie de nodige faciliteiten te bieden om hun potentieel volledig te kunnen benutten. Dit houdt in dat we hen de kans geven om samen te spelen met andere getalenteerde spelers en tegen sterke, minstens gelijkwaardige tegenstanders. Om dit te bereiken, is het cruciaal om gediplomeerde en capabele trainers aan te stellen die de juiste trainingen kunnen verzorgen en om spelers de gepaste begeleiding te bieden.



## Beoordeling spelers

Om te komen tot een goede indeling waarbij ieder jeuglid op zijn eigen niveau wordt ingedeeld, is het van belang de selectiecriteria duidelijk te maken. Onderstaande selectiecriteria zijn de eisen waarop de spelers beoordeeld worden en op basis waarvan het niveau van een speler wordt ingeschat. Elk criteria is hierbij even belangrijk. Beoordeling vindt plaats op de volgende aspecten:

- Techniek
- Inzicht
- Mentaliteit
- Leergierigheid
- Sociale aspecten
- Leeftijd
- Discipline

Verder wordt er gebruik gemaakt van een spelersvolgsysteem welke worden ingevuld door de (selectie)trainers. De voordelen hiervan is het inzichtelijk maken van individuele ontwikkeling en het registreren van de voortgang van de speler.

## Wijze van indeling

Idealiter wordt na afloop van de najaar competitie begonnen met een inventarisatie van de aantallen spelers per lichting in het volgende seizoen. Op basis hiervan kan het aantal teams worden bepaald dat moet worden ingeschreven voor de KNVB-competities. Deze inventarisatie wordt gedaan door de Jeugd Technische Commissie. Het vervolg wordt uitgevoerd door de coördinatoren, in overleg met de leiders en andere trainers en de jeugdcoördinator die hierbij de leiding heeft.

Na afloop van de voorjaarscompetities wordt zo snel mogelijk de nieuwe indeling bekend gemaakt. Aansluitend wordt er een inloopochtend/inloopavond gehouden om de mogelijkheid te bieden voor het stellen van vragen door (ouders/-verzorgers van) jeugdleden over de nieuwe indeling.

In principe houden wij ons aan de indeling per leeftijd, zoals die door de K.N.V.B. is vastgesteld. Leeftijd hoeft echter niet altijd alles bepalend zijn. Indien technische, sociale, psychische en lichamelijke kwaliteiten het toelaten kan een jeugdspeler in een oudere lichting worden ingedeeld. De betrokken speler is het uitgangspunt voor te ondernemen activiteiten. Er vindt overleg plaats tussen de verschillende partijen (speler, ouders, trainers, leiders en coördinator) vóórdat de definitieve beslissing wordt genomen.

Bij een gebrek aan kwantiteit is het mogelijk dat spelers hoger of lager dan hun lichting worden ingedeeld, echter: dit mag alleen worden toegepast als er geen andere oplossingen zijn. Om de doorstroming binnen de jeugd te bevorderen, kunnen de getalenteerdere spelers per lichting vanaf de winterstop meetrainen met een hogere lichting. Tijdens de winterstop wordt door de coördinatoren overlegd welke spelers hiervoor in aanmerking komen.



De Jeugd Technische Commissie zal in overleg met de jeugdcoördinator en de leiders en trainers van de O19-jeugd bepalen welke spelers doorstromen naar de senioren. Bij deze spelers worden hun wensen geïnventariseerd en aansluitend wordt dit door de Jeugd Technische Commissie overlegd met de Senioren Technische Commissie. Dit overleg kan halverwege de voorjaarscompetities plaatsvinden zodat tijdig rekening kan worden gehouden met de doorstroming vanuit de jeugd. Mocht het zo zijn dat er uitzonderlijke talenten zijn kunnen deze ook eerder doorstromen naar het 1<sup>e</sup> elftal. Dit alles zal in overleg gaan met de betrokken speler, trainer(s) en leider(s).

#### Indeling Jeugdteams per categorie

<i>Leeftijdscategorieën:</i>	
5-6 jaar:	Geen selectie, aansluiten bij de welpen.
7-8 jaar:	Geen selectie. Leden worden op leeftijd ingedeeld.
9-10 jaar:	Teams bestaande uit maximaal 10 spelers bij voorkeur, met focus op ontwikkeling boven winnen. De O9 jeugd wordt bij Enter Vooruit nog niet geselecteerd. Vanaf O10 wordt wel geselecteerd.
11-12 jaar:	Geselecteerde teams op basis van eerder genoemde criteria. Ook hier geldt; ontwikkeling boven winnen.
13-14 jaar:	Selectieteams gevormd door de beste spelers van het afgelopen seizoen, met aandacht voor doorstroming en ontwikkeling.
15-16 jaar:	Selectieteams op basis van kwaliteit, met aandacht voor doorstroming en ontwikkeling.
17-18 jaar:	Selectieteams gevormd door de beste spelers van het afgelopen seizoen, met aandacht voor doorstroming en ontwikkeling, ook richting de senioren.



### **Aanmelding tijdens het seizoen**

Een nieuw lid kan gedurende het gehele jaar aangemeld worden bij onze voetbalvereniging. De teams worden samengesteld in de maanden mei/juni van elk jaar, dit voor het volgende competitie seizoen welke start in september. Wanneer een nieuw lid aangemeld wordt in of na de zomer, dan is er een kans dat alle teams voltallig zijn, waardoor het nieuwe lid niet meteen in een team geplaatst kan worden en mee kan doen in de competitie. Wel wordt getracht het nieuwe lid mee te laten trainen. Een ander moment dat teamindelingen (opnieuw) bekeken kunnen worden zijn tussen de fases in van de competitie. Vooral bij de 5- en 6-jarigen en de 7- en 8-jarigen zijn er vaak veel nieuwe aanmeldingen tijdens een seizoen. Dat nieuwe leden dus gelijk worden ingedeeld en mee kunnen doen met een team is geen zekerheid.





05

## WISSELBELEID

Spelers binnen een voetbalteam ontwikkelen zich door te spelen. Door op te bank te zitten worden zij niet beter. Daarom is het belangrijk om het wisselbeleid vast te leggen, zodat alle spelers aan spelen toekomen. In de meeste gevallen heeft de trainer van een selectieteam de beschikking over voldoende spelers. Hij kan zelf de basisopstelling bepalen en dus ook de spelers aanwijzen die niet in de basisformatie staan. Deze wisselers verdienen wel aandacht. Zij maken wel deel uit van de selectie, maar spelen op dat moment niet en kunnen zich dus niet ontwikkelen. Om ervoor te zorgen dat deze groep toch regelmatig speelt en daardoor zich toch kan ontwikkelen en in dat opzicht niet afhankelijk wordt van de persoonlijke inzichten van de trainer, volgen hier een aantal voorwaarden ten aanzien van het wisselbeleid in een wedstrijd.



### Wisselbeleid selectieteams:

- Iedere speler krijgt evenveel minuten. Alleen in geval van langdurige blessures of schorsingen, kan hiervan worden afgeweken. Deze afspraak geldt in principe voor alle pupillenteams.
- Vanaf de JO13 kan er gekozen worden om een speler meer speeltijd te geven dan de ander. Het gaat hierbij om maximaal 5 spelers binnen de selectie die hiervoor in aanmerking komen, waarbij de ontwikkeling van de individuele speler voorop staat.
- Twee wedstrijden achterelkaar op de bank kan in principe niet, mits hier een goede reden voor is. De speler dient de volgende wedstrijd te spelen, wellicht eventueel in een lager team. Dan moet deze speler ook daadwerkelijk spelen. Alleen bij een onvoldoende prestatie, kan de trainer deze speler dan wisselen. Er kan van deze afspraak worden afgeweken, wanneer dit goed wordt besproken met betrokken jeugdspeler zelf.
  
- **Wisselbeleid overige teams:**
- Iedere speler heeft recht op evenveel speeltijd. (Bij langdurige blessures en schorsingen kan hiervan worden afgeweken). Iedere trainer/leider zal hier goed de hand in moeten houden.
- Begint een speler een wedstrijd op de bank, dan zal dit een volgende wedstrijd niet het geval zijn.
  
- **Lenen van spelers uit een ander team:**
- Mocht het voorkomen dat een teamspelers nodig heeft van een ander team, zal dit altijd uit dezelfde lichte zijn of de lichte eronder. Spelers lenen uit een lichte boven het eigen team is niet gewenst!

Presteren is belangrijk, maar zal niet ten koste moeten en mogen gaan van het plezier in het voetbal. Als een speler echter zijn plezier kwijtraakt door regelmatig op de bank te zitten, is de kans groot dat we deze speler kwijtraken. Dat mag natuurlijk nooit de bedoeling zijn binnen de club.

*Binnen de jeugd van Enter Vooruit staat  
ontwikkeling boven prestatie.*





# 06

## OVERGANGSREGELING JEUGDSPELERS

Er kan zich een situatie aandienen dat het verstandig is een jeugdspeler met veel talent, vervroegd te laten doorstromen naar een hogere leeftijdscategorie dan wel vervroegd naar het eerste elftal.

De navolgende criteria worden gehanteerd:

- Speler ontwikkelt zich onvoldoende of helemaal niet meer in het team waarin hij speelt
- De speler heeft het talent, maar ook het mentale niveau om bij een hogere leeftijdscategorie dan wel bij de senioren te spelen.
- Als er een overgang plaatsvindt, moet duidelijk zijn dat de speler zich in het nieuwe team beter kan ontwikkelen.
- De speler zal in beginsel een basisplaats moeten hebben.
- Speler en ouders zullen zich volledig moeten kunnen vinden in de overgang.
- Betreft het een overgang naar de senioren dan zal de speler alleen bij de 1e selectie kunnen komen. Vervroegde overgang naar een 2e selectie wordt niet toegestaan.



Een vervroegde overgang komt tot stand na en in overleg met:

- De jeugdcoördinator van de betreffende leeftijdsgroep
- De betreffende jeugdtrainer
- De hoofdjeugdopleiding
- De hoofdtrainer (bij overgang naar de senioren);

Wanneer besloten wordt dat een jeugdspelers vervroegd naar de senioren zal gaan, zal dit alleen voor het 1<sup>e</sup> elftal gelden.

Als is besloten dat een vervroegde overgang wordt gerealiseerd, zal dit voor moeten worden gelegd aan de betreffende speler en ouders/voogd. Zijn speler en ouders/voogd akkoord met de vervroegde overgang, dan worden alle betrokkenen ingelicht over de overgang.





# 07

## KEEPERSBELEID

Bij Enter Vooruit wordt geadviseerd om bij de jongste jeugdteams (JO7, JO8 en JO9) niet te kiezen voor een vaste keeper, maar voor een roulatiesysteem. Zo kan iedere (beginnende) jeugdige voetballer ervaren hoe het is om keeper te zijn.

Vanaf de JO10 wordt (vaak) gekozen voor een vaste keeper. Vanaf deze leeftijd wordt de keeper de mogelijkheid geboden om, naast de reguliere voetbaltrainingen, specifieke keeperstrainingen te volgen. Deze training wordt één keer per week verzorgd door een ervaren en/of goed opgeleide keeperstrainer. Wanneer de leeftijd wordt bereikt dat het team van achttallen wordt ingeruild voor een elftal, ontstaat vaak dat er meer keepers zijn dan teams. Vaak een moeilijke discussie op welke wijze "dit probleem" kan worden opgelost.

In overleg met de jeugdtrainer van het team waar de keeper het afgelopen voetbalseizoen heeft gespeeld, de jeugdtrainer waar de keeper het komende seizoen naar toe zal gaan, de keeperstrainer en jeugd technische commissie zal de keuze worden gemaakt in welk team de betreffende jeugdspeler zal worden ingedeeld en in welke rol.



Uitgangspunt is dat er per elftal/team één keeper wordt geselecteerd. Voor de afgevalen keeper(s) blijft de mogelijkheid om gebruik te maken van de specifieke keeperstraining. De belangrijkste richtlijnen om tot een keuze te komen zijn:

- Leeftijd van de keeper(s)
- Niveau van de keeper
- Talent van de keeper
- Fysieke mogelijkheden van de keeper
- Motivatie van de keeper





## 08 OPLEIDEN JEUGDTRAINERS

Jeugdtrainers worden bij Enter Vooruit begeleid in hun ontwikkeling als trainer/coach. Om elk spelend lid een gelijke opleiding aan te bieden, waarin geen onderscheid wordt gemaakt in het aantal trainingsmomenten, is het voor Enter Vooruit belangrijk structureel te investeren in het huidige trainerscollectief en in nieuwe jeugdtrainers.

Binnen de jeugdopleiding willen we graag dat onze spelers beter worden, maar hechten we ook veel waarde aan de ontwikkeling van onze trainers. Uiteindelijk zal een beter trainerscollectief bijdragen aan de ontwikkeling van onze jeugdspelers en een (nog) betere uitstraling van onze jeugdopleiding.

### KNVB-trainingsopleiding

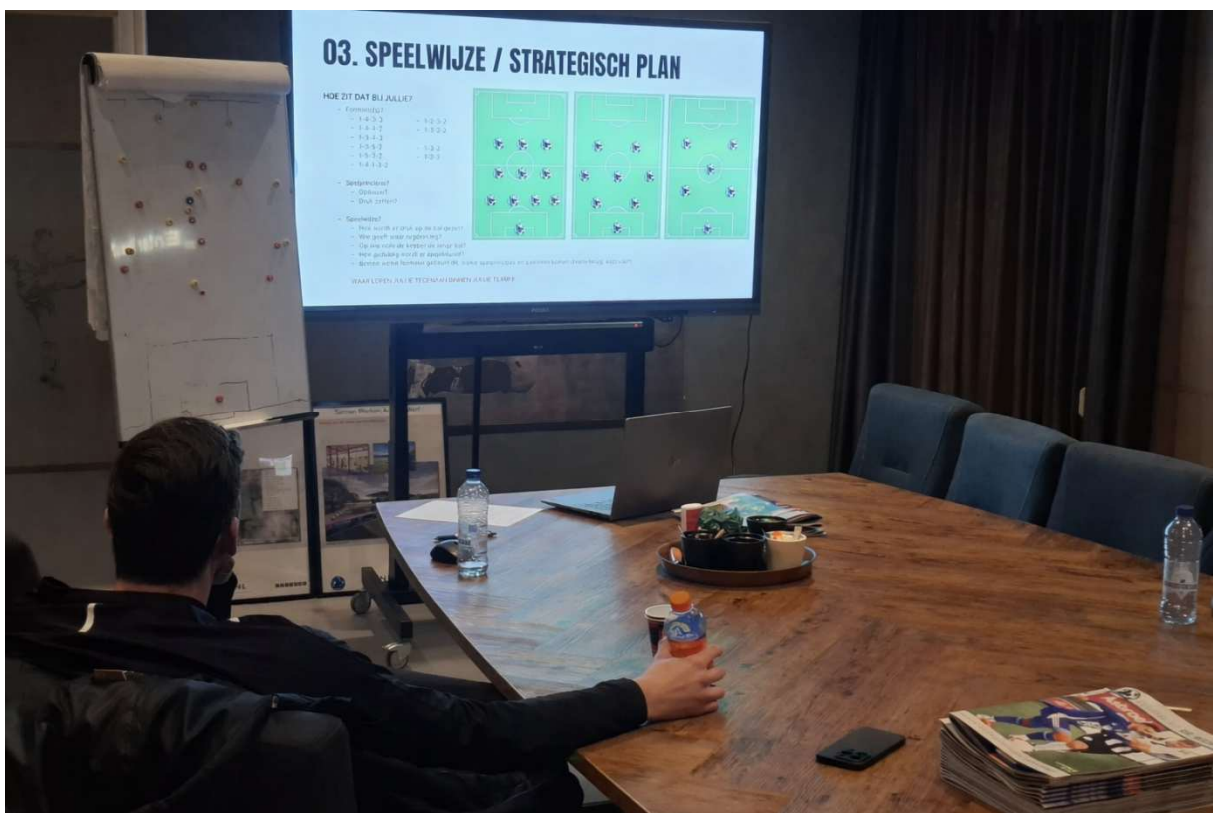
Elke trainer heeft de mogelijkheid om zich extern te ontwikkelen. Trainers kunnen bijvoorbeeld een trainersopleiding van de KNVB volgen. Enter Vooruit investeert in deze opleiding door de financiën op zich te nemen en te ondersteunen in de praktijk. We vinden het belangrijk dat onze trainers in contact komen met diverse trainers en docenten buiten de opleiding. Deze nieuwe inzichten zullen bijdragen aan de ontwikkeling van de trainer. Elk jaar wordt in het evaluatiegesprek met de trainer besproken of de trainer wel/niet een extra opleiding wil volgen. Zo willen wij als vereniging hebben dat zoveel mogelijk jeugdtrainers een trainingsdiploma heeft.

## Sport gerelateerde opleiding

Een aantal van onze jeugdspelers kiezen jaarlijks voor een sport gerelateerde opleiding. Zij worden student en volgen de opleiding Sport en Bewegen. Deze studenten moeten stagelopen bij een vereniging en kiezen voor Enter Vooruit. Zij worden op school begeleidt in hun ontwikkeling als trainer/docent en maken daarnaast ook veel praktijken in de Jeugdopleiding van Enter Vooruit. Binnen de club werken we met een stagecoördinator. De stagecoördinator is de eerste lijn voor de studenten. Hij bespreekt leerdoelen, helpt met het organiseren van trajecten en vult ook de stagegids in.

## Interne begeleiding

De jeugdopleiding van Enter Vooruit houden periodiek ook interne bijeenkomsten waarin diverse voetbaltechnische onderdelen worden besproken. Doel van deze avond is om een eenheid te creëren en te sparren over voetbaltechnische onderdelen.



## Regioplan FC Twente/Heracles Academie

De KNVB zet vol in op de ontwikkeling van het amateurvoetbal. De FC Twente/Heracles Academie is van mening dat het hierin een waardevolle bijdrage kan leveren, het beschikt immers over een groep specialisten met kennis en ervaring. De Academie is in het leven geroepen om regionale voetballers die vooral afkomstig zijn van de amateurverenigingen uit de regio op te leiden voor de eerste elftallen van FC Twente en Heracles Almelo. Samenwerken is daarin cruciaal. De Academie is niet alleen aan het halen, maar brengt ook veel. De FC Twente/Heracles Academie wil een regionaal gezicht zijn; van en voor de regio. Elk jongetje en meisje heeft recht op goede begeleiding. De Academie voelt en neemt de verantwoordelijkheid om hierbij, samen met de amateurclubs, mensen direct en indirect te beïnvloeden.

De FC Twente/Heracles Academie heeft een bewuste keuze gemaakt om pas vanaf de Onder 12 te starten met een Academieteam. Wij zijn van mening dat het voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van jonge kinderen belangrijk is om ze in de onderbouwjaren bij hun eigen amateurvereniging te laten voetballen. Daarnaast wijzen recente onderzoeken uit dat het herkennen van potentie op onderbouwleeftijd erg lastig dan wel onmogelijk is. Deze visie betekent dat alle (toekomstige) Academiespelers in hun gehele onderbouwperiode bij de amateurverenigingen blijven voetballen. De drijfveer van de Academie is daarom enorm om de amateurverenigingen te ondersteunen en om met elkaar het algehele voetbalniveau in de regio te laten stijgen, om op die manier de enorme potentie die het voetballandschap bezit optimaal te benutten.

Om dit te realiseren heeft de FC Twente/Heracles Academie het Regioplan in het leven geroepen. De Academie organiseert veel activiteiten waarin het haar voetbalkennis en -expertise deelt met de amateurverenigingen in de regio. Maar ook de amateurverenigingen onderling versterken elkaar met de kennis en ervaring die ze bezitten. Door de handen ineen te slaan, geloven we dat we een enorme kwaliteitsslag aan het slaan zijn. Al deze activiteiten worden sinds september 2024 gebundeld in een online omgeving: het Regioplan platform. Dit platform is toegankelijk voor iedereen met een rol binnen een amateurvereniging. Van trainers tot fysiotherapeuten en van bestuurders tot video-analist: voor iedere functie binnen de vereniging is er een toepasselijk aanbod op het Regioplan platform. Enter Vooruit is hierbij aangesloten en zo kunnen alle leden hiervan gebruik maken.





# 09

## SLOTWOORD

Het voetbaltechnisch jeugdbeleidsplan van Enter Vooruit is een dynamisch document. De wereld van het voetbal is voortdurend in beweging, en dat vraagt om flexibiliteit, reflectie en de bereidheid om te blijven ontwikkelen. Daarom zien wij dit plan als een dynamisch geheel dat meegroeit met nieuwe inzichten, veranderende omstandigheden en de ambities van onze leden. Samen bouwen we verder aan een sterke, betrokken en toekomstbestendige club. Door regelmatig te evalueren en waar nodig bij te sturen, zorgen we ervoor dat onze koers blijft aansluiten bij wie we zijn en waar we naartoe willen.

Dit beleidsplan is daarmee geen eindpunt, maar juist een begin van voortdurende groei.

