

# JEUGDBELEIDS PLAN



## **Missie**

De jeugdafdeling van Be Quick Dokkum stelt zich ten doel om de jeugd in een sportieve en veilige omgeving de voetbalsport te kunnen beoefenen, waar voetbalplezier op zowel recreatief als prestatief niveau verantwoord wordt aangeboden. Dit alles binnen een actieve jeugdafdeling met een heldere en duidelijke structuur waarin taken en verantwoordelijkheden goed op elkaar zijn afgestemd.

Dokkum, 17 augustus 2010

## Voorwoord

Voor u ligt het jeugdbeleidsplan van Be Quick Dokkum, bedoeld om de jeugdafdeling binnen Be Quick hernieuwd vorm en richting te gaan geven. De afgelopen jaren is bij Be Quick het besef gegroeid dat het nodig is om meer structuur te brengen in de jeugdafdeling. Het aantal jeugdleden is de laatste jaren sterk toegenomen en dan wordt het steeds moeilijker om controle te houden over de ontwikkeling van de jeugdafdeling. Dit terwijl er juist zo enorm veel potentie is. Mondelinge afspraken zijn nu eens duidelijk op papier gezet en gelden nu voor iedereen. Om het maar even plat te zeggen “de neuzen binnen de jeugd moeten dezelfde kant op komen te staan”. Dit geldt voor iedereen die op wat voor manier dan ook betrokken is binnen de vereniging.

De jeugdafdeling is de kweekvijver voor de toekomstige seniorenelftallen. Een goede jeugdopleiding moet bijdragen tot het creëren van kwalitatief goede spelers voor de selectie van de selectieteams, maar tegelijk moeten we ook zorgen dat de minder getalenteerde jongeren met plezier kunnen trainen en in competitieverband kunnen voetballen.

Cruciaal in dit proces is een duidelijk jeugdbeleidsplan waarin de plannen beschreven worden. Dit jeugdbeleidsplan moet de leidraad vormen voor bestuur, coördinatoren, trainers, leiders, spelers en ouders en dient ter ondersteuning van de door hen uit te voeren taken.

Het jeugdbeleidsplan is geen garantie voor een succesvolle toekomst, maar biedt wel de kansen op succes. Het plan verdient om deze reden dan ook alle steun.

## Inhoudsopgave

|  |    |
|--|----|
| Voorwoord .....  | 2  |
| Inhoudsopgave .....  | 3  |
| 1. Algemeen.....   | 6  |
| 1.1. Inleiding .....   | 6  |
| 1.2. Doelstelling jeugdopleiding.....  | 7  |
| 1.3. Algemene uitgangspunten van de jeugdopleiding van Be Quick.....                     | 7  |
| 2. Communicatie .....  | 8  |
| 3. Interne scouting .....  | 8  |
| 4. Spelervolgsysteem.....  | 9  |
| 5. Uitgangspunten coaching.....  | 10 |
| 6. Een vaste speelwijze als rode draad.....  | 10 |
| 6.1. Elftallen (A tot en met D).....   | 11 |
| 6.2. Zeventallen (E en F) Bij 7:7 gaan we uit van 1:3:3.....                             | 12 |
| 7. Selectiebeleid .....  | 13 |
| 7.1. Algemeen.....   | 13 |
| 7.2. De selectieprocedure A en B spelers.....  | 13 |
| 7.3. Teamindeling F, E en D pupillen, C-junioren en MC-teams.....                        | 14 |
| 7.3.1. Waarom al selecteren in de F-jeugd .....  | 14 |
| 7.3.2. Selecteren selectieteams.....   | 14 |
| 7.3.3. Samenstellen niet-selectieteams .....   | 15 |
| 7.3.4. Uitgangspunten bij teamindeling .....   | 15 |
| 7.3.5. Dispensatie .....   | 15 |
| 7.4. Teamindeling gedurende het seizoen F, E en D pupillen, C- junioren en MC-teams..... | 16 |
| 7.5. Teamindeling volgend seizoen F, E en D-pupillen, C-junioren en MC teams.....        | 17 |
| 8. Opleiden van eigen jeugd.....   | 18 |
| 9. Overgang naar de senioren .....   | 19 |
| 9.1. Selectieteams .....   | 19 |
| 9.2. Jong Senioren .....   | 19 |
| 9.3. Recreatieve teams.....  | 19 |
| 10. Jeugdtraining .....  | 20 |
| 10.1. Trainingswetten en –principes .....  | 20 |
| 10.2. Trainen van de veldspelers.....  | 20 |

|       |                                 |    |
|-------|---------------------------------|----|
| 10.3. | Keeperstraining .....           | 21 |
| 11.   | F-jeugd.....                    | 22 |
| 11.1. | Leeftijdskenmerken.....         | 22 |
| 11.2. | Algemene doelstellingen.....    | 22 |
| 11.3. | De trainingen .....             | 22 |
| 11.4. | Accenten in de trainingen ..... | 23 |
| 11.5. | De wedstrijden .....            | 23 |
| 12.   | E-jeugd.....                    | 24 |
| 12.1. | Leeftijdskenmerken.....         | 24 |
| 12.2. | Algemene doelstellingen.....    | 24 |
| 12.3. | De trainingen .....             | 24 |
| 12.4. | Accenten in de trainingen ..... | 25 |
| 12.5. | De wedstrijden .....            | 26 |
| 13.   | D-jeugd .....                   | 27 |
| 13.1. | Leeftijdskenmerken.....         | 27 |
| 13.2. | Algemene doelstellingen.....    | 27 |
| 13.3. | De trainingen .....             | 27 |
| 13.4. | Accenten in de trainingen ..... | 28 |
| 13.5. | De wedstrijden .....            | 28 |
| 14.   | C-jeugd.....                    | 29 |
| 14.1. | Leeftijdskenmerken.....         | 29 |
| 14.2. | Algemene doelstellingen.....    | 29 |
| 14.3. | De trainingen .....             | 29 |
| 14.4. | Accenten in de trainingen ..... | 30 |
| 14.5. | De wedstrijden .....            | 31 |
| 15.   | B-jeugd .....                   | 31 |
| 15.1. | Leeftijdskenmerken.....         | 31 |
| 15.2. | Algemene doelstellingen.....    | 31 |
| 15.3. | De trainingen .....             | 32 |
| 15.4. | Accenten in de trainingen ..... | 32 |
| 15.5. | De wedstrijden .....            | 33 |
| 16.   | A-jeugd .....                   | 34 |
| 16.1. | Leeftijdskenmerken.....         | 34 |
| 16.2. | Algemene doelstellingen.....    | 34 |

|                |  |    |
|----------------|--|----|
| 16.3.          | De trainingen .....  | 34 |
| 16.4.          | Accenten in de trainingen .....                                    | 35 |
| 16.5.          | De wedstrijden .....   | 35 |
| 17.            | Specifieke techniek trainingen .....                               | 36 |
| 18.            | Continuïteit van het jeugdbeleidsplan .....                        | 37 |
| 19.            | Benodigde faciliteiten .....                                       | 37 |
| Bijlagen ..... |  | 38 |
| 1.             | Jeugdbestuur .....   | 38 |
| 1.1.           | Taakomschrijving voorzitter (bestuurslid).....                     | 38 |
| 1.2.           | Taakomschrijving secretaris (bestuurslid).....                     | 38 |
| 1.3.           | Coördinatoren lettergroepen .....                                  | 38 |
| 2.             | Technische verantwoordelijkheid .....                              | 39 |
| 2.1.           | Hoofd jeugdopleiding .....   | 39 |
| 2.2.           | Technische commissie .....   | 40 |
| 2.3.           | Scout F, E, D pupillen en C junioren .....                         | 40 |
| 2.4.           | Jeugdtrainer (selectie).....                                       | 41 |
| 2.5.           | Jeugdtrainer (niet selectie).....                                  | 41 |
| 2.6.           | Keeperstrainer.....  | 42 |
| 2.7.           | Teamleider.....  | 42 |
| 3.             | Omgangs- en gedragsregels voor jeugdspelers.....                   | 43 |
| 4.             | Gedragscode leden m.b.t. gesponsorde kleding en of artikelen ..... | 45 |
| 5.             | Praktische informatie voor leiders en trainers.....                | 46 |
| 6.             | Implementatieplan.....   | 49 |

# 1. Algemeen

## 1.1. Inleiding

Dit jeugdbeleidsplan is gericht op de gehele jeugdafdeling van Be Quick Dokkum en zal een rode draad zijn in de ontwikkeling van iedere jeugdspeler. Door de uniforme aanpak zal het eindniveau van de jeugdspeler worden vergroot. Dankzij een eenduidige benadering van het totale jeugdkader kan de kwantiteit omgezet worden in kwaliteit. Wij willen onze jeugdtrainers en jeugdleiders optimaal ondersteunen, zodat er een structurele jeugdopleiding ontstaat, waarbij iedere jeugdspeler meer plezier kan hebben en vooruitgang kan boeken. Dit zal de prestatie op zowel de korte als op de lange termijn ten goede komen.

Dit plan dient praktisch toepasbaar te zijn en worden nageleefd door alle betrokkenen. Het moet handvatten bieden aan jeugdtrainers, jeugdleiders, jeugdcoördinatoren, leden van de Technische Commissie (TC) en anderen. Door middel van dit plan zal het niveau van het hele jeugdkader verbeterd worden en op een constante waarde gehouden worden. Het jeugdbeleidsplan zal bewaakt worden door de Hoofd Jeugdopleiding en hij zal toezien op de naleving ervan in de praktijk. Vooral de vertaling naar de praktijk zal bepalend zijn voor het succes van het jeugdbeleidsplan. De hoofd jeugdopleiding stuurt de Technische Commissie aan.

Tijdens de volgende overlegmomenten zal de inhoud van het plan centraal staan:

- trainersvergaderingen
- kader overleg per lettergroep (trainers en leiders van dezelfde leeftijdsklasse)
- thema avonden
- interne cursus
- clinics
- spelersbijeenkomsten
- ouderavonden
- etc.

Jaarlijks zal het jeugdbeleidsplan worden geëvalueerd en eventueel worden bijgesteld. Het jeugdbeleidsplan is het uitgangspunt bij het opstellen van de jaarlijkse activiteitenkalender.

## 1.2. Doelstelling jeugdopleiding

Het prestatieve doel van Be Quick is dat zij wil presteren op het hoogst mogelijke niveau van het amateurvoetbal, dit met zoveel mogelijk door haar zelf opgeleide spelers. Om deze hoofddoelstelling te verwezenlijken is een goed georganiseerde en functionerende jeugdopleiding en begeleiding noodzakelijk.

Wat betreft het competitieniveau van de niet-selectieteams is de doelstelling dat iedere speler zoveel mogelijk moet kunnen voetballen op zijn eigen niveau.

Het realiseren van de hoofddoelstelling zal via een aantal (tussen)doelstellingen moeten verlopen:

- Een duidelijke structuur binnen de jeugdafdeling aanbrenge met beschrijving van de taken en verantwoordelijkheden.
- Bevorderen van de doorstroming van jeugdspelers.
- Verhogen van het niveau van de jeugdteams, zowel van de selectieteams als de teams die daar op aansluiten (schaduwteams).
- Het aanreiken van een leidraad aan het kader en trainers van de jeugdafdeling.
- Het aantrekkelijk maken van het voetbal voor zowel de recreatieve als prestatieve spelers.
- Het opleiden van kader en trainers.

Specifieke doelstellingen

- Jaarlijks minimaal twee jeugdspelers naar de A-selectie laten doorstromen
- De selectieteams zo hoog mogelijk op niveau te laten spelen.

| Team | Huidig niveau (2009/2010) | Gewenst niveau (2013-2014) |
|------|---------------------------|----------------------------|
| A1   | 1 <sup>e</sup> klasse     | Hoofdklasse                |
| B1   | 1 <sup>e</sup> klasse     | Hoofdklasse                |
| C1   | 1 <sup>e</sup> klasse     | Hoofdklasse                |
| D1   | Hoofdklasse               | Hoofdklasse                |
| E1   | Hoofdklasse               | Hoofdklasse                |
| F1   | 1 <sup>e</sup> klasse     | Hoofdklasse                |

## 1.3. Algemene uitgangspunten van de jeugdopleiding van Be Quick

- De opleiding staat centraal, het leveren van prestaties komt na de opleiding.
- Jeugdleiders en jeugdtrainers moeten het eigenbelang ondergeschikt maken aan het clubbelang en aan het belang van de individuele speler.
- Een speler ontwikkelt zich sterk op jonge leeftijd. Geef hem speelmogelijkheden op meerdere plaatsen in het veld. Pas op 13/14 jarige leeftijd kunnen specifieke kwaliteiten worden aangewend.
- Indien zijn/haar fysieke en mentale eigenschappen het toelaten, moet een 'talent' zo hoog mogelijk spelen. Leeftijd is niet uitsluitend bepalend.

- Coaching tijdens de wedstrijd moet gebaseerd zijn op de leerdoelen die tijdens de training centraal staan, Het wedstrijdresultaat is niet het belangrijkste (leerproces).
- Jeugdtraining moet in de eerste plaats gebaseerd zijn op techniek, vooral in de beweging en later onder weerstand. De techniektraining moet als rode draad door de totale jeugdopleiding lopen. Tactische en conditionele accenten dienen geleidelijk aan de techniek (en aan de leeftijd) te worden aangepast.
- Keeperstraining vanaf E-pupillen.
- Het trainingsmateriaal moet optimaal zijn. Een speler moet individueel met een goede bal (maat en gewicht) kunnen werken! (Kwaliteit geldt natuurlijk ook voor veld, doeltjes, hesjes, pionnen enz.)

## 2. Communicatie

Ten einde de jeugdopleiding up to date te houden zijn structurele overlegmomenten essentieel. De volgende bijeenkomsten zullen georganiseerd worden:

- Trainers Kick Off (jaarlijks bij de start van het nieuwe seizoen)
- Periodiek Trainersoverleg met de Technische Commissie (TC)
- Lettergroepbijeenkomsten (bijeenkomsten van de coördinator lettergroep, TC, trainers en leiders per leeftijdsklasse)
- Interne cursussen
- Clinics
- Thema avonden (eventueel met gastdocenten)
- Evt. ouderavonden per lettergroep of team

## 3. Interne scouting

Het scouten van de jeugdleden is van groot belang om de doelstellingen op lange termijn te kunnen realiseren en leden aan de vereniging te binden. Het basis uitgangspunt voor de interne scouting is dat spelers het meeste plezier hebben en zich het beste ontwikkelen als zij spelen met spelers van hun eigen niveau.

De scoutingorganisatie is een taak van de Technische Commissie (TC). De TC zoekt binnen de vereniging een aantal scouts die spelers enkele keren per jaar bekijken om als input te dienen voor de selectieteams. Nieuwe leden worden altijd een keer gescout om snel in te kunnen grijpen en verkeerd plaatsen te voorkomen. De coördinatoren dienen er voor te zorgen dat nieuwe leden z.s.m. worden gemeld bij de TC.

De TC organiseert scoutingbijeenkomsten en beheert en verwerkt de ingevulde formulieren.

## Criteria voor scouting

- Bij de pupillen worden spelers vooral beoordeeld op vaardigheden die specifiek zijn voor hun leeftijd. Dit zijn vooral de technische vaardigheden en fysieke gesteldheid. Ook de factor snelheid en beweeglijkheid zijn aspecten die meegenomen worden omdat dit voor een groot deel aangeboren eigenschappen zijn. Dit in tegenstelling tot uithoudingsvermogen wat veel beter trainbaar is en daardoor minder interessant bij de jongste jeugd als criterium.
- Bij de junioren geldt uiteraard hetzelfde als bij de pupillen maar er wordt nu ook gekeken naar het tactisch inzicht van een speler en uiteraard naar de positie van de speler.

## 4. Spelervolgsysteem

Het spelervolgsysteem is bedoeld om gedurende het seizoen spelers te beoordelen op vaste criteria:

- technische vaardigheid
- tactisch inzicht
- fysieke gesteldheid
- mentaliteit

Natuurlijk wordt hierbij rekening gehouden met de leeftijdskenmerken.

Het spelersvolgsysteem wordt gebruikt voor:

- verbeterpunten meegeven aan spelers (dit in een kort gesprekje doornemen met speler)
- interne scouting
- hulpmiddel tot samenstelling van teams voor het volgende seizoen
- informatie voor de nieuwe trainer voor het volgende seizoen
- geeft na meerdere jaren ontwikkeling weer van de jeugdopleiding

Van de spelers die intern gescout zijn voor een selectieteam of een potentiële speler die in aanmerking komt voor een selectieteam, wordt de voortgang bijgehouden van die punten die in dit jeugdplan zijn aangegeven.

Het zou de scouting en de selectietrainers zo gemakkelijk mogelijk moeten worden gemaakt zodat ze effectief en snel kunnen werken. Een geautomatiseerd systeem en de digitale scoutingrapporten zijn hier goede voorbeelden van. Het zal in het begin wel enige tijd vergen om deze ontwikkelingen eigen te maken, maar dit zal zich uiteindelijk ruimschoots terugbetalen. Aan het begin van het seizoen zullen de scouts de formulieren uitgereikt krijgen evenals de selectietrainers.

Als een dergelijk geautomatiseerd systeem opgezet wordt is het mogelijk om de ontwikkeling van een speler over een langere periode te volgen. Dit geeft de professionaliteit van onze jeugdopleiding aan. Binnen de vereniging worden

afspraken gemaakt wie dit systeem gaat beheren. Logischer wijs is dat het hoofd jeugdopleiding of de technische commissie.

## 5. Uitgangspunten coaching

Alle personen welke zich direct met de jeugd bezig houden, zowel trainers als leiders, hebben een functie als coach. Coaching is het beïnvloeden van het gedrag van spelers. Het is van groot belang dat bij coachen rekening gehouden wordt met de (leeftijd) groep: 'Wat kunnen ze en wat willen ze?' Men moet dus inzicht hebben in wat de jonge speler doormaakt.

Het coachen moet er in principe op gericht zijn om de spelers te laten **leren** en niet hoofdzakelijk op winst of verlies. Natuurlijk heeft de coach ook emoties, maar iemand die met jeugd werkt, moet verder kijken dan de wedstrijd van vandaag. Niet voor niets brengt de ene club meer eigen 'kweek' voort dan de andere club. Dat heeft voor een groot deel te maken, met de wijze waarop het jeugdkader haar werk doet. (training, coaching, begeleiding, enz.)

### Waar moet de coach op letten?:

a) Wie voetballen er?

- Verschillende spelers waarvan de leeftijd varieert tussen de 6 en de 18 jaar.
- Niveau van beginners, eerste of tweedejaars spelers, selectie, recreatie, enz.
- Beleving, motivatie van spelers.

b) Welk resultaat wordt er nagestreefd?

- Gaat het in de oefenactiviteit om de wedstrijd of om het leerproces?
- Betreft het louter en alleen gewenning aan voetbalweerstand. Bijvoorbeeld bij de allerjongste jeugd.
- Gaat het om het wedstrijdresultaat? (Kan ook heel leerzaam zijn.)

c) Hoe wordt er gevoetbald?

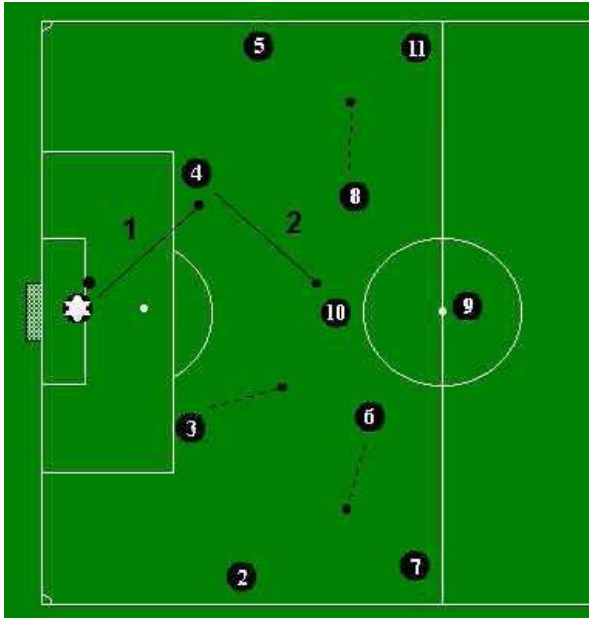
- Hier dient onderscheid te worden gemaakt in 4 hoofdmomenten in het voetbalspel;
  - 1) Aanvallen (als wij de bal hebben)
  - 2) Verdedigen (als zij de bal hebben)
  - 3) Omschakeling van Balbezit naar Balbezit tegenstander
  - 4) Omschakeling van Balbezit tegenstander naar Balbezit

## 6. Een vaste speelwijze als rode draad

Een basisformatie en speelwijze zijn geen wet van Meden en Perzen: het is dus niet zo dat elke wedstrijd op dezelfde manier gevoetbald moet worden. Het geeft echter wel richtlijnen zoals Be Quick het graag wil zien. Wanneer dit enkele seizoenen wordt volgehouden, zullen zowel spelers als trainers en leiders steeds beter bekend worden met de Be Quick speelwijze, welke kan worden onderscheiden in die voor elftallen en die voor zeventallen.

## 6.1. Elftallen (A tot en met D)

In de jeugd dienen in ieder geval de selectieteams, en bij voorkeur ook de niet-selectieteams, volgens een vast systeem te spelen. In deze paragraaf wordt slechts in grote lijnen aangegeven wat deze speelwijze inhoudt.



Er wordt uitgegaan van 1:4:3:3.  
De vrije verdediger moet vervolgens inschuiven naar het middenveld om daar (ook) een overtal te creëren.

- Vier man in U-vorm achterin
- Buitenste middenvelders naarbinnen
- Buitenspelers breed

Speciale aandacht is er bij Be Quick voor de nadruk op een verzorgde opbouw van achteruit. De onverzorgde diepe bal moet vermeden worden. In geval er tegen een veel sterkere tegenstander geen pressie kan worden toegepast, en men zelf onder druk wordt gezet, zal er collectief vanuit de verdediging aangevallen moeten worden (countervoetbal).

De rode draad qua speelwijze is bij Be Quick dus minimaal herkenbaar aan:

- Het spelen met drie spitsen, waaronder twee vleugelspitsen;
- Een verzorgde opbouw;
- Het inschuiven van de vrije man;
- Opkomende vleugelverdedigers die zich inschakelen bij de opbouw;
- Bij balverlies zo vroeg mogelijk (voorin) beginnen te verdedigen.
- Bij A-junioren kunnen verschillende speelsystemen aan bod komen om de doorstroming naar de seniorenselectie te vergroten

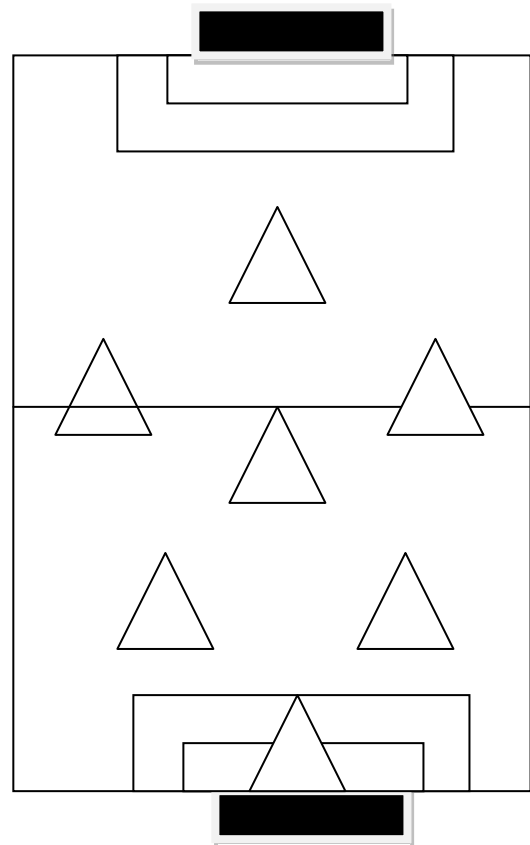
## 6.2. Zeventallen (E en F) Bij 7:7 gaan we uit van 1:3:3

Bij de F-jes is vaak nog niet sprake van een echte formatie. Spelers letten vooral op zichzelf en niet op hun positie in het team. Dit is ze natuurlijk niet kwalijk te nemen. Het spelplezier staat voorop, maar trainers/leiders kunnen wel al proberen om de 'spelerskluwen' enigszins uit elkaar te halen. Daarom spelen we bij de F-jes ook geen 11:11, maar 7:7. Er wordt gespeeld met een keeper die zoveel mogelijk meevoetbalt en niet op zijn doellijn staat. Dan zijn er 3 verdedigers en 3 spitsen.

Bij de opbouw vanaf de keepers staan we met 3 verdedigers, we proberen daarna zo snel mogelijk de centrale verdediger door te schuiven, ook de vleugelverdedigers moeten worden gestimuleerd om zich aanvallend in te schakelen.

Belangrijk bij F –en E pupillen is om ze op zo veel verschillende mogelijke posities te laten spelen, zodat ze zich optimaal kunnen ontwikkelen.

Al vanaf de eerstejaars F-jes moet de verzorgde opbouw achterin worden gestimuleerd. Spelers moet worden uitgelegd dat die onverzorgde diepe bal naar voren vaak leidt tot balverlies omdat de speler die de bal ontvangt de bal niet zo makkelijk kan aannemen.



## 7. Selectiebeleid

### 7.1. Algemeen

Het jeugdvoetbal bij Be Quick bestaat uit bijna 40 voetbalteams in diverse leeftijdsklassen. De E en F pupillen (6 t/m 10 jaar) spelen in teams van 7 tot 10 spelers, de anderen (D pupillen en C en B junioren) hebben voetbalteams van 13 tot 15 spelers.

Be Quick streeft er naar om in het jeugdvoetbal spelplezier voorop te stellen en daarnaast een gedegen jeugdopleiding en competitie-element te hebben. Dit alles met een Fairplay mentaliteit. Voetbaltalenten worden gevraagd voor de selectieteams. Hierbij wordt geen onderscheid gemaakt tussen jongens en meisjes. Wel is het zo dat het streven is om getalenteerde meisjes zolang mogelijk met de jongens te laten spelen, omdat de ervaring leert dat de meisjes daar beter van worden.

Afhankelijk van de aanleg, ambitie, motivatie en voetbaltechnische vaardigheid worden jeugdvoetballers van Be Quick ingedeeld in zogenaamde selectieteams en niet-selectieteams. In deze paragraaf wordt weergegeven volgens welke selectieprocedures wordt gehandeld en op welke wijze sommige spelers in aanmerking kunnen komen om *tijdens* het seizoen in een ander team te worden ingedeeld. Tenslotte komt ook de overgang naar het seniorenvoetbal aan de orde.

### 7.2. De selectieprocedure A en B spelers

Het mag duidelijk zijn dat pupillen op een andere manier worden geselecteerd dan A en B spelers. Voor het samenstellen van de A en B -selecties geldt de procedure, die hieronder chronologisch wordt weergegeven. Om in januari met de procedure te kunnen beginnen, is het wel nodig dat de selectietrainers voor het volgende seizoen omstreeks die tijd al vastgelegd zijn. De gehele procedure wordt in de gaten gehouden door het hoofd jeugdopleiding onder meer de trainersvergaderingen staan hiervoor ter beschikking.

| Periode        | Activiteit   | Toelichting   |
|----------------|--|---|
| Januari        | Overleg tussen weggevendende trainer en ontvangende trainer over huidige selectiespelers.  | De huidige selectiespelers zal de basis zijn voor volgende selecties.   |
| Februari/maart | De selectietrainers moeten zich een beeld vormen van de niet-selectiespelers die in aanmerking komen om volgend seizoen in zijn selectie te spelen.<br>* Bevragen van leiders;<br>* Wedstrijden kijken op zaterdag.                    | Zeker in de B-groep kunnen ook spelers van niet-selecties zich tijdens een seizoen goed ontwikkelen. Deze moeten niet over het hoofd gezien worden.               |
| Vanaf april    | Mee laten trainen van een voor-geselecteerd aantal potentiële selectiespelers (uit niet selectie). Hiervoor wordt ongeveer een maand gebruikt. Tevens zullen we in deze periode selectiespelers met de hogere leeftijd groep mee laten | In de afgelopen tijd heeft de selectietrainer een aardig beeld moeten krijgen van potentiële selectiespelers. Middels een gerichte training kan hij ze nu testen. |

|                                     |   |   |
|-------------------------------------|---|---|
|                                     | trainen ( wel zal hier ook gekeken worden naar de belangen van de huidige teams in de competitie)   |   |
| Week na laatste competitiewedstrijd | Een periode van 3 weken waarin intensief getraind en gevoetbald kan worden, zodat er een definitieve groep van circa 30 spelers per leeftijdsgroep zal kunnen worden samengesteld. Het streven is om half mei alle jeugdselecties rond te hebben zodat ook tijdig de indeling van de overige teams en kader kan plaatsvinden. | Deze groep wordt in overleg met de HJO samengesteld. De volledige selectiesamenstelling wordt zo spoedig mogelijk na deze activiteit op de website bekend gemaakt |
| Begin augustus                      | De selectietrainer maakt na afloop van de voorbereiding en voor het begin van de competitie start de teamindeling van het standaard team (bijv. A1) en het schaduw team (bijv. A2) bekend   | De teamindeling van de A en B selectieteams kan te allen tijde wijzigen. Zorgvuldige communicatie van technische staf en ouders zijn daarvoor noodzakelijk.       |

### 7.3. Teamindeling F, E en D pupillen, C-junioren en MC-teams

Be Quick maakt bij de indeling van haar teams onderscheid in het selecteren en het samenstellen van teams. In de selectieteams spelen de meer talentvollere spelers.

In iedere leeftijdscategorie (A, B, C, D, E en F) zijn categorieafhankelijk 2-4 selectieteams. De rest van de teams in de betreffende leeftijdscategorie zijn de niet-selectieteams.

Voor alle teams geldt dat plezier en vooruitgang (beter leren voetballen) centraal staat tijdens hun opleiding gedurende F-pupil tot A-junior.

Vanaf F-pupillen spelen de betere spelers in het hoogste team.

#### 7.3.1. Waarom al selecteren in de F-jeugd

- Elke resultaatgerichte vereniging selecteert vanaf de F-jeugd. Later selecteren geeft direct achterstand;
- Het opzetten van een resultaatgerichte cultuur dient zo vroeg mogelijk in de jeugdopleiding een herkenbare vorm te krijgen. Het moet een gewoonte worden.

#### 7.3.2. Selecteren selectieteams

Selecteren betekent dat de teams naar sterkte worden ingedeeld.

Deze indeling vindt plaats op basis van nader te bepalen selectiecriteria waarbij gekeken wordt naar de onderdelen:

- techniek,
- tactiek,
- fysiek en
- mentaliteit / sociale vaardigheden

### 7.3.3. Samenstellen niet-selectieteams

Bij het samenstellen wordt niet de meetlat van prestatie gehanteerd, maar zijn de sociale factoren van doorslaggevend belang. Samenstellen betekent dat kinderen met dezelfde kwaliteit bij elkaar gezet kunnen worden in één team om de persoonlijke groei niet te belemmeren, maar de sociale context wordt daarbij niet uit het oog verloren. Hier wordt onder andere ook gekeken naar vriendschapsrelaties en schoolrelaties.

### 7.3.4. Uitgangspunten bij teamindeling

1. De technische staf is verantwoordelijk voor de selectie van spelers in de jeugd selectieteams.
2. De coördinatoren per leeftijdscategorie zijn verantwoordelijk voor de teamindeling voor de niet-selectieteams.
3. De technische staf (TS) bestaat uit het hoofd jeugdopleiding, de technische commissie + de vaste trainer van het team van de betreffende speler, en/of de trainer die de selectie heeft uitgevoerd.
4. Communicatie over de procedure teamindeling & selectieprocedure vindt plaats door technische commissie.
5. Communicatie over de selectie van spelers die in aanmerking komen voor een selectieteam in het volgende seizoen (incl. het niet selecteren van spelers daarvoor uit een bestaand selectieteam), en de uiteindelijke indeling in een selectieteam vindt plaats door de technische staf (voor de pupillen via de ouders) aan de spelers.
6. Communicatie over de uiteindelijke teamindeling van de niet-selectieteams vindt plaats door de coördinatoren.

### 7.3.5. Dispensatie

Dispensatie om vervroegd over te gaan naar een andere leeftijdscategorie of juist langer in een bepaalde leeftijdscategorie te blijven wordt per individu bekeken. Van de leeftijdsgrenzen zal in principe niet afgeweken worden. Hierbij houden wij ons aan de voorschriften van de KNVB. Dispensatie zal slechts verleend worden als hiermee tegemoet gekomen kan worden aan een goede kwantitatieve verdeling over meerdere leeftijdscategorieën of wanneer de individuele ontwikkeling van een speler dit vereist. Het moet duidelijk zijn dat het verkrijgen van dispensatie behoort tot de uitzonderingen. Bij de mogelijkheid voor dispensatie zal de betreffende jeugdcoördinator dit bespreken met het Hoofd Jeugd Opleiding en het jeugdbestuur. Er zal vervolgens eerst overleg plaatsvinden met ouders en later mogelijk met de betreffende speler. Het is dus niet de bedoeling dat vooraf al afspraken gemaakt worden tussen trainers, begeleiders en spelers/ouders.

## **7.4. Teamindeling gedurende het seizoen F, E en D pupillen, C-junioren en MC-teams**

### **7.4.1. Selectieteams**

1. Spelers die deel uitmaken van een selectieteam worden gedurende het seizoen gevolgd via het spelersvolgsysteem. Dit betekent dat periodiek door de technische staf de ontwikkelingen van de spelers naar aanleiding van hun prestaties tijdens de wedstrijden en trainingen schriftelijk in kaart wordt gebracht. Daarbij wordt in ieder geval gekeken naar de ontwikkelingen op het gebied van techniek, tactiek, fysiek en mentaliteit/sociale vaardigheden.
2. Individueel zullen spelers door de technische staf op hun sterke als ook ontwikkelpunten worden gewezen.
3. Tijdens de kerstvakantie kunnen herzieningen bij teams plaatsvinden.
4. In april wordt vervolgens op basis van dit systeem per selectieteam gekeken welke spelers uit de selectieteams ook volgend seizoen weer in aanmerking komen/willen voor een selectieteam.
5. In april wordt tevens door de teamleider geïnventariseerd wie volgend seizoen nog doorgaat met voetballen in het betreffende team, of dat spelers evt. in een ander team willen dan wel de club gaan verlaten (zie verder indeling niet-selectieteams voor volgend seizoen).
6. Medio mei worden de spelers hierover individueel –bij de leeftijdscategorieën D, E en F via de ouders- geïnformeerd door de technische staf. De coördinatoren en teamleiders worden hiervan ook op de hoogte gesteld.
7. Zie verder selectieprocedure voor volgend seizoen.

### **7.4.2. Niet selectieteams**

1. Spelers die deel uitmaken van een niet-selectieteam worden gedurende het seizoen gevolgd door de trainers, TC en de teamleiders.
2. Indien een speler zich zodanig ontwikkelt dat de teamleider en/of trainer en/of TC op basis van wedstrijden en/of trainingen inschat dat deze wellicht in aanmerking komt voor een selectieteam wordt dit gerapporteerd aan de coördinator van de lettergroep.
3. Eind november wordt op basis van deze rapportages bezien of herziening in de selectieteams -mede gelet op de ontwikkelingen van de spelers in de selectieteams- kan worden doorgevoerd. De coördinatoren en teamleiders worden hiervan ook op de hoogte gesteld.
4. Tijdens de kerstvakantie kunnen herzieningen bij teams plaatsvinden.
5. In april wordt per niet-selectieteam op basis van rapportage door de teamleider en/of trainer en/of TC vastgesteld welke spelers in aanmerking komen voor een selectieteam.
6. In april wordt tevens door de teamleider geïnventariseerd wie volgend seizoen nog doorgaat met voetballen in het betreffende team, of dat spelers evt. in een ander team willen dan wel de club gaan verlaten (zie verder indeling niet-selectieteams voor volgend seizoen).
7. Medio april worden de spelers hierover individueel –bij de leeftijdscategorieën D, E en F via de ouders- geïnformeerd door de technische staf.
8. Zie verder selectieprocedure voor volgend seizoen.

## **7.5. Teamindeling volgend seizoen F, E en D-pupillen, C-junioren en MC teams**

1. Het concrete tijdschema voor de teamindeling en de gehele selectieprocedure -incl. uiteindelijke indeling selectieteams/niet-selectieteams- moet uiterlijk 1 april van het betreffende jaar, voor de selectieteams beschikbaar zijn en worden gecommuniceerd naar alle betrokkenen; deadlines daarin dienen strikt te worden nageleefd.
2. De volledige procedure m.b.t. teamindeling en selectieprocedure staat bij aanvang van het seizoen (d.w.z. uiterlijk medio september) op de website. Vanaf 1 april het betreffende seizoen staat ook het tijdschema op de website.
3. De volledig nieuwe teamindeling naar aanleiding van de selectieprocedure voor het volgende seizoen staat uiterlijk begin juli op de website.

### **7.5.1. Selectieprocedure ten behoeve van het volgend seizoen**

Doel: vaststellen wie volgend seizoen in welk selectieteam komt.

Op basis van het monitoren van de spelers uit de selectie en niet-selectieteams (zie hiervoor) worden spelers uitgenodigd deel te nemen aan een selectieprocedure gericht op het samenstellen van de selectieteams. Deze procedure wordt hieronder kort uiteen gezet.

1. Medio mei is de volledige lijst met voor de selectie uitgenodigde spelers bekend (zie hiervoor). De TC zorgt ervoor dat ook alle betrokken trainers en leiders (selectie en niet-selectie) zijn ingelicht.
2. De technische staf nodigt medio mei de betreffende spelers uit -bij de leeftijdscategorieën D, E en F via de ouders- voor deelname aan de selectieprocedure.
3. De selectietrainingen en ook de evt. selectiewedstrijden vinden plaats in mei en begin juni.
4. Uiterlijk 2 dagen na afloop van de laatste selectietraining/selectiewedstrijd worden de selectieteams definitief samengesteld.
5. Dan ook worden eerst de eventuele afvallers persoonlijk -bij de leeftijdscategorieën D, E en F via de ouders- op de hoogte gesteld waarbij passende argumentatie wordt gegeven over het feit van niet-selectie. De niet geselecteerden krijgen de kans om binnen 2 dagen een eventuele voorkeur voor een niet-selectieteam kenbaar te maken (zie verder indeling niet selectieteams).
6. Nadat alle niet geselecteerden op de hoogte zijn gesteld over de gemaakte keuzes worden de definitief geselecteerden op de hoogte gesteld.

### **7.5.2. Indeling niet-selectieteams**

Doel: vaststellen wie volgend seizoen in welk niet-selectieteam komt.

1. Het totaal van de inventarisatie van blijvende spelers, en de afgefallen spelers uit de selectieprocedure vormt de basis voor de indeling van de niet-selectieteams.
2. Indien teams in onveranderde samenstelling doorwillen in het volgende seizoen worden deze als eerste door de coördinator ingedeeld.

3. Nieuw samen te stellen teams worden – op basis van opgegeven voorkeuren daarna ingedeeld door de coördinator; uitgangspunt daarbij is dat sociaal isolement te alle tijden wordt vermeden omdat spelplezier bij Be Quick voorop staat. Zonodig vindt bij twijfelgevallen overleg plaats; bij de leeftijdscategorieën D, E en F loopt dit via de ouders.
4. Zodra alle niet-selectieteams zijn ingedeeld worden de spelers hierover –bij de leeftijdscategorieën D, E en F via de ouders- geïnformeerd door de coördinator.

## 8. Opleiden van eigen jeugd

De jeugdopleiding is voor Be Quick essentieel omdat de vereniging, nadrukkelijk kiest voor de "eigen jeugd".

Dat wil zeggen:

- Jeugdspelers opleiden om door te kunnen stromen naar de senioren selectie(s)
- De onderbouw is de bakermat van de jeugdopleiding van Be Quick: vanuit de normale trainingen en specifieke techniek training kunnen de grootste talenten via de selecties, zich optimaal ontwikkelen.
- Be Quick geeft duidelijk de voorkeur boven het ZELF OPLEIDEN van "eigen jeugd" boven het "halen" op latere leeftijd.
- Dankzij kaderscholing, van trainers en teamleiders, wil Be Quick haar jeugdopleiding "up to date" houden.
- Door de jeugdopleiding verder te professionaliseren meer rendement halen uit de Jeugdopleiding.

Via het spelersvolgsysteem, zullen de jeugdspelers van Be Quick in kaart worden gebracht en via (interne) scouting kunnen ook spelers uit de niet-selectie teams uitgenodigd worden, om in de selectieprocedure in aanmerking te komen.

Na de winterstop zullen tweedejaars jeugdselectie spelers meetrainen met een hoger of ouder jeugdteam (meettrainregeling). Alles dient vanuit een zorgvuldige planning en communicatie plaats te vinden. Dit is vooral bedoeld om die spelers, die dat aan kunnen, meer weerstand te geven waardoor hun leerproces beter verloopt. Tevens kan men al wennen aan het niveau waar men in het nieuwe seizoen mee te maken krijgt.

Een jeugdopleiding dient vooral beoordeeld te worden op de uitstroom van de jeugd naar de senioren.

Kortom, Be Quick kiest voor het opleiden van de jeugd, want wie de jeugd heeft, heeft de toekomst.

## **9. Overgang naar de senioren**

### **9.1. Selectieteams**

De overgang van de jeugdselectie naar de senioren is voor veel spelers vaak een grote stap. Het niveauverschil dat bij deze overstap moet worden overbrugd is vaak groter dan bij het doorstromen naar een andere leeftijdscategorie binnen de jeugdafdeling. Daarnaast is een groot verschil dat spelers, die altijd met leeftijdgenoten hebben gespeeld, nu geconfronteerd worden met veelal veel oudere spelers, met vaak meer fysieke inzet. Daardoor ervaren spelers na de overgang van jeugd naar de senioren vaak een geheel andere sfeer binnen een elftal dan zij gewend waren. Ter voorkoming van het om deze redenen afhaken van leden bij de overgang van de jeugdselectie naar de seniorenselectie, is het van belang de betrokken spelers langzaam te laten wennen aan de verschillen in niveau en sfeer. Daarom zullen jeugdselectiespelers vooral in hun laatste jaar als jeugdspeler regelmatig met de seniorenselectieteams mee moeten trainen en op zaterdag in een van de senioren elftallen speeltijd moeten krijgen. Met welke seniorgroep wordt meegetraind en met welke elftal wordt meegespeeld is ter beoordeling van de jeugdtrainer, de TC en de trainers van selectie 1 en 2, die in het laatste jaar voor de overgang naar de senioren een inschatting maken van het niveau van de betrokken jeugdselectiespeler en over het seniorenelftal waarin deze naar verwachting het daarop volgende seizoen terechtkomt. Uitgangspunt is steeds dat jeugdselectiespelers die meegaan met een seniorenelftal bij elke gelegenheid speeltijd krijgen. Dit laatste geldt niet voor het standaardelftal van de vereniging. Immers dit is het prestatie-elftal van de club. In het belang van het resultaat zal het vaak zo zijn dat de trainer het inbrengen van een jeugdspeler achterwege moet laten. Van belang bij dit alles is een open communicatie en uitleg van de betrokken trainer naar de betreffende speler over het hoe en waarom.

### **9.2. Jong Senioren**

Een manier om te wennen aan de seniorencompetitie is om 2<sup>e</sup> jaars A-junioren die eventueel het volgend seizoen in aanmerking komen voor de selectie teams bij de senioren, een aantal malen per seizoen (doel is zes keer) een wedstrijd te laten spelen waarbij ook de 1<sup>e</sup> en 2<sup>e</sup> jaars senioren mee doen die in de selectieteams spelen (dit zijn dus nog jong senior). Daarnaast zullen ook spelers die terug komen van een blessure en aan de leeftijdscriteria van onder de 23 voldoen, worden geselecteerd. De selectie van de spelers vindt plaats door de trainers van de A-B-C selectie en de A-junioren.

### **9.3. Recreatieve teams**

Niet selectiejeugdspelers worden door de seniorenvoorzitter begeleid naar de senioren. Deze spelers willen meestal bij elkaar blijven en gaan daarom vaak als compleet team naar de senioren.

## 10. Jeugdtraining

### 10.1. Trainingswetten en -principes

Het geven van training is gebonden aan een aantal trainingswetten en trainingsprincipes. De trainingswetten en –principes moeten in ogenschouw genomen worden bij een planning van een trainingsseizoen. Het plannen van de jeugdopleiding leidt tot een rode draad. Elke trainer krijgt bepaalde doelen mee om met zijn leeftijdscategorie aandacht aan te besteden. Hij moet in zijn eigen planning rekening houden met deze rode draad, de leeftijdsklasse van de spelers en de individuele kwaliteiten van spelers.

De wedstrijd is een meetmoment voor een trainer. Hij kan hier zien of speler(s) kunnen uitvoeren waar tijdens de training aandacht aan is besteed. Zo kan hij zijn planning gaan invullen. Moet een oefening herhaald worden, of moet er verzaard/veringewikkeld worden?

| Trainingswetten   | Trainingsprincipes   |
|---|--|
| <ol style="list-style-type: none"><li>1. <u>Toenemende belasting</u><br/>(een oefening moet steeds zwaarder en moeilijker gemaakt worden)</li><li>2. <u>Verminderende meeropbrengst</u><br/>(hoe vaardiger spelers worden, hoe minder snel zal er vooruitgang meer te boeken zijn)</li><li>3. <u>Duurzaamheid</u><br/>(veel herhaling en langzaam opgebouwde vaardigheid zullen langer beklijven)</li><li>4. <u>Specificiteit</u><br/>(er moet gewerkt worden van algemene oefeningen naar specifieke oefeningen)</li></ol> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Systematische aanpak</li><li>• Aanpassen aan leeftijd</li><li>• Intensivering</li><li>• Veelzijdigheid</li><li>• Techniek als basis</li><li>• Afwisseling in belasting</li><li>• Veelvuldig herhalen</li><li>• Individualiteit</li></ul> <p>Het aanhouden van de trainingsprincipes zal leiden tot vooruitgang in vaardigheid.</p> |

### 10.2. Trainen van de veldspelers

Binnen de jeugdopleiding staat de technische, tactische, fysieke en mentale ontwikkeling van spelers centraal. Deze onderdelen vinden hun eigen plek binnen de opleiding en worden getraind op het moment dat de spelers hiervoor geschikt zijn. Hierbij wordt systematisch gewerkt, zodat er een groot trainingseffect gehaald kan worden. Dit betekent dat de verschillende trainingsonderdelen voldoende herhaald worden en dat er sprake is van een methodische opbouw. De trainingsprincipes worden zo veel mogelijk gevolgd.

“We zijn momenteel vooral gespecialiseerd in het afspelen van de bal, in plaats van het uitspelen van de tegenstander” – Marco van Basten

De huidige voetbal situatie is, zoals bekend, heel anders dan die van vroeger, door het verdwijnen van het straatvoetbal. Het is duidelijk dat het voetbal zijn vroegere monopoly positie kwijt is, dus moet de beschikbare tijd, effectiever benut worden. Zowel de Zeistervisie als de Wiel Coerver Methode zijn prima te combineren bij het opleiden van Jeugdvoetballers.

De Zeistervisie is een methode om het jeugdvoetballeerproces beter te laten verlopen. De aandacht van de jeugd beperkt zich tot 1 of 2 keer trainen per week.

Vandaar ook dat er ook veel gekozen dient te worden voor “voetbaleigen vormen”. Een bepaald “voetbal probleem” aanpakken en de spelers bepaalde aspecten leren. Dus niet alleen partijtjes, maar ook geen “doodse” oefenvormen die de beleving van de spelers negatief beïnvloeden. Streven naar “voetbaleigen vormen” die voor de jeugd herkenbaar zijn. En daarin moet je als trainer/coach kunnen sturen.

De Wiel Coerver Methode zorgt voor een veelzijdige dynamische balvaardigheid, het domineren met de bal aan de voet in 1 tegen 1 situaties, individuele en collectieve acties om over tegenstanders heen te gaan en om kansen te creëren en te scoren.

Uiteindelijk zullen er meer technisch geschoolde jeugdspelers doorstromen naar de senioren selectie. Dat is immers een belangrijke doelstelling van onze jeugdopleiding: Veel jeugd talent inpassen in het eerste team!

### 10.3. Keeperstraining

Vanaf circa 10 jaar is het zinvol om met specifieke keeperstraining te beginnen. Dit heeft de volgende voordelen:

- meerdere spelertjes (F en E pupillen) kunnen aan het keepen “proeven”, waardoor de kans toeneemt dat er een potentieel talent ontdekt wordt.
- Dankzij een brede basis (algemene voetbalvaardigheid) zal een keeper pas echt goed gaan functioneren.
- Als hij opeens niet meer wil keepen, kan hij veel makkelijker veldspeler worden, dan wanneer hij de technische scholing gemist heeft.

De samenwerking van de jeugdtrainer en keeperstrainer:

- (komen tot) een gemeenschappelijke visie t.a.v. keeperstraining
- Bespreken / analyseren van de speelwijze ( van het elftal), 1.3.4.3, 1.4.3.3, 1.4.4.2
- Wedstrijdanalyse vertalen naar de keeperstraining
- Keeperstraining binnen de groepstraining
- puur de keeper coachen
- spelers (groep) gebruiken (tactisch / technisch)

## 11. F-jeugd

### 11.1. Leeftijdskenmerken

- Snel afgeleid
- Speels en individueel gericht, kan nog niet samenspelen en de belangrijkste weerstand is die van de bal.
- Winnen is niet belangrijk, maar wordt hooguit belangrijk gemaakt door de begeleiding
- Zeer beweeglijk en lenig

### 11.2. Algemene doelstellingen

Het plezier in voetballen krijgen, behouden en vergroten.

- Het ontwikkelen van het balgevoel, het beheersen van de bal.
- Wennen aan het voetballen door veel met de bal te spelen.
- De baas worden over de bal:
  - balgevoel creëren
  - dribbelen
  - richtingsgevoel leren
  - nauwkeurigheid (mikken)
  - balsnelheid (bal zacht of hard schieten)
  - aan- en meenemen van de bal
- Veel balcontacten (de bal is eerst nog 'doel' op zich, en niet slechts een middel!).
- Ontwikkelen van de techniek.
- Iedere speler moet ervaring opdoen met keepen en als er echte interesse is, zal dat vooral in de E-groep blijken.

### 11.3. De trainingen

Elke warming-up voor de training is eigenlijk direct het begin van de echte training. Het is dus een eerste oefening met 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, vooral 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 volgens het leerplan van Wiel Coerver. De voetbalvorm, het partijspel, waarin alle spelbedoelingen voorkomen, van maximaal 4:4 is altijd onderdeel van de training.

Verdere aandachtspunten bij een F-training:

- Hoewel bij Be Quick de F-groep omvangrijk is en gedurende een seizoen alleen groter wordt, is het toch de bedoeling 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 beter dan zelf uitleggen.

#### 11.4. 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 het 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 F-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.

#### 11.5. De wedstrijden

Tijdens de wedstrijden wordt 7:7 gespeeld. Bij eerstejaars F-pupillen 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!' als Be Quick de bal heeft, heeft het meeste effect.

Het plezier moet voorop staan. F-spelers vinden winnen niet belangrijk, tenzij de begeleiding hierop aanstuurt. Hier ligt dus een belangrijke rol voor de begeleiding!

Enkele aandachtspunten bij een wedstrijd van F-spelers van Be Quick, waar de begeleiding *soms* op kan coachen:

- De keeper moet zo ver mogelijk van zijn eigen doel durven te staan als de bal vóór is.
- De verdedigers moeten over de denkbeeldige middenlijn heen durven. Niemand staat en blijft alleen maar achter, zo gauw als de bal voorin is te vinden.
- Laat de F-pupillen vooral lekker pingelen, dit hoort bij hun leeftijdsfase, het samenspelen komt later vanzelf aanbod. F-pupillen zijn nog heel individueel gericht.

- Bij de F-pupillen beginnen we voorzichtig met de formatie 1.3.3 ( 1 keeper, 3 verdedigers en 3 aanvallers). Bij F-pupillen is er nog geen sprake van een vaste positie, laat de spelers op meerdere posities spelen, dit komt hun spelplezier en hun ontwikkeling ten goede.

### **Keepers**

Bij alle F-teams moet op wedstrijddagen worden gerouleerd met keepers. Spelers moeten zo breed mogelijk worden opgeleid. 'Echte' keepers ontstaan pas echt op de E-leeftijd.

## **12. E-jeugd**

### **12.1. Leeftijdskenmerken**

Beginnen met samenspelen.

- Zien al wie goed kan voetballen en wie minder.
- Vinden winnen belangrijker dan F-pupillen, maar de begeleiding moet hier nog steeds behoudend in zijn.
- Ideale leeftijd om de technische basisvaardigheden te leren.
- Begrijpen al iets van vrijlopen en dekken.

### **12.2. Algemene doelstellingen**

Het plezier in voetballen vergroten.

- Het verder ontwikkelen van het balgevoel, het beheersen van de bal.
- Wanneer aan het voetballen door veel met de bal te spelen.
- Het verbeteren van de technische vaardigheden (zie onder)
- Keepers kunnen enthousiast gemaakt worden voor het keepersvak. In de training moet vooral aandacht zijn voor de basistechnieken van oprapen, onderhands en bovenhands vangen, uit de hand trappen, en diverse vormen van werpen.

### **12.3. De trainingen**

Elke warming up voor de training is eigenlijk direct het begin van de echte training. Het is dus een eerste oefening met de bal. Dit is vaak een Coerver oefening.

Bij de trainingen worden de groepjes niet groter gemaakt dan 10 spelers per trainer, om zo de individuele aandacht te garanderen, vooral 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 volgens het leerplan van Wiel Coerver. De voetbalvorm, het partijspel, waarin alle spelbedoelingen voorkomen, van maximaal 4:4 is altijd onderdeel van de training.

Verdere aandachtspunten bij een E-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.

## 12.4. 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, zodat ze allemaal aan bod komen. 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 E-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 Wiel Coerver oefeningen

Altijd en overal moet bij E-pupillen de **tweebenigheid** benadrukt worden!

Behalve in oefeningen komen al de voetbalthema's ook vanzelf voor in het vier tegen vier. Dit moet dan ook veel gespeeld worden in de E-groep. Er moet hierbij veel gescoord kunnen worden door de spelers (dus doelen van drie meter breed!). Ook partijvormen van 2:2 en 3:3 zijn heel geschikt, omdat daarin door iedere speler heel veel balcontacten plaatsvinden.

Naast het 4:4 kan de trainer veel voetbalthema's voor E-pupillen verpakken in voetbalvormen;

- basistechniek:
  - dribbelen
  - passen /trappen
  - jongleren
- Coerverschool
- Afronden op doel (geen lange rij)
- Duel 1:1
- Diverse spelvormen (bijv. 5:2, lijnvoetbal)
- Kleine partijen spelen (liever 4:4 dan 8:8)
- Spelregels bijbrengen

Tussen de oefeningen door moet de trainer misschien de organisatie veranderen, en kan hij de spelers actieve rust geven door hen te laten hooghouden (spelers houden punten bij!).

De techniek moet dus voorop staan bij E-pupillen, maar er kan ook een beetje aan tactiek gedacht worden: vasthouden van de plek in de opstelling, het vrijlopen, het dekken. Dit moet minimaal gebeuren bij de selectieteams in de E-groep. Tweedejaars E-pupillen moeten een aantal keren per seizoen alvast kennismaken met looptraining.

### 12.5. De wedstrijden

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 E-spelers vinden winnen ook belangrijk worden. De begeleiding moet dit echter niet benadrukken!

Tijdens de wedstrijden wordt 7:7 gespeeld. Bij 7:7 is de Be Quick-formatie 1:3:3. Er wordt gespeeld met 1 keeper, 3 verdedigers en 3 aanvallers, waarbij in balbezit 1 van de 3 verdedigers kan inschuiven.

Enkele andere aandachtspunten bij een wedstrijd van E-spelers van Be Quick:

- Voor 7:7 geldt dat de keeper zo ver mogelijk vóór zijn goal opgesteld moet zijn, te meer daar de verdedigers meestal één op één zullen staan.
- De keeper en achterhoede moeten proberen op te bouwen van achteruit als de tegenstander dat toelaat.
- De verdedigers moeten over de denkbeeldige middenlijn heen durven. Niemand staat en blijft alleen maar achter, zo gauw als de bal voorin is te vinden.
- Er mag gepingeld worden, maar als de speler de bal verliest, moet hij wel mee verdedigen.
- Gedurende een seizoen moet elke E-speler van Be Quick op meerdere posities in de opstelling gestaan hebben.
- Bij balbezit van de keeper van de tegenpartij, blijft Be Quick op de helft van de tegenpartij. "We willen die bal terughebben!"
- Na de winterstop bereiden wij E-pupillen voor op de overgang op het spelen van een groot veld (11:11).

## 13. D-jeugd

### 13.1. Leeftijdskennmerken

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.
- Bij voortdurende belasting gevaar voor spieraanhechtingen. Mogelijk begin groeispuurt.
- Begint een eigen mening over het spel te vormen.
- Eerstejaars D-pupillen zitten vaak nog op de basisschool, terwijl de tweedejaars D-pupillen naar de brugklas gaan.

### 13.2. Algemene doelstellingen

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

### 13.3. De trainingen

Zoals elke wedstrijd begint ook elke training met een warming-up van ongeveer 10 minuten, zonder bal, 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 D teams een paar keer in het seizoen een uurtje 'theorie' krijgen in de commissiekamer van Be Quick. 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 communicatie over en weer met zijn spelers. Vanwege de optimale lichaamsbouw om motorische vaardigheden te leren, krijgen de selectieteams specifieke looptraining. Hierdoor moet het technisch sprinten en de explosiviteit met de bal verbeterd worden.

De keeper van het team traint minimaal één keer met het team mee. De andere keer heeft hij keeperstraining waarin 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.
- Uittrappen, de dropkick, uitwerpen, slingerworp en doeltrap.
- Meevoetballen, balaanname links en rechts

### 13.4. Accenten in de trainingen

In de D groep komen alle technische vaardigheden uit de E-groep aan de orde.

- De D-speler van Be Quick moet technisch zó onderlegd zijn (in de E-groep) dat in de D- 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.
- Veel kleine partijspelen (van 1:1 tot en met 8:8).
- Grotere partijvormen om tactische aspecten te kunnen belichten (uitgangspunten bij de vier hoofdmomenten, verdeling over het speelveld, belang van combinatievoetbal).
- Afwerkvormen.
- Goed ingedraaid staan bij aanname van de bal.
- Het durven koppen.

En speciaal bij de eerstejaars D-pupillen zijn de accenten:

- Partijspelen 1:1 tot 8:8
- Partijspel 11:11
- Afwerkvormen met voorzet vanaf de flanken
- Techniek:
  - Kapbewegingen
  - Tweebenigheid
  - Passeerbeweging
  - Pass- en trapvormen
- Positiespel 3:1, 5:2, 4:2, later met richting, scoren, keeper, doel
- Goed ingedraaid staan bij aanname
- Koppen

### 13.5. De wedstrijden

De eerstejaars D-pupillen 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 eerstejaars D-pupillen 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 balbezit is, Positiespel als elftal in balbezit tegenpartij is, Teamspel, Buitenspel, hoe gaan we daar mee om.

Alle D-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 balbezit

- Hoe het veld klein maken bij balbezit tegenpartij
- 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 drukzetten
- Aanvallen via de flanken (buitenspelers)

D-pupillen moeten de eerste basisafspraken leren bij de 4 hoofdmomenten.

## 14. C-jeugd

### 14.1. 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, vooral 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 al geleerde motorische vaardigheid behouden, ook al vermindert deze tijdelijk.

### 14.2. Algemene doelstellingen

De wedstrijd wordt als middel gebruikt teneinde het verder ontwikkelen van inzicht in en het herkennen van spelbedoelingen en algemene uitgangspunten in de 4 hoofdmomenten. Bij balbezit staat centraal: de uitgewerkte teamfuncties bij opbouwen, aanvallen en scoren. Bij balbezit tegenpartij staat centraal: storen, afschermen opbouw tegenstander, vastzetten, afjagen, en knijpen. Tot en met de D-pupillen 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.

### 14.3. De trainingen

Zoals elke wedstrijd begint ook elke training met een warming up van ongeveer 10 minuten, zonder bal, en onder leiding van de aanvoerder. De trainer moet erop toezien dat dit gedisciplineerd gebeurt.

Als dat wenselijk is, kan de trainer met zijn C-team een aantal keren de algemene uitgangspunten bij de 4 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 communicatie over en weer met zijn spelers.

In de training maakt de trainer gebruik van:

- Wedstrijdeigen situaties waarin het spel wordt stopgezet en de spelers worden bevroegd 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 C-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 en springen in alle richtingen.

#### 14.4. Accenten in de trainingen

Voorwaarde voor alles is dat de spelers kennis hebben van de uitgangspunten bij de 4 hoofdmomenten. Bij C-junioren is vooral extra veel aandacht om het inzicht te vergroten van bal bezit naar bal bezit tegenstander (omschakeling) en van bal bezit tegenstander naar balbezit.

- Wat betreft de eerstejaars C-spelers van Be Quick gaat het vooral om de teamfunctie, en wat betreft de tweedejaars C-spelers van Be Quick 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 en speelwijze van Be Quick. Hierbij valt te denken aan de opbouw, het flankspel, het drukzetten, het knijpen, en de spelhervattingen.
- Gebruik maken van 2:2, omdat hierin een aantal belangrijke tactische aspecten belicht kunnen worden (drukzetten, mandekking, rugdekking, ruimtedekking, onderlinge coaching).
- Extra aandacht voor het bewegen voor en na de pass (2x raken in positieospel).
- 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.

## 14.5. De wedstrijden

In de voorbespreking bij de C 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 er op toezien dat deze afspraken 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 speelwijze van Be Quick. 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 drukzetten
- Knijpen als de bal aan de andere kant is.

## 15. B-jeugd

### 15.1. Leeftijdskennmerken

- 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.
- willen ook verantwoording hebben.
- men kan zich onder geschrikt maken aan het teambelang

### 15.2. 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 1.3.4.3 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.

### 15.3. 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.

Methodische aanpak van de 4 hoofdmomenten in het voetbal:

*Balbezit:*

- \* Spelbedoeling en algemene uitgangspunten
- \* Algemene principes van het positieospel
- \* Individuele uitvoering van elke taak in de organisatie
- \* Inzicht in de taken van teamgenoten
- \* Herkennen van sterke en zwakke punten van teamgenoten

*Balbezit tegenpartij:*

- \* Spelbedoeling en algemene uitgangspunten
- \* Algemene principes van teamorganisatie
- \* Individuele uitvoering van elke taak in de organisatie
- \* Inzicht in de taken van teamgenoten
- \* Herkennen van sterke en zwakke punten van Teamgenoten

*Van balbezit naar balbezit tegenstander (omschakeling):*

- \* Spelbedoeling en algemene uitgangspunten bij balbezit naar bal bezit tegenstander, gekoppeld aan de speelwijze van Be Quick.

*Van balbezit tegenstander naar balbezit (omschakeling):*

- \* Spelbedoeling en algemene uitgangspunten bij balbezittegenstander naar balbezit, gekoppeld aan de speelwijze van Be Quick.

In principe wordt hierbij de basisformatie (1.3.4.3) van Be Quick als uitgangspunt genomen. B-spelers moeten echter ook kennisnemen van andere basisformaties en bijbehorende speelwijzen (onder meer 1:4:4:2).

### 15.4. 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 positieospel optimaliseren.
- In het begin van het seizoen worden afspraken gemaakt over spelhervattingen
- Extra aandacht voor de volgende technische vaardigheden: het koppen, het plaatsen van de bal over grote afstand, de tweebenigheid, 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.

### 15.5. De wedstrijden

In de voorbespreking van B-jeugd moet speciale aandacht zijn voor de functies van linies. Tijdens de wedstrijd ziet de trainer er op 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 speelwijze van Be Quick. 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 drukzetten
- Knijpen als de bal aan de andere kant is

Aan het einde van het seizoen dienen B junioren kennis te maken met andere basisformaties en speelwijzen. Hierbij worden in eerste instantie 1:4:4:2 en 1:4:3:3 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 HJO c.q. TC.

## 16. A-jeugd

### 16.1. 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 B-jeugd periode goed gewerkt is.
- Spelers hebben meer oog voor eigen prestaties en ook voor die van hun teamgenoten. Streven naar medeverantwoording.
- Verdere wedstrijdrijpheid is nu een kwestie van veel trainen en het opdoen van de nodige wedstrijdervaring.
- Sommige A-spelers zitten in de eindfase van het voortgezet onderwijs, sommige studeren al, en weer anderen werken mogelijk al.

### 16.2. 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.

### 16.3. De trainingen

- *Wedstrijdsituaties trainen*: allerlei partij en positie spelen, 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 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.

Methodische aanpak van de 4 hoofdmomenten van het voetbal:

*Balbezit tegenpartij:*

- \* Teamorganisatie.
- \* Specialisatie van spelers.
- \* Concentratie op de taak.
- \* Rendement van de bijdrage aan een positief resultaat van de wedstrijd.
- \* Taaktraining.

*Balbezit:*

- \* Teamorganisatie.
- \* Verhogen van het rendement van het positie spel.
- \* Leren de individuele kwaliteiten van de spelers uit het team uit te buiten.
- \* Rendement van de bijdrage aan een positief

resultaat van de wedstrijd.  
\* Taaktraining.

*Van balbezit naar balbezit tegenstander (omschakeling):*

- \* Spelbedoeling en algemene uitgangspunten bij balbezit naar bal bezit tegenstander, gekoppeld aan de speelwijze van Be Quick.
  - Teamverantwoordelijkheid.
  - Benutten specifieke kwaliteiten van spelers.
  - Ondergeschikt maken aan het teambelang

*Van balbezit tegenstander naar balbezit (omschakeling):*

- \* Spelbedoeling en algemene uitgangspunten bij balbezittegenstander naar balbezit, gekoppeld aan de speelwijze van Be Quick.
  - Teamverantwoordelijkheid.
  - Benutten specifieke kwaliteiten van spelers.
  - Ondergeschikt maken aan het teambelang

#### **16.4. Accenten in de trainingen**

De formatie en veldbezetting.

- Positiespelen nu met 1x of 2x raken.
- De spelhervattingen bij Be Quick. 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 keeperstrainer beoordeelt de A keepers of zij straks het seniorenselectie – niveau aankunnen. Dit betreft zowel het technische, tactische, mentale, fysieke en coaching gebied. Na de winterstop zullen die keepers die in aanmerking komen voor een selectieplek, ook gaan meetrainen met de senioren.

#### **16.5. 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. Tijdens deze voorbespreking is een grotere rol weggelegd voor de aanvoerder, of andere spelers die verantwoordelijkheid kunnen nemen.

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 te worden over getrainde variaties.

Gedurende het seizoen moeten zeker de tweedejaars A-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/TC en de speler zelf gaan. De HJO/TC moet hiervoor ongeveer elke twee maanden een overleg hebben met de hoofdtrainer.

Tenslotte is het van belang dat A-spelers **meerdere systemen** kunnen spelen, zoals 1:4:3:3 en 1:4:4:2, en 1:3:4:3. In het seniorenvoetbal kan dit immers van hen verwacht worden.

## 17. Specifieke techniek trainingen

Om goed te kunnen voetballen is een uitstekende baltechniek onmisbaar. Tot in de hoogste voetbalkringen maakt men zich zorgen over het technische niveau van de Nederlandse voetballers. Zeker bij de jeugd. Alle reden om de jeugd van Be Quick specifieke techniek trainingen aan te bieden. De trainers van Be Quick nemen de jeugd van 7 tot 14 jaar extra onderhanden om de technische vaardigheden bij te schaven. Het gaat om een soort bijlessen.

Balvaardigheid is het toverwoord, iets waar we Braziliaanse voetballers altijd zo om bewonderen. Vroeger leerde je dat vooral op straat door daar iedere dag maar weer te oefenen. Tegenwoordig is dat bijna onmogelijk geworden.

Van deze techniek trainingen worden de spelers geleerd hoe je met de bal moet omgaan, hoe je tegelijk de baas over en de vriend van die bal kunt zijn. Er worden bewegingen geleerd om de tegenstander te dollen. Zo wel zonder tegenstander, met één, twee of nog meer tegenstander. Er zijn wel 150 verschillende bewegingen om een tegenstander te passeren.

In het moderne voetbal moet je tegenwoordig van alle markten thuis zijn. Of je nu aanvaller, middenvelder of verdediger bent, dat maakt niet uit. Een goede techniek is de basis die zorgt voor een hogere snelheid van handelen en de voetballer meer zelfvertrouwen geeft. Zoals al eerder aangeven in dit jeugdplan zal er training worden gegeven volgens de Wiel Coerver Methode.

Deze bijlessen zullen extra worden aangeboden door Be Quick op de vrijdagavond in het najaar 8 lessen en in het voorjaar 8 lessen.

## 18. Continuïteit van het jeugdbeleidsplan

Een jeugdbeleidsplan dat goed functioneert, heeft pas na enkele jaren duidelijk zichtbare opbrengsten. Hierdoor is de continuïteit van het grootste belang. Om de continuïteit en de uitvoering van het (technisch) beleid zoals vastgelegd in het jeugdplan te waarborgen, zal de organisatie van Be Quick aan een aantal voorwaarden moeten voldoen.

- 1) Het hoofd jeugdopleiding / TC moet de uitvoering van het technische beleid door trainers en begeleiders coördineren, controleren en eventueel corrigeren. Hiervoor dient het periodieke trainersoverleg en de lettergroep bijeenkomsten. Tevens zal hij ervoor moeten zorgen dat hij voorwaarden creëert, die het de trainers en begeleiders mogelijk maakt het technische beleid uit voeren.
- 2) Het inzicht van vooral het technisch kader is hierbij cruciaal. Be Quick zal moeten blijven investeren in scholing/begeleiding van trainers en leiders. Dit kan zowel intern als extern gebeuren door middel van (korte) **cursussen** of themabijeenkomsten.
- 3) De trainers, coördinatoren, leiders en bestuursleden moeten zich kunnen vinden in het jeugdplan aangegeven **beleid** en zich bereid tonen de aangegeven richtlijnen te volgen.
- 4) Het jeugdbeleidsplan wordt tijdens de overlegmomenten (trainers vergaderingen, jeugdbestuursvergaderingen, ouderavonden, etc) altijd als uitgangspunt genomen .
- 5) Alle nieuwe medewerkers van de jeugdafdeling dienen bij hun aanstelling een exemplaar van het jeugdbeleidsplan te ontvangen. De algemene hoofdpunten van dit plan dienen ook te worden verteld.

## 19. Benodigde faciliteiten

Om uitvoering te kunnen geven aan het voorgenomen jeugdbeleidsplan dienen de personele en materiële faciliteiten bij Be Quick in orde te zijn. In dat kader volgen hieronder een aantal aandachtspunten:

- Voor de specifieke techniek trainingen is er per 10 spelers 1 trainer nodig, zodat iedere speler optimale aandacht krijgt.
- Iedere jeugdspeler dient tijdens de training individueel over een bal te kunnen beschikken, van het juiste gewicht.
- In de materiaalruimte is er een aparte kast voor wedstrijdballen. Het is niet toegestaan om tijdens wedstrijden trainingsballen te gebruiken.
- Het streven is dat de selectietrainers tijdens hun trainingsuren een half voetbalveld ter beschikking hebben.
- De trainers hebben de beschikking over voldoende ballen, hesjes en pionnen.
- De keeperstrainer heeft voor zijn training een tsjoek en minimaal een groot doel tot zijn beschikking.
- Alle selectieteams moeten een eigen trainer/coach hebben.
- Alle 1<sup>e</sup> selectieteams worden voorzien van trainingspakken.
- Uniforme (sponsor) kleding voor alle trainers en leiders.

## Bijlagen

### 1. Jeugdbestuur

Het jeugdbestuur heeft de totale verantwoordelijkheid van de jeugdafdeling. Daartoe hebben ze contacten met het hoofdbestuur, andere verenigingen, KNVB en de overige commissies binnen Be Quick. Het jeugdbestuur heeft de dagelijkse leiding van de jeugdafdeling. Zij zorgt voor werving van leiders en trainers voor alle elftallen. Het stimuleren van zowel het presentatieve als recreatieve deel van de jeugdafdeling behoort ook tot hun taken.

Het jeugdbestuur bestaat uit een voorzitter, secretaris en coördinatoren lettergroepen

#### 1.1. Taakomschrijving voorzitter (bestuurslid)

- Is verantwoordelijk voor het organisatorische jeugdbeleid
- Houdt toezicht op de uitvoering van het jeugdbeleidsplan
- Is verantwoordelijk voor het totale jeugdbeleid
- Is lid van het hoofdbestuur
- Treedt zo nodig op als gastheer van de jeugdafdeling op wedstrijd- en/of toernooidagen
- Leidt de vergaderingen van het jeugdbestuur
- Vertegenwoordigt in jeugdzaken de vereniging bij de KNVB

#### 1.2. Taakomschrijving secretaris (bestuurslid)

- Agenderen en notuleren vergaderingen jeugdbestuur
- Behandeling ingekomen stukken
- Onderhoudt contacten met de KNVB
- Verricht de voorkomende administratieve taken t.b.v. de jeugdafdeling
- Is lid van het hoofdbestuur
- Treedt zo nodig op als gastheer van de jeugdafdeling op wedstrijd- en/of toernooidagen
- Vervangt de voorzitter bij diens afwezigheid

#### 1.3. Coördinatoren lettergroepen

- Onderhouden contacten met ouder en jeugdleiders over organisatorische zaken
- (mede) organiseren en begeleiden van toernooien en evenementen
- Werven de benodigde leiders voor de elftallen binnen hun lettergroep
- Assisteren zo nodig trainers en TC bij het samenstellen van selectieteams
- Is verantwoordelijk voor het samenstellen van de niet-selectieteams
- Organiseren minimaal 2 maal per seizoen een bijeenkomst van leiders en/of ouders per leeftijdscategorie

## 2. Technische verantwoordelijkheid

De technische organisatie voor jeugdselectieteams is in handen van de Technische Commissie (TC) onder leiding van een Hoofd Jeugdopleiding. Zij werven en begeleiden de trainers van de selectieteams. Eindverantwoordelijkheid voor uitvoering van het jeugdbeleid is in handen van het jeugdbestuur.

De technische organisatie van de niet-selectieteams is in handen van de coördinatoren. Ook daar ligt de eindverantwoordelijkheid bij het jeugdbestuur.

### 2.1. Hoofd jeugdopleiding

Het hoofd jeugdopleiding is eindverantwoordelijk voor de jeugdopleiding vanaf de F-pupillen tot de A-junioren. Hij weet hoe jeugdspelers kunnen leren voetballen en heeft inzicht hoe je vrijwillig kader werft, opleidt, begeleidt en behoudt. Hij heeft een uitgebreide ervaring als jeugdtrainer.

De taakomschrijving van het Hoofd Jeugdopleiding:

- Het waarborgen van de samenhang op technisch gebied binnen de jeugdafdeling door zorg voor een goede uitvoering van het jeugdbeleidsplan
- Is eindverantwoordelijk voor de kwaliteit van de voetbalopleiding
- Is verantwoordelijk voor het aanstellen van jeugdtrainers en voert evaluatiegesprekken met deze trainers.
- Stimuleert scholing van vrijwillig kader zowel intern als extern
- Organiseert periodiek trainersoverleg
- Bezoeken van zoveel mogelijk trainingen en wedstrijden van de diverse jeugdteams
- Is verantwoordelijk voor de interne scouting
- Ondersteunen en adviseren van alle trainers t.a.v. technische zaken
- Praktisch doornemen van de oefenstof met de trainers
- Begeleidt stagiaires en onderhoudt contacten met de scholen
- Aanspreekpunt voor voetbaltechnische zaken
- Is eindverantwoordelijke voor het selectiebeleid
- Is het aanspreekpunt voor de KNVB en BVO's bij belangstelling voor jeugdspelers
- Is voorzitter van de Technische Commissie (TC)
- Is vertegenwoordiger van de TC binnen het overleg met het (jeugd)bestuur.

## **2.2. Technische commissie**

De Technische Commissie bestaat uit een voorzitter (hoofd jeugdopleiding) en minimaal twee leden. Hiervan dient één lid affiniteit te hebben met het jeugdvoetbal en één lid moet bekend zijn met zaken die spelen rondom het seniorenvoetbal. De voorzitter en de leden worden benoemd voor een periode van minimaal twee jaar met een mogelijkheid tot verlenging met telkens twee jaar. De Technische Commissie wordt ondersteund door de trainers van de selectieteams. Samen vormen zij de Technische Staf voor de jeugd (TS).

De taakomschrijving Technische Commissie:

- Is verantwoordelijk voor het uitvoeren van het jeugdbeleidsplan
- Is verantwoordelijk voor het aangaan en verbreken van contacten met selectietrainers en onderhouden regelmatig contact met hen
- Is, in samenwerking met selectietrainers, verantwoordelijk voor het samenstellen van de jeugdselectieteams
- Hebben periodiek technisch overleg met de selectietrainers
- Opzetten en bijhouden van het spelersvolgsysteem
- Bepaalt in goed overleg met de wedstrijdsecretaris het samenstellen van het (seizoen) trainingsschema
- Bezoeken trainingen en wedstrijden.
- Is klankbord voor leiders en trainers op voetbaltechnisch gebied
- Adviseert het jeugdbestuur over het jeugdbeleid en de uitvoering hiervan.
- Adviseert de technische staf van de senioren selecties over de samenstelling van de teams. Het accent ligt voornamelijk op een evenwichtige samenstelling van de teams (bv. goede mix jongere en oudere spelers, doorstroming jeugd)

## **2.3. Scout F, E, D pupillen en C junioren**

De scout heeft de volgende taken:

- Bezoeken van wedstrijden van de leeftijdscategorie waarbinnen zij scouten.
- Scouten conform de uitgangspunten elders in dit plan beschreven.
- Gegevens van de bekeken spelers vastleggen op daarvoor ontwikkelde formulieren.
- Adviseren van de TC leden bij de vaststelling van de nieuwe teamindeling aan het einde van het seizoen.
- Adviseren van TC leden bij horizontale of verticale doorstroming gedurende het lopende seizoen.

## 2.4. Jeugdtrainer (selectie)

De jeugdtrainer van een selectieteam is verantwoordelijk voor de ontwikkeling van de spelers, individueel, maar ook als team. De jeugdtrainer van een selectieteam is in staat om te zorgen voor een prestatiesfeer en aan de hand van het jeugdbeleidsplan brengt hij of zij de spelers de technieken van het voetbal bij.

De bevoegdheden en verantwoordelijkheden zijn:

- Verzorgen van twee trainingen per week
- Uitvoering geven aan het jeugdbeleidsplan van Be Quick
- Verzorgt de trainingen op basis van gekende programma's
- Zorgt op eigen initiatief of met hulp van TC lid voor afwisselende oefenstof die bij het vastgestelde programma past.
- Onderhoudt contact met de keeperstrainer over de vorderingen of aandachtspunten van zijn keeper zodat de keeperstrainer de training eventueel aan kan passen.
- Woont vergaderingen over de nieuwe teamindeling bij
- Woont alle bijeenkomsten bij welke door de TC wordt georganiseerd en waar allerlei voorkomende zaken aan de orde komen
- Houdt zich op de hoogte van ontwikkelingen op trainingsgebied
- Coachen van het team op wedstrijddagen
- Stelt team samen voor elke wedstrijd en houdt een wedstrijdbespreking
- Houdt trainingsopkomst van elke speler bij

## 2.5. Jeugdtrainer (niet selectie)

De jeugdtrainer is verantwoordelijk voor de ontwikkeling van de spelers, individueel, maar ook als team. De jeugdtrainer is in staat om te zorgen voor een prestatiesfeer en aan de hand van het jeugdbeleidsplan brengt hij of zij de spelers de technieken van het voetbal bij.

De bevoegdheden en verantwoordelijkheden zijn:

- Verzorgen van een training per week per team
- Uitvoering geven aan het jeugdbeleidsplan van Be Quick
- Verzorgt de trainingen op basis van gekende programma's
- Zorgt op eigen initiatief of met hulp van TC lid voor afwisselende oefenstof die bij het vastgestelde programma past.
- Onderhoudt contact met de keeperstrainer over de vorderingen of aandachtspunten van zijn keeper zodat de keeperstrainer de training eventueel aan kan passen.
- Woont vergaderingen over de nieuwe teamindeling bij
- Woont alle bijeenkomsten bij welke door de TC wordt georganiseerd en waar allerlei voorkomende zaken aan de orde komen

## 2.6. Keeperstrainer

Verantwoordelijkheden:

- verantwoordelijk voor de keeperstraining van de jeugdkeepers (samenstelling groepen in onderling overleg samen te stellen)
- verantwoording verschuldigd aan hoofd jeugdopleiding / TC

Taken

- trainen van keepers
- begeleiden van overige keeperstrainers
- observeren / analyseren van de keepers tijdens de wedstrijd
- communiceren met trainers, keepers, ouders etc.
- voortgang gesprekken met keepers, over hun ontwikkeling
- jaarlijks keepers rapport maken over alle keepers individueel en deze met de desbetreffende keepers bespreken.

## 2.7. Teamleider

Als Teamleider ben je manager van het team. De Teamleider is de contactpersoon tussen de spelers, de trainer en Be Quick. Tevens begeleid de Teamleider het team rond wedstrijddagen en toernooien.

Bevoegdheden en verantwoordelijkheden:

- Contactpersoon naar trainer, coördinator en de TC
- Contactpersoon naar de spelers
- Organisatorische zaken
- Zorgt voor de tijdige aanwezigheid van de juiste spelerspassen en zorgt dat deze retour komen
- Vult het wedstrijdformulier in
- Woont de wedstrijdbespreking bij
- Probeert de teamgeest/teamspirit te verbeteren.
- Houdt oog voor eventuele (sociale) problemen bij individuele spelers (ziek, thuissituatie, afzondering van de groep, agressief gedragen enz.). Hij voert hier gesprekken over en meldt e.e.a. eventueel bij de jeugdcoördinator
- Aanvragen van oefenwedstrijden bij eigen vereniging en/of met andere verenigingen
- Problemen voorkomen en oplossen naar aanleiding van de indelingen en calamiteiten bij wedstrijden
- Zorgen voor voldoende vervoer bij uit wedstrijden
- Coachen van het team op wedstrijddagen
- Vertegenwoordigt Be Quick

### 3. Omgangs- en gedragsregels voor jeugdspelers

- a. Iedere speler dient zich correct te gedragen tegen over medespelers, tegenstanders, scheidsrechters, leiders, trainer en publiek. Voetballen is een teamsport, waarbij we allemaal op elkaar aangewezen zijn en dus ook wel eens fouten kunnen maken. Dit betekent dat er geen onnodig en/of beledigend commentaar op de leiding wordt gegeven.

Vecht - en scheldpartijen (w.o. vloeken), discriminerend en pestgedrag worden niet getolereerd op het sportcomplex, niet tijdens wedstrijden, niet tijdens trainingen en niet tijdens de overige verblijftijd op het sportcomplex.

- b. Van de spelers wordt een positieve instelling verwacht. Voor de spelers gaat het om winnen, maar zeker ook om plezier. Sportiviteit is een begrip dat Be Quick belangrijk vindt. We gaan voor de winst, maar verliezen en teleurstellingen horen nu eenmaal bij de sport.
- c. Iedere speler behoort op tijd op de training en bij de wedstrijden te zijn. Bij de wedstrijden op de aangegeven tijd door de leider. Spelers die regelmatig te laat komen staan niet in de basisopstelling. Wanneer een speler niet kan trainen, moet hij zich afmelden bij de trainer, zodat de trainer weet hoeveel jongens c.q. meisjes hij kan verwachten.
- d. Iedere speler dient er voor te zorgen dat zijn / haar tenue in goede staat verkeerd en tevens dat de schoenen goed onderhouden zijn. Sponsor kleding mag alleen tijdens wedstrijden worden gedragen, dus niet op de training of voor privé gebruik!
- e. Iedere speler behoort zich te houden aan de indeling van de kleedkamer. De spelers dienen zich te gedragen vóór of na wedstrijd of training. Rommel in de afvalbakken gooien en na het douchen met een trekker zowel de douches als de vloer van de kleedkamer schoonmaken. Het aanstellen van een wekelijkse corveeploeg door de trainer of de leider is een aanrader.
- f. Goede verzorging en hygiëne is belangrijk. Dat houdt bijvoorbeeld in: douchen na de training en de wedstrijd is verplicht. Sta niet te lang onder de douche, want ook bij de club kost warm water geld. Tijdens het omkleden en douchen is het dragen van badslippers aan te bevelen.
- g. Het dragen van sieraden tijdens training en wedstrijd is verboden. Ze kunnen een gevaar zijn voor jezelf en anderen.
- h. Het is aan te bevelen om kort voor de training of wedstrijd geen volledige warme maaltijd te eten. Een lichte maaltijd is voldoende. Nuttig geen snoep, chips of vette snacks voor trainingen en wedstrijden en in de pauze van wedstrijden.

- i. Het dragen van scheenbeschermers is verplicht, ook op de training. Het voorkomt vervelende blessures aan het onderbeen.
- j. Kan een speler wegens ziekte of anderszins niet aanwezig zijn, dan dient de speler zich tijdig af te melden bij de trainer of de leider. Zij kunnen dan tijdig de nodige maatregelen treffen.
- k. Als een speler problemen heeft met zijn medespeler(s), leiders of trainers, dan is het verstandig om dit in eerste instantie te proberen om zelf op te lossen. Lukt dat niet dan kan er contact worden opgenomen met de jeugdcoördinator. Wacht niet te lang om problemen bespreekbaar te maken.
- l. Spelers die te vaak conflicteren met de gedragsregels zullen hier op worden aangesproken c.q. disciplinair door de club worden gestraft. Boetes i.v.m. tuchtstraffen door de KNVB zijn in principe voor rekening van de speler zelf.

Nogmaals gedrag en omvang is belangrijk. Van de leiders en trainers verwachten wij een positieve manier van benadering naar spelers toe. Binnen een teamsport is dat zeer belangrijk: “goed gedaan” werkt honderd keer beter dan “slecht gedaan”. Zeggen dat iets fout is, is makkelijk, aangeven hoe het vervolgens wel moet is belangrijker voor kinderen die iets willen leren.

De leiders en trainers zullen op deze manier proberen het spel en de spelers zodanig te beïnvloeden dat zowel het team als de individuele speler in dat team beter wordt.

Het streven moet er op gericht zijn om er echte teams van te maken, met elkaar trainen, voetballen en eventueel eens iets organiseren.

Ook van de ouders wordt verwacht zij zich positief opstellen. Het opjutten van de kinderen, bemoeien met de teamleiding of kritiek uiten op scheidsrechters zijn zaken die niet thuishoren op voetbalvelden. Het is een taak van een ieder om hier op te letten en scherp op te zijn en de club zal het waarderen dat we elkaar daar op blijven aanspreken.

#### **4. Gedragscode leden m.b.t. gesponsorde kleding en of artikelen**

- a) Het aantrekken van sponsors en het onderhouden van contacten met de sponsors gebeurt door de sponsorcommissie.
- b) De sponsorcommissie is verantwoording verschuldigd aan het bestuur.
- c) Alle soorten en vormen van sponsoring dienen overlegd te worden met de sponsorcommissie. Hieronder valt ook sponsoring in de vorm van het beschikbaar stellen van geld of goederen voor bepaalde acties in de vereniging zoals loterij, bingoavonden, draaiend rad, feestavonden etc.
- d) Wanneer kleding en of andere artikelen gesponsord zijn door een bedrijf c.q. particulieren t.b.v. een team, is het niet toegestaan om zonder toestemming van de sponsorcommissie daar enige wijziging of aanvulling in aan te brengen.
- e) Namen van nieuwe sponsors en alle nieuwe vormen van sponsoring dienen aan de sponsorcommissie te worden voorgelegd. Pas na verkregen toestemming kan gebruik worden gemaakt van deze sponsor of sponsorvorm.
- f) Van de leden wordt verwacht dat er zorgvuldig wordt omgegaan met het door sponsoren en/of vereniging verstrekte kleding c.q. materialen. Bij geconstateerd onzorgvuldig gedrag kan een vergoeding aan de leden worden gevraagd.
- g) Van de leiders van een team wordt verwacht dat ze, waar mogelijk, toezicht houden op een zorgvuldig gebruik door de leden van hun team van de onder punt f. genoemde zaken.
- h) Leiders dienen attent te zijn op inname van gesponsorde kleding of artikelen bij vertrek van leden, of bij overgang van leden naar een ander team.
- i) De sponsorcommissie gaat er vanuit dat ouders zullen toezien op een juist gebruik van de onder punt f. genoemde zaken.

## 5. Praktische informatie voor leiders en trainers

(vastgesteld in jeugdbestuur op 16 november 2009)

Omdat er binnen de verschillende groepen veel leiders en trainers zijn, vooral bij de F- en E-pupillen, is het voor de coördinator lastig iedereen volledig van alle relevante informatie te voorzien. Om dit te ondervangen volgt onderstaand informatie m.b.t.:

- taken van de leider;
- belangrijke (organisatorische) punten waar leiders en trainers mee te maken (kunnen) krijgen.

### Taken van de leider:

- is contactpersoon voor de spelers en vooral voor de ouders;
- zorgt dat alle spelers en ouders tijdig van de nodige informatie worden voorzien;
- is aanwezig bij de wedstrijden om het team te begeleiden;
- zorgt voor coaching en de wissels tijdens de wedstrijden;
- zorgt dat het speelschema voor aanvang seizoen bij de spelers/ouders ligt (met rij- en wasbeurten etc.);
- regelt het vervoer naar uitwedstrijden (middels een rijschema);
- regelt het wassen van de shirts (middels een wasschema);
- ontvangt bij thuiswedstrijden de tegenpartij en wijst hen de kleedkamer en het speelveld;
- regelt dat beide teams drinken krijgen in de rust;
- regelt na afloop van de wedstrijd het invullen van het wedstrijdformulier;
- regelt koffie voor de leider van de tegenpartij;
- regelt indien mogelijk een vaste scheidsrechter voor het team;
- is verantwoordelijk voor de materialen als de leiderstas met inhoud en de coachjas; de leiderstas blijft altijd in het bezit van de leider en bevat: 1x keepershirt, 9x veldshirt, 2x wedstrijdbal in net, waterzak met bidon en spons, verbandtrommel, aanvoerdersband en scheidsrechtersfluitje;
- levert na het seizoen de materialen weer in bij de coördinator;
- communiceert met de coördinator (wanneer er belangrijke zaken spelen in het team);
- heeft contact met de trainer m.b.t. voetbaltechnische zaken;
- heeft bij interne uitwisseling van een speler altijd overleg/contact met de leider van het team waarin deze speler speelt;
- heeft aan het einde van het seizoen met de andere leiders van de desbetreffende groep (bijv. F-pup.) onder leiding van de coördinator een bijeenkomst waarin o.a. wensen (van spelers/ouders) m.b.t. indelingen en leiders- en trainersenschappen etc. voor het volgende seizoen worden besproken. Tevens wordt het afgelopen seizoen geëvalueerd. Eventueel kan er gedurende het seizoen een bijeenkomst worden belegd.
- M.b.t. indelingen voor de selectie- en schaduwteams is bovenvermelde niet van toepassing. Hier geldt dat de Technische Staf (TS) met indelingsadviezen komt naar het Jeugdbestuur.
- heeft contact met en informeert op verzoek de scouts die wedstrijden bezoeken.

Onderstaand volgen **belangrijke (organisatorische) punten** voor leiders en trainers, dit mede als aanvulling op zaken die beschreven staan in het bewaarnummer van de “Coach” en zaken die in de “kick-off meeting” voor aanvang van ieder seizoen worden besproken.

- Voor actuele informatie m.b.t. wedstrijden, bijvoorbeeld verandering van aanvangstijd of afgelastingen, kijk regelmatig, maar vooral vrijdagavond of zaterdagmorgen vóór de wedstrijd, op teletekst pag. 615 van Omrop Fryslân. Via de site [www.bequickdokkum.nl](http://www.bequickdokkum.nl) kan hier ook naar toe worden geklikt. Wijs ook de ouders hierop zodat zij zelf ook op de hoogte zijn.
- Als je een wedstrijd wilt verplaatsen, bijv. i.v.m. te weinig spelers, neem dan contact op met de wedstrijdsecretaris.
- Als je een oefenwedstrijd wilt regelen, ook intern, dan altijd vóóraf contact opnemen met wedstrijdsecretaris i.v.m. veld- en boxindeling.
- Is er een uitwedstrijd naar een eiland gepland dan vóóraf contact opnemen met de penningmeester.
- Wanneer Geel-Wit Ameland de tegenstander is dan kun je met de streekbus op het eiland naar de sportvelden. Overige clubs halen je van de boot; dit moet je regelen met de leider van de tegenpartij. Ook als je thuis speelt tegen de eilanders dan regelen om hen af te halen van de boot.
- Bij een thuiswedstrijd ligt het wedstrijdformulier met een consumptiekaart in de commissiekamer. Na invullen en ondertekening het doordrukvel meegeven aan de tegenstander. Het origineel doe je in de brievenbus in de hal. Doelpuntenmakers achterop het formulier vermelden i.v.m. bijhouden van topscoorders binnen de club. Bij een uitwedstrijd is dit van toepassing op het doordrukvel wat je meekrijgt. Is er geen doordrukvel aanwezig dan graag mailen naar degene die de doelpuntenmakers binnen de club bijhoudt.
- Met de consumptiekaart kan voor de leiders (jezelf en van de tegenstander), koffie gehaald worden in de kantine.
- Wordt een wedstrijd gespeeld en de kantine is niet open, dan ligt het wedstrijdformulier en drinken voor de spelers in scheidsrechtersbox 1.
- Hoewel ook in de leiderstas aanwezig, is er ook een EHBO-doos aanwezig in het ballenhok en de scheidsrechtersboxen.
- Een AED hangt in de commissiekamer. Voor het bereiken van het AED-toestel uit de commissiekamer, mag door het alarm worden gelopen.
- Bij verlies of beschadiging van materiaal dit doorgeven aan de coördinator. Die regelt nieuw materiaal.
- Drinken in de rust kan gehaald worden aan de achterkant van de kantine bij de keuken/kleedkamers. Bel indrukken naast de deur waarna een medewerker van de kantine komt. Naast je eigen team ook tegenstander en scheidsrechter voorzien van drinken.
- Hoewel in principe de scheidsrechtercoördinator een scheidsrechter regelt, is het handig voor jezelf en je team om zelf een vaste scheidsrechter te regelen. Het bespaart de scheidsrechtercoördinator veel geregeld en je weet wat je aan deze persoon hebt. Vaste scheidsrechters melden aan de coördinator.
- De sleutel (sleutelbos) voor het ballenhok etc. dient de trainer die als eerste op een dag traint af te halen bij de kantinebeheerder. Wanneer dit meerdere trainers betreft dan onderling afstemmen wie de sleutelbos haalt. De sleutelbos blijft de hele avond op de plank liggen meteen links naast de deur als je het ballenhok instapt. De laatste trainer gooit de sleutelbos door de brievenbus van de kantinebeheerder of geeft ze af in de kantine. Dit is

eveneens van toepassing voor leiders wanneer er bijvoorbeeld een (oefen) wedstrijd geregeld is en er niet door andere teams wordt getraind.

- Aan de hierboven vermelde sleutelbos hangen o.a. ook de sleutel van de voordeur/hoofdingang, commissiekamer, het slot van het hek naar de velden 2 en 3 enz.
- Elke trainer krijgt de beschikking over ballen en hesjes die in de ballenbakken liggen van het ballenhok. Het sleuteltje van een ballenbak dient de trainer te regelen met W. Bakker die hiervoor (en voor de indeling van de oefenhoek) het schema beheert. Overige materialen als pionnen e.d. liggen vooraan in het ballenhok waar ook een luchtpomp aanwezig is om (wedstrijd)ballen op te pompen.
- Ballen uit de ballenbak zijn alleen bedoeld voor de trainingen en mogen dus niet meegenomen worden naar de wedstrijden of anderszins worden gebruikt.
- Verlichting oefenhoek en hoofdveld: voordeur/hoofdingang openen met de sleutel aan de sleutelbos. Meteen rechts van de deur bevindt zich de meterkast (bruine deuren te openen met dezelfde sleutel als de voordeur/hoofdingang) waar de schakelaars van de verlichting van de oefenhoek en het hoofdveld staan aangegeven. Betreffende schakelaars per helft van het veld omduwen om in werking te stellen. Niet door klapdeur lopen i.v.m. alarm.
- Indien er beslist geen ruimte is op de oefenhoek dan is het toegestaan te trainen op een ander door de wedstrijdsecretaris aangewezen veld.
- Op goede vrijdag wordt er net als op andere christelijke feestdagen niet getraind. Ook op dank- en biddag voor gewas en arbeid vanaf 18:00 uur niet meer trainen.
- Mede omdat de club beschikt over kunstgras wordt geadviseerd in de winterstop zo lang als het weer dit toelaat te trainen (tot half december en half/eind januari weer starten, dit in onderling overleg tussen leider en trainer).

## 6. Implementatieplan

Om uitvoering te kunnen geven aan het jeugdbeleidsplan dienen de personele en materiële randvoorwaardelijke faciliteiten in orde te zijn. De financiële middelen zijn voorsnog beperkt. Dit betekent dat het een groeimodel is. Op de korte termijn kan invulling worden gegeven aan het jeugdbeleidsplan zij het dat voor de techniektrainingen, die “extra” worden aangeboden, een kostendekkende bijdrage zal worden gevraagd. Voor de lange termijn wordt gestreefd naar het creëren van meer financiële middelen om het jeugdbeleidsplan te kunnen uitvoeren. De sponsorcommissie zal actief op zoek gaan naar een (hoofd)sponsor voor de jeugdafdeling van Be Quick.

| Randvoorwaarden                 | Uitvoering/actie   | Wie          | Gewenste datum gereed |
|---------------------------------|--|--------------|-----------------------|
| Aanstellen Hoofd Jeugdopleiding | <p>Vooralsnog eerst zoeken naar iemand binnen de club.</p> <p>Mogelijkheid in duo waarbij een verdeling plaatsvindt van de taken c.q. leeftijdscategorieën</p> <p>HJO is tevens voorzitter TC. Bij aanstelling van twee wordt voorzitter benoemd door jeugdbestuur.</p> <p>Technische commissie zal bestaan uit één of twee betaalde krachten en twee vrijwilligers.</p>   | Henk en Anne | Eind juli             |
| Techniektrainingen (pilot)      | <p>Organiseren techniektrainingen op de vrijdagavond van 17.00 – 19.00 uur voor F-E-D pupillen (voor de F-pupillen alleen de spelers die in de externe competitie spelen).</p> <p>NB: indien er geen interne F-competitie wordt gespeeld dan is ook deelname mogelijk voor deze categorie</p> <p>Techniektrainingen worden door Be Quick extra op vrijwillige basis en kostendekkend aangeboden. Extra trainingen buiten de reguliere clubtrainingen</p> |              |                       |

|                |  |   |  |
|----------------|--|---|--|
|                | <p>om.</p> <p>Zoeken naar trainers en assistenten. Persoonlijk benaderen.</p> <p>Bijeenkomst organiseren (kaderavond)</p> <p>Cursus techniektraining</p> <p>Communiceren naar spelers via leiders en website (inschrijfformulier uitdelen c.q. elektronisch beschikbaar)</p> <p>Definitieve deelnemerslijst vaststellen en groepen indelen</p> <p>Programma ontwikkelen (oefeningen)</p> <p>Materialen regelen als pionnen, evt. hesjes en ballen. Iedere speler krijgt een bal. De kosten van de bal zit in de prijs inbegrepen.</p> <p>Uitvoering 8 technieklessen in het najaar</p> <p>Evalueren en beslissen of pilot vervolg krijgt in het voorjaar. (evaluatieformulier ontwikkelen en uitzetten bij ouders en trainers)</p> | <p>TC (Johan)</p> <p>Jeugdbestuur</p> <p>TC</p> <p>Pieter</p> <p>TC</p> <p>TC</p> <p>Pieter (i.o.m. Piet)</p> <p>TC</p> | <p>augustus</p> <p>23/8</p> <p>6/9,13/9,4/10</p> <p>30/8</p> <p>15/9</p> <p>30/8 – 13/9</p> <p>16/9</p> <p>8/10, 15/10, 22/10, 29/10, 5/11.12/11, 19/11, 26/11</p> <p>Begin dec.</p> |
| Scholing kader | <p>3 cursusavonden voor alle jeugdtrainers en trainers en assistenten die de techniektrainingen verzorgen.</p> <p>Interne scholing/voorlichting verzorgt door HJO c.q. TC</p> <p>Jaarlijks één trainer opleiden tot KNVB Oefenmeester 3 met een verplichting om</p>  | <p>TC</p> <p>TC</p>   | <p>6/9, 13,9, 4/10</p>   |

|                                       |   |                   |                     |
|---------------------------------------|---|-------------------|---------------------|
|                                       | zich minimaal 3 jaar te verbinden aan de club.  | TC                |                     |
| Investeren in spelersvolgsysteem      | Voorlopig "houtje touwtje" systeem in Excel handhaven<br>Eventueel mogelijkheid onderzoeken om systeem enigszins robuuster te maken.<br>Eisen en wensen inventariseren en uitzetten als stageopdracht bij de NHL. | TC                |                     |
| Op orde brengen materialen            | Materialen updaten conform verzoek technische commissie.<br>Materialen bestellen die benodigd zijn voor uitvoeren techniektrainingen (o.a. voldoende speedladders)  | TC i.o.m. Bestuur |                     |
| Harmoniseren beloningsbeleid trainers | Opstellen nieuw beloningsbeleid<br>Invoering nieuw beloningsbeleid m.i.v. seizoen 2011 - 2012   | Bestuur           | In de loop van 2010 |