



Trainingsaanpak 2017/2018

*Uitgangspunt: plezier maken en ontwikkelen, zowel spelers als trainers/
begeleiders!*

Agenda

- Introductie
- Overzicht trainers
- Uitleg Circuittraining
- De coaches/begeleiders
- Nieuwe speelvormen
- De wedstrijd-app
- Kluisjes
- Afsluiting

Overzicht trainers

Mini pupillen

Richard Vijn

JO8/JO9

Dave Zeilemaker

Bianca Smak

Mark Gutter

Dave Westbroek

Freek Steeman

Klaas Buijze

Bart Kraaijvanger

Walter Smak

Ivar Slabbekoorn

Jente de Jong

Lex de Wolde

Monique Hoogendijk

Patrick Knoops

JO8/JO9

Ronald Ariëns

Sharon Vermeulen

Tim Dudink

Willem Smoor

Wouter Pronk

John Nijholt

Sabrina Schuurke

Mark Vermeulen

Overzicht Begeleiders

JO9-1

Klaas Buijze

Bart Kraaijvanger

JO9-2

Dave Westbroek

Freek Steeman

JO9-3

Jeroen Schaap

JO9-4

Mark Vermeulen

JO9-5

Maurice Verschoor

JO8-1

Patrick Knoops

Willem Smoor

JO8-2

Joris Vermeulen

Ronald Ariëns

Rob de Boer

JO8-3

Sabrina Schuurke

John Nijholt

Pupillencommissie

- Bart Kraaijvanger, 06-53811492, 1^e aanspreekpunt Mini pupillen
- Patrick Knoops, 06,53222360, 1^e aanspreekpunt JO-8 en 9
- Mark Vermeulen, 06-20789994, 1^e aanspreekpunt JO-10 en 11
- Jasper Fijma, 06-51604235, 1^e aanspreekpunt JO-10 en 11
- Johan Ursem, 06-20157234, 1^e aanspreekpunt JO-12 en 13
- Maarten Vossen, 06-12230344
- Raymond Dekker, 06-53656893
- Ruud Brouwer, 06-53427212



Circuittraining

Leeftijdskenmerken

- Zeer beperkte concentratie, snel afgeleid. Voorbeeld: uitleg oefening.
- Erg met zichzelf bezig, samenspelen is (nog) niet aan de orde. (Niet schreeuwen: 'overspeeeelen').
- Zijn zeer speels. Willen overal een spelletje van maken
- Controle over de bal kan beter.

Uitgangpunten training

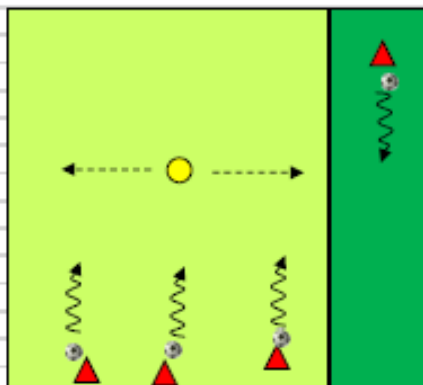
- Voldoende afwisseling
- Veel aan de bal aan de bal zijn (geen warming-up zonder bal)
- Niet of nauwelijks wachten (zeker niet in de winter!)
- Elke oefening niet langer dan 10-12 minuten
- Veel herhalingen. Spelers willen graag een oefening beheersen.
- Doel: controle over de bal krijgen!

Circuittraining FCM

- Drie onderdelen + afsluitende partij.
- Elk team start bij een onderdeel/oefening
- Uitgangspunt: trainers blijven staan, teams schuiven door.
- Van de voren samen alles neer zetten; geen tijdverlies gedurende de training
- 8 teams. Twee groepen van 3. Per training doen twee teams de drie oefeningen afzonderlijk.

Voorbeeld Oefenstof

Oversteekspel 1 verdediger



Aanvallers krijgen punt door de verdediger te passeren en terug te dribbelen via sloot
Verdediger krijgt punt als te bal afpakt of als bal uit is

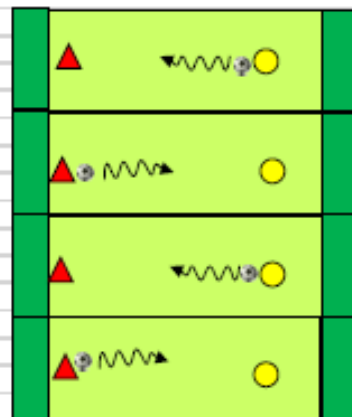
Aanvallen

Dribbelen - drijven - passeren

Verdedigen

Bal afpakken - druk op balbezitter - duel om de bal

1 tegen 1 lijnvoetbal



Spelers krijgen punt door te dribbelen over doellijn en de bal onder de voet te stoppen

Uit is indribbelen

Aanvallen

Scoren door over doellijn te dribbelen

Dribbelen - drijven - passeren

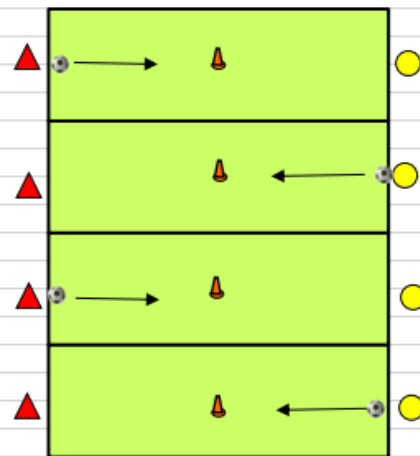
Verdedigen

Positie kiezen tussen tegenstander en doellijn

Tegenstander dwingen tot fouten en bal afpakken

Druk op balbezitter - duel om de bal

Pionschietspel vaste afstand



Beide spelers kunnen scoren door de pion te raken 1 punt of de pion om te schieten 3 punten

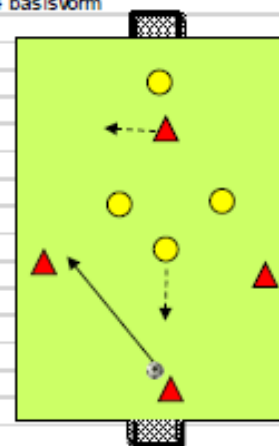
Voorat de speler terugschiet eerst de bal aannemen

Aanvaller

Aannemen en meenemen

Passen - schieten

4 tegen 4 basisvorm



Beide teams kunnen scoren in doeltje

Uit is indribbelen of inpassen

Aanvallen

Scoren door in doel te schieten

D.m.v. van dribbelen, passen en passeren kansen krijgen

Dribbelen en drijven - Passen en passeren - schieten

Aannemen en meenemen - Positie kiezen en vrijlopen

Verdedigen

Positie kiezen tussen tegenstander en eigen doel.

Tegenstander dwingen tot fouten en bal afpakken

Druk zetten op balbezitter - Duel om de bal

Voordeel circuit-training

- Training afgestemd op leefwereld kinderen
- Tijdsduur voetbalvorm, 10-12 minuten, komt overeen met de periode waarin kinderen zich kunnen concentreren
- Brengt lijn (duidelijkheid) in de trainingsopbouw voor alle groepen
- Gelijkwaardige training voor alle kinderen

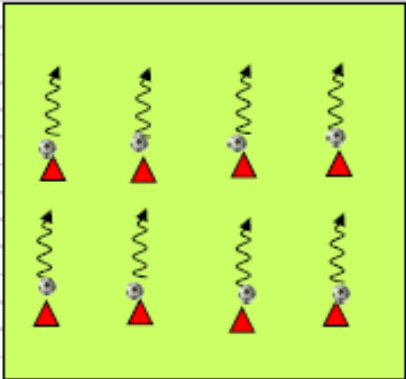
Vervolg circuittraining FCM

- Walter mailt oefenstof. In de week voorafgaande aan de training.
- Oefenstof voor bepaalde week geldt voor maandag en woensdag
- Er zijn drie oefeningen. Elke week wordt één oefening vervangen.
- Trainen op B-veld en pupillenveld 2.

Techniektraining

- Link naar oefeningen ter inspiratie
- You tube: Cock van Dijk

Techniektraining Cock van Dijk



Balgevoel

- 1.01 Dribbelen
- 1.02 Vooruit en achteruit rollen met voetzool
- 1.03 Met de voetzool terughalen en vooruitduwen
- 1.04 Zijkant lopend de bal met de voetzool meenemen

Aandachtspunten

- Geen bal in de handen. Leer dat niet aan!
- Houdt rekening met verschillende kwaliteiten binnen groep(je)
- Leer kinderen met beide benen te voetballen, ook goed voor coördinatie! Dus: dribbelen, drijven, passen en trappen: zowel links als rechts.
- Maak van oefeningen zoveel mogelijk wedstrijdjes.
- Houd afstanden klein bij uitzetten oefeningen/veldjes. Gaat niet om afgelegde meters, maar aantal keren balcontact!

Aandachtspunten

ZEG NIET ALLES VOOR!

De grootste valkuil voor ouders, trainers en coaches.

Beter: kinderen bevragen. Waarom schoot je naar die? Kon je ook nog ergens ander heen schieten? Waarom liep je daar naar toe?

Ga op die manier 'in gesprek' met de kinderen.

Taken trainers

Vooraf:

- Doornemen oefenstof. Let op afmetingen veldjes!

Tussen 18.00 uur en 18.15 uur

- Uitzetten spelvorm

18.15 uur

- Uitleg geven bij start spelvorm
- Oefening voordoen, vooral bij techniektraining

19.15 uur

- Na afloop opbergen ballen, pionnen etc. Samen met de spelers. Maak ze daar ook verantwoordelijk voor.

Taken coördinators

Tussen 18.00 uur en 18.15 uur

- Ondersteuning bieden bij uitzetten spelvormen
- Indien nodig uitleg geven aan trainers

18.15 uur

- Aanspreekpunt zijn voor ouders
- Aanspreekpunt zijn voor trainers
- Coachen trainers vanuit een positief oogpunt
- Ondersteuning bieden bij spelvormen

Communicatie

Periodiek overleg in kantine. Doel: evaluatie trainingen en kijken of we verbeteringen kunnen aanbrengen.

In de winter teamgesprekken. Spelersformulier invullen.

WhatsApp

- *Afmelding trainers (graag ruim op tijd en zelf een vervanger regelen)*
- *Kan je als trainer niet op tijd komen? App het tijdig in de groep, zodat een ander of Walter de oefeningen kan uitzetten en spelers kan opvangen.*
- *Indelingen trainers.*
- *Annulering trainingen i.v.m. weersomstandigheden*

Begeleiding

Evaluatie 2016/2017: behoefte aan begeleiding eerste trainingen

Begeleiders:

Dave Zeilemaker
Jaap Jan Postma
Wilfred Oppenhuis
Mark Gutter

Demonstratietraining

In oktober 2017

Ervaren trainer gaat een volledige circuittraining geven.

Trainers kunnen dan mee lopen.

Vorig jaar positief ontvangen.

Vragen?

Info geleiders

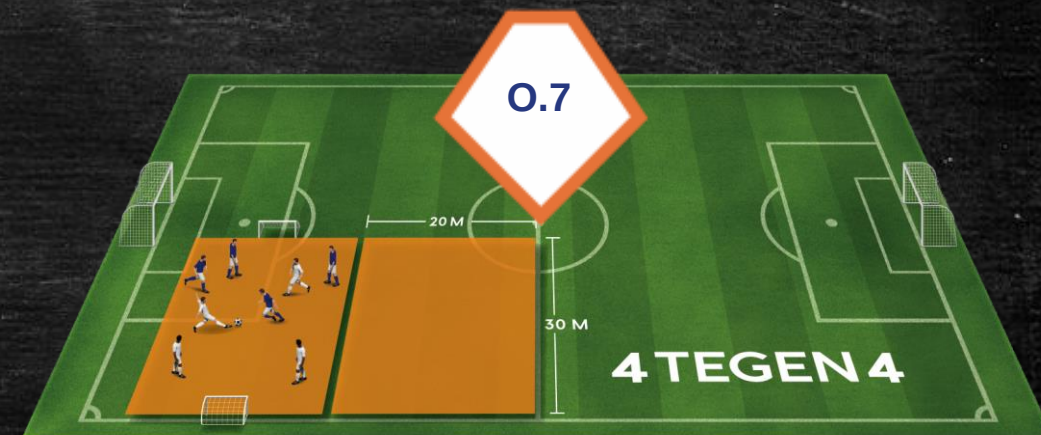
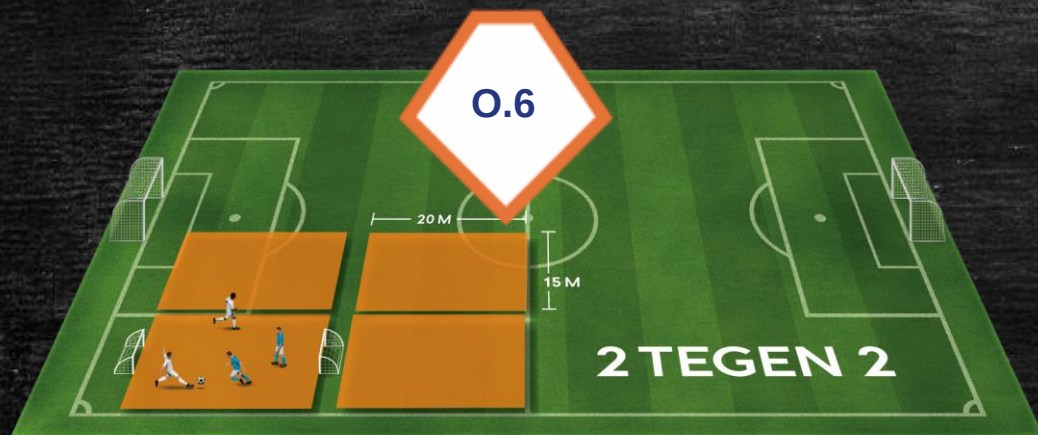
- Formulier aanwezig met informatie voor geleiders.
- Is een soort 'spoorboekje' voor het begeleiden van teams.
- Samengesteld op basis van ervaringen vorige seizoenen.
- Informeer ook bij begeleiders die al ervaring hebben met het begeleiden van teams!

Nieuwe speelvormen (6 tegen 6)



HET NIEUWE PUPILLENVOETBAL: PLEZIER EN ONTWIKKELING VOOROP

OPTIMALE WEDSTRIJDVORMEN



ADVIES INTERE WEDSTRIJDVORM

O.7 – kennismaken met voetbal

**ALGEMENE
KENMERKEN**
kind

SPELPLEZIER:

- Spelplezier is hoog
- Veel kansen tot scoren
- Juichen na een doelpunt

SPELKENMERKEN:

- Veel dribbels*
- Veel schieten
- Hoge betrokkenheid

Leeftijd



O.7

Aantal spelers



4 tegen 4

Veld afmeting



30 x 20 m

Doelformaat



3:1 Doel

Aanwezigheid keeper



Geen



OPTIMALE WEDSTRIJDVORM

Vanaf seizoen 2017/'18 – O.8/O.9

Vanaf seizoen 2018/'19 – O.10

ALGEMENE KENMERKEN kind

SPELPLEZIER:

- Mogelijkheid tot samen spelen
- Samen kunnen winnen
- Kunnen op aanvallende en verdedigende posities gaan spelen

SPELKENMERKEN:

- Veel passes
- Veel dribbels*
- Snel kunnen terugveroveren van de bal

Leeftijd	Aantal spelers	Veld afmeting	Doelformaat	Aanwezigheid keeper
				
O.8/O.9/O.10	6 tegen 6	42,5 x 30 m	Pupillengoal	Ja



Grootste aanpassingen in spelregels

Achterbal

Bij een achterbal wordt de bal in het spel gebracht door vanaf de grond te passen of te schieten.

Hoekschop

Bij een hoekschop wordt de bal vanuit de hoek gepast of gedribbeld.

Uitbal

De bal wordt ingedribbeld in plaats van de bal in te gooien.

Vrije bal

Een vrije bal mag genomen worden door de bal in te dribbelen, te passen of te schieten.

Time-out

Per helft vindt er een time-out plaats van 2 minuten. De begeleider heeft dan de mogelijkheid om een korte terugblik te doen, tips en aandachtspunten aan te stippen en kunnen de pupillen even wat drinken.

Afstand

De tegenstander staat minimaal op 5 meter afstand bij elke spelhervatting.

Standen (bij O.8 t/m O.10)

De KNVB zal geen standen of klassementen tonen.

Voetbaltechnische zaken

Voetbalplezier en steeds beter leren voetballen

De belangrijkste motivatie om steeds weer wedstrijden te willen spelen is dat er elke keer weer voetbalplezier aan beleefd wordt. Het doel van de wedstrijden blijft het winnen van deze wedstrijden, echter :

1. pupillen vinden het winnen minder belangrijk dan bijvoorbeeld veel acties kunnen maken en veel kunnen scoren.
2. Pupillen moeten optimale kansen krijgen om beter te leren voetballen om op latere leeftijd zo veel mogelijk wedstrijden winnend af te kunnen sluiten.

Het opleiden van pupillen

Pupillen leren vooral steeds beter voetballen door gewoon te voetballen. Het zelf maken van keuzes met en zonder bal en het ervaren van de gevolgen daarvan, leidt tot een snelle en duurzame voetbalontwikkeling van pupillen.



Sportiviteit & respect

Gedrag op en rond het veld

De KNVB streeft met het nieuwe pupillenvoetbal naar optimale ontwikkeling en optimaal spelplezier voor pupillen. Minstens net zo belangrijk voor het spelplezier en de ontwikkeling van de nieuwe wedstrijdvormen is ieders gedrag in en rond het veld, met name van mensen met volgende rollen:

- de trainer/coach; een veilige omgeving creëren en pupillen positief stimuleren
- de ouders/verzorgers; focus op ontwikkeling i.p.v. winnen, kinderen zichzelf laten zijn
- de spelbegeleider/scheidsrechter; nemen van eerlijke beslissingen en zorgen voor structuur

Rituelen

Vanaf het seizoen 2017/'18 worden rituelen geïntroduceerd om zo positief gewenst gedrag en het plezier in het voetbal te bevorderen. Deze rituelen moeten bijdragen aan een gezondere voetbalcultuur op langere termijn.

1. Shake hands en High Five
2. Geen rangen en standen voor de jeugd onder 8 en onder 9 jaar
3. Strafschoppen na afloop van de wedstrijd

Arbitrage

De nieuwe wedstrijdvormen voor pupillen betekenen ook een verandering in de rol van de arbitrage.

Arbitrage 6 tegen 6

- De voortgang van het spel wordt bewaakt door een zogenoemde spelbegeleider;
- De basispositie van de spelbegeleider is langs het veld en hij/zij beweegt mee met het spel. Wanneer het spel het nodig maakt kan de spelbegeleider het veld in bewegen;
- De spelbegeleider bewaakt de spelregels, legt de spelregels uit en zal alleen bij onduidelijkheid corrigeren en een beslissing nemen door middel van een fluitsignaal.

Arbitrage 8 tegen 8

- Hier is er een pupillenscheidsrechter aanwezig die de leiding heeft over het spel (geen verandering).

De wedstrijd-app

Kluisjes

Afsluiting

- GRAAG JE NAAM, E-MAILADRES EN TELEFOONNUMMER
INVULLEN OP DE AANWEZIGE LIJST