

Jeugdplan



Seizoen 2011/2012 t/m 2015/2016

Datum:

01-07-2011

In opdracht van:

UD Jeugdcommissie

Auteurs:

Hans Imming en Erik Bekhuis

Inhoudsopgave

INLEIDING.....	3
1. DOELSTELLING EN UITGANGSPUNTEN	4
1.1 VISIE, MISSIE EN DOELSTELLING	4
1.2 UITGANGSPUNTEN	4
2. RICHTLIJNEN EN EN TAKEN BETROKKEN BIJ JEUGDAFDELING	6
2.1 STRUCTUUR UD.....	6
2.2 JEUGDCOMMISSIE	6
2.3 SPELER	7
2.4 TRAINER	7
2.5 LEIDER	8
2.6 SCHEIDSRECHTER.....	9
2.7 OUDERS	9
3. ALGEMENE VOETBALTECHNISCHE UITGANGSPUNTEN	10
3.1 DOEL JEUGDOPLEIDING UD.....	10
3.2 DE TRAINING	11
3.3 DE WEDSTRIJD	12
3.4 DOORSTROMING	12
3.4.1 Doorstroming binnen selectieteams jeugd	13
3.4.2 Doorstroming van A1 naar 1 ^e selectie senioren	13
3.4.3 Doorstroming van niet selectieteams jeugd naar lagere elftallen senioren	14
4. LEEFTIJDSSPECIFIEKE VOETBALTECHNISCHE UITGANGSPUNTEN	15
4.1 GRAFIEK MET BELANGRIJKHEID VOETBALEIGENSCHAPPEN	15
4.2 MINI-PUPILLEN EN F-PUPILLEN (5-9 JAAR)	15
4.3 E-PUPILLEN (9-11 JAAR).....	16
4.4 D-PUPILLEN (11-13 JAAR)	16
4.5 C-JUNIOREN (13-15 JAAR)	16
4.6 B-JUNIOREN (15-17 JAAR)	16
4.7 A-JUNIOREN (17-19 JAAR).....	17

Inleiding

In oktober 2003 is door de toenmalig A1 en B1 trainers Joost Leeuw en Rik Braakhuis besloten een nieuw jeugdplan op te zetten voor de voetbalseizoenen 2004/2005 en 2005/2006. Dit jeugdplan was in gebruik tot en met seizoen 2010/2011. Mede gelet op een aantal wijzigingen in het jeugdbeleid bij de jongere jeugd, is in januari 2011 besloten het jeugdplan te actualiseren en verbeteren. De aanpassingen zijn aangebracht door de jeugdcommissieleden Erik Bekhuis en Hans Imming. Voor u ligt dan ook het verbeterde jeugdplan, welke betrekking heeft op de seizoenen 2011/2012 tot en met 2015/2016. Natuurlijk zijn er naast verbeteringen en veranderingen ook vele goede punten uit het oude jeugdplan meegenomen. Het is de bedoeling dat het jeugdplan elke 5 jaar wordt geüpdate.

Het nieuwe jeugdplan is de leidraad voor de jeugdopleiding van UD. Hierop zijn aanvullende documenten uitgegeven om alle info jaarlijks complementair te maken. We hebben het jaarlijkse infoboekje met de clubinfo voor het betreffende seizoen. Deze is tegenwoordig ook terug te vinden op de website www.udweerselo.nl. Ook is er een leidersboekje ontwikkeld, waarin de taken en verantwoordelijkheden van een trainer/leider staan beschreven. Tevens kunnen hierin ook aanvullende richtlijnen voor trainer/leider staan. Een andere verandering is de opzet van de 4 tegen 4 competitie voor de mini's in samenwerking met DSVD, Saasveldia en RSC. Ook hiervoor is een apart boekwerk ontwikkeld m.b.t. de uitvoer van de competitie.

Doordat het jeugdplan elke 5 jaar onder de loep wordt genomen, zullen operationele veranderingen binnen de jeugd worden vermeld in de aanvullende boekjes. Ook zijn de functieomschrijvingen van de jeugdcommissie verplaatst naar de website, waardoor deze jaarlijks up to date blijven en inzichtelijk zijn voor iedereen.

De opbouw van dit jeugdplan is als volgt. In het eerste hoofdstuk wordt de doelstelling van het UD en de jeugdopleiding vermeld en worden enkele uitgangspunten gegeven die van groot belang zijn voor het slagen van deze doelstelling. In hoofdstuk 2 worden de belangrijkste formele afspraken en richtlijnen vastgelegd, betreffende taken van betrokkenen bij de jeugd van UD. Hierbij wordt ingegaan op spelers, trainers, leiders, ouders, scheidsrechters en de jeugdcommissie. Het gaat in dit hoofdstuk niet over voetbaltechnische zaken, maar over algemene afspraken.

In hoofdstuk 3 komen algemene voetbaltechnische uitgangspunten aan bod. Hierbij wordt ingegaan op, waaruit een training moet bestaan, de beste manieren van coachen, hoe er binnen jeugdteams geselecteerd wordt en hoe de doorstroming verloopt tussen jeugdteams onderling en tussen jeugd en senioren. In hoofdstuk 4 komen specifieke uitgangspunten per leeftijdscategorie aan bod.

Juli 2011,
Hans Imming en Erik Bekhuis

1. Doelstelling en uitgangspunten

In dit hoofdstuk wordt ingegaan op de visie, missie en doelstelling van UD, tevens worden de uitgangspunten benoemd die onontbeerlijk zijn om deze doelstelling te bereiken.

1.1 Visie, Missie en doelstelling

UD wil een herkenbaar technisch beleid voeren waarin de visie breed gedragen wordt. De visie is dat UD een dorpsvereniging is, die zich voetbaltechnisch wil ontwikkelen zonder het karakter van een dorpsclub te verliezen. De missie is zowel het ontwikkelen van prestatieteams als het bevorderen van recreatief voetbal, waarbij een 'clubgevoel' gecreëerd wordt dan wel in stand wordt gehouden, dat zich kenmerkt door eenheid, samenwerking en inzet van vele vrijwilligers op diverse gebieden.

Op individueel niveau wordt het ontwikkelen van een speler tot de top van zijn eigen kunnen in een gedegen (jeugd)opleiding centraal gesteld. Dit moet leiden tot voetballen in een voor hem inspirerende voetbalomgeving, met als uiteindelijk doel om de speler te ontwikkelen van een individuele speler naar een teamspeler.

Doelstelling van de voetbalvereniging UD is het zowel op prestatief als recreatief niveau mogelijk maken en faciliteren van de voetbalsport voor al haar leden.

Om dit te bereiken gelden 'de drie P's' als aandachtspunten:

- het stimuleren van *plezier* in het voetbalspel;
- het verbeteren van de voetbalvaardigheden van spelers zodat zij *progressie* boeken;
- het boeken van bevredigende *prestaties* in wedstrijden en competities.

Het spreekt vanzelf dat bij prestatieteams de laatste twee factoren belangrijker zijn dan bij recreatieteams.

Het jeugdplan is opgesteld aan de hand van de doelstelling van UD en is de leidraad binnen de jeugdafdeling van UD. Om genoemde doelstelling te bereiken is het absoluut noodzakelijk dat voldaan wordt aan enkele uitgangspunten.

1.2 Uitgangspunten

- Het jeugdplan van de voetbalvereniging UD is geen stoffig document, maar bevat een aantal handzame afspraken en richtlijnen voor betrokkenen bij de jeugdafdeling van UD.
- Het jeugdplan geldt als leidraad binnen de jeugd van UD. Alle overige documenten en boekwerken zijn aanvullingen op het jeugdplan.
- Het jeugdplan is gebruiksvriendelijk voor zowel trainers, leiders, ouders, spelers, scheidsrechters en de jeugdcommissie.
- Iedere betrokkene bij de jeugdafdeling van UD dient kennis te nemen van dit jeugdplan. Dit geldt in eerste instantie voor alle trainers en leiders, die een exemplaar via e-mail of in hardcopy uitgedeeld krijgen. Het jeugdplan is inzichtelijk als pdf

- bestand op de website van UD. Verder liggen er minimaal twee exemplaren ter inzage in de kantine voor ouders en andere belangstellenden.
- Iedere betrokkene bij de jeugdafdeling van UD wordt geacht zich te houden aan de afspraken en richtlijnen die zijn vastgelegd in dit jeugdplan. De overige richtlijnen en aanvullingen aan veranderingen onderhevig, staan vermeld in het leidersboekje en op de website van UD. Binnen deze kaders is er ruimte voor eigen initiatieven en ontplooiing.
 - Het jeugdplan wordt vijfjaarlijks aangepast en is derhalve een dynamisch document.
 - Op- en aanmerkingen op dit jeugdplan kunnen kenbaar worden gemaakt aan betrokkenen van de jeugdcommissie, tijdens trainers- en leidersvergaderingen of ten allen tijde bij de ontwerpers van het jeugdplan.



2. Richtlijnen en taken betrokkenen bij jeugdafdeling

In dit hoofdstuk wordt eerst kort de structuur van de voetbalvereniging UD behandeld. Daarna komen de richtlijnen en taken voor de verschillende betrokkenen binnen de jeugdafdeling aan de orde. Het gaat hierbij om formele uitgangspunten.

2.1 Structuur UD

UD heeft gekozen voor de structuur van vereniging. Dit betekent dat alle leden en dus ook de jeugdleden zich moeten houden aan de bepalingen in de statuten en reglementen van UD. De vereniging kent een hoofdbestuur, onder wiens verantwoordelijkheid alle activiteiten van de verschillende commissies vallen. Er zijn vele commissies, zoals de technische commissie, de onderhoudscommissie en de kantinecommissie. De jeugdcommissie is één van de grootste commissies en bestaat momenteel uit 11 commissieleden.

Het hoofdbestuur stelt het beleid van de voetbalvereniging UD vast. In samenwerking met het de jeugdcommissie worden hierop het beleid en de doelstelling voor de jeugdafdeling van UD opgesteld. Hierdoor is het in feite meer gepast om te spreken van een jeugdbestuur dan van een jeugdcommissie.

2.2 Jeugdcommissie

- De jeugdcommissie is samen met het hoofdbestuur verantwoordelijk voor de vaststelling en uitvoering van het jeugdbeleid.
- De jeugdcommissie draagt zorg voor een goede uitvoering van het jeugdplan en monitort de naleving actief.
- De voorzitter van de jeugdcommissie stelt in samenwerking met de coördinatoren van de verschillende categorieën, jeugdtrainers en -leiders aan bij de verschillende teams.
- De coördinatoren binnen de jeugdcommissie lossen problemen en geschillen op binnen/ of tussen teams, trainers, leiders en ouders.
- De jeugdcommissie draagt samen met de jeugdleiders zorg voor het winterprogramma en voor nevenactiviteiten naast het voetbal.
- De jeugdcommissie biedt geïnteresseerde kaderleden (leiders en trainers) mogelijkheden tot het volgen van verschillende cursussen.
- De jeugdcommissie zorgt voor voldoende trainingsmaterialen en trainingsmogelijkheden.
- Een concrete verdeling van taken tussen de leden van de jeugdcommissie is te vinden op de website van UD. Deze zal jaarlijks worden aangepast.

2.3 Speler

Voetbal is een teamsport, dus moet een speler zich beseffen dat hij onderdeel van een groep is, en moet hij¹ zich houden aan groepsafspraken.

De belangrijkste spelersafspraken staan hier beschreven, aanvullingen hierop staan in het leidersboekje.

Hierbij de belangrijkste afspraken:

- Spelers behoren op tijd aanwezig te zijn voor wedstrijd.
- Wanneer spelers verhinderd zijn dienen deze zich altijd ruimschoot op tijd af te melden voor een wedstrijd en een training.
- Spelers behoren sportief en fair voetbal te spelen. Het herhaaldelijk niet volgens de regels spelen wordt gestraft.
- De speler is verplicht na elke voetbalactiviteit (training en wedstrijd) te douchen in de kleedkamers op het UD complex.
- De speler dient in een goede, sportieve uitrusting te trainen en te spelen, dus:
 - scheenbeschermers verplicht bij wedstrijden en trainingen;
 - geen scherpe voorwerpen als horloges en sieraden dragen;
 - zorg dragen voor voldoende warme kleding in de winter;
 - de wedstrijd beginnen met opgetrokken kousen en het shirt in de broek.
- Voor oudere junioren gelden enkele aanvullende gedragsregels:
 - Roken voor spelers onder de 16 is alleen toegestaan buiten de poorten van het UD terrein, er mag dus niet gerookt worden binnen de poorten van het UD terrein;
 - er mag niet gerookt worden met sportkleding aan;
 - alleen junioren spelers van 16 jaar en ouder mogen na de wedstrijd alcohol drinken in de kantine.

Alle spelers dienen zich verder aan de algemene regels die gelden bij UD te houden.

2.4 Trainer

- De trainer is minimaal een kwartier voor aanvang van de training aanwezig.
- De trainer zorgt voor een goede opvang van zijn spelers, zowel voor als na de training. Hierbij is het belangrijk dat hij regelmatig een kijkje in de kleedkamer neemt.
- De trainer wacht na afloop van de training tot zijn laatste speler de kleedkamer verlaat en draagt zorg voor het schoonmaken en netjes achterlaten van de kleedkamer.
- De trainer zet zoveel mogelijk vooraf al zijn oefenvormen uit met pionnen, zodat de trainingstijd effectief benut kan worden.
- De trainer is verantwoordelijk voor de gebruikte trainingsmaterialen. Dit houdt in:
 - alle ballen moeten terug in het ballenhok (voor en na training tellen en als het niet klopt: zoeken!);
 - bij slecht weer na afloop ballen afspoelen, zodat de volgende training weer met schone ballen kan worden gespeeld en zodat ballen langer meegaan;
 - alle materialen (doelen enz.) moeten na de training van het veld;
 - hesjes mee naar huis nemen (zodat ze niet zoek raken) en de hesjes geregeld wassen.

¹ Dit jeugdplan is geschreven in de mannelijke vorm. Overal waar 'hij' staat, kan ook 'zij' worden gelezen.

- De trainer heeft een voorbeeldfunctie qua gedrag en taalgebruik.
- De trainer ziet erop toe dat zijn spelers zich qua gedrag en taalgebruik aan de heersende normen en waarden houden en corrigeert hen wanneer zij dit niet doen.
- De trainer ziet erop toe dat zijn spelers sportief en fair spelen en corrigeert hen wanneer zij dit niet doen.
- De trainer draagt tijdens trainingen sportieve kleding en voetbalschoenen.
- De trainer woont de trainers- en leidersvergaderingen bij.
- De hoofdtrainer (A1-trainer) van de jeugd en Coördinator A-B maken deel uit van de het periodieke voetbaltechnisch overleg tussen jeugd en senioren.

Binnen de jeugd zijn er vier leeftijdsspecifieke coördinatoren. De coördinatoren organiseren de trainersvergaderingen. De trainersvergaderingen dienen minimaal 3x per seizoen plaats te vinden voor beide categorieën.

- De coördinator E zorgt in samenwerking met de coördinator F voor de trainersvergaderingen bij de E en F jeugd.
- De coördinator A-B in samenwerking met de coördinator C-D zorgen voor de trainersvergaderingen bij de A, B, C en D jeugd.

De voetbaltechnische richtlijnen waar een trainer zich aan dient te houden worden beschreven in hoofdstuk 3.

2.5 Leider

- De leider is aanwezig wanneer de trainer c.q. leider dit nodig acht en altijd minimaal gelijktijdig, wanneer de spelers ook aanwezig worden geacht. Wanneer er geen trainer bij een team op de zaterdag aanwezig is, dient een leider minimaal een half uur voor de start van een wedstrijd met zijn team aanwezig te zijn.
- De leider heeft een voorbeeldfunctie qua gedrag en taalgebruik.
- De leider ziet erop toe dat zijn spelers zich qua gedrag en taalgebruik aan de heersende normen en waarden houden en corrigeert hen wanneer zij dit niet doen.
- De leider ziet erop toe dat zijn spelers sportief en fair spelen en corrigeert hen wanneer zij dit niet doen.
- De leider ziet toe op het schoonmaken van de eigen kleedkamer en de kleedkamer van de tegenstander door zijn spelers, of maakt deze kleedkamers zelf schoon.
- De leider zorgt rond wedstrijden voor de zogenaamde randzaken, deze randzaken staan beschreven in het leidersboekje.
- De leider fungeert als grensrechter wanneer dit vereist is.
- De leider fungeert als scheidsrechter wanneer er geen scheidsrechter is vastgesteld (waarbij hij ook let op de onderstaande aandachtspunten voor een scheidsrechter).
- De leider schakelt bij problemen binnen een team de betreffende coördinator of, iemand van jeugdcommissie in.
- De leider is beschikbaar voor nevenactiviteiten en activiteiten in het winterprogramma.
- De leider/trainer zorgt voor een alternatief programma voor de spelers bij afgelasting van de wedstrijd. Eventueel verzorgt hij dan een training. Uitgangspunt bij afgelasting is dat spelers nooit zomaar naar huis worden gestuurd of in huis kunnen blijven.

- De leider woont de leidersvergaderingen bij.
- De leidersvergaderingen vinden minimaal 2 keer per seizoen plaats en worden georganiseerd door de jeugdcommissie.

2.6 Scheidsrechter

- De scheidsrechter gaat sportief gekleed (bij voorkeur in een scheidsrechterstenue) en draagt voetbalschoenen.
- De scheidsrechter heeft kennis van de basisspelregels en heeft zich voor een wedstrijd vergewist van de specifieke wedstrijdkenmerken (A- of B- categorie van de KNVB, speelduur, afmetingen veld, bepalingen rond wissels).
- De scheidsrechter controleert na afloop van de wedstrijd het wedstrijdformulier en vult hierop de uitslag en zijn handtekening in.
- De scheidsrechter dient minimaal een half uur van te voren aanwezig te zijn bij wedstrijden.
- Vanaf de D-jeugd controleert de scheidsrechter de spelersspasjes van de betreffende teams voor de wedstrijd.

2.7 Ouders

- De ouders² van een jeugdspeler worden geacht om enkele keren per seizoen te zorgen voor vervoer bij uitwedstrijden van het team waarin hun kind speelt.
- Het wordt van harte toegejuicht als ouders hun belangstelling voor hun voetballende kind laten blijken door te komen kijken naar wedstrijden.
- Ouders aan de lijn behoren het coachen en de aanwijzingen betreffende het spel van een team over te laten aan de trainer of leider(s) van dat team. Wanneer zij hier problemen mee hebben kunnen zij bij de jeugdcommissie kenbaar maken, zelf als trainer of leider te willen fungeren.
- Ouders moeten er op toe zien dat hun kind niet te laat op het voetbalveld verschijnt.
- Ouders worden verzocht om trainer en leider(s) te wijzen op specifieke bijzonderheden bij hun kind (zoals ziektes, medicijngebruik, klachten).
- Ouders dienen erop toe te zien dat hun kind de algemene afspraken op de website en in dit jeugdplan naleven.

² In dit jeugdplan wordt gesproken over ouders. Natuurlijk kan het ook gaan om één ouder of om verzorgers.

3. Algemene voetbaltechnische uitgangspunten

In dit hoofdstuk gaat het om de voetbaltechnische inhoud van de jeugdopleiding van UD. Behandeld wordt in de eerste paragraaf wat het voetbaltechnische doel van de jeugdopleiding van UD is en welke uitgangspunten hier bij horen. In de tweede paragraaf wordt vermeld aan welke aspecten een training moet voldoen en waar een jeugdtrainer bij UD aandacht aan moet besteden. In de derde paragraaf is er aandacht voor wedstrijden. De manier van spelen en coachen komen daar aan de orde. De vierde en laatste paragraaf gaat over de doorstroming van spelers naar een hoger elftal of naar de senioren. In het volgende hoofdstuk komen leeftijdspecifieke uitgangspunten aan de orde.

3.1 Doel jeugdopleiding UD

Het doel van de jeugdopleiding van UD sluit zich aan bij eerder genoemde doelstelling van de voetbalclub UD: Het zowel op prestatief als recreatief niveau mogelijk maken en faciliteren van de voetbalsport voor al haar leden aan de hand van de 3 P's (plezier, progressie, prestatie)

Hierbij zijn enkele uitgangspunten essentieel:

- Plezier in het voetbal staat op elk niveau en bij elk team centraal.
- A1, B1, C1, D1, E1, E2 (bij minimaal 4 E-teams) F1 en F2 (bij minimaal 4 F-teams) zijn selectieteams.
- De overige teams in de F-jeugd worden ingedeeld aan de hand van de 4 tegen 4 mini-competitie. Spelers die gereed worden geacht voor het spelen van 7 tegen 7 kunnen doorstromen. De teams worden hierbij zoveel mogelijk op niveau ingedeeld.
- Er wordt naar gestreefd om bij selectieteams enthousiaste trainers met voetbalachtergrond van binnen UD aan te stellen, die het liefst in het bezit zijn van een trainersdiploma of aangeven een trainerscursus te willen doen.
- Er wordt naar gestreefd om per selectieteam één trainer te hebben die twee keer per week training geeft en tevens het team tijdens wedstrijden begeleidt.
- Binnen selectieteams staat het 'leren' nadrukkelijker centraal dan bij andere teams en is het uiteindelijke doel om spelers op te leiden voor de selectie (1^e en 2^e elftal) bij de senioren.
- Er wordt naar gestreefd alle teams 2x per week te laten trainen. Selectieteams hebben hierbij voorrang.
- Voor de D- en E-jeugd wordt getracht 1x per twee weken een techniektraining als extra training te verzorgen. Bij de F-jeugd wordt getracht deze techniektraining (is 2^e training) wekelijks te verzorgen. De selecties voor de techniektrainingen worden gemaakt in overleg met de coördinatoren van de verschillen leeftijdscategorieën, de techniektrainers en de trainers van de betreffende teams.
- Er wordt naar gestreefd om keepers in selectieteams, en zo mogelijk ook in andere teams, keeperstraining te geven. De keeper van A1 kan trainen onder de keeperstrainer van de senioren, de keepers van de B-, C-, D-jeugd en eventuele pupillenteams onder de keeperstrainers voor de jongere jeugd.

- Eerste jeugdteams van elke leeftijd spelen minimaal top vijf in tweede klasse, het streven is binnen vijf jaar promotie naar de eerste klasse.
- De overige teams worden zo regionaal en zoveel mogelijk naar hun niveau ingedeeld. Dit kan jaarlijks verschillen.

3.2 De training

Trainers dienen zich bij hun trainingen te houden aan de volgende richtlijnen:

- Trainingen moeten een heldere opbouw hebben. Een training bestaat uit een warming-up, twee of drie oefenvormen en tot slot een partij. Techniektraining kan hier een uitzondering op vormen.
- Er zijn vijf soorten oefenvormen: pass- en trapvormen, dribbelvormen (deze twee zijn techniekvormen en worden bij voorkeur in het begin van een training gebruikt, als onderdeel van of aansluitend op de warming-up), afwerkvormen, positiespelen en partijvormen.
- Ten allen tijde staat het plezier voorop.
- Het is belangrijk dat alle elementen van het voetbalspel veel herhaald worden, maar wel in gevarieerde voetbalvormen. Deze elementen zijn dribbelen, passen, balverwerking (aanneem en het 'vrijmaken' van de bal), passeren en schieten.
- Indien mogelijk dient er altijd met bal getraind te worden.
- Een belangrijk aandachtspunt binnen de gehele jeugdopleiding is tweebenigheid.
- Tijdens de meeste oefenvormen moet er sprake zijn van de voetbalweerstand die de speler ook in de wedstrijd ondervindt, zoals tegenstanders, medespelers, afbakening van de ruimte (door lijnen of pionnen) en spelregels.
- Er moet altijd gescoord kunnen worden. Er zijn twee vormen van scoren:
 - scoren op doel (bijvoorbeeld passen in klein doeltje of schieten op groot doel);
 - een bepaalde prestatie halen (bijvoorbeeld de bal 10x rondspelen).
- Spelers moeten op de training veel balcontacten krijgen. Dus valt het aan te raden om de groep op te splitsen in twee of drie kleinere groepen, die verschillende oefeningen doen.
- Er moet een goede arbeid/rust verhouding zijn:
 - de spelers moeten enerzijds voldoende rust krijgen;
 - de spelers moeten anderzijds niet te lang of te vaak stilstaan.
 - oefenvormen moeten kunnen worden aangepast qua tijdsduur wanneer deze niet lopen zoals verwacht.

Het volgende geldt voor het coachen (de aanwijzingen) tijdens de training:

- De trainer moet altijd (of toch zeker voor 80% procent) positief zijn in het coachen naar de spelers.
- De trainer moet duidelijk zijn wat betreft het coachen.
- De trainer laat spelers mee denken door vragend te coachen.
- De trainer moet spelers niet alles opdringen, maar moet spelers proberen te begeleiden en te helpen. Aanwijzingen mogen niet ten koste gaan van de creativiteit of het spelplezier van een speler.
- De trainer moet per oefening maar op één doelstelling coachen. Dus als de doelstelling het verbeteren van de techniek is: even niet op de tactiek coachen.

- De trainer moet vooral de spelers laten voetballen. Dus coach niet teveel!
- Coach bij rustmomenten spelers wat ze beter hadden kunnen doen. Een goed moment is bijvoorbeeld tussen oefeningen door.

3.3 De wedstrijd

- Bij de mini's wordt een 4 tegen 4 competitie gespeeld in samenwerking met de voetbalverenigingen DSVD, RSC en Saasveldia. Spelers die zich aanmelden bij UD krijgen op deze speelse manier de kans kennis te maken met voetbal. Leaders spelen met het viertal zoveel mogelijk in een ruitvorm.
- In de F- en de E-jeugd, waarin 7:7-wedstrijden worden gespeeld, dient elk team in een logische formatie te spelen. De formatie bestaat dan uit 1-2-1-2-1 waardoor je twee ruiten creëert.
- Het spelen met 8 spelers bij niet selectieteams in de F en de E tijdens wedstrijden wordt door UD toegejuicht. Argument hiervoor is dat er meer spelers voetballen en er minder stilstaan. De achtste speler kan in de 1-2-1-2-1-formatie tussen of achter de linies geplaatst worden.
- Vanaf de D-leeftijd wordt 11:11 gespeeld. In D en C wordt er met drie linies van drie spelers gespeeld en is er één vrije man, die achter, tussen of voor de laatste linie geplaatst kan worden (4:3:3 of 3:4:3).
- In de B en A hangt de formatie waarin gespeeld wordt meer af van de kwaliteiten van de spelers en de visie van de trainer. UD heeft een voorkeur dat deze speelstijl aansluit op de speelstijl bij de selectie-elftallen van de senioren om de stap naar de senioren toe te verkleinen.
- Tijdens wedstrijden staat het plezier en het leren voorop.
- Winnen wordt vanaf de D voor trainer en leaders slechts geleidelijk belangrijker. Pas in de B en A gaat dit echt een rol spelen. Voor spelers is winnen natuurlijk op elke leeftijd belangrijk, spelers dienen dit ook uit te stralen in hun wedstrijdbeleving.
- Trainers en leaders zijn in staat om winst en verlies te relativiseren en dit over te brengen naar de spelers.
- De trainer (of de leider, wanneer er geen trainer is) bepaalt de opstelling, de speelwijze en het wisselbeleid.
- De spelers voeren uit wat de trainer (of de leider, wanneer er geen trainer is) aangeeft. Aanmerkingen op het coachen, speelwijze of aanpassingen van de trainer geeft een speler niet tijdens de wedstrijd, maar in de rust of na afloop.
- Zie wat betreft het coachen tijdens wedstrijden de opmerkingen over coachen in de vorige paragraaf.

3.4 Doorstroming

Doorstroming is het overgaan van spelers naar een hogere leeftijdscategorie. Aan het eind van het seizoen gaan spelers uit een bepaald geboortjaar automatisch over naar een hogere leeftijdscategorie. De coördinatoren en de teamindelaars van de jeugdcommissie bepalen samen met de jeugdtrainers in welk team of in welke selectie zij belanden.

Er zijn 4 coördinatoren binnen de UD jeugd;

- A+B coördinator
- C+D coördinator
- E coördinator
- F coördinator

De volgende paragrafen gaan over speciale gevallen van doorstroming: de vroegtijdige doorstroming binnen selectieteams in de jeugd (bijvoorbeeld van D₁ naar C₁ of van B₁ naar A₁), en de vroegtijdige doorstroming van A₁-spelers naar het eerste elftal van de senioren.

3.4.1 Doorstroming binnen selectieteams jeugd

- Een speler met uitzonderlijk talent kan vroegtijdig worden overgeplaatst naar een hogere leeftijdsgroep als hij te weinig leert in het team waarin hij speelt. Doorstroming bestaat dus om individuele spelers meer te laten leren.
- Een speler uit een selectieteam kan alleen worden overgeplaatst naar een ander selectieteam (voorbeeld: een speler uit C₁ mag niet naar B₂ gaan).
- Of een speler in aanmerking komt voor doorstroming wordt bepaald door zijn huidige trainer, de trainer van zijn toekomstige team en de coördinator(en) van een leeftijdscategorie.
- Een trainer van een selectieteam heeft de plicht om actief te kijken of er spelers in zijn team spelen, voor wie het beter is om door te stromen naar een hogere leeftijdscategorie. Hier geldt: individueel belang boven teambelang!
- Er zijn twee momenten waarop er normaliter wordt beslist over vroegtijdige doorstroming:
 - Na afloop van het seizoen;
 - tijdens de winterstop.

Vaak is het beter een speler niet direct volledig over te laten gaan naar een hoger team.

Doorstroming kent, oplopend, een aantal gradaties:

- helemaal niet door laten stromen;
- spelen met het eigen team en 1x per week meetrainer met het hogere team; tevens af en toe meespelen met het hogere team.
- 2x trainen en spelen bij het hogere team (volledig overgaan).

3.4.2 Doorstroming van A₁ naar de 1e selectie senioren

- Na afloop van het seizoen beslissen de A₁-trainer, de hoofdtrainer (en eventueel trainer van het 2^e elftal) van de senioren, de technische commissie (senioren), de A+B coördinator van de jeugdcommissie en de technisch coördinator (senioren) erover in welk team/selectie de spelers terechtkomen die qua leeftijd naar de senioren moeten.
- Een speler uit A₁ kan ook vroegtijdig volledig doorstromen, maar alleen indien deze speler een vaste basisplaats kan afdwingen in het eerste elftal. Spelers die wel een basisplaats kunnen afdwingen in het tweede, blijven in A₁ spelen.

- Wanneer er geen uitzonderlijke talenten in A1 zijn die in A1 te weinig leren en een directe basisplaats in het eerste kunnen afdwingen, blijven alle spelers van A1 in de jeugd spelen tot zij qua leeftijd over moeten naar de senioren.
- Minder volledige vormen van doorstroming worden te allen tijde toegejuicht. Oplappend kunnen A1-spelers op de volgende manieren kennismaken met het seniorenvoetbal, terwijl zij toch in A1 blijven spelen:
 - reserve staan bij het eerste elftal;
 - reserve staan bij het tweede elftal;
 - 1x per week meetrainen met de selectie;
 - gedeelte van wedstrijd spelen bij het eerste elftal;
 - gedeelte van wedstrijd spelen bij het tweede elftal;
 - incidenteel (bijvoorbeeld bij personele problemen) een wedstrijd in de basis starten bij het tweede of eerste elftal.
 - Jeugdspelers mogen in de senioren alleen meetrainen met de eerste selectie (eerste en tweede elftal). Zondag mag alleen gespeeld of reserve gestaan worden bij het eerste, tweede en bij uitzondering derde elftal. Jeugdspelers uit selectieteams komen niet voor het meedoen in lagere elftallen in aanmerking.

3.4.3 Doorstroming van niet-selectieteams naar lagere elftallen senioren

- Na afloop van het seizoen overleggen de technische commissie (senioren) en de A+B coördinator van de jeugdcommissie in welk team spelers terechtkomen die qua leeftijd naar de senioren moeten en in de jeugd niet in een selectie-elftal spelen. In overleg wordt geprobeerd om aan wensen van senioren en jeugdspelers tegemoet te komen om tot een voor ieder zo wenselijk mogelijke indeling te komen.
- Spelers vanuit een niet selectieteam bij de A-jeugd kunnen in overleg ook af en toe met lagere seniorenelftallen meespelen. Dit dient vanuit de senioren altijd met de begeleiding van het betreffende jeugdteam afgesproken te worden.

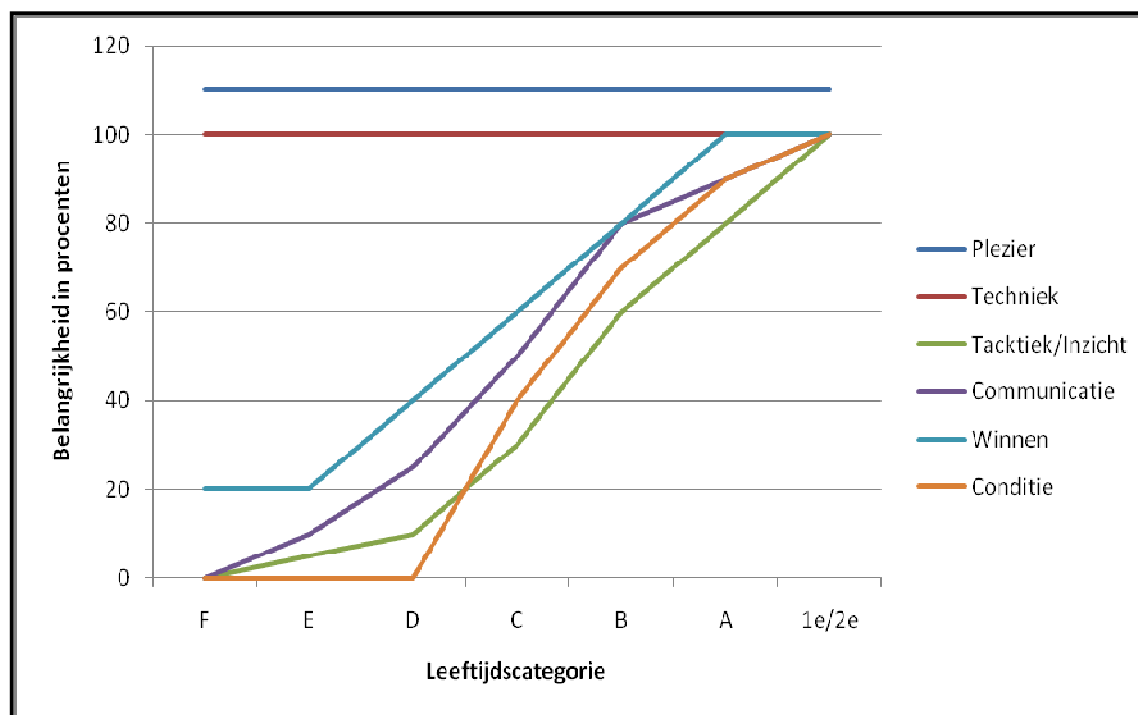


4. Leeftijdsspecifieke voetbaltechnische uitgangspunten

In dit hoofdstuk gaan we nader in op specifieke uitgangspunten per leeftijd. Om dit te verduidelijken volgt eerst een grafiek, waarna we de leeftijdscategorieën doorlopen.

4.1 Grafiek met belangrijkheid voetbaleigenschappen

Deze grafiek is de leidraad voor welke voetbalfactoren per leeftijd belangrijk zijn. Het gaat er hierbij om hoe belangrijk de factoren zijn voor trainers en leiders om op te letten bij spelers. Uit deze grafiek blijkt wat dat betreft erg veel. Zoals: geen conditietraining tot C. En plezier is het belangrijkste. Techniek is altijd en overall enorm belangrijk. Winnen speelt bij pupillen nog nauwelijks een rol. Enzovoort. Uiteraard is bijvoorbeeld winnen voor de spelers zelf heel belangrijk, ook in E en D al. Als trainer/leider moet men hier echter dan geen prioriteit aan geven.



4.2 Mini-pupillen en F-pupillen (5-9 jaar)

- Spelertjes moeten aan de bal wennen, dus iedereen een bal.
- Het “baas” worden over de bal is enorm belangrijk.
- Alleen maar coachen op techniek.
- Veel voordoen.
- Spelers oefeningen altijd met beide benen laten uitvoeren. Tweebenigheid.
- Doelstelling: Spelers laten wennen aan de bal en techniek ontwikkelen.

4.3 E-pupillen (9-11 jaar)

- Spelers beginnen dekken en vrijlopen te begrijpen.
- Ideale leeftijd voor aanleren basisvaardigheden. Hierbij is tweebenigheid een belangrijk aandachtspunt.
- Voornamelijk coachen op techniek.
- 1 tegen 1, 2 tegen 2 oefeningen.
- Doelstelling: technische vaardigheden ontwikkelen binnen de basisvormen.

4.4 D-pupillen (11-13 jaar)

- Blijven voortborduren op ontwikkeling techniek en individuele acties niet belemmeren.
- Leren door spelen van kleine partijvormen en basisvormen (5:2, 4:4).
- Doelstelling: Technische vaardigheden beginnen te koppelen aan inzicht in het spel. Opnieuw met veel aandacht voor tweebenigheid.
- Doelstelling: Leren omgaan met grootte veld (balbezit=groot en breed maken, balbezit tegenstander=klein maken).
- Doelstelling: Leren basisprincipes balbezit en balbezit tegenpartij.

4.5 C-junioren (13-15 jaar)

- Spelers komen langzaam in puberteit. Dit kan onder andere leiden tot lusteloosheid en humeurigheid.
- Spelers veel bezig met vrijlopen en samenspelen.
- Met betrekking tot verdeling taken binnen team kunnen voorzichtig eisen worden gesteld.
- Technische aspecten en tweebenigheid doorontwikkelen.
- Individuele acties spelers niet remmen.
- Doelstelling: Leren door benaderen van alle elementen van de echte wedstrijd.

4.6 B-junioren (15-17 jaar)

- Spelers vinden winnen belangrijk.
- Spelers verkennen eigen grenzen, kan zowel leiden tot lusteloosheid en humeurigheid als tot een erg fanatieke houding.
- Doorontwikkelen van technische aspecten en communicatie.
- Doelstelling: spelers hun individuele kwaliteiten meer in dienst te gaan stellen van het team.
- Doelstelling: Leren door prestatie wedstrijd na te bootsen op training.

4.7 A-junioren (17-19 jaar)

- Spelers zijn zowel lichamelijk als geestelijk op weg naar meer evenwicht.
- Spelers hebben meer controle op elkanders spel.
- Doorontwikkelen van technische aspecten en communicatie.
- Doelstelling: Spelers voorbereiden op seniorenvoetbal.
- Doelstelling: Komen tot optimale prestatie in training en wedstrijd.

**Veel voetbalplezier
bij**



gewenst!