

DUG-OUT

MAGAZINE VOOR VOETBALTRAINERS

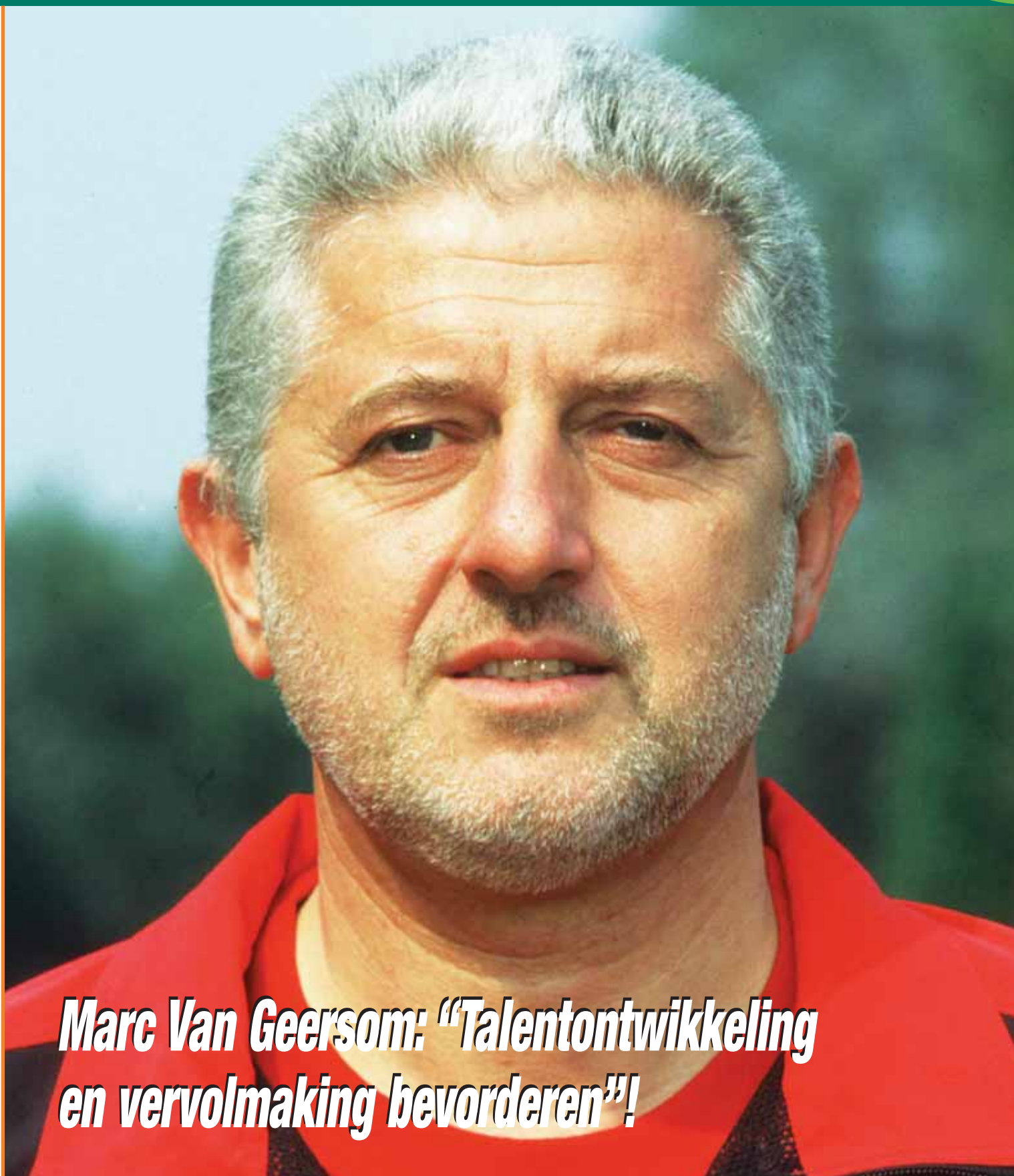
Nummer

49

maart
2008

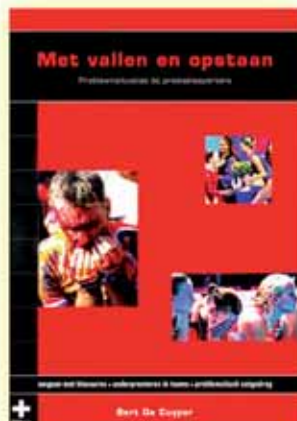
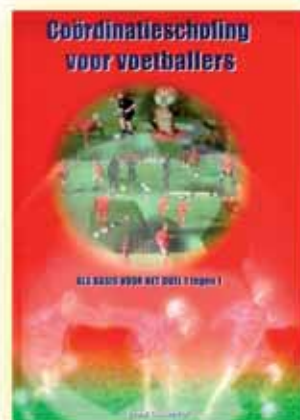
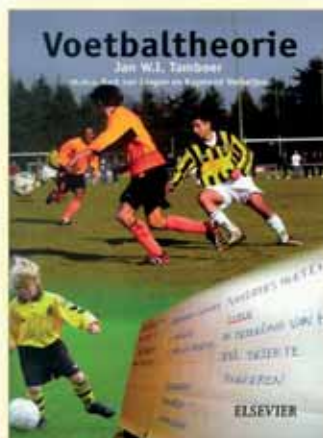
11e jaargang

F&G Partners
Partners in Sports



**Marc Van Geersom: "Talentontwikkeling
en vervolmaking bevorderen"!**

**Op zoek naar een degelijk boek over sport
en alles wat erbij komt kijken?
Kijk dan snel op www.PartnersInSports.be ...**



**www.PartnersInSports.be ...
dé website voor de echte sportfanaat!**

F&G Partners ... uw partners in sports!

F&G Partners, Leiebos 25 bus A2, 2170 Antwerpen, tel. 0476/51.00.89, fax 03/294.82.20

DUG-OUT

NR. 49 – MAART 2008

Dug-Out
Uitgave van

F&G Partners
Partners in Sports

sprl F&G Partners bvba
Partners in Sports
Leiebos 25 b A2
2170 Antwerpen/Anvers
Editorial: +32 (0)486/85.15.73
Service: +32 (0)476/51.00.89
BTW 0866.474.571

in samenwerking met



Hoofdredacteur
Kristof Geeraerts
FG.Partners@telenet.be

Redactieraad
Dr. M. D'Hooghe, M. Sablon,
R. Vandereycken, M. Van Geersom,
B. Browaets, Prof. M. Cloes,
Prof. R. Philippaerts, Prof. W. Helsen,
Prof. T. Marique, Pr. J. Duchâteau,
J.-L. Donnay, G. Steens, K. Geeraerts,
F. De Keersmaecker, Marc Marchal

Redactiecomité
Jean-Louis Donnay, Danny Aerts,
Jean-Marie Saeremans, Kristof Geeraerts,
Tom Boudewael, Stijn Joris

Uitgever
Dug-Out is een samenwerking
van F&G Partners en de Koninklijke
Belgische Voetbalbond.

Klantenservice
+32 (0)476/51.00.89

Prijs
Jaargang 2008: € 80
(inclusief BTW en verzendkosten).
Een abonnement loopt minstens voor een jaar
en wordt daarna automatisch verlengd met
een jaar tot uw schriftelijke wederopzegging.

Reclameregie
FG-Partners@telenet.be

Verantwoordelijke uitgever
Marc Fodderie, Leiebos 25 b A2
2170 Antwerpen

© 2008 F&G Partners
Behoudens de uitdrukkelijk bij wet bepaalde uitzonde-
ringen mag niets uit deze uitgave worden vervoelvoudigd,
opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of
openbaar gemaakt, op welke wijze ook, zonder de
uitdrukkelijke voorafgaande en schriftelijke toestemming
van de uitgever.

De redactie streeft naar betrouwbaarheid
van de gepubliceerde informatie, waarvoor ze
echter niet aansprakelijk kan worden gesteld.

Vragen staat vrij:

U kan schriftelijk al uw vragen over voetbal-
training voorleggen aan de redactie. Met deze
vragen zal zoveel mogelijk rekening gehouden
worden bij de inhoudelijke samenstelling van
de volgende nummers.

IN DIT NUMMER

Jeugdvoetbal

Marc Van Geersom: "Talentontwikkeling en
vervolmaking bevorderen!" **4**

Oefenstof

KBVB: jeugd bovenbouw – Marc Van Geersom **8**

Jeugdvoetbal

Nieuwe trainerscursus is een succes! **9**

Oefenstof

Inias Smit **12**

Jeugdvoetbal

Evaluatiedag jeugdopleiding RSC Anderlecht **14**

Oefenstof

Federale Trainersschool KBVB **19**

Jeugdvoetbal

Eddy Cordier: "Jeugdopleiding blijft afhankelijk
van het eerste elftal!" **32**

Langs de zijlijn

38

Wetenschap

Je ogen vertellen hoe goed je voetbalt! **39**

Oefenstof

Frédéric Fulvo **42**

Trainerscorner

Switching spitsen **46**



Marc Van Geersom: “Talentontwikkeling en vervolmaking bevorderen!”

Danny Aerts, voetbaljournalist

“Werk aan de winkel!” Zo besluit Marc Van Geersom zijn bondig pleidooi om in België nog meer werk te maken van talentontwikkeling en vervolmaking van jeugdspelers. Als coach van de nationale jeugdeftallen U18, U19 en U20, is Marc heel goed geplaatst om enkele factoren aan te halen die van grote invloed kunnen zijn op de doorstroming van onze jeugdige talenten. “We boeken reeds succes, maar op gebied van individuele begeleiding kunnen we nog stappen voorwaarts zetten. Ik denk daarbij aan het evalueren van spelers en het nog meer opleidingsgericht coachen”. Dug-Out zocht hem op tijdens de stage van de nationale jeugdeftallen in Tongerlo.

Marc Van Geersom: “Het Belgische opleidingsmodel, gesteund op de opleidingsvisie van de KBVB en door vele clubs toegepast, is het laatste decennium behoorlijk succesvol in het opleiden van voetballers. Steeds meer spelers hebben een goede opleiding genoten op nationaal en internationaal vlak.

Dit heeft spelers zoals Dembele, Fellaini, Defour, Witsel en vele anderen toegelaten snel de weg naar de top te vinden. Toch breken niet alle jeugdvoetballers door in het professioneel voetbal omdat hun opleiding soms onvoldoende is om opgenomen te worden in de A-kern van hun club. In combinatie met de relatief vroege selectie belemmert immers het gebrek aan flexibiliteit sommige jeugdspelers in hun talentontwikkeling.

**“WE MOETEN MEER RUIMTE BIEDEN
VOOR DE ONTPLOOIING VAN SPECIFIEKE
INDIVIDUELE TALENTEN EN OOK AAN HET
WAARBORGEN VAN FLEXIBELE DOOR-
STROMINGSMOGELIJKHEDEN”!**

Bovendien is iedereen niet klaar om op 18-jarige leeftijd in een eerste elftal te spelen en dringt een verdere vervolmaking zich op. Daarom moeten de jeugdopleidingen nog meer bijdragen om een hoger niveau te halen en meer mogelijkheden bieden aan laat-rijpe spelers. Grote veranderingen in de programma-





structuur zijn hiervoor niet nodig. Kleinere veranderingen, zoals meer speeltijd geven en internationale ervaring laten opdoen, kunnen de doorstromingsmogelijkheden al aanzienlijk verbeteren. Dit alles moet de clubs in staat stellen om jaarlijks 2 tot 3 spelers in hun eerste elftal op te nemen”.

Hoe kunnen wij de talentontwikkeling en vervolmaking van jeugdspelers bevorderen?

Marc Van Geersom: “Om de talentontwikkeling en de vervolmaking te verbeteren dienen de clubs nog meer aandacht te hebben voor jeugdopleiding. Zij dienen hun jeugdafdeling meer mogelijkheden te bieden. Bovendien moet de jeugdwerking ook meer ruimte bieden voor de ontplooiing van specifieke individuele talenten. Onderstaande factoren kunnen hierbij een rol spelen”.

Een flexibele doorstroming

Marc Van Geersom: “Het Belgische jeugdvoetbal wordt gekenmerkt door een sterke instroom op vroege leeftijd. Al bij de duiveltjes worden spelertjes door de clubs aangetrokken en worden zij vroeg opgesteld op nationaal niveau. De kracht van dit systeem is dat de beteren met de beteren tegen de betere uitkomen, maar het zijn alleen de vroeg-mature, bij wie al snel duidelijk is wat ze willen en kunnen, die in aanmerking komen.

Alleen deze spelertjes krijgen voldoende speel-kansen. De zwakte van het systeem is dat laat-mature spelers, bij wie dat minder snel duidelijk is, niet de nodige opleiding krijgen op jonge leeftijd. Tevens zullen vroeg-mature spelertjes die niet naar een hogere categorie worden doorgeschoven, het vaak te gemakkelijk hebben omdat ze niet tegen de nodige weerstand kunnen spelen.

Jongeren zijn tussen hun twaalf en achttien nog volop in ontwikkeling. Tussen hun kalenderleeftijd en hun biologische leeftijd kan vier jaar verschil zitten. Dit betekent dat de keuze van de groep waarmee ze worden opgeleid enorm belangrijk is.

Om te voorkomen dat daardoor talenten verloren gaan, is het van groot belang dat flexibele doorstromingsmogelijkheden gewaarborgd worden. Niet alle spelers die te snel de club moeten verlaten, hebben de moed of de kans om terug te komen op het hoogste niveau.

Indien de speler dan toch de club moet verlaten is het belangrijk dat de speler daarbij begeleid wordt. D.w.z. dat er ook aandacht moet besteed worden aan de samenwerking tussen meerdere clubs op gebied van opleiding”.

Een goed opleidings- en vervolmakingprogramma

Marc Van Geersom: “Om de doorstroming van jonge talenten te verbeteren is de inhoud van het opleidingsprogramma natuurlijk van groot belang. Dit kan alleen indien gediplomeerde trainers met zeer veel praktijkervaring als speler de jeugdspelers individueel gaan begeleiden en een zinvol vervolmakingprogramma opstellen”.

Een juiste positiekeuze

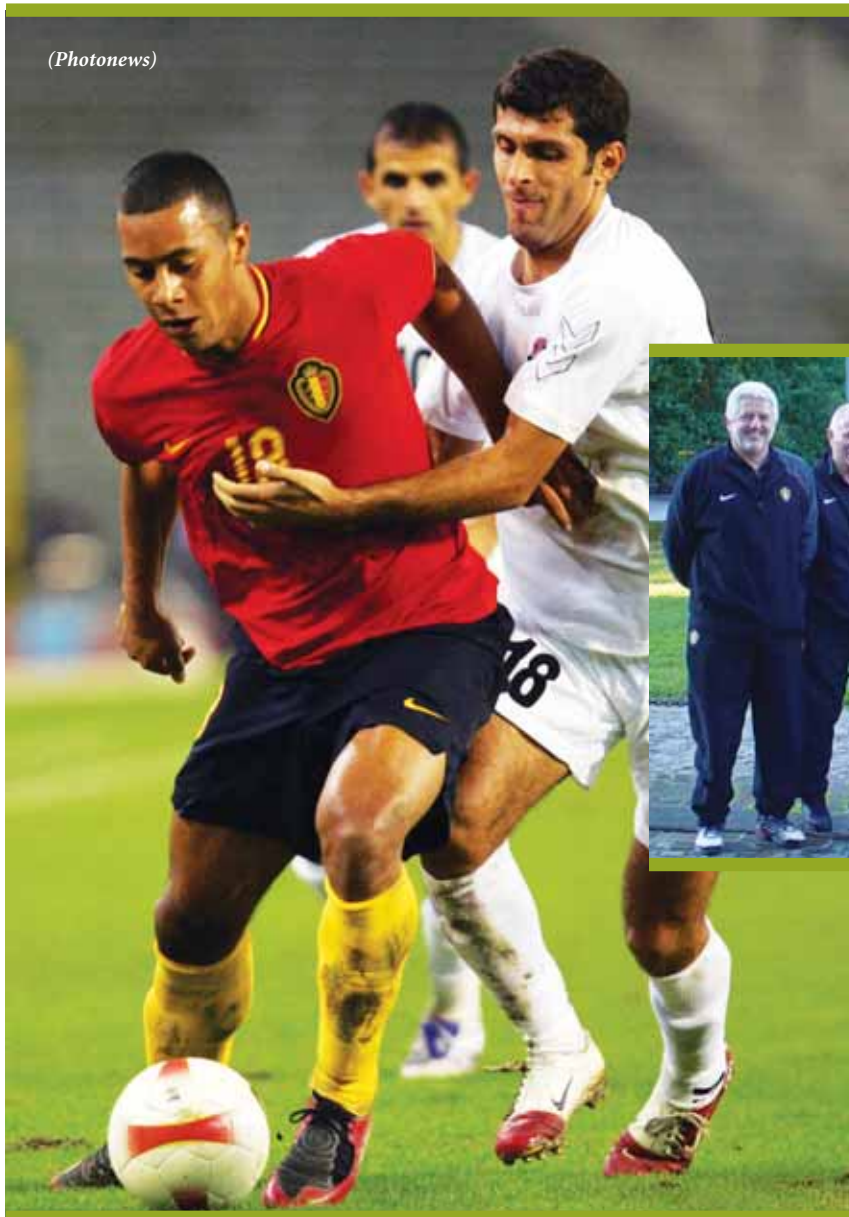
Marc Van Geersom: “Ook de positiekeuze is een belangrijk aspect van talentontwikkeling en vervolmaking. En deze wordt soms foutief ingeschat! Soms verliezen we talentvolle spelers omdat ze te lang op de verkeerde positie spelen. Indien zij niet over het juiste profiel beschikken om later op een bepaalde positie te spelen, worden zij niet optimaal opgeleid.

“HET OPSTELLEN VAN EEN SPELERS-PROFIEL HELPT JE BIJ HET ONTWIKKELEN VAN SPECIFIEKE VAARDIGHEDEN VOOR EEN BEPAALDE POSITIE”!

Daarbij is het een illusie dat alle spelers op jonge leeftijd weten op welke positie zij later zullen spelen. Hierbij kan een bredere opleiding wel helpen om bij de ontwikkeling van hun



(Photonews)



loopbaanmogelijkheden meer kans op succes te hebben. Door het bepalen van een spelersprofiel (gestalte, explosiviteit, VO2 Max, links-rechtsvoetig, enz.) wordt de speler op de voor hem best geschikte positie opgeleid en kan er meer aandacht worden geschonken aan het ontwikkelen van de vaardigheden die vereist zijn voor die welbepaalde positie. Het maken van een definitieve positiekeuze gebeurt best op het einde van de jeugdopleiding, nl. op 16- à 17-jarige leeftijd”.

Een grotere financiële inbreng

Marc Van Geersom: “Een financiële inbreng zet niet altijd aan tot het verbeteren van het jeugdbeleid, met als gevolg dat dit ook de ontwikkeling en de vervolmaking van talentvolle spelers niet ten goede komt.

Daarom moet, waar mogelijk, financiële steun beter worden ingezet om spelers optimaler te begeleiden! Door toename van de budgetten van de clubs kan een grotere financiële inbreng een steeds belangrijkere rol gaan spelen in het jeugdbeleid”.

De invloed van de trainer: investeren in het opleidingsniveau

Marc Van Geersom: “De trainer speelt een centrale rol bij het begeleiden en stimuleren van de talentontwikkeling en

vervolmaking van spelers. Hij is verantwoordelijk voor het onderkennen van de tekortkomingen van zijn spelers en voor het samenstellen van een programma om te voorkomen dat een achterstand ontstaat of groter wordt. Trainers doen dat op basis van hun kennis, ervaring en het volgen van bijscholingen.

“TRAINERS MOETEN SPELERS GOED KUNNEN EVALUEREN EN MEER OPLEIDINGSGERICHT COACHEN. ZIJ STAAN IMMERS BORG VOOR DE JUISTE INDIVIDUELE BEGELEIDING”!

De KBVB besteedt in haar opleidingen voor trainers steeds uitdrukkelijker aandacht aan de vaardigheid om de juiste evaluatie van de speler te maken en het verhelpen aan tekortkomingen.

Bovendien wordt de aandacht van de trainers gevestigd op het meer opleidingsgericht coachen, oa. met het werken van doelstellingen per wedstrijd. Investeren in het opleidingsniveau van trainers is dus van groot belang”!

Een geautomatiseerd evaluatie- en ontwikkelingsplan

Marc Van Geersom: "Ook het gebruik van een geautomatiseerd evaluatie- en ontwikkelingsplan voor talenten zou bij talentontwikkeling en een optimale doorstroom kunnen helpen. Op deze manier zou er over iedere speler efficiënt informatie kunnen uitgewisseld worden tussen club, school en de Belgische voetbalbond. Dit geautomatiseerd evaluatie- en ontwikkelingsplan zou alle betrokkenen in staat moeten stellen om:

- de speler beter te begeleiden en op te volgen
- een gezamenlijk opleidingsplan op te stellen
- te waken over de tijdsindeling en de overbelasting
- een complete evaluatie te maken.

Tenslotte zijn uiteraard ook nog andere factoren die van belang zijn, zoals de motivatie van de spelers zelf en de ondersteunende rol van de ouders".

De vervolmaking

Marc Van Geersom: "In de opleidingsvisie van de KBVB gaan wij ervan uit dat iedere speler van 17 jaar alle 'basics' onder de knie heeft en zijn taak binnen het 1 – 4 – 3 – 3 spelsysteem kan uitvoeren. In de realiteit geldt dit niet voor alle spelers. M.a.w.: een verdere vervolmaking dringt zich op. Bovendien is het mogelijk dat een talent nog niet met de senioren kan meespelen omdat hij nog niet over de nodige kracht beschikt. Vaak is het groeiproces van de speler nog niet beëindigd waardoor ook hier een geduldige vervolmaking zich opdringt. Het tijdstip waarop de clubleiding de overgang van de spelers van de

jeugdafdeling naar de beloftekern gaat overwegen, hangt samen met de aanleg van de speler en zal in het algemeen vroeger vallen naarmate de speler vroeg-matuur is.

Bepalende factoren die de doorontwikkeling van jonge talenten in de hand werken zijn de competitie waarin de speler speelt en de professionele omkadering. Deze factoren werden door de 'Werkgroep Doorontwikkelen', samengesteld uit experts m.b.t. jeugdopleiding, uitvoerig besproken. Zij waren overtuigd dat de competitie voor reserven moest worden aangepast. Het is op hun advies dat de huidige beloftecompetitie van 1st nationale tot stand is gekomen. De tweede factor is niet minder belangrijk: ervaren trainers moeten immers borg staan voor de juiste individuele begeleiding. Elke speler dient immers evenveel speeltijd te krijgen in competitieverband en een opleiding te ontvangen die naar inhoud en omvang zo goed mogelijk is aangepast aan zijn aanleg en capaciteiten. Hiervoor moet het juiste programma worden opgesteld in functie van bepaalde werkpunten. Ook dient de trainer nauw samen te werken met de hoofdcoach om de speler de nodige speelminuten te geven in het eerste elftal zonder dat de speler overbelast wordt. Keuze van wedstrijd, positie en tegenstrever zijn hierbij héél belangrijk. Ten slotte moet de spelers ook worden gewapend tegen allerhande valkuilen die het succes in zijn latere carrière in de weg kunnen staan en moet hem de juiste levensstijl worden bijgebracht.

Mijn conclusie is dan ook: werk aan de winkel!"

(Photonews)



KBVB: jeugd bovenbouw

Marc Van Geersom

***Snelle balrecuperatie en onmiddellijk doelmansen creëren***

- **Materiaal:** 20 ballen, 2 x 9 overgooiers
- **Coaching:** press – alleen – ga door
- **Spelers:** 2K + 18

Ingangzetting: 15'

- 10 Groepen van 2 spelers (doelverdedigers samen)
- Doelverdedigers: specifieke oef.
- Veldspelers: alle pasvormen per 2

Kern: 40' 3 + 3 + 3 + K / K + 3 + 2 + 3 + 1

Volledig veld wordt in 3 gelijke zones verdeeld

Oef. 1: 30' (2 x 13' + 4' rust)

- Beide ploegen spelen met opgelegde regels
- Ploeg 1 (rood) moet onmiddellijk een doelmansen creëren
Bij B-: tracht zo hoog mogelijk te pressen
Bij B+: creëer binnen de 10s. een doelmansen
- Ploeg 2 (zwart) bij
B+ in 1^{ste} zone: verzorgde opbouw
B+ in 2^{de} zone: verzorgde balcirculatie
B+ in 3^{de} zone: verdedigend blok sluit aan tot middenlijn

Voor ploeg 1 bij

B-: speel compact, press gezamenlijk vanuit een compact blok

B+: speel voorwaarts, beweeg juist voor je de bal krijgt, sta ingedraaid naar het doel van de tegenpartij, laat de bal het werk doen

Oef. 2: 15' tussenvorm, zelfde posities

Gelijkmatig aanvallen naar beide doelen (10x)

- 10 Ballen in elk doel
- Aanval start gelijktijdig bij beide doelmannen
- Na 4 diagonale passen mag er gescoord worden
- Van zodra iedereen op eigen helft is wordt gestart met de volgende bal

Oef. 3: 30' (2 x 13' + 4' rust)

Ploegen wisselen van opdracht (zie Oef.1)

Ploeg 1: verzorgde opbouw en balcirculatie, verdedigend blok sluit aan tot middenlijn

Ploeg 2: creëert na een snelle balrecuperatie binnen de 10s. een doelmansen

Sleutelmoment is de balrecuperatie van ploeg 1

Cooling down: uitlopen en stretchen (10')



Nieuwe trainerscursus is een succes!

G. Steens

Eerst was het Bosman-arrest de grote boosdoener, nadien de fiscale gunstmaatregelen voor buitenlanders en nu wordt geklaagd over de beperkte mogelijkheden van de jongerencontracten. Allemaal argumenten om het jeugdvoetbal in onze contreien in vraag te stellen. En toch zal het Belgisch voetbal maar overleven als in de jeugd geïnvesteerd wordt. Moderne accommodatie en goed opgeleide jeugdtrainers zijn hierbij de sleutelwoorden. Minister Anciaux heeft voor die eerste bekommernis zijn borst nat gemaakt door de oprichting van een sportinfrastructuurfonds. Voor de tweede succesfactor is er al concrete vooruitgang geboekt. Zo werd het eerste 'instap-diploma' in het jeugdvoetbal grondig hervormd. Sinds begin 2008 is deze nieuwe formule van start gegaan ... en dat met een nooit gezien succes.



(Photonews)

KBVB en VTS slaan de handen in elkaar

Tot vorig jaar kenden we in ons land twee verschillende voetbalopleidingen. De KBVB organiseerde cursussen die leidden tot verschillende getuigschriften die in opéénvolgende volgorde van stijgend competentieniveau konden behaald worden. Aan de bekende 'Heizelschool' kon je een succesvolle opleiding finaliseren met een getuigschrift C. Bijkomende opleidingen konden dan naar vervolmaking leiden via het getuigschrift B, Uefa B, getuigschrift A en Uefa A naar proftrainer. Maar daarnaast waren er nog de voetbalopleidingen van de Vlaamse Trainersschool (VTS). De VTS is de 'competent authority' inzake sportkaderopleidingen in Vlaanderen en is een samenwerkingsverband tussen het Bloso, de topsport-

manager, de drie Vlaamse sportuniversiteiten, de hogescholen met een opleiding LO en de Vlaamse sportfederaties. Ook de VTS gaf al jarenlang de mogelijkheid om in opklimmende volgorde een voetbaldiploma te behalen, gaande van Initiator tot Trainer B en Trainer A.

Twee verschillende opleidingen tot voetbaltrainer in een klein land als het onze is uiteraard geen ideale situatie. Het brengt onvermijdelijk een versnippering van middelen met zich mee en het is een gemiste kans om de knowhow inzake voetbal in België te bundelen. Voldoende redenen dus om het geweer van schouder te veranderen en een samenwerking aan te gaan. Deze samenwerking is nu sinds januari 2008 een feit.

(Photonews)

Concreet vertaalt deze samenwerking zich in een gezamenlijke organisatie van het eerste niveau. Het getuigschrift C van de KBVB en de Initiator Voetbal van de VTS werden herwerkt tot één cursus. Dus voortaan is er voor dit niveau maar één opleiding meer waarbij de organisatie en administratie in handen van de VTS ligt en de cursus door een gemeenschappelijk team van VTS- en KBVB-docenten wordt gegeven met één programma en hetzelfde cursusmateriaal. Het is de bedoeling van beide partners om deze samenwerking dit jaar verder uit te testen om dan vanaf 2009 een permanente samenwerking aan te gaan om ook de andere opleidingen te uniformiseren en gezamenlijk aan te bieden.

Succes

Zoals reeds gezegd is de vernieuwde cursus een succes. In dit voorjaar alleen al schreven meer dan 500 Vlaamse cursisten zich in en zijn op 10 verschillende en geografisch gespreide plaatsen de cursussen van start gegaan. Ook in het najaar worden nog maar liefst op 17 plaatsen cursusorganisaties voorzien. Redenen genoeg voor Dug-Out om Bob Browaeys, coördinator Federale Trainersschool KBVB, om meer tekst en uitleg bij dit initiatief te vragen.

Dug-Out: "Bent u tevreden met deze nieuwe samenwerking?"

Bob Browaeys: "Het is inderdaad zo dat we zowel over de samenwerking met de VTS als over het effectief aantal inschrijvingen zéér tevreden zijn. Bij de samenwerking m.b.t. het hernieuwde eerste niveau in de voetbalopleiding hadden we een ambitieuze target, nl. tegen 2010 – op drie seizoenen tijd dus – 6000 cursisten diplomeren. Het uitgangspunt was eenvoudig. We vinden dat elk jeugdploegje recht heeft op een gediplomeerde trainer. Daarom willen we er zo'n 2000 per seizoen opleiden. Verdeeld over de taalgrens betekent dit dan 1200 voor Vlaanderen versus 800 voor Wallonië. Met deze start zitten we wat Vlaanderen betreft ver voor op het schema temeer daar we op dit moment zelfs niet eens in onze eigen centra van start zijn gegaan. In het najaar zullen deze centra die we nu voorbehouden voor de Uefa B-cursisten wel operationeel maken. De start is dus meer dan geslaagd te noemen".

Dug-Out: "Is het de bedoeling om de diplomaverplichtingen voor de clubs te verstrengen?"

Bob Browaeys: "Sinds 2004 heeft de KBVB aan de clubs naargelang het niveau een aantal diplomavereisten opgelegd. Met deze actie willen we deze problematiek in eerste



(Photonews)



Ook jeugdspelers hebben recht op gemotiveerde en kwaliteitsvolle trainers!



(Photonews)

instantie positief benaderen. We wensen de poule aan jeugdtrainers zo groot mogelijk te maken zonder de clubs extra verplichtingen op te leggen. Als we in ons opzet slagen, houdt niets ons echter tegen om vanaf 2010 de druk op de clubs op te drijven, maar dat is niet onze eerste intentie. Eigenlijk willen we naar de situatie die vergelijkbaar is met die van het rijbewijs. Als je een rijbewijs wil halen, moet je een scholing volgen en je competenties voor een rijkschool bewijzen. Als je een jeugd ploeg wil trainen, is dat eigenlijk niet anders. Ook hier zou het een evidentie moeten worden dat je een scholing volgt en het bewijs van de noodzakelijke competenties aflevert. Maar een diploma mag niet afschrikken en daarom hebben we voor dit eerste niveau bewust een laagdrempelige opleiding in elkaar gestoken”.

Dug-Out: “Is de situatie in Wallonië vergelijkbaar”?

Bob Browaers: “De samenwerking VTS-KBVB is uniek en niet vergelijkbaar met de samenwerking met ADEPS. Omwille van een verschillend decretaal sportlandschap in Wallonië is een echte samenwerking niet mogelijk. Daarom hebben we de afspraak dat de KBVB in het Waalse landsdeel de exclusiviteit krijgt om de voetbalopleidingen te verzorgen waarna het ADEPS de diploma's homologeert”.

‘Win-win’ situatie

Ook Paul Eliaerts, afdelingshoofd van de sportkaderopleiding Bloso, kijkt tevreden naar de huidige samenwerking.

Dug-Out: “Is de huidige samenwerking een win-win situatie voor beide partners”?

Paul Eliaerts: “Hoe moeizaam de gesprekken in het verleden ook waren – uiteindelijk zijn we al bijna 10 jaar aan het onderhandelen over samenwerking – de huidige samenwerking verloopt momenteel in de beste verstandhouding en gezien het succes ook tot tevredenheid van beide partners. Van zodra er een akkoord was hebben we de schouders onder een ééngemaakt curriculum gezet. Het spreekt vanzelf dat de KBVB als ‘eigenaar’ van de sporttak een belangrijke input over de voetbalvisie heeft gehad, terwijl onze inbreng op het didactisch en wetenschappelijk vlak via onze samenwerking met de universiteiten erg op prijs werd gesteld. Ook naar prijzenpolitiek konden we een meerwaarde bieden en dit niet in het minst omdat er vanuit de overheid wel degelijk meer middelen tegenover deze samenwerking stonden. Meer middelen, meer samenwerking, elk zijn gewaardeerde inbreng. Ik kan alleen maar

mijn tevredenheid uitdrukken. Het huidige succes heeft trouwens alles in een versnelling gestuwd. Daar waar de gesprekken om de vervolgopleidingen samen te organiseren pas in 2009 gepland waren, zijn we nu al met die gesprekken begonnen. Dan zal ook de wederzijdse erkenning van eerder uitgereikte diploma's aan bod komen”.

Getuigschrift C / Initiator voetbal

Dit getuigschrift vormt het beginniveau voor iedereen die nog geen diploma heeft en de trainerscursus voetbal wil starten. De enige toelatingsvoorwaarden zijn dat men minimaal 17 jaar moet zijn en de voetbaltechnieken voldoende moet beheersen. Verder wil deze cursus opleiden tot trainers die met beginnende voetballers werken bij het aanleren van basistechnieken - los van competitieve doelstellingen - en dit op een kindvriendelijke en veilige manier. De initiator moet aan het einde van de rit in staat zijn om zelfstandig een voetbaltraining voor te bereiden, te leiden en te evalueren in het kader van een ruimer opleidingsprogramma dat door de hoger gekwalificeerde jeugdcoördinator wordt opgesteld en gecoördineerd wordt. Hij moet een jeugdtraining kunnen geven met een hoog fun-gehalte volgens een pedagogisch verantwoorde methodiek.

De opleiding initiator omvat 56 lesuren en wordt inhoudelijk opgedeeld in vier delen:

- de eerste module omvat een algemeen lesgedeelte van 16 lesuren en geeft basisbegrippen met betrekking tot didactiek, elementaire gezondheidsprincipes en letselpreventie
- de tweede module omvat een sporttechnisch gedeelte van 18 lesuren waarin de visie op jeugdopleiding uit de doeken wordt gedaan en basismotorische vaardigheden concreet worden gemaakt door initiatie in de balschool, looptechniek en coördinatie
- de derde module omvat 18 lesuren waarin specifieke didactische oefeningen op het programma staan
- de vierde en laatste module omvat 4 lesuren stage die de kandidaat in een club bij een jeugd ploeg moet vervullen

Het examen ten slotte bevat zowel een theoretische proef als een praktijkproef.

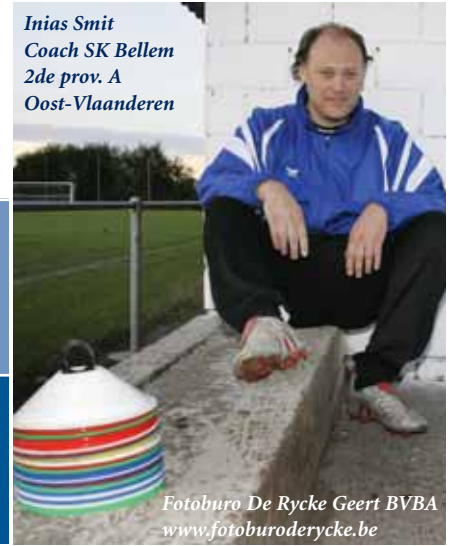
Meer informatie:

<http://www.footbel.com/nl/trainers.html>

<http://www.bloso.be/public/trainer/index.asp>



Inias Smit
Coach SK Bellem
2de prov. A
Oost-Vlaanderen



Fotoburo De Rycke Geert BVBA
www.fotoburoderykke.be

Naam: Smit Inias

Thema: het snel en zo nauwkeurig mogelijk doorspelen van de bal

Aantal: 14 + 2K

Categorie/niveau: gewestelijke scholieren

Materiaal: 14 ballen, 2 x 7 overgooiers, 8 kegels, 2 doelen

Richtlijnen en coachingswoorden:

1. Balcirculatie: in één tijd spelen: **SPEEL KAATS**
2. Goed ingedraaid staan om de bal snel te kunnen inspelen: **DRAAI OPEN SPEEL**
3. Speel de bal in de loop en met voldoende snelheid: **IN DE LOOP HARD**
4. Kijk wie vrij staat vooraleer men de bal ontvangt: **OVERZICHT**

OPWARMING



Beschrijving:

2 Vierkanten ca. 20mx20m, 2 groepen van 8 spelers.

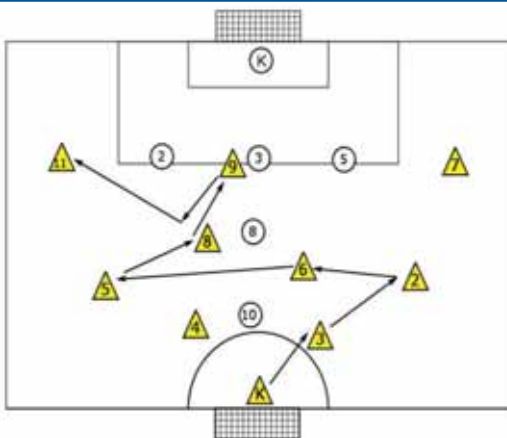
Speler 1 speelt de bal in op speler 2, deze neemt de bal aan met controle verste voet en speelt in 2de tijd door naar speler 3, enz. De speler die inspeelt volgt telkens de baan van de bal. Tijdens de verplaatsing algemene opwarmingsoef.: knieën heffen, hielen zitvlak, armen enz....

Speler 3 speelt de bal in op speler 4 die 1-2 uitvoert met speler 3. Speler 1 speelt bal in op speler 2, deze kaatst terug op speler 1 die diagonaal speler 3 aanspeelt, die hetzelfde uitvoert met speler 4.

Coaching:

1 – 2 – 3

WEDSTRIJDVORM 1



9 + K / 5 + K

Beschrijving:

Wedstrijdvorm 1 – 4 – 2 – 3 tegen 1 – 3 – 1 – 1

Het spel ten gepaste tijden bevriezen, zodoende de spelers te wijzen op in 1ste instantie de minder goede zaken, doch ook het goede moet gezegd worden!

Keeper van de ploeg in meerderheid start telkens het spel richting één van zijn centrale verdedigers.

Opmerkingen: doelpunten gemaakt door de ploeg in minderheid tellen dubbel.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4

TUSSENVORM 1



6 / 2 EN 6 / 2

Beschrijving:

6 Spelers spelen bal zo snel mogelijk rond in 2-tijden, met 2 jagers op de bal.

Om de 1'30 wisselen van 2 jagers.

Variant: 1-tijd indien goed niveau.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4

WEDSTRIJDVORM 2



8 + K / 6 + K

Beschrijving:

Wedstrijdvorm 1 – 3 – 2 – 3 tegen 1 – 3 – 2 – 1

Het spel ten gepaste tijden bevroren, zodoende de spelers te wijzen op in 1ste instantie de minder goede zaken, doch ook het goede moet gezegd worden!

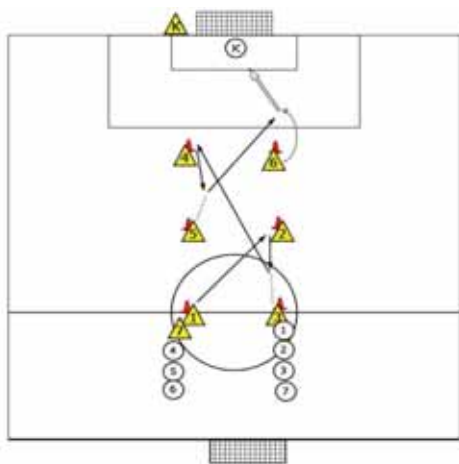
Keeper van de ploeg in meerderheid start telkens het spel op richting één van zijn centrale verdedigers.

Opmerkingen: doelpunten gemaakt door de ploeg in minderheid tellen dubbel.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4

TUSSENVORM 2



Beschrijving:

Pass- en trapvorm.

1. Speler 1 speelt in op 2
2. Speler 2 kaats op inkomende speler 3
3. Speler 3 speelt in op 4
4. Speler 4 kaats op inkomende speler 5
5. Speler 5 speelt de bal in de ruimte voor speler 6

Alle spelers schuiven 1 linie door.

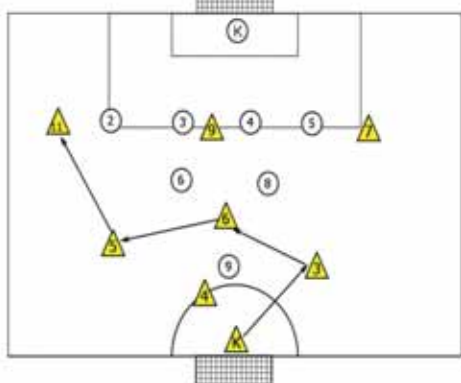
Variante 1 op pass- en trapvorm: speler 2 of 5 speelt de bal in ruimte voor speler 4 of 6

Variante 2: met verdediger op 16m-lijn

Coaching:

1 – 2 – 3

WEDSTRIJDVORM 3



K + 7 / K + 7

Beschrijving:

Continue spel.

Het spel van de spelers evalueren.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4

COOLING DOWN

Beschrijving:

Materiaal opruimen.

Bespreking van het aangeleerde.

Loslopen.



Evaluatiedag jeugdopleiding RSC Anderlecht

Siegi Hendrickx, voetbaljournalist

Het jeugdopleidingscentrum Neerpede van RSC Anderlecht hield op zaterdag 29 december een evaluatiedag voor de jeugdcategorieën vanaf U11 tot U19. Dug-Out werd er hartelijk ontvangen door Administratief Coördinator Neerpede Hugo Van Nerum en sprak met Hoofd Opleidingen Jean Kindermans, Jeugdcoördinator Dirk Gyselinckx en Physical Coach Jeugd Hubert Lemaire. Wij wilden graag weten hoe Belgisch grootste club de evaluatie van hun jeugdfaltallen aanpakt.

Dug-Out: “Onze eerste vraag is logisch, maar wel fundamenteel: wat is het belang van een evaluatie”?

Jean Kindermans: “Een permanente evaluatie is van zeer groot belang voor de kwaliteit van de jeugdwerking. Wij streven uiteraard naar een steeds hogere kwaliteit binnen onze selecties, en zonder een grondige evaluatie van de huidige spelers binnen deze selecties is een verbetering bijna onmogelijk of te wijten aan toeval.

Omdat wij het toeval zoveel mogelijk uitsluiten hanteren we een grondig evaluatiesysteem. Bvb.: per spelerskern gaan we evalueren welke spelers zonder problemen volgend seizoen in een hogere categorie kunnen spelen. Afhankelijk van het niveau in die leeftijdscategorie gaan we criteria opstellen welke we evalueren bij de spelertjes. Indien er slechts negen spelers door de selectie komen weten we dat we bvb. een 4 of 5-tal spelers moeten bijhalen die wel aan die selectiecriteria voldoen. Hoe hoger de kwaliteit van de selectie, des te strenger de evaluatie wordt”.

Dirk Gyselinckx: “Voor elke speler worden er individuele ontwikkelingslijnen en -doelen uitgestippeld op basis van zijn kwaliteiten en tekortkomingen. Die ontwikkelingslijnen zijn zéér belangrijk voor ons. Er moet iets gebeuren met de evaluatiecijfers! Kwaliteiten dienen verder uitgebouwd te worden en tekortkomingen zoveel mogelijk weggewerkt. Wij screenen en evalueren dat permanent”.

Dug-Out: “Hoeveel keer evalueren jullie per seizoen”?

Jean Kindermans: “In feite evalueren we permanent. Elke trainer maakt per wedstrijd een evaluatieformulier op waarin voornamelijk het team besproken wordt, maar waar er ook aandacht is voor ‘speciale’ individuele prestaties, nl. een speler die ontegensprekelijk het niveau van de ploeg heeft opgekrikt, of omgekeerd, een speler van wie zijn prestatie zwaar te wensen overliet. We houden vier tot vijf evaluaties per seizoen. Eind juni is er een eerste gesprek waarbij de speler uitgelegd wordt hoe hij zich binnen RSCA moet gedragen (intern reglement), wat er van hem binnen zijn ploeg



14



verwacht wordt en hoe het seizoen zal voorbereid worden. Op zich is dat dus geen evaluatie, maar anderzijds wordt de speler wel meteen in de realiteit van RSCA geduwd. Hij weet tussen welke lijnen hij mag lopen en functioneren en kan daar in principe niet op terugkomen”.

Dirk Gyselinckx: “De eerste echte evaluatie vindt plaats eind september. Een spelertje heeft dan toch al twee maanden RSCA meegemaakt en dan is het tijd voor een eerste stand van zaken. Ten eerste zit de trainer samen met TVJO Jean Kindermans en de jeugdcoördinator aan de tafel om een eerste sterkte/ zwakte analyse van elke speler te maken. Daarna praat de trainer op informele manier met de speler. De ouders worden hier niet bij betrokken. In eerste instantie is het een zéér positieve benadering waarin het spelertje vooral te horen krijgt wat hij goed doet. Het seizoen is dan nog lang, en we vinden het belangrijk dat we op het positieve focussen. Het is niet de bedoeling dat die speler dan al onder druk komt. Uiteraard wordt hem ook al meegegeven aan welke punten hij nog dient te werken. De speler weet dan dat dit punten zijn waarop later zal teruggekomen worden. We gaan op termijn kijken hoe hij daarin evolueert, dat spreekt voor zich”.

Jean Kindermans: “De tweede evaluatie, en meteen een héél belangrijke, is deze die we vandaag houden. Die situeert zich rond eind december. Het gaat hier over een eerste evaluatie met de ouders waarin open en bloot gesteld wordt hoe het met hun zoon staat en welke doelstellingen er zijn. Voor de ouders is het een uitgelezen moment om vragen te stellen, want daar krijgen ze tijdens deze evaluatie de kans toe. Tijdens het seizoen (wedstrijden, trainingen) laten we dat liever niet toe, tenzij het echt niet anders kan”.

Dug-Out: “Hoe is deze evaluatie opgebouwd en welke criteria worden er meegenomen”?

Jean Kindermans: “We evalueren spelers op 4 verschillende parameters, nl. **fysiek, techniek, tactiek en mentaliteit**. Elke trainer heeft een evaluatieformulier waaraan per parameter verschillende criteria zijn gekoppeld. Op elk puntje wordt een cijfer gegeven en per rubriek krijgt hij een totaalscore. Per speler wordt er ook een kort verslag gemaakt door de trainer. Hierin wordt randinformatie gegeven die zeker even belangrijk is dan de scores op zich”.

Techniek. Jean Kindermans: “In onze opleiding staat techniek centraal. Een speler bij RSCA moet technisch goed zijn. We hebben dus een resümé van technische criteria die getoetst worden. Tot de U13 is de technische evaluatie de belangrijkste. Enkele criteria zijn: balcontrole, traptetechniek, rijden met bal, strak inspelen enz. Het spreekt voor zich dat we zowel de goede als de minder goede voet evalueren en dat we tweevoetigheid nastreven”.

Fysiek. Hubert Lemaire, Physical Coach, licht dit aspect even toe. “Het belang van de fysieke kwaliteiten neemt toe naarmate de leeftijdsgroep ouder wordt. Samen met Pieter Catteeuw (uithouding) verzorg ik de fysieke training van de U17 tot de U21. Deze spelers worden fysiek gescreend. We doen testen in samenwerking met de KULeuven. Daar wordt de maximale aërobe snelheid, de uithouding, sprongkracht en de snelheid op 10, 20 en 40 meter gemeten. We maken van elke speler een profiel en aan de hand daarvan evalueren we. Ook bij jongere leeftijdsgroepen worden er fysieke- en medische tests gedaan, maar zoals gezegd begint het belang hiervan pas echt te wegen vanaf U13, en zeker vanaf U17”.

Jeugdcoördinator Dirk Gyselinckx



Tactiek. Jean Kindermans: “Naast de fysieke- en technische kwaliteiten evalueren we uiteraard het tactische vermogen van onze spelers. Ook hier is het zo, en wellicht ook bij andere jeugddopleidingen, dat het tactische vermogen aan belang wint naarmate de leeftijdscategorie. Het tactische inzicht wordt echt belangrijk bij de U15/U16. Daaronder evalueren we tactiek ook, maar weegt deze wat minder. Vanaf de U16 wordt er uiteraard geëvalueerd op positie in balverlies, terwijl we bij jongere categorieën toch eerder belang hechten aan de kwaliteiten in balbezit (split vision, ruimte maken, ... enz.)”.

Mentaliteit. Dirk Gyselinckx: “De parameter mentaliteit echter is in iedere categorie belangrijk en wint serieus aan belang. Zonder te vervallen in ‘vroeger was alles beter’, meen ik toch te stellen dat de jeugd vrij verzadigd is en dat de normen wat ‘veranderd’ zijn.

Een speler kan dan wel zeer talentvol zijn, hij moet ook nog beschikken over de juiste mentaliteit of hij haalt het niet op dit niveau. Een speler die op jonge leeftijd al te veel naast de lijnen loopt, te regelmatig trainingen mist, zich niet kan bedwingen op het veld, niet tijdig gaat slapen enz., heeft weinig kans om te slagen bij RSCA. Hoe vroeger we dergelijke problemen opmerken, hoe beter uiteraard. Of we kunnen er iets aan doen, of in het slechtste geval laten we de speler gaan, hoe talentvol hij ook is”.

Jean Kindermans: “Volledig correct. Ik verwijs even naar een gesprek dat ik daarnet had met één van de talentvolste spelers van de U17. Het is een speler die op technisch, tactisch en fysiek vlak alles meeheeft. Ik heb een zeer ‘zware babbel’ gehad met hem en zijn ouders, want zijn houding laat te wensen over. We wijzen de speler daar op en laten goed verstaan dat hij hier aan moet werken.

Zoniet is de kans groot dat we afscheid zullen moeten nemen. Een speler moet beseffen dat wij er met een héél team voor hem zijn, maar ook dat héél wat in zijn handen ligt. De speler doet het tenslotte voor zichzelf, niet voor mij, zijn trainer of de coördinator”.





Dug-Out: “Zijn de criteria voor mentaliteit, in tegenstelling tot fysiek, techniek en tactiek, dezelfde voor elke leeftijdsgroep”?

Dirk Gyselinckx: “Neen, ook hier wordt de lat alsmaar hoger gelegd. Tot aan de U14 evalueren we volgende aspecten: progressiehonger, gedrag, zelfkritiek, winnaarsmentaliteit, leiderschap, koelbloedigheid, positieve instelling, kameradschap, zin voor initiatief, wilskracht, volharding, strijd lust en inzet. Daarna evalueren we bijkomend hoe een speler reageert op een invallersplaats, een vervanging en bij verlies”.

Jean Kindermans: “Naast deze 4 parameters is er op het evaluatieformulier ook nog plaats voor randopmerkingen. Hier geeft de trainer zijn eigen kijk op de speler. Ook hier hechten we veel belang aan”.

Hubert Lemaire: “Het kan bvb. zijn dat een speler op fysisch gebied zeer goed scoort omdat hij qua lichaamsbouw bepaalde voordelen heeft. In dat geval scoort hij meer dan het gemiddelde.

Nochtans zou het kunnen dat hij wat leunt op zijn fysische voordelen en in feite niet de progressie maakt die hij zou kunnen maken. Dat gaat dan zeker vermeld worden bij de opmerkingen. Evengoed kan een speler die technisch wat minder scoort, een grote progressie doormaken. Ook dat wordt vermeld”.

Jean Kindermans: “De basis van onze evaluatie is het groen-oranje-rood bord, zoals ik dat noem. Per ploeg en per positie geven wij kleuren aan onze spelers. Zoals vermeld is het belangrijkste criterium dat een speler probleemloos de stap naar een hogere leeftijdscategorie kan maken. We delen de spelers in drie groepen in:



Hoofd Opleidingen Jean Kindermans

Groen: dat zijn spelers waarvan wij nu al weten dat ze volgend seizoen probleemloos gaan meedraaien in een oudere leeftijdscategorie

Oranje: over deze spelers zijn we wel tevreden, maar er heerst toch wat twijfel. Dergelijke speler zal bepaalde tekortkomingen toch moeten kunnen verbeteren, anders gaat hij het niet halen

Rood: dat zijn spelers waarvan we vrezen dat hun verhaal binnen de jeugdopleiding van RSCA afloopt. Definitief is dat niet, want als zij in de resterende periode alsnog serieuze progressie maken, kan het zijn dat het rode licht op oranje of zelfs groen springt.

We streven ernaar om zoveel mogelijk groene vakjes te hebben. Het groen-oranje-rood bord wordt in een pré-evaluatie opgesteld in gezamenlijk overleg tussen de trainer, de jeugdcoördinator en mezelf”.



Dug-Out: “Is het op basis van dat kleurenbord dat de scouting gebeurt, m.a.w.: gaan jullie spelers scouten voor een rode positie”?

Jean Kindermans: “Ja en neen. Ik geef een voorbeeld. De selectie van de U14 bevat 3 rode posities, bvb. positie 5 (linksachter), 10 (achter de spitsen) en 9 (centrumspits). We geven dit uiteraard door aan onze scoutingcel. Uiteraard gaan ze deze posities scouten, maar ontdekken ze tijdens een wedstrijd een goede speler op positie 7, dan is het perfect mogelijk dat we die toch binnenhalen. Een goede speler kan er altijd bij. Omgekeerd is het evenzeer mogelijk dat we enkele spelers voor positie 9 gescout hebben, maar dat we van mening zijn dat die niet beter zijn dan onze huidige 9, ook al heeft die een rode kleur gekregen”.

Dug-Out: “Hebben jullie ook oog voor de schoolresultaten van de spelers”?

Jean Kindermans: “Ja, maar we zijn daar wel voorzichtig mee. We vragen vrijblijvend een kopij van de rapporten op ter inzage. We krijgen dan toch een idee hoe een speler presteert en zich gedraagt op school. Bovendien, en dat is ook een tip voor alle clubs die met jeugd bezig zijn, vind ik dat we de rol van de ouders niet mogen overnemen. Let op, er zijn ouders die niets liever willen.

Wij zijn echter een voetbalclub en geen opvangcentrum. Zijn er problemen en willen de ouders daar met ons over praten, dan zijn we daar toe bereid, maar ons hoofddoel is de speler een voetbalopleiding te geven”.

Dug-Out: “Na deze evaluatie blijven er nog 5 maanden te gaan. Wat gebeurt er op het gebied van evaluatie in die periode”?

Jean Kindermans: “De opleiding kadert over een heel jaar en dus is het eindrapport het belangrijkste. De ontwikkelingslijnen die we vandaag meegeven worden uiteraard opgevolgd. Verder kijken we welke progressie een speler nog maakt. Sommige spelertjes, zeker deze die hun eerste jaar bij Sporting spelen, ontbolsteren pas na een tijdje. Zij kunnen bvb. in de laatste periode heel wat progressie maken, gewoon omdat ze zich beter in hun vel voelen. Eind februari is er nog een evaluatie. Het is in feite nog een ‘laatste’ moment dat de trainer met de speler een gesprekje heeft en hem doorlicht. In dat informele gesprekje, na een training en zonder ouders, wordt door de trainer vrij duidelijk aangegeven dat de laatste rechte lijn van het seizoen er aan komt en hoe het met de speler staat”.



17



Dug-Out: “Dan komt de definitieve evaluatie, het eindrapport. Hoe pakken jullie een speler aan die niet voldoet”?

Jean Kindermans: “Tja, dat zijn de allermoeilijkste momenten uiteraard. Een spelertje zeggen dat hij niet langer bij RSCA mag blijven is keihard, en meestal komen er traantjes bij te pas. In sommige gevallen moeten we afscheid nemen van spelertjes die hier al een jaar of zes in de opleiding zitten. Dat zijn hartbrekende toestanden, dat kan ik u verzekeren. Nu, een ideale manier om afscheid te nemen is er niet. We hebben in het verleden al verschillende manieren toegepast, oa. face to face gesprek, telefonisch, per brief, ...enz., maar een ideale manier is er niet. Het is altijd slecht nieuws, hoe je het ook vertelt. Begin mei delen we mee of een speler mag doorgroeien of niet. We doen dit nu aan de hand van een

document, maar met de mogelijkheid om een gesprek te vragen met de trainer, coördinator of mezelf.

Een negatief eindverdict is uiteraard een zware pil om te slikken, maar we geven tijdens het seizoen ook verschillende signalen waardoor een speler en zijn ouders meestal al vooraf weten wat het verdict zal zijn. We reiken de speler ook de mogelijkheid aan om hulp te bieden bij het zoeken naar een nieuwe club. Wij hebben met enkele clubs een samenwerkingsverband en een speler die bij RSCA niet slaagt, kan misschien terecht in een andere opleiding.

Trouwens, het is niet uitgesloten dat wanneer je hier niet slaagt, je toch nog een profvoetballer kan worden (bvb. Gilles De Bilde”).

Dug-Out volgde 2 evaluaties van nabij. We wilden graag de sfeer opsnuiven tijdens een evaluatie. Hoe pakt de trainer het aan, hoe zeer mag de speler repliek geven en krijgen de ouders de ruimte om wat extra vragen te stellen of opmerkingen te geven? Het minste wat we kunnen zeggen is dat er een zéér gemoedelijke sfeer hing. Speler en ouders worden door de trainer meteen gerust gesteld. De trainer overleefte eerst het evaluatieformulier waarvan de speler een kopij kreeg. Hier en daar werd wat stilgestaan om dieper in te gaan op bepaalde criteria. Zo gaf trainer Arnold Rijsenburg van de U17 aan een speler mee dat hij best wat meer van zich mocht afbijten. “Je mag soms wat gemener zijn”, zei hij. “Soms ben je wat te braaf en laat je je teveel domineren door de grote sterke jongens. Daar is geen reden toe, maar jij bent het die van je af moet bijten”.

De speler stelde dat hij het soms niet correct vond dat heel de ploeg een straf kreeg wanneer één of twee spelers in de fout gingen (bvb. in de vorm van enkele rondjes lopen). De trainer repliceerde meteen dat wanneer in een wedstrijd een speler in de fout gaat, het ook héél de ploeg is die de rekening betaalt. Elke speler draagt verantwoordelijkheid voor zichzelf, maar ook voor zijn ploeg.

In een andere evaluatie betrof het een héél talentvolle 15-jarige speler met veel kwaliteiten op fysisch gebied. Op de fysieke parameters scoorde hij veel beter dan zijn leeftijdsgenoten, maar de trainer hield eraan om Physical Coach Hubert Lemaire erbij te halen. Die wond er geen doekjes om en wees de speler op het feit dat hij te veel steunde op zijn ‘van nature uit’ fysische voorsprong. “Nu heb je die voorsprong nog, maar naarmate je in oudere categorieën komt ga je spelers tegenkomen die even sterk zijn of nog sterker. Het is aan u om te blijven werken aan alle punten”. De speler werd er ook op gewezen dat zijn uithoudingsvermogen slecht was en dat hij daar zelf via individuele duurlopen aan moet werken. Bovendien kwam Lemaire er via de vader achter dat de speler verzuimde zijn voetbalhuiswerk te doen (bvb. stabilisatieoefeningen). De speler kreeg een vriendelijk doch welgerichte ‘veeg uit de pan’ van zowel zijn trainer als de physical coach. “Je moet het voor jezelf doen en niet voor ons. Wij zijn er om je te begeleiden, maar als jij geen topster wil worden dan wordt het iemand anders! Cadeaus krijg je niet, die dwing je zelf af. Kijk maar naar Kompany, Legear en Vandenborre. Die kwamen niet zomaar in het eerste terecht, maar dienden er voor te knokken”!



Naam auteur: Joost Desender
Thema: WAARHEIDSZONE BEHEERSEN

Aantal: 8 + 2
Categorie: -9 j
Niveau: niveau 2

Materiaal: 8 kegeltjes, hesjes, ballen, twee verplaatsbaar duiveltjes doelen, vier paaltjes, zachte ballen. Duur: 75 min.

Richtlijnen en coachingswoorden:

1. Maak zoveel mogelijk terreinwinst > **DOORGAAN**
2. Hou de bal kort aan de voet > **BAL KORT HOUDEN**
3. Kijk niet voortdurend naar de bal > **HOOFD HOOG**
4. Maak zoveel mogelijk acties > **MAAK RONALDO'S**
5. Versnel na de actie > **VERSNEL**

Doelstellingen > SPEELFASE

Basics: leiden en dribbelen

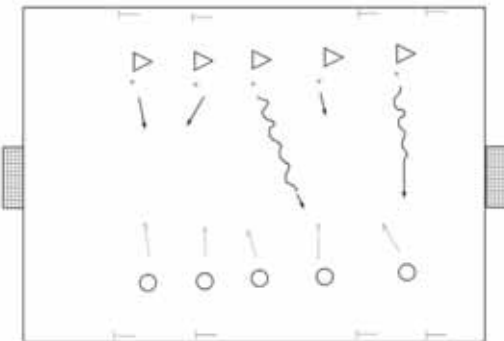
Teamtactics: B + 15

Mentale vaardigheid: Fun-beleving

Fysieke vaardigheid: actie na actie > Koppelingsvermogen.

Richtingsveranderingen met en zonder bal

OPWARMING



DUUR: 12 MIN.

Beschrijving:

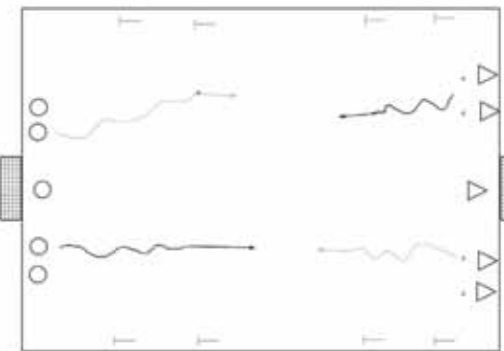
1. Overloopspel zonder bal > aantikken
2. Overloopspel met bal: aanvaller bal aan de voet, verdediger moet de bal aangoien met handen
3. Overloopspel met bal, verd. bal aftikken door te koppen
4. Ploeg - Overloopspel + varianten

Coaching: 2, 3, 4, 5

Fun:

Welke ploeg scoort eerst 10 punten?

WEDSTRIJDVORM 1



DUUR: 10 MIN.

Beschrijving:

Nummerspel: trainer roept één of meerdere nummers.

Wedstrijd van 1 + K tegen 1 + K naar 5 tegen 5

Coaching: 1 tot 5

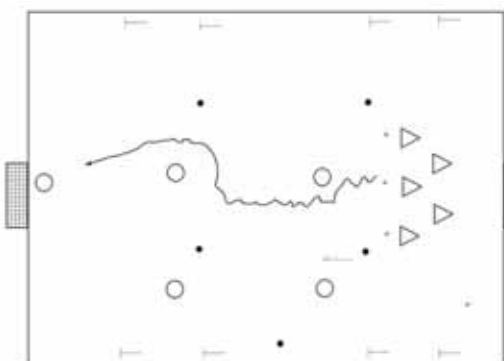
Fun:

Welke ploeg scoort de meeste doelpunten?

Welke speler maakt de mooiste dribbel-actie?

Welke speler scoort een wereldgoal?

TUSSENVORM 1



DUUR: 10 MIN.

Beschrijving:

Zone-dribbel-spel

Drie zones. In zone 1 en 2 verdedigers, zone 3 = keeper

Wie scoort = 3 punten

Verdedigers wisselen onderling op signaal Tr.

Na 4 pogingen wisselen

Keeper dribbelt mee

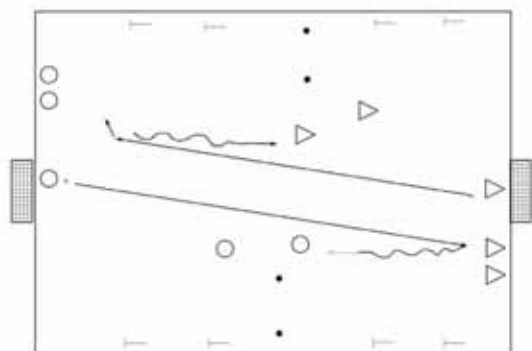
Variante: twee of meer spelers starten samen

Coaching: 1 tot 5

Fun:

Welke ploeg scoort de meeste punten?

WEDSTRIJDVORM 2



DUUR: 12 MIN. (4 X 3 MIN.)

Beschrijving:

Wedstrijd 1 tegen 1 met omschakeling naar 2 tegen 2

Verdedigers kunnen scoren in doeltjes aan de zijanten

Omschakeling = is de bal uit, meespelen met medespeler = 2 tegen 1 of 2 tegen 2

Aanvallers en verd. wisselen na vier pogingen

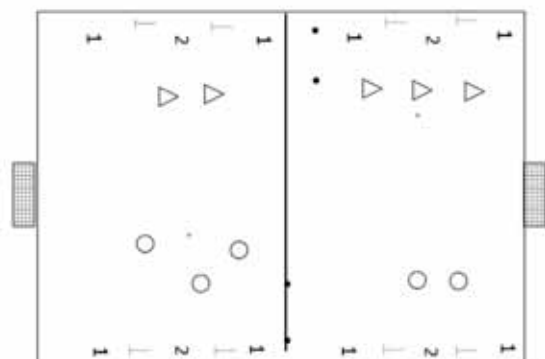
Coaching: 1 tot 5

Omschakeling + handelingssnelheid

Fun:

Welke ploeg scoort het meest?

TUSSENVORM 2



DUUR: 8 MIN. (4 X 2 MIN.)

Beschrijving:

Lijnvoetbal: 2 tegen 3 / 3 tegen 2

Bal proberen over de lijn te dribbelen en stil te leggen met de zool.

Dribbel door doeltje = dubbel punten, zijanten = 1 punt

Om de 2 min. worden nieuwe ploegen gevormd (M+ tg M-).

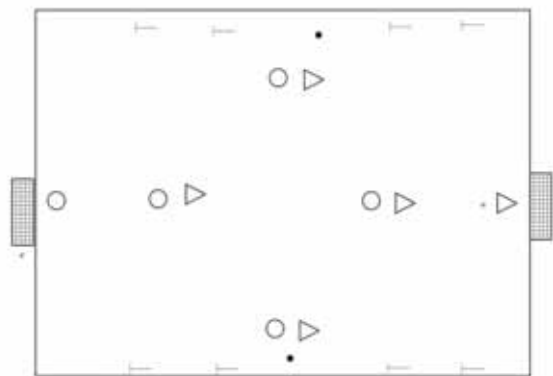
Coaching: 1 tot 5

Fun:

Welke ploeg scoort de meeste punten?

De punten worden van de vier wedstrijden samengeteld.

WEDSTRIJDVORM 3



DUUR: 15 MIN. (2 X 6 MIN.)

Beschrijving:

Wedstrijd 4 tegen 4 + keepers

Applaus bij geslaagde dribbel

Spelers aanmoedigen tot acties

Coaching: 1 tot 5

Fun:

Wie wint?

Welke speler maakt de mooiste 'move'?

COOLING DOWN



Herhaling van de

Coachingspunten of

Recreatief voetbalspel:
Tweelingvoetbal, dribbelvoetbal,
kalkoenspel...
(afhankelijk van de groep)

DUUR: 6 MIN.

Huistaak: initiatie van of keuze uit
(afhankelijk van het niveau)

De trukkendoos:

1. Body dribbel
2. In & push
3. Step over
4. Scissor
5. Creatieve mooie dribbel van spelers

Naam: Hermans Guy, lesgever FTS
Thema: juiste pass kort of halflang -> keuze

Aantal: 14 + 2K
Categorie/niveau: U11

Materiaal: potjes, hesjes en voldoende ballen, 4 kleine doeltjes en groot verplaatsbaar doel

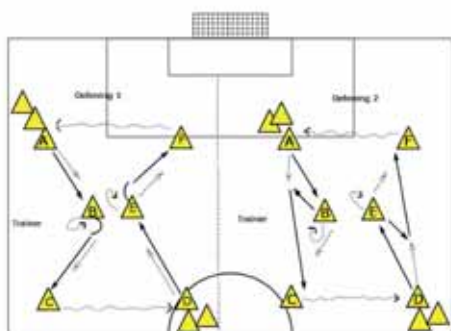


Richtlijnen en coachingswoorden:

Basics: juiste keuze, korte pass of halflange pass
Coaching SP.: SPEEL, KAATS, ALLEEN

Teamtactics: open breed, open diep, geen dom balverlies.
Coaching: STA OPEN, STA DIEP, ONTZET

OPWARMING



Beschrijving:

- A Speelt in op B, B draait open en past op C, C controleert en sluit aan bij andere groep.
- Oef. 2: A speelt bal in op B, B kaats op A, A speelt diep op C, C sluit aan bij andere groep

Coaching:

- Controle met binnenkant juiste voet, juiste balsnelheid, speel in op juiste voet. Open de paslijn

WEDSTRIJDVORM 1



K + 7 / 7 + K

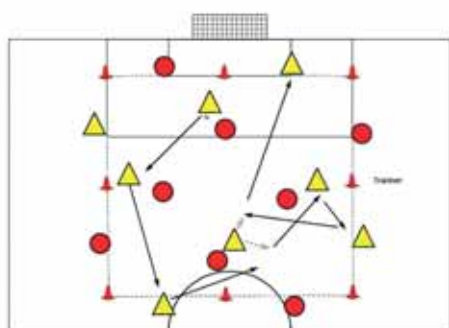
Beschrijving:

- Wedstrijd: K + 7 / K + 7, een 3 / 2 / 2 opstelling, doel wordt op de raaklijn van de cirkel geplaatst (32x40m.). Er worden 2 blokjes van 8' gespeeld

Coaching:

- Geen. Stop-help als het probleem zich stelt

TUSSENVORM 1



Beschrijving:

- A Speelt samen met spelers a tussen de potjes, deze spelen max. in 2T. Eerste blokje van 8' spelen de spelers in het vierkant vrijspel. 2° Blokje iedereen van uit 2 T max.

Coaching:

- Maak de juiste keuze, kort-lang. Pas je positie steeds aan in functie van bal en speler. Speel met juiste balsnelheid op juiste voet

WEDSTRIJDVORM 2

2 X K + 3 / 4



Beschrijving:

- Snelle balcirculatie K + 3 / 3 met 2 kleine doeltjes. Terrein 32x32m. Wedstrijd start steeds bij keeper. Na 7 min. wordt er gewisseld van kant

Coaching:

- Zie richtlijnen basics en teamtactics

TUSSENVORM 2

AFWERKEN OP DOEL



Beschrijving:

- A Speelt in op B, B kaatst op A, A speelt bal diep op C, C kaatst op B, B werkt af op doel. Steeds de sym. uitvoeren. Oefening duurt 10 min.

Coaching:

- Speel de bal in op de juiste voet met juiste balsnelheid, B opent de paslijn door achter inkomende A te lopen, B geeft aan op welke voet hij de bal wil

WEDSTRIJDVORM 3

K + 7 / 7 + K



Beschrijving:

- Wedstrijdvorm 1 wordt herhaald. Tracht afwisselend kort – lang te spelen. Snelle balwisselingen. Opstelling: 3 / 2 / 2

Coaching:

- Zie richtlijnen basics en teamtactics

COOLING DOWN

Beschrijving:

- 2 Rondjes uitlopen, materiaal verzamelen
- Korte evaluatie van training individueel en als groep

Naam: Herman De Landtsheer, lesgever
Federale trainersschool
Thema: halflange passing + vrijlopen om zelf aanspeelbaar te zijn – *BASICS (B+)*

Aantal: 14 + 2
Categorie/niveau: U11

Materiaal: 7 rode + 7 gele overtrekjes,
16 kegels, 2 verplaatsbare doelen,
16 ballen

Richtlijnen en coachingswoorden:

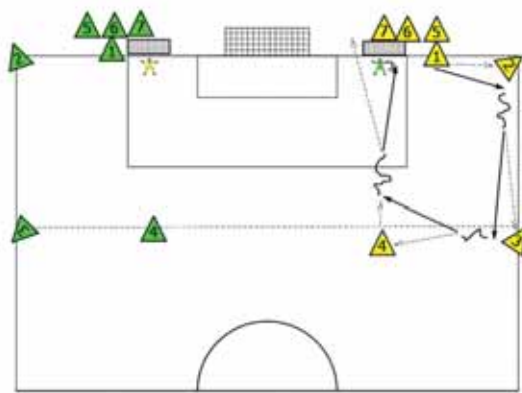
Basics:

1. Als je denkt vrij te staan, laat dit merken aan de speler in balbezit. CO: "SPREKEN" SP: "GEEF"
2. Geef zo nauwkeurig mogelijk de halflange pas zodat de ontvanger de bal in de meest gunstige omstandigheden kan controleren. CO: "JUIST GEVEN" "CONTROLE"
3. Probeer je vrij te lopen door los te haken en/of achter de tegenstander door te gaan. CO: "VRIJLOPEN" "AFHAKEN"

Teamtactics:

4. Openen breed CO: "BREED" "NAAR BUITEN" "GEEF"
5. Openen diep CO: "DIEP"
6. Ruimte creëren voor zichzelf en benutten CO: "BLIJF OPEN" "DRIBBEL" "GEEF"
7. Een lijn overslaan CO: "GEEF DIEP"

OPWARMING



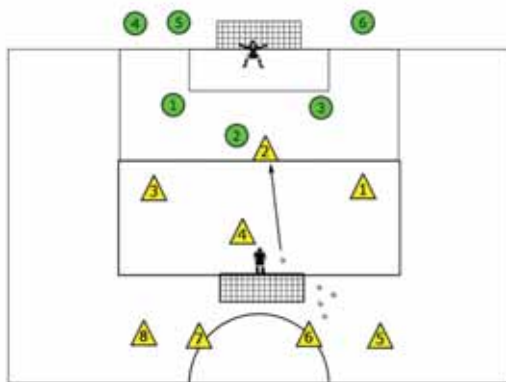
14 + 2K

Beschrijving:

- 2 x 5', omloop met doorschuiven, bal volgen
- Eerst uitvoeren op linkerzijde daarna doorschuiven naar rechterzijde
- 1. Speler 1 speelt in op speler 2, die staat ingedraaid en neemt de bal aan
- 2. Speler 2 speelt de bal na korte dribbel door naar speler 3
- 3. Idem voor speler 3 en die speelt bal door naar speler 4
- 4. Speler 4 trapt op doel na korte dribbel en haalt de bal op
- Verplaatsing zonder bal = opwarmingsoefening
- Na 5' wisselen de keepers en de spelers van flank

Coaching: 1 - 2

WEDSTRIJDVORM 1



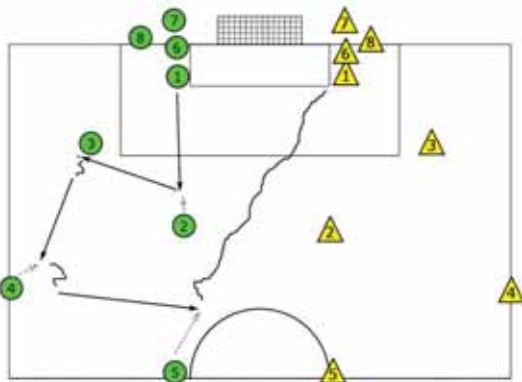
3 + K / 4 + K

Beschrijving:

- 1 x 10'
- WV wordt opgestart bij de keeper van de meerderheid
- De keeper speelt de bal in op de diepste speler die de bal dan aflegt naar een willekeurige speler
- Na 1' wordt gewisseld van ploegen

Coaching: 1 tot 7

TUSSENVORM 1



PAS- EN TRAPVORM 1

Beschrijving:

- 1 x 10'
- 2 Groepen van 8 (7 sp. + 1K) – plaatswissel na de pas met de aangespeelde speler
- Speler 1 speelt in op speler 2 die afhaakt
- Speler 2 legt de bal af op speler 3
- Speler 3 speelt na korte dribbel de bal diep op de afhakende speler 4
- Speler 4 neemt de bal aan en draait weg om daarna de bal breed te leggen voor inkomende speler 5
- Speler 5 leidt de bal en sluit aan de andere zijde aan

Coaching: 1 – 2 – 3 – 5 – 6

WEDSTRIJDVORM 2



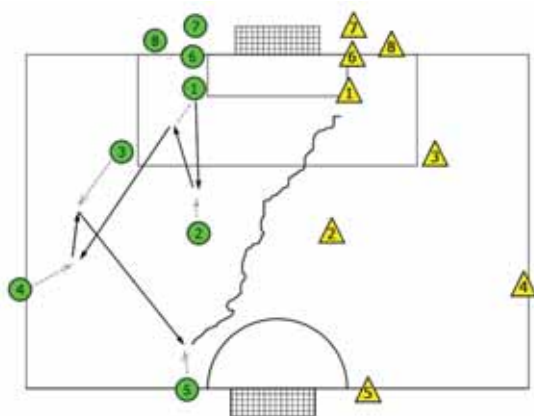
4 + K / 6 + K

Beschrijving:

- 1 x 10'
- WV wordt opgestart met uittrap van de keeper van de minderheid
- Daarop start de ploeg van 6 de aanval met letten op de aandachtspunten
- De ploeg van 6 staat in elftalposities
- Op regelmatige basis (om de 2') worden spelers in de ploeg 1 en 2 gewisseld

Coaching: 1 – 2 – 3 – 4 – 5

TUSSENVORM 2



PAS- EN TRAPVORM 2

Beschrijving:

- 1 x 10'
 - 2 groepen van 8 (7 sp. + 1K) – plaatswissel na de pas met de aangespeelde speler
 - Speler 1 speelt in op speler 2 die afhaakt
 - Speler 2 legt de bal terug af op speler 1
 - Speler 1 speelt de bal diep met een halflange pas op de afhakende speler 4
 - Speler 4 legt de bal af op de inkomende speler 3 die inspeelt op speler 5
 - Speler 5 leidt de bal en sluit aan de andere zijde aan
- Coaching: 1 – 2 – 3 – 5 – 6 – 7

WEDSTRIJDVORM 3



7 + K / 7 + K

Beschrijving:

- 2x5', continu spel
- WV wordt opgestart met halflange pas van keeper of verdediger naar één van de spitsen
- Na iedere aanval zoveel mogelijk de bal in het spel geven op dezelfde manier, indien niet mogelijk toch zoveel mogelijk coachen op de halflange pas in het spel zelf

Coaching: 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7

COOLING DOWN

Beschrijving:

Uitlopen + nabespreking training
Opruimen van het materiaal

Naam: Aerts Kurt, kandidaat FTS
Thema: Basics B+: juiste keuze: schot op doel 15 à 20m. (half lang) of pass of dribbel.
Teamtactics B+: dmv individuele actie een mogelijkheid creëren, zo snel mogelijk afwerken

Aantal: 14 + 2
Categorie/niveau: U13

Materiaal: 1 groot doel, 1 verplaatsbaar groot doel, potjes, kegels, stokken, hesjes en ballen

Richtlijnen en coachingswoorden:

Basics:

1. Concentratie, bewaar het overzicht, kijk naar de positie van mede-, tegenspeler en maak een keuze: **HOU OVERZICHT** (hoofd omhoog)
2. Keuze trap op doel, is er een opening trap gericht op doel, kijk naar de doelman: **KIJK NAAR HET DOEL**
3. Juist en strak inspelen op de juiste voet: **JUIST**
4. Kijk naar wie je passt, naar de meest gunstige speler: **KIJK**
5. Speler die de bal ontvangt: maak een **VOORACTIE**, *laat je horen: speler roept: SPEEL*

Teamtactics:

6. Niemand aanspelbaar, creëer door een individuele actie een mogelijkheid, dribbel: **DURF DRIBBELEN**
7. Werk zo snel mogelijk af bij een werkelijke doelkans: **WERK AF**

OPWARMING



KEUZE: PASS OF DRIBBEL

Beschrijving:

- 1/2 Terrein (50x40m.): 1 doel + 1 groot verplaatsbaar doel
- **Fase 1:** 1/2 rondje loslopen, opwarmingsoef in rechthoek van baklijn tot zijlijn. Opstellen in cirkel – dynamische rek oef. Duur 5'
- **Fase 2:** A – B (vooractie) kaats op A – A leidt de bal, aan de kegel van richting wijken en trappen in de handen van de keeper. B wegdraaien + dieplopen (aanspelbaar zijn)
- **Fase 3:** C – D (vooractie) kaats op C, C leidt de bal, aan de kegel inspelen op doorgelopen D, D passt op E die afwerkt
- Doorschuiven: Fase 2: A – B, B bal ophalen aansluiten bij groep C = fase 3: C – D – E, E bal ophalen aansluiten bij groep A = fase 2
- Duur: 10' (totale duur van de opwarming is 15')

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4 en 5

WEDSTRIJDVORM 1



K + 2 / 3

Beschrijving:

- Organisatie: 2 veldjes van 30x20m, elk veld heeft 1 groot doel en 2 kleine doelen
- Wedstrijdvorm K + 2 >> 3 werken in golven. Bal buiten of na doelpoging of na max. 1' aanval afgelopen 2 nieuwe O verdedigers in het veld.
- Duur: 10', na 5' wisselen de ▲ aanvallers met de O verdedigers.
- FUN:
 - ▲ scoren op groot doel: 1 pt
 - O scoren op de 2 kleine doelen: 2 pt

Coaching:

- 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 en 7
- Stop-help methode

TUSSENVORM 1



KEUZE TRAP OF DRIBBEL

Beschrijving:

- 1/2 Terrein (50x40m.): 1 doel + 1 groot verplaatsbaar doel
- **Fase 1:** A – B die komt ingelopen, B leidt de bal en verandert zijn richting, speelt in op de ingelopen C, C leidt de bal naar de kegel en past op de achter hem doorgelopen B, B kan nu vrij inspelen op de doorgelopen A, die de keuze maakt: trap op doel in 1 tijd of dribbel voorbij de kegels met afwerken of pass op C
- **Fase 2:** D – E, E legt breed op D, D trapt op doel van ver
- Doorschuiven: Fase 1: A – B – C bal ophalen en aansluiten bij groep D = Fase 2: D – E bal ophalen en aansluiten bij groep A = Fase 1
- Duur: 10'
- FUN:
 - Scoren van ver: 2pt
 - Scoren na dribbel: 1pt

Coaching: 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 en 7

WEDSTRIJDVORM 2



K + 6 / K + 6 + 2N

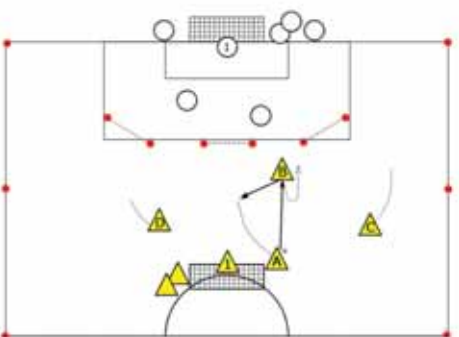
Beschrijving:

- 1/2 Terrein (50x40m.): 1 doel + 1 groot verplaatsbaar doel
- Wedstrijdvorm K + 6 tegen K + 6 + 2 neutrale spelers die meespelen met de ploeg in balbezit
- Posities van de neutrale spelers zijn 6 of 8 en 10
- Off-side regel van toepassing
- NA 2' wisselen van de neutrale spelers
- Duur: 10'
- FUN:
 - Scoren van ver: 3 pt
 - Scoren na individuele actie: 2 pt
 - Scoren na pass (kortbij): 1 pt

Coaching:

- 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 en 7
- Stop-help methode

TUSSENVORM 2



SPELVORM

Beschrijving:

- Terrein 50x30m., 1 doel
- Spelvorm in golven, oef start steeds bij A. Bal buiten of na doelpoging of na max 1' aanval afgelopen 2 nieuwe O verdedigers in het veld
- A – B (vooractie) B kaats op A, A leidt de bal en maakt een keuze:
 - Trappen op doel voor de potjes (ver) indien mogelijk
 - Of na dribbel tussen de potjes trappen op doel
 - Of pas geven aan medespeler, 4▲ tegen 2O, bal rond spelen, zoek ruimte, voer dribbel uit enkel tussen potjes of trappen op doel voor de potjes (ver), 2O proberen dit te verhinderen.
- Duur: 10', o en ▲ wisselen na 5'
- FUN: ▲ scoren van ver: 2pt, na dribbel: 1pt, kan O scoren na onderschepping van de bal: 2pt

Coaching:

- 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 en 7

WEDSTRIJDVORM 3



K + 7 / K + 7

Beschrijving:

- 1/2 Terrein (50x40m.): 1 doel + 1 groot verplaatsbaar doel
- Wedstrijdvorm k + 7 tegen k + 7
- Veldbezetting: 1 – 3 – 1 – 3
- Off-side regel van toepassing
- Duur: 15'
- FUN:
 - Scoren na individuele actie: 2pt
 - Scoren na pas of van ver: 1pt

Coaching:

- 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 en 7
- Stop-help methode

COOLING DOWN

DUUR: 5 MIN.

Beschrijving:

- 1/2 Rondje uitlopen
- Materiaal opruimen
- Korte bespreking

Naam: Bart MEERT (lesgever FTS)
Thema: de middenvelders slagen er niet in de vrije ruimte te benutten op de andere flank

Aantal: 16 + 2
Categorie/niveau: U14

Materiaal: hesjes, ballen, verplaatsbaar doelen, potjes



Richtlijnen en coachingswoorden (TEAMTACTICS):
VOOR CENTRALE MIDDENVELDERS (6 – 8 – 10)

1. Maak je aanspelbaar bij de flankspeler in moeilijkheden en vraag de bal. **“GEEF”**
2. Tracht het spel te verleggen naar de andere flank omdat daar aanvalsmogelijkheden zijn. **“VERANDEREN”**
3. Tracht zo snel mogelijk van flank te veranderen, daar ligt de zwakke zone v/d tegenstrever. **“SNEL”**

4. Geef de pass met de juiste balsnelheid zodat de flankspeler die in de meest gunstige omstandigheden ontvangt (in de loop). **“SPEEL JUIST IN”**
- VOOR FLANKSPELERS (5 – 11 en 2 – 7)**
5. Speler op de andere flank haakt op de juiste manier los, komt vrij. **“VRIJLOPEN”**
6. Durf de bal vragen op het ogenblik dat je vrijloopt. **“SPREEK”**

OPWARMING



CAROUSSEL – 2 X 6' – TUSSENDOOR LOSDRAAIEN

Beschrijving:

- Speler 2 speelt in op speler 4 (vooractie)
- Speler 4 draait open en speelt in de loop van speler 6
- Speler 6 haalt de achterlijn en legt terug op speler 8 die keeper aanspeelt
- Keeper geeft bal mee in de loop van speler 8
- Speler 8 leidt de bal en sluit aan andere kant aan
- Uitvoering over L en over R

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6

WEDSTRIJDVORM 1



10 + K / 6 + K – 3X3' – 1'30" TUSSENDOOR

Beschrijving:

Ploeg A in 4 – 3 – 3, ploeg B in 4 – 1 – 1.

Ploeg in meerderheid start de WV op. Ze proberen de overtalsituatie uit te spelen d.m.v. snelle flankveranderingen. Ploeg B krijgt de opdracht goed onderling te dekken, hierdoor krijgen de FA's de nodige ruimte. Als ploeg in minderheid scoort, krijgen ze dubbele punten. Als ploeg in meerderheid scoort na een snelle flankverandering, krijgen ook zij 2 punten.

Bij elke pauze, worden spelers gewisseld van ploeg, zodat iedereen in minderheid speelde.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6

TUSSENVORM 1



PARTIJVORM, 9 / 9 – 2 X 6' – 3' RUST TUSSENDOOR

Beschrijving:

Beide ploegen in een 3 – 3 – 3 opstelling. Doelmannen spelen mee als centrale verdediger, ook in wedstrijden komen ze in situaties waar ze tot snelle flankverandering moeten komen! Een doelpunt op de flank telt dubbel.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6

WEDSTRIJDVORM 2



9 + K / 7 + K – 3X4' – 1'30" TUSSENDOR

Beschrijving:

Ploeg A in een 3 – 3 – 3, ploeg B in een 4 – 2 – 1.

Ploeg in meerderheid start de WV op.

Ze proberen de overtalsituatie uit te spelen d.m.v. snelle flankveranderingen. Ploeg B krijgt de opdracht goed onderling te dekken, hierdoor krijgen de FA's de nodige ruimte. Als ploeg in minderheid scoort, krijgen ze dubbele punten. Als ploeg in meerderheid scoort na een snelle flankverandering, krijgen ook zij 2 punten.

Bij elke pauze, worden spelers gewisseld van ploeg, zodat iedereen in minderheid speelde.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6

TUSSENVORM 2



SHOOTING-GAME: 4X3' (ONDERLING DUEL) – 2' RUST

Beschrijving:

Eenvoudige afwerkvormen. Twee ploegen tellen gescoorde doelpunten op! Afwerken van achter het penaltypunt. Elke oefening wordt 3' L, nadien 3' rechts (of omgekeerd) uitgevoerd.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6

WEDSTRIJDVORM 3



8 + K / 8 + K, 2X7', 2' RUST

Beschrijving:

Beide ploegen starten in een 3 – 2 – 3 opstelling.

Beide ploegen kunnen opstarten. Evaluatie van de training, trainer stuurt nog bij waar nodig.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6

Naam: Frans Meeuwens, lesgever FTS
Thema: omschakeling van B- naar B+ aansluiting van de linies inclusief doelpoging op hoge voorzet

Aantal: 16 + 2K
Categorie/niveau: U17

Materiaal: 2 grote doelen, chinaheads, 8 gele hesjes



Richtlijnen en coachingswoorden:

1. Maak je zo snel mogelijk aan speelbaar na recuperatie van de bal, maak je los van je tegenstander = **vooractie**
2. Kom zo snel mogelijk de bal tegemoet maak je aan speelbaar = **haak af**
3. Speel zo snel mogelijk diep naar je medespeler die vrijstaat in de aanvalzone = **speel diep**
4. Sluit zo snel mogelijk aan naar de waarheidzone = **sluit aan**
5. Geef een hoge voorzet naar je medespeler die zich heeft opgesteld voor doel = **hoge voorzet**
6. Probeer te scoren op een hoge voorzet van op de flank = **maak af**

OPWARMING



PAS- EN TRAPVORM (CARROUSEL)

Beschrijving: half terrein

1. één ronde loslopen
2. lenigheid d.m.v. ritmische opwarming
3. opwarming met bal
 - K Werpt de bal naar de achteruit vrijlopende speler 2
 - Speler 2 speelt in op speler 7 die vooractie maakt en de bal komt opeisen en 1/2 beweging uitvoert met 2
 - 2 Speelt in op aanbiedende speler 10
 - Speler 10 geeft bal mee met diepgaande speler 7
 - Speler 7 geeft voorzet naar doelman (Opwarming)
 - Zelfde oefening aan andere kant

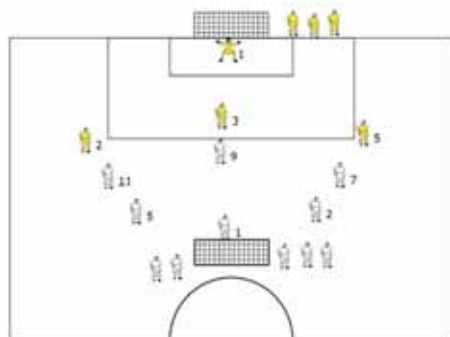
Doorschuiwen: 2<>6<>7

Duur: 7 minuten

Keuze tussen actie links of rechts laten uitvoeren.

Coaching: 1-2-5

WEDSTRIJDVORM 1



K + 5 <> 3 + K

Beschrijving: dubbel strafschoopgebied

- Alle wedstrijdreglementen zijn van toepassing
- We spelen 5 tegen 3
- Wedstrijd start met opbouw van K gele ploeg naar pos 2/5
- Wanneer witte ploeg kan scoren binnen de 10 seconden na recuperatie en alle spelers zijn in het strafschoopgebied krijgt men 2 punten
- Ook scoren via flankvoorzet telt dubbel.

- Indien gele ploeg scoort, krijgt ze 3 punten

Doorschuiwen: bij doelpunt of na 2 min wissel van ploegen

Duur: 15 minuten

Coaching: 1 – 2 – 3 – 4 – 6

TUSSENVORM 1



PAS EN TRAPVORM

Beschrijving: 3/4 terrein

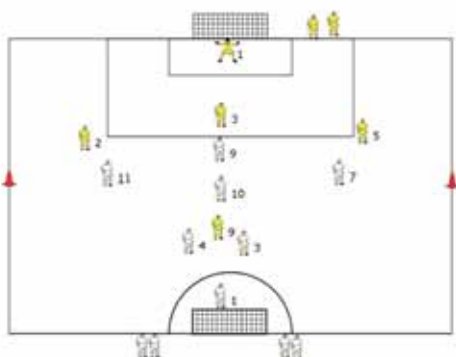
- K werpt de bal naar de achteruit vrijlopende speler 2
- Speler 2 speelt in op speler 7 die vooractie maakt en de bal komt opeisen en 1/2 beweging uitvoert met 2
- 2 Speelt in op aanbiedende speler 10
- Speler 10 speelt diep op de lijn naar speler 9 die naar buiten gaat
- Speler 7 gaat naar binnen aan de tweede paal
- Speler 11 gaat naar de eerste paal
- Speler 10 neemt de terugvallende bal
- Speler 2 schuif mee in langs de lijn indien geen oplossing voor 9 en kan dan ook kiezen tussen trappen of voorzet
- Na 7 tal minuten komen er 2 spelers verdedigen in stafschoopgebied waardoor speler 9 keuze moet maken en bal inspelen naar vrije speler

Doorschuiwen: we werken in golven van 5, steeds dezelfde speler volgens positie tijdens wedstrijd. Elke groep start afwisselend rechts en links. Spelers houden positie

Duur: 15 min.

Coaching: 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6

WEDSTRIJDVORM 2



K + 6 <> 4 + K

Beschrijving:

- Alle wedstrijdreglementen zijn van toepassing
- We spelen 6 tegen 4
- Wedstrijd start bij K gele ploeg
- Doelpunt telt dubbel voor gele ploeg
- Winmoment 3-0 voor gele ploeg
- Doelpunt witte ploeg telt dubbel na flankvoorzet of indien gescoord wordt binnen de 15 sec. na recuperatie en iedereen over de denkbeeldige middenlijn (rode kegels) is

Doorschuiwen: bij doelpunt of na 2 min.

Duur: 15 min.

Coaching: 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6

TUSSENVORM 2



SPELVORM K + 8 <> 8 + K

Beschrijving:

- We spelen in kleine rechthoek 7 aanvallers tegen 6 verdedigers
- Op de andere helft staan 2 verdedigers 3,4 en één aanvaller 9
- De aanvallers proberen om zo snel mogelijk bal te veroveren en dan speler 9 diep aan de spelen
- Spelers 7 en 11 kiezen dadelijk positie op de flank om aangespeeld te worden, daarna snelle aansluiting van de andere OTPlayers voor doel
- Verdedigers kunnen scoren door bal 10 keer rond te spelen in rechthoek en na het veroveren van de bal op andere doel
- Wanneer de aanvallers kunnen scoren binnen een termijn van 15 sec. na het aanspelen van 9 telt het doelpunt dubbel

Duur: 15 min.

Arbeid – rust: na doelpoging , doelpunt of bal buiten wandelen de spelers terug naar rechthoek

Verdeling:

1. Aanvallers: 2, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11

2. Verdedigers: 3, 4 + 6 resterende reservespelers

Coaching: 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6

WEDSTRIJDVORM 3



K + 8 <> 8 + K

Beschrijving:

- Alle wedstrijdreglementen zijn van toepassing
- We spelen 8 tegen 8
- Opstelling: 1 – 2 – 3 – 3 >> 1 – 4 – 3 – 1
- Doelpunt telt dubbel wanneer alle spelers op de helft van de tegenstander zijn (rode kegels)

Duur: 15 min.

Coaching: 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6

COOLING DOWN

Beschrijving:

- 1,5 Rondjes loslopen in groep
- Half rondje uitwandelen
- Bespreking trainingsthema
- Duur: 10 min.



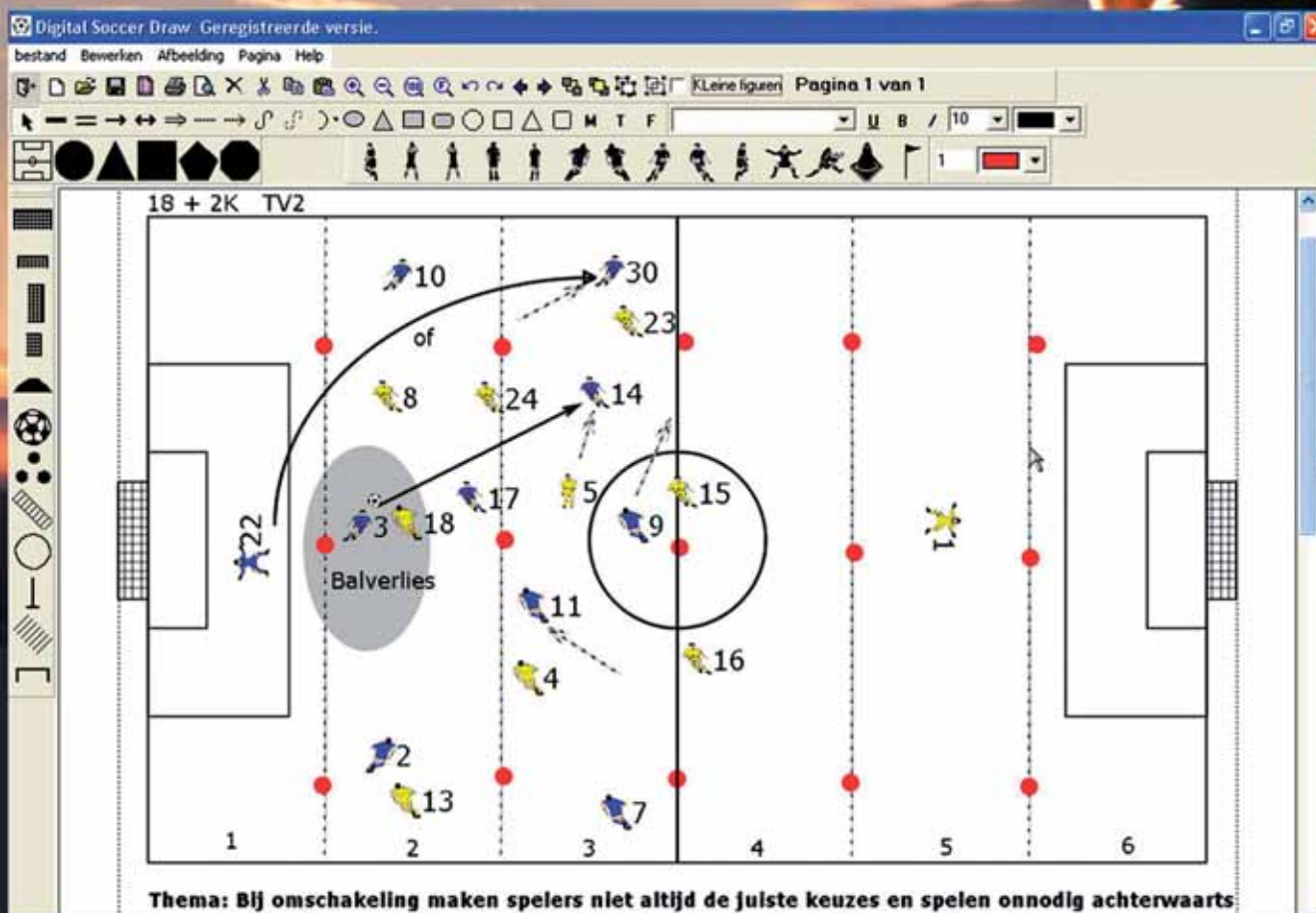
Eindelijk een handige tool om wedstrijd- en trainingssituaties snel in beeld te brengen. Weg met de borden en flipovers ... hier is ...

Digital Soccer Draw

hét online-tekenpakket voor de moderne voetbaltrainer!

Ga naar www.PartnersInSports.be, kies "Digital Soccer Draw", download deze professionele software en gebruik hem 21 dagen lang gratis en vrijblijvend!

- installatie: eenvoudig en snel
- gebruik: handig met talloze tekenmogelijkheden - exporteerbaar naar andere software
- drietalig: Nederlands - Frans - Engels
- met gratis oefenstof op onze website
- ontworpen door én voor voetbaltrainers - Ontwerp: Frank Glaeys - Programmatie: Willy Deconinck



Demonstratiesessies Digital Soccer Draw!

Voor groepen van minstens 10 personen komt één van onze medewerkers op een plaats van uw keuze een volledige demonstratie geven. Na één uur heeft u kennis gemaakt met de volledige werking en toepassingen. Bestel enkel op dit adres uw gratis demosessie: info@partnersinsports.be



Eddy Cordier: “Jeugdopleiding blijft afhankelijk van het eerste elftal”!

Tom Boudeweel, sportjournalist

Tien jaar geleden speelde SV Zulte Waregem nog in de vierde klasse. Al was het toen nog niet als fusieclub. Het Oost-West huwelijk werd pas in 2001 voltrokken. Essevee heeft dus een druk decennium achter de rug met drie promoties, een fusie, bekerwinst en Europees voetbal. Niet alleen de A-kern en de omkadering moesten in een sneltempo meegroeien, ook de jeugdopleiding was verplicht om zich razendsnel te ontwikkelen. Eddy Cordier, jarenlang de rechterhand van hoofdtrainer Franky Dury, zette vijf jaar geleden zijn schouders onder een ambitieus project waarvan Zulte Waregem binnenkort de eerste vruchten kan plukken. Hij vertelt ons over de gestage groei van de jeugdopleiding van SV Zulte Waregem.

Eddy Cordier: “Ik ben zo’n vijf jaar geleden naar de jeugd van SV Zulte Waregem overgestapt omdat de A-kern overschakelde naar namiddagtrainingen. Ik kon me daarvoor niet vrijmaken. Het eerste jaar als sportief directeur jeugdopleiding omvatte vooral observeren en luisteren. Het heeft geen zin om wanneer je ergens komt meteen heilige huisjes omver te duwen. Leer eerst de mensen kennen en begin pas dan wat bij te sturen. Het was toen het derde jaar van de fusie en we hadden nog altijd af te rekenen met de groeipijnen. Zultse

VV, toen in de derde klasse, kon bij het samengaan weinig inbrengen. We beschikten niet over de accommodatie om een bruisende jeugdopleiding op poten te zetten. Elk talent werd toen weggeplukt door de burens uit de eerste en de tweede klasse.

In Waregem vertrokken alle jeugdspelers bij het faillissement van de club. Kortom, we moesten de jeugdwerking van Zulte Waregem volledig heropstarten”.



SPAIN, 21/11/2006 / PRACTICE ZULTE WAREGEM PRIOR TO THE UEFA-CUP GAME AGAINST ESPANYOL BARCELONA / A DREAM FOR EVERY YOUTH SOCCER PLAYER FROM ZULTE!

(Photonews)



(Photonews)



STRUCTUUR EN VISIE

Eddy Cordier: "In het tweede jaar hebben we een duidelijke structuur neergeplant en een visie vastgelegd op papier, want die ontbrak in het verleden. Iedereen trainde op zijn manier, het opleidingsplan ontbrak, het winnen primeerde op de manier waarop, de kwaliteit van de spelerskernen was ondermaats, evaluaties bestonden niet en bijgevolg dus ook helemaal geen doorstroming. Positief was wel het georganiseerde scoutingapparaat, de goede structuur van het jeugdbestuur, de gemotiveerde medewerkers en de vele activiteiten die voor extra inkomsten zorgden. We beschikten toen

over een budget van 200.000 euro. In 2008 zijn we niet meer zelfbedruipend, maar als we iets vragen aan de voorzitter of de raad van beheer om de jeugd te professionaliseren, komt dat snel in orde: de medische begeleiding vergroot, het aantal trainingen en trainers ook en we kunnen jeugdspelers ophalen met drie busjes. Ja, het extrasportieve luik wint aan belang.

Wil je goede jongeren, dan moet je niet alleen kwaliteit aanbieden op het veld of een goede structuur en visie, maar je moet die jongens ook extrasportief iets kunnen bieden. Hier wordt rustig, maar kwalitatief gebouwd, op stevige fundamenten. Franky Dury blijft hier trainer, we weten waar we naartoe willen met de eerste ploeg, maar ook met de jeugd. Bovendien krijgen eigen jeugdproducten hier sneller de kans om in de A-kern te geraken.



34

Met een handboek voor de trainers, een duidelijk plan voor de verschillende leeftijden en de sportieve ondersteuning hebben we in dat tweede jaar toch enkele stappen vooruit gezet. De middelmaat van de tweede klasse toen. Het ontbrak ons wel aan kwaliteit bij de spelers. We wilden de talentvolle spelers terug naar ons te lokken, vooral uit de regio. Maar dat lukte niet al te best. Als jeugdopleiding moet je een goed opleidingsplan uitwerken, geloofwaardig overkomen en de spelers moeten een kans krijgen. Daarnaast moet ook de eerste ploeg goed presteren, want de jeugdopleiding is afhankelijk van de prestaties van je eerste elftal. Dat is en blijft het uithangbord van de club. Zeker in een overbezette regio met Moeskroen, Roeselare, Kortrijk, Gent, Lokeren op een zakdoek bij elkaar en talrijke clubs in tweede en in de lagere reeksen.

We hebben ons aanvankelijk geconcentreerd op de onderbouw, bij de promotie naar de eerste klasse konden we echt gericht jeugdspelers aanwerven voor de verschillende leeftijdsgroepen. Maar pas in het tweede jaar in eerste klasse geloofde de buitenwereld in ons project. Vooraf was er veel twijfel of onze club iets konden betekenen op het hoogste niveau”.

SPECIALISATIE

Eddy Cordier: “We hebben ondertussen ook al mensen aangesproken om specifieke trainingen te geven zoals een techniek-, een loop-, een coördinatie- en een revalidatietrainer. We hebben de kernen hervormd naar 16 vaste spelers en

2 doelmannen. Dan kan je gericht trainen, makkelijker te verdelen tijdens de training, 4:4 of 8:8 bijvoorbeeld. In de onderbouw concentreerden we ons op vier thema's: coördinatie, techniek, snelheid en wedstrijdvormen. Elk thema kwam elke week aan bod, op basis van een jaarplan, aangepast aan de leeftijd. Wij werken tijdens de week niet specifiek naar de wedstrijd. Een wedstrijd is een deel van de opleiding. Wij houden voortdurend in ons achterhoofd wat de jongens moeten kunnen op het einde van het seizoen. Op basis daarvan leiden we jongeren op. We willen het individu beter maken. Winnen is belangrijk, ik wil de mentaliteit van een winnaar zien, je moet sportattitude en persoonlijkheid uitstralen, maar de manier waarop is nog belangrijker. Bij ons moet er in de eerste plaats gevoetbald worden.

We voerden bij ons debuut in de eerste klasse ook de evaluaties en de doorstroming in, samen met standaarddocumenten voor alle trainers, trainingen en wedstrijden. We organiseren ook maandelijkse trainersvergaderingen per categorie. Vroeger speelden we op nationaal, liga en gewestelijk niveau met onze jeugd met 450 spelers in totaal. Dat hebben we nu beperkt tot twee reeksen: nationale en gewestelijke.

Net als bij RC Genk staan ook wij achter het principe dat iedereen in de onderbouw (tot eerstejaars preminiem) evenveel moet spelen. Ook bij een slechte match blijven ze op het veld. Ze moeten kunnen leren uit hun fouten. Vanaf de tweedejaars preminiemen krijgt iedereen evenveel speelkans.



Dat is net iets anders. Een kind zal bij ons nooit twee wedstrijden na elkaar op de bank zitten zonder geldige reden. Iemand van 11 jaar bijvoorbeeld kan het in die periode wat moeilijker hebben door een gebrek aan gestalte, maar na de groei kan die jongen zich beter ontwikkelen en hij kan zelfs opgeroepen worden voor de nationale ploeg. Dat maakten we hier al mee bij de U15. Je moet zeer voorzichtig zijn met een jeugdspeler. Elke kern bevat spelers die kwalitatief iets minder zijn, maar ik vind het belangrijk dat de groep gemotiveerd blijft. Ieder weekend met dezelfde 6 à 8 vaste spelers starten is niet motiverend voor de anderen.

Voor ons is de wedstrijd een momentopname, tijdens de week train je nog 4 keer samen en dan loop je het gevaar dat die beteren omringd zijn door jongens zonder motivatie omdat ze toch nauwelijks mogen spelen. Dat haalt het niveau van de training zeker en vast naar beneden. Bij ons weet iedereen dat hij speelkansen krijgt. Als het minder loopt, worden ze wel vervangen.

Maar in dezelfde wedstrijd keren ze wel terug op het veld nadat de trainer hen heeft bijgestuurd op de bank. Ik zie hier regelmatig jongens toekomen na twee uur op de bus en die moeten dan de hele wedstrijd op de bank blijven. Dat is kindermishandeling. Als het competitie-element primeert, zal de trainer kiezen voor krachtige en grote spelers.

Dan worden de kleine en technische jongens benadeeld. Zo gaat er veel talent verloren. Wij hebben geduld. De korte termijnpolitiek van groot en sterk levert je misschien 9 punten meer op in het klassement, dat is misschien vier plaatsen hoger. Maar weegt dat op tegen het verlies van vele talentjes”?

VOETBALACADEMIE

Eddy Cordier: “De betere spelers van onze opleiding brengen we tijdens de week samen in de voetbalacademie. Het zou het doel moeten zijn van elke jeugdspeler om bij die selectie te geraken, want de academie is niet sluitend. Dat kan variëren gedurende het seizoen. We creëren drie groepen, onderverdeeld volgens de biologische leeftijd. We laten dus spelers van hetzelfde niveau met elkaar trainen. Naast een sportieve evaluatie zijn ze ook allemaal medisch gescreend in het ziekenhuis van Ronse om te bepalen of ze zich voor, tijdens of al na hun puberteit bevinden.

Die drie groepen worden nog eens verdeeld in aanvallers en verdedigers omdat we heel gericht werken. Voor ieder thema hebben we een specifieke trainer. Ex-spelers Frederik D'hollander en Piet Verschelde nemen bijvoorbeeld de aanvallers voor hun rekening. John Dujardin de keepers. De eerste en ook jongste groep houdt zich vooral bezig met techniek en passing, de tweede groep concentreert zich op uithouding en snelheid en de derde op kracht.





38

We werken volgens een zes weken plan, in de vorm van een extra training op woensdag van 14u tot 17u, met telkens drie verschillende thema's. We voorzien nog aanvallende en verdedigende vormen, pas- en trapvormen en looptechniek. Onze slogan is: je wordt pas een betere voetballer door meer te trainen. Of 'Trainen = beter worden'. De speler staat centraal via periodisering en specialisatie. We willen dus de speler verbeteren! Dat was ons uitgangspunt toen we Jacques Balcaen vroegen om dit deel van de sportieve cel voor zijn rekening te nemen. Ik las dat de jeugdspelers in Engeland en Frankrijk tussen hun twaalfde en zestiende levensjaar 2300 uren op het veld staan.

Via de voetbalacademie komen we slechts aan 1800 uren, maar is toch al een eerste stap in de goede richting. Meer trainen leert de jongeren om beter te plannen en het bevordert de zelfdiscipline. Iedereen heeft de mond vol over de eigen jongeren meer kansen te geven, maar in de eerste plaats moet de speler -naast het talent- zelf over genoeg doorzettingsvermogen en discipline beschikken. Noem het persoonlijkheidsvorming. Veel talent gaat verloren omdat de jongere zelf, al dan niet onder invloed van zijn ouders, verkeerde keuzes maakt of denkt dat hij op een andere manier de top wel zal bereiken. Daarom spreken we ook de ouders aan. Ze spelen de grootste rol in motivatie, het management van tijd voor studie, voeding, rust en dergelijke.

Bijkomend pluspunt is de samenwerking met het Atheneum van Waregem, op 500m. van ons terrein. Op maandag- en donderdagvoormiddag krijgen de studenten van de voetbalrichting twee uur training met onze trainers en ons opleidingsplan. We willen dat in de toekomst uitbreiden en onze jongens daar school laten lopen. Je kunt er immers alle richtingen volgen".



UGENT

Eddy Cordier: "We werken ook samen met de Universiteit van Gent. Naast de sportmedische keuring op basis van de criteria van medisch verantwoord sporten van de Vlaamse Gemeenschap worden in de UGent vier keer per jaar sportspecifieke testen afgenomen door professor Philippaerts. Zoals de loopergometrie, de counter movement jump, de standing broad jump, de sprinttesten 5-10-30m. en de Shuttle test. De eerste selectie gebeurt natuurlijk nog altijd op het veld. Bij gelijkwaardige spelers halen we de testen op snelheid, sprongkracht, uithouding, ... erbij. Ideaal om eventuele verschillen in positieve en negatieve zin op te merken. Als je sportieve vooruitgang wilt boeken, dan heb je wetenschappelijke ondersteuning nodig. Nu willen we de medische cel nog verder uitbouwen samen met de mensen van onze A kern. Naast de nieuwe revalidatieruimte hebben we ook een nieuw dokterskabinet en een studeerruimte.

Elke speler vanaf 12 jaar traint vanaf dit seizoen met een hartslagmeter. In samenwerking met de medische cel die ook enorm geëvolueerd is. Bij de jongste doen we dat vooral

voor de recuperatie omdat we daar op snelheid werken, niet op uithouding. Iedere speler is verplicht om een Polar aan te schaffen. Ik was er aanvankelijk niet van overtuigd, maar de specialisten vinden dat wel verantwoord om vanaf jonge leeftijd hiermee te leren trainen. Je kunt er veel informatie uit halen. Ook de rustpols wordt bijgehouden. Sinds dit seizoen hebben we een nieuwe revalidatieruimte en we besteden enorm veel aandacht aan blessurepreventie onder leiding van Dr. De Bo Thomas, Bram Dewinne en Govert Quintijn”.

INTERNE OPLEIDING

Eddy Cordier: “Eén keer per maand hebben we een interne trainersopleiding. We kunnen heel wat van elkaar opsteken. De laatste vrijdag van de maand discussiëren we in groep over drie thema's. De laatste keer ging het over blessurepreventie, over coaching in het algemeen en motivatietechnieken en mental coaching. Het is een gezond discussieforum. Telkens drie kwartier per thema.

De 29 jeugd- en de 9 specifieke trainers hebben ons opleidingsplan, de rode draad van de jeugdopleiding. Alles ligt vast in een blokkentraining, ze weten waar we naartoe willen, het einddoel, maar de uitvoering moeten ze zelf invullen. Eigen inbreng vind ik belangrijk, maar ze moeten het verantwoorden. Het heeft ook geen zin om elk team te laten spelen zoals het eerste elftal. Hoeveel eersteklassers houden nog vast aan één systeem? Een jeugdtrainer krijgt zijn spelers, hij kan ze niet zelf kiezen. Met twee pocketspitsen kan je niet met één diepe spits spelen en de andere op de bank laten zitten. En de ene trainer kan er meer uithalen dan de andere, dat zijn de individuele kwaliteiten. Tijdens het weekend zie je het werk van de week.

De kwaliteit van de trainer straalt uit de jeugdspelers tijdens de wedstrijd. We zitten één keer per maand met de trainers samen, per leeftijdscategorie. Dan bespreken we een aantal sportieve punten. Het heeft geen zin om voortdurend negatief te spreken, we bieden oplossingen aan voor eventuele problemen, samen met de coördinatoren Raf Lagrange van de bovenbouw en Frankie Demeulenaere van de onderbouw. Op 15 februari ben ik begonnen met de

individuele gesprekken met iedere trainer. Een titanenwerk, maar volgend seizoen willen we twee trainers per kern. Dus we moeten ook nog nieuwe trainers screenen.

We hebben een bijzondere goede samenwerking met onze buur, derdeklasser Racing Waregem. Tijdens het seizoen kunnen we spelers uitwisselen, ook de scouting met Dirk Derudder werkt samen. Als zij spelers zien voor ons, geven ze die door en omgekeerd. Binnen een bepaalde straal mag dat van de Voetbalbond. Alleen met samenwerken geraak je vooruit. Het is de bedoeling om het volgende seizoen terug contacten te leggen met de omliggende ploegen”.

GEDULD

Eddy Cordier: “Voor een eerste ploeg kan je spelers kopen om u kern te versterken. Bij de jeugd kan je de kernen wel aanvullen, maar het gaat er toch om de jeugd die je hebt om die sterker te maken. Jeugdvoetbal is hard werken en veel geduld. Het begint bij de basisfase (6-10 jaar), naar de opbouwfase (11-13 jaar) tot de wedstrijd (14-19 jaar). In de eerste, de fundamentele fase, moet iedereen evenveel spelen. De kinderen krijgen ook huiswerk mee van de trainers die roteren tijdens trainingen en wedstrijden. Net als de posities van de spelers. We willen wel nog het fun-aspect benadrukken met veel scoren in spelvormen, veel balcontacten, veel technische oefeningen en een positieve aanmoediging.

In de opbouwfase behouden we de vier onderdelen van de basistraining, maar we geven tijdens de opbouwtraining veel coördinatieoefeningen voor de groeispurt. Dit is de periode om individuele tekortkomingen van de techniek te verbeteren, om te leren samenspelen en om sprint- en looptechnieken onder de knie te krijgen.

Allemaal met de hartslagmeter. En in de wedstrijdphase werken we specifiek per positie, per linie, trainen we de overschakeling balverlies-balbezit. Via de zes weken cyclus doen we aan periodisering en de spelers krijgen krachttraining op maat. Voetbal is een sport met een late specialisatie. Het is een continue ontwikkeling, maar de basis van een voetballer moet gevormd zijn op 18-19 jaar. Dit is onze lange termijnvisie met power, strength, balance, coordination, aerobic endurance, speed, speed endurance en flexibility.

Doktor Roel Vaeyens van UGent beweert in zijn eindwerk dat slechts 1% van de jeugdopleiding effectief in de eerste ploeg geraakt. Ajax zit aan anderhalve jeugdspeler per seizoen. In Amsterdam zouden ze graag naar drie stijgen. Iedere club werkt om spelers beter te maken en om hen te laten doorstromen naar de A-kern. Onze manier van werken is aangepast aan de club, de visie gebaseerd op de Nederlandse voetbalschool, o.a. op Heerenveen en we hebben een samenwerking met Willem II. Ze komen trouwens op 19 april langs met hun sportieve staf en we wisselen onze gedachten en knowhow uit. In België is het moeilijk contacten leggen, iedereen schernt zich af, terwijl we toch allemaal aan hetzelfde werken”.





De redactie van **Dug-Out** wil in uw magazine steeds veel aandacht besteden aan jeugdvoetbal. Ook in dit nummer dezelfde focus. We starten met een interview met **Marc Van Geersom** - ex doelman van S.V. Waregem, Eendracht Aalst, VAV Beerschot. Van Geersom is als trainer van de nationale U20, U19 en U18 een vurig voorstander van een betere, professioneler jeugdopleiding. Het Belgische opleidingsmodel, met als basis de opleidingsfilosofie van de KBVB, is hierbij een basis en sterke leidraad. Uitgangspunt: de kwaliteit van de jeugdtypeiler verbeteren.

Een jeugdtypeiler is immers een belangrijke en bijna onmisbare schakel in de talentontwikkeling en de vervolmaking van jeugdspelers. Investeren in het opleidingsniveau van de Belgische jeugdtypeilers is daarom van groot belang. Ook **F&G Partners** draagt zijn steentje hierin bij. Alle studenten aan de **Federale trainersschool** en de VTS (zie verder meer) krijgen in hun opleidingspakket een abonnement op *Dug-Out*. Hierdoor willen we een permanente bijscholing bieden voor de vele trainers die wekelijks op de vele duizenden voetbalvelden jeugdspelers opleiden, hen laten meekijken in de keuken van andere (grotere) clubs en specifiek naar hun jeugdtypeiling.

Guido Steens stelt de nieuwe samenwerking tussen de KBVB en de VTS voor. Tot verleden jaar waren er in Vlaanderen twee verschillende opleidingen tot voetbaltrainer. Sinds januari 2008 werkt men samen, met één programma en hetzelfde cursusmateriaal. Geen versnippering meer, maar bundeling van de krachten. In Wallonië is de situatie ietwat anders. Door een verschil in decretaal sportlandschap is een samenwerking niet mogelijk. In het Waalse landgedeelte heeft de KBVB de exclusiviteit om de voetbalopleidingen te verzorgen, waarna ADEPS de diploma's homologueert.

De redactie wil vandaag een signaal geven en staat steeds open voor uw vragen, kritieken, suggesties. Meer dan ooit willen we luisteren naar de geïnteresseerde, gepassioneerde lezer die met pertinente voetbalvraagstukken zit. Door het grote netwerk dat de redactie in het verleden heeft opgebouwd, een netwerk van voetballenkers binnen en buiten de KBVB, mensen uit de praktijk, maar ook de wetenschappers aan de Belgische universiteiten, hopen wij een bevredigend antwoord te kunnen bieden. Stuur daarom uw vragen in een mailtje naar de redactie (fg.partners@telenet.be), wij hopen u een mogelijk antwoord op de vele voetbalvraagstukken te kunnen aanreiken.

Terug naar Tongerlo, waar onze journalist **Danny Aerts** een uitgebreid gesprek had met Marc Van Geersom. Ondanks het feit dat er in de nationale jeugdeftallen heel wat talent blijkt rond te lopen – getuige hiervan de kwalificatie van de Belgische beloften voor de Olympische Spelen dit jaar – blijft de nationale jeugdtypeiler met de voeten op de grond en waarschuwt: “er is nog veel werk aan de winkel”.

Als jeugdspeler van **RSC Anderlecht** heb je ook best de beide voeten op de grond. Naast een permanente evaluatie van de jeugdspelers worden de voetballertjes op regelmatige basis onderworpen aan een evaluatie, om zo op het eind van de rit de beste spelers aan de aftrap te krijgen. Eind december had Anderlecht zijn tweede evaluatiedag voor zijn jeugdspelers. **Siegi Hendrickx** was aanwezig en luisterde naar een paar evaluaties waar open en bloot met de ouders besproken wordt hoever de zoon staat en welke doelstellingen er zijn. Dit is voor de ouders trouwens het ideale moment om vragen te stellen, tijdens het seizoen wordt dit immers zo veel mogelijk vermeden.

Naar **Zulte Waregem** stuurden we **Tom Boudewael**. Na zijn Europese omzwerving – zie vorige Dug-Outs – werd de focus terug gelegd op de jeugdtypeiling van SV Zulte Waregem. Tien jaar geleden nog in vierde klasse, nu stilaan zijn plaats gevonden in de Belgische topklasse. Zulte tracht samen te werken met andere clubs om de knowhow te verhogen, niet alleen Belgische clubs, maar ook Nederlandse clubs. Eddy Cordier geeft tekst en uitleg.

We eindigen met een recente studie van dr. Roel Vaeyens (RUGent), die een hele wetenschappelijke blik heeft op het voetbal. Het is iedereen al opgevallen dat sommige spelers veel sneller en beter het spel lezen dan andere voetballers. Topspelers zouden niet beschikken over een scherper zicht, maar hebben bepaalde kennisstructuren aangelegd om bepaalde informatie op een meer efficiënte manier op te nemen en te verwerken. Uiteraard zijn deze kwaliteiten ook trainbaar.

Veel succes en leesplezier,
En schrijf ons!

Je ogen vertellen hoe goed je voetbalt!

Roel Vaeyens

Chirurg, piloot of politieman: het zijn enkele beroepen waarbij je over een uitstekend paar ogen moet beschikken om naar behoren te kunnen functioneren. Maar ook in de sport kijk je beter goed uit je doppen wil je het ver schoppen! Niet dat de kleur of de grootte van je ogen zal bepalen of je al dan niet profvoetballer wordt. Je hersenen sturen je ogen echter op weg om informatie te verzamelen zodat je snel de juiste keuze kan maken in een complexe spelsituatie. Goede voetballers hebben betere tactische vaardigheden omdat ze de beschikbare informatie over de andere spelers en de bal op een efficiëntere manier kunnen opnemen en verwerken.

Roel Vaeyens
Foto door Gregoire Depoorter
gregoiredepoorter@skynet.be

In de laatste decennia is er veel te doen rond talentidentificatie en de onderliggende mechanismen van topprestaties. Intussen is iedereen het erover eens dat een sporter zijn actie afstemt op basis van het voorafgaand correct inschatten van een wedstrijdssituatie. Atleten, trainers en wetenschappers zijn van oordeel dat het perfect aaneenschakelen van waarneming en (keuze van de) actie van cruciaal belang is, vooral op het hoogste niveau. Topspelers zijn niet zozeer begiftigd met buitengewone visuele capaciteiten. Zo bezitten ze geen beter scherpte- of dieptezicht. En toch slagen ze erin om snellere en meer correcte beslissingen te nemen in vergelijking met minder vaardige spelers. Ze beschikken als het ware over betere

kennisstructuren om de aanwezige informatie op een meer efficiënte manier op te nemen en te verwerken.

RESPONSTIJD

Onderzoek heeft aangetoond dat elitesporters, in vergelijking met mindere goden, sneller en meer accuraat spelpatronen kunnen herkennen en herinneren, en beter in staat zijn te voorspellen wat er zal gebeuren in een gegeven spelsituatie. Het is echter belangrijk om meer inzicht te verwerven in hoe deze experts de juiste keuzes maken: welke informatie gebruiken ze en hoe wordt deze verwerkt? Eén manier om dit vraagstuk aan te pakken is het registreren van visuele

(Photonews)





zoekstrategieën die sporters gebruiken bij het nemen van dergelijke beslissingen. Met behulp van gesofisticeerde apparatuur is het mogelijk om de oogbewegingen van voetballers te volgen terwijl ze in het midden van de actie staan. Dit geeft dan een idee hoe spelers op zoek gaan naar informatie.

In dit experiment onderzochten we verschillen in tactische vaardigheden en visuele zoekpatronen bij 4 groepen adolescenten variërend in competitieniveau (internationale, nationale en regionale voetballers) en ervaring (niet-voetballers). Hiervoor werd gebruik gemaakt van voetbalsituaties die representatief zijn voor wedstrijdsituaties en die naargelang het aantal spelers opgesplitst werden in 5 categorieën: 2 tegen 1 (2 aanvallers t.o.v. 1 verdediger + doelman), 3 tegen 1, 3 tegen 2, 4 tegen 3, en 5 tegen 3. De proefpersonen kregen de opdracht om in elk van de aangeboden spelsituaties zo snel mogelijk de juiste tactische beslissing te nemen.

Zoals voorspeld bleken de voetballers in alle voetbalsituaties beter te scoren dan de niet-voetballers. De voetballers hadden kortere responstijden omdat ze minder tijd nodig hadden om de beschikbare voetbalspecifieke informatie op te nemen en te verwerken. Dit voordeel viel weg wanneer de algemene reactiesnelheid van de proefpersonen getest werd. Uit een computergestuurde test voor algemene reactiesnelheid bleek immers dat alle groepen even snel reageerden op een willekeurig signaal. In vergelijking met hun niet-voetballende leeftijdsgenoten waren voetballers sneller en meer accuraat in het nemen van voetbalgerelateerde beslissingen. Deze prestatie is het resultaat van jarenlange oefening waardoor voetballers taakspecifieke kennisstructuren opbouwen die hen in staat stellen om snel de link te leggen tussen wat

ze zien en welke actie in de gegeven situatie aangewezen is. Opvallend was ook dat de internationale en de nationale voetballers sneller beslisten dan de regionale spelers wat erop wijst dat zij deze kennisstructuren efficiënter (ontwikkelen en) aanwenden in vergelijking met hun minder vaardige voetbalcollega's.

Globaal genomen bleek er een verband aanwezig tussen de antwoordnauwkeurigheid en beslissingstijd enerzijds en het aantal voetballers betrokken in de spelsituatie anderzijds. Met een toenemend aantal spelers daalde het percentage correcte antwoorden en nam de beslissingstijd toe. Een groter aantal spelers verhoogt immers het aantal keuzemogelijkheden en dus ook de hoeveelheid en complexiteit van de te verwerken informatie. Dit was vooral zo voor de niet-voetballers. Bij de drie groepen voetballers beïnvloedde (naast het aantal spelers ook) de verhouding tussen het aantal aanvallers en verdedigers de snelheid en juistheid van handelen. Zo werd er in de 5 tegen 3 situaties beter gescoord dan in de 3 tegen 2 en 4 tegen 3 omdat er in de eerste categorie twee i.p.v. één extra vrijstaande aanvallers zijn en daardoor de keuze makkelijker wordt.

SPECIFIEK TRAINEN

Eenzelfde trend werd waargenomen bij het analyseren van de oogbewegingen: variatie in het aantal spelers en de relatieve proportie aanvallers/verdedigers beïnvloedde in belangrijke mate het visuele zoekgedrag. Naarmate het aantal spelers toenam, gebruikten de voetballers een meer diepgaand en uitgebreid zoekpatroon. In de 2 tegen 1 en 3 tegen 1 situaties konden de proefpersonen langere tijd fixeren op een centrale zone (speler in balbezit) en hoefden ze niet noodzakelijk (veel) te switchen naar ruimtes in de omgeving. Door het lage aan-

tal spelers was er weinig belangrijke visuele informatie aanwezig buiten hun centraal gezichtsveld en bovendien was het in deze situaties makkelijker om informatie uit de omgeving te halen via het perifeer zicht (d.i. terwijl hun blik centraal gefixeerd was). Bij het nemen van beslissingen in 3 tegen 2, 4 tegen 3 en 5 tegen 3 situaties waren ze genoodzaakt om visueel 'meer inspanningen' te leveren om de informatie op te nemen en te verwerken. Een toenemend aantal spelers zorgde ervoor dat men het veld meer diende af te speuren om informatie uit meer verspreide gebieden te halen. Een hogere zoeksnelheid met meer fixaties van kortere duur was dan ook aangewezen. Opnieuw bleken de 5 tegen 3 situaties deze tendens enigszins te doorbreken. Hieruit blijkt dat ook het visueel zoekpatroon afhankelijk is van zowel het aantal spelers betrokken in de spelsituatie als de verhouding tussen aanvallers en verdedigers, en de strategische informatie die deze ratio inhoudt.

Deze gegevens bevatten belangrijke informatie voor trainers. Aangezien verschillende zoekpatronen gebruikt worden in bijvoorbeeld 2 tegen 1 en 4 tegen 3 situaties is het niet vanzelfsprekend dat het oefenen van de ene vorm zal leiden tot prestatieverbeteringen in de andere. Daarom is het aangewezen om een zekere vorm van specificiteit in de trainingen te brengen. Het is bijgevolg een uitdaging voor de trainer om de omstandigheden waarin de spelers oefenen te variëren. Dat is immers een geschikt middel om de ontwikkeling van meer effectieve en flexibele zoekpatronen te vergemakkelijken. Anderzijds tonen de resultaten ook duidelijk aan dat niet elke situatie als even gemakkelijk mag beschouwd worden en dat een geleidelijke opbouw van moeilijkheidsgraad geen overbodige luxe is. Wanneer een trainer beschikt over 16 voetballers lijkt het volgens de resultaten opportuun om bijvoorbeeld eens 7 tegen 7 te spelen met 2 neutrale spelers of 4 ploegjes van 4 spelers te vormen in plaats van traditioneel 2 teams van 8 spelers tegen elkaar te laten spelen.

Tussen de 4 groepen bleken er minder verschillen in de visuele zoekpatronen voor te komen die ons iets vertellen over de manier waarop een speler informatie opneemt, dan aanvankelijk gedacht. Dit gegeven impliceert dat de manier waarop de informatie verwerkt wordt minstens even belangrijk is als de wijze waarop de informatie opgenomen wordt. Anderzijds bleek er een opvallend verschil tussen de 3 groepen voetballers en de niet-voetballers. Waar de laatste groep een meer lukraak zoekpatroon vertoonde, gingen de goede voetballers meer doelgericht te werk. Zij gebruikten de speler in balbezit als het ware als uitvalsbasis van waaruit ze interessante informatie meer gedetailleerd bekeken indien nodig om daarna opnieuw de speler in balbezit te fixeren. Bovendien constateerden we dat alle voetballers hun zoekgedrag afstemden op de specifieke taakvereisten (in dit geval aantal spelers en verhouding aanvallers/verdedigers) terwijl de niet-voetballers in uiteenlopende situaties nagenoeg hetzelfde patroon gebruikten.

DOELGERICHT KIJKPATTERN

Bijkomende analyses tussen voetballers die goed scoorden op de tactische test en voetballers die minder succesvol waren verhulden meer verschillen in de visuele zoekstrategieën. De succesvolle spelers gebruikten een meer doelgericht kijkpatroon. Dit kwam tot uiting in een hoger aantal fixaties van kortere duur, kenmerkend voor een hogere zoek-snelheid, en een kortere pauze tussen opeenvolgende fixaties. Dit wijst erop dat de vaardige voetballers hun kijkgedrag op voorhand meer 'planden' dan de minder succesrijke spelers. Bovendien switchten ze meer tussen de speler in balbezit en andere zones op het veld, in vergelijking met de voetballers die hiervoor lagere scores haalden. Tactisch vaardige spelers keken meer naar de speler in balbezit en hanteerden deze speler nog meer dan hun minder bedreven collega's als referentiepunt van waaruit ze op zoek gingen naar waardevolle informatie om zo de beste keuze te kunnen maken.

(Photonews)



We kunnen besluiten dat het kijkgedrag en de denkprocessen afhankelijk zijn van speelervaring, -niveau, tactische vaardigheid en de unieke taakvereisten, opgelegd door het aantal spelers en de relatieve verhouding van aanvallers ten opzichte van verdedigers.

Wijzigingen in het aantal spelers en de verhouding aanvallers/verdedigers veranderen de moeilijkheidsgraad van de taak, zowel om informatie op te nemen als te verwerken. Bijgevolg moeten trainers zich ervan bewust zijn dat tactische vaardigheid een complex begrip is en dat het nemen van beslissingen het resultaat is van een veelheid aan factoren. Zij moeten dit in rekening nemen en er de nodige aandacht aan besteden om op jongeren op een efficiënte manier spelinzicht bij te brengen.

Vaeyens, R., Lenoir, M., Williams, A. M., Mazyn, L., & Philippaerts, R. M. (2007). The effects of task constraints on visual search behavior and decision-making skill in youth soccer players. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 29, 147-169.

Naam: Frédéric Fulvo,
White Star – Jeugdtrainer
Thema: Een zone vorderen
In de diepte spelen

Aantal: 14 + K
Categorie/niveau: U-16

Materiaal: 15 ballen,
2 doelen, 7 hesjes,
20 kegeltjes



Richtlijnen en coachingswoorden:

Basics

Korte pass binnenkant voet in de tussen- en wedstrijdvormen

Teamtactics

1. Beweeg, wees aanspelbaar: **AANSPEELBAAR**
2. Zoek de ruimte voor de pass: **RUIMTE**
3. Zodra je een oplossing hebt om naar voor te spelen, geef een dieptepass: **PASS**
4. Speel in de diepte: **DIEPTE**

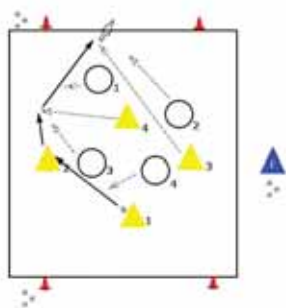
Wie? De drager van de bal

Wat? Door een pass de bal een zone dicht bij het doel van de tegenstrever brengen

Waar? In de spelzone

Wanneer? Zodra het mogelijk is, wanneer een ploegmaat de mogelijkheid creëert

OPWARMING



20M X 30M

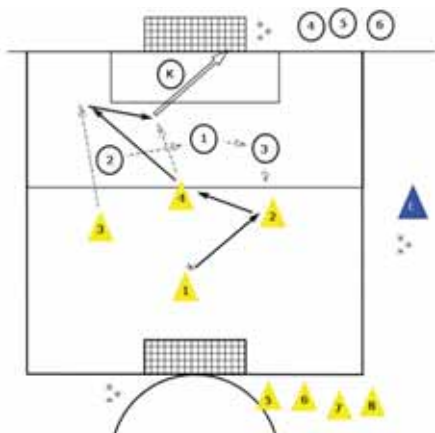
Beschrijving:

- Op twee veldjes, 4 / 4 en 4 / 3
- Zoveel mogelijk vooruit (in de diepte) spelen
- Passing met de hand (na 5' met de voet)
- De balbezitter blijft staan en de ploegmaats bewegen
- Doel: de bal achter de linie van de tegenstrever tussen de kegels leggen

Coaching:

1 – 2 – 4

WEDSTRIJDVORM 1



3 + K / 4 20M X 30M

Beschrijving:

- In golven van 30"
- De ▲ proberen om naar voor te spelen en het breedtespel te vermijden om zodoende gevaar voor doel van de tegenstrever te creëren
- De O zetten hoge pressing om ▲ toe te laten te spelen ivf het opgelegde thema

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4

TUSSENVORM 1



Beschrijving:

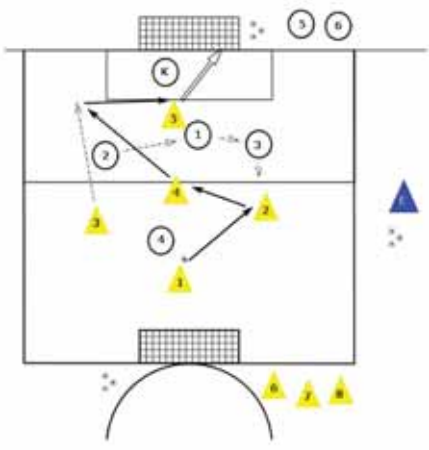
De ▲ moeten van de ene naar de andere lijn geraken om gevaar te creëren voor doel van de tegenstrever.

Het is voor de middenvelders in balbezit verboden om in de rode zone te komen, dit om het spel in de diepte te bevorderen. Men mag wel passes geven door deze zone heen, maar dan mag de tegenstander in de zone komen om de bal te onderscheppen. Vandaar het belang om vooruit te spelen.

Na 5' worden de ploegen omgedraaid.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4

WEDSTRIJDVORM 2	4 + K / 5 30M X 40M
	Beschrijving: • In golven van 30" • De ▲ proberen om naar voor te spelen en het breedtespel te vermijden om zodoende gevaar voor doel van de tegenstrever te creëren • De O zetten hoge pressing om ▲ toe te laten te spelen ifv het opgelegde thema Coaching: 1 – 2 – 3 – 4

copyright 2008 – Made with Digital Soccer Draw, a product of Homeware (www.homeware.be) and Fe-G Partners (www.PartnersInSports.be)

TUSSENVORM 2	
	Beschrijving: Iedereen blijft in zijn zone. Door passing proberen de ▲ om van de ene naar de andere zone te geraken om zodoende gevaar te creëren voor doel van de tegenstrever. Men kan scoren via de speler in zone 3 (of 1 voor O) of via de spelers in zone 2 als direct gevolg op een passing met een speler in zone 3. Verboden: meer dan 2 passes in dezelfde zone Het doel is om naar voor te spelen. Vermijden om terug te keren naar achter. Coaching: 1 – 2 – 3 – 4

WEDSTRIJDVORM 3	6 + K / 8 40M X 60M
	Beschrijving: • In golven van 30" • De ▲ proberen om naar voor te spelen en het breedtespel te vermijden om zodoende gevaar voor doel van de tegenstrever te creëren • De O zetten hoge pressing om ▲ toe te laten te spelen ifv het opgelegde thema Coaching: 1 – 2 – 3 – 4

COOLING DOWN	
	Beschrijving: Uitlopen, materiaal verzamelen, stretching, debriefing.



Naam: Frédéric Fulvo
White Star – Jeugdtrainer
Thema: Flanken opzoeken, Bruikbare voorzet,
Afwerken op doel

Aantal: 14 + K
Categorie/niveau: U16

Materiaal: 15 ballen, 20 kegels, 7 hesjes,
2 grote doelen

Richtlijnen en coachingswoorden:

Basics

Techniek van schieten op doel, voorzet binnenkant voet

Teamtactics

1. De flanken opzoeken om gevaar te creëren: **FLANKEN**
2. Een goede, bruikbare voorzet trappen: **VOORZET**
3. Voorzet optimaal afronden: **AFWERKING**
4. Deelnemen aan actie, gewicht geven aan de aanval: **ACTIE**

Wie? De drager van de bal

Wat? De bal via een pass naar de flank brengen om zo een mogelijkheid tot flankvoorzet te creëren

Waar? Op de helft van de tegenstrever

Wanneer? Zodra het mogelijk is, wanneer een ploegmaat de mogelijkheid creëert

OPWARMING



20M X 30M

Beschrijving:

- ▲ 1 Drijft met bal en zoekt de 1-2 met ▲ 2, 3 et 4.
 - ▲ 1 Lanceert ▲ 5 die flankvoorzet trapt over de grond.
 - ▲ 1 Passt naar de doelman.
- Later een hoge flankvoorzet proberen en afwerken op doel.

Rotatie:

- ▲ 1 gaat naar 5
- ▲ 2 neemt een bal en gaat naar 1
- ▲ 3 gaat naar 2
- ▲ 4 gaat naar 3
- ▲ 5 gaat bal halen van ▲ 1 en gaat naar 4

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4

WEDSTRIJDVORM 1



5 + K / 3 + K 25M X 35M

Beschrijving:

In golven van 30"-45".

De ▲ proberen de flanken op te zoeken om te scoren.

Als een doelpunt wordt gescoord op flankvoorzet = 2 punten.

Als de verdedigers scoren = 2 punten.

Hoge pressing van de verdedigers.

Snel aanvalsspel, vlotte circulatie en snel opzoeken van de flanken.

De ▲ in ruitvorm opstellen + 1 aanvaller.

De ▲ moeten de uitvoering/beweging begeleiden bij B+.

Coaching:

1 – 2 – 3

TUSSENVORM 1



Beschrijving:

▲ 1 Passt op ▲ 2 die draait en een 1-2 opzet met ▲ 3.

Hij lanceert ▲ 3.

▲ 3 Zet voor en ?4 besluit op doel.

Na 5' een verdediger plaatsen.

Rotatie:

- ▲ 1 gaat naar 2
- ▲ 2 gaat naar 3
- ▲ 3 gaat naar 4
- ▲ 4 gaat met bal naar 1

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4

WEDSTRIJDVORM 2



Beschrijving:

De ▲ proberen de flanken op te zoeken om te scoren.
Een doelpunt gescoord op een flankvoorzet = 2 punten.
Indien de verdedigers scoren = 2 punten.
Hoge pressing van de verdedigers.
Snel aanvalsspel, vlotte balcirculatie en snel opzoeken van de flanken.
De ▲ in ruitvorm opstellen + aanvallers.
De ▲ moeten de uitvoering/beweging begeleiden bij B+.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4

TUSSENVORM 2



Beschrijving:

De ▲ moeten de flanken snel opzoeken. Als de pressing te strak is, kan ▲ 4 in de 'veilige' zone komen teneinde een goede pass te kunnen geven naar de flanken toe. Als de bal in een flankzone is kan de speler vanuit de andere flankzone komen om de bal te ontvangen en meer gewicht in de aanval te leggen.

In B- mogen de twee flankspelers uit hun flankzone naar het centrum komen.

2 Extra O komen erbij om hun ploegmaats te helpen aanvallen en de ▲ aan te zetten tot een pressing om de bal te recupereren.

In golven van 30"-45".

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4

WEDSTRIJDVORM 3



Beschrijving:

De ▲ en de O proberen de flanken op te zoeken om te scoren.
Een doelpunt gescoord op een flankvoorzet = 2 punten.
Snel aanvalsspel, vlotte balcirculatie en snel opzoeken van de flanken.
De ploegen in ruitvorm opstellen + aanvallers.
De ▲ en O moeten de uitvoering/beweging begeleiden bij B+.

Coaching:

1 – 2 – 3 – 4

COOLING DOWN

Beschrijving:

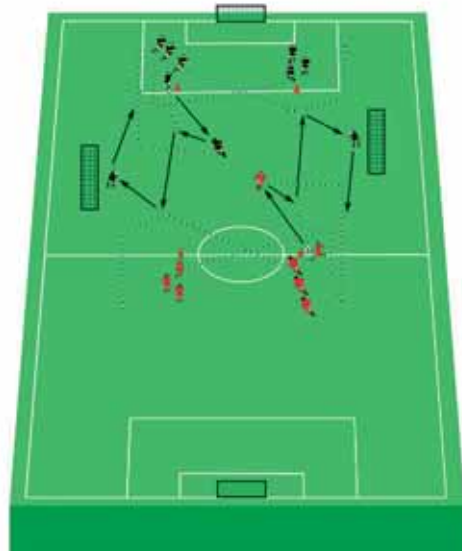
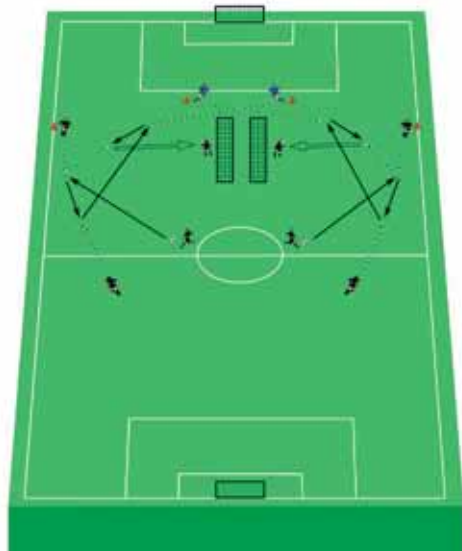
Uitlopen, materiaal verzamelen, stretching, debriefing.





Switching spitsen

Micky Wuyts, K. Tubantia Borgerhout V.K., 4° Nat. B (UEFA-A)



Thema

De spitsen spelen te statisch waardoor ze moeilijk aanspeelbaar zijn. Ik ben altijd een voorstander van snelle balcirculatie en vraag daarom in de oefening om de bal steeds stevig in te spelen zodat er gemakkelijker kan gekaatst worden. Het is héél belangrijk om veel aandacht te schenken aan het moment waarop de spelers hun actie moeten starten.

Tussenvorm

Organisatie en uitvoering:

- duur: 15 min.
- 16 + 2 K
- gelijktijdig starten langs beide zijden
- centrale middenvelder speelt bal in op afhakende flankspeler
- flankverdediger komt in steun voor kaats van flankmiddenvelder
- flankverdediger speelt in 1-tijd spits aan
- spits kaatst op flankmiddenvelder die afwerkt

Coaching:

- bal hard genoeg inspelen
- TIMING: afhaken, steun flankverdediger, aanbieden spits

Deze tussenvorm kan voorafgegaan worden door een opwarming waarin de switchbeweging al wordt geïntegreerd.

Organisatie en uitvoering:

- duur: 20 min.
- 16 + 2 K
- 3 blokken van 4 min. met tussenin stretchingsoef.
- gelijktijdig starten langs beide zijden
- bal inspelen op centrale middenvelder die diagonaal terugkaatst
- op moment van kaats vertrekken de spitsen
- spits trap in bereik van K
- K geeft bal mee met centrale middenvelder
- in blok 1 en 2: opwarmingsoef. voor spelers die niet naar bal gaan (hielen, knieën, ...)
- doorschuiven volgens looplijnen

Coaching:

- bal hard genoeg inspelen
- juist doorschuiven
- aanbieden spits
- aanname juiste voet

Hét kwaliteitshandboek voor een succesvolle jeugdopleiding:

Scoren met jeugd

Succesvol runnen van een jeugdopleiding

Dit boek maakt integraal deel uit van het Dexia foot pass project en is een verlengstuk van het evaluatie- en managementinstrument foot pass. Alle kritieke succesfactoren om te komen tot een succesvolle jeugdopleiding worden hierin toegelicht en verduidelijkt aan de hand van duidelijke standpunten en praktische voorbeelden. Een must voor alle jeugdverantwoordelijken en hun bestuurders!

DEXIA

Bank

DESSO DLW
SPORTS SYSTEMS

randstad

Vrije Universiteit Brussel



SPORT

DUG-OUT

- een denk- en doe-boek met talloze voorbeelden, checklists en werkinstrumenten

- een cursusboek voor de opleiding jeugdcoördinatoren

- een inspiratiebron voor bestuurders, coördinatoren en trainers uit voetbal- en andere sportclubs

- een kwaliteitsuitgave met 226 pagina's volledig in kleur

- auteurs: Hugo Schoukens en Jo Van Hoecke

Scoren met jeugd

Succesvol runnen van een jeugdopleiding

Hugo Schoukens & Jo Van Hoecke

ANTWOORDKAART

Stuur deze antwoordkaart ingevuld terug naar: F&G Partners, Leiebos 25 b A2, B - 2170 Antwerpen of per fax naar: +32 (0)3/294.82.20 of mail naar FG-Partners@telenet.be. U kan ook bestellen via onze website: www.PartnersInSports.be

☐ Ik bestel hierbij ... exempla(r)en van "Scoren met jeugd" aan €42,00/ex. (incl. 6% BTW, maar excl. verzendkosten). Ik ontvang dan eerst een factuur. Na betaling van deze factuur, ontvang ik mijn bestelling op volgend adres:

Voornaam en naam: _____

Functie: _____

Straat : _____ Nummer: _____

Postcode: _____ Gemeente: _____

Tel.: _____ Fax: _____

E-mail: _____

Datum: _____

Handtekening: _____

De verzendkosten hangen af van het aantal exemplaren dat u bestelt, maar ze bedragen minimaal €4,84 (incl. 21% BTW). F&G Partners behoudt zich het recht prijswijzigingen door te voeren.

DUG-OUT

het lijfblad van de Belgische voetbaltrainer!



ANTWOORDKAART

Stuur dit bestelformulier naar F&G Partners, Leiebos 25 b A2, B-2170 Antwerpen of e-mail naar FG-Partners@telenet.be

☐ Ja, ik wil mijn eigen exemplaar van Dug-Out ontvangen en neem daarom een abonnement.

Ik betaal nu slechts € 80 en ontvang daarvoor 8 keer per jaar mijn eigen exemplaar van Dug-Out.

Voornaam en naam

Functie

Straat Nummer

Postcode Landcode Gemeente

Tel Fax

E-mail

Datum

Handtekening

Bezoek onze website: www.PartnersInSports.be

Het abonnement loopt voor 1 jaar en wordt stilzwijgend verlengd tot wederopzegging. Verzendkosten en BTW inbegrepen. Prijswijzigingen voorbehouden. Betaal pas na ontvangst van de factuur. De door u verstrekte gegevens worden opgenomen in het bestand van F&G Partners, Leiebos 25 b A2, B-2170 Antwerpen. Deze gegevens zullen gebruikt worden in het kader van uw contractuele relatie met ons en dienen ons toe te laten u regelmatig op de hoogte te houden van onze producten en diensten. Wij kunnen uw gegevens eveneens overmaken aan derden voor direct marketing doeleinden. De Privacy-Wet verleent u een recht om kosteloos mededeling en verbetering van uw gegevens te vragen. ☐ Ik wens geen informatie te ontvangen m.b.t. de producten en diensten van F&G Partners BVBA en/of van derden. Kruis het vakje desgewenst aan.