



tagnet

Office ICT & Support

www.tagnet.nl | Gedempt Hamerkanaal 18 | 1021KM | Amsterdam | 020-365 22 00

# Jeugdvoetbalplan 2010 - 2015

*S.V. Marken*

Sportvereniging Marken  
Walandweg 2  
1156 DJ Marken

Jeugdcommissie S.V. Marken  
oktober 2010

## Algemene doelstelling jeugdafdeling

De algemene doelstelling van de jeugdopleiding binnen de S.V. Marken is om alle jeugdspelers zo goed mogelijk te begeleiden in hun voetbalontwikkeling. Onder jeugdspelers verstaan we zowel jongens als meisjes. Een opleiding waarbij spelplezier, opleiding en prestatie samen gaan. Een specifieke doelstelling voor de jeugdafdeling is om jeugdspelers zodanig op te leiden dat minimaal 1 speler per voetbalseizoen kan doorstromen naar de A selectie.

## Eindoelen per leeftijdscategorie

### F pupillen [ 6-8 jaar ]

#### Techniek

- ▶ Zuiver passen met de binnenkant van de voet over 5-10 meter
- ▶ Stoppen van de bal met de voetzool en de binnenkant van de voet
- ▶ Ingooien van de bal vanuit de nek
- ▶ Passeren met binnen- en buitenkant van de voet met min 7 passeerbewegingen
- ▶ Schieten met de binnenkant van de voet tegen het net van een afstand van 5-10 meter
- ▶ Op snelheid over een afstand van 20-25 meter kunnen dribbelen/drijven

#### Inzicht

- ▶ Het verschil kunnen herkennen tussen aanvallen en verdedigen

#### Fysiek

- ▶ De bal durven afpakken
- ▶ Linksom en rechtsom kunnen draaien
- ▶ Kan snelheid aanpassen [vertragen en versnellen] met en zonder bal

### E pupillen [ 8 -10 jaar ]

#### Techniek

- ▶ Zuiver passen met de binnenkant van de voet over 10-15 meter
- ▶ Aannemen van de bal in de loop en onder controle houden
- ▶ Jongleren met de bal voorkeursvoet [minimaal 10x hooghouden]
- ▶ Wegdraaien met verschillende bewegingen [ kappen met binnen- en buitenkant van de voet; overstap, min 5 kantelbewegingen]

## Jeugdvoetbalplan S.V. Marken

---

- ▶ Dribbelen en drijven met richtingsveranderingen [snel voetenwerk ad bal]

### Inzicht

- ▶ Positiegevoel tijdens samenspel met kleine aantallen ( 3:1 / 4:2 e.d.)

### Fysiek

- ▶ Durven lichaam te gebruiken bij duel om de bal
- ▶ Hogere coördinatie bij bewegen met de bal

## D pupillen [ 10-12 jaar]

### Techniek

- ▶ Passen en schieten over een afstand van 20 meter [beide voeten]
- ▶ Beheerst wreeftrap
- ▶ Meerdere acties met de bal achter elkaar maken
- ▶ Kan jongleren met beide voeten
- ▶ Kan lichaamsschijnbewegingen maken

### Inzicht

- ▶ Heeft overzicht over deel van het veld
- ▶ Herkent posities in het veld
- ▶ Kan samen verdedigen en opbouwen
- ▶ Beheerst eenvoudig positieospel [5:2]

### Fysiek

- ▶ Gebruikt lichaam bij het afschermen van de bal
- ▶ Kan acties en uitvoering op hoge snelheid uitvoeren

### Mentaal

- ▶ Wil oefenen om vaardigheden onder de knie te krijgen
- ▶ Niet bang zijn om fouten te maken
- ▶ Wordt brutaler in het maken van acties

## C junioren [ 12 - 14 jaar]

### Techniek

- ▶ Balsnelheid verhogen bij aan - en meenemen van de bal
- ▶ Draaiend kunnen aan - en meenemen
- ▶ Goede corner kunnen nemen
- ▶ Springend kunnen koppen en mikken met de bal
- ▶ Kunnen passen en schieten vanaf 20-40 meter [wreeftrap]
- ▶ Verschillende manieren van passen kunnen uitvoeren



## A junioren [ 16- 18 jaar ]

### Techniek

- ▶ Technische vaardigheden functioneel gebruiken om snel te kunnen handelen in wedstrijd

### Inzicht

- ▶ In linies kunnen samenwerken met medespelers [positiespel]
- ▶ Momenten herkennen om voor diepte te kiezen of juist voor rust in balbezit
- ▶ Verder kijken dan de dichtstbijzijnde medespelers
- ▶ Meerdere spelwijzen kunnen uitvoeren: 1-4-4-3; 1-4-4-2

### Fysiek

- ▶ Gebruik van aanwezige fysiek voordelen t.o.v. tegenstanders

### Mentaal

- ▶ Teambelang voorop kunnen stellen
- ▶ Strategie kunnen uitvoeren; zoals pressie spelen; inzakken of tempowisselingen tijdens een wedstrijd uitvoeren

## De training en de wedstrijd

### De Training

De spelers dienen minimaal 10 minuten voor de training op het veld aanwezig te zijn, zonder daarbij de voorgaande groep te verstoren. Het team is verantwoordelijk voor het trainingsmateriaal, eventueel kan hiervoor een wekelijkse "corveedienst" worden afgesproken. Om een rode draad te bewaken wordt voor de trainingen binnen de club gebruik gemaakt van een 6-wekelijks periodiseringmodel. Er wordt door elk team minimaal 2 keer per week getraind, waarbij de eerste training een onderwerp betreft uit het model. De tweede training is bedoeld voor een teamspecifiek thema. Het trainingsmodel ziet er als volgt uit:

wk 1	wk 2	wk 3
Passen kort / aanname Verdedigen	Passen Lang / aanname Verdedigen	Passeren 1:1 Opbouwen
wk 4	wk 5	wk 6
Schieten / Spel Opbouwen	Koppen / Voorzet Aanvallen	Dribbelen-Drijven Aanvallen

## Jeugdvoetbalplan S.V. Marken

---

Bovenaan staat per week het technische thema; daarna het taktische thema. Conditionele thema's worden pas toegepast vanaf de tweedejaars C junioren. In deze cyclus is tevens een methodisch stappenplan mogelijk.

Bij intolerant gedrag van kinderen op de training, zal de trainer gepaste maatregelen nemen; in het trainersoverleg is afgesproken om kinderen < 12 jaar in ieder geval niet naar huis te sturen. Indien eerdergenoemd gedrag structureel is zal contact opgenomen worden met de ouders over de te nemen maatregelen.

### De wedstrijd

#### Spelers

De spelers bij de E- en F pupillen dienen minimaal 30 minuten voor de wedstrijd aanwezig te zijn in de kleedkamer. Hierdoor kunnen de spelers en begeleiding zich voldoende voorbereiden op de wedstrijd. Pupillenwedstrijden duren bij de F pupillen 2 x 20 minuten en bij de E pupillen 2 x 25 minuten. Bij sv Marken spelen we het liefst wedstrijden 8 tegen 8; de KNVB geeft echter als richtlijn 7 tegen 7. Indien een tegenpartij niet akkoord gaat met 8 tegen 8 zal dus altijd 7 tegen 7 gespeeld moeten worden. De opstelling is in principe altijd 1:3:1:3.

De spelers vanaf de D-pupillen moeten minimaal 60 minuten voor de wedstrijd aanwezig zijn. Dit omdat deze teams groter zijn en meer voorbereidingstijd nodig hebben. De D- pupillen spelen 2 x 30 minuten; de C-junioren 2 x 35 minuten; de B- junioren 2 x 40 minuten en de A-junioren spelen evenals de senioren 2 x 45 minuten.

Bij deze teams is in principe de opstelling altijd 1:4:3:3

#### Wissels

Bij de E en F pupillen wordt bij het indelen zoveel mogelijk voorkomen dat er wisselers nodig zijn. Bij de oudere teams zal de speeltijd per speler in een heel seizoen zoveel mogelijk in dezelfde verhouding zijn. Vanaf de A-junioren is het winnen van de wedstrijd het belangrijkste, voor alle andere jeugdteams is het beter worden in voetballen het belangrijkste, het winnen is daar ondergeschikt aan.

#### Keepers

Bij de jongste jeugd moet, indien er geen vrijwillige keeper voorhanden is, door alle spelers verplicht worden doorgedraaid, zodat de keeperstaak door elke

## Jeugdvoetbalplan S.V. Marken

---

speler een keer wordt uitgevoerd. Voor de keepers vanaf de D-pupillen wordt aparte keeperstraining georganiseerd.

### Opstelling

In het licht van de ontwikkeling van individuele kwaliteiten zal steeds gezocht moeten worden om de beste spelers zodanig neer te zetten dat voor die type spelers voldoende uitdaging blijft tijdens het spel. B.v. bij een overheersende vrije verdediger overplaatsen naar het middenveld of de voorhoede. In principe wordt de opstelling niet aangepast aan de tegenstander.

## Randvoorwaarden

### ► Blessures en verzorging

Voor verzorging van blessures e.d. kan door de trainer contact worden opgenomen met de fysiotherapeut van de vereniging. Hierbij geldt dat bij drukte A-selectiespelers altijd voorgaan op andere spelers van de vereniging. Het streven is om binnen de vereniging een speciaal jeugdspreekuur voor geblesseerde jeugdspelers te creëren.

### ► Selectiebeleid

De bedoeling van het selecteren is om iedere voetballer de mogelijkheid te bieden zich te ontwikkelen op eigen niveau. Een speler die op te laag niveau speelt verveelt zich en wordt lui. Een speler die op niveau moet presteren dat hij niet aankan komt onder een dusdanige druk te staan dat van het ontwikkelen geen sprake meer is. Indien mogelijk zal bij de indeling rekening worden gehouden met de verschillende niveau's, dit geldt echter niet bij de indeling van de F pupillen.

### ► Uitleen tussen teams en overgang naar senioren

Uitleen tussen de teams bij blessures of schorsingen vinden plaats in goed overleg tussen trainers/leiders. De *uitlenende trainer/leider* bepaald welke speler wordt uitgeleend. Vanwege het beperkt aantal spelers per leeftijdsgroep bij de sv Marken is de uitlenende trainer verplicht om spelers af te staan; ook al heeft het uitlenende team al eerder op de dag een wedstrijd gespeeld.

Bij de overgang van jeugdspelers naar de senioren zal door de hoofdtrainer, in samenspraak met de jeugdtrainer en de technisch coördinator worden bepaald welke spelers overgaan naar de selectie. Deze spelers en de spelers die overgaan naar een recreatie-elftal zullen hiervan op de hoogte worden gebracht door de jeugdtrainer.

### ► Materiaal

## Jeugdvoetbalplan S.V. Marken

---

Aan het begin van het seizoen worden per team tenu's en trainingspakken in bruikleen verstrekt. Deze mogen uitsluitend op wedstrijddagen gedragen worden, dus niet tijdens de trainingen. Tevens wordt per team trainingsmateriaal verstrekt. Aan het einde van het seizoen moeten deze materialen onbeschadigd worden ingeleverd. Eventuele verwijtbare schade zal op de betreffende speler, c.q. ouders worden verhaald.

## Het jeugdkader

### Juniorentrainer

- ▶ Traint en coacht de betreffende juniorenteam
- ▶ Houdt zich aan de beleidslijnen en werkt mee aan het verder ontwikkelen van het jeugdplan en het trainingsplan
- ▶ Begeleidt de jeugd- en assistent jeugdtrainers wat betreft training, oefenstof en coaching.
- ▶ Overlegt met de technische coördinator over het samenstellen van de teams.
- ▶ Overlegt met de technische coördinator over het opstellen van een programma voor oefenwedstrijden voor alle jeugdteams van de S.V. Marken
- ▶ Overlegt regelmatig met de technisch coördinator en jeugdtrainers waarin o.a. evaluatie plaatsvindt van de gang van zaken en bespreking van komende zaken.
- ▶ Woont regelmatig wedstrijden bij van de totale jeugd van S.V. Marken

### Pupillentrainer

- ▶ Is verantwoordelijk voor de trainingen van zijn team
- ▶ Overlegt met de technisch coördinator over trainingen, oefenstof en coaching
- ▶ Woont regelmatig wedstrijden bij en ondersteunt de leider van het team dat hij traint.
- ▶ Neemt deel aan de trainersbijeenkomsten.

### Teamleider

- ▶ Is verantwoordelijk voor de gang van zaken van zijn team.
- ▶ Regelt het vervoer en materialen bij uitwedstrijden, treedt indien nodig op als assistent scheidsrechter.
- ▶ Is aanspreekpunt voor zijn team
- ▶ Overlegt met de trainer over spelopvatting en opstelling

## Jeugdvoetbalplan S.V. Marken

---

- ▶ Neemt deel aan kaderbijeenkomsten
- ▶ Helpt mee bij evenementen
- ▶ Woont regelmatig de trainingen bij
- ▶ Is vertegenwoordiger van de vereniging en handelt hiernaar.

### Keeperstrainer

- ▶ Is verantwoordelijk voor de specifieke training die hij aan spelers geeft.
- ▶ Overlegt met de technisch coördinator over spelers, trainingstijd en materialen
- ▶ Neemt regelmatig deel aan de trainersbijeenkomsten.

### Jeugdkader opleidingen

Binnen de S.V. Marken worden onder leiding van de technisch coördinator of diens vervanger jaarlijks trainersbijeenkomsten gehouden, waarin oefenstof en methodieken van de verschillende leeftijdsgroepen worden besproken.

In principe komen in deze bijeenkomsten alle praktische problemen en nieuwe ontwikkelingen binnen het jeugdvoetbal aan de orde. Daarnaast zijn er door de club 12 abonnementen beschikbaar gesteld voor het vakblad Trainersmagazine. Hierbij behoren tevens 12 webaccounts, waarbij de trainer gebruik kan maken van het Spelers Volg Systeem voor het bijhouden van de wedstrijd en training statistieken. Voor de individuele opleiding zijn er diverse opleidingsmogelijkheden. zie hiervoor <http://www.academie.knvb.nl/>

De kosten van de opleidingen tot en met trainer-coach 3 worden door de vereniging betaald. Als voorwaarde geldt dat degene die aan de opleiding deelneemt, minimaal 2 jaar na de opleiding als trainer of leider bij onze club werkzaam blijft. Wordt hier niet aan voldaan dat moeten de kosten naar evenredigheid worden terug gegeven.

## Communicatie, Informatie en Activiteiten

### ▶ Communicatie

De jeugdcommissie zorgt voor facilitaire ondersteuning [kleding en materialen] en coördineert activiteiten, zoals bijvoorbeeld de penaltybokaal. De technische commissie ondersteunt wedstrijd en trainingsbegeleiding door o.a. trainers - en kaderbijeenkomsten en zorgt voor de indeling van de teams.

In principe vergadert de jeugdcommissie één keer per kwartaal. De trainersbijeenkomsten vinden plaats voor iedere schoolvakantie [4x]

## Jeugdvoetbalplan S.V. Marken

---

De jeugdbijeenkomsten met alle begeleiders van de jeugd (leden jeugdcommissie, leiders en trainers) vindt in principe plaats in de maand augustus (startbijeenkomst) en de maand juni (evaluatiebijeenkomst). Communicatie over een nieuwe indeling vindt altijd plaats via de trainer/leider van het team, spelers/ouders tm 12 jaar worden hierover individueel geïnformeerd. De trainer is de contactpersoon voor de ouders, bij problemen wordt indien nodig de technisch coördinator advies gevraagd.

### ► Informatie

De secretaris van de jeugdcommissie zorgt voor informatie in het clubblad, voortkomende uit hetgeen in de jeugdcommissie is besproken. Nieuwe leden krijgen van de jeugdcommissie een standaardbrief, waarin is aangegeven wie waarvoor verantwoordelijk is binnen de jeugdafdeling, in welk elftal hij /zijn is ingedeeld, wie leider/trainer van het elftal is en waarop welke dag en tijdstip de training plaatsvindt.

Bij het inschrijven van een nieuw team krijgen ouders separaat een voorlichtingsbijeenkomst over de jeugdopleiding binnen onze vereniging.

Elke maand zorgt de jeugdcommissie voor artikelen in het clubblad over hetgeen in de jeugdafdeling van de S.V. Marken plaatsvindt.

Jeugdspelers die aan het einde van het seizoen de club willen verlaten dienen dit voor 1 mei van het lopende jaar aan te geven. Hierdoor is de club in staat om bij de indelingen van de nieuwe teams hiermee rekening te houden. Tijdens het seizoen krijgen spelers geen toestemming om de club te verlaten, mits hiervoor een gegronde reden voor is. Als spelers bij een andere club willen mee trainer moet bij het bestuur van de sv Marken toestemming worden gevraagd. Ook moet de trainer van het team worden geïnformeerd.

### ► Activiteiten [organisatie door jeugdcommissie]

#### Activiteitenplan per seizoen

Nr	Datum	Activiteit	Doelgroep
1	Aug	Kickoff-toernooi	Alle pupillen teams
2	Dec	Penaltybokaal	Alle pupillen teams
3	Dec	Sinterklaasavond	Alle pupillen teams
5	Jan	Winterstopprogramma	Alle jeugdteams
6	Feb	Spelregelochtend	Alle jeugdteams
7	Apr	Jeugdtoernooien [Pasen]	Alle jeugdteams

## Jeugdvoetbalplan S.V. Marken

---

8	Apr	Sponsorloop	Alle jeugdteams
---	-----	-------------	-----------------