



VOETBALTECHNISCH JEUGDPLAN

BSV BOEIMEER

*De prestatie in het voetballen is nooit een constante.
De ene week lukt alles in een wedstrijd, terwijl de
volgende week tegen een veel sterkere tegenpartij er
niets meer van over is.*

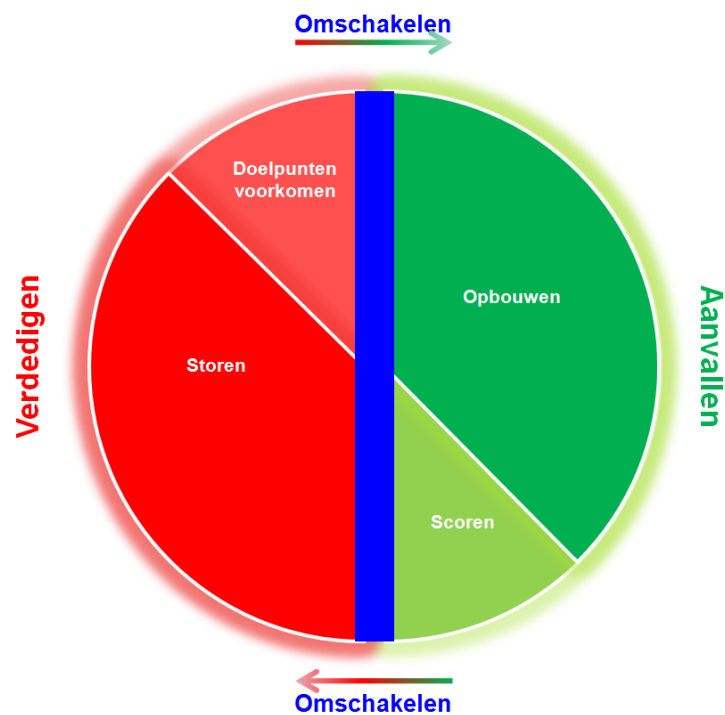
Dat is voetballen! Zeker bij de jeugd

Rinus Michels

Versie	V1.00
Plaats	Breda
Kenmerk	Voetbaltechnisch Jeugdplan BSV Boeimeer 2011 - 2015



Voetbaltechnisch





1 LEEFTIJDSCATEGORIE A-JUNIOREN

In dit hoofdstuk worden de leeftijdskenmerken van de A-junior, de nieuwe spelregels, de samenstelling, afspraken en uitgangspunten van deze leeftijdscategorie, de voetbaltechnische doelstelling en de belangrijkste aandachtspunten voor de trainers uiteengezet.

Bij de A-junioren wordt wedstrijd en resultaatgericht gewerkt.

De spelers komen meer in evenwicht met zichzelf (lichamelijk) en met hun omgeving. Duidelijk is geworden of aan de eisen die de sport stelt, kan worden voldaan of niet. Keuzes voor verder gaan, verder intensiveren of voor de gezelligheid op een lager niveau doorspelen worden in deze fase gemaakt.

De lichamelijke groei-ontwikkeling laat meer spierontwikkeling en normalisering van verhoudingen zien. Bij het voetballen wordt gewerkt aan het ontwikkelen van de teamprestatie. Niet het individu staat meer centraal, maar het gaat om de inbreng en kwaliteit die een ieder weet te brengen om een zo goed mogelijk resultaat als team neer te scoren. Ultieme uitdaging voor de coach is dat elf spelers hetzelfde waarnemen en interpreteren en in overeenstemming met hun taak, positie in het veld, zo effectief mogelijk handelen. De voetbaltechnische doelstelling bij de A-junioren is:

A-junioren –Presteren als team binnen de competitie

Naast het beter en vaker handelen, ook aandacht voor het volhouden van vaker en beter handelen (voetbalconditie)

1.1 Leeftijdskenmerken

De spelers beginnen zich zo langzamerhand als volwassen spelers voor te doen. De plaats is bevochten, de kwaliteiten, tekortkomingen, karaktertrekken hebbelijk- en onhebbelijkheden zijn bekend en de positie op het veld in het team hebben een meer definitief karakter gekregen. Ook de lichamelijke ontwikkeling kent niet meer van die onstuimige kenmerken. Hierdoor kunnen spelers zich ook meer gaan richten op waar ze talent en passie voor hebben. Ze kunnen zich ook meer op verder gelegen doelen richten en overzien dingen beter.

Spelers in deze leeftijd hebben de groeispurt achter de rug. De coördinatie en mobiliteit worden steeds beter. De looptechniek is gelijk aan die van een volwassene. De snelheid, die hij in de C en B-junioren door de groeispurt enigszins verloor, komt terug. Ook het balgevoel komt terug op het oude niveau. Het is voor A-junioren heel belangrijk, dat zij bij een groep horen. Binnen de groep is een duidelijke hiërarchie zichtbaar. Binnen een voetbalteam wordt de hiërarchie bepaald, door de belangrijkheid voor het team.

A-junioren zijn gevoelig voor kritiek op hun functioneren en oneerlijkheid door leidinggevende personen. In conflictsituaties zijn zij minder goed aanspreekbaar, omdat zij bang zijn voor gezichtsverlies. Er is behoefte aan duidelijkheid, eerlijkheid en discipline. Binnen het voetbal hebben zij begrip voor de taken, die aan posities verbonden zijn. Als trainer kun je ingaan op zowel individuele, als teamtaken.

De specifieke leeftijdskenmerken zijn:

- Wat de mogelijkheden van de speler zijn geworden, dikwijls bepaald door erfelijkheid (lengte, kracht, techniek, overzicht, incasseringsvermogen, et cetera).
- Verbetering nog mogelijk door doelbewuste en methodisch geplande training.
- Het karakter stabiliseert zich.
- De zelfkritiek is aanwezig, niet alleen de groep is belangrijk maar ook de eigen ik.
- Willen verantwoording samen dragen.
- Willen presteren en zich doen gelden.



De spelers van het team zetten zich met ziel en zaligheid in voor het bereiken van een bepaalde doelstelling (bijvoorbeeld kampioen worden). Het wordt duidelijk dat ze ergens in willen investeren. Er wordt begrepen dat je eerst moet trainen om daar in een later stadium profijt van te krijgen.

De A-junioren begrijpen waar het om gaat en vinden het stoer wanneer het positief uitpakt.

1.2 Spelregels voor de A-junioren

De A-junioren krijgen te maken met de volgende nieuwe spelregels (ten opzichte van de B-junioren):

- Duur van de wedstrijd (2 x 45 minuten)

Daarnaast worden de onderstaande spelregels bij het aanvallen, omschakelen en verdedigen bij de A-junioren steeds belangrijker.

- Afspraken maken over de uitvoering van spelhervattingen (aanvallend en verdedigend).
- Uitvoering is gebaseerd op kwaliteit van betrokken spelers (specialisme).
- Rendement wordt bepaald door de kwaliteit en afstemming van handelen van de betrokken spelers.
- Herkennen van de momenten waarop een spelhervatting snel genomen kan worden. Tijdens verdedigende spelhervattingen anticiperen op de mogelijkheid dat de bal wordt veroverd (positie kiezen ten behoeve van dieptepass/counter). Tijdens aanvallende spelhervattingen anticiperen op het verliezen van de bal (voorkomen counter / restverdediging).
- (leren)verdedigen binnen de spelregels.
- Spelregels benutten als strategie in het verdedigen (buitenspelval).

1.3 A-junioren - selectie

In de A-junioren leeftijdscategorie hanteert BSV Boeimeer op dit moment (2011) nog maar één selectieteam, namelijk de A1. Met ingang van het seizoen 2012 / 2013 wordt er bij de A-junioren ook twee selectieteams gehanteerd, De A1 en A2. In dit voetbaltechnisch jeugdplan worden de uitgangspunten beschreven voor twee selectieteams (uitgangssituatie 2012/2013).

In deze selectie zijn 30 tot maximaal 34 spelers opgenomen, waarvan ongeveer de helft tweedejaars, en helft eerstejaars A-junioren. De vorming van een A1 en een A2 zal zich na verloop van tijd gaan vormen (vier tot acht weken). De A1 bestaat grotendeels uit 2e jaar A-junioren spelers aangevuld met talentvolle eerstejaars spelers (verhouding 8x6 / 9x5). De A2 is een mixed team maar bestaat voornamelijk uit eerstejaars A-junioren.

De A1 en A2 spelen in de opstelling 1-4-3-3.

De A1 en A2 spelen op resultaat, de teams moeten gaan beseffen dat er in dienst van elkaar en van BSV Boeimeer gespeeld moet worden. De A1 staat aan het einde van het opleidingstraject. Tijdens de wedstrijden komen alle geleerde facetten van pas. Er moet zeer doelgericht gespeeld worden wat inhoudt dat de trainer vrij is in zijn beslissingen wie wanneer speelt. Het kan dus voorkomen dat spelers niet aan een wedstrijd deelnemen. Getracht moet worden dat gemiddeld over het seizoen alle spelers evenveel speeltijd krijgen (wens, geen eis / recht). De speeltijden worden vastgelegd.

Spelers van de A1 kunnen worden ingezet bij wedstrijden op zondag bij één van de selectie senioren teams.

De A2 wordt het schaduw team van de A1, dit impliceert dat dit team indien nodig spelers van de A1 opvangt om na blessure terug te komen. A1 spelers krijgen hierbij de voorkeur in speeltijd. Het leveren van spelers aan de A1 zal weinig voorkomen aangezien indien nodig deze bij de B1 worden gehaald.



De selectiespelers moeten zich verder specialiseren voor een (basis)taak. Daarnaast moeten spelers een specialisme creëren voor spelhervattingen.

De discipline in beide selectieteams zal op een hoog niveau moeten worden gebracht. De spelers moeten altijd bij de activiteiten van het team aanwezig zijn. Dit houdt in dat bij blessures en of schorsingen de spelers vanaf het moment van verzamelen bij de groep moeten zijn

De voetbaltechnische doelstelling voor de A-junioren selectieteams:

Team	Huidig	Doelstelling
Boeimeer A1	1e klasse	Indien mogelijk promotie naar de hoofdklasse (binnen 3 jaar)
Boeimeer A2	3e Klasse	Promotie naar 2e klasse (binnen 3 jaar)

Voor het samenstellen van de A selectie (A1 en A2) is er een nauwe samenwerking met de Hoofdtrainer B-junioren en de hoofdtrainer A-junioren. In de overwegingen moeten spelers die in de voorselectie zijn opgevallen worden meegewogen. De definitieve samenstelling wordt ter goedkeuring aan het Hoofd VTC aangeboden.

1.4 A-junioren recreatief

De recreatieve teams bestaan uit minimaal 15 en maximaal 20 spelers. Bij de recreatieve teams worden de spelers op leeftijd ingedeeld (zelfde geboortjaar bij elkaar). BSV Boeimeer streeft ernaar om een speler in een team te plaatsen met spelers van een gelijkwaardig niveau. Spelers zo veel mogelijk bij elkaar te houden. De tweedejaars spelers spelen in de regel in een hoger elftal (A3) dan de eerstejaars spelers (A4). Minimaal een keeper per team.

Geen specifieke doelstelling voor de recreatieve teams binnen de A-junioren leeftijdscategorie. Wel is er een algemene doelstelling voor A-junioren opgenomen:

Leeftijdscategorie	Doelstelling
A-junioren (16-18 jaar)	<ul style="list-style-type: none"> Het ontwikkelen van de competitierijpheid. Het gaat om de uitvoering van teamtaken, taken per linie en posities, waarbij het rendement van de wedstrijdrijping voltooid moet worden en waarbij mentale aspecten bepalend kunnen zijn. Vorbereiding en overgang A-junioren naar senioren. In de periode april / mei vindt er een gesprek plaats met de overkomende A-junioren. Onderwerpen van gesprek zijn: <ul style="list-style-type: none"> uitleg veranderingen die te wachten staan; mogelijkheden tot ontwikkeling (selectieteams); rol VTC Jeugd / VTC Senioren.

In onderstaande tabel zijn de doelstellingen voor de keepers die tot de A-junioren leeftijdscategorie behoren opgenomen.

Leeftijdscategorie	Doelstelling keepers
A-junioren (16-18 jaar)	<ul style="list-style-type: none"> Centraal staan de wedstrijd-eigen situaties. verbeteren, perfectioneren en onderhouden van technische, tactische en communicatieve facetten vanuit de keepershandelingsgebieden. Binnen de groepstraining ook hier weer de afwerkvormen, positiespelen en spelhervattingen.



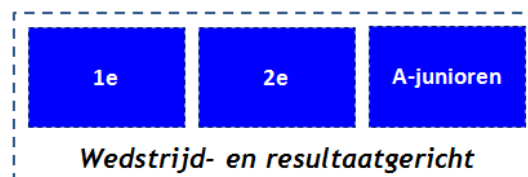
1.5 Uitgangspunten A-junioren

In onderstaande tabel de belangrijkste uitgangspunten voor de A-junioren:

Onderdeel	Selectieteam	Recreatief team
Aantal spelers	1 ^e selectieteam: 15 - 17 2 ^e selectieteam: 15 - 17	Minimaal 15, maximaal 20 spelers
Trainingen	2 keer per week	Minimaal 1 keer per week, optioneel twee keer
Trainer	Eerste selectieteam: minimaal TC3 Tweede selectieteam: juniorentrainer	Vrijwillige basis Voorkeur volgen van juniorencursus
Indeling	Op basis van kwaliteit	Criteria op basis van leeftijd, als team samenblijven, et cetera
Coachen	Aan de zijlijn	Aan de zijlijn
Speeltijd	Streven dat er gemiddeld over het seizoen alle spelers evenveel speeltijd krijgen (wens, geen recht of eis)	Getracht moet worden dat alle spelers evenveel speeltijd krijgen.
Thuiswedstrijden	1 ^e en 2 ^e selectieteam: grasveld	Wisselend kunstgrasveld en grasveld

1.6 Voetbaltechnische doelstelling A-junioren

Het hoofddoel van het 1^e, 2^e en de A-junioren is wedstrijd- en resultaatgericht voetballen. Om richting en inhoud te geven aan de invulling van deze hoofddoelstelling wordt dit vertaald naar een specifieke doelstelling voor de A-junioren. Deze doelstelling doet ook recht aan de kenmerken en ontwikkeling van de kinderen in deze specifieke fase en dienen als voorwaarde om de behorende voetbalhandelingen verder te ontwikkelen.

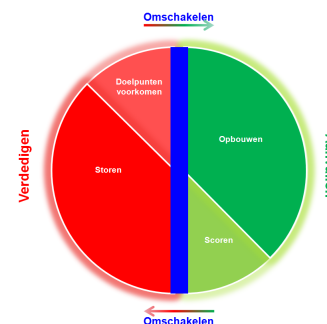


Bij het voetballen wordt ook verder gewerkt aan het specialiseren in een bepaalde taak. De A-junior is beter bestand tegen weerstanden en moeilijkheidsfactoren in het spel. Het onrustige, in een te hoog tempo, dat zo kenmerkend is voor het voetballen bij de B-junioren maakt plaats voor meer overleg en beheersing in woord en daad. Ook de onderlinge controle, het op elkaar letten en becommentariëren wordt genuanceerder en meer gericht op het collectieve resultaat. Het gaat er bij de A-junioren vooral om:

Het leren presteren als team in de competitie

1.6.1 Basistaak aanvallen

De bedoeling van het aanvallen is om doelpunten te scoren, hoe maakt niet uit. Wat wel uitmaakt is of spelers op deze leeftijd in staat zijn elkaars mogelijkheden, ondergebracht in taken binnen een bepaalde teamorganisatie, te onderkennen, te kennen en te benutten. Bij de A-junioren wordt het spel van tijd en ruimte een hoofdthema in het leerproces. In de uitvoering van alle aanvallende handelingen wordt niet verwacht dat alles zoals bedoeld wordt gerealiseerd, echter de intentie moet wel duidelijk aan het handelen af te lezen zijn.



Het leren beheersen van de ruimte en het speltempo zijn het uitgangspunt voor het verder ontwikkelen van alle voetbalhandelingen met en zonder bal. Wanneer op het juiste moment wordt positie gekozen (vrij lopen / aanbieden) in de juiste richting of ruimte en met de juiste snelheid dan moet dat resulteren in een betere aanvalsactie (opbouwen en scoren). De talen die aan de



verschillende posities binnen een bepaalde teamorganisatie zijn verbonden worden specialistischer. Het in beeld krijgen welke opties voor welke positie relevant zijn krijgt meer inhoud. Op grond van het beter in beeld krijgen van deze opties in het aanvallen wordt het handelingsarsenaal van de speler ruimer en efficiënter.

Bij de A-junioren gaat het niet uitsluitend in het begin van de wedstrijd uit kunnen voeren, maar ook onder vermoeidheid in het eindstadium van de wedstrijd. En ook niet tijdens een wedstrijd, maar ook in een competitierreeks van wedstrijden met steeds wisselende tegenpartijen en onder steeds veranderende druk (stand competitie bijvoorbeeld). Het kunnen hanteren van het speltempo, ook onder wisselende omstandigheden, is ook een aspect wat verder benadrukt moet worden. Alles gebaseerd op de doelstelling dat er gespeeld moet gaan worden om te winnen. De wedstrijden en de competitie.

Het beter kunnen hanteren van de tijd-ruimtelijke factoren moment, snelheid, positie en richting moet het handelen efficiënter en doelgerichter maken. In de coaching ligt de nadruk op deze aspecten. Het elkaar coachen tijdens de wedstrijd of oefensituaties krijgt hoe langer hoe meer inhoud en betekenis.

Het presteren als team binnen de competitie		
Aanvallen	Doelstelling	<ul style="list-style-type: none"> - (hogere) eisen aan het rendement van handelen gekoppeld aan de gekozen speelwijze (strategie) - Leren dat rendement van handelen wordt bepaald door positie, richting, moment en snelheid. - Steeds meer gericht op de juiste keuze op het juiste moment - Leren dat rendement van handelen binnen opbouwen en scoren wordt bepaald door afstemming van onderlinge (basis)taken binnen de gekozen speelwijze. - Spelers herkennen en benutten elkaars kwaliteiten - Leren dat de manier van opbouwen en scoren steeds nadrukkelijker wordt bepaald door het speelveldgedeelte en speelwijze / rol tegenpartij, stand in de wedstrijd / competitie - Leren dat het team in staat moet zijn om op basis van stand wedstrijd / competitie de speelwijze aan te passen - Naast het beter en vaker handelen, ook aandacht voor het volhouden van vaker en beter handelen (voetbalconditie)
	Algemene uitgangspunten	<ul style="list-style-type: none"> - Leren om de ruimte met elkaar groot te maken / houden (lengte / breedte) - Leren dat dieptespel voor breedtespel gaat (richting) - Breedtespel en terugspelen zijn (mogelijke) voorwaarde voor dieptespel - Leren om de bal te houden - Optimale veldbezetting => spelen binnen een bepaalde teamorganisatie - Het kunnen hanteren en reguleren van speltempo (temporiseren)
	Dominante voetbalhandelingen	<ul style="list-style-type: none"> - Voetbalhandelingen zijn taakspecifiek en spelers specialiseren zich meer voor een bepaald takenpakket binnen de gekozen speelwijze - Leren dat rendement van handelen wordt bepaald door positie, richting, moment en snelheid - Steeds meer en meer gericht op de juiste keuze op het juiste moment (hogere eisen aan het spelinzicht van de individuele spelers) - Leren dat rendement van handelen binnen opbouwen en scoren wordt bepaald door afstemming van onderlinge (basis)taken binnen een gekozen speelwijze (communicatie) - Spelers spreken elkaar aan de uitvoering hiervan (hogere eisen aan het spelinzicht op teamniveau = communicatie)



1.6.2 Basistaak omschakelen

Bij het omschakelen gaat het steeds meer en meer om de context waarbinnen het plaatsvindt. Elke teamorganisatie kent zijn eigen eisen, zeker ook in de omschakelmomenten. Dit manifesteert zich vooral in de verschillen in de gecreëerde en te bespreken ruimten. Dit heeft op zijn beurt weer consequenties voor het handelen van de spelers. Het omschakelen krijgt er dus weer een dimensie bij, gegeven de verschillende teamorganisaties. Door de grotere betekenis van het resultaat van een wedstrijd en de grotere weerstanden die een tegenpartij kan mobiliseren, is het trainen van het volhouden van *Beter en Vaker* handelen een onderdeel in de wekelijkse trainingsarbeid.

Het omschakelen wordt meer een bewust te hanteren wapen / middel. Het feit dat het omschakelen vooral snel moet gebeuren om weer tot aanvallen of tot verdedigen te komen moet hier worden gerelativeerd. Het omschakelen gaat meer en meer een rol spelen in het reguleren / beheersen van het speltempo (temporiseren). Het winnen van de bal of het onderscheppen van de bal gaat niet uitsluitend meer om weer zo snel mogelijk tot aanvallen te komen.

Het herkennen van de mogelijke kritieke momenten in aanvallen en verdedigen en daarop tijdig anticiperen is de volgende stap in het leerproces. Bij het aanvallen en het verdedigen zijn alle spelers betrokken. Spelers moeten op die momenten dat de bal gewonnen of verloren wordt inzicht gaan ontwikkelen. Inzicht in dit moment, het herkennen ervan, erop anticiperen vanuit de eigen positie op een juiste manier handelen en dit door alle elf spelers in samenhang met elkaar, doen ertoe bij A-junioren.

Het vooruit lezen van de wedstrijd wordt steeds belangrijker. Het omschakelen vraagt in deze periode ook specifieke aandacht voor het voetbalconditionele aspect. Het gaat om het volhouden van en vaker en beter omschakelen.

Het presteren als team binnen de competitie		
Omschakelen	Doelstelling	<ul style="list-style-type: none"> - Leren om zo snel mogelijk weer betrokken te zijn bij de nieuwe situatie - Tijdens het verdedigen anticipeert een deel van het team al op de mogelijkheid dat de bal kan worden veroverd (loeren / positie kiezen) - Tijdens het aanvallen anticipeert een deel van het team al op de mogelijkheid dat de bal kan worden verloren (restverdediging)
	Algemene uitgangspunten	<ul style="list-style-type: none"> - Leren om snel en doelgericht om te schakelen - Snelle betrokkenheid van een ieder - Leren herkennen van cruciale momenten in aanvallen en verdedigen en daarop tijdig leren anticiperen ("lezen van het moment van balverovering of balverlies") - Leren dat de stand in de wedstrijd / competitie mede bepalend is in de manier van omschakelen
	Dominante voetbalhandelingen	<ul style="list-style-type: none"> - Leren dat voetbalhandelingen taakspecifiek zijn en spelers specialiseren zich meer voor een bepaald takenpakket binnen de gekozen speelwijze - Leren dat omschakelen meer een teemaangelegenheid is (communicatie) <p>Moment van balverovering</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tijdens het verdedigen anticipeert een deel van het team al op de mogelijkheid dat de bal kan worden veroverd (loeren/positie kiezen) en herkent de cruciale momenten (communicatie) - Leren dat de eerste handelingen doelgericht moeten zijn - Voor de overige voetbalhandelingen (zie aanvallen) <p>Moment van balverlies</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tijdens het aanvallen anticipeert een deel van het team al op de



		<p>mogelijkheid dat de bal kan worden verloren (restverdediging) en herkent de cruciale momenten (communicatie)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Leren om de bal te veroveren - Leren om snel tussen de bal en het eigen doel te komen (positie kiezen) - Voor de overige voetbalhandelingen (zie verdedigen)
--	--	--

1.6.3 Basistaak verdedigen

Het ontwikkelen van de verdedigende teamfunctie biedt de mogelijkheid om de contouren van een hecht team neer te zetten. Het verdedigen is een zaak voor alle spelers. Het ontwikkelen van de verdedigende teamfunctie is dan ook de basis van het teambuildingsproces van A-junioren en het vervolg in het seniorenvoetbal. Binnen het verdedigen worden de verschillen die er zijn wanneer er in een andere gewijzigde teamorganisatie wordt gespeeld aan de orde gesteld en geoefend.

Het doelmatige verdedigen van alle spelers krijgt meer en meer vorm door kennis van en het inzicht in het spelen in een bepaalde teamorganisatie. Naast de algemene principes van verdedigen komen er ook verdedigende handelingen om de hoek kijken die horen bij het verdedigen bij een andere teamorganisatie. Elke teamorganisatie kent zijn eigen structuur, kenmerken, voor en nadelen. De spelers hebben binnen een bepaalde teamorganisatie een basistaak.

De bedoeling bij het verdedigen blijft in alle gevallen het voorkomen van doelpunten van de tegenpartij. Alleen hoe dat vorm krijgt en welke eisen dat stelt aan de spelers is uiteraard afhankelijk van de kwaliteiten van de tegenpartij maar zeer zeker ook van hoe de spelers ten opzichte van elkaar opereren.

Het betere kunnen verdedigen ontwikkelt zich vooral door het beter en eerder leren herkennen van situaties waarbij verdedigend handelen wordt gevraagd. Het zogenaamde vooruit lezen van voetbalsituaties. Het verdedigen wordt verder ontwikkeld binnen en tegen verschillende teamorganisaties, onder wisselende druk en /of belangen. Het gaat dan onder meer om de teamgebonden taken als doorjagen, opsluiten, knijpen, terugzakken, vastzetten, et cetera.

Het presteren als team binnen de competitie		
Verdedigen	Doelstelling	<ul style="list-style-type: none"> - (hogere) eisen aan het rendement van handelen gekoppeld aan de taak in het elftal en de gekozen speelwijze (strategie) - Rendement van handelen wordt bepaald door positie, richting, moment en snelheid. - Spelers herkennen en benutten elkaars kwaliteiten - Steeds meer gericht op de juiste keuze op het juiste moment - Rendement van handelen binnen storen en doelpunten voorkomen wordt bepaald door afstemming van onderlinge (basis)taken binnen de gekozen speelwijze. - Manier van storen en doelpunten voorkomen wordt steeds nadrukkelijker bepaald door het speelveldgedeelte en speelwijze / rol tegenpartij, stand in de wedstrijd / competitie - Leren dat het team in staat moet zijn om op basis van stand wedstrijd / competitie de speelwijze aan te passen - Naast het beter en vaker handelen, ook aandacht voor het volhouden van vaker en beter handelen (voetbalconditie) - Naast het beter en vaker handelen, ook aandacht voor het volhouden van vaker en beter handelen (voetbalconditie)
	Algemene uitgangspunten	<ul style="list-style-type: none"> - Iedereen levert een bijdrage in het verdedigen (teamfunctie) - Leren om de ruimte met elkaar klein te maken /Houden (lengte / breedte), onderlinge afstanden - Druk op balbezittende speler krijgen / houden - Kort dekken in de buurt van de bal



		<ul style="list-style-type: none"> - Rug- ruimtedekking verder van de bal vandaan - Nuttig blijven - Handelen binnen de spelregels
	Dominante voetbalhandelingen	<ul style="list-style-type: none"> - Leren dat de voetbalhandelingen taakspecifiek zijn en dat spelers zich specialiseren voor een bepaald takenpakket binnen de gekozen speelwijze - Steeds meer en meer gericht op de juiste keuze op het juiste moment (hogere eisen aan het spelinzicht van de individuele spelers) - Rendement van handelen binnen storen en doelpunten voorkomen wordt bepaald door afstemming van onderlinge (basis)taken binnen een gekozen speelwijze (communicatie) - Spelers spreken elkaar aan de uitvoering hiervan (hogere eisen aan het spelinzicht op teamniveau = communicatie)

1.7 Aandachtpunten trainingen en wedstrijden

Bij de A-junioren ligt de nadruk op:

Leren winnen van de wedstrijd: taaktraining per positie.

Leren wat er in de verschillende taken gevraagd wordt (specialist worden).

Leren om in dienst van teamprestatie te spelen.

Daarnaast is er extra aandacht voor:

- Bij A-junioren is het van belang om aandacht te besteden aan de belangrijkheid van de warming-up. Ook moet er aandacht zijn voor coördinatie- en lenigheidsoefeningen.
- Wanneer, zoals de doelstelling van deze leeftijdscategorie aangeeft, zo hoog mogelijk eindigen in de competitie wordt nagestreefd, hoort daar zeker aandacht voor de speelwijze, kwaliteiten en tekortkomingen van de tegenpartij bij.
- In deze fase van het voetballeerproces wordt de speelwijze en teamorganisatie van het eigen team afgestemd op die van de tegenpartij. Het kan voorkomen dat op basis van de kwaliteiten of tekortkomingen van de tegenpartij de eigen teamorganisatie wordt aangepast.
- Over het algemeen kan worden gesteld dat het waarom van een bepaalde teamorganisatie bij de A-junioren aan de orde moet komen. Niet door het klakkeloos aan de spelers op te dragen maar door ze te laten meedenken in wat het nut is en op welke wijze ze hun rol dienen te spelen.
- Gericht trainen op spelhervattingen.

A-junioren – Presteren als team in de competitie

Sleutelwoorden bij de A-junioren zijn:

- Teamorganisatie.
- Specialisatie van spelers.
- Concentratie op de taak.
- Rendement van de bijdrage aan een positief resultaat van de wedstrijd.
- Verhogen van het rendement van het positieospel.
- Leren de individuele kwaliteiten van de speler van het team optimaal te benutten.
- Taaktraining.
- Benutten van specifieke kwaliteiten van teamspelers.
- Individu wordt ondergeschikt aan teambelang.
- Teamverantwoordelijkheid.

Het presteren als team vraagt om veel wedstrijdssituaties. Betekent trainen op basis van partijvormen (visie van de KNVB).



1.8 Aandachtspunten voor de trainers

Enkele belangrijke aandachtspunten voor de A-juniorentrainers zijn:

- Ook bij de A-junioren staat het wedstrijdresultaat op de eerste plaats.
- Plaats de beste spelers in een centrale of aanvallende rol. Daar leren ze eerder creativiteit ontwikkelen in een kleine ruimte onder grotere weerstand. Van aanvallers kun je bovendien op latere leeftijd verdedigers maken, andersom veel moeilijker.
- Houd een voetbaladministratie bij. Zorg dat je altijd beslissingen / handelingen kunt motiveren richting spelers, ouders en jeugdbestuur, door het precies bijhouden van wedstrijdgegevens, trainingsopkomst, reserves, et cetera.
- Bereid de trainingen goed voor. Ga uit van de wedstrijd en de individuele kwaliteiten van je spelers, daarbij goed rekening houdend met de leeftijdskenmerken en de algemene trainingsprincipes.
- Maak vaste afspraken over: wedstrijdvoorbereiding, warming-up, afmelden, studie in relatie tot het voetballen en blessurebehandeling.
- De wil om te winnen is erg groot en als de trainer erin slaagt, de spelers bij te brengen, dat dit een groepsproces moet zijn, kunnen A-junioren heel goed als team functioneren.
- Het is aan de coach om het elkaar coachen verder te ontwikkelen door betekenis aan termen toe te kennen, dit te bespreken met de spelers en in de voetbalsituaties te ontwikkelen, toe te passen en te controleren.
- De fysieke belastbaarheid is groter en naast het beter en vaker handelen kan in deze leeftijdscategorie ook aandacht besteed worden aan het volhouden van beter en vaker handelen. Met andere woorden voor A-junioren is het systematisch voetbalconditioneel trainen onderdeel van het periodiseren.
- Ruimte voor individuele trainingen, zoals speciale technische vaardigheden: verre inworp, corner, vrije trap, penalty, aanvallend koppen, et cetera.
- Conditionele verbetering van kracht, snelheid, uithoudingsvermogen en controle hierop.