

De JeugdVoetbalTrainer

nummer
19

3^e JAARGANG | SEPTEMBER 2013 | www.devoetbaltrainer.nl

Schalke '04

Voetbalfamilie

Talentontwikkeling

Cognitieve leerstijlen

Omgaan met jeugd

Gewenst gedrag

Video-analyse

bij Willem II

Thema:
Aanvallen via
de flanken

A-jeugd

Tom Jacobs

B-jeugd

Dinand Bosch

C-jeugd

Bas van Baar

D-jeugd

Frank de Jong



Instituut Schalke 04 is één grote voetbalfamilie

‘Spelers moeten steenkoolmijnen bezoeken’

Kai Brock is bij het Duitse Schalke 04 onder trainer Marcel Pomplun aan de slag als assistent bij de twaalfjarigen.

Samen proberen ze de jeugdspelers te doordrenken met de levensvisie van de club uit Gelsenkirchen en leren ze hun diverse spelsystemen aan.

Kai Brock: “We proberen elk opleidingsjaar de beste middelen te geven en verwachten in ruil dat de spelers hun uiterste best doen in de wedstrijden op het hoogste niveau. Onze opleiding heeft ook een naam: Knapenschmiede. Schalke 04 is een traditieclub, het is een manier van leven. Daarin staan traditionele waarden als hard werken en het team op nummer één centraal. Die waarden geven we onze jeugdspelers al mee in de beginjaren. Om die beleving over te dragen laten we onze jeugd ook kennis maken met de steenkoolmijnen. Op die manier proberen we hun verbondenheid met de club aan te wakkeren en prenten wij hun in het hoofd dat zij zelf ook een deel vormen van de clubgeschiedenis. Als we spelers gaan scouten voor Schalke letten we extra op de kwaliteiten snelheid, behendig-

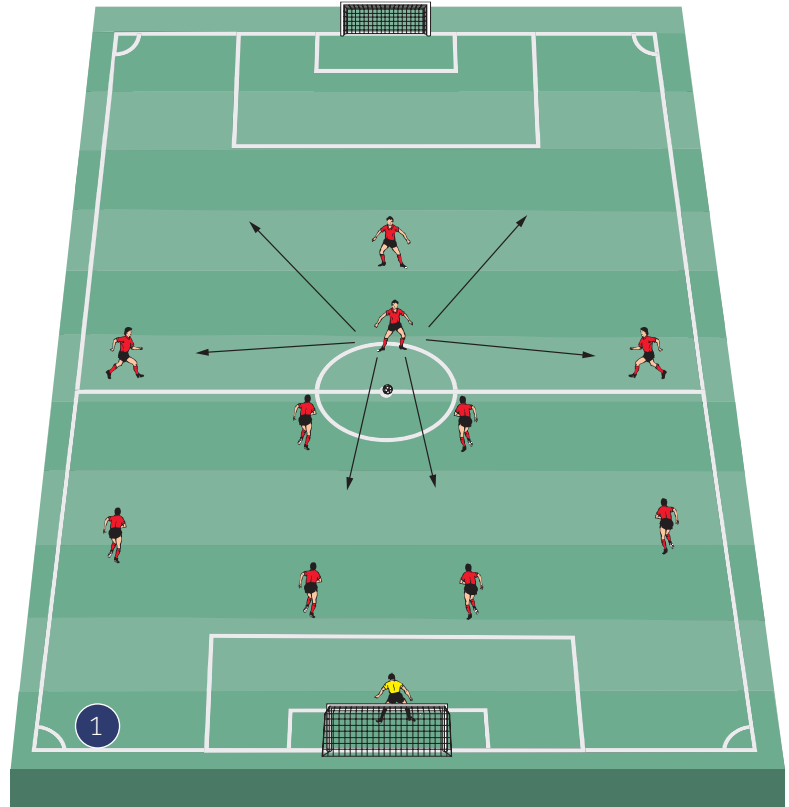
heid, techniek en offensieve ingesteldheid. Maar ze moeten vooral een goed hart hebben, jongens die hard werken,

het team voorrang geven, nooit opgeven en over winnaarsmentaliteit beschikken.”





Foto's: Schalke 04



Community

Kai Brock: “Het grote verschil met jeugdopleidingen bij andere clubs is dat wij één grote familie vormen. Ons motto is dan ook ‘Königsblau ein leben lang’. Zodra je aan Schalke verbonden bent, zal dat niet meer veranderen. Onze doelstelling is dan ook om alle spelers van elke leeftijdsgroep mee te nemen naar het volgende opleidingsjaar, maar als profclub op het hoogste niveau is dat natuurlijk onmogelijk. Elk jaar vallen er toch twee à drie spelers af. Maar omdat ze deel uitmaken van onze community proberen we hen te stallen bij een andere club uit de Bundesliga waar we hen blijven volgen. Als we zien dat ze veel progressie maken, proberen we ze opnieuw te integreren in onze eigen opleiding. Zo zijn er het voorbije jaar andermaal een aantal spelers

teruggekeerd. Een ander punt waar we bij Schalke op hameren, is dat er voor elke leeftijdsgroep voldoende specifieke trainers ter beschikking staan. Zo voorzien we ruimschoots in keeperstrainers, loop- en coördinatietrainers, techniekcoaches, etc. Bij de Onder 13 hebben we op maandag groepstraining met de nadruk op techniek en tactiek. Dinsdag volgt een fysieke training waarin loop- en coördinatie, snelheid en behendigheid centraal staan. Op donderdag en vrijdag trainen we in kleine groepjes puur op techniek. Voor de doelmannen gaat daar bovendien elke dag een specifieke keeperstraining van circa 45 minuten aan vooraf. Achterin kiezen we altijd voor vier mensen op een lijn, maar de rest van de ploeg varieert. We kunnen in een 1:4:4:2, een 1:4:3:3 of een 1:4:2:3:1

spelen. We zijn immers van mening dat jeugdspelers verschillende spelvormen moeten aanleren. Als we bijvoorbeeld voor 1:4:3:3 kiezen, dan willen we in de aanval steeds vier spelers achter de bal houden. De flanken moeten voor diepgang zorgen, terwijl twee middenvelders offensief denken en eentje op de positie van een standaard 6 rekening houdt met een tegenaanval. Opteren doen we echter voor de formatie 1:4:2:3:1. (zie tekening 1) Het is een soort 1:4:3:3 met twee defensieve middenvelders en een moderne nummer 10 die veel loopt en zich continu aanspeelbaar maakt. De flankspelers voetballen echter iets lager, ter hoogte van de spelmaker, vandaar de variant. In dit systeem moet de spelmaker zoveel mogelijk ballen opvragen en heeft hij een maximaal aantal aanspeelpunten.



Hij kan de spits links of rechts in de hoek sturen, hij kan het spel breed maken door een flankspeler aan te spelen of hij kan indien nodig terugleggen op een centrale verdediger.”

Oefenvormen

Kai Brock: “We spelen bij de Onder 13 vaak een positie spel om de balaanname en het passen te verbeteren. Dat gebeurt in een vierkant van 24 x 24 meter waarbij vier spelers van elke

ploeg de buitenkanten bezetten en centraal drie spelers van elke ploeg tegen elkaar spelen. De ploeg die centraal in balbezit is, kan zijn vier medespelers op de zijkanten gebruiken om samen te spelen zodat we tot een 7:3 komen. (zie tekening 2) Deze oefening is interessant omdat je in heel veel verschillende aanvallende situaties komt. Het is juist op dat offensieve gedeelte waarop wij bij spelers van deze leeftijd de nadruk leggen.



Een vaak gebruikte pass- en trapvorm die daarop aansluit kunnen we op een half terrein uitvoeren met een klein doeltje in de hoeken waar afgewerkt kan worden. We vormen met acht spelers een kleine en een grote ruit met dubbele bezetting van de posities. Het is eigenlijk een kleine oefening met vier spelers die aan de andere kant herhaald wordt. De bedoeling is dat er veel gepast en veel gelopen wordt en dat er voortdurend positiewisselingen plaatsvinden. De oefening wordt afgerond met een schot op doel, waarna de speler de bal gaat halen en aansluit bij het eerste hoedje om de oefenvorm te herhalen. (zie tekening 3) Een andere heel fysieke pass- en trapvorm is de volgende. Op de achterlijn van het zestienmetergebied lopen twee spelers in wedstrijdvorm tegen elkaar. Het is dus een competitieve oefenvorm waarbij de klemtoon in het eerste gedeelte op snelheid en uithoudingsvermogen ligt en vervolgens op het aanvallend uitspelen van een man-meersituatie. De spelers beginnen met een pass tot aan het hoedje op het hoekpunt van het zestienmetergebied en lopen de bal na. Vervolgens dribbelen ze met de bal en gaan achterlangs een poortje door. De speler die het eerst aankomt bij het poortje mag zijn bal inspelen op een ploegmaat – centraal staan twee spelers van elk team klaar voor een partijtje waarbij zo snel mogelijk moet afgewerkt worden op doel. De speler die de bal inspeelt, mag meespelen met zijn twee ploeggenoten zodat we een situatie 3:2 krijgen. (zie tekening 4) Gezien de fysieke component is dit misschien wel een typisch Duitse voetbaltraining.”

Samenvatting:

- Schalke 04 is een traditieclub waar basiswaarden hoog in het vaandel worden gedragen.
- Ook bij de jeugd worden diverse spelsystemen aangeleerd.
- Schalke 04 speelt bij de Onder 13 het liefste met een moderne nummer 10.
- Op training wordt veel aandacht besteed aan het aanvallen in overtal.
- Er wordt bij Schalke niet bespaard op het inzetten van specifieke voetbaltrainers.



Online
Jeugd Schalke 04:
<http://knappenschmiede.schalke04.de/>

Jelle Jolles (4):

‘Coach moet oog hebben voor determinanten’

In deze interviewserie staat het boek ‘Ellis en het verbreinen’ van Jelle Jolles centraal. De hoogleraar Hersenen, gedrag & educatie aan de Vrije Universiteit geeft hierin een aantal waardevolle inzichten in de rol van het brein bij talentontwikkeling. In dit vierde deel gaan we onder meer in op verschillen in cognitieve leerstijlen. Plus tips voor trainer-coaches hoe hiermee om te gaan.



Jelle Jolles

‘Talent heeft te maken met de snelheid van informatieverwerking’

In het vorige artikel stond het verschil in ontwikkeling tussen spelers centraal. Daar gaan we in dit artikel verder op in. Maar eerst staan we stil bij de vraag: wat is talent? De betekenis die Jelle Jolles voor ‘talent’ hanteert is breder dan dat de speler uitstekend presteert op diverse motorische vaardigheden. Het gaat daarnaast om ‘de snelheid van informatiewerking, om het lerend vermogen en om ruimtelijk inzicht’: “Talent heeft te maken met de snelheid waarmee hersenen informatie verwerken. Informatie uit verschillende zintuigen moet worden geïntegreerd, en nieuwe zintuiglijke

prikkels moeten efficiënt worden vastgehouden in het werkgeheugen. Die prikkels worden vervolgens vergeleken met eerder opgeslagen informatie. Informatie die kort of wat langer geleden is verwerkt en die nu in het lange termijn geheugen zit.”

Jelle Jolles: “Toegespitst op het voetbal gaat het in eerste instantie om simpele en complexe motorische vaardigheden. Het kind heeft gewoonlijk een herkenbaar ‘talent’ in het spelen met de bal: balbehandeling aan de voet, zuiver schieten, afstanden kunnen overbruggen met de bal en ook complexer motorisch handelen en gedrag. Daarnaast moet een aanstaande topvoetballer nog veel meer talenten hebben. Deze liggen op het gebied van ruimtelijk inzicht en de snelle verwer-



king van informatie uit alle zintuigen. Zo moet hij snel waarnemen, dus met de ogen de veldsituatie snel kunnen overzien. Hij moet patronen van bewegende medespelers en tegenstanders kunnen herkennen. Hij moet de schreeuw van een medespeler aan de andere kant van het veld horen en niet afgeleid worden door de roep van de tegenstanders. En tegelijk moet hij ook nog horen dat iemand - kennelijk van de tegenpartij - achter hem rent en dichterbij lijkt te komen. Ook moet de speler een goed geheugen hebben voor situaties, snel tot zeer snel kunnen schakelen en kunnen ‘rekenen in afstanden’.

Een voetbaltalent moet snel verbanden kunnen leggen. Daarnaast heeft hij een groot lerend vermogen. Ook is hij zeer nieuwsgierig om nieuwe zaken te onderzoeken en ondernemen. De speler die nieuwsgierig is, zich dingen afvraagt, vragen stelt en geïnteresseerd is in nieuwe ervaringen en nieuwe kennis heeft een grotere mogelijkheid om zijn talenten te ont-

‘Een aanstaande topspeler moet snel waarnemen, met de ogen de veldsituatie snel kunnen overzien’



wikkelen. Hij staat meer open voor de vele inspirerende dingen die de omgeving te bieden heeft. De coach kan dit proces stimuleren door op gedoseerde wijze informatie aan te bieden en het talentje te inspireren.”

‘De voorkeurs-leerstijl lijkt niet ingebakken te zitten in het brein’

Spelers onderling kunnen sterk verschillen in leerstijl, betoogt Jolles: “Sommige kinderen zijn al vroeg in hun leven erg gericht op doen en ondernemen. Andere gebruiken vooral taal om uit te wisselen en te communiceren. Het lijkt er sterk op dat die voorkeurs-leerstijl niet zit ingebakken in het brein. Hoogstens is er een kleine voorkeur voor de ene of de andere leerstijl. Het is soms toeval, welke het kind kiest. Dat is van belang, want dit betekent dat leerstijlen gewoon geleerd kunnen worden. En dat is dan ook wat de trainer-coach moet doen: laat de speler ervaren dat je een voet-

baltechnische oplossing op meerdere manieren kunt bereiken!

De neiging bestaat om het kind vast te pinnen. Bijvoorbeeld: ‘Dit kind is talig en communiceert makkelijk. Het is minder goed in het handelen of ruimtelijk inzicht.’ Zo’n oordeel kan zorgen voor een vicieuze cirkel, omdat het kind minder moeite doet om ook die andere ervaringen op te doen. Analoog hieraan kan een kind dat beschouwd wordt als ‘een doener’ gewoonlijk prima leren om zich via taal beter uit te drukken. Dat is zelfs essentieel in een teamsport zoals voetbal.

De neuropsychologie stelt dat kinderen vooral in de breedte moeten leren en niet in de diepte op de strategie die zij nu eenmaal hanteren. Beschouw het voetballertje ook niet te gauw als ‘een typische aanvaller’ of ‘typische verdediger’. Dat kan een self fulfilling prophecy zijn, omdat het kind door die keuze te weinig mogelijkheid heeft om de vaardigheden op andere domeinen te ontwikkelen. Dat kan jam-

mer zijn, omdat er grote potentie kan bestaan in vaardigheden die nog niet zijn aangeboden.”

‘Executieve functies worden extra belangrijk in de tiener tijd’

Heel belangrijk voor de ontwikkeling van het kind zijn de zogenaamde uitvoerende controlefuncties, oftewel ‘executieve functies’.

Jelle Jolles: “Deze functies ontwikkelen zich al vroeg in de kindertijd, maar worden extra belangrijk in de tiener tijd. Het gaat bij deze functies om het plannen en prioriteren van handelingen. Zeer belangrijk is hierin de zelfevaluatie. Een evaluatie op basis van vragen als: ‘Is dit wat ik wilde?’, ‘Wat wil de trainer eigenlijk van ons en waarom?’ en ‘Wat vinden mijn vrienden hiervan?’ In de neuropsychologie worden verschillende executieve functies onderscheiden. Het gaat bijvoorbeeld om het stellen van doelen en intenties, om plannen, om het stellen van een prioriteit, om empathie, om kiezen en beslissen en het overzien van de consequenties daarvan, om het beheersen van impulsen, om de zelfevaluatie en zelfregulatie en om het omgaan met sociale druk.

Specialisten schatten in dat de ontwikkeling van al deze functies pas ver na het twintigste jaar is voltooid. Ook jongvolwassen voetballers hebben daarin nog een ontwikkeling te gaan. De omgeving is hierbij van groot belang. Als ouders, coaches of vrienden geen goede feedback geven, ontwikkelen deze functies zich niet of niet goed. Dit is van grote betekenis voor de sportopleiding van tieners en natuurlijk ook voor school en zelfs voor het leren spelen van muziek. Coaches en trainers kunnen het verschil maken ten aanzien van een normale of zelfs zeer goede ontwikkeling van hun pupil, of een verstoorde ontwikkeling. Dit is zeker tegenwoordig het geval. De laatste tientallen jaren is de structurerende werking van de omgeving minder geworden dan die vroeger was.



Volgens de neuropsychologie zorgt dat ervoor dat jongeren een minder goede sociale ontwikkeling doormaken. Dit kan zich uiten in antisociaal gedrag, impulsiviteit en agressie. In het boek 'Ellis & het verbreinen' is dit wat ook met de term 'verbreinen' wordt aangeduid: het brein heeft wel tien jaar nodig om te leren hoe je optimaal kunt inspelen op de eisen die door de omgeving worden gesteld."

'Kijk naar het geheel van vaardigheden'

Zijn er indicatoren die voorspellen hoe een kind zich zal gaan ontwikkelen? **Jelle Jolles:** "Bij een kind dat rond zijn zevende heel houderig en ongecoördineerd is en struikelend de deur door komt, weet je: die onhandigheid zal nog wel een aantal jaren duren. Hij zal later waarschijnlijk niet in een horlogewerkplaats gaan werken, maar bij veel van dergelijke kinderen is er een behoorlijke kans dat zij hun motorische vaardigheden in een later stadium nog voldoende tot goed kunnen ontwikkelen."

Als coach is het van belang om naar het geheel van vaardigheden te kijken: motorisch, cognitief, psychologisch. Probeer iedere keer een inschatting te maken hoe de ontwikkelingscurve verloopt, bijvoorbeeld voor het dribbelen of het aannemen van de bal. Om te zien wat er voor potentieel in een kind zit, is het ook raadzaam om kinderen op alle posities te laten spelen. Misschien is iemand niet geschikt als spits, maar blijkt hij een goed ruimtelijk inzicht en een prima pass te hebben. Daardoor kan hij het wellicht goed doen op de linksbackpositie. En let erop dat een jeugdige voetballer in de loop van de tijd erg kan veranderen naarmate andere vaardigheden zich ontwikkelen."

Kijk ook naar de mate waarin het kind openstaat voor zaken die geheel niet met voetbal te maken hebben. Een kind dat bezig is met dingen buiten het veld, een kind dat afgeleid wordt door wat het hoort of ziet, dat kan later toch absolute top blijken te zijn. Een goede volwassen voetballer heeft geen aandacht voor zaken buiten het

veld, maar voor een jonge tiener is dat nog heel normaal. Verwacht niet van een tien- of veertienjarige in alle opzichten de topprestaties van een volwassene. Houd rekening met het verbreinen, en de tijd die daarvoor nodig is. Houd wel bij welke verbeteringen plaatsvinden. Probeer ook met het kind te communiceren over de zaken waardoor het wordt afgeleid. Maak het erop attent, en oefen in het richten en volhouden van de aandacht. Maar houd er ook rekening mee dat het kind er recht op heeft dat voetballen 'leuk' is; laat hem spelenderwijs leren en laat hem ervaren wat de lol van het spelen is. Uiteindelijk gaat het om het voetbalspel! En denk aan de langzaam groeiende boom."

'Schrijf een kind op jonge leeftijd niet te snel af'

"Schrijf een kind op jonge leeftijd in elk geval niet te snel af, omdat hij bepaalde vaardigheden (nog) niet



beheerst”, betoogt Jolles. “Een bal schieten heeft te maken met oog-voetcoördinatie. En behalve de benen zijn er tientallen spiergroepen in het hele lichaam nodig om de bal goed te raken. Het lichaam moet immers in balans zijn, het evenwichtsorgaan moet aan het brein laten weten waar het hoofd zich bevindt in vergelijking tot de romp. De armen en handen zijn nodig om het lichaam richting te geven. Daarnaast moet het kind de afstanden goed kunnen schatten, evenals de snelheid en de richting waarmee de bal op hem afkomt. Hij moet tegelijkertijd uit zijn ooghoeken kunnen waarnemen waar de medespelers en de tegenspelers zijn en hoe zij zich aan het verplaatsen zijn. Ook moet hij anticiperen op wat er gebeurt als de tegenstander de bal niet goed onder controle krijgt; hij moet dus kunnen inschatten waar de bal moet terechtkomen.

Hierbij is het brein op topsnelheid en op topkunnen berekeningen aan het maken. Dat, terwijl de hersenen van een jeugdige voetballer zich nog

‘Als coach móet je interesse hebben in de achtergrond van je pupil’

niet op veel routines kunnen baseren. Als het kind al rennend een bal wil schieten, komt er nog eens een extra dimensie bij. In dat geval worden motorische vaardigheden gevraagd die te maken hebben met het verplaatsen van het eigen lichaam. Daardoor worden allerlei aspecten nog eens nader belast; denk bijvoorbeeld aan het waarnemen, het ruimtelijk inzicht en de coördinatie van veel motorische systemen in het lichaam (benen, de romp, en het evenwicht). Of een kind dit al een beetje kan, hangt samen met zijn neuropsychologische ontwikkeling. Ook spelen de ervaringen een rol die het kind al dan niet eerder heeft opgedaan. En zoals eerder al naar voren kwam: daarin zitten grotere individuele verschillen dan gedacht.”

‘De coach moet oog hebben voor de determinanten’

Binnen de jeugdopleiding van een vereniging zijn er grote individuele verschillen tussen spelers.

Jelle Jolles: “Als je een team hebt van jeugdspelers van tien jaar, zijn die als personen allemaal verschillend. De één is voetbaltechnisch goed in de balbehandeling, de ander moet het hebben van behendigheid, weer een ander van loopvermogen. En de één is goed in passeren, de ander is sterk in samenspel of heeft een goed tactisch inzicht. Hoe kan dat? Daar hebben we een verklaring voor, die ik de determinanten van goed voetballend presteren noem. Het gaat dan om de samenhang tussen de biologisch bepaalde talenten, en wat uit die talenten kan groeien door ervaringen en sturing uit de omgeving.

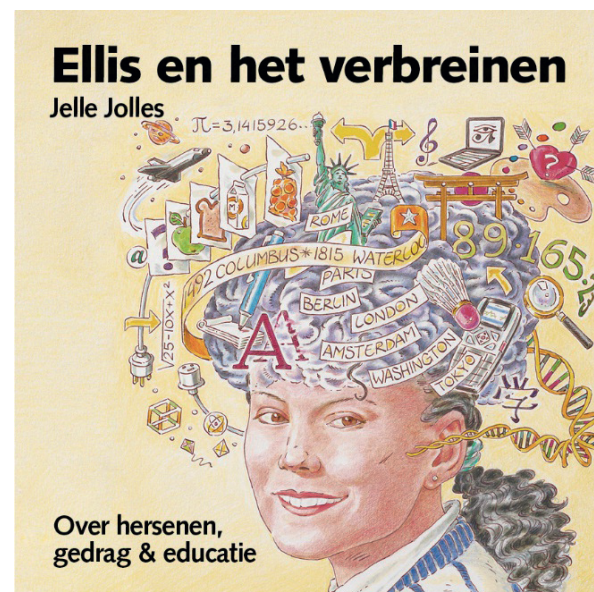
Als coach hoef je geen psycholoog te worden, maar het is wel essentieel om inzicht te hebben in al deze factoren en om hier gebruik van te maken. Sommige coaches kunnen dit van nature, of dankzij hun ervaring. Maar het is niet makkelijk. Want hoe ga

je om met een Marokkaanse jongen uit de grote stad of een jongen uit het Gooi, een meisje in een gemengd team, en met hun ouders? Beide spelers hebben een heel andere achtergrond en moeten daardoor ook andere dingen leren. Deze ‘pedagogische’ dimensie is uiteindelijk minstens even belangrijk als de voetbaltechniek als zodanig.

Als coach móet je interesse hebben in de achtergrond van je pupil, van diens cognitieve en psychosociale functioneren en van zijn eerdere levenservaringen. Daardoor kun je elementen herkennen in gedrag, beleving en handelen die nog nadere groei moeten doormaken. Herken je dit als coach? Dan kun je een grote rol spelen in die ontwikkeling van het kind. Wederom: de kern van de interesse is de persoon van het voetballertje en niet diens motorisch functioneren. De techniek van het voetballen is makkelijker te leren dan de persoonlijke groei die nodig is om een goede voetballer te worden.”

Online

- www.jellejolles.nl
- www.hersenenleren.nl
- www.learn-amsterdam.nl



Focussen op gewenst gedrag

Ongeveer 2500 jaar geleden zei de grote filosoof Socrates al: 'Onze jeugd heeft tegenwoordig een sterke hang naar luxe, heeft slechte manieren, minachting voor het gezag en geen eerbied voor ouderen. Ze geven de voorkeur aan kletspraatjes in plaats van training. Zij spreken hun ouders tegen, houden niet hun mond in gezelschap, en tyranniseren hun leraren.'

Kenmerkend voor oppositioneel, uitdagend gedrag (oppositional defiant disorder oftewel ODD) is een negativistisch, vijandig en uitdagend gedragspatroon. Het gaat niet zozeer om ernstige overtredingen van basale regels, zoals bij de echte gedragsstoornissen. Het betreft kinderen die voortdurend tegenspreken als volwassenen het woord tot hen richten, die vaak in woede uitbarsten, die vloeken of wrokkig zijn of makkelijk verstoord worden door anderen. Zij beschuldigen anderen van eigen fouten. Al deze symptomen komen vooral voor in hun interacties met volwassenen en leeftijdsgenoten. Uit: Acker, J.C.A. van (1995). Gedrags- en opvoedingsproblemen.

Het geciteerde gedeelte uit het boek van Van Acker zal menig voetbaltrainer herkennen. Vrijwel elk team heeft een of meer spelers die voldoen aan deze beschrijving. Hoe ga je daarmee om? De Voetbaltrainer praat met prof. dr. Juliaan van Acker, emeritus hoogleraar Radbouduniversiteit Nijmegen, adviespraktijk in Antwerpen (advieseren en leiding projecten jeugdcriminaliteit, training leerkrachten en online advies ouders).



Etiket

Juliaan van Acker: "Eerst en vooral een waarschuwing wat betreft het gebruik van etiketten. In feite wil ik etiketten als ODD, ADHD en dergelijke niet gebruiken in mijn klinische praktijk en dient een diagnose als ODD alleen voor de vakliteratuur. Het gevaar is namelijk groot dat kinderen die volwassenen tegenspreken, anderen uitdagen of dikwijls kwaad zijn (dat zijn de symptomen van ODD) als

gestoord worden beschouwd. Maar de meeste kinderen vertonen wel eens dat gedrag en het is vaak een normale reactie op de prikkels uit de omgeving. Ongeveer één op de twintig kinderen vertoont moeilijk gedrag. Pas als het symptoom heftig aanwezig is en ten minste zes maanden duurt, is er sprake van een stoornis. Niet eerder."

Gedragskaart

Juliaan van Acker: "Mijn eerste advies is om eerst en vooral te kijken naar de frequentie en naar de omstandigheden waarin het moeilijke gedrag voorkomt en de situaties waarin het niet voorkomt. De trainer kan dit doen door een gedragskaart (of logboek) bij te houden van een speler, waarop hij noteert wanneer grensoverschrijdend gedrag is voorgekomen, maar waarop hij beslist ook noteert wanneer de speler zich juist vriendelijk en sociaal aangepast heeft gedragen. Door dit gedurende een periode bij te houden leert de trainer om te relativeren en de problemen in perspectief te zien. Bij moeilijke kinderen zijn we vooral geneigd te kijken of ze moeilijk zijn. En als je dat verwacht, komt het ook vaak uit. Trainers kunnen een verschil maken wanneer ze zich meer bewust zijn van de momenten waarop moeilijk gedrag en positief gedrag wordt vertoond. Deze bewustwording kunnen ze krijgen door een gedragskaart bij te houden. Naar aanleiding van deze kaart kunt je, op individuele basis, met je speler in gesprek gaan."

Compliment

Juliaan van Acker: "Mijn tweede advies is om bij niet al te frequent voorkomend gedrag of bij niet al te heftig probleemgedrag het in eerste instantie te negeren. Helpt dit niet, zal de trainer met het kind een apart ge-

'Kijk vooral naar momenten waarop kinderen zich goed gedragen'



sprek hebben en bekijken welk gedrag de voetbaltrainer verwacht (dus niet hoe het kind zich niet moet gedragen, maar hoe het zich wel moet gedragen: dat is positiever en de toon is ook anders). Als dat kind zich daarna gedraagt zoals is afgesproken, is het zeer belangrijk dat de trainer dat ziet en het kind een compliment geeft. Dit advies kan ik anders formuleren: Kijk bij kinderen die moeilijk van gedrag zijn vooral naar die momenten waar ze zich goed gedragen en geef dáár dan aandacht aan. Uit observaties weten we namelijk dat kinderen die als probleemkinderen worden beschouwd, heel veel negatieve aandacht krijgen en als zij zich eens goed gedragen, wordt dat genegeerd.”

Afspraken maken

Juliaan van Acker: “Een trainer kan onderscheid maken in de regels die

‘Een trainer moet alleen letten op de echt belangrijke regels’

hij hanteert. Je hebt gewone regels en echt belangrijke regels. Stel dat een speler iemand anders onderuit schopt of een racistische opmerking maakt, moet je absoluut ingrijpen. Maar om te voorkomen dat de sfeer heel negatief wordt, omdat hij een speler steeds corrigeert, kan de trainer het negatieve gedrag bij een minder belangrijke regel ook negeren. Dat is een keuze. Iedere trainer zal voor zichzelf wel kunnen bepalen welke regels hij écht belangrijk vindt en welke regels minder belangrijk zijn. Je hoeft volgens mij als trainer niet overal gelijk bovenop te zitten. Er zijn kinderen die heel erg lastig zijn en in vrijwel elke training of wedstrijd zich

vijandig, tegendraads en vol woede gedragen. Die kinderen vergen dan ook een bijzondere aanpak. Omdat elk kind anders is, zal elke aanpak ook goed voorbereid moeten worden. Het helpt al heel wat als de trainer begint met observeren, duidelijke afspraken maakt over ongewenst gedrag en wanneer er gewenst gedrag ontstaat, dit benoemt.”

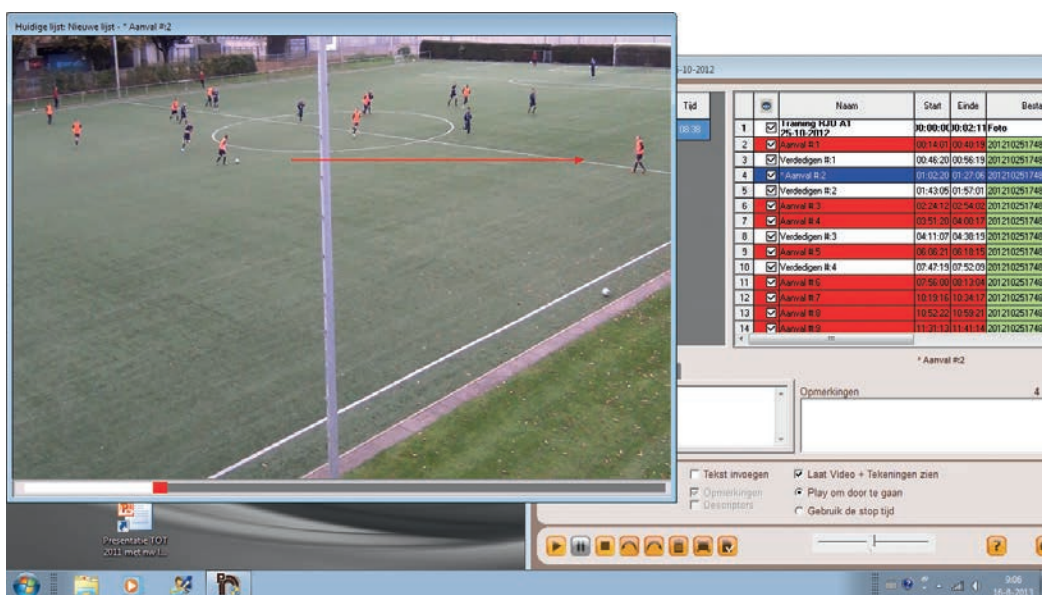
Meer informatie

Prof. Dr. Juliaan van Acker
<http://www.ministrando.org/about/>
juliaan.vanacker@gmail.com

Videoanalyse bij RJO Willem II/RKC

'Alleen filmen op basis van behoefte'

Remco Oversier, sinds deze voetbaljaargang Algemeen Directeur van RKC Waalwijk, werkte de afgelopen twee seizoenen als Hoofd Opleidingen binnen de RJO Willem II/RKC en introduceerde de videoanalyse van Nacsport binnen de jeugdopleiding. "Een laagdrempelig programma dat past binnen het profiel van de RJO", zegt Oversier.



Deze afbeelding toont waar de bal naartoe moet: breedtespel creëren voordat er voor diepte gekozen kan worden, om zo snelheid te houden in het spel en de tegenstanders uit elkaar te spelen.

Remco Oversier: "Na mijn aanstelling in 2011 liepen we binnen de RJO tegen een aantal zaken aan, waaronder het ontbreken van een systeem voor videoanalyse. Dat heb ik destijds geïntroduceerd. Omdat wij werken met een spelvolgsysteem waarin alles van de spelers wordt opgeslagen, mochten beoordelingen van onder andere voetbalacties van de spelers en

coachmomenten van de trainers aan de hand van beeldmateriaal niet ontbreken. We wilden met een laagdrempelig systeem gaan werken en daarom hebben we gekozen voor Nacsport. Nacsport wordt op de computer geïnstalleerd en kan vervolgens op de betreffende computer door iedereen worden gebruikt. Aangezien het werkt op Windows is het erg gebruiksvriendelijk

en je kunt gemakkelijk in de beelden tekenen, poppetjes laten bewegen en beelden knippen. Een praktisch systeem om mee te werken, waar ons spelersbegeleidingssysteem makkelijk aan te koppelen is, door beelden van het systeem in YouTube te zetten. Aangezien beide systemen draaien op Windows, maakt het dit erg praktisch.

We hebben met Jordy van Nassau een videoanalist aangesteld en een zogeheten Hi-Pod over laten komen uit de Verenigde Staten. Dat is een paal met een lengte van elf meter die op drie verrijdbare poten staat waaraan een camera zit bevestigd die voor een helikopterview zorgt. Deze Hi-Pod wordt op termijn gekoppeld aan tablets waardoor we meteen de beelden kunnen zien. De assistent-trainer kan dan direct beelden knippen. De Hi-Pod wordt overal neergezet: bij de middenlijn aan de zijkant, achter het doel of half-half langs een van de speelhelften. Dat ligt aan de behoeften van de trainer. Je kunt er ook mee in- en uitzoomen. Onze videoanalist heeft het afgelopen seizoen aan de jeugdtrainers gevraagd welke wedstrijden

| Tijd | Naam | Start | Einde | Bestand |
|-------|---------------------------------|----------|----------|---------------|
| 08:38 | 1 Training HJU A1 25-10-2012 | 00:00:00 | 00:02:11 | Foto |
| | 2 Aanval #1 | 00:14:01 | 00:40:19 | 2012102517482 |
| | 3 Verdedigen #1 | 00:46:20 | 00:56:19 | 2012102517482 |
| | 4 Aanval #2 | 01:02:20 | 01:27:06 | 2012102517482 |
| | 5 Verdedigen #2 | 01:43:05 | 01:57:01 | 2012102517482 |
| | 6 Aanval #3 | 02:24:12 | 02:54:02 | 2012102517482 |
| | 7 Aanval #4 | 03:51:20 | 04:00:17 | 2012102517482 |
| | 8 Verdedigen #3 | 04:11:07 | 04:38:19 | 2012102517482 |
| | 9 Aanval #5 | 06:06:21 | 06:18:15 | 2012102517482 |
| | 10 Verdedigen #4 | 07:47:19 | 07:52:09 | 2012102517482 |
| | 11 Aanval #6 | 07:56:00 | 08:13:04 | 2012102517482 |
| | 12 Aanval #7 | 10:19:16 | 10:34:17 | 2012102517482 |
| | 13 Aanval #8 | 10:52:22 | 10:59:21 | 2012102517482 |
| | 14 Aanval #9 | 11:31:13 | 11:41:14 | 2012102517482 |

De verdediger kiest voor een rechte bal op de middenvelder. Hierdoor kan de tegenstander vol druk geven. Het eindresultaat is dat de middenvelder balverlies lijdt.

gefilmd moesten worden. Zoals ik al zei gaat dat op basis van behoefte: geen ballast in de vorm van overbodige beelden. Trainers moeten er alleen mee werken als er een behoefte is om beelden te analyseren. Wat hebben ze nodig? De gevraagde wedstrijdbeelden worden geknipt. Dit doet de videoanalist, de assistent-trainer of de trainer zelf. Daarna worden ze besproken per team, linie en individu.”

Wedstrijd en training

Remco Oversier: “Vanaf dit seizoen wordt de koppeling gemaakt dat elke trainer op de bank een tablet heeft. Deze wordt gekoppeld aan de Hi-Pod. Daardoor kan de assistent-trainer de beelden rechtstreeks zien op de tablet en knippen daar waar nodig is. De trainer kan dan bijvoorbeeld vragen om alle momenten te filmen wanneer de centrale verdediger gaat indribelen. Dat kan de assistent-trainer terugzien op de tablet en tijdens de rust pakt hij de centrale verdediger in kwestie apart.

Trainingen gaan ook gefilmd worden, evenals het gedrag van coaches tijdens trainingen en wedstrijden. In eerste instantie willen we het plaatje

rondom de wedstrijd perfect hebben om vervolgens de videoanalyse uit te rollen naar trainingen. We willen trainers filmen hoe ze omgaan met spelers. Is er een klik? Voorzien ze de spelers van de juiste informatie en doen ze dat op een manier waardoor de kinderen beter worden? Dat wordt bekeken door ons Hoofd Opleidingen, samen met de desbetreffende trainer. Ook gaan we loop- en coördinatie-trainingen filmen.

We gaan uitbreiden, maar het motto blijft: filmen op basis van behoefte. De hoeveelheid van filmen verschilt per team en loopt van twee tot acht wedstrijden per seizoen. Het samenwerken binnen het voetbal staat centraal. Op het moment dat dit goed staat komt het aan op details en dan wordt er vooral gekeken naar het individu waarbij we wel per speler een analyse gaan maken. Dit kan zijn voor de persoonlijke ontwikkeling van de individuele speler of positie, hoe we het wel of niet willen zien binnen de opleiding.

Daarnaast zijn we bezig met het maken van een film waarin de teams D3 tot en met A1 te zien zijn. Hierin komt

duidelijk naar voren op welke manier wij willen voetballen binnen de jeugdopleiding. We willen deze film ook maken om op deze manier aan de spelers in een jongere leeftijdsgroep (bijvoorbeeld D1) te laten zien op welke manier de ontwikkeling van hun voorgangers (in dit geval C2) is verlopen. Hierbij krijgen de spelers van de jongere leeftijdsgroep een beter beeld waar ze aan het einde van het seizoen moeten staan.”

Jordy van Nassau is als videoanalist verantwoordelijk voor het vastleggen, knippen en rangschikken van de te analyseren wedstrijdbeelden binnen de jeugdopleiding van Willem II/RKC.

Jordy van Nassau: “De trainer geeft voor, maar soms ook na de wedstrijd aan welke situaties hij geknipt wil hebben van de wedstrijdopname. Op het moment dat we bijvoorbeeld tegen een sterker team spelen, zal vaker verdedigd moeten worden dan dat we aanvallen en zal de trainer met name verdedigende momenten willen analyseren. Of als er opvallende momenten in de wedstrijd(en) zijn, wordt er gevraagd om deze momenten te knippen.

Ik heb met mijn eigen team C2 (Onder 14) de wedstrijdfilm tegen de RJO van VVV/Helmond Sport een paar keer teruggekeken. We wonnen deze wedstrijd, waarin veel goede aanvalsmomenten zaten, met 5-2. Daarentegen lieten we verdedigend een paar steken vallen. Dit was bijzonder bij deze lichte omstandigheden omdat onze kwaliteiten vooral achterin lagen.

Deze film hebben we een paar keer bekeken. Ten eerste om te bekijken hoe we nog meer uit onze aanvallen konden halen. Bijvoorbeeld door het verbeteren van onze eindpass. In de omschakeling van balbezit naar balverlies was VVV/Helmond Sport steeds gevaarlijk. Omdat wij met ons middenveld te hoog stonden kon de tegenstander telkens de duels op het middenveld winnen. En onze verdedigers stapten steeds te snel in waardoor er gevaarlijke situaties ontstonden. Aan de hand van videobeelden leg je dan uit hoe we ons kunnen verbeteren. In dit geval had ik de videoanalyse in drie categorieën verdeeld: 'aanvallen', 'omschakeling van aanval naar verdediging' en 'verdedigen'.

Wedstrijden

Jordy van Nassau: "De trainers ontvangen een wedstrijdsschema van

de wedstrijdcoördinator. Op basis daarvan vertellen zij aan mij welke wedstrijden ik moet filmen. Vervolgens maak ik een planning en kijk ik op welke dag ik de meeste teams kan filmen. Als we bijvoorbeeld op één zaterdag vier aangevraagde thuiswedstrijden hebben zal ik op die dag logischerwijs gaan filmen.

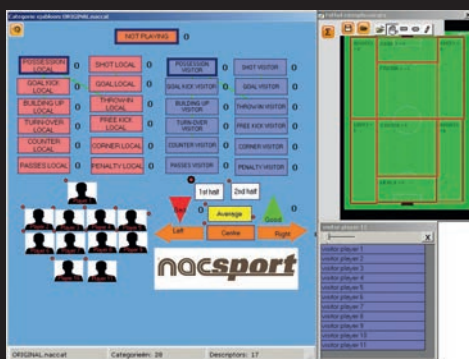
Nadat ik de planning heb gemaakt voor de wedstrijden ga ik de bewuste zaterdag(en) naar de thuisbasis van de opleiding en zorg ik ervoor dat de Hi-Pod wordt geïnstalleerd naast of achter het veld. Op het moment dat de wedstrijd op het punt van beginnen staat zet ik de camera aan en beweeg ik mee met de bal. Als de wedstrijd eenmaal is afgelopen zet ik de film op de laptop waarop de licentie van Nacsport is geïnstalleerd en ga ik door naar de volgende wedstrijd. Na de wedstrijd praat ik nog kort met de trainer en vraag ik of hij het zelf wil knippen of dat ik het moet doen. Als alle wedstrijden zijn gespeeld ga ik naar huis met de laptop en ga ik beginnen met het knippen van de gevraagde wedstrijdenbeelden. Nadat ik zelf stukjes heb geknipt, geef ik de laptop met daarop de film aan de trainer. De trainer kan dan kiezen welke stukjes hij van de geknipte film laat

zien. Daarnaast voegen de trainers meestal zelf de rondjes en pijltjes toe. Knippen van de film gaat heel simpel: je maakt zelf sjablonen met de betreffende benamingen van specifieke en gevraagde acties aan. Bijvoorbeeld: 'omschakeling van aanval naar verdediging'. Deze kun je dan terughalen. Dit werkt door middel van klikken op de aangemaakte knoppen in het sjabloon."

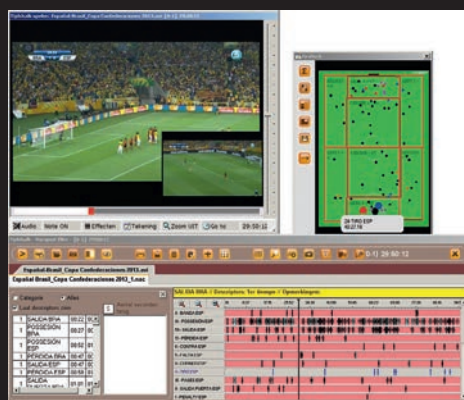
Nacsport

Jordy van Nassau: "Meestal wordt de film na de wedstrijd geknipt. Inmiddels zijn de ontwikkelingen zover dat dit ook tijdens de wedstrijd op de bank kan. Dit is ideaal, je hoeft de wedstrijd dus niet meer terug te kijken. Elke keer als een bepaalde actie zich voordoet, wordt er geklikt op de aangemaakte knop(pen), bijvoorbeeld 'omschakeling van aanval naar verdediging' in het sjabloon. Met het aangemaakte sjabloon (afbeelding 1) met knoppen worden alle acties door middel van klikken op de knoppen in het sjabloon vastgelegd. Hierna zie je op de tijdsbalk in chronologische volgorde alle geklikte acties per categorie (afbeelding 2). Hiermee kan je dan presentaties maken voor het gehele team of voor spelers individueel.

Afbeelding 1



Afbeelding 2



Afbeelding 3



In de geselecteerde fragmenten kunnen ook tekeningen en opmerkingen worden ingevoegd voor extra aandachtspunten (afbeelding 3). In het sjabloon met knoppen is het ook mogelijk om namen van spelers aan te maken en iedere keer als een bepaalde speler bij een moment betrokken is dat de trainer later terug wil zien, kan hierop geklikt worden om de acties vast te leggen. Hierna is het heel eenvoudig om alle acties van een bepaalde speler snel op te roepen en deze beelden te bekijken (afbeelding 4).

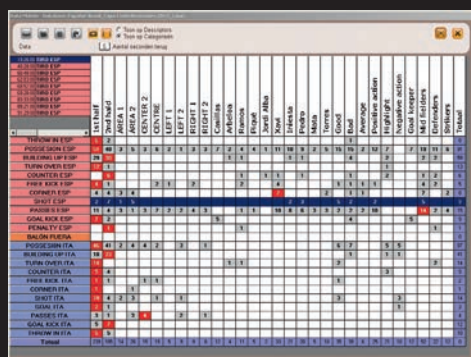
Nacsport is een zeer gebruiksvriendelijk programma dat werkt op Windows. Het programma kan ook op een Macbook geïnstalleerd worden maar dan dient hier Windows op geïnstalleerd te worden via bijvoorbeeld Bootcamp. Met Nacsport is het mogelijk om op een eenvoudige en snelle manier een video van een wedstrijd of training te analyseren. Je hebt de mogelijkheid om presentaties te maken van de geselecteerde fragmenten en er kunnen tekeningen in de beelden worden aangebracht. De presentaties kunnen dan vanuit de software aan het team of een bepaalde speler getoond worden of er kunnen aparte filmpjes van gemaakt worden die de spelers dan op hun eigen laptop kunnen bekijken.

Vanaf de Basic Plus-versie is er de mogelijkheid om in het sjabloon te werken met categorieën en subcategorieën. Een subcategorie kan bijvoorbeeld zijn 'goed', 'slecht', 'links', 'midden' en 'rechts'. Hiermee kun je in de Matrix heel snel bijvoorbeeld alle goede momenten benaderen en vanuit de Matrix beelden in een presentatie zetten (afbeeldingen 5 en 6). Verder heeft het programma opties zoals beelden naast elkaar vergelijken, beelden over elkaar heen leggen en er zit een trainingmodule in om zelf trainingen te maken en hiermee een eigen database op te bouwen van trainingen. Ik zelf knip de stukjes en presenter de beelden achter elkaar, meestal bestaand uit circa twintig fragmenten. Je kunt met Nacsport kopjes aanmaken. Als je deze kopjes hebt gemaakt kun je de film afdraaien. Op het moment dat je een moment tegenkomt dat je wil hebben, klik je op dit knopje en neem je dit fragment vijf seconden voor de klik en vijf seconden na de klik op (ook dit kun je aanpassen). Zo heb je in dit geval één moment geknipt en ga je door totdat je alle gevraagde momenten hebt geknipt. De trainer kiest er een paar uit en vult ze aan door een rondje of streepje toe te voegen zodat het visueel sterker wordt gemaakt.

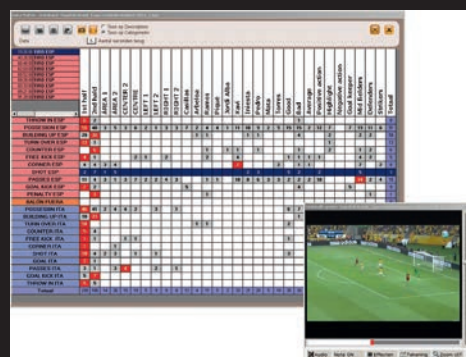
Wij werkten vorig jaar met het talentvolg-systeem. Het enige mankement van dit systeem was dat er geen beelden op geplaatst konden worden, maar alleen links van bepaalde YouTube-kanalen. We hebben dus besloten de beelden eerst op YouTube te zetten en daarnaast de link in het talentvolg-systeem te zetten zodat de spelers de beelden van hun eigen team konden bekijken in het talentvolg-systeem. (Nacsport en het talentvolg-systeem zijn inmiddels een samenwerking aangegaan en gaan dit punt zeker verbeteren.)

Er zijn spelers die oplossingen of verbeteringen beter onder de knie krijgen als het voor hen visueel wordt gemaakt. Dit heeft te maken met het bepaalde type dat te achterhalen is binnen het persoonlijkheidsprofiel van Action Type. Spelers kunnen de beelden van zichzelf terugkijken met feedback van de trainer. Zo hebben de keeperstrainer en de hoofdtrainer van de A-jeugd afgelopen seizoen bijvoorbeeld de keeper van de A1 hiermee geholpen. Bij een POP-gesprek dat drie keer per seizoen plaatsvindt kunnen ook beelden worden getoond aan spelers van wie aan de hand van Action Type gebleken is dat zij hier behoefte aan hebben.”

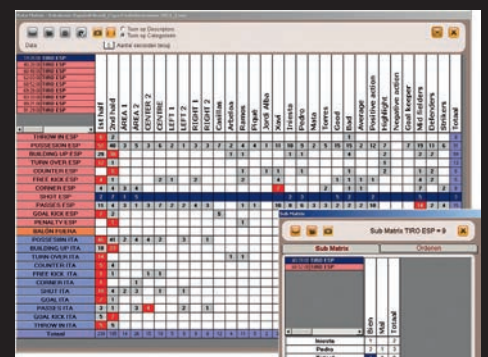
Afbeelding 4



Afbeelding 5



Afbeelding 6



A-JEUGD



Tom Jacobs doorliep bij UDI'19 alle jeugdselectieteams en speelt nu in het eerste elftal. Na het behalen van zijn CIOS-diploma begon hij als trainer van UDI'19 B1. Met ingang van het seizoen 2013/2014 traint hij de A1 van UDI'19 waarmee hij uitkomt in de vierde divisie. Jacobs begon op zijn achttiende met TC III op het CIOS in Arnhem. Het jaar daarna haalde hij zijn TC II.

Rol van 6 en 8

Tom Jacobs: "De 6 en 8 spelen heel centraal en bewegen weg van de man met bal. Dit doen ze om de ballijn voorwaarts open te maken. Wanneer we opbouwen wil ik graag dat mijn 3 of 4 zo diep mogelijk en over de grond de 9 inspeelt. Zodra dat gebeurd is, sluiten 6 en 8 gelijk bij om aanspeelbaar te zijn. De 6 en 8 helpen verdedigend bij het opsluiten van het team zodat ze direct druk kunnen geven op de tegenpartij als wij de bal verliezen. Door met 6 en 8 centraler te gaan spelen, houd je meer grip op het middenveld en dat is op dit niveau ook nodig. Want waar je in de F tot en met de B veelal bezig bent met ontwikkelen, staat bij de A het winnen steeds meer centraal."

Diversiteit op vleugels

Tom Jacobs: "Bij UDI'19/Beter Bed speelt elk jeugdteam in een 1:4:3:3. Het eerste elftal speelt op deze manier. Vandaar dus ook dat je als trainer in de A1 1:4:3:3 speelt, ook al heb je er niet per definitie de spelers voor. Het feit dat je met drie spitsen speelt, betekent niet per se dat er specifieke buitenspelers staan die een individuele actie maken en een voorzet geven. Het ligt er namelijk maar net aan welk type speler je op 7 of 11 zet. Als het een type Arjen Robben is, kun je er zeker van zijn dat hij aan de lijn speelt, naar binnen kan komen en sterk is in 1:1. Maar het kan ook een type Bryan Ruiz zijn, die weer andere kwaliteiten heeft. Bij mijn team werkt dit ook zo. De jongens die op de flanken staan, zijn verschillende types. Dat gegeven betekent ook dat de andere spelers in het veld in andere situaties komen en andere keuzes moeten maken."

Coaching tegenpartij

Tom Jacobs: "Op trainingen ben ik op dit vlak vooral tactisch bezig. Essentieel hierbij is dat je het steeds hebt over de manier waarop je het spelen op deze positie invult. Alles wat ik van de spelers verwacht tijdens een wedstrijd, is een keer aan bod geweest tijdens trainingen. Je kunt je vleugelspelers aanleren om ruimte te maken voor diepgaande backs. Mijn 9 en 10 hebben veel diepgang, dus op het moment dat ik een 7 heb die zich wat meer laat inzakken of schuin naar binnen trekt, kunnen zij in de opengelaten ruimte komen. Ik geef de niet te coachen partij in partijspelen bepaalde opdrachten mee. Bijvoorbeeld dat de backs in de zone moeten blijven staan, of juist druk gaan zetten. Het gedrag van de te coachen partij wordt dan ook anders en daarmee ontstaan er weer nieuwe situaties. Door deze regels mee te geven, voorkom ik ook dat er te veel gekunstelde oefenvormen ontstaan, waarbij je bepaald gedrag van je 7 wilt zien."

Afstemming

Tom Jacobs: "Daar komt bij dat het spel van de 11 of 7 altijd in relatie moet worden gezien tot het spel van de 5 of 2. Als je een back hebt die graag diep gaat, kun je er voor kiezen om met een vleugelspeler te spelen die zich wat vaker tussen de linies laat zakken. Hij neemt dan bovendien vaak een back mee, waardoor het voor mijn eigen back makkelijker en vooral gevaarlijker wordt om er overheen te gaan. Ik heb een 2 en 5 die vaak diepgaan. Je praat vooral met hen over wat het juiste moment is om te gaan (wanneer de bal van de andere kant komt bijvoorbeeld). Het samenspel tussen 2 en 7 is belangrijk. Ze moeten naar elkaar kijken en op elkaar reageren. Ik verwacht dus ook een bepaald spelinzicht van de vleugelspelers. Naast het feit dat ze inzicht moeten hebben, zijn de 7 of 11 wel altijd creatieve jongens. Ik wissel nogal eens met de jongens die op 7 en 11 spelen. Elke jongen heeft weer zo zijn kwaliteiten op die positie en dat maakt ook dat de rest van het team steeds andere keuzes gaat maken."

Trainingsvorm

Doel

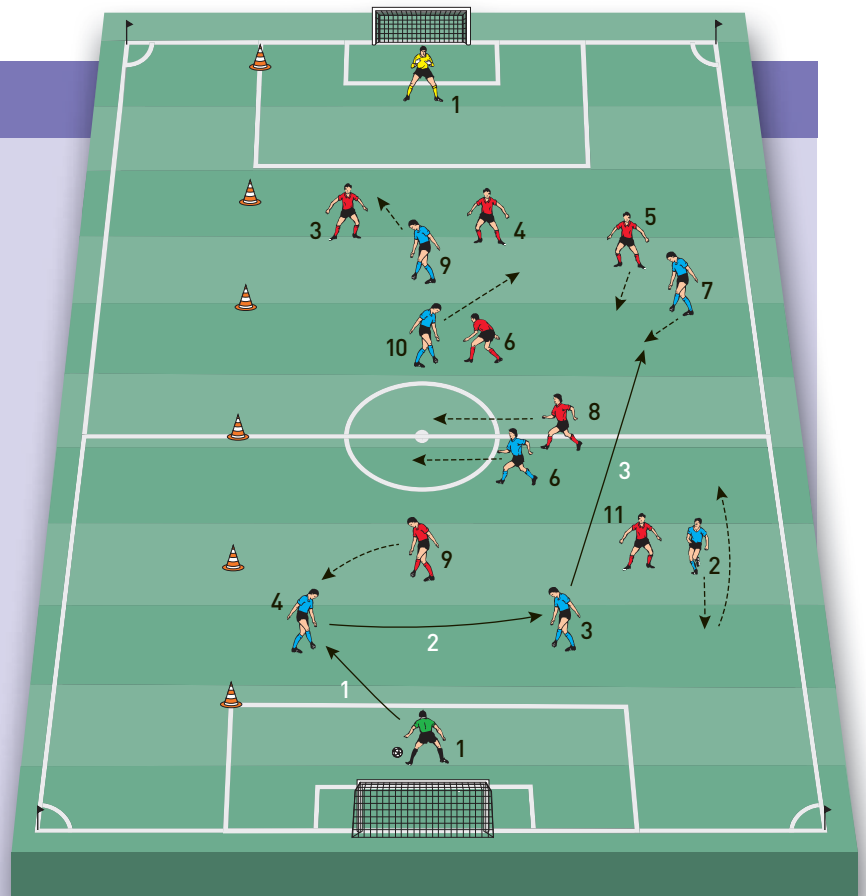
- verbeteren van de samenwerking van de 7 met 6, 9, 10 en 2 wanneer de centrale verdedigers de bal hebben rond de middenlijn of op de helft tegenpartij, zodat ze in staat zijn om de ruimtes optimaal te benutten

Organisatie

- het veld heeft de volledige lengte en van de breedte is een gedeelte ter hoogte van de zestienmeter afgehaald
- 16 hesjes in twee verschillende kleuren
- 6 pylonen om het veld aan één zijde af te zetten
- 2 grote doelen
- 10 ballen in het doel van de te coachen partij

Inhoud

- er wordt 8:8 gespeeld
- de te coachen partij speelt 1:3:2:2
- de niet te coachen partij speelt 1:3:2:2
- zodra er gescoord is of een bal gaat uit, start de keeper van de te coachen partij met een uitbal
- beide partijen kunnen scoren op een groot doel
- er wordt met buitenspel gespeeld
- het zien van de ruimtes en die optimaal benutten staat centraal



Coaching

- '2 maak ruimte door uit te zakken wanneer 3 aan de bal is.'
- '6 ga contra lopen wanneer 4 aan de bal is.'
- '7 kom schuin in de bal of loop richting de spits (tussen de 5 en 4 van de tegenpartij in).'
- '2 houd de loopacties van 7 in de gaten en herken het moment om er overheen te gaan.'
- '10 of 9 loop in de ruimte die een schuin naar binnen zakkende 7 achterlaat.'
- 'Wanneer de tegenstander in de zone speelt, kan 7 aangespeeld worden tussen de lijnes.'
- '2 bekijk of je met 7 een 2:1-situatie kunt uitspelen.'

Methodiek

- de niet te coachen partij beïnvloeden, door te zeggen dat ze in de zone moeten blijven staan en het veld klein houden
- tegenstander sneller druk voorwaarts laten zetten (zodat er ruimte in de rug komt van de verdedigers)

Dit is een van de variaties om de 7 te gebruiken. De bal kan ook via 10 bij de 2 komen, wanneer de 7 richting de spits speelt. De bal kan in de rug van 7 in de diepte gespeeld worden, op 9 of 10.



B-JEUGD



Dinand Bosch speelde tot zijn 22e bij Oranje Nassau in Almelo. Na zijn verhuizing naar Nieuwendijk speelde hij nog bij vv Altena. Bosch haalde TC III en TC II en trainde diverse derde- en vierdeklassers. Daarnaast trainde hij het dameselftal van Stedoco, waarmee hij uitkwam in de eredivisie. De afgelopen vier jaar stond hij aan het roer van de vrouwenafdeling van vv Almkerk. In het nieuwe seizoen begint Bosch bij Kozakken Boys B1 in de hoofdklasse.

Spel van 2 en 5

Dinand Bosch: "Bij het opbouwen vind ik het belangrijk dat mijn 2 en 5 altijd uitzakken om zo de bal te kunnen krijgen. Het gaat er om dat ze aanspeelbaar zijn. Zodra bijvoorbeeld mijn 7 wordt aangespeeld, gaat mijn 2 wat hoger staan. Als mijn 7 kaatst op de 6 en wat naar binnen loopt, kan de 2 er gelijk overheen. Het spel van de 2 en 5 is dus, naast het feit dat het in eerste instantie verdedigers zijn, ook in aanvallende zin belangrijk. In het spel van de 2 en 5 moet ook de intentie liggen om over hun directe tegenstander te gaan. In balbezit zijn mijn backs belangrijk in de opbouw."

Opleiden in 1:4:3:3

Dinand Bosch: "Bij Kozakken Boys wordt de aandacht voor een gedegen jeugdopleiding steeds groter. Het eerste elftal speelt in de Topklasse en de club wil de doorstroom vanuit de jeugd naar de senioren bevorderen. Er is voor gekozen om deze doorstroom in een 1:4:3:3 te bewerkstelligen. Het spelen met flankspelers betekent dat je van achteruit altijd drie aanspeelpunten hebt. Het type speler dat je voorin hebt staan, heeft invloed op de manier waarop je met je drie aanvallers gaat spelen. Mijn 9 houdt ervan om diepte te maken. Mijn 10 staat er vlak achter en daardoor gaan de 6 en 8 weer wat meer naar het midden spelen. De 7 en 11 houden in eerste instantie hun positie aan de zijkant en moeten het veld breed houden."

Het juiste moment

Dinand Bosch: "Het spel van de 7 of 11 vergt op tactisch vlak een goed spelinzicht. Wanneer de 6 aan de bal is, heeft de 7 meerdere opties. Hij kan aan de buitenkant starten en anticiperen op de steekbal of de lange bal. Het gaat er om dat de 7 het moment herkent, waarop hij diep moet gaan. De 7 kan ook naar het centrum komen of zich wat laten inzakken, maar daarbij moet hij wel goed letten op de posities van de middenvelders. Als de 10 of 6 te dichtbij staan, loopt de 7 alles dicht. Op trainingen kun je spelers goed aanleren wanneer ze de diepte moeten kiezen of wanneer ze zich moeten laten inzakken. Jongens op deze leeftijd hebben de drang om in de bal te komen. Op trainingen kun je oefeningen doen, waarbij de nadruk ligt op het juiste moment dat de vleugelspeler naar de bal komt. Door situatief te coachen kun je spelers bewust laten kijken naar hun positie, zowel ten opzichte van de bal en van hun medespelers. Zo kun je de speler en het team beter laten functioneren."

Variatie

Dinand Bosch: "Behalve het inspelen van de 7 en de nadruk op het aanbieden, geef ik in trainingen ook veel aandacht aan looplijnen. Hierdoor bevordert je de variatie op de vleugel. Door deze oefenvormen veel te herhalen, ga je bepaalde patronen er echt inslijpen. Op een gegeven moment weten de spelers dan steeds beter hoe ze hun loopacties op elkaar moeten afstemmen. Wat moet de 6 doen, op het moment dat de 7 in de voeten wordt aangespeeld? Als de 7 naar binnen gaat, wat doet de 2 als de 6 de bal bij de middellijn vasthoudt? Wat looplijnen betreft is het goed op te merken dat mijn aanvallers vrijheid hebben om ten opzichte van elkaar te bewegen. Mijn 9 houdt er van om diep te blijven staan, maar op het moment dat hij in de bal komt kan een 7 of 11 de diepte induiken. Het sneller spelen van de bal en eerder herkennen van momenten om al dan niet diep te gaan zijn in deze fase belangrijk. Naast het fysieke aspect en het tactische aspect maken spelers ook mentaal gezien een ontwikkeling door. Jongens in de B zijn in de kern best onzeker en als trainer heb je een belangrijke rol dit weg te nemen. Door regelmatige feedback vergroot je hun zelfvertrouwen. Die bevestiging hebben ze in trainingen en wedstrijden nodig en dat mogen ze van hun trainer-coach verwachten."

Trainingsvorm

Doel

- verbeteren van het aanvallen over de vleugels

Organisatie

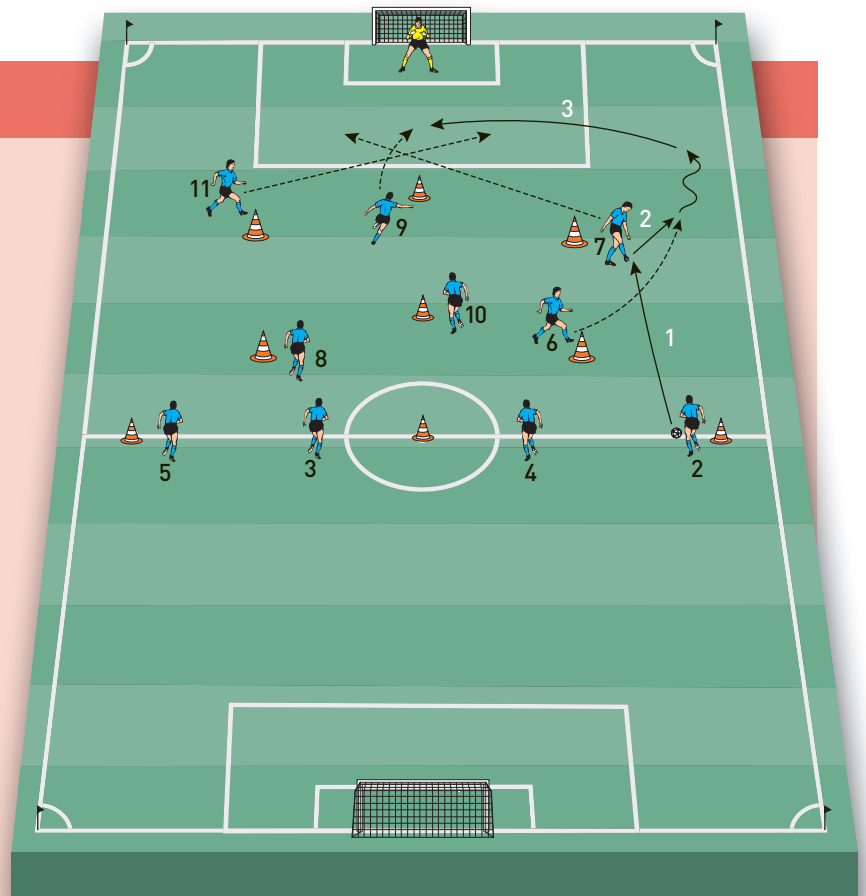
- er wordt gespeeld op een half speelveld
- 1 groot doel
- 9 pylonen om een veld mee uit te zetten

Inhoud

- pass- en trapvorm in combinatie met afwerken op het doel
- 2 speelt in op 7, die kaatst op 6 of de bal in de loop meegeeft
- 6 loopt met de bal de diepte in en zet voor
- 7 loopt naar de tweede paal, 11 naar de eerste en 9 pakt het centrum
- 10 loopt tot de rand zestienmeter om de afvallende bal af te werken
- elke variant maximaal 3-7 minuten laten duren

Coaching

- 'Speel de bal strak en over de grond in.'
- 'Maak een vooractie voordat je de bal vraagt.'
- 'Vraag duidelijk om de bal.'
- 'Kijk goed voordat je de voorzet geeft.'
- 'Spelers voor het doel, stem je loopacties op elkaar af.'



Variatie

- 2 speelt eerst 6 in die kaatst, waarna 7 wordt ingespeeld
- 2 speelt 7 in die kaatst op 6, die op zijn beurt de in de diepte lopende 2 inspeelt
- 2 speelt 7 in, die kaatst op 10. 6 loopt de diepte in en zet voor
- oefening over links en rechts laten uitvoeren
- 2 een bal door de lucht laten geven op 7
- 2 een crossbal laten geven op 11, waarna er gekaatst wordt op 8 die diep gaat

Methodiek

- een verdediger in de zestienmeter plaatsen die ballen kan weggoppen

C-JEUGD



Bas van Baar (25) speelde in de jeugd van Robur et Velocitas uit Apeldoorn, tot blessures hem dwongen te stoppen. Sindsdien is hij trainer, dit seizoen van het team voor spelers onder 14 jaar van ATC'65 in Hengelo. Ook is hij trainer-coach van De Graafschap E2. Daarnaast is hij werkzaam bij de KNVB als talentcoach. Van Baar volgt dit seizoen de cursus TC II en is in het dagelijks leven werkzaam in het basisonderwijs.

Communicatie

Bas van Baar: "Mijn groep is gewend veel gebruik te maken van de steekbal. Maar op een gegeven moment vond ik dat het haast leek alsof dat de enige manier is waarop we probeerden aan te vallen. Verrassend en onvoorspelbaar zijn is echter belangrijk in voetbal en de spelers zagen dit zelf ook in. Op trainingen kun je daar dan stappen in maken. Door in partijvormen bewust te kiezen voor ongelijke aantallen of een bepaalde formatie, of door te zeggen dat doelpunten gescoord uit een voorzet dubbel tellen. Of de niet te coachen partij met een laatste man laten spelen, waardoor steekballen minder snel voorkomen. Door keuzes te maken in afstanden, aantallen, formaties en regels dwing ik spelers steeds weer om betere keuzes te maken."

VOLG De VoetbalTrainer
Twitter Facebook LinkedIn YouTube

Ontleden

Bas van Baar: "De voorwaarden voor goed vleugelspel zijn op technisch gebied volgens mij het geven van de pass en de aanname (die is afhankelijk van de tegenstander), een actie maken en een voorzet geven. Op tactisch vlak gaat het om het open staan, vooractie maken, situatie herkennen en het maken van de juiste keuzes. Ik leg dan een link naar de training en ga hierbij van klein naar groot. Eerst trainen we in bijvoorbeeld een pass- en trapvorm de technische vaardigheden. Vervolgens passen we die toe in een kleine partijvorm waarbij veel herhaling optreedt (zie training). Tot slot spelen we een partijspel in een grotere ruimte en met grotere aantallen. Hierbij is het goed op te merken dat ik niet te veel methodische stappen wil zetten in één training. Ik vind het beter om heel geleidelijk een oefenvorm op te bouwen, in plaats van telkens iets nieuws aan te bieden. In de C draait het om herhalen en stapsgewijs wat nieuws aanleren. Daarom trainen we ook langere tijd op één thema."

Schuin inspelen

Bas van Baar: "Bij balbezit van onze keeper, maken de 7 en 11 de speelruimte zo groot mogelijk. Ik wil dat deze spelers steeds vanaf het middenveld worden ingespeeld door de 6, 8 of 10. Door hen namelijk vanaf het middenveld te laten inspelen, krijg je schuine passes naar voren en geen rechte pass vanaf de back. Het voordeel daarvan is dat 7 of 11 de bal opengedraaid kan aannemen en zijn directe tegenstander kan opzoeken. Ook kan hij kaatsen en gelijk de diepte zoeken, waarbij de middenvelder een steekpass kan geven. Ik vind het belangrijk dat spelers situaties gaan leren herkennen en vervolgens de beste keuze leren maken. Wat de beste keuze dan is, hangt af van wat medespelers en tegenstanders doen. Ik probeer de spelers dit zelf te laten ontdekken. Stel dat de directe tegenstander van mijn 7 kort dekt, dan kan mijn 7 in eerste instantie naar de bal toe bewegen. Hij trekt dan zijn directe tegenstander mee en kan, wanneer er een diepe bal volgt, de diepte zoeken. Een ander voorbeeld is het naar binnen dribbelen door de 7. Dan kan de 2 of 6 er overheen komen."

Positiewisselingen

Bas van Baar: "In deze fase van de opleiding leren spelers bij mij op meerdere posities te spelen. Ik heb dan ook niet een vaste linksback of een vaste rechtsbuiten. Spelers weten ook waarom ik dat doe. Ik vind het belangrijk dat ze op hun twaalfde/dertiende jaar niet al vastgepind zijn aan een bepaalde positie. Ik denk niet vanuit de kracht van de speler, maar juist vanuit het opleiden. Spelers in deze leeftijdsgroep hebben een enorme drang naar voren. Ik vind dat positief en rem dat niet af, want het past bij de leeftijd. Waar het dan wel om gaat is dat spelers elkaar in de gaten houden en samenwerken. Als mijn 11 de bal heeft en mijn 8 komt er onder, moet de 5 wel achter blijven. Als de 5 over de 8 heen gaat, moet de 8 wel wat inzakken. Ondanks dat mijn spelers elkaar steeds beter coachen, gaat het nog wel eens mis. Ik vind dat niet erg, want daar leren ze iets van."

Trainingsvorm

Doel

- verbeteren van het moment en de manier van het aanspelen van de buitenspeler
- verbeteren van het maken van keuzes aan de bal door de buitenspeler
- verbeteren van de bezetting voor de goal bij een voorzet van een buitenspeler

Organisatie

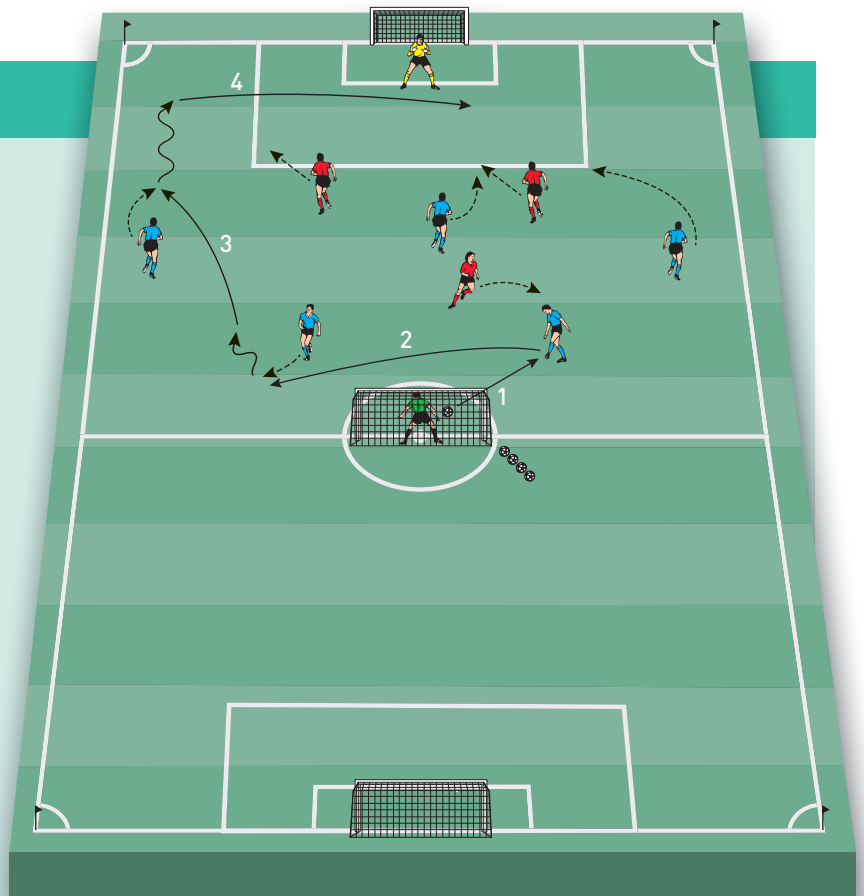
- er wordt gespeeld op een half speelveld
- 2 grote doelen
- 10 ballen in het doel van de te coachen partij
- minimaal 4 pylonen om een veld uit te zetten

Inhoud

- 5:3 + 2 keepers
- als een bal uit of achter is, wordt er weer gestart bij de keeper van het zestal
- doelpunten uit een voorzet tellen dubbel
- na een score start de keeper van het zestal met een nieuwe aanval
- de niet te coachen partij probeert binnen dertig seconden na balverovering te scoren
- er wordt met buitenspel gespeeld

Coaching

- 'Maak de speelruimte groot (breed en diep) als wij de bal hebben.'
- 'Speel naar voren als dat mogelijk is.'
- 'Alleen breed spelen als we niet naar voren kunnen.'
- 'Maak als buitenspeler een vooractie en zorg dat je open staat aan de zijlijn als je wordt ingespeeld.'



- 'Speel de buitenspeler in op de juiste manier: in de diepte bij korte dekking, in de voeten wanneer hij ruimte heeft.'
- 'Kijk als buitenspeler naar de bezetting voor de goal voordat je een voorzet geeft.'
- 'Zorg bij een voorzet dat er spelers richting eerste paal, tweede paal en de ruimte achterin de zestienmeter lopen.'
- 'Durf te koppen.'
- '3 en 4 van het viertal, blijf dicht bij elkaar en houd het centrum dicht.'
- '9 van het viertal, houd je medespelers in de gaten en stap niet te vroeg uit.'

Methodiek

- plaats de buitenspelers in een strook waarin ze niet mogen worden aangevallen
- voeg een extra verdediger en/of middenvelder toe bij de niet te coachen partij
- Voeg een extra middenvelder toe bij de te coachen partij en tegelijkertijd een extra verdediger en middenvelder bij de niet te coachen partij, waardoor je 1:3:3 tegen 1:3:2 gaat spelen
- laat de te coachen partij scoren binnen een bepaalde tijd
- maak de speelruimte kleiner

D-JEUGD



Frank de Jong volgde het CIOS in Arnhem en daarna de CALO. Na het behalen van zijn diploma ging hij aan de slag bij FC Twente. Hij werd er trainer van D2 en gaf techniektraining in de onderbouw. Sinds vorig seizoen kwam daar het geven van techniektraining aan de dames van FC Twente bij. De Jong gaat de opleiding TC II volgen aan het CIOS in Arnhem. Als voetballer speelde hij bij Losser, Achilles 12 en Quick 20.

Rouleren

Frank de Jong: "In onze opleiding wordt ervoor gekozen om jongens op meerdere posities te laten spelen. Natuurlijk hebben spelers een voorkeurspositie, maar door ze op andere plekken in het veld te laten spelen komen ze ook tot andere handelingen. Een aanname van een jongen die op 2 speelt is anders dan van iemand op 4 of 8. Als iemand op 3 speelt, is het hebben van een hoge handelingssnelheid niet altijd nodig. Dit komt doordat een 3 relatief veel tijd krijgt om op te bouwen. Zet je dezelfde speler op 4 of 6, dan moet hij sneller leren handelen. In het kader van opleiden en beter maken van je speler vind ik dit rouleren erg goed. Door spelers op meerdere plekken te laten spelen ontwikkel je ze, omdat ze in verschillende situaties terecht komen."

Koppeltjes

Frank de Jong: "De D2 is het team voor de eerstejaars. In plaats van een 1:4:3:3 spelen we met een vierkant op het middenveld. Achterin spelen de 2, 3 en 5. Het vierkant op het midden bestaat uit 4 en 6 (verdedigend) en 8 en 10 (aanvallend). Voorin staan drie aanvallers: 7, 9 en 11. Door in deze formatie te spelen, zijn de afstanden tussen de spelers vrij klein. We maken in het veld steeds koppeltjes. Onze 2 en 6 horen bij elkaar, de 5 en 4, de 8 en 11 en de 10 en 7. Elke vleugelspeler, zowel verdedigend als aanvallend, heeft te maken met een middenvelder. Door deze koppeltjes te maken, kun je spelers beter laten beseffen dat ze moeten letten op wat hun medespeler doet. Als een 4 (wat in ons geval dus een verdedigende middenvelder is) bijvoorbeeld diep gaat, kan een 5 mee naar voren wanneer zijn positie wordt overgenomen. Het gaat er om dat ze veel naar elkaar kijken. In aanvallend opzicht gaat dit principe op, maar ook zeker verdedigend. Zo dwing je spelers naar elkaar te gaan kijken en de ruimtes niet te groot te laten worden."

Schuin

Frank de Jong: "Doordat je op het middenveld met een vierkant speelt, stimuleer je de spelers om schuine passes naar voren te geven op je 7, 9 of 11. Sowieso speelt elke speler naar voren gericht, maar in de passing ben ik daar heel scherp op. Door dit schuine inspelen staat een 11 gelijk naar zijn tegenstander gericht met de bal aan de voet. Op hoog tempo probeert hij dan een 1:1 uit te spelen en doordat we in de opleiding veel nadruk leggen op de technische vaardigheden en de eigen creativiteit wil ik ook dat hij die passeeractie maakt. Of dat hij gaat voor een eentweetje met de 9. Terugkomend op dat vierkant: wanneer de 10 een aantal meters naar rechts loopt, kan hij ook als rechtsbuiten ingespeeld worden. De 7 kan naar binnen gaan en zich daar laten aanspelen. Ook hier weer komt het reageren op elkaar nadrukkelijk naar voren."

Beïnvloeden

Frank de Jong: "Stel je hebt een linksbuiten die alleen maar buitenom passeert. Soms zijn er situaties waarin hij beter binnendoor kan passeren, maar waarin hij dat zelf niet ziet. Als trainer kun je dan vanaf de zijlijn gaan coachen en de 11 te zeggen dat hij binnendoor moet gaan. Ik geloof niet in die manier van beïnvloeden. Beter is het om tegen de 5, dus de directe tegenstander van de 11, te zeggen dat hij anders moet gaan staan. Een stapje meer naar buiten bijvoorbeeld. Je kijkt dan naar het gedrag van je 11. De 11 wordt automatisch meer gedwongen om naar binnen te dribbelen. Dribbelt hij toch wéér naar buiten en verliest hij de bal, dan bevraag ik hem waarom hij niet binnendoor ging. Jongens gaan in zo'n geval eerder binnendoor, omdat de situatie dat vraagt en niet omdat de trainer het zegt. De speler aan de bal coach ik sowieso vrijwel nooit. Het gaat erom dat je de jongens in de buurt van de bal coacht, waardoor de jongens aan de bal nieuwe keuzes krijgt en oplossingen moet gaan zoeken."

Trainingsvorm

Doel

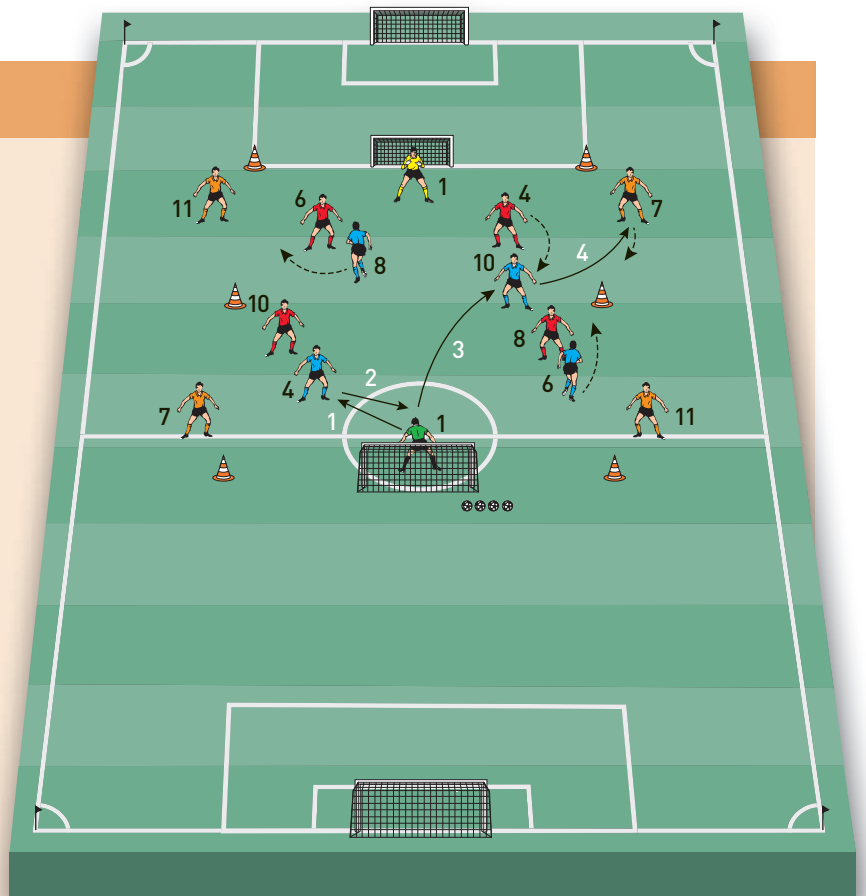
- verbeteren van het aanvallen via de flanken
- verbeteren van de handelingssnelheid en technische vaardigheid van spelers

Organisatie

- 2 grote doelen
- het veld is 50 meter lang en 30 meter breed
- 6 pylonen om een veld uit te zetten
- 12 hesjes in drie verschillende kleuren

Inhoud

- partijspel 4:4 + 4
- de buitenspelers (7 en 11) staan aan de zijlijn en mogen door beide partijen ingespeeld worden
- ook de 7 en 11 die op de eigen helft staan mogen worden gebruikt
- nadruk ligt op aanname vooruit
- nadruk ligt op het hoog houden van de handelingssnelheid
- nadruk ligt op de samenwerking tussen 7 en 10, 8 en 11
- er wordt niet met buitenspel gespeeld
- zodra een flankspeler wordt ingespeeld, mag hij naar binnen dribbelen
- door niet met buitenspel te spelen en doordat je met vaste spelers aan de zijkanten speelt, gaan er weinig ballen uit of achter; hierdoor ligt het tempo tijdens de vorm enorm hoog



Coaching

- 'Zoek je tegenstander schuin op als je in balbezit komt.'
- 'Houd snelheid in je dribbel.'
- 'Het aannemen van de bal is naar voren gericht, in de beweging en op snelheid.'
- 'Kijk aan de bal welke opties je hebt.'
- 'Let op elkaar en reageer op elkaar.'

Variatie

- na drie of vier minuten gaat een ander viertal aan de zijkant spelen
- na drie gescoorde doelpunten gaat een ander viertal aan de zijkant spelen
- als gedurende het spel de 10 buiten het veld stapt, mag de 7 gelijk binnen de lijnen komen, waardoor je nog meer samenwerking krijgt tussen de spelers

COACHES BETAALD VOETBAL

INTEGER

DESKUNDIG

PROFESSIEEEL

“Winnen doe je met z'n allen.”



Coaches
Betaald
Voetbal

“Coaches Betaald Voetbal is de belangenvereniging van trainer/coaches in het Betaald Voetbal. Het is een vereniging met een duidelijke visie en missie. Ze maakt daarop gebaseerd heldere keuzes in haar beleid. In deze visie is prioriteit gegeven aan kwaliteit en professionaliteit in opleiden, ontwikkelen, gedrag en presteren. Coaches Betaald Voetbal ziet voor zichzelf een belangrijke maatschappelijke rol en zal haar kennis en ervaring ook gaan inzetten voor de samenleving.”

CBV – visie

De CBV is een goed belangenbehartiger van en voor haar leden. Ze wil zich manifesteren als een vaste en betrouwbare waarde in het Betaald Voetbal. Ze wil een volwaardig gesprekspartner zijn van de KNVB en andere belangenorganisaties. Ze biedt zich aan als adviesorgaan en kenniscentrum voor overheid, businesspartners en overig bedrijfsleven.

CBV – missie

De CBV vertegenwoordigt haar leden in diverse organisaties, ten behoeve van de

kwaliteit van het voetbal en het verder ontwikkelen en professionaliseren van het vak van trainer/coach in het Betaald Voetbal. Als centrale taak ziet ze de ontwikkeling van de trainer/coach en van het vak van trainer/coach.

Doelstelling

De CBV is de belangenvereniging van de trainer/coach, werkzaam in het Betaald Voetbal en voor een club of voetbalbond in Nederland of daarbuiten.

Wij willen:

- de kwaliteit van het voetbal in zijn algemeenheid verhogen, en van het betaald voetbal in het bijzonder
- de belangen van al onze leden goed behartigen
- het imago van het product voetbal en van het vak trainer/coach naar een nog hoger plan tillen

Coaches Betaald Voetbal als belangenvereniging

De CBV is een stabiele en sterke organisatie en telt momenteel bijna 500 leden.

Zij heeft aanzien en een groot draagvlak in het betaald voetbal. In het buitenland wordt de CBV gezien als het voorbeeld van een goed georganiseerde belangenvereniging voor de professionele trainer/coach. Het is een gezamenlijke taak om deze status te handhaven en daar waar mogelijk te verbeteren. Het consequent naleven van statuten, huishoudelijk reglement en van de afgesproken gedragscode en erecode is daarbij van het grootste belang. Daarnaast staat de CBV voor Sportiviteit en Respect. Met in het achterhoofd de gedachte dat voetbal voor iedereen is en van iedereen, wil de CBV een vereniging zijn met oog voor (mede-) mens en maatschappij. Coaches Betaald Voetbal is Meer dan Voetbal.

CBV

Postbus 1 8000 AA Zwolle

Bezoekadres:

Hogeland 10 8024 AZ Zwolle

Telefoon: 088 850 8610

Fax: 088 850 8613

E-mail: info@coachesbv.nl

Website: www.coachesbv.nl

Onze partners



DeVoetbalTrainer

