



“actief samen winstboeken”



Jaar 2017 t/m 2020



INHOUD

1. **Technisch Beleidsplan**
2. Inhoud
3. Missie
Visie
Doelstelling
 - Hoofddoel
 - Specifieke Doelstellingen
4. Algemene uitgangspunten
5. Overgang Junioren naar de Senioren
Schaduwteams
Speelwijze ASW Teams
6. Indeling Teams
 - Aantal spelers per team
 - Werkwijze “schuifplaatje” bij calamiteitenWisselbeleid
7. Interne Scouting
 - Speler volgsysteem
 - Teams komend seizoen
 - Nevenactiviteiten
8. Van Theorie naar praktijk
 - Trainen door het seizoen heen
 - Jaarplanning
11. **Voetbalhandboek ASW**
 - Je eigen team
 - Het seizoen begint
 - Jij en je spelers
 - Hoe ga je om met ouders
13. De Wedstrijd
17. De Training
21. Keeperstraining en Techniektraining
 - Medische begeleiding
23. Doelstellingen, Leeftijdsspecifieke kenmerken Jeugdspelers en tips voor de Trainer/Coach
Voetbalhandelingen (aanvallen, omschakelen en verdedigen)
33. Voetballen voor Spelers met speciale kenmerken
Teamtaken en Teamfuncties



Technisch Beleidsplan ASW

ASW is een ambitieuze vereniging met een sportieve uitstraling.

Bij ASW willen we in een veilige omgeving winnen en winst boeken met plezier en spelvreugde.

Technisch Beleidsplan

Dit Technisch Beleidsplan is gericht op de gehele jeugdvoetbalafdeling (meisjes en jongens) van Voetbalvereniging ASW en zal een rode draad zijn voor alle ASW spelers en Kaderleden. Door een uniforme aanpak zal het niveau van de jeugdspelers op den duur worden vergroot. Met een optimale ondersteuning d.m.v. Interne Trainersopleiding, Coaching en Thema bijeenkomsten voor alle ASW Trainers en Kaderleden zal bij deze belangrijke “schakels” ook een structurele ontwikkeling ontstaan, waarbij iedere speler met plezier in en veilige omgeving “winst kan boeken” (positieve ontwikkeling van de individuele speler en als team – binnen en buiten het veld). Dit zal de beleving en prestatie op zowel de korte als op de lange termijn ten goede komen.

Het Bestuur bewaakt in samenwerking met de Hoofd Jeugdopleiding (HJO) de naleving ervan in de praktijk. Met name de vertaling naar de praktijk zal bepalend zijn voor het succes van het Technisch Beleidsplan. Jaarlijks zal het plan worden geëvalueerd en waar nodig worden bijgesteld.

Doelstelling ASW

Bij ASW is het eerste zondag team het vlaggenschip van de vereniging. Als zodanig dient het eerste team van ASW te presteren, waarbij presteren betekent wedstrijden winnen met verzorgd en aanvallend voetbal. Aan de basis van het eerste team, dat duurzaam in staat is te presteren, staat een gedegen jeugdopleiding. In de jeugd moet het voetballen worden geleerd.

Een doelstelling van ASW is dat zij wil presteren op een hoogst mogelijk en passend niveau van het amateurvoetbal, dit met zoveel als mogelijk, door haar zelf opgeleide spelers.

Om deze doelstelling te verwezenlijken is een goed georganiseerde en functionerende opleiding en begeleiding noodzakelijk. Wat betreft het competitieniveau van de ASW teams, kan worden opgemerkt dat iedere **speler** (*door het hele plan heen ook te lezen als **spelerster***) zoveel als mogelijk met plezier moet kunnen voetballen op een passend niveau.

Hoofddoel:

Het Hoofddoel is waarneembare verbetering van kwaliteit in de uitvoering van het voetbalspel op alle niveaus, zodat alle 1^e ASW teams per leeftijdsjaar in een zo hoog mogelijke klasse kunnen uitkomen.

*Het eerste ASW team heeft als doel; **Stabiele zondagvereniging en spelend in de 2^e klasse KNVB***

Realiseren van dit hoofddoel zal via een aantal (tussen) doelstellingen moeten verlopen;

- Rode draad (structuur) binnen de opleiding en begeleiding.
- Samenwerking op naleving van- en vertaling Technisch Beleidsplan naar de praktijk door alle ASW Kaderleden.
- Behoud van Junioren en doorstroming van jeugdspelers naar de Senioren.
- Verhogen niveau jeugdteams, zowel de 1^e teams als de teams die daarop aansluiten.
- Het aantrekkelijk maken van het voetbal voor alle ASW jongens en meisjes.
- Het opleiden en begeleiden van Kader en Trainers
-



Technisch Beleidsplan ASW

Specifieke Doelstelling

- Voor de 1^e teams van alle leeftijdsgroepen streeft ASW naar het bereiken en handhaven van de 2^e klasse (medio 2025) De opvolgende teams spelen aansluitend aan het niveau van het 1^e team.
- Indien mogelijk en wenselijk kunnen de 1^e teams (ook gedurende het seizoen) worden aangevuld met spelers vanuit de opvolgende teams (belonen van inzet, ontwikkelingskansen en prikkelen).
- Spelers Onder 19 doorstromen naar de Senioren (Selectie en of aansluitend teams).

Algemene uitgangspunten van de jeugdopleiding van ASW

- ASW heeft een voetbalinhoudelijk handboek dat als leidraad dient voor alle Trainers. In het handboek is de opleidingsvisie beschreven en uitgewerkt naar leerinhoud en methodiek per leeftijd.
- ASW voert een aantoonbaar en zichtbaar beleid ten aanzien van sportiviteit & respect.
- ASW beschikt over een Bestuurslid die verantwoordelijk is voor de portefeuille 'jeugdvoetbal'.
- ASW heeft jeugdteams O19, O17, O15, O14, O13, O12, O11, O10, O9, O8 en O7 (met minimaal 2 Trainers/Coaches of Leiders per team) die deelnemen aan de KNVB jeugdcompetities.
- Aanwezigheid Hoofd Jeugdopleiding (eindverantwoordelijk technisch jeugd beleid) minimaal in bezit diploma HJO-A, TJC of TC2.
- Alle Trainers en Kaderleden conformeren zich aan het Technische Beleidsplan zoals is opgesteld door het ASW Bestuur.
- ASW helpt Trainers in het verbeteren van trainersvaardigheden door de interne Jeugd Voetbal Trainer Coach module, externe trainerscursussen en themabijeenkomsten aan te bieden.
- Hoofdtrainers die beschikken over relevante kennis en ervaring op pedagogisch, sporttechnisch of voetbaltechnisch gebied.

Hoofdtrainer O19	Trainen (2 x per week min. 60 minuten per keer) + wedstrijd
Hoofdtrainer O17	Trainen (2 x per week min. 60 minuten per keer) + wedstrijd
Hoofdtrainer O15 / O14	Trainen (2 x per week min. 60 minuten per keer) + wedstrijd
Hoofdtrainer O13 / O12	Trainen (2 x per week min. 60 minuten per keer) + wedstrijd
Hoofdtrainer O11 / O10	Trainen (2 x per week min. 60 minuten per keer) + wedstrijd
Hoofdtrainer O9 / O8-O7	Trainen (2 x per week min. 60 minuten per keer) + wedstrijd
Keeperstrainer / Techniektrainer	Trainen
Hoofd Scouting (interne scouting)	
- Alle Leeftijdscategorieën hebben voor elke training voldoende trainingsveld tot hun beschikking (11 tallen ½ veld en 7/8 tallen ¼ veld).
- Alle Leeftijdscategorieën hebben een Coördinator ter ondersteuning voor de Trainers (m.n. voor communicatie en algemene zaken) en Spelers.
- Minimaal 1x per week Sportverzorger (EHBO) en/of Fysiotherapie op de club aanwezig en beschikbaar voor de jeugdspelers.
- Interne Scouting - Speler volgsysteem van alle jeugdspelers
- Spelers krijgen met een individueel gesprek (december en april) inzage in hun persoonlijke en voetbaltechnische ontwikkeling (eventueel advies tot talentontwikkeling).
- Ouders/verzorgers worden regelmatig op de hoogte gehouden middels bijeenkomsten.
- Iedere 1^e donderdag van de maand "inloop spreekuur". Mogelijkheid voor Spelers, Trainers, Kaderleden en Ouders om in gesprek te komen over Technische en of Algemene zaken met Voorzitter Jeugdcommissie, Hoofd Jeugdopleiding en de Coördinator Leeftijdscategorie.
- Samenwerking met KNVB en meerdere amateurverenigingen op regionaal niveau over ontwikkeling van club, kader en/of talent.



Technisch Beleidsplan ASW

- Er wordt verantwoording afgelegd over de gerealiseerde kwaliteit door uitkomsten van evaluaties en verbeteracties te communiceren met Ouders, Spelers en Trainers. Dit kan bijvoorbeeld via de Coördinator van de leeftijdscategorie, nieuwsbrief, website of jaarverslag.

Overgang junioren naar senioren

Na de overgang naar het seniorenvoetbal houdt de opleiding van de betreffende speler niet op. Niet elke speler zal direct het eerste of tweede elftal van ASW kunnen halen. Er moet een goede opvang en begeleiding zijn bij zowel de Selectieteams als de aansluitende Seniorenteams voor alle overkomende Spelers Onder 19.

Vanaf de maand februari trainen Spelers Onder 19 op uitnodiging van de Hoofdtrainers mee met de Senioren. Dit gebeurt in nauw overleg met de Hoofdtrainer Onder 19 en de Hoofd Jeugdopleiding. Ook het meespelen met selectieteams kan voorkomen, zo lang het belang dient voor de Speler Onder 19.

In de maand april worden alle Spelers Onder 19 die een overstap gaan maken naar de Senioren door het Jeugdbestuur uitgenodigd om tijdens een bijeenkomst met Spelers, latende Trainers en ontvangende Trainers symbolisch overgedragen te worden naar de Senioren.

“Schaduwteams” (Onder 17, 19, 20, 21, 22, of 23 afhankelijk van aanbod)

Om Junioren kennis te laten maken met seniorenvoetbal worden er tijdens het seizoen een aantal trainingen georganiseerd en ook oefenwedstrijden gespeeld met een “schaduwteam” dat bestaat uit Spelers van ASW 1, ASW 2 en ASW 019. De begeleiding van dit team is in handen van de Seniorensselectie Trainers in samenwerking met HJO-TC.

“Schaduwteam” Onder 12

Spelers van 11 jaar (of die 11 jaar worden) gaan eindelijk op een echt veld voetballen. Een groot veld. Trouwens, niet alleen het veld is twee keer zo groot, de wedstrijd duurt ook een stuk langer. Dat betekent dat deze jonge Spelers steeds meer met inzicht gaan voetballen. Alleen de voeten zijn niet meer genoeg. Om deze leeftijdsgroep kennis te laten maken met 11:11 worden er tijdens het seizoen trainingen georganiseerd en ook oefenwedstrijden gespeeld met een “schaduwteam”. De begeleiding van dit team is in handen van de Hoofdtrainers Onder 13 en Onder 11 in samenwerking met HJO-TC.

Speelwijze ASW als rode draad

Een basisformatie is bij ASW geen “harde” wet: het is dus niet zo dat elke wedstrijd op dezelfde manier gevoetbald moet worden. Het geeft echter wel richtlijnen zoals ASW het graag wil zien. Wanneer dit een aantal seizoenen wordt volgehouden, zullen zowel de Spelers, Trainers, Ouders en overige leden steeds beter worden met de ASW speelwijze, welke kan worden onderscheiden in die voor elftallen en voor overige voetbalvormen.

De ASW teams dienen in een vast basissysteem te spelen.

Basis 1:4:3:3 bij 11-tallen (einddoel – beste- en herkenbare veldbezetting)

- Aanvallen (opbouwen en doelpunten maken)
- Verdedigen (storen en doelpunten voorkomen)
- Omschakelen (snel en allemaal)

In de onderbouw, Onder 8 en 9 leren de ASW Spelers op alle posities te spelen door achter, voor, links en rechts te spelen.

Vanaf Onder 11 leren Spelers enigszins in een formatie te spelen (voorloper op 1:4:3:3) door een 1:2:3 (6:6), 1:3:3 (7:7) en 1:3:1:3 (8:8) opstelling.

Spelers Onder 13 en 12 leren de taken en functies per positie en linie die nodig zijn in een 1:4:3:3 opstelling



Technisch Beleidsplan ASW

Het is belangrijk dat ASW Junioren 016, 017, 018 en 019 ook in andere systemen kunnen spelen, zoals bv. 1:4:4:2 (tactisch scholen). In de seniorenselectie kan dit immers van hen verwacht worden.

Indeling teams

ASW leidt Spelers op met als doel ze met plezier beter te leren voetballen. Voortdurend zal er gekeken worden naar de ontwikkeling en beleving van de individuele jeugdspeler. Bestaat de mogelijkheid om een Speler te prikkelen en ervaring op te laten doen in een hoger team zal de Hoofdtrainer daar op een passende manier gebruik van maken. Meisjes krijgen bij ASW dezelfde aandacht en dezelfde kansen als de jongens. Ook kunnen meisjes ervoor kiezen in een gemengd team te gaan spelen met de jongens. Vaak kunnen meisjes tot Onder 15 met en tegen de jongens spelen. Daarna wordt het krachtsverschil voor de meeste meisjes te groot.

Indelen betekent dat de teams naar sterkte worden ingedeeld. De indeling vindt plaats op basis van de navolgende selectiecriteria, waarbij wordt gekeken naar de onderdelen (rekening houdend met leeftijdskenmerken;

- Leeftijd
- Technische vaardigheid / niveau
- Persoonlijkheid (mentale weerbaarheid, willen winnen, gedrag en houding en beschikbaarheid)

Wijziging indelingen tijdens het seizoen

Alle spelers worden gedurende het seizoen gevolgd via het Speler volgsysteem.

- Ontwikkeling individuele Spelers worden besproken in het Trainersoverleg.
- Na vaste evaluatiemomenten in oktober en januari kunnen herzieningen van de indelingen plaatsvinden (uitzonderingen - noodgedwongen tussentijdse wijzigingen).

Bij het samenstellen van ASW teams van iedere leeftijdscategorie (teams die aansluiten op het 1^e team) wordt niet alleen de meetlat van presteren gehanteerd, maar zijn ook de sociale factoren van doorslaggevend belang. Samenstellen betekent dat de Spelers met dezelfde leeftijd en kwaliteiten bij elkaar gezet kunnen worden in één team om de persoonlijke groei niet te belemmeren, maar de sociale context wordt hierbij niet uit het oog verloren.

De belangrijkste aandachtsgebieden voor Spelers in deze teams zijn:

- het beschikken over voldoende geschoolde Trainers
- het verzorgen van uitdagende training
- trainen en spelen met plezier
- doorgroeimogelijkheden naar 1^e team

Wisselbeleid

- Tot Onder 12 door wisselen op positie (wissel vervangt positie die vrij komt)
- Wisselerspelers zitten een halve wedstrijd wissel (vooraf bespreken met Spelers en Ouders)
- Niet of minder trainen resulteert in minder speelminuten
- Juiste inzet en gedrag tijdens training en wedstrijd worden beloond met speelminuten
- Ongewenst gedrag is niet toelaatbaar, geen of weinig speelminuten
- Afmelden van trainen en wedstrijden is verplicht (met opgave van reden; ziekte, studie, familieomstandigheden, ed.)
- Spelers van ASW krijgen zoveel mogelijk een gelijk aantal speelminuten

Spelersaantallen ASW teams

Het doel is te komen tot teams van 7 tot 8 spelers bij 6:6 teams, 8 tot 9 spelers bij 7:7 teams, 9 tot 10 spelers bij 8:8 teams en 14 tot 15 spelers bij 11:11 elftallen.



Technisch Beleidsplan ASW

Hoofdtrainers organiseren in samenspraak met de Coördinator leeftijdscategorie, Leiders en Trainers voldoende Spelers voor alle teams van de betreffende leeftijdscategorie. Bij calamiteiten volgt eventueel een 'schuifplaatje', waarbij ook wordt gekeken naar het niveau en de mate van sportiviteit;

- Aanvulling van teams gaat van beneden naar boven.
- Speler uit een jongere leeftijdscategorie kan invallen bij de oudere teams.
- De Trainer van het te leveren team bepaalt welke speler mag "doorschuiven".
- Kans om Speler te belonen voor inzet en ontwikkeling in eigen team.
- Bij de 11:11 teams wordt rekening gehouden met de beste Speler per linie.
- Waar mogelijk rekening houden met de speeltijden van betrokken teams.
- Wanneer het niet mogelijk is om Spelers uit de lagere teams door te schuiven maar wel uit een hoger team is dit incidenteel toegestaan, mits deze Speler wel uit dezelfde leeftijdscategorie komt.
- De uiteindelijke keuze van welke Speler(s) ligt bij de Hoofdtrainer, Trainer en of Hoofd Jeugd Opleiding.

Interne Scouting (Speler Volgsysteem)

Alle ASW jeugdspelers worden door een team Kaderleden tijdens het seizoen geobserveerd tijdens wedstrijden en trainingen. De verzamelde informatie wordt besproken en gearcheveerd in kader van de voortgang in ontwikkeling van individuele jeugdspelers. Het doel van dit Speler Volgsysteem is;

- Winstpunten en verbeterpunten meegeven aan alle Spelers (individueel gesprek Speler/Ouders – Hoofdtrainer en of Trainer)
- Hulpmiddel tot samenstellingen van teams voor het volgende seizoen
- Informatie voor nieuwe Trainers (overdracht)

Planning Interne scouting

- september Kick Off Interne Scouting
waarom, wie, hoe en wanneer kijken wij naar onze jeugdspelers
- september / oktober 1^e ronde Interne Scouting (individuele Speler)
- oktober overleg met als vast agendapunt Interne Scouting
- november / december 2^e ronde Interne Scouting (individuele Speler)
- januari overleg met als vast agendapunt Interne Scouting
- januari / februari 3^e ronde Interne Scouting (individuele Speler)
- maart overleg met als vast agendapunt Interne Scouting
- maart / april 4^e ronde Interne Scouting (individuele Speler)
- april evaluatiemoment Interne Scouting
- mei / juni teams komend seizoen

Teams komend seizoen en "Doorstromen"

In de maand januari wordt een voorlopige groep samengesteld van Spelers voor het komende seizoen van alle leeftijdscategorieën. Hierna wordt maandelijks geëvalueerd met de HJO –TC, Hoofdtrainers, Trainers en Interne Scouts. Hoofdtrainers "dragen" hierbij Spelers over aan de ontvangende Hoofdtrainer. Doorstromen; vanaf de maand februari trainen en spelen Spelers "om te wennen" regelmatig mee met een hogere Leeftijdscategorie waar ze zelf het komend seizoen ook in gaan voetballen. Eind mei is er een voorlopige indeling bekend. Deze indeling zal dan ook openbaar worden gemaakt via de ASW site.

Nevenactiviteiten

ASW zal ook activiteiten organiseren die alle jeugdleden betreffen. Deze activiteiten zullen met name gericht zijn op teamgevoel en saamhorigheid, bijvoorbeeld het organiseren van toernooien, bezoek wedstrijd Nederlands elftal, zaalvoetbaltoernooi, strandtraining, Paasontbijt, dartstoernooi, FIFA game toernooi, spelletjesmiddag, enz.



Technisch Beleidsplan ASW

Van Theorie naar de praktijk

Alle Trainers, Leiders en Leeftijd Coördinatoren van de jeugdopleiding weten wat er van hem of haar gevraagd wordt in de ontwikkeling van iedere jeugdspeler in het ASW jeugdvoetballeerproces.

- Plezier in voetballen = Alle leeftijden
- Leren beheersen van de bal = Alle leeftijden
- Doelgericht leren handelen met de bal = Onder 9 en 8
- Leren samen doelgericht te spelen = Onder 11 en 10
- Leren spelen vanuit een basistaak = Onder 13 en 12
- Afstemmen van basistaken binnen een team = Onder 15 en 14
- Spelen als een team = Onder 17 en 16
- Presteren als een team in de competitie = Onder 19 en 18

Trainen door het seizoen heen

Door alle voetbalactiviteiten, schoolvakanties en overige activiteiten die Spelers wellicht beïnvloeden om de prestatie optimaal uit te kunnen voeren zal het seizoen in 5 periodes van 6 weken worden onderverdeeld. In de eerste 4 periodes hebben de Trainers en Spelers focus op de Teamfuncties (aanvallen, verdedigen en omschakelen) van het voetballen en de daarbij behorende Teamtaken en voetbalhandelingen. Periode 5 zal ook gebruikt worden voor trainingen en wedstrijden met nieuwe groepen en teams.

Teamfuncties

2 weken **aanvallen**

1 week **omschakelen**

2 weken **verdedigen**

1 week **omschakelen**

Teamtaken

Opbouwen en doelpunten maken

Balbezit ASW – Balbezit tegenstander

Storen en doelpunten voorkomen

Balbezit tegenstander – Balbezit ASW

5 periodes van 6 weken

1. september – oktober

2. november – december

3. januari – februari

4. maart – april

5. mei – juni (nieuwe teams)

Jaarplanning

Om dit ASW Technisch Beleidsplan te kunnen realiseren is een planning van uitvoering belangrijk. Er wordt elk seizoen opnieuw een gedetailleerde planning gemaakt waarin data en periodes concreet worden vastgesteld.

Augustus

Seizoenstart

Start trainingen

Seizoen opening

Teamtrainingen

Trainingsschema (check)

Materiaal check

Oefen- en Bekerwedstrijden

Doelstellingen waar nodig bijstellen

Eigenaar / Organisator / Deelnemers

KNVB

HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie

Bestuur - HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie

Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie

Bestuur - HJO - TC - Hoofdtrainers

Bestuur - HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie

Bestuur - HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie

Bestuur - HJO - TC



Technisch Beleidsplan ASW

September

Trainersoverleg

1e periode thematrainingen

Interne Scouting (waarom, wat, wie en hoe)
Competitiewedstrijden
Ouder- en Leideravonden
Opleidingen (intern / extern)

Eigenaar / Organisator / Deelnemers

HJO - TC - Hoofdtrainers - Coördinator Leeftijdscategorie
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Interne Scouts
KNVB
Bestuur - HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - HJO - TC - Kaderleden

Oktober

Herfstvakantie

Teamtrainingen
Nevenactiviteiten
Toernooivoetbal (voorjaar inventariseren)
Winterprogramma vaststellen
Opleidingen (intern / extern)
ASW Schaduwteam activiteiten
Interne Scouting (individuele speler)

Trainersoverleg

2e periode thematrainingen

Eigenaar / Organisator / Deelnemers

Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - HJO - TC - Kaderleden
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Interne Scouts
HJO - TC - Hoofdtrainers - Coördinator Leeftijdscategorie - Interne Scouts
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers

November & December

Teamtrainingen
Persoonlijke gesprekken Trainers komend seizoen
ASW Schaduwteam activiteiten
Persoonlijke gesprekken Jeugdspelers

Eigenaar / Organisator / Deelnemers

Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
HJO - TC
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Hoofdtrainers - Trainers – Jeugdspelers en Ouders

Januari

Trainersoverleg

3e periode thematrainingen

Teamtrainingen
Doelstellingen evalueren / bijstellen
ASW Schaduwteam activiteiten
Interne Scouting (individuele speler)
1^e opzet nieuwe teams en komend seizoen
Doorstromen organiseren (meetraining op hogere leeftijd)
Trainers komend seizoen aanstellen
Opleidingen (intern / extern)

Eigenaar / Organisator / Deelnemers

HJO - TC - Hoofdtrainers - Coördinator Leeftijdscategorie - Interne Scouts
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers
Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - HJO - TC - Hoofdtrainers - Coördinator Leeftijdscategorie
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers – Interne Scouts
HJO - TC - Hoofdtrainers - Coördinator Leeftijdscategorie - Interne Scouts
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie - Interne Scouts
Bestuur - HJO - TC
Bestuur - HJO - TC – Kaderleden



Technisch Beleidsplan ASW

Februari

Ouder- en Leideravonden
Spelregelavonden
ASW Schaduwteam activiteiten
Hulptrainers komend seizoen aanstellen

Voorjaarsvakantie

Teamtrainingen

Eigenaar / Organisator / Deelnemers

Bestuur - HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - HJO - TC

Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie

Maart

4e periode thematrainingen

Oefenprogramma komend seizoen
ASW Schaduwteam activiteiten

Eigenaar / Organisator / Deelnemers

HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie

April

Mei vakantie

Teamtrainingen
Interne Scouting (advies individuele speler)
ASW Schaduwteam activiteiten
Nevenactiviteiten
Persoonlijke gesprekken Jeugdspelers

Eigenaar / Organisator / Deelnemers

Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Interne Scouts
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Hoofdtrainers - Trainers – Jeugdspelers en Ouders

Mei

Trainersoverleg

5e periode trainingen - nieuwe teams

Trainingen en oefenwedstrijden “nieuwe teams”
Beleid evalueren
Doelstellingen vaststellen
Interne opleiding (Trainers – Leiders)
Ouder- en Leideravonden
ASW Schaduwteam activiteiten
Materiaal inventariseren (ballen, kleding, etc.)

Eigenaar / Organisator / Deelnemers

HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie - Interne Scouts
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - HJO - TC
Bestuur - HJO - TC
Bestuur - HJO - TC - Hoofdtrainers - Coördinator Leeftijdscategorie - Kaderleden
HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie

Juni

Trainingen en oefenwedstrijden “nieuwe teams”
Nieuwe teams komend seizoen
Interne Scouting (advies individuele Speler)
Nieuwe (voorlopige) teams en communiceren
Trainingsschema (bijstellen en communiceren)
Seizoen afronden

Eigenaar / Organisator / Deelnemers

HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie
HJO - TC - Hoofdtrainers - Coördinator Leeftijdscategorie - Interne Scouts
HJO - TC - Hoofdtrainers - Coördinator Leeftijdscategorie - Interne Scouts
Bestuur HJO - TC - Coördinator Leeftijdscategorie
Bestuur - HJO - TC
Bestuur - HJO - TC - Hoofdtrainers - Trainers - Coördinator Leeftijdscategorie - Interne Scouts

Zomerstop



Voetbalhandboek ASW

JE EIGEN TEAM

Jij bent Hoofdtrainer, Trainer, Coach of Leider van een ASW jeugdvoetbalteam.

Jongens en meisjes verwachten nu iets van je. Voetbalplezier. Ouders rekenen erop dat je elke week toeziet op dit voetbalplezier, terwijl ASW erop vertrouwt dat je deze klus snel onder controle hebt.

Het is leuk om Trainer/Coach te zijn maar het is een verantwoordelijke taak. Aandacht voor het team, en de individuele Spelers. Je hebt een voorbeeldrol; in gedrag tegenover de tegenstander en de Scheidsrechter. De Spelers leren van jou vooral wat ze van je zien en wat jij zegt. Belangrijk is het contact met de Ouders. Ook zij hebben een grote bijdrage in het voetbalplezier van je Spelers.

De vier kwaliteiten van een ASW Trainer/Coach

1. **Structuur bieden** = afspraken maken en handhaven
2. **Stimuleren** = motiveer en coach je Spelers positief (*maak complimenten en beloon gewenst gedrag*)
3. **Individueel aandacht geven** = geef elke Speler aandacht, "**ken je Spelers**" (de één heeft aan een woord genoeg en de ander vraagt meer aandacht. Waardeer de verschillen in je team, diversiteit is wat je team sterk maakt, laat ze van elkaar leren)
4. **Verantwoordelijkheid geven** = maak Spelers zelf verantwoordelijk, stapje voor stapje, seizoen voor seizoen (*kleedkamer schoon, materiaal helpen verzorgen, meepraten over training en wedstrijd, geef de Spelers ruimte om eerst zelf na te denken om met een oplossing te komen*)

ASW Huisregels en afspraken met het Team

Goede afspraken m.b.t. de ASW huisregels dragen bij aan een sportieve, plezierige en veilige sfeer. Als de Spelers weten wat er verwacht wordt laten ze sneller gewenst gedrag zien. Maak duidelijk wat de huisregels zijn en maak afspraken met de Spelers en de Ouders hierover.

1. **Praktische afspraken** (op tijd aanwezig, afmelden als je niet kan komen, kleding, douchen na de wedstrijd en weekdiensten = o.a. verantwoording voor materiaal verzorgen, kleedkamer schoon)
2. **Voetbalafspraken** (wisselbeleid, opstelling, wat willen we bereiken dit seizoen)
3. **Afspraken over materialen** (opruimen van de ballen, hoedjes en hesjes. kleedkamer netjes houden)
4. **Gedragsafspraken*** (hoe gaan we met elkaar om > Spelers onderling, naar de Trainer, met de Tegenstander en de Scheidsrechter. Basisregel: behandel iedereen zoals jezelf behandeld wilt worden, rustig en met respect)

Spelers belonen voor gewenst gedrag en aanspreken op ongewenst gedrag!

Geef Spelers complimenten bij gewenst gedrag en als Spelers zich aan de gemaakte afspraken houden.

Ongewenst gedrag; Wacht zo nodig nog even. Soms zit een Speler zo in zijn emotie (boos en of teleurgesteld) dat hij niet aanspreekbaar is.

Benoem het concrete gedrag op het moment zelf.

- Ik zie je ... doen, herken je dat?
- Wat hebben we hierover afgesproken?
- Hoe kun je dit anders doen?

Herinner de Jeugdspeler aan de ASW huisregels* en afspraken die zijn gemaakt als hij in herhaling valt.



***Licht ongewenst gedrag**

- Niet luisteren naar de Trainer, niet opvolgen van aanwijzingen, andere Spelers afleiden en/of irriteren, schelden op medespelers, zware overtreding, na waarschuwing doorgaan met ongewenst gedrag

Trainer stuurt Speler naar de dug-out, kort gesprek met Speler. Na de training of wedstrijd zal De Trainer de betrokken Ouders informeren en ook de Commissie "incidenten en bijzondere gebeurtenissen" van ASW

***Zwaarder ongewenst gedrag**

- Fysieke ruzie met mede- of tegenspelers, pestgedrag, schelden op Spelers, Scheidsrechter en of Trainer)

Trainer stuurt de Speler definitief van de training en het trainingsveld, wissel tijdens de wedstrijd. Na de training of wedstrijd zal de Trainer de betrokken Ouders informeren en ook de commissie "incidenten en bijzondere gebeurtenissen" van ASW'

Gesprek Trainer, Spelers, Ouders met Commissie "incidenten en bijzondere gebeurtenissen" van ASW'

***Aanhoudend ongewenst gedrag**

Jeugdcommissie sluit Speler uit van alle ASW activiteiten i.i.g. tot Gesprek Commissie "incidenten en bijzondere gebeurtenissen" van ASW met Speler, Ouders en Trainer

HOE GA JE OM MET OUDERS?

Ouders krijg je er als Trainer/Coach gratis bij. Fijn als ze behulpzaam zijn bij het rijden naar uitwedstrijden en andere hand- en spandiensten vervullen. Wel kan het lastig zijn als ze zich bij de wedstrijd als Coach gaan gedragen. Om te voorkomen dat jij ook een team van Ouders moet gaan coachen, organiseert de Hoofdtrainer i.s.m. de Coördinator leeftijdscategorie en de Trainers een Teamouderavond.

Wat bespreek je op een Teamouderavond

1. **De rollen** (vertel wie welke rol heeft: het trainen, coachen en begeleiden)
2. **Praktische afspraken en wat verwacht je van Ouders verwacht** (benoem de afspraken die gemaakt zijn met het team. Spreek af wat en wie van de Ouders iets gaat doen voor ASW. Rijden naar uitwedstrijden, kantinedienst, waterzak beheren, kleding wassen, wedstrijdverslag schrijven, fluiten, groepsuitje organiseren. Ouders stimuleren de kinderen naar de training en wedstrijden te gaan = bv. hulp bij plannen huiswerk).
3. **Gedragsregels*** (welke afspraken zijn gemaakt met het team over gewenst en ongewenst gedrag. Wat de aanpak is voor belonen en straffen. Niet afmelden of niet trainen zonder opgave van reden betekent de eerstvolgende keer een helft wissel)
4. **Voetbalafspraken** (leg uit wat je manier van coachen en begeleiden is: veel positieve aanmoedigingen. Wat leren de Spelers op de training, hoe gaat het met de wedstrijden, posities en wisselbeleid).
5. **Ongewenst gedrag langs de lijn** (wat wij als ASW niet willen is dat Ouders zich bemoeien met de opstelling. Dat Ouders mee coachen of instructies geven (Spelers weten dan niet meer naar wie ze moeten luisteren), eigen kind bestraffen of belachelijk maken bij een minder geslaagde actie. Heibel / commotie maken richting Scheidsrechter, tegenstander en of Ouders van de tegenstander).
6. **Wat als het escaleert** (Spreek een Ouder die tijdens de wedstrijd buiten zijn boekje gaat kort aan. Blijf rustig, herinner hem aan de afspraken en vraag hem na de wedstrijd even verder te spreken).



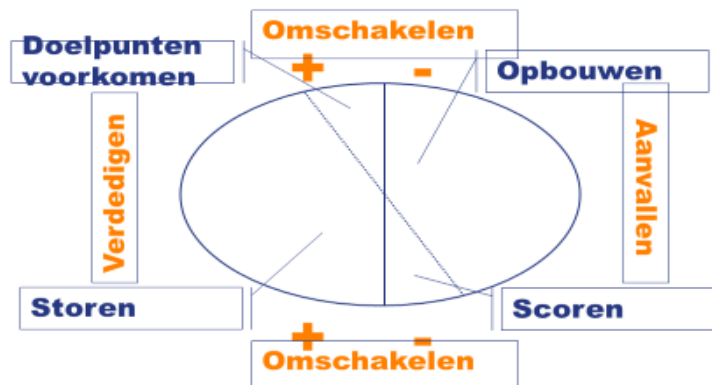
Technisch Beleidsplan ASW

Voor kinderen is het belangrijk dat hun Ouders interesse tonen en betrokken zijn. Betrek als Trainer de Ouders erbij en maak regelmatig een praatje. Houd in december en april met elke Speler en eventueel met een Ouder erbij een “tienminutengesprekje”. Vertel over zijn plezier, vorderingen en vraag naar bijzonderheden, e.d.

DE WEDSTRIJD

Natuurlijk willen de ASW spelers liefst elke wedstrijd winnen, maar jij mag je als Trainer/Coach niet daarin laten meevoeren. Het wedstrijdresultaat is ondergeschikt aan jouw verantwoordelijkheid: elke Speler doelgericht bezig te laten zijn met de bal en alle andere Spelers stimuleren samen te spelen. Je leert ze aanvallen, te verdedigen en om te schakelen. Niet het voorkomen van nederlagen is je opdracht, maar jouw ASW team steeds weer **“winst te laten boeken”** en proberen om doelpunten te maken en tegendoelpunten te voorkomen.

Voetballen wat is dat?



Je speelt als ASW Trainer/Coach voor, tijdens en na elke wedstrijd een belangrijke rol (voorbeeldfunctie). Hoe zorg je voor een goed en sportief verloop van de wedstrijd?

Voor de wedstrijd

Overvoer Spelers vlak voor de wedstrijd niet met allerlei instructies. Moedig ze slechts aan tot enkele basistaken, maar voor je hieraan toekomt, neem je het doel van de wedstrijd, opstelling, posities en wissels met je team door. De structuur van voetballen ondersteunt je in het duidelijk maken wanneer je wat verwacht van je Spelers (voetballen wat is dat?).

In het voetballen gaat het om het maken van 1 doelpunt meer dan de tegenpartij!

Voorbespreking

1. Doel van de wedstrijd
2. Opstelling
3. Visualiseer (gebruik een bord of een flip-over)
4. Posities
5. Rouleren
6. Aanvoorderschap
7. Wissels
8. Overige afspraken en een prettige sfeer
9. Individuele aandacht



Technisch Beleidsplan ASW

De Scheidsrechter

De Scheidsrechter heeft altijd gelijk, ook als hij geen gelijk heeft!

Commentaar op de leiding van de Spelers, Ouders of Trainer is niet toegestaan.

De aanvoerder mag wel op een nette en normale manier de Scheidsrechter aanspreken.

Warming-up

Het doel van de warming-up is dat het ASW team in de sfeer van de wedstrijd komt, kan wennen aan het veld en overige omstandigheden (regen, wind, ed.). Voor oudere pupillen en junioren dat hun spieren en pezen soepel worden. Kies voor herkenbare organisatievormen, vormen die ze kennen van de training.

- Als team de warming-up ingaan onder leiding van de aanvoerder
- Loslopen met of zonder bal
- Loswerken van het lichaam (nekspieren, armen, benen, romp, etc.)
- Keeper inschieten door een wisselspeler
- Passen trappen van de bal (kort en lang)
- Tempowisselingen met of zonder bal (5, 10 en 15 meter)
- Positiespel (bal rondspelen onder weerstand- kleine ruimte)
- Aanzet met richtingsverandering of een opsprong met een kopbeweging
- Als team warming-up afmaken en naar de kleedkamer

Tijdens de wedstrijd

Laat je tijdens de wedstrijd als Trainer/Coach niet beïnvloeden door de stand of gebrul van mensen langs de lijn. Volg de wedstrijd, concentreer je op de voetbalhandelingen van je Spelers, coach alleen de Spelers die de bal niet hebben, en de wisselspelers naast je langs de lijn.

Observeer en onthoud de hoofdzaken die je opvallen in het aanvallen en verdedigen, eventueel uitgewerkt in het opbouwen, scoren, storen en doelpunten voorkomen en de individuele voetbalhandelingen. Stel jezelf de vragen; Wordt er gespeeld?, Wordt er geleerd? En wordt er plezier aan beleefd?

Houd het vooral simpel. Je ziet bijvoorbeeld dat je verdedigers meermalen de bal niet rustig aannemen en een aanspeelbare ASW speler zoeken, maar wild naar voren schieten. Onthoud dit punt voor de bespreking in de rust. Je ziet vast nog meer punten, maar dat is voor de training of een volgende wedstrijd. Beter 1 hooguit 2 dingen goed gedaan dan 10 half.

1. Bewaak de sfeer
2. Observeren
3. Aanvallen (groot maken, diepte zoeken, bal in de ploeg, posities bezet)
4. Verdedigen (klein maken, naar de bal toe, scherp dekken, rugdekking, nuttig blijven)
5. Complimenten geven
6. Stimuleer
7. Laat Spelers zelf beslissen
8. Coachen van Spelers individueel
9. Bevorder gewenst gedrag

In de rust

Als de Scheidsrechter afblaast voor de rust verzamelen de Spelers zich bij de Trainer/Coach, waarna het ASW team naar de kleedkamer loopt. Limonade drinken en even rustig uitblazen, plassen, veters strikken. Rust is rust (laat ze even uitrazen). Lege bekertjes innemen en dan aandacht = kort met elkaar in gesprek en naar elkaar luisteren.



Technisch Beleidsplan ASW

Stel de Spelers een aantal vragen (wat zien we terug van wat er is getraind – teamfunctie), elke positieve bijdrage is welkom. Daarna neem jij als Trainer/Coach het woord. Begin met complimenten, benoem wat goed ging en de punten die beter kunnen in de 2^e helft. Geef enkele aanwijzingen die er toe doen, Spelers voelen haarfijn aan of je het meent of niet. Geef concrete complimenten en tips die beter kunnen.

Rustbespreking

Wat ging goed in het aanvallen?

Wat kan beter in het aanvallen?

Wat ging goed in het verdedigen?

Wat kan beter in het verdedigen?

Na de wedstrijd

Na de wedstrijd kan je Spelers beter niet meer te veel vermoeien met wat jij er allemaal van vond. Belangrijkste is nu dat iedereen met een goed gevoel naar huis gaat.

Wel met alle Spelers de wedstrijd gezamenlijk afsluiten. Een goed moment om de dag prettig af te sluiten – ook als er is verloren. Negeer negatieve opmerkingen over de Scheidsrechter of Tegenstander. Na het douchen en omkleden allemaal verzamelen in de kantine (voor vertrek naar ASW of naar huis), spreek wat Ouders, Spelers en benoem positieve momenten en de teamprestatie.

Zorg dat er een wedstrijdverslag geschreven wordt met niet alleen de doelpuntmakers. Alle Spelers zijn onderdeel van het team en hebben daar een individuele bijdrage aan kunnen toevoegen.

Winnen of verliezen.

Voortgang boeken is “dikke” winst en dat samen met plezier in een veilige omgeving!

Na de wedstrijd evalueer je als Trainer/ Coach voor jezelf de wedstrijd en maakt tevens een analyse van de hoofdzaken die jou zijn opgevallen tijdens de wedstrijd. Welke accenten zijn er nu en bij vorige wedstrijden en trainingen aan de orde geweest en wat is de voortgang. Vanuit deze analyse kies je een trainingsdoel, gerelateerd aan de periode > Teamfuncties (aanvallen, verdedigen en omschakelen).



De Wedstrijd

De Hoofdtrainer en zijn staf		Beoogd resultaat
plannen & voorbereiden	Zorgt voor een prettige leeromgeving	...een omgeving die is afgestemd op de leeftijdsgroep, het ontwikkelen van het aanvallen, verdedigen en of omschakelen en de gekozen doelstelling...
	Analyseert eerder gespeelde wedstrijden en bepaalt de manier van spelen	...een opstelling, manier van spelen die gebaseerd is wat de spelers al kunnen en wat ze zouden kunnen leren...
	Formuleert specifieke aandachtspunten voor deze wedstrijd (max. 2 tot 3 punten)	 Een doelstelling die past bij de beginsituatie en gericht is op het (verder) ontwikkelen van het aanvallen, verdedigen en omschakelen... <i>O09 = doelgericht leren handelen met de bal</i> <i>O11 = leren samen doelgericht te spelen</i> <i>O13 = leren spelen vanuit een basistaak</i> <i>O15 = afstemmen van basistaken binnen een team</i> <i>O17 = spelen als een team</i> <i>O19 = presteren als team in de competitie</i>
	Maakt afspraken met Begeleidingsteam en Ouders	... Een prettige leeromgeving voor een vlot en ordelijk verloop van de activiteit...
Creëren van de leersituatie	Is als Trainer / Coach een voorbeeld voor zijn Spelers	...De Trainer / Coach is een goed voorbeeld van het gedrag richting zijn eigen Spelers, Spelers van de tegenpartij, de Scheidsrechter, de Coach van de tegenpartij en....
	Houdt een bespreking (vooraf, in de rust en na afloop)	Een duidelijk beeld bij de Spelers van de positieve- en verbeterpunten voor het team en voor de individuele Speler(s)...
	Draagt zorg voor een optimale wedstrijdvoorbereiding	...Spelers die goed voorbereid en met veel zin aan de wedstrijd beginnen
beïnvloeden van de leersituatie	Het waarnemen en herkennen van spelsituaties binnen het aanvallen, verdedigen en/of het omschakelen	...Het waarnemen en herkennen van relevante spelsituaties (i.r.t. de gekozen doelstelling) door de Coach (= het lezen van het spel)
	Coacht het team tijdens de wedstrijd op een <u>positieve</u> manier	...Het beter uitvoeren van de handelingen door Spelers binnen aanvallen, verdedigen en/of omschakelen...
	Coacht individuele Spelers tijdens de wedstrijd op een <u>positieve</u> manier	
	Geef Spelers de ruimte om spelsituaties zelf op te lossen (niet voorzeggend)	...Spelers die de ruimte krijgen om zelf beslissingen te nemen en fouten te mogen maken...
	Bepaalt de wissels gedurende de wedstrijd	... Zorgt er voor dat elke Speler voldoende speeltijd krijgt...
evalueren & reflecteren	Evalueert de wedstrijd met Spelers, Staf en voor zichzelf	...een duidelijk beeld bij de Spelers, Staf en Coach van de positieve- en verbeterpunten voor het team en voor de individuele Speler(s)...
	Reflecteert op eigen handelen	Benoemt verbeterpunten voor toekomstige activiteiten en denkt erover na hoe deze te realiseren...



Technisch Beleidsplan ASW

DE TRAINING

De Hoofdtrainer van de leeftijdscategorie stelt de kaders voor de aankomende trainingen en deelt deze met de Trainers van zijn "staf". De trainingsopzet is in een herkenbare structuur opgemaakt (gerelateerd aan de periode > Teamfuncties aanvallen, verdedigen en omschakelen). De Hoofdtrainer bewaakt de uitvoering van de trainingen. Er is voldoende ruimte binnen de kaders om als ASW Teamtrainer ook een passend trainingsdoel op te nemen voor jouw team.

HET DOEL VAN EEN ZINVOLLE TRAINING

Trainen is het vereenvoudigen van voetballen. Afgestemd op leeftijd, niveau en beleving van de Spelers. In oefen- en partijvormen die zijn afgeleid van een echte wedstrijd help je Spelers met het oplossen van spelsituaties in het aanvallen, verdedigen en omschakelen.

Jeugdspelers leren voetballen door te voetballen, niet door rondjes om het veld te rennen of alleen maar af te ronden op het doel. Voetballen leer je door "voetbalecht te oefenen". Door zelf echt doelpunten te kunnen maken en zelf doelpunten te voorkomen. Oefenvormen met basiskenmerken van een echte voetbalwedstrijd zijn herkenbaar en motiveert tot een grotere inzet.

Voetbalechte oefeningen

- In het spel is richting nodig. Er kan ergens gescoord worden.
- Zorg dat het spel de juiste regels heeft.
- Alle Spelers moeten aanvallen, maar ook verdedigen en omschakelen.
- Er zijn tegengestelde belangen nodig. Dit houdt in dat er altijd een team kan winnen.
- Laat Spelers spelen vanuit een formatie. Hierdoor leren zij vanuit hun positie op het veld te spelen en in deze positie keuzes te maken die zij ook in de wedstrijd zullen doen.

Voor de Training

Beschrijf vooraf waarop je wilt trainen. Voor een passend team trainingsdoel gebruik je de analyse die je hebt gemaakt van de wedstrijd (hoofdzaken die je zijn opgevallen). Wat is het thema van ASW voor deze periode en welke accenten (basistechniek) zijn eerder aan de orde geweest.

Pak de training systematisch aan, geef de Spelers structuur en continuïteit. Niet vandaag zo en volgende week weer anders. Af en toe wat nieuws en wat variatie op eerdere trainingsvormen is belangrijk. Spelers moeten weten waar ze mee bezig zijn zodat er voortgang geboekt kan worden waardoor ze met meer vertrouwen gaan trainen en spelen.

Vanaf ASW Onder 13 voorafgaand aan de training de Spelersgroep (in de kleedkamer) informeren over het trainingsdoel van die avond;

Structuur van een ASW training

- Voorbespreking (kleedkamer)
- Warming -up (met en zonder bal)
- Oefenvorm (basistechniek) > "verlengde Warming -up"
- Partijvorm
- Oefenvorm (basistechniek, passen en meenemen van de bal)
- Partijspel
- Opruimen materiaal (weekdienst)



Welke oefenvormen zijn geschikt

Groep	Warming-up	Partijvorm	Partijspel
Onder 7	Tikspel met en zonder bal	"ik en de bal" 3 korte vormen	2:2, 3:3 en 4:4
Onder 9	"ik en de bal" basistechniek	1:1, 2:2, 2:1, diverse spelvormen	2:2, 3:3 en 4:4
Onder 11	"ik en de bal" basistechniek	1:1, 2:2, 2:1, 3:1, 3:2, diverse spelvormen	2:2, 3:3, 4:4 en 6:6
Onder 13	Zonder bal, "ik en de bal" of positiespel	2:1, 3:2, 4:3, 5:4, 3:3, 4:4	4:4, 5:5, 6:6, 7:7
Onder 15	Zonder bal, "ik en de bal" of positiespel	3:2, 4:3, 5:4, 6:5, 3:3, 4:4, 5:5	5:5, 6:6, 7:7
Onder 17	Zonder bal, "ik en de bal" of positiespel	5:4, 6:5, 7:6, 4:4, 5:5	5:5, 6:6, 7:7
Onder 19	Zonder bal, "ik en de bal" of positiespel	5:4, 6:5, 7:6, 4:4, 5:5	5:5, 6:6, 7:7

Warming-up

Het doel van de warming-up is dat het ASW team in de sfeer van de training komt. Voor oudere Pupillen en Junioren dat hun spieren en pezen soepel worden. Kies voor herkenbare organisatievormen, vormen die ze kennen van eerdere trainingen en wedstrijden.

- Als team de warming-up ingaan onder leiding van de aanvoerder
- Loslopen met of zonder bal
- Loswerken van het lichaam (nekspieren, armen, benen, romp, etc.)
- Keeper inschieten
- Passen trappen van de bal (kort en lang)
- Tempowisselingen met of zonder bal (5, 10 en 15 meter)
- Positiespel (bal rondspelen onder weerstand- kleine ruimte)
- Aanzet met richtingsverandering of een opsprong met een kopbeweging
- Als team klaar voor de 1e oefenvorm

Tijdens de Training

Nadat de oefenvorm is uitgelegd en voorgedaan begint het werk. Terwijl de Spelers oefenen – zonder onnodige onderbrekingen en wachttijden- kan je op juiste momenten je Spelers aanwijzingen geven bij de keuzes die ze maken en de uitvoering die ze laten zien.

Houd je coaching kort en duidelijk. Alleen situaties stoppen als ze er echt iets van kunnen leren, niet om jouw kennis te etaleren. Laat de Spelers zelf problemen oplossen, bied ruimte voor eigen inbreng door vragen te stellen en help ze individueel (niet alle spelers leren op dezelfde manier) Kijk samen naar de situatie, doe het voor en moedig aan.

Training stilleggen? Gebruik > "plaatje, praatje, daadje"

- Plaatje = laat de Spelers in de organisatie stilstaan
- Praatje = bevrage Spelers en geef daarna kort aan wat de bedoeling is
- Daadje = laat Spelers het nadoen en controleer of ze het begrijpen

Moeilijker of makkelijker maken

Stel jezelf tijdens de training steeds de volgende vragen:

1. Wordt er plezier beleefd?
2. Wordt er gevoetbald?
3. Wordt het voetbalspel geleerd?



Technisch Beleidsplan ASW

4. Zo ja, dan is de leersituatie voor jouw spelers optimaal

Lukt de uitvoering ongeveer even vaak niet als wel? Dan kan je de oefenvorm aanpassen zodat er meer leermomenten zijn of dat de Spelers meer moeite moeten doen. Het is de kunst om doorlopend een passende uitdaging te bieden aan je Spelers waardoor ze meer plezier beleven.

Moeilijker maken

Voor de aanvallers maak je de oefenvorm moeilijker door de **ruimte aan te passen** = smaller, korter of kleiner te maken, of je geeft de verdedigende partij een **extra Speler**. Je kunt ook de **spelregels** aanpassen (wel wedstrijdrecht houden).

Makkelijker maken

Lukt het de Spelers niet om de bedoeling van de oefenvorm te realiseren? Dan maak je de vorm juist gemakkelijker door de **weerstand te verlagen**. Ruimte groter, Speler toevoegen of tegenstander weghalen.

Na de Training

Na de training kan je Spelers beter niet meer te veel vermoeien met wat jij er allemaal van vond. Belangrijkste is nu dat iedereen met een goed gevoel naar huis gaat.

Na de Training reflecteer en evalueer je als Trainer/ Coach de training en maakt tevens een analyse van de hoofdzaken die jou zijn opgevallen tijdens de training.

Welke accenten zijn er nu en tijdens vorige trainingen en wedstrijden aan de orde geweest en wat is de voortgang van het Team en de individuele Speler. Vanuit deze analyse kies je een wedstrijddoel voor de komende periode dat goed past bij jouw team.

Methodische vragenlijst voor de Trainer / Coach

1. Concentratie > sfeer, plezier, beleving en leermomenten?
2. Bedoeling > Spelers begrepen de bedoeling waar het om gaat (weten ze wat ze trainen en wanneer dat in de wedstrijd terugkomt)?
3. Is er gevoetbald (voetbalhandelingen die veel werden herhaald)?
4. Is er voldoende rekening gehouden met de groep (leeftijd, ambitie, niveau, talent)?
5. Wat zou je de volgende keer anders doen?



De Training

De Hoofdtrainer en zijn staf		Beoogd resultaat
plannen & voorbereiden	Zorgt voor een prettige leeromgeving	...een omgeving die is afgestemd op de leeftijdscategorie, het ontwikkelen van het aanvallende, verdedigende en/of omschakelende en de gekozen doelstelling...
	Formuleert specifieke aandachtspunten voor deze training (max.2)	...een doelstelling die past bij de beginsituatie en gericht is op het (verder) ontwikkelen van het aanvallende, verdedigende en/of omschakelende...
	Bereidt training voor (en/of in overleg met staf en HJO) - Voetbalecht Trainen - Veel balcontacten (1:1, 2:2, 4:4, 6:6, en 7:7) - dynamisch - Hoe kan ik de Spelers beïnvloeden (veld kleiner, aantal Spelers of regels aanpassen) - Oefeningen die zijn afgestemd op de leeftijdsgroep (leeftijdskennmerken)	...een keuze van oefenvormen waarin het aanvallende, verdedigende en omschakelende getraind kan worden. Daarbij wordt de rol van de tegenpartij benoemd en is de inhoud en manier van coachen uitgewerkt. <i>O09 = doelgericht leren handelen met de bal</i> <i>O11 = leren samen doelgericht te spelen</i> <i>O13 = leren spelen vanuit een basistaak</i> <i>O15 = afstemmen van basistaken binnen een team</i> <i>O17 = spelen als een team</i> <i>O19 = presteren als team in de competitie</i>
creëren van de leersituatie (in gang zetten)	Zet organisatie neer. Let daarbij op gebruik materialen, indeling teams en de gekozen ruimte	... een trainingssituatie waarbinnen (veilig) gewerkt kan worden aan de doelstelling...
	Geeft uitleg over de oefenvorm (praatje, plaatje daadje)	...duidelijkheid voor de Spelers m.b.t. de bedoeling, (spel) regels, de manier van scoren / punten krijgen voor alle Spelers...
	Is als Trainer een voorbeeld voor zijn / haar Spelers.	...de Trainer is een goed voorbeeld van het gedrag richting eigen Spelers, collega trainers en...
	Controleert en bewaakt dat er aan de doelstelling(en) gewerkt kan worden	...gedurende de (gehele) training is er een situatie waarin het aanvallende en/of het verdedigende getraind kan worden. (er is en blijft aandacht bij de Spelers)...
beïnvloeden van de leersituatie (in gang houden)	Het waarnemen en herkennen van spelsituaties binnen het aanvallende, verdedigende en/of het omschakelende	...het waarnemen en herkennen van relevante spelsituaties (i.r.t. de gekozen doelstelling) door de coach (= het lezen van het spel)...
	Coacht het team tijdens de training op een <u>positieve</u> manier	...het beter uitvoeren van de handelingen door Spelers binnen aanvallende, verdedigende en/of omschakelende...
	Coacht individuele Spelers tijdens de training op een <u>positieve</u> manier	
	Past manier en inhoud van het coachen aan als de situatie daarom vraagt	...(beter) begrip van de Spelers van hetgeen door de Trainer wordt bedoeld...
	Maakt de trainingssituatie makkelijker/moeilijker als de situatie daarom vraagt	... een voetbalsituatie waarin Spelers (nog steeds) uitgedaagd worden hun voetbalhandelingen te verbeteren...
evalueren & reflecteren	Evalueert de training met Spelers, Staf en voor zichzelf	...een duidelijk beeld bij de Spelers, Staf en Coach van de positieve- en verbeterpunten voor het team en voor de individuele Speler(s)...
	Reflecteert op eigen handelen	...Benoemt verbeterpunten voor toekomstige activiteiten en denkt erover na hoe deze te realiseren...



Technisch Beleidsplan ASW

Keeperstraining en Techniektraining

ASW biedt naast de reguliere teamtrainingen ook Keeperstraining en Techniektraining aan, onder leiding van Trainers die gerichte aandacht kunnen geven aan dit specialisme. Dit zijn extra trainingen, die bij voorkeur niet ten koste gaan van de teamtraining.

Keeperstraining

De Keeper heeft in vergelijking met de andere veldspelers een bijzondere positie in het team omdat hij als enige Speler, binnen het eigen strafschoopgebied, de bal met de handen mag spelen. Daarnaast is de Keeper één van de weinige Spelers die in de opbouw niet te maken heeft met een directe tegenstander. Buiten het strafschoopgebied en op het moment dat de bal wordt teruggespeeld is de Keeper in zijn mogelijkheden te vergelijken met andere Spelers binnen het team.

Bij Spelers vanaf Onder 11 wordt het duidelijk wie graag keepert. Sommigen willen niet meer anders. De geschiktste leeftijd om met een specifieke Keeperstraining te beginnen is rond het tiende levensjaar. Keepers Onder 10 kunnen bij ASW “ruiken” aan het specialisme door te trainen in gepaste vormen; basistechniek van het voetbal in combinatie met spelvormen waarbij vangen, oprapen, stompen, vallen en springen een onderdeel kunnen zijn.

Kinderen gaan bij ASW steeds eerder voetballen, dan vertonen kinderen een enorme beweeglijkheid. Zou een jongen of meisje zo vroeg al alleen maar keepen, dan beperkt je juist enorm deze beweeglijkheid.

Het verdient de aanbeveling om tussen 8 en 10 jaar niet voor een vaste, maar voor een roulerende Keeper te kiezen. Zo komt iedereen ook een keer in het doel te staan (met uitzondering van diegene die echt niet willen).

Dit heeft de volgende voordelen:

1. Iedereen krijgt de kans op deze wijze enige ervaring met het keepen. Daarmee wordt ook voorkomen dat een potentieel talent onopgemerkt blijft. Hoe vaak gebeurt het niet dat iemand op latere leeftijd bij toeval Keeper wordt?
2. De tijd dat een Keeper alleen maar een bal op de doellijn moest tegenhouden is al lang voorbij. Er wordt nu veel meer van hem verwacht. De Keeper moet kunnen ‘meevoetballen’ en moet dus ook vrijwel alle voetbalvaardigheden (passeren, trappen, koppen, tackle, sliding enz.) beheersen. Zijn werkgebied strekt zich tenslotte tot soms ver buiten de 16 meter uit. Omdat bekend is dat kinderen tussen 8 en 12 jaar gemakkelijk nieuwe bewegingen aanleren, is het belangrijk om hun juist dan zoveel mogelijk aan te reiken. Van 8 tot 10 jaar zijn dat de voetbalvaardigheden en van 10 tot 12 jaar de basistechnieken van het doel verdedigen.
3. Een kind dat op 8 jarige leeftijd perse wil keepen, kan natuurlijk weinig in de weg worden gelegd. Maar tijdens de Keeperstraining moet er dan ook aandacht zijn voor de basistechnieken van het voetbalspel. Ze komen de Keeper altijd van pas!

De Techniek

De belangrijkste taak van een Keeper is het voorkomen van tegendoelpunten. De afgelopen jaren zijn er een aantal technieken ontwikkeld die de Keeper daarbij kunnen helpen. Het gaat om hoofdlijnen, die voor iedere Keeper op een bepaald onderdeel aanpassingen vergen en die afhankelijk zijn van lichaamsbouw, kracht, lenigheid, snelheid, instelling, leeftijd, stijl, talent, etc.

De volgende technieken zijn onderdeel van een ASW Keeperstraining

Uitgangshoudingen, Voetenwerk; verplaatsen in en voor het doel, Oprapen, Vangen; onderhands, blokkeren met buik/borst en bovenhands, Vallen, Duiken, Zweven, Springen; één- en tweebeinige afzet, Tippen, Stompen: met één of twee vuisten, Werpen: rollen, slingerworp en strekworp en Passen en Trappen: volley, drop-kick en trap van de grond.



Technisch Beleidsplan ASW

Techniektraining

De baas zijn over de bal in iedere situatie. Dit kan op verschillende manieren, een tegenstander frontaal passeren, zijwaarts passeren of de perfecte traptechniek.

De ASW techniektraining begint bij de Spelers van Onder 9 waarbij de bal voor veel spelertjes de grootste weerstand is, andere weerstanden hoeven dus ook niet te worden toegevoegd.

Bij Jeugdspelers Onder 11 moet de basis worden gelegd, passeerbewegingen worden aangeleerd en zullen onder steeds grotere weerstand moeten worden uitgevoerd. Waar in het begin alleen de uitvoering goed moet, is aan het einde van Onder 11 het functionele erg belangrijk.

Om in die leeftijdscategorie Spelers te stimuleren om acties te maken (domineren van de 1:1) zijn er extra techniektrainingen, die bij voorkeur niet ten koste gaan van de teamtraining.

Vanaf Onder 13 zullen Spelers zich gaan specialiseren, zo zullen er verdedigers, middenvelders en aanvallers ontstaan, een ieder met zijn eigen specifieke kwaliteiten (iedere Speler specialiseert zichzelf). Gaande weg zullen Spelers bepaalde eigenschappen houden en ontwikkelen, waarbij ze in staat moeten zijn om iedere situatie op te kunnen lossen.

De algemene lijn die wij volgen is bij de Spelers Onder 11 gaat het om het IK, dus de speler zelf als individu. Het winnen als team is niet belangrijk, de Speler moet zelf winst boeken, dit kan door bijvoorbeeld in een wedstrijd een aangeleerde beweging goed uit te voeren.

Bij Onder 13 en Onder 15 gaat het om het IK in het team. Wat voor gevolgen heeft mijn handelen voor het team. Bij Onder 17 en Onder 19 gaat het om het WIJ, dus wat doen WIJ als team en moeten Spelers leren om te winnen en wat daarvoor nodig is.

De oefenvormen voor de techniektraining zijn onderverdeeld in het aanleren van de basistechnieken (oefenvormen zonder weerstand van een verdediger), oefenvormen met daarbij een passieve tegenstander (tegenstander verdedigt niet voluit en helpt de Speler aan de bal te herkennen wanneer hij de beweging in moet zetten). Vervolgens oefenvormen met volledige weerstand in de 1:1 duels.

Medische Begeleiding

Onder Jeugdspelers komt ernstig letsel nauwelijks voor. Wel worden bij de Spelers van Onder 13 in de groeispurt spieren en pezen minder soepel en ligt overbelasting op de loer. ASW neemt blessures serieus.

ASW heeft een samenwerkingsverband met een Sportfysiotherapeut. We richten ons daarbij primair op de Jeugdspelers maar ook Senioren kunnen gebruik maken van de aanwezigheid van deze Sportfysiotherapeut op de club.

- Jeugdspelers kunnen terecht voor vragen en advies
- De Sportfysiotherapeut doet in het kader van preventie de trainingen bekijken en geeft Spelers en Trainers advies; o.a. warming-up, loopscholing, lichaamshouding, juist schoeisel, scheenbeschermers, hygiëne (douchen, badslippers, voetnagels), enz.
- Indien advies leidt tot afspraken voor behandeling zal voor jeugdspelers Onder 18 vooraf toestemming van de Ouders nodig zijn.

De werkwijze wordt bepaald in overleg tussen de Sportfysiotherapeut en ASW. Binnen ASW is Hoofdjeugdopleiding hiervoor het aanspreekpunt.



Technisch Beleidsplan ASW

Doelstellingen, Leeftijdsspecifieke kenmerken Jeugdspelers en tips voor de Trainer/Coach

ASW heeft tot 2019 doelstellingen, kenmerken en de ontwikkelingsfase per leeftijdscategorie vastgelegd voor alle Jeugdspelers.

Binnen de doelstellingen per leeftijdscategorie vindt een formulering van leerdoelen plaats. Dit is opgesplitst in doelen voor het ontwikkelen van het aanvallende, verdedigende en omschakelende. Deze leerdoelen worden ondersteund door; algemene uitgangspunten, voetbalhandelingen en spelregels.

Ook de fase waarin de Speler zich bevindt - wat wil en kan de jeugdspeler - en de betekenis daarvan voor de begeleiding van de Trainer voor zijn Spelers. Houd er rekening mee dat het hier ten alle tijden om een gemiddelde van alle Spelers gaat.

ASW Jeugdspelers Onder 7 "bal is doel" – leren beheersen van de bal -

ASW laat kinderen van Onder 7 via trainingen en wedstrijden (4:4 en 6:6) kennis maken met "voetballen", wil niet zeggen dat er voetbalspel te zien is. De bal, daar gaat het om en daar is iedereen druk mee bezig. Het is als een soort magneet die alle aandacht naar zich toe trekt en waar niemand weerstand aan kan bieden.

"kluitjesvoetbal" het hoort zo!

We kunnen deze Kinderen leren dat het om de bal gaat in een afgebakend veld, dat de bal niet met de handen gespeeld mag worden en dat er 2 doelen zijn waarbij in het ene gescoord kan worden en waarbij in het ander het scoren voorkomen moet worden, valt het nodige te leren!

Vooraf onder het motto: "al doende, leert men" De doelstelling voor deze leeftijdscategorie luidt dan ook; het leren beheersen van de bal.

De Jongste ASW Voetballer

Wil spelen, hij sport niet, hij speelt. Het is niet zijn doel zich te ontwikkelen tot voetballer. Het gaat erom dat hij onbewust en spelenderwijs dingen ontdekt.

Hij heeft weinig geduld, is snel afgeleid, wil de bal hebben, werkt niet samen, kent nog niet de regels, leert door te herhalen, krijgt graag aandacht en heeft behoefte aan geborgenheid.

Spelregels

manier van scoren, vrije trap, indribbelen, aftrap in het midden, corner, pupillen doeltjes 6:6 en 4:4, duur van de wedstrijd.

ASW Jeugdspelers Onder 9 "bal is middel" - doelgericht handelen met de bal –

Aanvallen en doelpunten maken

1. Doelstelling > doelgerichtheid, individueel handelen met de bal (linkerbeen en rechterbeen), alle voetbalhandelingen, meer besef rol tegenstander.
2. Algemene uitgangspunten > het gaat om het winnen van de wedstrijd, eerste contouren van een teamorganisatie (voorin en achterin)
3. Dominante voetbalhandelingen > dribbelen, passen, aannemen, 1:1 duel, schieten en scoren.

Omschakelen

1. Doelstelling > zo snel mogelijk weer betrokken zijn bij de bal.
2. Algemene uitgangspunten > snel en doelgericht omschakelen (voor-achter en achter-voor) en snelle betrokkenheid van een ieder.



Technisch Beleidsplan ASW

3. Dominante voetbalhandelingen

moment van balverovering = eerste handelingen moeten doelgericht zijn.

moment van balverlies = bal terugveroveren en snel tussen de bal en het eigen doel komen (positie kiezen).

Verdedigen en doelpunten voorkomen

1. Doelstelling > voorkomen van doelpunten.

2. Algemene uitgangspunten > bal mag niet in het eigen doel en getracht moet worden om de bal te veroveren, alle Spelers doen mee, tussen de bal en eigen doel verdedigen en handelen binnen de spelregels.

3. Dominante voetbalhandelingen > juiste positie innemen, doel afschermen, andee richting op dwingen, schot blokkeren, 1:1 duel, bal afpakken en bal tegenhouden

Spelregels

uittrappen Keeper, indribbelen, corner, vrije trap, penalty, rol van de Keeper (gebruik handen), grote van doelen, afmetingen van het veld en medespelers (6:6) en duur van de wedstrijd.

Wat wil en kan de ASW Jeugdspeler Onder 9

... **Wil spelen.** Het is niet zijn doel zichzelf te ontwikkelen tot voetballer. Maak overal een spelletje van, ook van het opruimen van de spullen.

... **Heeft weinig geduld.** Hij wil bewegen, niet luisteren. Geef korte, precieze instructies. Bombardeer hem niet met informatie.

... **Is snel afgeleid.** Hij kan maar kort richten op dezelfde activiteit. Varieer, een spanningsboog van tien minuten is al lang.

... **Is gericht op zichzelf.** Een speler Onder 9 is zijn kleutertijd nog niet helemaal ontgroeid en kan alles op zichzelf betrekken. Ik en de wereld. Verwar dit egocentrisme niet met egoïsme. Het is een natuurlijk ontwikkelingsproces en gaat vanzelf over.

... **Wil de bal hebben.** Het motto is: Ik en de bal. Wedstrijdjes draaien 2x20 minuten om dat ene ding. Eenmaal in bezit van de bal, blijkt het voor sommigen toch nog heel lastig om de bal bij zich te houden. Voor anderen is de bal al meer een middel om doelpunten te maken of om kansen te creëren.

... **Werkt niet samen.** Soms lijken ze dat even te doen, maar schijn bedriegt. Als je goed kijkt, zie je dat ze tegelijkertijd dezelfde dingen doen – onafhankelijk van elkaar. Bij sommige zie je de eerste tekenen wel van bewust samenspelen.

... **Zet veel aanwijzingen om in daden.** Doe alles voor, hij is visueel ingesteld en leert een nieuwe beweging het snelst door nabootsing van- een medespeler, de Trainer of van de TV. Laat zien hoe je de bal kunt passen met de binnenkant van de voet, en vertel dan waar je het standbeen kunt plaatsen en hoe je de bal kunt raken.

... **Leert door veel te herhalen.** Hij wil niet steeds iets nieuws proberen. Hij heeft succes en uitdaging nodig, het moet lukken en soms mislukken.

... **Krijgt graag aandacht.** Laat hem zijn vaardigheden voordoen en gebruik dit als (positief) voorbeeld bij een uitleg. Help elke Speler in zijn eigen tempo.

... **Heeft behoefte aan routine en structuur.** Voer geleidelijk veranderingen door in de training. Bouw een structuur in waarin continuïteit centraal staat, maar ruimte is voor veranderingen. Spelers Onder 9 wennen pas na enkele weken aan een nieuwe trainingsvorm.



ASW Jeugdspelers Onder 11 “bal is middel in samenwerken” - leren samen doelgericht te spelen –

Aanvallen en doelpunten maken

1. Doelstelling > samen opbouwen om kansen te creëren of de bal te verplaatsen naar de helft van de tegenstander, samen scoren, voetbalhandelingen in relatie tot positie, richting, moment en snelheid.
2. Algemene uitgangspunten > keuze tussen zelf de oplossing zoeken of gebruik maken van een medespeler, meer oog voor Spelers in de buurt van de bal, ruimte met elkaar groot maken (lengte / breedte), dieptespel gaat voor breedtespel, bal houden, veldbezetting – niet meer allemaal meer op een “kluitje”.
3. Dominante voetbalhandelingen > het beheersen van de bal om samen op te bouwen en tot scoren te komen, Spelers zonder de bal vrijlopen en positie kiezen, eerste stappen in onderlinge afstemming (bv. het passen naar een vrijlopende Speler, wel of geen passeeractie of overspelen naar een medespeler).

Omschakelen

1. Doelstelling > zo snel mogelijk weer betrokken zijn bij de bal.
2. Algemene uitgangspunten > snel en doelgericht omschakelen (voor-achter en achter-voor) en snelle betrokkenheid van een ieder.
3. Dominante voetbalhandelingen
moment van balverovering = eerste handelingen moeten doelgericht zijn.
moment van balverlies = bal terugveroveren door dichtstbijzijnde Speler – voorkomen dieptepass, en snel tussen de bal en het eigen doel komen (positie kiezen).

Verdedigen en doelpunten voorkomen

1. Doelstelling > samen storen om kansen van de tegenpartij te voorkomen, samen doelpunten voorkomen, verdedigende handelingen zijn meer gerelateerd aan een rol als Speler achterin of voorin.
2. Algemene uitgangspunten > iedereen levert een bijdrage in het verdedigen gericht op het voorkomen van doelpunten, ruimte met elkaar klein maken (lengte / breedte (= knijpen)), druk op balbezittende Speler krijgen of houden, kort dekken in de buurt van de bal, zo lang mogelijk nuttig blijven en handelen binnen de spelregels.
3. Dominante voetbalhandelingen > juist inschatten van het handelen van de tegenstander en het handelen van medespelers, 1:1 duel, tackelen, de sliding, blokkeren, het koppen, rugdekking geven, het jagen etc. zijn de handelingen die centraal staan

Spelregels

grote van doelen, afmetingen van het veld en medespelers (7:7 en 8:8) en duur van de wedstrijd.

Wat wil en kan de ASW Jeugdspeler Onder 11

- ... **Is enthousiast en ongeduldig.** Hij wil bewegen, niet luisteren. Geef korte precieze instructies.
- ... **Heeft een grote speldrang.** Deze jeugdvoetballers voetballen om het plezier. Spelenderwijs krijgen ze een grotere handigheid met en zonder bal.
- ... **Doet graag na.** Hij is visueel ingesteld en leert een nieuwe beweging het snelst door nabootsing. Doe alles voor.
- ... **Leert door te herhalen.** Hij wil niet steeds iets nieuws proberen. Hij heeft succes en uitdaging nodig, het moet kunnen lukken en soms mislukken.
- ... **Krijgt graag aandacht.** Laat hem zijn vaardigheden voordoen en gebruik ze als voorbeeld bij een uitleg.
- ... **Heeft veel verbeelding.** Laat deze Spelers experimenteren, moedig creativiteit aan, gebruik hun ideeën om de trainingen leuk te maken. Zorg wel voor structuur.



Technisch Beleidsplan ASW

... **Kan veel doen in weinig tijd.** Hij spant zich graag intens in om zich te kunnen uitleven. Laat hem veel voetballen.

... **Kent ook fysiek grenzen.** Bij extreme temperaturen vertonen deze jeugdspelers symptomen van onderkoeling en of oververhitting. Zelf overschatten ze zich hierin. Let op juiste en voldoende kleding en laat ze extra water drinken.

... **Geeft zijn mening.** Vraag na afloop van de training aan de Spelers wat ze er wel en niet leuk aan vinden en waarom.

... **Is doelgericht.** Het scoren van doelpunten en het voorkomen van tegendoelpunten betekent veel voor deze kinderen. Laat dit in alle oefen- en partijvormen voorkomen. Geef duidelijk aan hoe beide partijen kunnen scoren.

... **Wil samenwerken.** Hij ziet steeds meer het mogelijke gunstige effect in het overspelen naar een medespeler die er beter voor staat. Moedig hem hiertoe aan.

... **Is prestatiegericht.** Geef bij elke oefen- en partijvorm aan hoe er punten kunnen worden gehaald of wat de beloning is.

... **Heeft een zwart- wit zelfbeeld** Zorg voor positieve feedback om het zelfvertrouwen op te bouwen. Kinderen moeten vertrouwen hebben om dingen te willen herhalen.

... **Heeft behoefte aan structuur.** Voer geleidelijk veranderingen door in de training . Bouw een structuur waarin continuïteit centraal staat, maar ruimte is voor verbetering en veranderingen.

... **Heeft een sterk gevoel voor rechtvaardigheid. Is doelgericht.** Alle kinderen houden ervan als dingen eerlijk zijn. Stel hoge verwachtingen, maar wees consequent. Zorg ervoor dat persoonlijke situaties en humeur geen effect hebben op je gedrag.

ASW Jeugdspelers Onder 13 “het leren spelen vanuit een basistaak”

Aanvallen en doelpunten maken

1. Doelstelling > aanvallende voetbalhandelingen zijn gerelateerd aan een taak en positie in een elftal, heroriëntatie op inzicht en communicatie (meer opties, grotere afstanden en nieuwe spelregels).
2. Algemene uitgangspunten > ruimte met elkaar groot maken / houden, dieptespel gaat voor breedtespel, bal houden, optimale veldbezetting (onderlinge afstanden).
3. Dominante voetbalhandelingen > voetbalhandelingen zijn taak specifiek (verdediger, middenvelder of aanvaller), betere onderlinge afstemming van voetbalhandelingen (bv. het passen naar een vrijlopende Speler, wel of geen passeeractie of overspelen naar een medespeler).

Omschakelen

1. Doelstelling > zo snel mogelijk weer betrokken zijn bij de nieuwe situatie
2. Algemene uitgangspunten > snel en doelgericht omschakelen (voor-achter en achter-voor) en snelle betrokkenheid van een ieder.
3. Dominante voetbalhandelingen

moment van balverovering = eerste handelingen moeten doelgericht zijn.

moment van balverlies = bal terugveroveren door dichtstbijzijnde Speler – voorkomen dieptepass, en snel tussen de bal en het eigen doel komen (positie kiezen).



Technisch Beleidsplan ASW

Verdedigen en doelpunten voorkomen

1. Doelstelling > verdedigende handelingen zijn gerelateerd aan een taak en positie in een elftal, heroriëntatie op inzicht en communicatie (meer opties, grotere afstanden en nieuwe spelregels).
2. Algemene uitgangspunten > iedereen levert een bijdrage in het verdedigen, ruimte met elkaar klein maken /houden (onderlinge afstanden), druk op de balbezittende Spelers krijgen / houden, kort dekken in de buurt van de bal, rug- en ruimtedekking verder van de bal vandaan, zo lang mogelijk nuttig blijven en handelen binnen de spelregels.
3. Dominante voetbalhandelingen > voetbalhandelingen zijn taak specifiek, juist inschatten van het handelen van de tegenstander en het handelen van medespelers, 1:1 duel, tackelen, de sliding, blokkeren en koppen.

Spelregels

buitenspelregel, doeltrap, niet terug kunnen spelen (in de handen) op de Keeper, corner (afstand), overtreding binnen het strafschopgebied, indirecte en directe vrije trap, grote van doelen, afmetingen van het veld, medespelers (11:11) en duur van de wedstrijd.

Wat wil en kan de ASW Jeugdspeler Onder 13

- ... **Komt langzaam in de groeispurt.** Onder 12 Spelers hebben ideale lichaamsverhoudingen. Ze spannen zich graag intens in. Houd de wachttijden tijdens de trainingen kort, zorg voor veel balcontacten. De coördinatie van de Speler Onder 13 wordt houterig door snelle lichaamsgroei. Houd rekening met beperkte belastbaarheid.
- ... **Geeft graag zijn mening.** Hij wordt zich meer bewust van de eigen kwaliteiten in verhouding tot die van medespelers en uit meer kritiek. Stel niemand als negatief voorbeeld. Ook de Trainer kan kritische vragen krijgen.
- ... **Speelt steeds liever op een vaste positie.** Dat geeft hem een gevoel van veiligheid. Gun hem dat, maar rouleer af en toe nog door hem bijvoorbeeld een linie te laten opschuiven.
- ... **Krijgt graag individuele aandacht.** Laat hem zijn vaardigheden voordoen aan de groep en gebruik ze als voorbeeld bij een uitleg. Praat regelmatig afzonderlijk met deze Spelers.
- ... **Stelt hoge eisen aan zichzelf.** De onzekerheid over eigen prestaties neemt toe. Tegelijk spiegelen deze Spelers zich aan onbereikbare beroemde Profvoetballers. Geef positieve feedback op concrete acties voor meer zelfvertrouwen. Jeugdspelers moeten zich succesvol voelen om acties te willen herhalen en nieuwe acties uit te proberen.
- ... **Wil samenwerken.** Het team wordt belangrijker. Spelers tonen graag verantwoordelijkheid. Houd ze voor dat door goed samenwerken succes mogelijk is,
- ... **Heeft behoefte aan routine en structuur.** Voer geleidelijk veranderingen door in de training. Stel continuïteit centraal, met ruimte voor verbetering en veranderingen.
- ... **Wedstrijdgericht.** Hij kan wedstrijdgericht trainen en complexe voetbalsituaties overzien. Bied veel partijvormen aan.
- ... **Heeft een sterk gevoel voor rechtvaardigheid.** Alle kinderen houden ervan als dingen eerlijk zijn. Stel hoge verwachtingen, maar wees consequent. Zorg ervoor dat persoonlijke situaties en humeur geen effect hebben op je gedrag.



ASW Jeugdspelers Onder 15 “afstemmen basistaken binnen een team”

Aanvallen en doelpunten maken

1. Doelstelling > aanvallende voetbalhandelingen zijn gerelateerd aan een taak en positie in een elftal, Spelers gaan zichzelf steeds meer specialiseren voor een bepaalde positie, om kansen te kunnen creëren en doelpunten te maken moeten basistaken op elkaar worden afgestemd.

2. Algemene uitgangspunten > Spelers worden zich meer bewust van de rol van de tegenpartij in het aanvallen, ruimte met elkaar groot maken / houden, dieptespel gaat voor breedtespel, bal houden, optimale veldbezetting (onderlinge afstanden).

3. Dominante voetbalhandelingen > voetbalhandelingen zijn taak specifiek (verdediger, middenvelder of aanvaller), betere onderlinge afstemming van voetbalhandelingen (bv. het passen naar een vrijlopende Speler, wel of geen passeeractie of overspelen naar een medespeler) is meer dan de optelsom van 11 individuen, ondanks dat nog niet alles lukt wordt het steeds duidelijker welke Spelers in staat zijn om de juiste keuzes binnen opbouwen en scoren te herkennen (= spelinzicht).

Omschakelen

1. Doelstelling > zo snel mogelijk weer betrokken zijn bij de nieuwe situatie

2. Algemene uitgangspunten > snel en doelgericht omschakelen (voor-achter en achter-voor) en snelle betrokkenheid van een ieder.

3. Dominante voetbalhandelingen

Voetbalhandelingen zijn taakspecifiek (verdediger, middenvelder of aanvaller)

moment van balverovering = eerste handelingen moeten doelgericht zijn.

moment van balverlies = bal terugveroveren door dichtstbijzijnde Speler – voorkomen dieptepass, en snel tussen de bal en het eigen doel komen (positie kiezen).

Verdedigen en doelpunten voorkomen

1. Doelstelling > verdedigende handelingen zijn gerelateerd aan de positie in een elftal, Spelers gaan zich steeds meer specialiseren voor een bepaalde positie, om te storen en doelpunten te voorkomen moeten basistaken op elkaar worden afgestemd.

heroriëntatie op inzicht en communicatie (meer opties, grotere afstanden en nieuwe spelregels).

2. Algemene uitgangspunten > Spelers worden zich meer bewust van rol tegenpartij in verdedigen, iedereen levert een bijdrage in het verdedigen (= teamfunctie), ruimte met elkaar klein maken /houden (onderlinge afstanden), druk op de bal bezittende Spelers krijgen / houden, kort dekken in de buurt van de bal, rug- en ruimtedekking verder van de bal vandaan, zo lang mogelijk nuttig blijven en handelen binnen de spelregels.

3. Dominante voetbalhandelingen > voetbalhandelingen zijn taak specifiek, onderlinge afstemming van voetbalhandelingen (bv de spitsen werken samen in het storen), ondanks dat nog niet alles lukt wordt het steeds duidelijker welke Spelers in staat zijn om de juiste keuzes binnen storen en doelpunten voorkomen te herkennen (= spelinzicht).

Spelregels

doeltrap vanuit doelgebied, corner (afstand) en duur van de wedstrijd.



Technisch Beleidsplan ASW

Wat wil en kan de ASW Jeugdspeler Onder 15

... **De groeispurt gooit alles in de war.** Meest in het oog springende ontwikkeling bij de spelers Onder 15 is de versnelde lichaamsgroei – en bijkomende verwarring, enkele genieten nog even van hun ideale lichaamsverhoudingen en probleemloze coördinatie, andere merken dat ze onhandiger met de bal zijn geworden, daarbij komen de puistjes en haar op bepaalde plekken. Houd rekening met beperkte belastbaarheid.

... **Kritiek en zelfkritiek.** Bij de Spelers Onder 15 neemt de kritiek op eigen prestaties verder toe, alsmede de kritiek op anderen, het vermogen tot onafhankelijk oordelen groeit, een meer doordachte eigen mening ontwikkelt zich, stellen meer vragen en komen met ideeën naar de Trainer.

... **Verantwoordelijkheid.** De Spelers Onder 15 vergelijken zich met medespelers en zijn realistisch, tekenen van volwassenheid dienen zich aan, er ontstaat verantwoordelijkheidsgevoel, ze houden meer rekening met anderen.

... **Eigen basistaken.** De toegenomen zelfkritiek en verantwoordelijkheid uiten zich in de toegewijde manier waarop deze Junioren zich storten op de basistaken die behoren bij hun positie in het veld, taken worden onderling ook beter verdeeld.

... **Leerdoel; afstemming tussen taken.** Leerden Spelers Onder 13 welke taken bij welke positie horen, stemmen Spelers Onder 15 die taken beter onderling af, niet allen binnen de linie, maar ook tussen de linies. Blijf op deze leerdoelen coachen, wees niet te veel bezig met winnen en presteren. Concentreer op het leerproces waarin zij zich individueel bevinden.

ASW Jeugdspelers Onder 17 “spelen als een team”

Aanvallen en doelpunten maken

1. Doelstelling > (hogere) eisen aan het rendement van handelen gekoppeld aan de taak in het elftal (basistaak), manier van opbouwen en scoren wordt steeds nadrukkelijker bepaald door speelveldgedeelte en speelwijze / rol tegenpartij.
2. Algemene uitgangspunten > ruimte met elkaar groot maken / houden, dieptespel gaat voor breedtespel, bal houden, optimale veldbezetting (spelen binnen een bepaalde teamorganisatie), het kunnen hanteren en reguleren van speltempo (temporiseren).
3. Dominante voetbalhandelingen > voetbalhandelingen zijn taak specifiek (verdediger, middenvelder of aanvaller), betere onderlinge afstemming van voetbalhandelingen (bv. het passen naar een vrijlopende Speler, wel of geen passeeractie of overspelen naar een medespeler), juiste keuze en moment van handelen (hogere eisen aan het spelinzicht van de individuele Speler), meer afstemming binnen opbouwen en scoren op teamniveau = communicatie.

Omschakelen

1. Doelstelling > zo snel mogelijk weer betrokken zijn bij de nieuwe situatie.
2. Algemene uitgangspunten > snel en doelgericht omschakelen (voor-achter en achter-voor) en snelle betrokkenheid van een ieder.
3. Dominante voetbalhandelingen

Voetbalhandelingen zijn taakspecifiek (verdediger, middenvelder of aanvaller).

Omschakelen is meer een team aangelegenheid

moment van balverovering = tijdens het verdedigen anticipeert een deel van het team al op de mogelijkheid dat de bal kan worden veroverd (loeren/ positie kiezen), eerste handelingen moeten doelgericht zijn.

moment van balverlies = tijdens het aanvallen anticipeert een deel van het team al op de mogelijkheid dat de



Technisch Beleidsplan ASW

bal kan worden verloren (restverdediging), bal terugveroveren en snel tussen de bal en het eigen doel komen (positie kiezen).

Verdedigen en doelpunten voorkomen

1. Doelstelling > (hogere) eisen aan het rendement van handelen gekoppeld aan de taak in het elftal (basistaak), manier van storen en doelpunten voorkomen wordt steeds nadrukkelijker bepaald door speelveldgedeelte en speelwijze / rol tegenpartij.
2. Algemene uitgangspunten > iedereen levert een bijdrage in het verdedigen (= teamfunctie), ruimte met elkaar klein maken /houden (onderlinge afstanden), druk op de bal bezittende Speler krijgen / houden, kort dekken in de buurt van de bal, rug- en ruimtedekking verder van de bal vandaan, zo lang mogelijk nuttig blijven en handelen binnen de spelregels.
3. Dominante voetbalhandelingen > voetbalhandelingen zijn taak specifiek, hogere eisen aan het spelinzicht van de individuele Speler, binnen storen en voorkomen van doelpunten meer onderlinge afstemming door Spelers die elkaar aanspreken, hogere eisen aan het spelinzicht op teamniveau = communicatie.

Spelregels

afspraken maken over > uitvoering spelhervatting aanvallend, herkennen van de momenten waarop een spelhervatting snel genomen kan worden (tegenpartij verrassen), anticiperen op de mogelijkheid dat de bal wordt verloren of veroverd, leren verdedigen binnen de spelregels, spelregels benutten (buitenspel), afspraken maken over verdedigende spelhervatting (muurtje, bal ophouden, 1^e en/of 2^e paal afschermen bij hoekschop, koppers, enz.).

Wat wil en kan de ASW Jeugdspeler Onder 17

... **Explosieve lichaamsgroei.** Meisjes zijn rond hun vijftiende uitgegroeid, jongens groeien in de lengte door. Ook worden ze breder, maar niet altijd sterker. Ze ervaren minder controle over hun ledematen. Daarbij puberen ze volop. Ze kunnen lusteloos zijn, onredelijk, humeurig. Wel is voor jongens winnen belangrijker dan ooit. Meisjes kunnen winst en verlies beter relativeren.

... **Veilige omgeving en vergelijken.** Spelers Onder 17 vergelijken zichzelf constant met hun omgeving. Soms schamen ze zichzelf voor hun lichaam. Als presteren alleen maar belangrijk is in een team kunnen sommige Spelers hun belangstelling voor voetbal kwijtraken. Zorg voor een veilige omgeving voor iedereen. Voor de onopvallende Speler, maar vergeet ook de grote mond niet – zijn gedrag is een uiting van onzekerheid. Help ze op het veld, rond het team of de club.

... **Fanatisme en overmoed.** Deze Spelers willen zichzelf bewijzen. Het tempo op het veld ligt plotseling zeer hoog en er wordt scherper gedekt. Onbesuisde slidings, explosieve reacties op een beslissing van de Scheidsrechter. Iedereen zegt wat. We moeten elkaar toch coachen?. Kortom chaos kan het zijn. Wees als Trainer duidelijk en consequent in hetgeen wat jij en de Spelers eerder hadden afgesproken. Voorkom oploeiende emoties en haal oververhitte Spelers tijdig naar de kant.

... **Teamspelers.** Spelers Onder 17 wagen zich vaak aan acties die voor het team weinig rendement hebben. Coach ze zo dat individuele kwaliteiten meer gaan opleveren voor het team. Ze hebben steeds meer besef voor teamtaken, taken per linie en voor elke positie. Als Coach niet in algemeenheden blijven hangen, bespreek de zaken met naam en toenaam – zolang iedereen zich maar veilig voelt. Controleer dit door persoonlijke gesprekjes met de individuele Speler.

... **Leerdoel; leren presteren. afstemming tussen taken.** Leren winnen en spelen als een team. Vanuit elf posities en bijbehorende taken streven Spelers meer dan voorheen gezamenlijk een doel na. Leer deze Spelers hoe ze als team op dezelfde wijze kenmerkende spelsituaties kunnen herkennen en daar adequaat op kunnen reageren (bv nog 15 minuten spelen, 1-0 voor. Hoe gaan we hiermee om?).



ASW Jeugdspelers Onder 19 “presteren als team in de competitie”

Aanvallen en doelpunten maken

1. Doelstelling > (hoge) eisen aan het rendement van handelen gekoppeld aan de taak in het elftal (basistaak), manier van opbouwen en scoren wordt steeds nadrukkelijker bepaald door speelveldgedeelte en speelwijze / rol tegenpartij, Spelers herkennen en benutten elkaars kwaliteiten, team is in staat om op basis van stand wedstrijd /competitie speelwijze eigen team aan te passen.
2. Algemene uitgangspunten > ruimte met elkaar groot maken / houden, dieptespel gaat voor breedtespel, bal houden, optimale veldbezetting (spelen binnen een bepaalde teamorganisatie), het kunnen hanteren en reguleren van speltempo (temporiseren)
3. Dominante voetbalhandelingen > voetbalhandelingen zijn taak specifiek (verdediger, middenvelder of aanvaller), betere onderlinge afstemming van voetbalhandelingen (bv. het passen naar een vrijlopende Speler, wel of geen passeeractie of overspelen naar een medespeler), juiste keuze en moment van handelen (hogere eisen aan het spelinzicht van de individuele Speler), Spelers spreken elkaar aan op de uitvoering hiervan, meer afstemming binnen opbouwen en scoren op teamniveau = communicatie.

Omschakelen

1. Doelstelling > zo snel mogelijk weer betrokken zijn bij de nieuwe situatie, lezen en handelen op de mogelijkheden dat de bal wordt verloren tijdens het aanvallen of gewonnen tijdens het verdedigen.
2. Algemene uitgangspunten > snel en doelgericht omschakelen (voor-achter en achter-voor) en snelle betrokkenheid van een ieder.
3. Dominante voetbalhandelingen

Voetbalhandelingen zijn taak specifiek (verdediger, middenvelder of aanvaller)

Omschakelen is meer een team aangelegenheid

moment van balverovering = tijdens het verdedigen anticipeert een deel van het team al op de mogelijkheid dat de bal kan worden veroverd (loeren/ positie kiezen), eerste handelingen moeten doelgericht zijn.

moment van balverlies = tijdens het aanvallen anticipeert een deel van het team al op de mogelijkheid dat de bal kan worden verloren (restverdediging), bal terugveroveren en snel tussen de bal en het eigen doel komen (positie kiezen).

Verdedigen en doelpunten voorkomen

1. Doelstelling > (hoge) eisen aan het rendement van handelen gekoppeld aan de taak in het elftal (basistaak), manier van storen en doelpunten voorkomen wordt steeds nadrukkelijker bepaald door speelveldgedeelte en speelwijze / rol tegenpartij, Spelers herkennen en benutten elkaars kwaliteiten, manier van storen en doelpunten voorkomen wordt bepaald door speelveldgedeelte, speelwijze tegenpartij, stand in de wedstrijd of competitie.
2. Algemene uitgangspunten > iedereen levert een bijdrage in het verdedigen (= teamfunctie), ruimte met elkaar klein maken /houden (onderlinge afstanden), druk op de bal bezittende Speler krijgen / houden, kort dekken in de buurt van de bal, rug- en ruimtedekking verder van de bal vandaan, zo lang mogelijk nuttig blijven en handelen binnen de spelregels.
3. Dominante voetbalhandelingen > voetbalhandelingen zijn taak specifiek, hogere eisen aan het spelinzicht van de individuele Speler, binnen storen en voorkomen van doelpunten meer onderlinge afstemming door spelers die elkaar aanspreken, hogere eisen aan het spelinzicht op teamniveau = communicatie, Spelers spreken elkaar aan op de uitvoering hiervan.



Technisch Beleidsplan ASW

Spelregels

afspraken maken over > uitvoering spelhervatting aanvallend, herkennen van de momenten waarop een spelhervatting snel genomen kan worden (tegenpartij verrassen), anticiperen op de mogelijkheid dat de bal wordt verloren of veroverd, leren verdedigen binnen de spelregels, spelregels benutten (buitenspel), afspraken maken over verdedigende spelhervatting (muurtje, bal ophouden, 1^e en/of 2^e paal afschermen bij hoekschop, koppers, enz.).

Wat wil en kan de ASW Jeugdspeler Onder 19

... **Mannelijkheid.** Spelers Onder 19 komen op je over als mannen, ze zijn weer wat breder, atletischer en ook geestelijk meer in evenwicht. Dit komt hun spel ten goede. In kleine ruimtes zijn ze beter bestand tegen druk en ze hebben meer overzicht over het spel.

... **Geestelijk evenwicht.** Deze Spelers zijn nog geen volleurde voetballers, maar het is nu een kwestie van ervaring opdoen. Alles wat hen tot nu toe is aangereikt moet alleen nog op de juiste plek vallen. Ze zijn minder onrustig dan Spelers Onder 17. Er ontstaat een zekere zelfcontrole. Incidenten op het veld of in het team worden zakelijker benaderd.

... **Volwassen gesprekpartners.** Onder 19 junioren gaan op niveau het gesprek met de Trainer aan. Deze Spelers zijn ambitieus en willen winnen. Botst dit met het Clubbeleid? Nee het leren winnen van de wedstrijd hoort bij het voetbal leerproces.

... **Keuzes maken.** Deze Spelers kiezen tussen uitgaan of op tijd naar bed, tussen voetbal als sociaal gebeuren of als prestatiesport. Kiest een Speler Onder 19 ervoor om in een zo hoog mogelijk team te spelen en belandt hij dan op de bank? Wringt dat? Nee, het wekt juist wrevel als niet de beste Spelers worden opgesteld. Trainer, geef de bankzitters serieuze speeltijd, prikkel ze op de training en beloon inzet met een basisplaats.

... **Leerdoel; leren winnen van de wedstrijd.** De Speler Onder 19 kiest er nu ook voor gericht te trainen op specifieke taken die bij zijn positie en linie in het veld horen. Hij wordt specialist en gaat relevante voetbalhandelingen beheersen. Hij beschikt over spelinzicht en kan doelgericht communiceren met medespelers. Hij leert in dienst van het team en het doel te spelen.

Voetbalhandelingen

Voetbalhandelingen in het aanvallen en doelpunten maken;

De bal aannemen, de bal vasthouden, dribbelen, drijven, passeren, passen, koppen, schieten, duel om de bal, zich aanbieden, een gat trekken, ruimte creëren, vertragen, de achterlijn halen, een voorzet geven, een schijnbeweging maken, bijsluiten, kaatsen, vrijlopen, versnellen, uit de dekking komen en de bal afschermen.

Voetbalhandelingen in het omschakelen;

Snel en allemaal

Voetbalhandelingen in het verdedigen en doelpunten voorkomen;

Druk zetten, buitenspel zetten, schijnactie op de bal, zich laten zakken, knijpen, duel om de bal, koppen, passen, dekking geven, blokkeren, sliding maken, tackelen, voorkomen dieptepass, overnemen, jagen, blokkeren dieptepass, ophouden, vastzetten, koppen, trappen tippen en vangen.



Technisch Beleidsplan ASW

Voetballen voor Spelers met speciale kenmerken

Bij ASW spelen we wedstrijden en trainen we ook met een groep kinderen met speciale kenmerken.

Een grote groep ervaren Kaderleden streeft ernaar dat deze kinderen zoveel mogelijk plezier beleven tijdens deze wedstrijden en trainingen. Belangrijkste voor ons is dat we na de wedstrijd of training zweet op het voorhoofd zien. Bewegen is namelijk belangrijk voor het lichaam en geest. Daarnaast werken we graag aan het vergroten van het zelfvertrouwen bij de kinderen. Samenspel en vooral accepteren van elkaar. Kinderen die bij ASW komen trainen beleven veel plezier.

Ook voor de Ouders is het heerlijk te zien dat de kinderen kunnen voetballen en daarnaast met elkaar gezellig kunnen kletsen en ervaringen kunnen delen. Zo hebben we alleen maar winnaars.

In het kort even iets over het autisme:

Autisme is zoals veel mensen denken, geen ziekte, maar een stoornis in de hersenen waar je je hele leven mee geconfronteerd blijft. Kinderen met een aan autisme verwante stoornis reageren vaak net even iets anders dan andere kinderen denk aan:

- 1) Ze maken moeilijk contact
- 2) Zijn erg op zichzelf gericht
- 3) Motorisch zijn ze minder ontwikkeld
- 4) Kunnen slecht tegen onverwachte dingen (hun leven moet zo voorspelbaar mogelijk zijn)
- 5) Zijn soms overgevoelig/prikkelbaar voor bijv. harde muziek etc.

Teamtaken en Teamfuncties

Als elftal heb je teamtaken in de teamfuncties; aanvallen, omschakelen en verdedigen die voor het hele elftal gelden. Verder heeft elke Speler een positie. Bij deze positie horen bepaalde taken die je moet (kunnen) doen. Elke positie heeft een andere taak.

Taken van het team en van spelers in een 1-4-3-3 opstelling.

Teamtaken van het totale team > Aanvallen;

1. Je eigen positie zoveel mogelijk houden (veldbezetting). Kan dit niet, dan neemt een andere Speler je positie over (coaching).
2. Speelruimte / veld zo groot mogelijk maken.
3. Vooruit denken en als het kan vooruit spelen.
4. Balbezit houden (goede passes, weinig risico's).
5. Bal verwachten!

Teamtaken van het totale team > Verdedigen

1. Je eigen positie zoveel mogelijk houden (veldbezetting). Kan dit niet, dan neemt een andere Speler je positie over (coaching).
2. Speelruimte / veld zo klein mogelijk houden.
3. Druk zetten op man met de bal (degene die daar in de buurt staat).
4. Scherp dekken in de buurt van de bal.
5. Bal verwachten!

Het is belangrijk dat Spelers niet alleen eigen taken weten maar ook die van de medespelers.

Spelers kunnen elkaar dan coachen op hun taken en eventueel helpen als dat nodig is!



Technisch Beleidsplan ASW

Nr.	Positie	Teamtaken - Aanvallen	Teamtaken - Verdedigen
1	Keeper	- Meedoen in positiespel, opbouw. - Goede voortzetting d.m.v. pass, uittrap, uitworp. - Communicatie met medespelers.	- Voorkomen van doelpunten. - Leiding geven aan verdediging. - Geconcentreerd blijven. - Inschatten van diepteballen (blijf ik staan of niet).
2	Rechtsachter	- Breed staan, langs de lijn (veld groot). - Aanspeelbaar zijn, opbouw goed laten verlopen. - In achterhoofd houden wat te doen bij balverlies (omschakelen).	- Voorkomen van doelpunten - Binnenkant dekken = tussen je man en de goal. - Agressie (de bal willen hebben, fel op de bal, géén onnodige overtreding maken). - Niet laten schieten.
3	Centrale verdediger	- Aansluiten (centrum bezet houden). - Aanspeelbaar zijn, opbouw goed laten verlopen. - In achterhoofd houden wat te doen bij balverlies (omschakelen).	- Voorkomen van doelpunten - Binnenkant dekken!!(tussen je man en de goal). - Agressie (de bal willen hebben, fel op de bal, géén onnodige overtreding maken). - Niet laten schieten.
4	Centrale verdediger	- Leiding geven - Inschuiven naar middenveld (positie kiezen) - Verplaatsen van spel (links naar rechts, voor en achter). - Altijd vrij staan voor de bal achteruit.	- Voorkomen van doelpunten - Overzicht houden → leiding geven, coachen. - Rugdekking geven - Inzicht (wanneer komt er een diepe bal en moet ik een stapje achteruit doen, wanneer moet ik kort op de verdediging rugdekking geven).
5	Linksachter	- Breed staan, langs de lijn (veld groot). - Aanspeelbaar zijn, opbouw goed laten verlopen. - In achterhoofd houden wat te doen bij balverlies (omschakelen).	- Voorkomen van doelpunten - Binnenkant dekken!!(tussen je man en de goal). - Agressie (de bal willen hebben, fel op de bal, géén onnodige overtreding maken). - Niet laten schieten.
6	Rechter middenvelder	- Goed positiespel spelen. Schakel tussen rechtsachter en vleugelspitsen. - Aanbieden bij verdedigers, aansluiten bij aanvallers. - Niet lopen met de bal.	- Verdedigend denken, niet je man laten lopen. - Dieptepass voorkomen. - Als er gejaagd wordt, kort op je man.
7	Rechtsvoor	- Bij voorzetten van de linkerkant in de 16 komen (koppen, schieten). - Goede voorzetten geven (spits moet er wat mee kunnen). - Scoren	- Eigen man verdedigen, probeer middenveld te helpen. - Dieptepass eruit halen. - Als de bal links is naar binnen toe gaan (knijpen). - Opbouw tegenstander verstoren.
8	Linker middenvelder	- Goed positiespel spelen. Schakel tussen linksachter en vleugelspitsen. - Aanbieden bij verdedigers, aansluiten bij aanvallers. - Niet lopen met de bal.	- Verdedigend denken, niet je man laten lopen. - Dieptepass voorkomen. - Als er gejaagd wordt, kort op je man.
9	Centrum spits	- Scoren - Zorgen dat je in scoringspositie komt (actie, loopactie). - Ruimte maken voor opkomende spelers(vleugels, midhalf). - Steeds werken om dieptepass te kunnen krijgen.	- Opbouw tegenstander verstoren. - Het moment kiezen voor aanval op de bal (druk zetten). - Tot middenlijn meeverdedigen (opvangen voorstopper tegenpartij).
10	Centrale middenvelder	- Niet te diep spelen, denk aan ruimte achter je (balverlies). - Bal opeisen en spel verdelen. - Aansluiten bij spits voor kaats. - Scoren	- Controlerend spelen, niet te diep. - Opkomende middenvelder opvangen.
11	Linksvoor	- Bij voorzetten van de rechterkant in de 16 komen (koppen, schieten). - Goede voorzetten geven (spits moet er wat mee kunnen). - Scoren	- Eigen man verdedigen, probeer middenveld te helpen. - Dieptepass eruit halen. - Als de bal links is naar binnen toe gaan (knijpen). - Opbouw tegenstander verstoren.



Technisch Beleidsplan ASW