



Jeugdvoetbalbeleidsplan

2025-2030

Versie: 1.2

Datum: 22 mei 2026



Inhoud

Voorwoord	4
Wie we (willen) zijn.....	5
Wie zijn we nu?	5
Waar willen we heen?	6
Doelstellingen.....	6
Organisatie	8
Organogram.....	8
Faciliteiten.....	9
Jaarplanning	11
Visie op voetbal en de opleiding.....	12
Spelidentiteit	12
Speelwijze aan de hand van spelprincipes.....	12
Opleidingsvisie	14
Train-de-trainer	16
Hermes Academy.....	16
Samenstelling teams	18
Teamindeling	18
Nieuwe spelers: 2 stoplichten	19
Doorstroming.....	19
Invalbeurten	20
Tussentijdse (definitieve) overplaatsing.....	21
Technische uitvoering	22
Integraal perspectief.....	22
Onderbouw	22
Middenbouw.....	24
Bovenbouw.....	25
Sjachie's Techniek Trainingen.....	27
Bijlage 1: Jaarkalender	28
Bijlage 2: disciplinair beleid	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Voorkomende situaties en regels	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Sancties JO7 t/m JO11	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Sancties JO13	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.
Sancties JO14 t/m JO19	Fout! Bladwijzer niet gedefinieerd.





Voorwoord

C.&F.C. Hermes-D.V.S. is een omnivereniging met een rijk verleden. Een verleden wat nog altijd doorklinkt binnen de club en waar we een nieuw hoofdstuk aan toe gaan voegen voor de komende jaren. In een landschap met veel clubs om ons heen in Schiedam en Vlaardingen is het van belang om ons te onderscheiden met een goede voetbalopleiding waarmee we niet alleen onze aantrekkingskracht verbeteren, maar ook direct meebouwen aan het toekomstig succes van het vlaggenschip van de vereniging: het Eerste voetbalelftal.

Dit jeugdvoetbalbeleidsplan biedt alle betrokkenen houvast voor de komende jaren op organisatorisch en voetbalinhoudelijk vlak. Gebaseerd op de ervaringsjaren van het vorige beleidsplan, met de blik op de toekomst.

Met dit plan willen we vaststellen wie we (willen) zijn en wat we willen bereiken, gedurende een periode van 5 jaar. Het plan is echter een momentopname, het jeugdkader blijft ontwikkelingen op de voet volgen om te kunnen verbeteren waar mogelijk en waar nodig.

Namens het jeugdvoetbalbestuur van C.&F.C. Hermes-D.V.S.,

Hoofd Jeugdopleiding



Wie we (willen) zijn

Voordat we een plan maken voor het beleid binnen het jeugdvoetbal is het van belang om naar onszelf te kijken: wie we (willen) zijn en wat we willen bereiken. Dan hebben we het over het bepalen van de missie (nu) en de visie (toekomst). Met een strategie bepalen we hoe we dat toekomstbeeld werkelijkheid willen laten worden.

Wie zijn we nu?

Hermes is een club zoals er velen zijn: meer dan voldoende leden, een kerngroep van vrijwilligers met het DNA van de vereniging dat zich vol overgave inzet, financieel gezond, een prima accommodatie en tal van initiatieven om (delen van) de club te verbeteren. Ogenschijnlijk zonder een integraal plan om het grotere geheel in beeld te houden en daarop te sturen.

Op dit moment heeft de (voetbaltak van de) vereniging de grenzen bereikt van de groei, na onstuimige groei in de afgelopen jaren door woningbouw rondom het sportcomplex. Het is moeilijk om voldoende kader bij elkaar te krijgen voor de uitvoering van de opleiding en het ontbreekt de vereniging aan voldoende velden en kleedkamers. Dat betekent dat er wachtlijsten zijn ontstaan in vrijwel alle leeftijdsgroepen.

Qua competitieniveau doet de vereniging het regionaal gezien prima. Niet geweldig, maar ook zeker niet onder de maat. Met veel selectieteams in de 1^{ste} klasse is er voldaan aan de doelstellingen van het vorige beleidsplan (periode 2019-2024). Met regelmaat worden er spelers door andere clubs gescout, een compliment voor onze opleiding.

Met een set aan breed uitgedragen gedragsregels zorgen we er samen voor dat iedereen zich welkom en thuis voelt bij de club. We hebben het over **de '10 van Hermes'**:

1. Wij gebruiken geen fysiek en verbaal geweld bij het sporten, langs de lijn of in het clubhuis
2. Wij accepteren de beslissingen van de scheidsrechter
3. Wij blijven sportief; onsportieve tegenstanders zijn geen excuus
4. Wij gaan respectvol met de spullen van de club om
5. Wij branden sporters niet af wanneer ze verliezen
6. Wij geven ieder gelijke kansen om lid van Hermes-D.V.S. te worden
7. Wij accepteren dat leden ook andere interesses hebben dan sporten bij Hermes-D.V.S.
8. Wij spannen ons in om in het Nederlands met elkaar te communiceren
9. Wij accepteren dat ons lidmaatschap naast rechten ook plichten kent
10. Wanneer we van iets of iemand last hebben kaarten we dat bij de betrokken(en) aan: we gaan niet roddelen

Kijkende naar de vereniging van nu, dan zou het volgende geformuleerd kunnen worden als **missie** die past bij de gang van zaken:

We bieden kinderen uit Schiedam en omstreken een veilige plek om op een leuke en goede manier voetbal te leren spelen met daarbij ruimte voor talenten om te excelleren.



Waar willen we heen?

Een gezonde vereniging is een ambitieuze vereniging. Een vereniging die in beweging is en zich continu wil ontwikkelen. Dat wat we van onze sporters verwachten, dragen we op die manier ook zelf uit. De kant die we op willen bewegen leggen we vast in een **visie**:

Wij zijn een vereniging waar we kinderen leren voetballen en vrijwilligers leren om bijvoorbeeld training te geven. In een plezierige omgeving krijgt eenieder de ruimte om zich te ontwikkelen. Door het aanbrengen van variatie in de niveaus waarop training wordt aangeboden, kunnen recreatie en prestatie hand-in-hand gaan.

We willen, met behoud van de identiteit van de vereniging, meer nadruk leggen op het – in alle breedte – ontwikkelen van onze leden en vrijwilligers. Kijkende naar het startpunt (de missie) en naar ons doel (de visie) dan hebben we een **strategie** nodig om dat te bereiken.

We leiden trainers op die op hun beurt spelers opleiden. Die spelers worden weer trainer. We halen zo min mogelijk trainers en spelers van buiten. Zij die van buiten komen worden geselecteerd op hun potentie om bij het karakter van de vereniging te passen.

Ondersteunend aan die strategie gaan we doelstellingen definiëren die ons helpen om uitvoering te geven aan de strategie en die ervoor zorgen dat we kunnen evalueren in hoeverre we de goede richting op gaan.

Doelstellingen

Wanneer we doelen stellen om iets te bereiken, dan is het belangrijk dat ieder van die doelen SMART is:

- Specifiek
- Meetbaar
- Acceptabel
- Realistisch
- Tijdgebonden

Kijkende naar onze missie, visie en strategie formuleren we de volgende doelen:

- 1) Binnen 1 jaar is er een Train-de-trainer programma opgezet, erop gericht om eigen vrijwilligers te enthousiasmeren en op te leiden, als voorbereiding op het doen van een KNVB-cursus.
- 2) Binnen 1 jaar is er een Hermes Voetbalschool opgericht waar de jeugd tot 13 jaar uitgedaagd wordt om zichzelf verder te verbeteren op voetbaltechnisch gebied.
- 3) Binnen 2 jaar is 50% van de assistent-trainers van de JO11, JO9, JO7 en Smurfen afkomstig uit de eigen jeugd (JO16 en ouder). Daarmee houden we rekening met motivatie en gedeeltelijke afwezigheid vanwege schoolverplichtingen.
- 4) Binnen 2 jaar wordt bij alle selectiespelers vanaf de JO13 een gesprekscyclus afgenomen, door de eigen trainer.



- 5) Binnen 5 jaar heeft iedere sectie vanaf de JO11 een prestatieve selectie van 2 teams, op 1^{ste} klasse niveau.
- 6) Binnen 5 jaar zet 100% van de oudere jeugd (JO16 en ouder) zich op een manier in voor de vereniging: voetbalinhoudelijk of organisatorisch – in alle breedte.

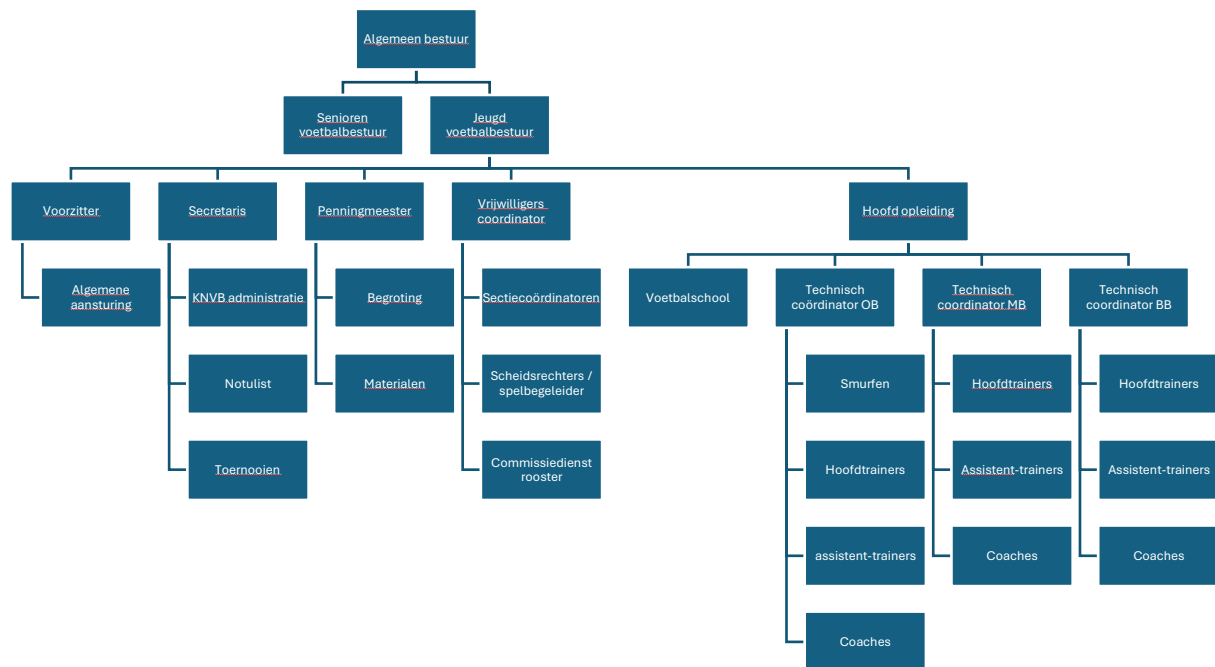


Organisatie

Nadat we hebben bepaald wie we (willen) zijn is het, om stappen te kunnen maken, van belang om de vereniging in kaart te brengen. Hoe de vereniging is georganiseerd, is dan het startpunt. Welke functies onderscheiden we, welke taken horen er bij die functies en hoe werken ze samen. Aansluitend komen de faciliteiten en een jaarplanning aan bod.

Organogram

In het onderstaande organogram is de wenselijke situatie weergegeven voor het Jeugdvoetbalbestuur. Een 5-koppig bestuur dat de verantwoordelijkheid draagt voor het reilen en zeilen van de jeugdvoetbalopleiding. Het Hoofd Jeugdopleiding vertegenwoordigt de technische kant, de overige leden zorgen voor de (rand)voorwaarden.



Technische Commissie

Het Hoofd Jeugdopleiding vormt samen met de technisch coördinatoren de Technische Commissie. De opleiding is opgedeeld in drie lagen, te weten de boven-, midden- en de onderbouw. Iedere laag heeft een eigen technisch coördinator die verantwoordelijkheid draagt voor de betrokken secties. De lagen zien er als volgt uit:

Laag	Secties
Bovenbouw	JO19 - JO17 (incl JO16)



Middenbouw	JO15 (incl JO14) - JO13 (incl JO12)
Onderbouw	JO11 - JO7, Smurfen

Sectie-coördinatoren

Iedere leeftijdsgroep heeft een sectie-coördinator. Deze persoon ondersteunt de technische staf door diverse taken op zich te nemen.

- Bereikbaarheid en zichtbaarheid tijdens trainingsavonden, eerste aanspreekpunt voor ouders voor wat betreft alle niet-technische zaken
- Aanmaken (uiterlijk 1 juli) en beheer app groepen (ouders/spelers en trainers)
- Beheer teams in Sportlink, inclusief foto's spelers
- In alle benodigheden voorzien tijdens doordeweekse wedstrijden (kleedkamers, drinken, vlaggen, ontvangst partijen, etc)
- Bijhouden ledenlijst van eigen sectie, inclusief doorgifte van lijst aan Technische Commissie.
- Bemiddelen in conflictsituaties, rapporteren aan Jeugdbestuur indien nodig.
- Opstellen schema inzet ouders voor vlaggen of spelbegeleiding
- Proeftrainers en nieuwe lidmaatschappen begeleiden
- Beschikbare kleding uitgeven en uitgegeven kleding innemen

Trainers

We beogen om voor alle trainingsgroepen 2 trainers per team te hebben, dat is leuker en wel zo makkelijk met het oog op afmeldingen. Alle trainers dienen bekend te zijn bij het Hoofd Jeugdopleiding en kunnen pas op het veld een rol spelen na een gesprek. Trainers zonder diploma worden geacht deel te nemen aan het train-de-trainer-programma.

Wanneer een trainer toetreedt tot de technische staf zorgt de vereniging voor de juiste kleding, een clubpas met bijbehorende vergoeding en wordt de trainer verwacht aanwezig te zijn conform de gemaakte afspraken en alleen in uitzonderlijke gevallen, tijdig, af te zeggen.

Voor alle trainers dient een VOG te worden aangevraagd.

Faciliteiten

Bij het organiseren van een jeugdvoetbalopleiding horen diverse (rand)voorwaarden die direct van invloed zijn op de kwaliteit van de opleiding. Door deze faciliteiten zo optimaal mogelijk in te richten wordt een belangrijke basis gelegd voor het goed functioneren van de opleiding en dus het zo goed mogelijk opleiden van voetballers.

Gebouwen

Het hebben van een clubgebouw met voldoende kleedkamers is het minimum. Daarnaast is er behoefte aan overlegruimte(s) en opslag van materialen. De toegankelijkheid tot de gebouwen en ruimtes is van belang: hoe zorg je ervoor dat betrokkenen toegang hebben tot hun spullen of ruimtes die ze nodig hebben.

Begin 2025 concluderen we dat er 3 overlegruimtes zijn (bestuurskamer, receptieruimte, 'hok boven'), die wisselen in toegankelijkheid en de inrichting. Het aantal kleedkamers is niet



voldoende; één van de factoren die verdere groei van de vereniging tegenhoudt. Voor materialen wordt gewerkt met cijfersloten, een systeem dat succesvol lijkt voor het bieden van toegang aan de benodigde mensen. Het gebouw zelf ziet er goed en biedt een representatieve ervaring. De bezetting om het gebouw ook echt open te hebben is vervolgens wel problematisch, te weinig barpersoneel leidt ertoe dat het clubhuis soms ongewenst dicht is.

De vereniging moet ook oog hebben voor een veilige situatie op het sportcomplex. In toenemende mate is er sprake van incidenten op sportparken. Zeker in donkere uren op relatief stille momenten.

Velden

De beschikking hebben over voldoende trainingsvelden is een belangrijke eis voor het goed uit kunnen voeren van het Jeugdvoetbalbeleidsplan. We hanteren als stelregel dat een prestatieve selectie (2 teams, 28 à 32 man) binnen een leeftijdsgroep de beschikking moet hebben over een heel veld (vanaf JO13), terwijl overige teams (2, max 3) uit de voeten kunnen met een half veld, omdat de training daar anders ingestoken wordt én omdat de ervaring leert dat het aantal spelers per team lager ligt op de training. Met deze stelregel kunnen we besluiten om selecties van aangrenzende secties te combineren op 1 veld, zolang er maar 1 prestatief team in een sectie is.

Behalve trainingen moeten de wedstrijden ook gespeeld kunnen worden. Het aantal in te schrijven teams is dus afhankelijk van de veldcapaciteit op wedstrijddagen. Waarbij we ons continu moeten realiseren dat we de breedte (kwantiteit) nodig hebben, om de diepte (kwaliteit) in te kunnen gaan.

We houden bij het indelen van teams op velden rekening met alle leden. Dus prestatieve teams hebben op specifieke velden geen voorrang ten opzichte van recreatieve teams.

Materialen

Iedere leeftijdsgroep moet de beschikking hebben over voldoende hesjes, hoedjes, doelen, ballen en eventuele andere gewenste trainingsmaterialen. Het Jeugdvoetbalbestuur is verantwoordelijk voor de inkoop van de materialen, op aangeven van de Technische Commissie.

Een voor de opleiding prettige bijkomstigheid is de beschikbaarheid van een video-analysestelsel. Waar wel nog behoefte aan is, is een vrijwilliger die de opnames kan maken en de technische staf kan helpen bij het bekijken van die beelden. Bij het ontbreken van die vrijwilliger betrekken we hoofdtrainers erbij, zodat ze het zelfstandig in kunnen zetten. Altijd in overleg. Overige teams moeten hier ook eenmaal per jaar gebruik van kunnen maken.

Er is in het verleden besloten om alle spelers vanaf de JO13 te voorzien van een trainingspak en een tas. Het wedstrijdtenue daarentegen moet door spelers zelf aangeschaft worden. In de nabije toekomst gaat het mogelijk worden dat er volledige tassen voor teams ter beschikking worden gesteld met daarin voldoende tenues en mogelijk winterjassen voor wissels. Dat geeft sponsors ook de gelegenheid om daar financieel bij te steunen. Bovendien creëren we daarmee weer de mogelijkheid om met rugnummers te spelen: een vereiste van de KNVB én een stimulans voor spelers.

De complete technische staf wordt ook voorzien van kleding, waarbij de Technische Commissie en de hoofdtrainers pakken op naam (en functie) krijgen.



Jaarplanning

Het is de taak van de technische leiding om jaarlijks, gebaseerd op de speeldagenkalender, een jaarplanning op te stellen. Met deze planning zorgen we voor duidelijkheid gedurende het gehele seizoen wanneer er (niet) getraind wordt, wanneer er ruimte is voor toernooien, wanneer activiteiten plaats (kunnen) vinden en wanneer er bijvoorbeeld gestart wordt met doorstroming naar een volgende leeftijdsgroep. Ook ouderavonden en periodieke trainersbijeenkomsten komen op de jaarkalender. En tot slot, ook de evaluatie van het beleidsplan moet jaarlijks op die agenda komen te staan.

Activiteiten

Voor een levendige en aantrekkelijke vereniging is het van belang dat er regelmatig activiteiten worden georganiseerd, waar alle spelers aan deel kunnen nemen. Dat kan een strandtraining zijn, een feest(je) of een toernooi. Ook moet er aandacht zijn voor teamuitjes. Op de jaarplanning dienen deze activiteiten ook te worden opgenomen. De zichtbaarheid en ruchtbaarheid die wordt gegeven aan de georganiseerde evenementen is van belang: we moeten niet vergeten om daar aandacht aan te besteden. Het is reclame voor de vereniging.

Het actief deelnemen aan of organiseren van toernooien en oefenwedstrijden is daarnaast een belangrijk onderdeel van de voetbalontwikkeling. We beogen dat zoveel mogelijk teams in competitievrije weekends vriendschappelijke wedstrijden kunnen spelen en dat ieder team aan een of meerdere toernooien deelneemt gedurende het seizoen.

Het aanstellen van een coördinator, of een bestuurslid, die activiteiten voor zijn/haar rekening neemt is van belang voor de continuïteit van de jaarplanning. Dat geldt ook voor een verantwoordelijke op het gebied van oefenwedstrijden en toernooien.

Een voorbeeld van een jaarkalender is als bijlage opgenomen, een sjabloon waarmee jaarlijks een nieuwe jaarplanning kan worden opgesteld.

Aanpassingen speelschema voorkomen

Als vereniging ontkom je er niet aan om in geval van nood wedstrijden te verplaatsen. We streven er echter naar om deze verplaatsingen zoveel mogelijk te voorkomen. Dat betekent dat we van spelers verwachten dat ze op wedstrijddagen beschikbaar zijn en dat teams voorzien zijn van minimaal 3 wisselerspelers.



Visie op voetbal en de opleiding

Om richting te geven aan de technische, inhoudelijke kant van onze voetbalopleiding is het belangrijk om te benoemen welke visie wij hebben op het voetbalspel en op de manier waarop we denken dat we de spelers het beste kunnen opleiden.

Een belangrijk onderdeel van die visie is dat we door de gehele opleiding identieke speelwijze aanhouden. Dus 2-1-2, 3-3-1 en 4-3-3.

Spelidentiteit

Het allerbelangrijkste onderdeel van het spel is **winnen** in combinatie met een stuk **spelvreugde**. Dat doen we met attractief spel met een **hoge intensiteit**, waarbij spelers **initiatief** durven nemen om aanvallend ingestelde keuzes te maken. Daarin willen we ook dominant spel met en zonder de bal laten zien, waarbij spelers met en zonder bal continu in **beweging** zijn, als onderdeel van het **team**. Het spel wordt met elkaar gespeeld, eenieder kent zijn eigen rol en ondersteunt en corrigeert elkaar waar nodig. Verdedigen, aanvallen of omschakelen: we doen het altijd met zijn **allen**.

Samengevat is onze spelidentiteit:

1. Spelen met spelvreugde
2. Spelen om te winnen
3. Spelen op een attractieve wijze
4. Spelen met een hoge intensiteit
5. Spelen op een dominante wijze met en zonder de bal
6. Spelen met veel beweging zonder bal
7. Spelen als een team

Deze identiteit bereiken we alleen samen, daarom zijn teamafspraken essentieel. Die afspraken gaan niet alleen over taken in het veld, maar ook over hoe we omgaan met elkaar, de materialen en de regels die er zijn. In de bijlage is een overzicht van belangrijke afspraken opgenomen, voor spelers en technische staf.

Speelwijze aan de hand van spelprincipes

Nu het spel op een bepaalde wijze altijd herkenbaar is door onze spelidentiteit, gaan we de spelprincipes beschrijven. Dit geeft de basis waarbinnen trainers zich kunnen bewegen. Iedereen hanteert deze spelprincipes, waardoor er geen verschillen ontstaan binnen de opleiding over de opvatting van het spel.

We vertalen deze visie naar 14 **basisprincipes** voor ons spel:

Aanvallen

1. Diepte voor breedte



2. Derde-man-situaties benutten
3. Hoog baltempo
4. Loopacties achter de laatste lijn van de tegenstander
5. Opbouwen via de as van het veld

Omschakeling van aanval naar verdediging

6. Direct druk op de bal bij balverlies (3-seconden-regel)
7. Zo snel mogelijk onder de bal komen

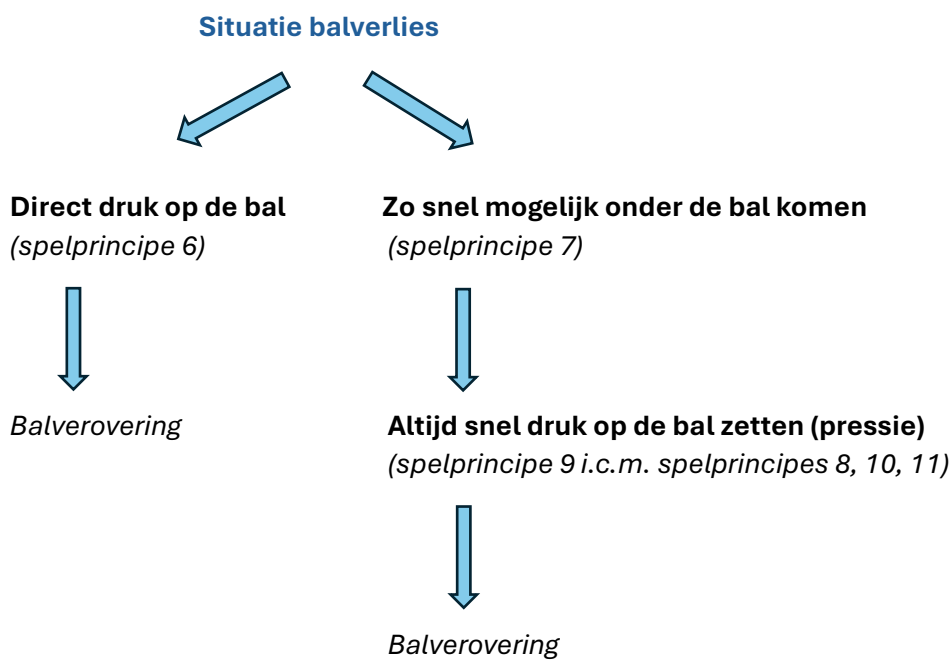
Verdedigen

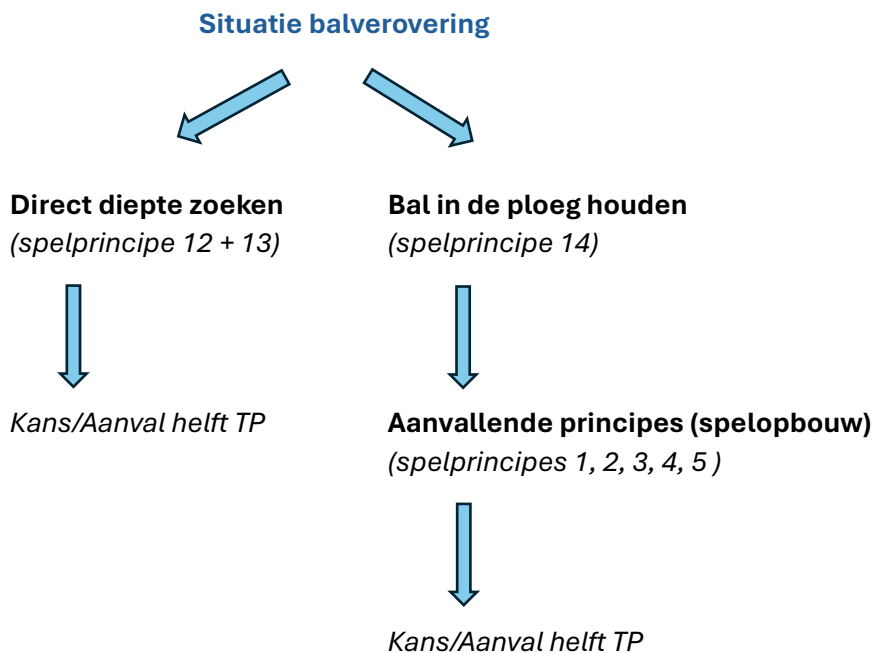
8. Klein houden van het speelveld, zowel in de breedte als diepte
9. Altijd druk zetten op de bal (pressie)
10. Iedereen doet mee met verdedigen
11. Zone verdediging toepassen waar mogelijk

Omschakelen van verdediging naar aanval

12. Waar mogelijk direct diepte zoeken
13. Bal in de ploeg houden als diepte niet direct mogelijk is
14. Loopactie aan contrazijde

Visueel komen deze spelprincipes op onderstaande wijze tot uiting:





Opleidingsvisie

Onze visie op voetbal moeten we vertalen naar de opleiding: hoe zorgen we ervoor dat die visie zichtbaar wordt in de opleiding? Daar is een opleidingsvisie voor. We geven er richting mee aan en helpen de betrokken mensen om de visie op voetbal te vertalen naar het veld. Binnen de opleidingsvisie benoemen we daarnaast onze benadering voor de individuele ontwikkeling, in de vorm van ontwikkelgesprekken.

Het woord “jeugdopleiding” zegt het al, eenieder die bij de jeugd betrokken is moet zich ervan bewust zijn dat we aan het opleiden zijn. Net als dat er les op school gegeven wordt. De jeugdspelers moeten op een dusdanige manier training krijgen dat zij zich ontwikkelen in het voetbalspel.

In onze opleidingsvisie hanteren we de volgende **uitgangspunten**:

- *Iedere speler volgt een eigen ontwikkel-pad*
Spelers verschillen niet alleen in de snelheid waarmee ze zich ontwikkelen, ook de richting is voor iedereen anders. De een wordt die stervoetballer in de selectie, de ander is een gangmaker bij een recreatief seniorenelftal. Voor hen en iedereen ertussen willen we een ontwikkel-pad bieden.
- *Voetbal leer je door te voetballen*
We onderschrijven het belang van het voetballen om het spel te leren. Daarmee zeggen we 1) dat iedere speler recht heeft op eenzelfde hoeveelheid speeltijd en 2) dat bij een training de nadruk hoort te liggen op het voetballen. Voor het opbouwen van de conditie en/of kracht is de voetbaltraining niet primair voor bedoeld.
- *Vrijheid geven (en krijgen) om zelf keuzes te maken*



In onze opleiding geven we spelers de ruimte en vrijheid om zich te ontwikkelen, dus ook om zelf keuzes te maken. Een verkeerde inschatting of actie is geen fout, maar een ontwikkelmoment.

- *Plezier helpt het leerproces te versnellen*
Een speler die plezier heeft zal sneller ontwikkelen. We hanteren daarom een positieve benadering onderling en zorgen voor spelplezier op alle momenten dat we bezig zijn met de opleiding.
- *Techniek boven tactiek*
Een goede technische basis is voorwaardelijk voor het bezig kunnen zijn met tactiek. We zetten alles op alles om voetballers de juiste technische vaardigheden bij te brengen, zodat de mogelijkheid ontstaat om ook voetbaltactisch op te leiden.

Ontwikkelgesprekken

Ontwikkelgesprekken zijn bedoeld als reflectiemoment, niet als beoordeling. Door te reflecteren help je de voetballer om te schakelen van onbewust naar bewust leren voetballen. In die bewustwording neem je ook mee dat de speler meer kennis krijgt van zijn eigen kwaliteiten waardoor die beter benut kunnen worden.

Vanaf JO13 worden alle selectiespelers betrokken in de gesprekscyclus. Dat betekent dat de trainer 3 keer per jaar een gesprek met alle spelers van zijn team voert. Voor het voeren van die gesprekken is een model beschikbaar van de KNVB. Deze gesprekken worden gedomineerd door de speler: hij/zij draagt de inhoud aan. Het karakter is altijd informeel van aard, maar niet facultatief.

Van het drietal gesprekken dat gevoerd wordt binnen de cyclus, is de eerste direct bij aanvang van het seizoen. De nadruk ligt dan op het creëren van een relatie tussen speler en trainer. Het tweede gesprek vindt rond de herfstvakantie plaats, waarbij de eerste trainingsmaanden stof tot nadenken geven ten aanzien van de ontwikkeling. Het derde en laatste gesprek in maart, waarbij de nadruk meer ligt op wat het huidige seizoen gebracht heeft voor de ontwikkeling en wat er volgend seizoen in het verschiet ligt.

Om deze gesprekscyclus te faciliteren en om de ontwikkeling van spelers door de jaren heen te monitoren willen we een spelervolgsysteem introduceren.

Coaching

Naast de training is coaching tijdens wedstrijden ook onderdeel van de opleiding. We vinden het belangrijk dat alle coaches op een positieve manier de spelers benaderen, met ruimte voor constructieve feedback op het spel uiteraard. Dat laatste is tijdens de wedstrijd niet gewenst. Daarnaast onderstrepen we het belang van eenduidige taal in de coaching, door de gehele opleiding. We kiezen ervoor om het voetbalwoordenboek van de KNVB aan te houden, te zien op:

<https://www.knvb.nl/assist-trainers/training-wedstrijd-en-team/betekenis/voetbalwoordenboek-rinus>

Een specifiek onderdeel van coaching is het wisselbeleid. We verwachten dat de onderbouw doorwisselt op basis van een tijdschema. Daarmee komen alle spelers aan gelijke speeltijd. In



de midden- en bovenbouw is gelijke speeltijd van ondergeschikt belang, maar wordt er nog altijd verwacht dat alle voetballers in staat worden gesteld om minimaal één derde van een wedstrijd te spelen. Lukt dat herhaaldelijk niet, dan moet de betreffende speler speelminuten krijgen bij een ander team.

Elftal O23 – Jong Hermes

Ieder seizoen worden er minimaal 4 wedstrijden ingepland (opgenomen in de jaarkalender) om te kunnen spelen met een O23 elftal, ook wel Jong Hermes. Dit elftal dient als 'ontwikkelteam' voor getalenteerde spelers van O17 en O19. Aangevuld met selectiespelers.

Het is de bedoeling om oudere jeugdspelers alvast te laten wennen aan het seniorenvoetbal en de stap richting de senioren-selectie op sociaal en fysiek vlak zodoende kleiner te maken.

De speelwijze van het elftal is gebaseerd op de voetbalvisie van het jeugdvoetbal, in lijn met dit plan. Het elftal wordt altijd samengesteld uit 16 spelers (14 spelers + 2 keepers). Zij worden geselecteerd op basis van leeftijd en positie.

De technische staf van het team bestaat uit:

- Trainer: Hoofd Jeugdopleiding
- Assistant-trainer: O19 trainer
- Teammanager: van Eerste of Tweede
- Grensrechter: van Eerste of Tweede
- Verzorger van Eerste (enkel bij thuiswedstrijden)

Train-de-trainer

Kijkende naar de strategie willen we hoog inzetten op het activeren en enthousiasmeren van jeugdspelers vanaf de JO16 om hen te betrekken bij de jeugdopleiding. Daarmee willen we een complete generatie aan trainers aanboren die we, als ze als voetballer plezier in het spel behouden, lang aan ons kunnen binden.

We willen graag gediplomeerde trainers in de opleiding. We bieden alle trainers de mogelijkheid om deel te nemen aan een KNVB-cursus. Naast de KNVB-cursussen gaan we periodiek bijeenkomsten organiseren met externe trainers/deskundigen die onze eigen trainers gaan bijscholen in het trainersvak. Niet gericht op diplomering, wel om de technische staf te inspireren en te helpen om de opleidingsvisie in de praktijk te brengen.

Deze train-de-trainer bijeenkomsten worden opgenomen in de jaarplanning. Minimaal 3 keer per jaar. Eventueel kunnen nieuwe trainers ook doornemen aan de zogeheten instapavonden die de KNVB organiseert.

Hermes Academy

We zien een voetbalschool als een goede aanvulling op onze reguliere opleiding en willen daarom de Hermes Academy oprichten. Niet alleen geven we daarmee leergierige leden een kans om zich extra te ontwikkelen, we creëren er ook aantrekkingskracht mee. Maatschappelijk gezien is een



Voetbalschool een uiting van een al langer aanwezige trend, namelijk de ambitie die in veel huishoudens leeft om vol op voetbal in te zetten als belangrijke ontwikkelbron in het leven. Tot slot genereert een Voetbalschool ook aanvullende inkomsten.

Een Voetbalschool helpt dus de eigen leden te ontwikkelen, maar ook om nieuwe leden aan ons te binden. Nieuwe leden die vaak al op een ontwikkelspoor in het voetballen zitten en kwaliteit meebrengen.

Om een Voetbalschool levensvatbaar op te zetten zijn er (veel) goed onderlegde trainers nodig, die samen een groep van ongeveer 25 voetballers kunnen prikkelen en uitdagen in een traject dat door de spelers als extra ontwikkeling wordt gezien. Er mag dus extra geëist worden. Behalve de trainers moet er uiteraard ook ruimte op de velden zijn.



Samenstelling teams

Het verdelen van de spelers over de jeugdopleiding begint bij de leeftijd. Daarnaast spelen diverse factoren een rol bij het indelen van de teams, het doorstromen van spelers en het aannemen van nieuwe speler.

Teamindeling

Bij de visie op voetbal en de opleiding hoort óók de manier waarop de teams samengesteld worden en hoe dynamisch die samenstelling is of mag zijn. Trainers en spelers (en ouders) hebben behoefte aan duidelijkheid over de manier en momenten waarop teams ingedeeld worden. Tijdens de ouderavonden wordt dit uitgelegd. Voor alle teams geldt dat we streven naar een minimum van 3 wisselerspelers.

Selectie versus recreatie

Wij kiezen ervoor om 2 selectieteams per sectie te formeren, wanneer er 4 elftallen zijn, we vallen terug op 1 selectieteam als er minder elftallen zijn. In deze selectieteams komen spelers die daarvoor geschikt worden geacht op basis van technische, tactische en mentale aspecten en het naleven van gedragsregels. Bij deze teams ligt de nadruk meer op ontwikkeling en prestatie, dan op recreatie.

Het is bij **selectieteams** niet vanzelfsprekend dat de samenstelling van teams wekelijks c.q. het gehele seizoen gelijk is. Spelers kunnen op basis van het behaalde spelniveau in combinatie met hun ontwikkeling van team wisselen als de trainers dit noodzakelijk achten. Voorkomen moet worden om spelers te 'degraderen' na de winterstop. Het is noodzakelijk dat de trainers van de selectieteams deze methode onderschrijven, uitdragen naar hun spelers en positief en constructief met elkaar samenwerken.

In de **recreatieve** teams komen spelers die niet zijn geselecteerd voor de selectie(team)s. Bij de indeling van deze overige teams wordt, na indeling op niveau, vooral gekeken naar het behalen van de benodigde aantallen per team. Voor deze teams kan ook een overweging gemaakt worden ten bate van onderlinge vriendschappen.

Deze regels over de teamindeling geven geen ruimte voor garanties: gespeeld in een team in jaar 1 geeft geen garantie op indeling in dat team in jaar 2.

Indelen van spelers

Indeling start met leeftijd, we houden spelers van leeftijdsgroepen zoveel mogelijk bij elkaar. Dispensatie wordt beperkt tot spelers die vanwege hun fysieke kenmerken niet meekomen met hun eigen leeftijdsgroep. Kwaliteit van spelers staat binnen de secties vervolgens voorop bij het indelen. Die kwaliteit wordt bepaald door:

- Technische vaardigheden
- Tactische vaardigheid
- Lichaamsbouw en -verzorging



- Mentaliteit, instelling, gedrag en persoonlijkheid

Het bepalen van de indeling gebeurt altijd in overleg tussen trainers en Technische Commissie. Specifiek bij O12 en jonger worden indelingen per fase gemaakt.

Nieuwe spelers: 2 stoplichten

Het aannemen van nieuwe spelers is een essentieel onderdeel van de visie op de opleiding. We willen selectief zijn in de personen die lid worden en onderdeel gaan uitmaken van de opleiding. Daarmee vergroten we de kwaliteit van het ledenbestand, niet alleen in voetbaltechnisch opzicht, maar ook in de mate waarin leden bij onze club passen.

Wanneer nieuwe spelers zich melden bij de club (bij medespelers, trainers, bestuur, etc) worden deze uitgenodigd door de sectiecoördinator om 4 keer mee te trainen in de leeftijdscategorie waartoe ze behoren. Een proeftraject kan alleen op gezette momenten in het jaar, te weten tot de herfstvakantie, januari en mei/juni.

Tijdens de proefperiode hebben de betrokken trainers en de desbetreffende Technisch Coördinator als taak om de proefspeler te beoordelen op diens kwaliteiten. Na afloop van de proefperiode wordt een afweging gemaakt door de Technische Commissie of de speler van toegevoegde waarde is voor de opleiding (licht 1). Vervolgens vindt er ook een gesprek plaats tussen de sectiecoördinator en de proefspeler met een ouder om duidelijkheid te krijgen over de mate waarin de speler bij de vereniging past en men bereid is om vrijwilligerstaken uit te voeren (licht 2). Wanneer beide lichten op groen staat kan de proefspeler lid worden, op dat moment wordt direct het inschrijfformulier ingevuld en ondertekend (niet digitaal).

Indien er sprake is van een wachtlijst willen we te allen tijde de mogelijkheid openhouden om iemand toch lid te maken als beide lichten op groen staan én de Technische Commissie er een aanbeveling toe uitgeeft.

Doorstroming

We spreken over doorstroming van spelers wanneer zij van hun eigen sectie 'omhoog' bewegen, door het meedoen tijdens trainingen of wedstrijden met als doel om de ontwikkeling van de speler te bevorderen. We hebben het over invalbeurten als er ergens een tekort is wat opgevuld moet worden.

Meetrainen

Na de winterstop wordt er een roulatieschema gehanteerd waarin daartoe geschikte spelers worden opgenomen die dan met een leeftijdscategorie hoger mee gaan trainen (eenmaal per x weken). Het schema wordt door de Technische Commissie gemaakt, in overleg met de hoofdtrainers.

Doorstroming

Vanwege leeftijd vindt er bij een seizoenswissel altijd doorstroming plaats van de ene leeftijdscategorie naar de ander. Aangezien dat op basis van geboortedatum gaat is dit een



simpele procedure. Aan het begin van ieder seizoen wordt daarom opnieuw naar de samenstelling van de teams gekeken. Dit is tevens opgenomen in de jaarplanning.

Specifiek voor doorstromende JO11-spelers worden er oefenwedstrijden georganiseerd om deze spelers te laten wennen aan het spel op een heel veld.

Aan het eind van een lopend seizoen (april / mei) is het trainers toegestaan, in onderling overleg, om gesprekjes te voeren met spelers om zodoende een beeld te krijgen van het spelersmateriaal waar de trainers het volgende seizoen mee te maken krijgen.

Instroom jeugd naar senioren

Ieder jaar stromen er spelers uit de opleiding door naar de senioren. Voor de een zal het de selectie zijn, de ander wil wellicht in een recreatief elftal mee gaan doen. Over deze instroom van jeugdspelers naar de senioren wordt beslist in overleg tussen:

- HJo
- Hoofdtrainer O19;
- Technisch aanspreekpunt senioren
- Hoofdtrainer (Eerste)
- Afgevaardigde seniorenvoetbal (overige senioren elftallen)

Er worden afspraken gemaakt over de teamindeling van de spelers, de begeleiding van de overgang naar de senioren en de communicatie met de betreffende spelers. Er wordt naar gestreefd het volgende tijdschema aan te houden (conform jaarplanning):

- Januari: inventarisatie jeugdspelers die naar senioren doorstromen
- Maart: overleg tussen eerder genoemde partijen
- April: Communicatie naar betreffende spelers
 - o In het eerste jaar als senior worden twee evaluatiemomenten gepland om zo een goede overgang te waarborgen en spelers niet te verliezen voor de club.

Invalbeurten

Het selecteren van spelers voor invalbeurten tijdens wedstrijden van andere teams wordt als volgt geregeld:

- Binnen de jeugd:
 - o Het is van belang dat de gastspeler voldoende speelminuten krijgt én dat zijn invalbeurt niet ten koste gaat van andere spelers.
 - o Zolang het binnen dezelfde leeftijdscategorie gebeurt, dragen de trainers daar onderling zorg voor.
 - o Wanneer er over een leeftijdscategorie heen geschoven moet worden, speelt de Technisch Coördinator van de desbetreffende een centrale rol. De vragende sectie geeft aan welke posities opgevuld moeten worden, de leverende sectie kan dan kijken welke spelers in aanmerking komen.
- Van jeugd naar senioren:



- In geval van het Eerste mag de hoofdtrainer bepalen welke jeugdspelers hij eventueel in wil zetten. Hij dient dat tijdig aan te vragen bij het Hoofd Jeugdopleiding.
- Voor de overige senioren elftallen is de goedkeuring van Hoofd Jeugdopleiding en de betrokken trainer vereist. Er dient minimaal een kwart wedstrijd aan speeltijd worden toegekend aan de jeugdspeler.

Tussentijdse (definitieve) overplaatsing

Tot slot bestaat er een mogelijkheid om een speler gedurende het seizoen definitief over te plaatsen naar een ander team. Daarvoor gelden de volgende factoren:

- De Technische Commissie en de betrokken trainers kunnen een voorstel doen om een speler tijdens het seizoen definitief over te plaatsen naar een hoger of lager team.
- Dit voorstel wordt besproken tussen de Technische Commissie, de trainer en de coördinator. Als zij er samen niet uit komen beslist het Hoofd Jeugdopleiding en diens beslissing is bindend.
- Bij de beslissing wordt rekening gehouden met de volgende aandachtspunten:
 - persoonlijke voetbalontwikkeling en mentaliteit van de speler;
 - gevolgen voor de betreffende teams v.w.b.:
 - aantal spelers per team;
 - andere speler niet minder speeltijd hierdoor
 - beoordelen alternatieven;
 - ruilen van spelers;
 - vanuit meer teams spelers doorschuiven;
 - het tijdstip van overplaatsen;
 - informeren van speler en ouders, teams en overige betrokkenen.

Het is goed om te realiseren dat het ontwikkelen van een speler plaatsvindt door hem te prikkelen, door net iets meer te vragen dan hij aan kan. Voor alle spelers geldt daarom het volgende:

1. Trainen op eigen niveau
2. Uitblinken op eigen niveau
3. 1 keer per week meetrainen met een hoger team
4. Trainen en spelen bij een hoger team



Technische uitvoering

We hebben in het vorige hoofdstuk stilgestaan bij de visie op voetbal en de visie op de voetbalopleiding. Deze componenten vertalen we naar de praktijk van het voetbalveld aan de hand van de Technische Uitvoering. Om te beginnen met een integraal perspectief, maar aansluitend ook specifiek voor de 3 lagen van de opleiding, de onder-, midden- en bovenbouw.

Integraal perspectief

De speelwijze van het team en alle individuele voetbalhandelingen van de spelers bepaalt de manier waarop deze teamtaken worden uitgevoerd. Dit zijn voetbalhandelingen met en zonder bal zoals passen, dribbelen, schieten en vrijlopen. Maar ook het dekken van je tegenstander, afjagen en het veroveren van de bal. De kwaliteit van deze voetbalhandelingen worden bepaald door het spelinzicht van de individuele speler en zijn afstemming en communicatie met de rest van het team en dat allemaal ten opzichte van zijn tegenstanders. Daarnaast moeten de voetballers de voetbalhandelingen de gehele wedstrijd kunnen volhouden en dus beschikken over een goede voetbalconditie, altijd beter willen worden en om kunnen omgaan met tegenslagen en/of succes is een onderdeel van het ontwikkelen van voetballers.

In de volgende paragrafen behandelen we de taken en leerdoelen per leeftijdscategorie.

Onderbouw

In de onderbouw kennen we een aantal leeftijdsfasen met hun bijbehorende leerdoel:

- **Smurfen / O7:** Leren beheersen van de bal
- **O8 / O9:** Doelgericht leren handelen met de bal
- **O10 / O11:** Leren samen doelgericht te spelen

Elke speler krijgt de kans om in de jongste jeugd (t/m O11) zich te ontwikkelen op elke positie op het veld. Hierin moeten de trainer/coaches dus ook een actieve rol vervullen om spelers op meerdere posities uit te proberen, zonder het resultaat mee te nemen als overweging.

Smurfen / O7

In deze leeftijd is het de bedoeling dat spelers spelenderwijs hun vaardigheden met de bal proberen te verbeteren. Op een leuke en vooral enthousiasmerende manier training geven is hierin van belang in combinatie met op jonge kinderen gerichte spellen als tikkertje etc. Door deze spelvormen raken kinderen zich ook bewust van andere spelers in het team. Door rust, regelmaat, herhaling en structuur weten kinderen wat er van ze verwacht wordt. Dit zorgt voor vertrouwen en stimuleert het leren voetballen. De focus ligt op plezier in voetbal en niet op stress of onzekerheid.

De smurfengroep (tot 6 jaar) traint 1x per week op de zaterdagochtend. De O7 speelt elke zaterdag in klein wedstrijdverband een 4-tegen-4 toernooi, waarbij er ook minimaal eenmaal per week getraind wordt. In de tweede seizoenshelft kunnen de O7 spelers aansluiten bij de O8. Dit moet



de trainer goed in de gaten houden omdat kinderen soms het plezier verliezen door het gebrek aan doorgroei.

O8 / O9

In deze leeftijdsgroep wordt er doelgericht gewerkt aan het leren van de basisvaardigheden van het spel, zoals dribbelen op de verschillende manieren, het aannemen van bal en het passen en schieten. De Sjakie's techniektrainingen worden gebruikt als basis voor het eigen maken van de handelingen. De inhoud van deze Sjakie's techniektrainingen wordt in het volgende hoofdstuk toegelicht.

Kinderen moet op alle posities voetballen (keeper in de spits, spits in het doel), winst gaat daarnaast hand-in-hand met plezier. Prestatie mag best, maar is van ondergeschikt belang. Door trainingen en wedstrijd goed voor te bereiden weten alle betrokkenen (spelers én trainers/coaches) wat ze moeten doen. Met duidelijke regels voor iedereen is het makkelijker om het leuk te houden voor iedereen.

Er wordt twee keer per week – minimaal 60 minuten effectief - met elkaar getraind. Daarbij is de trainingsopbouw telkens als volgt:

- [5 min] Starten met warming-up d.m.v. loopcoördinatie oefeningen, oefenen met een bal of tikspelletje
- [5 min] Indelen van de 3 groepjes (op basis van niveau) per onderdeel
- [5 x 10 of 4 x 12 min] 5 of 4 onderdelen in circuit-model
- [5 min] Elke training wordt met elkaar afgesloten door te herhalen als groep wat ze geleerd hebben en wat ze als leuk hebben ervaren!

O10 / O11

In deze leeftijdscategorie ligt de focus op het starten van het samenspelen. Verder wordt er voortgeborduurd op de periode van het verder verfijnen van de technische vaardigheden met de bal en wordt er actief gestart met de voetbalhandelingen passen, aannemen en harder leren schieten.

De oefeningen kunnen veelal vergelijkbaar zijn aan de Sjakie techniekvormen, maar worden wel uitgebreid naar een 2-tegen-2 tot maximaal 4-tegen-4 vormen. Hierin wordt er dus actief een beroep gedaan op het ontwikkelen van het met elkaar spelen en wordt er gestart met de eerste kleine positiespellen, 3-tegen-1, 4-tegen-1 en 4-tegen-2.

Iedere speler krijgt de kans om in de jongste jeugd (t/m O11) zich te ontwikkelen op elke positie op het veld. Hierin moeten de trainers/coaches dus ook een actieve rol vervullen om spelers op meerdere posities uit te proberen, zonder het resultaat mee te nemen als overweging.

Er wordt twee keer per week – minimaal 60 minuten effectief - met elkaar getraind. Daarbij is de trainingsopbouw telkens als volgt:

- [5 min] Starten met warming-up d.m.v. loopcoördinatie oefeningen, oefenen met een bal of tikspelletje
- [5 min] Indelen van de 3 groepjes (op basis van niveau) per onderdeel
- [3 x 15 min] 3 onderdelen in circuit-model
 - o Onderdeel 1: Technische oefenvorm



- Onderdeel 2: Klein positiespel of pass-trapvorm
- Onderdeel 3: Kleine partijvorm (diverse varianten)
- [5 min] Elke training wordt met elkaar afgesloten door te herhalen als groep wat ze geleerd hebben en wat ze als leuk hebben ervaren!

Middenbouw

In de middenbouw kennen we een aantal leeftijdsfasen met hun bijbehorende leerdoel:

- **O12 / O13:** Leren spelen vanuit een basistaak
- **O14 / O15:** Afstemmen van basistaken binnen een team

O12 / O13

In deze leeftijdscategorie maken de spelers en het team een grote transformatie door. De spelers gaan van de basisschool naar de middelbare school, maar de spelers gaan ook van een half speelveld naar een volwassen speelruimte (11-tegen-11).

Vaste posities beginnen in beeld te komen en we oefenen met deze leeftijdsgroep voor het spelen vanuit hun basistaak. De eerste basisprincipes vanuit hun positie moeten gedurende deze periode helder worden. Naast de basisprincipes van het veld groot maken, klein maken ect. is het mogelijk in deze leeftijdsgroep de spelers in een vaste formatie neer te zetten en hiermee te oefenen in een grotere ruimte.

De positiespellen met het gehele team, herhalen van technische oefeningen, grotere pass-trapvormen en grotere partijvormen zijn een belangrijk onderdeel binnen deze leeftijdsgroep, waarbij ook de beginnende spelprincipes echt een onderdeel van de trainingen / wedstrijden dienen te worden.

Er wordt twee keer per week – 75 minuten - getraind met elkaar. Daarbij is de trainingsopbouw telkens als volgt:

- [5 min] Indelen van diverse groepen
- [10 min] Starten met warming-up (loopcoördinatie vormen)
- [3 x 20 min] 3 oefenvormen
 - Onderdeel 1: Technische oefenvorm of Pass-trapvorm (let op weerstand)
 - Onderdeel 2: Oefenvorm positiespel of partijvorm met focus op 1 van de spelprincipes
 - Onderdeel 3: Oefenvorm in de vorm van een partijvorm
- [5 min] Elke training wordt met elkaar afgesloten door te herhalen als groep wat ze geleerd hebben en wat ze als leuk hebben ervaren!

O14 / O15

In deze leeftijdscategorie maken de spelers vaak een grote groeispurt en kunnen de meeste spelers ondertussen spelen vanuit een vaste en simpele basistaak op een groot veld. Ze weten daarnaast beter positie te houden en gaan in de komende 2 jaar verder met het samenwerken per linie. De basistaken worden nu onderling per linie beter afgestemd.



Vanaf deze leeftijd wordt er periodiek aandacht besteed aan afzonderlijke posities. Dus roulerend extra aandacht aan de verdedigers, middenvelders en aanvallers.

Net als bij de O12 / O13 leeftijd, worden de positiespellen gespeeld met het gehele team en herhalen we soms wat technische oefeningen (minder nadruk). Grotere pass-trapvormen en grotere partijvormen zijn een belangrijk onderdeel binnen deze leeftijdsgroep, waarbij ook de spelprincipes nu meer de focus gaan krijgen binnen de trainingen/wedstrijden.

Er wordt twee keer per week – 75 minuten - getraind met elkaar. Daarbij is de trainingsopbouw telkens als volgt:

- [10 min] Starten met warming-up (loopcoördinatie vormen)
- [3 x 20 min] 3 oefenvormen
 - o Onderdeel 1: Technische oefenvorm of Pass-trapvorm (let op weerstand)
 - o Onderdeel 2: Oefenvorm positiespel of partijvorm met focus op 1 van de spelprincipes
 - o Onderdeel 3: Oefenvorm in de vorm van een partijvorm
- [5 min] Elke training wordt met elkaar afgesloten door te herhalen als groep wat ze geleerd hebben en wat ze als leuk hebben ervaren!

Bovenbouw

In de bovenbouw kennen we een aantal leeftijdsfasen met hun bijbehorende leerdoel:

- **O16 / O17:** Spelen als een team
- **O19:** Presteren als team

O16 / O17

In deze leeftijdsgroep ligt de focus op de verdere verfijning van de technische uitvoering van de spelprincipes en het ontwikkelen van de tactische uitvoering van de speelwijze. Daartoe moeten de linies nu beter onderling kunnen samenwerken.

Er is in deze leeftijdscategorie tevens de uitdaging van het managen van spelers die kiezen voor prestatief voetballen of recreatief voetballen of geheel stoppen met voetbal in verband met andere interesses. Het is dus van belang de ontwikkeling samen te laten gaan met een stuk plezier en presteren of recreatief spelen.

We verwachten verder dat de meeste spelprincipes ook nu weer aangehaald worden, waarbij de speelwijze ontwikkeling verder wordt verfijnd. De spelers kunnen beter omgaan met nieuwe tactische uitdagingen en krijgen hiervan juist vaak een boost qua teamspirit.

Er wordt twee keer per week – 75 minuten - getraind met elkaar. Daarbij is de trainingsopbouw telkens als volgt:

- [10 min] Starten met warming-up (loop-/ kracht- / coördinatievormen)
- [3 x 20 min] 3 oefenvormen
 - o Onderdeel 1: Oefenvorm met positiespel of Pass-trapvorm (let op weerstand).
 - *Er mogen ook spelvormen met een competitie-element in zitten om zo sfeer verhogende stimulans te geven aan het team.*



- Onderdeel 2: Oefenvorm met focus op 1 van de spelprincipes
- Onderdeel 3: Oefenvorm in de vorm van een partijvorm (toepassen van onderdeel 2)
- [5 min] Elke training wordt met elkaar afgesloten door te herhalen als groep wat ze geleerd hebben en wat ze als leuk hebben ervaren!

O19

In deze oudste leeftijdsgroep ligt de focus op de verdere verfijning van de technische en vooral tactische uitvoering van de spelprincipes en mag er gesproken worden dat de teams echt spelen om te winnen!

Daarnaast moeten ze worden klaargestoomd voor het seniorenvoetbal. Voetbalconditie en het langer volhouden van de handelingen is echt een essentieel onderdeel geworden van het spel.

Er wordt twee keer per week – 75 a 90 minuten - getraind met elkaar. Daarbij is de trainingsopbouw telkens als volgt:

- [15 min] Starten met warming-up (loop-/ kracht- / coördinatievormen)
- [3 x 20 min] 3 oefenvormen
 - Onderdeel 1: Oefenvorm met positiespel of Pass-trapvorm (let op weerstand).
 - *Er mogen ook spelvormen met een competitie-element in zitten om zo sfeer verhogende stimulans te geven aan het team.*
 - Onderdeel 2: Oefenvorm met focus op 1 van de spelprincipes
 - Onderdeel 3: Oefenvorm in de vorm van een partijvorm (toepassen van onderdeel 2)
- [5 min] Elke training wordt met elkaar afgesloten door te herhalen als groep wat ze geleerd hebben en wat ze als leuk hebben ervaren! (5min)



Sjakie's Techniek Trainingen

Speciaal voor de onderbouw, waarin we het belang van de balbeheersing onderstrepen, hebben we het model van Sjakie's Techniek Trainingen ontworpen.

Algemene uitleg

Een hele goede technische basis zal de kinderen de mogelijkheid geven om baas te worden over de bal en niet andersom. Met deze 'basis' aan techniekvormen zal er een betere basistechniek ontwikkeld worden, wat als hoofddoel bij deze leeftijdsgroepen geldt.

Er wordt gewerkt in blokken van 6 weken. In deze blokken worden 2 vastgestelde voetbalhandelingen als basis genomen, bijvoorbeeld: 'Dribbelen' en 'Aannemen van de bal'. In de eerste twee weken wordt de eerste voetbalhandeling door diverse oefenvormen uitgevoerd. In week 3 en 4 wordt de tweede voetbalhandeling uitgevoerd in allerlei oefenvormen. In de laatste twee weken worden diverse oefenvormen herhaald.

Twee keer per jaar wordt er op een vrije zaterdagochtend of -middag een 'toets' afgelegd door de spelers waarbij ze de geleerde techniek van de 6 weken trainingen in de praktijk moeten laten zien, zij kunnen hier dan een prachtig Sjakie's Techniek diploma mee verdienen. Deze ochtend of middag is feestelijk aangekleed met na afloop een hapje en een drankje. De jury zal bestaan uit trainers van andere groepen of selectiespelers. Alle jeugdspelertjes zullen hun uitvoering op deze ochtend doen en ze 'slagen' allemaal. Wel wordt er kritisch gekeken naar de ontwikkeling van spelers tijdens en naar aanleiding van deze ochtend.

Sjakie's techniektrainingen in het kort

1. Trainen in blokken van 6 weken waarin 2 voetbalhandelingen centraal staan
(Schoolvakanties worden niet meegerekend in deze 6 weken)
2. In week 1, 2, 3 en 4 (8 trainingen) – de 2 specifieke voetbalhandelingen trainen
3. In week 5 en 6 – herhalen van de trainingen
4. Volgende blok start na de vakantieperiode (of de Techniekdag)

De voetbalhandelingen die worden aangeleerd tijdens de Sjakie techniekdagen:

- Blok 1
 - o Voetbalhandeling 1: **Dribbelen**
 - o Voetbalhandeling 2: **Aannemen-/meenemen van de bal**
- Blok 2:
 - o Voetbalhandeling 1: **Passen**
 - o Voetbalhandeling 2: **Passeren**
- Blok 3:
 - o Voetbalhandeling 1: **Schieten**
 - o Voetbalhandeling 2: **Kapbewegingen**



Bijlage 1: Jaarkalender

Onderstaand schema wordt ieder jaar opnieuw ingevuld aan de hand van de speeldagenkalender van de KNVB (oranje gekleurd). Op basis daarvan kunnen de oefenwedstrijden en toernooien ingepland worden. **Ook Sjakie's techniektraining kan dan vastgesteld worden.**

JUL	Wat	Verantwoordelijk
	GEEN TRAINING	Trainers
AUG	Wat	Verantwoordelijk
	SEIZOENSSTART (Selectiedagen?)	ActivCom
	Uitgifte kleding	Coördinatoren
	Ontwikkelgesprek 1	Trainers
	Teamindelingen O12 en lager (plan ook herzieningen per fase)	TC en trainers
30	Speelronde (1 ^e fase start pupillen)	
SEP	Wat	Verantwoordelijk
	Team-/spelerfotografie	?
	Ouderavonden	Coördinatoren
	Trainersavond 1 i.c.m. train-de-trainer 1	TechCom
	Instructie-avonden (vlaggen/coachen)	TechCom
6	Speelronde (1 ^e fase start junioren)	
OKT	Wat	Verantwoordelijk
	TOT HERFSTVAKANTIE MEETRAINERS WELKOM	
	Trainersevaluaties 1	TechCom
	Wedstrijd O23	HJo
NOV	Wat	Verantwoordelijk
	Ontwikkelgesprek 2	Trainers
	Trainersavond 2	TechCom
	Wedstrijd O23	HJo
DEC	Wat	Verantwoordelijk
	Train-de-trainer 2	TechCom
	Kerstvakantie: geen training	Trainers
JAN	Wat	Verantwoordelijk
	IN JANUARI MEETRAINERS WELKOM	
	Kerstvakantie: geen training	Trainers
	Hervatting na de winterstop	ActivCom
	Evalueren beleidsplan	Jeugdbestuur
	Starten doorstroming in rotatie	TechCom
	Spelers- en trainersbezetting volgend seizoen	TechCom
FEB	Wat	Verantwoordelijk



	Jaarkalender opstellen volgend seizoen	HJo
	Trainersavond 3 i.c.m. trainersevaluaties 2	TechCom
	Wedstrijd O23	HJo
MRT	Wat	Verantwoordelijk
	Kledingplan volgend seizoen	Jeugdbestuur
	Materiaalplan volgend seizoen	TechCom
	Ontwikkelgesprek 3	Trainers
	Wedstrijd O23	HJo
	Overleg doorstroom richting senioren	HJo
APR	Wat	Verantwoordelijk
	Wedstrijd O23	HJo
	Communicatie met doorstromende spelers (senioren)	Senioren
	Doorstromende JO11-spelers oefenen op heel veel	TechCom
MEI	Wat	Verantwoordelijk
	IN MEI MEETRANERS WELKOM	
	Train-de-trainer 3	TechCom
	Wedstrijd O23	HJo
	Na afloop competitie trainen in samenstelling volgend seizoen	TechCom
JUN	Wat	Verantwoordelijk
	GEEN TRAINING	Trainers
	AFSLUITING ALLE GROEPEN (ACTIVITEIT)	Trainers/Coordin.
	Materiaal in orde maken	Jeugdbestuur
	Inname kleding	Coördinatoren
	App-groepen volgend seizoen aanmaken	Coördinatoren
	Deadline overschrijvingen: coördinatoren beschikbaar!	Coördinatoren



Bijlage 2: Welke afspraken maken we met elkaar

Algemeen

- Van spelers van selectieteams wordt verwacht dat ze 5 van de 6 trainingen volgen, spelers van recreatieve elftallen hebben een minimale opkomst van één keer per week.
- Van alle spelers wordt verwacht dat ze aanwezig zijn op wedstrijddagen. Dit helpt bij het voorkomen van het verplaatsen van wedstrijden.
- Ziekte of vakanties zijn geldige redenen voor afwezigheid. Dient altijd zo vroeg mogelijk bij de trainer te worden gemeld.
- Bij afwezigheid of problemen altijd afbellen bij de coördinator. Bij geen gehoor is het inspreken van de voicemail verplicht.
- Sieraden zijn in verband met de veiligheid voor medespelers en tegenstanders verboden tijdens trainingen en wedstrijden.
- In het taalgebruik is het schelden (ook op jezelf) met ziektes en/of beledigingen verboden. We communiceren in het Nederlands.
- De club kan niet verantwoordelijk worden gesteld bij diefstal en/of vermissing van persoonlijke eigendommen.
- Het is voor ouders en betrokkenen niet toegestaan om tijdens wedstrijden en trainingen zich in of rond de kleedkamer te bevinden. Ook het veld en de dug-out zijn ruimtes waar ouders zich niet mogen bevinden.
- Per toerbeurt worden ouders ingezet als vlagger (vanaf JO13) of als spelbegeleider (t/m JO11).
- De kleedkamer is een sociale plek en er dient correct gedrag te worden vertoond. Er wordt zorgvuldig omgegaan met het gebruik van mobiele telefoons (foto's, video's, etc.).
- De trainer bepaalt wie verantwoordelijk is voor het opruimen van de materialen en het netjes achterlaten van de kleedkamer.

Training

- Alle spelers zijn tien minuten voor de training aanwezig op de club.
- Vijf minuten voor aanvang van de training zijn alle spelers en trainers met het materiaal op het veld.
- Het dragen van scheenbeschermers tijdens de training is verplicht.
- Niemand verlaat het veld voordat alle spullen compleet zijn en de doelen netjes op hun plaats zijn teruggezet.

Wedstrijden

- We verzamelen te allen tijde bij Hermes.
- Afmelden uiterlijk 12.00 de dag voor de wedstrijd, telefonisch. Hoe eerder hoe beter.
- De speler dient met zijn gedrag en handelingen zich ervan bewust te zijn dat hij de club vertegenwoordigt en zich te gedragen in overeenstemming met de KNVB-reglementen.
- De wedstrijdkleding wordt op een correcte manier gedragen: Shirt in de broek, kousen omhoog onder de knie, het dragen van scheenbeschermers en geen gebruik van tape.
- Geblesseerde en (intern) geschorste spelers gaan, in geval van selectieteams, mee met de wedstrijden. Trainers bepalen waar deze spelers gedurende de wedstrijd plaatsnemen.
- De arbitrage en de tegenstander worden met respect behandeld.



- Reservespelers nemen plaats in de dug-out of op de stoelen naast de dug-out. Andere mensen bevinden zich niet in of rond de dug-out.
- Na een wedstrijd komt het hele team en de begeleiding kort samen in de kleedkamer voor een nabespreking en eventueel douchen.

Clubkleding/materiaal

- Uitgegeven clubkleding wordt geacht gedragen te worden volgens de geldende voorschriften.
- Spelers zijn verantwoordelijk voor de kosten van zoekgeraakt spullen.

Technische staf

- De staf vertoont altijd representatief gedrag en draagt de club altijd positief uit.
- Kijk uit wat en waar je iets zegt als het over vertrouwelijke zaken gaat.
- Er dient met zorg met alle materialen te worden omgegaan.
- Wees scherp op afspraken die met spelers worden gemaakt. Wijs hen op hun gedrag en meldt eventueel wangedrag bij de Hoofd Jeugdopleiding. Alleen als we consequent zijn ontstaat er een preventieve werking. Ga met spelers het gesprek aan om escalatie te voorkomen.
- De hoofdtrainer is verantwoordelijk voor het managen van zijn technische staf.
- Iedere donderdag worden de opstellingen van de teams gecommuniceerd door de technische staf richting ouders/spelers. Voor de onderbouw geldt een vaste samenstelling gedurende een speelfase.
- De trainers zijn minimaal 15 minuten voor aanvang van de training aanwezig; 5 minuten voor aanvang van de training staan zij op het veld. De organisatie van de training staat ruim van tevoren uit als dat mogelijk is (veldbezetting).
- De technische staf is enkel bezig met de wedstrijd en de spelers.
- De arbitrage en de tegenstander worden met respect behandeld, we doen een ander geen (fysiek) geweld aan.
- Staf en reservespelers nemen plaats in de dug-out of op de stoelen naast de dug-out.
- Staf heeft bij de wedstrijden altijd het presentatiepak aan, ook op trainingsavonden wordt trainingskleding van de club verwacht.

Deze afspraken worden nog uitgewerkt in een sanctiebeleid per sectie.