



*Voetbal Vereniging Read Swart*

*De Knipe*



# Jeugdplan

**Door:**

De commissie "Jeugdplan" ingesteld in juli 2008

Versie 1, juni 2009

# Inhoudsopgave

<b>INHOUDSOPGAVE</b>	<b>- 2 -</b>
<b>VOORWOORD</b>	<b>- 4 -</b>
<b>INLEIDING</b>	<b>- 5 -</b>
<b>VISIE OP VOETBAL</b>	<b>- 6 -</b>
<b>DOELSTELLINGEN</b>	<b>- 7 -</b>
<b>DE JEUGDAFDELING</b>	<b>- 8 -</b>
ORGANIGRAM JEUGDAFDELING	- 8 -
JEUGDBESTUUR	- 9 -
JEUGDCOMMISSIE	- 9 -
TECHNISCHE COMMISSIE	- 9 -
JEUGDVOORZITTER	- 10 -
JEUGDSECRETARIS	- 10 -
JEUGDCOÖRDINATOREN	- 11 -
TRAININGSCOÖRDINATOR	- 11 -
SCHEIDSRECHTERCOÖRDINATOR	- 12 -
TRAINERS	- 12 -
LEIDERS	- 13 -
<b>SAMENSTELLING JEUGDTEAMS</b>	<b>- 14 -</b>
UITGANGSPUNT	- 14 -
DOELSTELLING	- 14 -
TOETSINGSMIDDELEN	- 14 -
CRITERIA SAMENSTELLING JEUGDTEAMS	- 15 -
DOELSTELLING SELECTIEBELEID JUNIOR-SENIOR	- 15 -
JAARPLANNING TECHNISCHE COMMISSIE	- 15 -
MEISJES	- 16 -
DISPENSATIEPELERS	- 16 -
BLESSURES	- 16 -
<b>TECHNISCH JEUGDPLAN</b>	<b>- 17 -</b>



UITGANGSPUNT EN DOELSTELLING	- 17 -
JAARPLANNING	- 17 -
TRAINERSMAP	- 18 -
DE KAARTENBAK	- 19 -

**COMMUNICATIE** - 20 -

JEUGDBESTUUR	- 20 -
JEUGDCOMMISSIE	- 20 -
TECHNISCHE COMMISSIE	- 20 -
COMMUNICATIE SPELERS EN OUDERS	- 20 -
JISTERNIJS	- 20 -
WEBSITE	- 20 -
LEIDER/TRAINER	- 21 -
JAARLIJKSE OUDERAVOND	- 21 -
JAARLIJKSE TRAININGSAVOND	- 21 -

**BIJLAGE 1: JAARKALENDER V.V. READ SWART JEUGDAFDELING** - 22 -

**BIJLAGE 2: LEEFTIJDSCENMERKEN IN RELATIE TOT DE TRAINING** - 24 -

F-JEUGD (6-8 JAAR)	- 24 -
E-JEUGD (8-10 JAAR)	- 25 -
D-JEUGD (10-12 JAAR)	- 26 -
C-JEUGD (12-14 JAAR)	- 27 -
B-JEUGD (14-16 JAAR)	- 28 -
A-JEUGD (16-18 JAAR)	- 29 -

**BIJLAGE 3: JEUGDKEEPERSTRAINING** - 30 -

**BIJLAGE 4: KABOUTERVOETBAL** - 31 -

**BIJLAGE 5: HANDLEIDING TRAINERS/LEIDERS** - 32 -

INLEIDING	- 32 -
MATERIAAL	- 32 -
HET VOETBALVELD	- 32 -
KLEEDBOXEN	- 32 -
VOORBEREIDING OP HET WEDSTRIJDSEIZOEN	- 32 -
VOORBEREIDING EN AFRONDING OP WEDSTRIJD	- 33 -
DE WEDSTRIJD	- 33 -
TRAINING	- 33 -
GEDRAG VAN SPELERS	- 34 -

**BIJLAGE 6: INSTRUCTIES VOOR DE SCHEIDSRECHTER** - 35 -

## Voorwoord

Niet elke voetballer is “helaas” gezegend met een tactisch inzicht, een technisch vermogen en een meesterbrein van een Johan Cruyff. Toch heeft elk voetballertje in de dop, of hij/zij nu meer of minder aanleg heeft, recht op een leerproces dat zowel garant staat voor een optimale ontwikkeling van zijn/haar mogelijkheden, als wel van de beleving die hij/zij zoekt in de vrijetijdsbesteding.

Onze vereniging heeft in 2006 het beleidsplan “2006-2011” aangenomen, waarbij het resultaat van alle onderdelen binnen de vereniging uit kan monden in vaste plaats en handhaving in de derde klasse KNVB.

Een ambitieus plan, echter de onderdelen om een dergelijke doelstelling te onderbouwen, formuleren én uit te voeren zijn ruimschoots aanwezig. Het cruciale zit in het feit dat er een verdere ‘professionalisering’ van een aantal onderdelen, waaronder het jeugdplan, in de jeugd afdeling nodig is. Vanuit het bestuur en de commissies wordt hard gewerkt aan deze verwezenlijking, waarbij wordt opgemerkt dat de derde klasse GEEN doel op zich is, maar het resultaat van de inspanningen op het gebied van techniek, tactiek en de organisatie van de vereniging.

Binnen de doelstelling is het allerbelangrijkste dat wij ons realiseren dat wij een club in een dorpsomgeving zijn, dat wij dit karakter ook willen behouden, echter het streven naar een hoger niveau is een missie die alle onderdelen binnen onze vereniging naar een hoger plan kan tillen.

René Kuipers

Voorzitter Read Swart  
Juni 2009

DE KNIPE

## Inleiding

Met dit jeugdplan geven we een eerste aanzet tot het verder professionaliseren van de jeugdafdeling. Het is een hulpmiddel om de jeugd van Read Swart op een gestructureerde, verantwoorde manier met plezier te laten voetballen. Het plan verschaft duidelijkheid over de organisatie van de jeugdafdeling en het technische (praktijk)gedeelte. Met name het technische deel zal in de toekomst worden geëvalueerd, gewijzigd en/of aangevuld, zodat het zowel voor het jeugdkader als voor leden en ouders een actuele leidraad is en blijft.



## Visie op voetbal

Dit jeugdplan heeft als uitgangspunt dat kwaliteit, prestatie, plezier en niveauverbetering onlosmakelijk verbonden zijn met het bezitten en in stand houden van een gezonde jeugdafdeling binnen onze vereniging. Een evenwichtig jeugdbeleid vormt de basis voor het continueren van onze vereniging waarin prestatie, spelvreugde en eigenwaarde plaats moet hebben. Read Swart heeft daarin een begeleidende taak in de persoonlijke ontwikkeling van haar jeugdleden.



## Doelstellingen

De primaire doelstelling van dit jeugdplan is:

***Elke speler op zijn of haar eigen niveau te laten spelen, zodanig dat (voetbal)plezier, ontwikkeling en prestatiewens maximaal aan bod komt.***

Onze subdoelen zijn:

- Het leveren van een sportieve bijdrage aan de opvoeding van de jeugd.
- Het binden van leden eerst als jeugdspeler, daarna ook op seniorenleeftijd, hetzij als voetballer en/of als jeugdkader/vrijwilliger.
- Het laten doorstromen van zoveel mogelijk (talentvolle) spelers uit de eigen jeugdafdeling naar de seniorenelftallen en daarmee het eerste elftal op een zo hoog mogelijk niveau aan de competitie te laten deelnemen.
- Het verder professionaliseren en optimaliseren van de jeugdafdeling.
- Het verzekeren van de continuïteit van de club. We streven hierbij naar een continu ledenaantal van rond de 250, verdeeld over de verschillende elftallen.



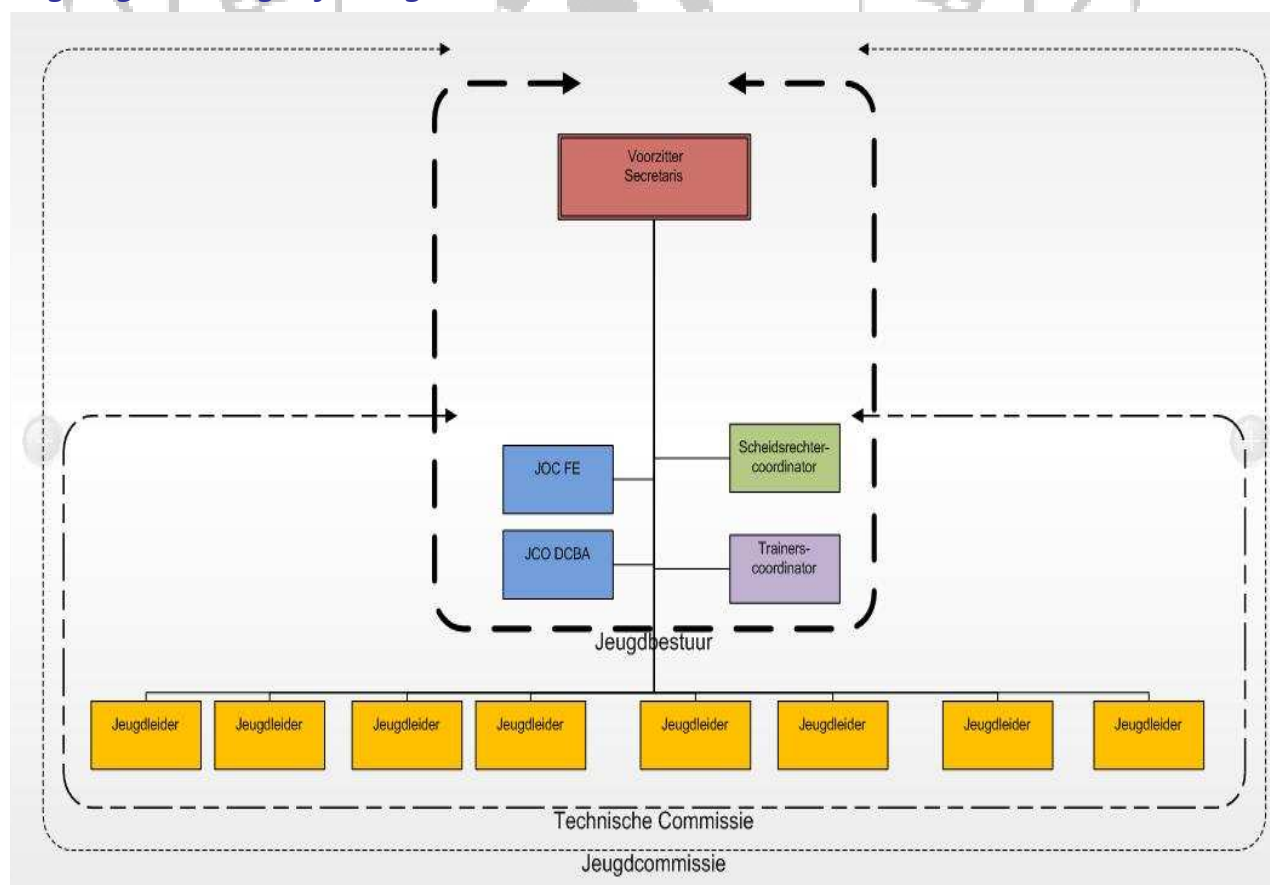
## De jeugdafdeling

Read Swart kent al jaren een constant ledenaantal van ongeveer 250 leden. Hiervan behoren ongeveer 130 leden tot de jeugdafdeling. De jeugdafdeling bestaat uit:

- F- pupillen (6-8 jaar)
- E- pupillen (8-10 jaar)
- D-pupillen (10-12 jaar)
- C-jeugd (12-14 jaar)
- B-jeugd (14-16 jaar)
- A-jeugd (16-18 jaar)

Kinderen van 4 en 5 jaar oud kunnen meedoen aan Kaboutervoetbal. Een verdere beschrijving per leeftijdscategorie is te vinden in het hoofdstuk “Technisch Jeugdplan” verderop in dit document.

### Organigram Jeugdafdeling



## **Jeugdbestuur**

Het jeugdbestuur bestaat uit vijf of zes leden, waaronder:

1. voorzitter
2. secretaris
3. jeugdcoördinator van de pupillen
4. jeugdcoördinator van de junioren
5. trainingscoördinator
6. scheidsrechtercoördinator.

De functie van voorzitter en secretaris kan ook een combinatiefunctie worden.

Het Jeugdbestuur heeft de verantwoordelijkheid om ervoor te zorgen dat het jeugdplan in zijn huidige hoedanigheid correct wordt uitgevoerd en heeft derhalve ook de bevoegdheid om maatregelen/voorwaarden te treffen die ertoe leiden dat de doelstellingen van het jeugdplan tot uiting komen.

Het jeugdbestuur schept voorwaarden voor een juiste uitvoering van het jeugdplan. De uitvoering ligt in handen van de jeugdcoördinatoren, trainingscoördinator, trainers en jeugdleiders.

## **Jeugdcommissie**

De jeugdcommissie bestaat uit het jeugdbestuur en de jeugdleiders. Ongeveer vier keer per jaar wordt door de jeugdcommissie een jeugdcommissievergadering gehouden (zie hoofdstuk "Communicatie" en de Jaarkalender in bijlage 1).

## **Technische commissie**

De Technische Commissie bestaat uit de volgende leden: de twee jeugdcoördinatoren, de trainingscoördinator en per leeftijdsgroep of team één leider, die voor minimaal een jaar zitting neemt in deze commissie. Het voorzitterschap wordt gedeeld door de twee Jeugdcoördinatoren. Vanuit het Jeugdbestuur zal bij toerbeurt één lid bij de commissievergadering aanwezig zijn. Per jaar zal deze commissie minimaal twee keer bijeen komen (zie de Jaarkalender).

De Technische Commissie zal in overleg met de jeugdtrainers en jeugdleiders het niveau per speler bepalen. Voor de F-jeugd geldt, dat er rekening wordt gehouden met sociale aspecten als vriendjes en een ouder als leider. Vanaf de E-jeugd zal de Technische Commissie het niveau per speler objectief beoordelen en deze beoordeling telt mee in de samenstelling voor de nieuwe elftallen.

Het kan zijn dat er andere redenen zijn om een speler op andere kwaliteiten te beoordelen,

hierin is de Technische Commissie bepalend.

## **Jeugdvoorzitter**

Deze functie kan gecombineerd worden met die van jeugdsecretaris.

- Geeft leiding aan de gehele jeugdafdeling en draagt zorg dat sportbeoefening conform de afgesproken normen en waarden wordt beschreven, zoals genoemd in het jeugdplan.
- Is verantwoording verschuldigd aan het hoofdbestuur en maakt daar ook deel van uit.
- Is eerste aanspreekpunt in de jeugdcommissie.
- Draagt zorg dat de jeugdorganisatie bemand is met deskundige en acceptabele personen en zal trachten deze deskundigheid te verbeteren door opleidingen e.d.
- Zorgt, dat voor het kader dat onder de jeugdcommissie functioneert, een taakomschrijving aanwezig is.
- Vergadert zoveel als nodig met jeugdleiders en andere commissies (zie de Jaarkalender).
- Draagt zorg voor aanstelling van de benodigde trainer(s) binnen randvoorwaarden en budgetmogelijkheden in samenwerking met het hoofdbestuur en de jeugdcoördinatoren.

## **Jeugdsecretaris**

Deze functie kan gecombineerd worden met die van jeugdvoorzitter.

- Verzorgt de correspondentie met leden, andere verenigingen en de KNVB.
- Notuleert de jeugdbestuursvergaderingen en legt de genomen besluiten vast.
- Legt een actielijst aan voor zaken welke niet direct kunnen worden behandeld.
- Levert kopij over jeugdzaken aan voor het clubblad Jisternijs.
- Zorgt voor archivering van inkomende en uitgaande correspondentie.
- Stelt in overleg met de commissie toernooien/extra (vriendschappelijke) wedstrijden vast.
- Zorgt voor distributie van de binnenkomende mededelingen bestemd voor coördinatoren.
- Is verantwoordelijk voor de inschrijving van jeugdleden volgens de KNVB procedure (spelerspassen).
- Verzorgt adreslijsten jeugdleden en kader.
- Geeft mutaties aan betreffende jeugdleden door aan de ledenadministratie.
- Zorgt voor de administratie van strafzaken.
- Draagt zorg voor tijdige bekendmaking van het totale wedstrijdprogramma.
- Zorgt bij thuiswedstrijden voor veld- en kleedkamerindeling.

- Verzorgt het secretariaat van wedstrijden.
- Regelt beschikbaarheid/reservering van de sporthal i.v.m. winteractiviteiten.
- Is secretaris van de Technische Commissie.

## **Jeugdcoördinatoren**

In de jeugdafdeling zijn er twee jeugdcoördinatoren actief, de één is verantwoordelijk voor F en E pupillen, de ander is verantwoordelijk voor de D, C, B en A jeugd. Zij leggen verantwoording af aan het Jeugdbestuur.

De primaire taak van de Jeugdcoördinator is de kwaliteit te bewaken van de jeugdafdeling, zowel prestatief als recreatief. Hieronder vallen de trainingen en wedstrijden.

De andere taken van de jeugdcoördinator zijn:

- Zorg dragen voor de uitvoering van het voetbaltechnische gedeelte van het jeugdbeleidsplan.
- Draagt zorg voor beschikbaarheid en toegankelijkheid van voldoende hulpmiddelen zoals de oefenstof (kaartenbak) in overleg met de accommodatiebeheerder van het hoofdbestuur.
- Vormt de Technische Commissie tesamen met één leider uit iedere leeftijdsgroep of team.
- Voert periodiek overleg met leden van de Technische Commissie en twee maal per jaar met alle trainers over de inhoud van het trainingsprogramma en aansluiting van de oefenstof tussen de diverse leeftijdsgroepen (zie Jaarkalender).
- Stemt desgewenst af met de regio vertegenwoordiger van de KNVB over voetbaltechnische zaken.
- Vormt de schakel tussen Technische Commissie en de Jeugdcommissie en brengt minimaal twee keer per seizoen verslag uit aan de Jeugdcommissie.
- Organiseert twee keer per seizoen een trainingsavond voor alle trainers.
- Indien evaluatieformulieren worden gebruikt, is de Jeugdcoördinator verantwoordelijk voor het beheer van deze ingevulde formulieren.

## **Trainingscoördinator**

De trainerscoördinator heeft een functie op voetbaltechnisch vlak. De trainerscoördinator heeft minimaal de opleiding KNVB Oefenmeester III met ruime ervaring in het aansturen van voetbaltrainers en heeft zelf ook meerdere jaren ervaring op dit gebied. De coördinator heeft het vermogen om het beleid van Read Swart om te zetten in technische werkplannen voor de jeugdtrainers.

De taken/verantwoordelijkheden zijn:

- Is verantwoordelijk voor het bewaken van de uitvoer van de voetbaltechnische componenten uit dit jeugdplan en input geven ter aanpassing van dit plan indien benodigd.

- Het waar nodig of gewenst begeleiden van de jeugdtrainers bij het uitvoeren van het technische jeugdbeleid op zowel trainingsgebied als coaching rondom de wedstrijden.
- Het organiseren van trainersoverleggen en afstemming tussen trainers onderling.
- Is aanspreekpunt voor (nieuwe) trainers.
- Het coördineren van de overgang van jeugdleden naar de senioren, alsmede tussen de verschillende leeftijdsgroepen; doorstroming van talenten.

### **Scheidsrechtercoördinator**

- Zorgt voor aanvang van het seizoen en in de winterstop voor een planning die aangeeft welke scheidsrechter is aangewezen voor een bepaalde wedstrijd.
- Heeft inzicht in de kwaliteiten van een scheidsrechter, zodat hij bij het opmaken van de planning rekening kan houden met het toekennen van een scheidsrechter aan een wedstrijd (niveau).
- Zorgt ervoor dat deze planning wordt doorgegeven aan de leiders van alle jeugdelftallen. In deze planning wordt ook aangegeven hoe te handelen door de leiders bij uitstel en afgelasting van een wedstrijd.
- Zorgt voor overhandigen van instructies aan nieuwe (jeugdige) scheidsrechters.
- Regelt bij belangstelling noodzakelijke opleidingen (KNVB) en instructies voor scheidsrechters.
- Doet aan actieve werving, zodat er voldoende scheidsrechters zijn.

### **Trainers**

Jeugdtrainers zijn verantwoordelijk voor:

- De jeugdspelers gedurende de trainingstijd en voor en na de training zolang zij zich bevinden op het trainingsveld van Read Swart.
- Het materiaal dat gebruikt wordt tijdens de trainingen, zoals ballen, pionnen, hesjes en doelen en zorgen ervoor dat de spelers hierin een actieve bijdrage leveren (bijvoorbeeld door het instellen van een rooster).
- De uitvoering van het jeugdplan en leveren doorlopend een bijdrage aan het jeugdplan.
- Uitvoering geven en een bijdrage leveren aan het jaarplan in samenwerking met Technische Commissie.
- Het overleggen met leiders over de ontwikkeling van de spelers en het team.
- Het feit dat ouders geen verbale invloed uitoefenen op de trainingen.
- Het toepassen van de juiste trainingsmethode, lees; methode die past bij de leeftijdscategorie (zie technisch jeugdplan en bijlage 2).
- Omgangsregels en veiligheid van de spelers tijdens de training (denk aan weersomstandigheden, fysiek geweld tussen spelers)
- Leggen verantwoording af aan de Technische Commissie/Jeugdbestuur.

In bijlage 5 van dit document is een meer uitgebreide handleiding voor trainers/leiders opgenomen. Tevens is er een Trainersmap beschikbaar voor elke trainer.

## Leiders

Jeugdleiders zijn verantwoordelijk voor:

- De teambegeleiding bij wedstrijden.
- Communicatie met spelers en ouders.
- Gebruikte kleding en materialen van Read Swart.
- Spelerspassen (vanaf de D pupillen).
- Beheer van de consumptiemunten.
- Bewaken van de Read Swart gedragsregels (zie Gedragscode).

Bij (thuis)wedstrijden is de jeugdleader tevens verantwoordelijk voor:

- Ontvangst van de scheidsrechter.
- Ontvangst van de tegenstander.
- Het speelklaar maken van het speelveld.
- De wedstrijdbal en reservebal tijdens thuiswedstrijden.
- Beschikbaarheid van een grensrechter.
- De uitvoering van een goede warming-up.
- Dat de spelers zich correct kleden (schoenbeschermers, tenue etc.).
- Het op tijd beginnen van de wedstrijd.
- Het coachen van het team.
- Het steunen van de eigen scheidsrechter.
- Het correct invullen van het wedstrijdformulier.
- Het opruimen van het speelveld na de wedstrijd.
- Opstellen van vervoerschema bij uitwedstrijden.
- Opstellen van een schema voor het schrijven van het wedstrijdverslag.
- Sportief gedrag voor zijn team.
- Wedstrijdvoorbereiding en nabespreking in samenwerking met trainer.
- Het melden van schade, aangericht door één van de spelers, bij het jeugdbestuur (bij een thuiswedstrijd) of leider tegenpartij (bij een uitwedstrijd).

Leiders dienen (in redelijkheid) tevens ook:

- Trainingsavonden te bezoeken.
- Nevenactiviteiten te bezoeken.
- Op de hoogte te zijn van de spelregels.
- Aanwezig te zijn bij jeugdcommissie vergaderingen.

In bijlage vijf van dit document is een uitgebreide Handleiding voor trainers/leiders opgenomen.

## Samenstelling Jeugdteams

Onder verantwoordelijkheid van het Jeugdbestuur is dit onderdeel van het jeugdplan actief. Zij geven autoriteit aan dit plan, die een flexibel en dynamisch karakter houdt en met de tijd moet meegaan. Daarnaast geeft dit document handvaten om discussies te voorkomen.

### **Uitgangspunt**

Uitgangspunt bij het samenstellen van de teams is de individuele ontwikkeling van de jeugdspeler. De Jeugdcoördinator van iedere jeugdgroep (we onderscheiden twee groepen: F-E en D-C-B-A) is verantwoordelijk voor de samenstelling van de jeugdteams. Bij de indeling is er overleg tussen de Jeugdcoördinatoren, de trainingscoördinator en het Jeugdbestuur. Bij Read Swart spelen de jeugdleden in principe in de leeftijdscategorie waarin hij/zij thuishoort.

Elk besluit houdt rekening met het feit dat wij een middelgrote voetbalvereniging zijn in het dorp De Knipe. Dit dorpskarakter wordt door het Jeugdbestuur bewaakt en uitgedragen.

### **Doelstelling**

De primaire doelstelling van ons selectiebeleid is:

- **Elke speler op zijn/haar eigen niveau te laten spelen, zodanig dat (voetbal)plezier, ontwikkeling en prestatiewens maximaal aan bod komt.**

Om de doelstelling op het hoogste verenigingsbestuursniveau te bewerkstelligen is het nodig om in de jeugd afdeling hieraan aandacht te besteden en vroegtijdig talenten op te leiden naar een hoger spelniveau. Uiteindelijk is het belangrijk dat de talenten in de jeugd worden behouden voor de club.

Een talent kan voor de vereniging niet verloren gaan na de A-junioren. Een goede begeleiding van junior naar senior moet borgen dat we deze waardevolle spelers behouden. Hierdoor wordt de binding van de vereniging met de vertegenwoordigende elftallen sterk vergroot, dat weer een aantrekkingskracht voor de latere (talentvolle) jeugdspelers heeft.

### **Toetsingsmiddelen**

Er zijn vier onderdelen waarop wij het selectiebeleid baseren:

- hoofdkwaliteiten techniek
- mentaliteit/instelling/sociale vaardigheden
- inzicht/tactiek
- fysieke aspecten

## **Criteria samenstelling jeugdteams**

Concreet valt de criteria in drie elementen uiteen op basis van de hoofdkwaliteiten:

1. Elke speler op zijn eigen niveau te laten spelen, zodanig dat (voetbal)plezier, ontwikkeling en prestatiewens maximaal aan bod komt.
2. Aan de hand van het niveau hoofdkwaliteiten per speler wordt deze in het juiste team ingedeeld, waarbij hij/zij met gelijkwaardige spelers speelt.
3. De eerste twee elementen wordt alleen van toepassing indien we beschikken over twee of meer teams per leeftijdscategorie.

## **Doelstelling selectiebeleid junior-senior**

Het streven is, dat de drie seniorenselectieteams worden aangevuld met de spelers uit de Read Swart A-junioren. Effectief moeten er per seizoen een aantal junioren doorgroeien naar de A-selectie. De overige spelers vloeien door naar de B-selectie en overige seniorenelftallen.

## **Jaarplanning Technische Commissie**

Aan het einde van het seizoen (rond 1 mei) wordt door de Technische Commissie een conceptindeling gemaakt van alle jeugdteams voor het komende seizoen (zie Jaarkalender, bijlage één). De basis van de conceptindeling wordt gevormd door een lijst van alle jeugdspelers met hun geboortedatum en daaraan gekoppeld de leeftijdscategorie.

Hierin wordt, indien bekend, rekening gehouden met spelers die stoppen, nieuwe leden en andere externe factoren. De conceptindeling is een afspiegeling van de tussentijdse evaluatie die in december plaatsvindt.

Per speler wordt een korte evaluatie doorgenomen op basis van de volgende hoofdkwaliteiten:

- hoofdkwaliteiten techniek
- mentaliteit/instelling/sociale vaardigheden
- inzicht/tactiek
- fysieke aspecten

Rond 15 mei wordt de voorlopige indeling voor het komende seizoen bekend gemaakt. Aan de hand van deze samenstelling kan het Jeugdbestuur besluiten om zich in te schrijven voor een hogere of lagere klasse dan de huidige.

De Jeugdcoördinatoren archiveren de beoordelingen per team per jaar.

## **Meisjes**

Meisjes tot en met 10 jaar voetballen bij de jongens, tenzij er genoeg meisjes zijn om een team te vormen. Vanaf 11 jaar spelen de meisjes in een meisjesteam. Wanneer er onvoldoende meisjes vanaf 11 jaar zijn, kan besloten worden om een gemixt team samen te stellen. Daarnaast bestaat de mogelijkheid om, afhankelijk van talent, lichaamsbouw en leeftijd een meisje in een damesteam te plaatsen.

## **Dispensatiespelers**

Jeugdteams worden in principe op leeftijd ingedeeld. Het jeugdbestuur kan spelers vervoegd in een hogere leeftijdscategorie indelen, indien het aantal spelers daartoe aanleiding geeft, of spelers dispensatie verlenen om uit te komen in de naast gelegen lagere leeftijdscategorie. Bij het indelen in een hogere leeftijdscategorie zijn de genoemde 'hoofdkwaliteiten' de belangrijkste criteria op grond waarvan de indeling plaatsvindt. Enkele redenen om spelers dispensatie te verlenen kunnen zijn: ziekte, fysieke aspecten of het volmaken van een elftal. Dit alles gebeurt altijd in overleg met trainers, leiders en spelers.

## **Blessures**

Bij langdurige blessures kan door de Technische Commissie besloten worden om een speler op een lager niveau te laten starten, hierdoor krijgt de speler voldoende tijd om weer op het gewenste spelniveau te komen. Dit alles gebeurt in overleg met de speler, leider en ouder.



# Technisch Jeugdplan

## *Uitgangspunt en doelstelling*

In dit Technisch Jeugdplan wordt de volgende vraag als uitgangspunt genomen:

“Hoe kan Read Swart op de meest doeltreffende manier de jeugdafdeling in de praktijk gestalte geven?”

Bij het opstellen van dit technische deel komen we enkele voor de hand liggende problemen tegen:

- Het is moeilijk om tot een eensluidend standpunt te komen over allerlei zaken, die de jeugdafdeling betreffen. Zoveel mensen, zoveel meningen.
- De opvattingen over diverse aspecten van het jeugdvoetbal wijzigen in de loop der jaren. Dit Jeugdplan zal dan ook jaarlijks geëvalueerd en waar nodig aangepast worden.
- Betrokkenen kunnen dit Technisch Jeugdplan als een theoretisch verhaal beschouwen, dat zeker nut heeft voor een ander, maar waar men zelf bij zijn aanpak toch niet zoveel rekening mee hoeft te houden.

Ondanks deze drie problemen gaan we ervan uit dat dit Technisch Jeugdplan kan dienen als waardevolle richtlijn voor trainers en leiders, met als resultaat een doelmatige, planmatige eenduidige en dus gerichte aanpak van de jeugdafdeling. Uiteraard blijven ideeën, standpunten en eigen initiatieven van harte welkom. Samen met de daarvoor aangewezen trainings/jeugdcoördinatoren kan worden besproken hoe deze eigen ideeën in de trainingsaanpak van Read Swart passen. Duidelijk zal ook zijn dat het niet bij een papieren plan kan en mag blijven. Naast het op papier zetten van enkele belangrijke zaken, is van groot belang dat er regelmatig met alle betrokkenen wordt gesproken.

## *Jaarplanning*

Hieronder volgt per jeugdgroep een jaarplanning. Het voetbaljaar wordt onderverdeeld in vier periodes van 10 weken. Er wordt dus 10 weken gewerkt aan periode één, 10 weken aan periode twee enz.

Voor alle jeugdgroepen geldt dat oefenvormen zoveel mogelijk gevarieerd moeten worden. Een warming-up moet altijd zonder én met bal gedaan worden. Laat ook pass- en trapvormen in iedere training terugkomen.

## Jeugdgroep      Trainingsonderdelen

### F-pupillen

- |           |                                    |
|-----------|------------------------------------|
| Periode 1 | • Dribbelen + drijven              |
| Periode 2 | • Aannemen en verwerken van de bal |
| Periode 3 | • Passeren en individuele actie    |
| Periode 4 | • Kappen en draaien                |

**E-pupillen**      Zie programma F-pupillen, met in de laatste periode herhaling van alle voorgaande periodes

### D-pupillen

- |           |                                                              |
|-----------|--------------------------------------------------------------|
| Periode 1 | • Opbouw vanaf de keeper in samenwerking met de verdedigers  |
| Periode 2 | • Samenwerking tussen achterhoede en middenveld bij balbezit |
| Periode 3 | • Samenwerking tussen middenveld en voorhoede bij balbezit   |
| Periode 4 | • Samenwerking tussen de linies bij balverlies               |

### C-junioren

- |           |                                                                                                        |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Periode 1 | • Positiespel in relatie tot de wedstrijd                                                              |
| Periode 2 | • Uitspelen van man meer situatie in de opbouw/aanval en omgaan met man minder situatie bij balverlies |
| Periode 3 | • Leren van het spelen op balbezit                                                                     |
| Periode 4 | • Leren van verdedigen met positie, mandekking en persoonlijke mandekking                              |

### B-junioren

- |           |                                                                                       |
|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| Periode 1 | • Positiespelen                                                                       |
| Periode 2 | • Man meer situatie 4:3 en man minder situatie 2:3                                    |
| Periode 3 | • Oefenen van "vooractie" om los te komen + omschakeling van balverlies naar balbezit |
| Periode 4 | • Omschakeling balbezit naar balverlies en leren om in organisatie te blijven spelen  |

### A-junioren

- |           |                                                                                                |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Periode 1 | • Positiespelen in diverse vormen en aanvalsvormen via de vleugels                             |
| Periode 2 | • Spelen in de organisatie (driehoekjes) en leren geven van rugdekking in situaties 3:3 en 4:4 |
| Periode 3 | • Omschakeling van balbezit naar balverlies en leren spelen met zonedekking                    |
| Periode 4 | • Benutten van de 3 <sup>e</sup> man situatie in opbouw/aanval                                 |

## Trainersmap

Voor elke trainer komt er een Trainersmap beschikbaar. Deze map dient als naslagwerk en hulp bij het geven van trainingen. In de map staan onder andere leeftijdskenmerken per leeftijdsgroep omschreven. Daarnaast vindt men er algemene achtergrondinformatie, logboeken, een beoordelingsformulier, evaluatieformulier en oefenstof.

## De Kaartenbak

Naast deze Trainersmap wordt er een kaartenbak aangelegd waarin per technische categorie en per leeftijdsgroep verschillende oefenvormen worden vastgelegd. De kaartenbak is beschikbaar in de bestuurskamer.

Iedere trainer kan oefeningen uit deze kaartenmap halen om te gebruiken voor een training. Een trainer kan ook zelf oefenvormen in deze kaartenmap plaatsen. Van iedere jeugdtrainer wordt verwacht dat zij de kaartenmap raadplegen en de (belangrijke) oefenvormen toepassen.

De Kaartenmap zal voor een groot deel bestaan uit geïllustreerde oefeningen van de oefenstof database van de website [www.trainerssite.nl](http://www.trainerssite.nl), waar Read Swart een abonnement op heeft.

De verschillende categorieën waaruit de kaartenbak zal bestaan zijn:

- Basistechnieken
  - a) Passen-trappen
  - b) Koppen
  - c) Dribbelen-drijven
  - d) Aannemen-meenemen
- Positiespel
- Partijvormen (bijvoorbeeld 6-4, 7-5)
- Partijspel (bijvoorbeeld 4-4, 5-5)
- Afronden
- Conditie
- Overig



## Communicatie

### *Jeugdbestuur*

Het Jeugdbestuur vergadert ongeveer één keer in de zes weken in de bestuurskamer van Read Swart. Alle relevante zaken worden dan besproken.

### *Jeugdcommissie*

Drie keer per jaar (zie Jaarkalender in bijlage 1) wordt door de jeugdcommissie een jeugdcommissievergadering gehouden. In dit overleg wordt ook voortgang van het Jeugdplan besproken en beoordeeld. Ook de Jeugdcoördinatoren komen met een verslag van de voortgang van de jeugd. Bij deze vergadering zijn alle jeugdleiders aanwezig.

### *Technische Commissie*

Per jaar zal deze commissie minimaal twee keer bijeen komen in mei en in december. Wanneer nodig, wordt een extra vergadering belegd op initiatief van één van de jeugdcoördinatoren.

### *Communicatie spelers en ouders*

De communicatie naar spelers én ouders is een belangrijk onderdeel in de acceptatie en instandhouding van dit jeugdplan. In principe wordt het Jisternijs gebruikt voor alle communicatie. De Jeugdcoördinatoren zijn aanwezig op elke wedstrijddag. Zowel spelers als ouders kunnen direct de Jeugdcoördinator aanspreken. Uiteraard is de jeugdleider het eerste aanspreekpunt voor ouders en spelers.

### *Jisternijs*

Het Jisternijs komt wekelijks uit. Alle inwoners van De Knipe ontvangen het Jisternijs, dat in dorpskrant de Compagnon wordt gepubliceerd, op dinsdag of woensdag. In het Jisternijs staat alle belangrijke informatie voor de leden beschreven. Het gaat hier dan om het programma, uitslagen, nieuws, mededelingen en verslagen. In de zomer verschijnt, wanneer de sportverenigingen uit De Knipe dit nodig achten, een Sportcompagnon. Hierin zijn de drie verenigingskrantjes verenigd in één krant.

### *Website*

Op de website [www.read-swart.nl](http://www.read-swart.nl) staat veel informatie over de club. Deze informatie is uitgebreider dan in het Jisternijs. Naast het nieuws, het programma en de uitslagen kan hier elke week het Jisternijs worden gedownload en is er onder andere informatie te vinden over

de historie van Read Swart, sponsors, foto's en de teamindelingen.

### ***Leider/trainer***

De leiders beschikken over alle benodigde informatie van de teamleden zoals telefoonnummers en/of e-mailadressen. Bij afgelastingen of andere wijzigingen zorgen de leiders ervoor dat de teamleden hiervan op de hoogte worden gesteld

### ***Jaarlijkse ouderavond***

Read Swart wil met ingang van dit jeugdplan elk jaar een ouderavond organiseren voor alle ouders van jeugdleden. Deze zal plaatsvinden in oktober, wanneer het seizoen net is opgestart. Op deze avond zal uitgelegd worden hoe het er bij Read Swart aan toe gaat (voor ouders van nieuwe jeugdleden). Tevens wordt er aandacht geschonken aan nieuws en ontwikkelingen binnen de vereniging, normen en gedragsregels, afmelden, trainingsopkomst etc. Tevens wordt ingegaan op de verschillen tussen het spelen op een pupillenveld en het grote veld, spelregels enz. Afhankelijk van de behoefte kan er een aparte ouderavond georganiseerd worden voor ouders van pupillen en ouders van junioren.

### ***Jaarlijkse trainingsavond***

De jeugdcoördinatoren organiseren naar behoefte trainingsavonden voor alle trainers van de jeugdafdeling. Dit kan gebeuren in twee sessies, bijvoorbeeld voor de trainers van de F, E en D pupillen en de C, B en A junioren.



## Bijlage 1: Jaarkalender V.V. Read Swart Jeugdafdeling

Hieronder de globale jaarkalender van de jeugdafdeling. In overleg met de (jeugd)trainers en het jeugdbestuur zijn de meest elementaire mijlpalen in een voetbaljaar benoemd. Dit document is een leidraad voor het jeugdbestuur, tevens maakt zij onderdeel uit van het “Jeugdplan”.

De voetbalkalender start in de maand april als voorbereiding op het nieuwe seizoen. De dagnummers onder kolom ‘Dag’ zijn fictief, en kunnen per jaar verschillen. De kalender is gesorteerd op nummer in de kolom ‘NR’. JCO staat voor Jeugdcoördinator.

Vergadering jeugdcommissie en bestuursvergadering zijn door het Jeugdbestuur zelf te bepalen. De commissie heeft alleen een streefaantal en frequentie willen bepalen.

In onderstaand schema wordt veelvuldig ‘Jeugdbestuur’ als initiatiefnemer benoemd. Na verloop van tijd verwachten wij dat de rol van de JCO’s (jeugdcoördinator) een belangrijke rol gaat vervullen bij het initiëren van de actiepunten en uitvoeren van het beleid.

Dag	Maand	NR	Activiteit	Initiatief	Uitvoering	Doel
1	April	1	Overleg trainers jeugdleiders en JCO*	JCO	JCO	Als voorbereiding op de concept teamindeling van 1 mei
1	april	1	Evaluatiegesprekken trainers	Jeugdbestuur	Trainerscoördinator	Kwaliteitsverbetering
15	April	1	Beschikbaarheid van de huidige leiders	Jeugdbestuur		Zijn de huidige leiders beschikbaar voor het volgende seizoen
	mei	2	Organisatie oefenwedstrijden juni	JCO	Leiders	Voor alle jeugdteams oefenwedstrijden in de nieuwe samenstelling na 15 mei
	Mei	2	Oefenwedstrijden bezoeken	JCO		Volgen van de jeugdspelers
1	Mei	2	Beoordeling jeugdspelers en conceptindeling jeugdteams (FED en CBA)	JCO	JCO	Op basis van (voetbal)kwaliteit alle jeugdspelers indelen in de groep waarin zijn/haar kwaliteiten het beste tot zin/haar recht komen in combinatie met de medeteamspelers.
1	Mei	2	Speler specifieke training	Trainers	Nnb	
1	Mei	2	Vergadering jeugdcommissie	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	
15	Mei	2	Definitieve indeling jeugdteams voor het volgende seizoen	Technische commissie	Technische commissie	De indeling van 1 mei wordt bekrachtigd of nog aangepast.
15	Mei	2	Begeleiding inrichten	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Jeugdleiders bepalen en bekendmaken
15	Mei	2	Open Dag Read Swart	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Voor alle kinderen in de Knipe open dag mmv trainers en spelers a-selectie
15	Mei	2	Gemeente snuffelweken	Jeugdbestuur	Trainers	Inschrijven voor de snuffelweken
15	Mei	2	Jeugd Mixtoernooi	Jeugdbestuur		
16	Mei	2	Indeling teams	Jeugdbestuur	Technische commissie	Publicatie in Jisternijs
31	Mei	2	Dichtgaan van de sportvelden			
31	Mei	2	Jeugd wisseltrofee	Jeugdbestuur		
	Juni	3	Oefenwedstrijden bezoeken		Technische commissie	Volgen van de jeugdspelers
	Juni	3	Toernooien (indien van toepassing)			
	Juni	3	Vergadering Jeugdcommissie	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	
1	Juni	3	Teamindeling	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Insturen de teamindeling en niveau naar de KNVB

Dag	Maand		Activiteit	Initiatief	Uitvoering	Doel
1	Juni	3	Trainers aanstellen FE	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Trainers FE
8	Juni	3	Jisternijs (laatste)	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Alle belangrijke zaken publiceren
15	Juni	3	Vooroverleg trainers FED	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Organisatie, planning, materiaal, etc.
15	Juni	3	Vooroverleg trainers CBA	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Organisatie, planning, materiaal, etc.
15	Juni	3	Vooroverleg leiders FED	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Organisatie, planning, materiaal, oefenprogramma, beker, etc.
15	Juni	3	Vooroverleg leiders CBA	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Organisatie, planning, materiaal, oefenprogramma, beker, etc.
	Augustus	5	Overleg trainers en leiders	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Voor de definitieve aanvang van de competitie korte afstemming met de leiders en trainers
	Augustus	5	Thema training FE	Jeugdbestuur	M.m.v. KNVB	Voor de trainers een ondersteunende activiteit
	Augustus	5	Thema training DC-BA	Jeugdbestuur	M.m.v. KNVB	Voor de trainers een ondersteunende activiteit
	Augustus	5	Openstelling velden			
	Augustus	5	Sportcompagnon	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Programma competitievoorbereiding
8	Augustus	5	Instructie trainers en leiders	Jeugdbestuur	KNVB? Jeugd- psycholoog? Jeugdwerker	Voor de leiders en trainers specifieke aandachtspunten en trainingsvormen
15	Augustus	5	Start training CBA (-3 week)	Jeugdbestuur		Startdatum training
22	Augustus	5	Start training FED (-2 week)	Jeugdbestuur		Startdatum training
1	September	6	Vergadering jeugdcommissie	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	
1	September	6	Speler specifieke training	Trainers	Nnb	
1	September	6	Evaluatiegesprekken trainers	Jeugdbestuur	Trainerscoördinator	Kwaliteitsverbetering
20	September	6	Evaluatie na 2 speelronde	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	
	Oktober	7	Jeugdbestuursvergadering			
1	November	8	Vergadering jeugdcommissie	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	
1	November	8	Speler specifieke training	Trainers	Nnb	
15	November	8	Jeugdtrainers/leiders FED	Jeugdbestuur		Bespreken winterprogramma
15	November	8	Jeugdtrainers/leiders CBA	Jeugdbestuur		Bespreken winterprogramma
22	November	8	Winterprogramma	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Publicatie winterprogramma
	December	9	Winter evaluatie jeugdspelers individueel en teams	Technische commissie	Technische commissie	Spelen alle jeugdspeler in het juiste teams op basis van zijn/haar eigen kwaliteiten.
1	December	9	Evaluatiegesprekken trainers	Jeugdbestuur	Trainerscoördinator	Kwaliteitsverbetering
	Januari	10	Jeugdbestuursvergadering	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	
15	Januari	10	Inschrijving toernooien	Jeugdbestuur	Leiders	Op welke toernooien schrijven we in
1	Februari	11	Vergadering jeugdcommissie	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	
	Februari	11	Doorschuiven jeugdspelers	JCO		Vanaf de c-junioren doorschuiven naar hogere leeftijdsklassen
1	Februari	11	Evaluatie trainers	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Bespreken contractverlenging
15	Februari	11	Trainers	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	(Eventueel) Sollicitatieprocedure opstarten
15	Februari	11	Voorjaarprogramma	Jeugdbestuur	KNVB	Publiceren voorjaarprogramma FED in Jisternijs
	Maart	12	Jeugdbestuursvergadering	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	
1	maart	12	Speler specifieke training	Trainers	Nnb	
31	Maart	12	Trainers nieuw	Jeugdbestuur	Jeugdbestuur	Bekendmaking trainers

## Bijlage 2: Leeftijdskenmerken in relatie tot de training

### F-jeugd (6-8 jaar)

#### Psychische kenmerken:

- Gering concentratievermogen / snel afgeleid zijn
- Behoeft aan duidelijke leiding
- Veel bewegingsdrang / speels
- Individueel gericht, nog weinig sociaal voelend
- Nauwelijks wedijver
- Voetbal wordt als een avontuur gezien

#### Fysieke kenmerken:

- Zwak balgevoel
- Nog weinig coördinatie, dit verbetert langzaam
- Relatief weinig kracht en uithoudingsvermogen
- Snel herstel na inspanning
- Gunstige, harmonische lichaamsverhouding

#### Doelstelling > "Wennen door spelen"

Technisch: Baas worden over de bal.  
 Balgewenning laten opdoen door spelen in eenvoudige spelvormen en partijspelen.  
 Aanleren van basistechnieken.  
 Herhalingen zijn noodzakelijk.

Conditioneel: Spelenderwijs kennismaken met allerlei grondvormen van bewegen: lopen, springen, huppelen.  
 Veel met de bal werken, alleen / met een medespeler/ in kleine partijspelen.

Tactisch: Aanleren van de belangrijkste spelregels.  
 Begripsvorming kweken voor de belangrijkste uitgangspunten van het voetbal:  
 doelpunten maken en voorkomen.

Mentaal: Leren functioneren in een groep.  
 Leren omgaan met anderen: medespelers, tegenstander, scheidsrechter.  
 Leren omgaan met spelregels.

#### Trainingsaccenten:

- Ruime bewegingservaring laten opdoen, vooral met de bal.
- Speels karakter met veel speelse oefenvormen, deze vaak herhalen. Werken met punten scoren werkt motiverend.
- Leren begrijpen dat er samen gespeeld wordt.
- Positieve spelbenadering (aanval, scoren).
- Ruimte geven voor eigen ontdekkingen.
- Veel laten scoren door de doelen groot te maken.
- Zelf goed voordoen, gebruik taal die het kind begrijpt en geen moeilijke voetbaltermen. Korte uitleg.
- Geen conditietraining!

#### Trainingsthema's: (gehele jaar door, afwisselend en herhalend)

- Dribbelen
- Drijven met de bal
- Passen en trappen (links en rechts)
- Aannemen en meenemen
- Gericht schieten
- Duel 1:1
- Leren samenspelen ( in kleine partijtjes)

#### Coaching:

- Blijven motiveren, door simpel taalgebruik
- Ruimte laten voor eigen ontdekkingen
- Helpend gedrag voor, tijdens en na de wedstrijd (en training)
- Individuele aandacht

## E-jeugd (8-10 jaar)

### Psychische kenmerken:

- Beginnen wat meer sociaal gedrag te tonen, meer bereidheid tot samen spelen
- Nog snel afgeleid
- Nemen meer dingen op en trachten oefeningen goed uit te voeren
- Ontstaan van besef voor het uitvoeren van (afgesproken) taken
- Geldingsdrang

- Leergevoelig op het vlak van balgevoel
- Zeer leergierig

### Fysieke kenmerken:

- Groei naar verdere harmonie
- Toename van de coördinatie
- Toename uithoudingsvermogen
- Toename doorzettingsvermogen

### Doelstelling > "Door spelen wennen aan het voetbal"

**Technisch:** Spelenderwijs aanleren van techniek met technische grondvormen. Ideale leeftijd hiervoor. Werken vanuit spelvorm met veel balcontacten. (Kleine partijen)

**Conditioneel:** Richten op scholing van algemene beweeglijkheid, uitgevoerd in spel- en wedstrijdvorm.

**Tactisch:** Uit blijven gaan van basisdoelen: doelpunten maken en voorkomen. Drang naar individueel spel niet aantasten of indammen. Aandacht blijven schenken aan de belangrijkste spelregels.

**Mentaal:** Wijzen op het belang van samenwerken om een gezamenlijk doel te bereiken.

### Trainingsaccenten:

- Motorisch leren: zeer geschikte leeftijd hiervoor.
- Leren ervaren wat teamsport betekent.
- Veel op techniek trainen, veel balcontact.
- Veel spel- en wedstrijdvormen, om het samenspelen en vrijlopen te ervaren.
- Kleine partijspelen en eenvoudige positie spelen (3:1, 4:1).
- Speelse karakter van de training mag niet ontbreken.
- Geen conditietraining!

### Trainingsthema's: (gehele jaar door, afwisselend en herhalend)

- Individuele baltechniek
- Gericht schieten
- Afwerken op doel
- Passen en trappen (links en rechts)
- Dribbelen en drijven met de bal
- Inwerpen
- Duel 1:1
- Uitspelen van de 2:1 situatie
- Koppen (lichte ballen over korte afstand, techniek scholen, niet met afwerken, angst wegnemen).
- Kleine partijspelen / oefeningen met tweetallen.
- Beheersen en bewerken van de bal.

### Coaching:

- Ruimte laten voor eigen ontdekkingen.
- Simpel woordgebruik.
- Helpend gedrag voor, tijdens en na de wedstrijd.
- Spelvreugde moet voorop staan.

**Opmerking:** bij 2<sup>e</sup> jaars E-jeugdspelers voorbereiding op de overgang naar de D > groot veld, groter team, andere regels. Dit zowel in training als in wedstrijd. In 2<sup>e</sup> seizoenshelft paar keer meespelen is aan te bevelen.

## D-jeugd (10-12 jaar)

### Psychische kenmerken:

- Leergierig
- Enthousiast en goed aanspreekbaar
- Toename van geldings- en prestatiedrang
- Meer groepsbewust en sociaal denken
- In toenemende mate kritiek op zowel eigen als andermans prestaties
- Navolging van hedendaagse (voetbal)idolen

### Fysieke kenmerken:

- Goed gebouwd, ideale lichaamsverhoudingen
- Goede coördinatie
- Grote bewegingsdrang
- Kracht en uithoudingsvermogen veelal in voldoende mate aanwezig
- Fijngevoelig reactievermogen

### Doelstelling > “Leren voetballen door te spelen”

**Technisch:** Gericht oefenen op uitvoeren van technische grondvormen. Voordoen is essentieel. Techniek leren toepassen in kleine partijvormen.

**Conditioneel:** Voetbalconditie opdoen door kleine partijspelen met een goede arbeid-rust verhouding. Geen conditionele vorming zonder bal.

**Tactisch:** Aanleren van algemene tactische principes. Partijspelen waarbij reeds de ‘rode draad’ verwerkt kan worden: balbezit = vrijlopen en balbezit tegenstander = dekken. Leren van buitenspel. Aandacht voor posities en taken > niet te plaatsgebonden laten ontwikkelen! (niet te snel specialiseren).

**Mentaal:** In beperkte mate prestatievergelijking van individuele verrichtingen.

### Trainingsaccenten:

- Technische vaardigheden, afwisselend programma aanbieden.
- Trainen op positiespelen / veel verschillende spelsituaties.
- Belicht posities tijdens partijspelen, wat wordt verlangd op elke positie.
- Techniek vormen onder weerstand (wedstrijdsituaties).
- Creativiteit van spelers niet inperken.
- Geen traditionele conditietraining!

### Trainingsthema's: (gehele jaar door, afwisselend en herhalend)

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Individuele baltechniek</li> <li>○ ‘Achterlangs komen’ bij aanval</li> <li>○ Passen en trappen (links en rechts)</li> <li>○ Opbouw van achteruit (ook door keeper)</li> <li>○ Positiespel ( 1-2 combinatie)</li> <li>○ Duel 1:1</li> <li>○ Koppen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Afwerken op doel</li> <li>- Dribbelen en drijven</li> <li>- Druk zetten (pressie)</li> <li>- Aan- en meenemen van de bal</li> <li>- Benutten breedte van het veld</li> <li>- Optimale veldbezetting</li> <li>- Uitspelen van overtalsituaties</li> </ul> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### Coaching:

- Ruimte laten voor eigen ontdekkingen
- Extra aandacht voor vrijlopen bij balbezit en dekken bij balverlies
- Gebruik maken van eenvoudige coachtermen
- Positieve waardering, meer gericht op de inzet dan op het resultaat
- Stimuleren van de teamgeest (voetbal is teamsport)
- Helpend gedrag voor, tijdens en na de wedstrijd.

## C-jeugd (12-14 jaar)

### Psychische kenmerken:

- Leergierigheid ontbreekt
- Groepsvorming en afzetting tegen gezag
- Motivatiegebrek
- Veel met zichzelf bezig wat spanningen op kan roepen
- Behoeft aan vaste afspraken, rechten en plichten
- Andere interesses gaan meespelen, herwaardering van het voetbal
- Wisselend gestemd

- Gezins- en studieomstandigheden kunnen een rol spelen

### Fysieke kenmerken:

- Begin van de puberteit
- Snelle lengtegroei > disharmonische lichaamsverhouding
- Beperkte belastbaarheid
- Onstabiele motoriek > slungelig en stuntelig > tijdelijke stilstand of achteruitgang motorisch vermogen
- Blessuregevoelig

### Doelstelling: > "Benaderen van de wedstrijd"

**Technisch:** Leren beheersen van technische grondvormen met een hoger tempo en grotere snelheid. Wedstrijdvormen inbouwen.

Houdt rekening met grote individuele verschillen > individuele aandacht is gewenst.

**Conditioneel:** Intensiteit mag toenemen t.o.v. D-jeugd maar lichamelijke belasting moet per individu verschillen.

Geen krachttraining door lengtegroei!

Conditie kweken door oefen- en spelvormen (met weerstand) in estafette- en wedstrijdvorm.

Aandacht voor snelheid.

**Tactisch:** Algemene tactische principes inslijpen: aanvallen = aanbieden, verdedigen = dekken, positiewisselingen, man- en ruimte dekking.

Duidelijkheid bieden in het belang van elftaltechniek.

Inzicht brengen in en beoefenen van de belangrijkste taken op linies en posities.

**Mentaal:** Stimuleren van zelfvertrouwen en verantwoordelijkheidsgevoel.

Opvoeden in sportmentaliteit > lichaamsverzorging, wedstrijdvoorbereiding, prestatiebewustzijn, materiaalbeheer.

### Trainingsaccenten:

- Handelingssnelheid vergroten.
- Veel positie- en partijspelen.
- Herhalen en aanscherpen van technische grondvormen en vaardigheden.
- Oog hebben voor individuele tekortkomingen of problemen.
- Veel geduld vereist, geen hoge verwachtingen. Resultaten zijn twijfelachtig en wisselvallig.

### Trainingsthema's: (gehele jaar door, afwisselend en herhalend)

- |                                       |                                             |
|---------------------------------------|---------------------------------------------|
| ○ Positiespel                         | - Druk zetten                               |
| ○ Duel 1:1                            | - Positioneel dekken                        |
| ○ Kaatsen                             | - Omschakeling bij balbezit en balverlies   |
| ○ Passen en trappen (links en rechts) | - Benutten van kansen                       |
| ○ Koppen (techniek)                   | - Aanbieden van de spitsen                  |
| ○ Individuele baltechniek             | - 'Achterlangs komen' bij aanval            |
| ○ Opbouw van achteruit                | - Situaties die in wedstrijd fout gaan      |
| ○ Groot maken van de speelruimte      | - Belichten en oefenen van spelhervattingen |

### Coaching:

- Aanwijzingen gericht op wedstrijd situatie.
- Positieve waardering / individuele verbeterpunten.
- Motiveren waarom iets (anders) moet.
- Eigen verantwoordelijkheden steeds meer benadrukken.
- Voor- en nabespreking van de wedstrijd.

## B-jeugd (14-16 jaar)

### Psychische kenmerken:

- Toenemende zelfkennis en realiteitszin
- Puberteitsproblemen kunnen nog aanwezig zijn, zie C-jeugd
- Agressie neemt af
- Betere gezagsverhouding
- Meer verantwoording en opoffering in teambelang
- Mogelijkheid om meer prestatiegericht te werken
- en kunnen verhoogd worden

### Fysieke kenmerken:

- Harmonische lichamelijke groei
- Toenemende breedtegroei en spiervolume
- Training werpt (weer) vruchten af
- Minder blessuregevoelig
- Kracht-, interval- en duurtraining zijn weer mogelijk

### Doelstelling > "Presteren tijdens de wedstrijd"

**Technisch:** Technische vaardigheden verbeteren in hoger tempo en onder weerstand.

Doelgericht laten oefenen vanuit wedstrijd situaties.

Positie- en partijspelen met technische accenten > snelheid, richting en effect van de bal, direct spelen, kap- en schijnbewegingen.

**Conditioneel:** Trainingsvormen voor snelheid en uithoudingsvermogen zijn mogelijk.

Intervalarbeid en circuits, gericht op snelheid en beweeglijkheid.

Omstandigheden mogen net iets te zwaar zijn (houdt rekening met individuele uitzonderingen).

Toepassing van rekkingoefeningen.

**Tactisch:** Toepasbare wedstrijd tactiek, uitbreiden van tactische mogelijkheden.

Wedstrijd leren lezen en dit toepassen in de wedstrijd > overschakelen van speelwijze.

Taakverdeling binnen het elftal > verder ontwikkelen van denken in taken van posities en linies.

**Mentaal:** Stimuleren van enthousiasme, zelfkritiek, voetbal- en wedstrijdmentaliteit.

Leren herkennen wat sterke en zwakke punten van zichzelf en medespelers zijn.

### Trainingsaccenten:

- Verbeteren van technische elementen
- Oefenen in hoog tempo en met veel weerstanden
- Tactische trainingsvormen > taakverdeling, kaatsen, omschakelen, mandekking, ruimte maken.
- Veel positiespelen
- Trainen op conditie, snelheid en uithoudingsvermogen
- Coachen van medespelers

### Trainingsthema's: (gehele jaar door, afwisselend en herhalend)

- Positiespel in de opbouw - Druk zetten (pressie)
- Duel 1:1 - Spel verleggen > omschakeling bij balbezit
- Kaatsen - Omschakeling bij balverlies > aansluiting tussen de linies
- Dribbelen, passen en trappen - Aanbieden van de spitsen > wegdraaien, kaatsen
- Koppen - Benutten van kansen
- Opbouw van achteruit - Stilstaande situaties > corners, vrije trappen
- Diversiteit in afwerkvormen - 'Achterlangs komen' bij aanval
- Spelhervattingen - Situaties die bij de wedstrijd fout gaan
- Groot maken van de speelruimte

### Coaching:

- Aanwijzingen gericht op wedstrijd situatie.
- Nadrukkelijk aandacht voor wedstrijd tactiek.
- Aanwijzingen individueel, positioneel, per linie en voor het gehele team.
- Positieve waardering / individuele verbeterpunten signaleren.
- Eigen verantwoordelijkheid van de spelers benadrukken.
- Voor- en nabespreken van de wedstrijd.

## A-jeugd (16-18 jaar)

### Psychische kenmerken:

- Stabilisatie van karakter
- Sterk uitgesproken zelfkritiek
- Zowel groep als eigen ik zijn belangrijk
- Prestatie- en geldingsdrang nemen weer toe
- Gezamenlijke verantwoordelijkheid

### Fysieke kenmerken:

- Benadering lichamelijke volwassenheid
- Goed functioneren van alle organen
- Nauwelijks gevaar voor overbelasting
- Hoogtepunt bereikt in het aanleren van motorische vaardigheden
- Verbetering nog mogelijk door doelbewust en methodisch trainen

### Doelstelling > "Streven naar een goede topprestatie"

**Technisch:** Vervolmaking technische grondvormen onder grotere weerstand.  
Automatisering van alle technische vaardigheden, blijven herhalen.  
Extra training voor speciale technische vaardigheden, evt. individueel.

**Conditioneel:** Belasting tot maximale prestatieniveau.  
Verbetering van kracht, snelheid, uithoudingsvermogen en controle hierop.  
Voorbereiding op training senioren.

**Tactisch:** Ontwikkelen van individueel tactisch inzicht in bepaalde situaties, voor posities en linies.  
Analyseren van tactische mogelijkheden binnen een bepaalde speelwijze.  
Spelanalyse met daarop gerichte oefeningen.

**Mentaal:** Stimuleren van kritische zelfbeoordeling van individu en team.  
Drang naar perfectionisme.  
Aangeven van verwachte toekomst bij de senioren.

### Trainingsaccenten:

- Onderhouden van verworven technische vaardigheden
- Wedstrijdsituaties nabootsen met hoog tempo en veel weerstanden
- Individueel trainen op specifieke technische en tactische aspecten
- Conditie en fysieke weerbaarheid optimaliseren (gericht op senioreniveau)
- Coachen van medespelers
- Gebruik maken van tekortkomingen van de tegenstander

### Trainingsthema's: (gehele jaar door, afwisselend en herhalend)

- |                                  |                                                                      |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| ○ Positiespel                    | - Druk zetten (pressie)                                              |
| ○ Duel 1:1                       | - Spel verleggen > snelle omschakeling bij balbezit                  |
| ○ Kaatsen                        | - Snelle omschakeling bij balverlies > aansluiting tussen de linies. |
| ○ Passen en trappen              | - Aanbieden van de spitsen                                           |
| ○ Koppen                         | - Benutten van kansen                                                |
| ○ Opbouw van achteruit           | - Stilstaande situaties > corners, vrije trappen                     |
| ○ Diversiteit van afwerkvormen   | - Situaties die in de wedstrijd fout gaan                            |
| ○ 'Achterlangs komen' bij aanval | - Trainingsstof gebaseerd op wedstrijdanalyses                       |

### Coaching:

- Aanwijzingen gericht op de wedstrijdssituatie.
- Nadrukkelijke aandacht voor aspecten van wedstrijd tactiek.
- Aanwijzingen individueel, positioneel, per linie en voor gehele team.
- Positieve waardering / individuele verbeterpunten signaleren.
- Eigen verantwoordelijkheid van de spelers benadrukken.
- Voor- en nabespreken van de wedstrijd.

## Bijlage 3: Jeugdkeeperstraining

De geschiktste leeftijd om met een specifieke keeperstraining te beginnen is rond een jaar of 10. Jonge kinderen vertonen nog een enorme beweeglijkheid. Deze zou erg beperkt worden als een jongen of meisje op die jonge leeftijd alleen maar zou keepen. Het verdient de aanbeveling om zeker tussen het 8<sup>e</sup> en 10<sup>e</sup> jaar niet voor een vaste, maar voor een roulerende doelverdediger te kiezen. Dit heeft de volgende voordelen:

- o Iedereen krijgt op deze wijze enige ervaring met keepen. Een potentieel talent kan 'ontdekt' worden.
- o Van een doelman wordt tegenwoordig veel meer verwacht dan alleen maar een bal op de doellijn tegenhouden. Een keeper moet kunnen 'meevoetballen' en moet dus ook vrijwel alle voetbalvaardigheden beheersen. Kinderen tussen 8 en 12 jaar leren gemakkelijk allerlei nieuwe bewegingen en is het van belang om ze juist dan zoveel mogelijk aan te reiken.
- o Een keeper die rond zijn 14<sup>e</sup> genoeg heeft van het keepen, kan vrijwel zonder problemen een positie op het veld in gaan nemen.

Een kind wat tussen zijn 6<sup>e</sup> en 14<sup>e</sup> alleen maar heeft gekeept beheerst aanzienlijk minder voetbalvaardigheden omdat hij in zijn technische ontwikkeling een grote achterstand heeft opgelopen.

Dus vanaf 10 jaar (D-pupillen) is het prima om gericht te gaan werken. Tot die tijd zijn groepstrainingen met het team en keepen tijdens partijvormen voldoende.

### Belangrijk voor de keeper:

- o Actief betrokken worden bij de groepstraining van zijn/haar team
- o Individuele training krijgen om specifieke vaardigheden te oefenen > splitsing training in specifieke keeperstraining en training met de groep
- o Aandacht krijgen voor zijn/haar zelfvertrouwen, durf en brutaliteit

**Techniek – tactiek – conditie:** de 3 belangrijkste aspecten van een goede keeperstraining.

Daarnaast is het aanleren van veelvuldig en op een goede manier coachen/aansturen tijdens de wedstrijd belangrijk. Deze aspecten dienen voortdurend in verschillende oefenvormen terug te komen.

### Aandachtspunten:

#### Werken aan techniek:

- o vangen
- o (uit)werpen
- o (uit)trappen
- o stompen
- o vallen, rollen, opstaan
- o oppakken van de bal
- o voetenwerk
- o springen (in relatie tot vangen, pakken en stompen)
- o werken met diverse soorten ballen
- o bodemgewenning
- o voorkomen van angst en krampachtigheid

#### Werken aan tactiek:

- o opbouwend spel: meevoetballen (links en rechts), uittrappen, uitwerpen, aanwijzingen geven
- o verdedigend spel: opstelling en verdediging organiseren
- o inzicht hebben in het spel
- o coaching
- o goede opstelling, timing

#### Werken aan conditie:

- o kracht
- o snelheid
- o vaardigheid
- o reactie
- o durf
- o doorzettingsvermogen

## Bijlage 4: Kaboutervoetbal

Kinderen tussen de 4 en 6 jaar oud zijn nog niet officieel speelgerechtigd om wedstrijden te kunnen voetballen, maar kunnen wel bij Read Swart terecht om trainingen te volgen welke passen bij deze leeftijdscategorie. In het voor- en najaar wordt deelgenomen aan het Kaboutertoernooi van VV Heerenveen.

### Doelstellingen Kaboutervoetbal:

**Lichamelijk:** Het aanbieden van verschillende oefenvormen waardoor kinderen bewust de grondvormen van het bewegen aanleren en ontwikkelen.

**Sociaal:** Ontwikkelen van het samenspelen door het aanbieden van gerichte oefeningen en partijspelen

**Sociaal-emotioneel:** Een belangrijk aspect: tonen van respect voor tegenstander, medespeler en trainers (in de verdere maatschappelijke vorming van groot belang).

**Beleidsstechnisch:** Door middel van Kaboutervoetbal een goede doorstroming krijgen van de kabouters naar de F-pupillen. Dit is een ideale start om de jeugdopleiding van de pupillen in kwaliteit en kwantiteit verder uit te bouwen. Er is een bepaalde basis gevormd waardoor spelertjes eventueel op een hoger niveau de F-pupillen binnen stappen.

### **Kenmerken van het spel van hele jonge kinderen:**

- o Lekker bewegen: jonge kinderen bewegen vooral om het plezier in het bewegen zelf. Zo kunnen ze ook eindeloos genieten van het herhalen van bewegingen.
- o Laten zien wat je voelt: kinderen uiten in hun bewegingen wat ze voelen, bv. beginnen te springen als het ergens opgetogen over is.
- o Het meten van wat je kunt: een kind zegt "ik kan dit optillen, zwaar hoor".
- o Samen spelen: kinderen spelen en sporten om elkaar te ontmoeten.
- o Spanning: bewegingssituaties kunnen spannend zijn voor kinderen en daardoor kunnen ze worden uitgedaagd om mee te bewegen.
- o Grote mensen doen het ook: kinderen imiteren op hun wijze wat ze bij volwassenen zien.
- o Spelen moet: voor kinderen een 'noodzakelijke' activiteit. Al spelend verkent het kind zijn wereld en zichzelf.

### **Tips voor spelplezier:**

- o Jonge kinderen hebben een grote behoefte aan bewegen. Een poos stilstaan om uitleg te geven is voor de kleintjes een ramp. Er moet dus gezorgd worden voor een divers bewegingsaanbod.
- o Het kind moet in een veilige sfeer kunnen spelen en sporten. De sfeer wordt voor een belangrijk deel door de leiding bepaald. Geef elk kind voldoende individuele aandacht. En als de groep te groot is, zorg dan voor een 2<sup>e</sup> begeleider zodat men elkaar kan aanvullen.
- o Complimenten geven werkt bij jonge kinderen vaak veel beter dan het geven van kritiek. Kinderen moeten zich gestimuleerd weten.
- o Praat in een simpele taal die kinderen vatten. Voetbalvaktaal is aan hen nog niet besteed.
- o Houd er rekening mee dat 4-jarigen niet geschikt zijn om veel partijtjes achterelkaar te spelen.

### **Trainingssuggesties:**

- o Trainingen hebben een thema die een relatie hebben met het voetbalspelletje.
- o Kort inleidend verhaaltje en zo snel mogelijk aan het werk: "praatje – plaatje – daadje".
- o Deel het veld op in vieren. Twee veldjes worden gebruikt voor kleine partijvormen, 2-2 of 3-3. Op de 2 andere veldjes worden speelse oefenvormen aangereikt > circuittraining.
- o Kies hierbij voor kleine aantallen zodat kinderen vaak aan de bal komen.

### **Thema's:**

- o Eén worden met de bal > diverse oefenvormen om de bal te ontdekken
- o Dribbelen en drijven > oversteekspellen, tikspellen, stedenspel (KNVB)
- o Passen en mikken > diverse mikspelletjes, evt. op doel, jeu de voetbal
- o Schieten op doel > dribbel + schot, penaltyspel, aannemen + schot
- o Kappen en draaien > techniek oefeningen, Wiel Corver methode

## Bijlage 5: Handleiding trainers/leiders

### *Inleiding*

Deze handleiding is bedoeld voor trainers en leiders van Read Swart. Hierin staat wat van hen verwacht wordt, wat de taken en verantwoordelijkheden zijn en op welke manier het voetbalseizoen georganiseerd moet worden. Kijk voor taken en verantwoordelijkheden in het hoofdstuk “De Jeugdafdeling” onder het kopje “Trainers” en “Leiders”.

### *Materiaal*

Verwacht wordt, dat de trainer zuinig is met het materiaal van de club en de spelers attent maakt op het juiste gebruik van alle materialen. Na de wedstrijd ruimen trainer en spelers de materialen gezamenlijk op, waarbij de trainer de eindverantwoordelijke is. Ook controleert de trainer of er geen ballen missen. Extra aandacht is wenselijk bij het gebruik van de ballenpomp, deze dient aangezwengeld te worden, wat gevaarlijk kan zijn voor jonge kinderen. Na de training dienen doelen tegen de boswal te worden aangezet, zodat het veld gemaaid kan worden.

### *Het voetbalveld*

In het Jisternijs staat vermeld op welk speelveld er gevoetbald wordt. Neem dit in acht. Zorg ruim voor het begin van de wedstrijd, dat doelen en vlaggen geplaatst zijn. Net als bij het trainingsveld wordt er aan de velden onderhoud gepleegd. Dus na de wedstrijd moeten de doelen tegen de boswal worden geplaatst, de cornervlaggen horen in het scheidsrechtershokje en bij gebruik van de grote doelen moeten de netten omhoog geplaatst zijn.

### *Kleedboxen*

De trainers en leiders zien er op toe dat de kleedboxen netjes worden gebruikt. Voorkom overmatig gebruik van water en zorg ervoor dat alles schoon wordt achter gelaten na gebruik. Maak de spelers verantwoordelijk voor het netjes houden van de kleedboxen, ook van de tegenpartij bij thuiswedstrijden.

### *Voorbereiding op het wedstrijdseizoen*

Zorg ervoor dat de ouders aan het begin van het seizoen via een brief of per e-mail worden geïnformeerd over het wedstrijdschema, rijdersschema (bij uitwedstrijden) en de trainingstijden.

## Voorbereiding en afronding op wedstrijd

- Verzamel een half uur voor de thuiswedstrijd. Zorg voor ontvangst van de tegenstander bij een thuiswedstrijd. Denk aan de wedstrijdbal en een reserve wedstrijdbal. De kleedruimtes dienen na een thuiswedstrijd (en natuurlijk ook na een training) schoongemaakt te worden (stel hiervoor bijvoorbeeld een schema op).
- Ook bij uitwedstrijden een half uur voor aanvang aanwezig zijn. Vertrektijden worden vastgesteld door het wedstrijdsecretariaat van Read Swart.
- Eén van de leiders vult voor aanvang van de wedstrijd het wedstrijdformulier in, voor zover van toepassing.
- Zie toe op het correct dragen van het wedstrijdtenue. Scheenbeschermers zijn verplicht.
- Opstelling van het team wordt tijdens de voorbereiding op de wedstrijd aan de spelers medegedeeld.
- De scheidsrechters worden geregeld door de scheidsrechtercoördinator. Grensrechters dienen door de leiders zelf te worden geregeld. Hiervoor kunnen natuurlijk ook ouders ingeschakeld worden.
- Ten slotte: vergeet niet het wedstrijdverslag (stel hiervoor ook een schema op).

## De wedstrijd

Uitgangspunt is het speelplezier van de jeugdspelers. Voetbal is een teamsport. Jeugdspelers zullen moeten leren met elkaar te voetballen.

- Rouleer in de lagere teams zoveel mogelijk met de posities. Voorkom dat spelers al op een vroeg tijdstip op een vaste plek voetballen: dit beperkt hun ontwikkeling.
- Rouleer met wisselers gelijkmatig over alle spelers; in principe heeft elke jeugdspeler evenveel recht op speeltijd, ook al is de verleiding groot om bepaalde spelers minder vaak te wisselen ten behoeve van het resultaat.
- De feitelijke opstelling en het wisselbeleid zijn de eerste verantwoordelijkheid van de leiding.
- Wijs één van de spelers als aanvoerder aan. Dit kan bijvoorbeeld bij toerbeurt. Vanaf C en B kan gewerkt worden met een vaste aanvoerder. De aanvoerder regelt met de scheidsrechter en de aanvoerder van de tegenpartij de aftrap en de veldkeuze.
- De leiders doen samen het coachen vanaf de zijlijn. Het coachen is gericht op het stimuleren van goed samenspel, het versterken van de teamgeest en het neerzetten van een goed resultaat.
- Corrigeer een speler die wangedrag vertoont richting scheidsrechter, medespelers of tegenstanders.

## Training

- Ga regelmatig kijken bij een training en overleg met de trainer over o.a. de opstelling en de teamprestaties.

### ***Gedrag van spelers***

- De trainers en leiders zijn verantwoordelijk voor het gedrag van spelers vooraf, tijdens en direct na de training of wedstrijd (Zie ook: Gedragscode Read Swart).



## Bijlage 6: Instructies voor de Scheidsrechter

### Het tenue

- Draag een trainingspak; geen lange spijkerbroek, geen muts of pet.
- Zorg voor een aantekeningenboekje en een balpen.
- Zorg voor een horloge of stopwatch en een fluit (plastic fluit is prettiger bij koud weer).

### Het begin

- Tossen hoeft niet, vraag of er een aanvoerder is, zo ja, geef deze dan een hand. Geef ook de leiders een hand en stel jezelf voor.
- De bezoekende partij trapt af, onderstreep in je boekje welke partij aftrapt, dat is handig voor de start van de 2e helft.

### Aantal spelers en wissels bij pupillen

- Minimum aantal spelers: 5. Er mag doorlopend en voortdurend gewisseld worden. Fluit af als er meer dan het toegestane aantal spelers in het veld loopt. Basis bezetting: 7 tegen 7. Als de leiders van beide teams er om verzoeken is 8 tegen 8 of zelfs 9 tegen 9 toegestaan. Als een van beide leiders vast houdt aan 7 tegen 7, dan wordt er met 7 spelers gespeeld.

### Overtredingen

- Na een overtreding wordt altijd het spel hervat met een directe vrije trap. De tegenstander moet 5 meter afstand bewaren, er mag dus altijd direct uit de vrije trap worden gescoord.

### Hands

- F pupillen en de jongere E pupillen maken in principe geen opzettelijk hands. Het gebruik van de handen dient bijna altijd ter bescherming (reflex). Alleen als er een bal wordt opgepakt of met nadruk wordt weggeslagen of weggestompt, dan moet dit worden hervat met een directe vrije schop. Bij de E2 en E1 mag je iets strenger zijn.

### Ingooien

- Bal uit de nek, voeten op of achter de lijn, stil staan bij ingooien (niet opspringen). Als het fout gaat, altijd opnieuw door dezelfde speler laten ingooien. Desnoods doe je het voor, of houd je de voeten even vast als het stil staan niet lukt.

### Blessure

- Bij huilende kinderen onmiddellijk afluiten, een teken naar de leider geven en verzorging toestaan. Sta niet toe dat ouders zo maar het veld in rennen. Verzoek in dat geval netjes of men voortaan wil wachten tot de scheidsrechter een teken geeft.

## Toeschouwers

- Accepteer niet dat er toeschouwers (jong of oud) direct naast het doel gaan staan. Vraag netjes of men afstand wil houden. Accepteer niet dat kinderen in het doelnet hangen etc.

## Optreden

- Fluit duidelijk (liever te hard dan te zacht) en wijs met de arm duidelijk aan welke partij een ingooi of vrije trap mag nemen.
- Ga nooit in discussie met ouders. Als ouders zich 'misdragen' vraag dan aan de leiders van het betreffende team of ze willen optreden.
- Alleen de leider mag in het veld aanwijzingen geven, accepteer geen ouders in het veld.
- Blijf kalm. Wanneer je het spel eenmaal hebt hervat, kun je niet meer op een beslissing terugkomen. Eventueel later toegeven dat je een verkeerde beslissing hebt genomen is niet erg, dat overkomt elke scheidsrechter.
- Als een keeper de bal niet ver genoeg van het doel krijgt (te weinig kracht, te veel tegenwind etc.) en de tegenstanders staan dicht op dat doel, stuur dan de tegenstanders bij een uittrap een meter of 8 terug. Geef de keeper in dat geval een beetje ruimte.
- Realiseer je altijd dat spelers in de leeftijd van 6 tot 10 jaar moeten leren.

## Na de wedstrijd:

- Bij de F en E pupillen worden er na de wedstrijd penalty's genomen. Laat beide teams in een rij opstellen, de voorste man van de rij achter de bal. Meet ca 7 meter af. Fluit duidelijk voor elke penalty als de speler en de keeper klaar staan. Teams nemen om beurten een penalty. Let ook hier goed op; niemand direct naast de doelpaal, ook niet de keeper die op zijn beurt wacht.
- Geef de uitslag door aan de velddienst. En vul het wedstrijdformulier in.
- Lever de wedstrijdbal in bij de leider van het team.
- Je staat er op zaterdagmorgen niet alleen voor, de elftal leider en jeugdcommissie zorgen voor ondersteuning.

