

De JeugdVoetbalTrainer

nummer
25

4^e JAARGANG | JUNI 2014 | www.devoetbaltrainer.nl

Jeugdopleiding Cambuur

Leren reflecteren

Benfica onder 19

Blessures voorkomen

Normen en gedrag

Tips en tools

Aanvallen door centrum

De Voetbalmethode

Thema:
De voorbereiding bij
Jeugdopleiding Flevo Boys

A-jeugd

Mark Leeftang

B-jeugd

Matthias Frankema

C-jeugd

Guido Wind

D-jeugd

Ralf Dikkerboom



Elwin van Keulen, SC Cambuur D1

Leren reflecteren

De opleiding van een jeugdvoetballer beperkt zich niet alleen tot trainingen en wedstrijden. Ook buiten het veld kan of moet elke speler zich ontwikkelen. Daarbij helpt het als een speler goed kan reflecteren op zijn eigen vaardigheden en prestaties. In de jeugdopleiding van SC Cambuur Leeuwarden maken ze daar werk van. Elwin van Keulen (D1) en zijn spelers vertellen erover.

Elwin van Keulen: “De werkwijze waarmee we de spelers van Cambuur D1 benaderen, is volop in ontwikkeling. Om de meest ideale leeromgeving te creëren voor jeugdspelers kijken we zeer kritisch naar hetgeen we aanbieden. Een aantal pijlers die terugkomen binnen onze werkwijze zijn:

- Het ontwikkelen van het zelfsturend vermogen (executieve functies)
- Het ontwikkelen van de groeimindset (t.o.v. de statische mindset)
- Het ontwikkelen van het reflecterend vermogen (terugkijken en vooruitblikken)
- Het ontwikkelen van de motorische vaardigheid gekoppeld aan het CZS (centraal zenuwstelsel)
- Het ontwikkelen van de voetbalvaardigheden

Elwin van Keulen is 23 jaar en bezig aan zijn eerste seizoen als trainer van SC Cambuur D1. Daarnaast is hij bij Cambuur sinds de start van dit seizoen Technisch Jeugdcoördinator en is hij verantwoordelijk voor de beleidsmatige zaken omtrent de jeugdopleiding van Cambuur. De jeugdopleiding maakt deel uit van de RVO FC Groningen/Cambuur. TC II'er Van Keulen hoopt spoedig de studie ALO af te ronden aan het Hanze Instituut voor Sportstudies in Groningen.



Bij de D1 is Elwin van Keulen samen met assistenten Michiel Buursma en Fedrik Houtstra de werkwijze met betrekking tot zelfreflectie aan het ontwikkelen en aan het toepassen in de praktijk.

Tijdens trainingen bieden we zoveel mogelijk leersituaties aan die een relatie met de wedstrijd hebben, zodat hetgeen de spelers leren ook daadwerkelijk betekenis voor ze heeft. We proberen duurzaam resultaat te bereiken en laten daarom soms bewust resultaat voor de korte termijn liggen. Het uiteindelijke doel van de RVO en van SC Cambuur is om zoveel mogelijk regionaal talent door te laten stromen richting het betaald voetbal. Op deze wijze kunnen wij als jeugdtrainers daar richting aan geven.

Wij geloven in de volgende formule: Talent = Aanleg x Leervermogen. Onze werkwijze is hier volledig op gericht. Het kind staat bij ons voorop en is leidend voor de wijze waarop we de leeromgeving aanbieden. De pijlers ‘competent’, ‘autonoom’ en ‘relatie’ zijn bij ons op een vanzelfsprekende manier in de werkwijze verwerkt en leveren een erg mooi resultaat op in gedrag en houding van de spelers op het veld. We proberen onze jeugdspelers zoveel

mogelijk te inspireren om alles uit zichzelf te halen en de droom (profvoetballer worden) ook daadwerkelijk vorm en inhoud te geven door ze kennis te laten maken met alles wat ze er voor zouden kunnen doen om dit mogelijk te maken. We proberen spelers bewust te maken van de gevolgen van hun gedrag zijn en koppelen dit aan het ideale plaatje van een jonge profvoetballer. Zo is het bij de D1 inmiddels normaal geworden dat de spelers zelfstandig trainen/oefenen als de training nog niet begonnen is. De spelers weten waar ze het voor doen en werken op een slimme manier aan hun kwaliteiten of leerpunten.”

Training

Elwin van Keulen: “De spelers kunnen na iedere training een evaluatieformulier invullen waarop ze reflecteren op hun training. Het formulier bestaat uit een viertal vragen die allemaal in oplossingsgerichte stijl geformuleerd zijn. In de eerste maanden van het seizoen werd het van de spelers ge-



Foto s. Martin de Jong

vraagt dit formulier na iedere training in te vullen, nu ligt de keuze bij de speler om het formulier wel of niet te gebruiken. Het is interessant om te bemerken dat de gehele selectie het nog steeds nagenoeg altijd invult. Bij het inleveren van het evaluatieformulier koppelt de trainer regelmatig met de speler terug wat hij heeft ingevuld. Op deze wijze helpt de trainer de speler beter te leren reflecteren maar toont de trainer aan ook betrokken te zijn in het leerproces van de speler.” (zie figuur 1)

Nieuwe formulieren

Elwin van Keulen: “Inmiddels is de inhoud van de formulieren veranderd. Het staat spelers nog steeds vrij zelf te bepalen of ze gebruik maken van een formulier. Op sommige dagen (willekeurig gekozen) bieden we de formulieren echter aan en wordt van de gehele selectie verwacht dat ze een evaluatieformulier invullen om zo in gesprek te komen met hun trainers.” (zie figuur 2)

Wedstrijdverslag

Elwin van Keulen: “Naar aanleiding van iedere wedstrijd wordt door de trainers standaard een evaluatie per speler geschreven. Deze evaluatie beschrijft de voetbalhandelingen van de spelers die in die wedstrijd relevant waren. Deze verslagen worden in een intern systeem (ProSquad7) opgeslagen en zo wordt van een speler een database opgebouwd voor de periode dat hij in de RVO FC Groningen/Cambuur als speler actief is. In de eerste maanden van het seizoen hebben wij de verslagen alleen in het systeem gepubliceerd. Vanaf september hebben we ervoor gekozen om de evaluaties ook met de spelers te delen. Ze ontvangen hun persoonlijke evaluatie voorafgaand aan de eerstvolgende training. Na enkele weken bleek dit een positieve uitwerking te hebben op de spelers en toen hebben

Figuur 1 Evaluatieformulier Trainingen

NAAM:	DATUM:
Hoe zwaar vond je de training? Geef een cijfer tussen de 1-10 waarbij 1 helemaal niet zwaar is en 10 heel erg zwaar is.	
Welke tip geef je jezelf mee naar aanleiding van deze training?	
Wat heb je vandaag gedaan/bereikt waar je trots op bent?	
Stel je mag jezelf een cijfer geven tussen de 1 en de 10 (waarbij 1 het laagst is en 10 het hoogst) over hoe goed je vandaag getraind hebt, welk cijfer zou je jezelf dan geven?	

Figuur 2 Evaluatieformulier

NAAM:	DATUM:
Wat heb je vandaag gedaan/bereikt waar je trots op bent?	
Wat lukte er vandaag nog niet zo goed en wil je de volgende keer beter doen?	
Hoe ga je dit aanpakken?	
Stel je mag jezelf een cijfer geven tussen de 1 en de 10 (waarbij 1 het laagst is en 10 het hoogst) over hoe goed je vandaag gepresteerd hebt, welk cijfer zou je jezelf dan geven?	
Stel je mag jezelf een cijfer geven tussen de 1 en de 10 (waarbij 1 het laagst is en 10 het hoogst) over hoe goed je vandaag getraind hebt, welk cijfer zou je jezelf dan geven?	

we ervoor gekozen de spelers ook een evaluatie te laten schrijven over de eigen wedstrijd. De evaluatie van de trainers wordt nu aan de evaluatie van de speler geniet en weer op de eerstvolgende training uitgedeeld. Sinds begin november zijn we met de groep meer in gesprek gekomen over ‘pres-teren’. Vanaf dat punt hebben we ook de cijfers (op verzoek) met de spelers gedeeld. Op deze wijze kunnen we aan de hand van een cijfer aangeven of de speler de betreffende wedstrijd op het gewenste niveau (Eerste Divisie landelijk) heeft gepresteerd.

Naar aanleiding van de verschillen en overeenkomsten in de evaluaties komen de trainers met de spelers in gesprek. De meeste spelers koppelen zelf iets terug, desgewenst neemt de trainer het initiatief. In de evaluatie wordt meestal een vraag of een prikkelende opmerking opgenomen waardoor de speler altijd getriggerd wordt.” (zie de voorbeelden van door de trainer en speler ingevulde wedstrijd-evaluaties, die we hier met toestemming van de betrokkenen mogen weergeven)

>>

**‘Wij geloven in de volgende formule:
Talent = Aanleg x Leervermogen’**

Voorbeelden wedstrijdvaluaties

Tweemaal de evaluatie van Kevin de Vries naar aanleiding van NEC D1 – SC Cambuur D1 (30-11-2013), de eerste geschreven door de trainers en de tweede door Kevin zelf.

Vries de, Kevin (6)

Het lukt jou al vaak om aan de bal in te schatten of je diep, breed of terug moet spelen. Hierdoor blijft de bal in teambezit en kan het spel op de juiste momenten verplaatst (terug) of versneld (vooruit) worden. De goal die je maakt, komt voort uit iets wat je traint. Dit is ontzettend knap van je, het toont nog maar eens aan hoe jij jezelf kunt ontwikkelen. In je positiekiezen had je vandaag meer ruimte kunnen maken voor jezelf en voor je medespelers. Je liep nu nogal eens de ruimte dicht door dicht op Quinten/Kian te gaan spelen. In de eerste helft is het minder belangrijk dan in de tweede helft (de tegenstander is minder gevaarlijk) alleen je komt nog niet altijd in duel terwijl je hier juist wel goed in bent. Als een tegenstander versnelt en bij je wegloopt, is hij vaak sneller dan jij. In duel komen (na slim positiekiezen) is iets wat jij erg goed kunt. Vraag: Wat kun jij voor je team in de coaching betekenen? (zeker als je aanvoerder bent)

Kevin de Vries

Ik moest als wij gingen aanvallen niet te veel diep lopen want anders sta ik op één lijn met de aanvallers, hebben zij geen aanspeelmogelijkheden meer en wordt er alleen maar de lange bal gespeeld. En ik hield goed rust met het aanvallen want wanneer ik niet naar voren kon, ging ik de centrale verdediger of de linksmid inspelen.

Ik moest wel wat harder in de duels want ik ben hartstikke sterk met mijn lichaam.

Ik had ook de goede momenten voor een steekbal herkend.

Mijn goal had ik heel overtuigend ingeschoten.

Ik had ook wel een aantal momenten bij het opbouwen dat ik ruimte maakte voor de spits of midmid.

Tweemaal de evaluatie van Quinten Lamsma naar aanleiding van AFC D1 - SC Cambuur D1 (11-1-2014), de eerste geschreven door de trainers en de tweede door Quinten zelf.

Lamsma, Quinten (10)

Je komt vandaag enorm gedreven en fel over, je handelt overtuigend bij iedere bal die je speelt. Je bent erg actief in het vrijlopen en weet vaak in balbezit te komen. Je stemt je loopacties goed af op die van de andere middenvelders waardoor jullie ruimte voor elkaar maken. In balbezit zoek je altijd naar het moment waarop een medespeler zijn vrijloopactie heeft afgemaakt, dit is erg slim van je want hierdoor kun je echt iets van de aanval maken en werk jij goed samen met degene die je aanspeelt. Ik denk dat het voor jou als '10' erg interessant is om te kijken naar hoe jij nog vaker in de zestienmeter van de tegenstander kunt komen (met of zonder bal). Vraag: heb jij al een plan hoe je dit voor elkaar gaat krijgen? / Weet je al waarom dit handig voor jou zou kunnen zijn?

Quinten Lamsma

Goede punten

- Ik gaf een paar goede steek/dieptepasses.
- Ik had goed afgesproken wie welke man had.
- Ik liep goed vrij.

Verbeter punten

- Ik had mijn man beter kunnen houden.
- Ik had meer kracht in een voorzet moeten geven.
- Ik had brutaler kunnen zijn.

Tweemaal de evaluatie van Martijn Ferwerda naar aanleiding van SC Cambuur D1 – Vitesse D1 (22-3-2014), de eerste geschreven door de trainers en de tweede door Martijn zelf.

Martijn Ferwerda (3)

Ik zie dat je wanneer de spits wordt ingespeeld vanaf de flank nog niet bewust omgaat met de mogelijkheden die de spits voor zichzelf probeert te creëren. De spits van Vitesse bijvoorbeeld zocht constant naar zijn linkerbeen en was je soms te vlug af bij het in de bal komen. In dit soort situaties kom jij te laat in duel waardoor de spits kan opendraaien en met zijn linkerbeen kan afronden. Tip: Maak tijdens de wedstrijd een inschatting van de speelstijl van je tegenstander (neem bijvoorbeeld zijn favoriete been hierin mee) en pas jouw eigen speelstijl hierop aan. Op deze wijze kun je er voor zorgen dat je jouw directe tegenstander zo goed mogelijk bespeelt. Ik denk dat het voor jou waardevol is om je keuzes tijdens een wedstrijd goed aan te laten sluiten bij de fase van de wedstrijd. Ik zie jou bijvoorbeeld een keer de drukte indribbelen (na een ingooi van Robert) terwijl de organisatie in je rug niet goed is en de ruimtes op de helft van de tegenstander klein zijn. Ik zie jou een bal terugspelen naar Levi terwijl de druk op de goal van de tegenstander groot is en een bal vooruit er voor zou kunnen zorgen dat die druk groot blijft. Vraag: Hoe zou jij hieraan (het lezen van een wedstrijd) kunnen werken? Ik denk dat jij vaak een duel van je tegenstander kunt winnen zonder een overtreding te maken. Jij gebruikt nu soms in sommige duels je handen waar je de bal veroverd zou hebben als je het duel zonder een overtreding te maken was ingegaan.

Martijn Ferwerda

Ik vind dat ik alle duels overtuigend in ben gegaan, vaak won ik die ook. Ik bood me goed aan als Levi de bal had. Ik had op sommige momenten geen overtreding hoeven maken maar gewoon mijn lichaam kunnen gebruiken. Op sommige momenten gaf ik de bal lang maar dat had niet hoeven want dan onderschepte de tegenstander hem. Op die momenten had ik of op kunnen dribbelen, hem aan het middenveld kunnen geven of de andere kant zoeken via Levi/Sil.

Oplossingsgericht

Elwin van Keulen: “De spelers zijn tijdens het seizoen doorlopend in gesprek met de trainers. De wijze van communiceren is hierbij van groot belang om ook hierin aan te sluiten op de werkwijze. Insteek in ieder gesprek is om de speler bewust te maken van het eigen handelen maar voornamelijk hem zelf bekwaam te maken in het handelen. Na het gesprek moet de speler het gevoel hebben zelf weer aan de slag te kunnen. We proberen de speler te leren hoe hij op de meest slimme manier gebruik kan maken van zijn mogelijkheden en onmogelijkheden. Vaak wordt de speler een spiegel voorgehouden waardoor zijn gedrag en de gevolgen hiervan voor hem zichtbaar worden en hij zich bewust wordt van zijn gedrag en de gevolgen hiervan. Een gesprek kan op veel verschillende manieren plaatsvinden, een kort gesprekje op het veld tijdens de training of juist een gepland gesprek in de bestuurskamer. Het is van belang dat tijdens ieder gesprek de trainer de juiste afwegingen maakt om het proces van de speler op de juiste manier te beïnvloeden.”

In dit artikel komt de volgende uitspraak voor: ‘Talent = Aanleg x Leervermogen’. Deze uitspraak is door de jeugdopleiding van Cambuur omarmd, maar komt uit het gedachtegoed van Bart Heuvingh, topsportbegeleider bij AZ (www.sportmindset.nl).



André Dias, Benfica onder 19

Voorkomen van blessures

André Dias werkt inmiddels zes jaar als fysiotherapeut bij Benfica. Bij de club uit Lissabon is hij een van de vijf fysiotherapeuten die fulltime op het jeugdcomplex van 'As Aguias' (De Adelaars) werken. Dias zelf is nauw betrokken bij het team voor spelers onder 19 jaar. Bij die leeftijdscategorie gaat het volgens Dias vooral om het voorkomen van blessures. De Voetbaltrainer spreekt met hem in het bijzonder over FIFA 11+, het blessurepreventieprogramma waarmee men in de jeugdopleiding werkt.

Preventief

André Dias: "Ik werk dagelijks met deze groep voor spelers onder 19 jaar. Er wordt in principe elke dag getraind en op zaterdag zijn er wedstrijden. Als ik klaar ben met de werkzaamheden bij mijn eigen team, ondersteun ik

bij de andere elftallen. Elke fysiotherapeut werkt hier op die manier. Dit vele samenwerken draagt bij aan een goede communicatie. Ik ken veel spelers uit de jongere jeugdelftallen en blijf op de hoogte van wat er speelt. Door met je collega's intensief samen

te werken, wissel je constant informatie uit. Want uiteindelijk werken we toe naar hetzelfde: zorgen dat jeugdspelers niet geblesseerd raken, jeugdspelers fit maken en ze vervolgens zo lang mogelijk fit houden. Het ontstaan van voetbalblessures is namelijk niet te voorspellen. In elk duel en op elk moment van een training of een wedstrijd kan een speler geblesseerd raken. In eerste instantie is mijn handelen er op gericht dat spelers zo min mogelijk geblesseerd raken. Preventief handelen dus: de kans op blessures verminderen."

Bescherming

André Dias: "In de ochtenden gaat het vooral om het voorbereiden op de trainingen. De spelers masseren, losmaken et cetera. Na de training gaat het om het herstellen van spieren en het verhelpen van kleine blessures. Dit laatste gebeurt trouwens regelmatig bij deze leeftijdsgroep. Het is belangrijk om kleine klachten gelijk aan te pakken, want de doorsnee achttienjarige is geneigd te lang door te lopen met pijnjes. Ze willen per se voetballen en vinden rust houden maar moeilijk. Ik begrijp dat wel, want





ze spelen bij een grote Portugese club en ze hebben een enorme drang om zichzelf bewijzen. Als ik vind dat ze rust moeten hebben, zeg ik dat tegen de coach. En die zorgt er voor dat dat ook daadwerkelijk gebeurt. Je moet spelers in deze leeftijdscategorie ook tegen zichzelf in bescherming durven nemen. Als spelers te vroeg weer volledig mee gaan trainen, wordt de kans op een langdurige blessure veel groter.”

Gewrichten

André Dias: “In deze leeftijdsgroep merk ik vooral dat spelers veel klachten hebben aan enkels en knieën, en dat daarnaast spierscheuringen veel voorkomen. Na elke wedstrijd krijgen spelers een koudwaterbad, waarin ze ongeveer vijf minuten verblijven. Het doel hiervan is om de spieren te herstellen. Deze jongens hebben de groeispurt al gehad. Onze rol zit met name in de preventie van blessures en zorgen dat ze sterker worden. Stabiliteitsoefeningen zorgen er voor dat spelers beter in balans blijven waardoor ze minder snel vallen. En er zijn technieken waardoor je beter leert landen, bijvoorbeeld na een luchtduel,

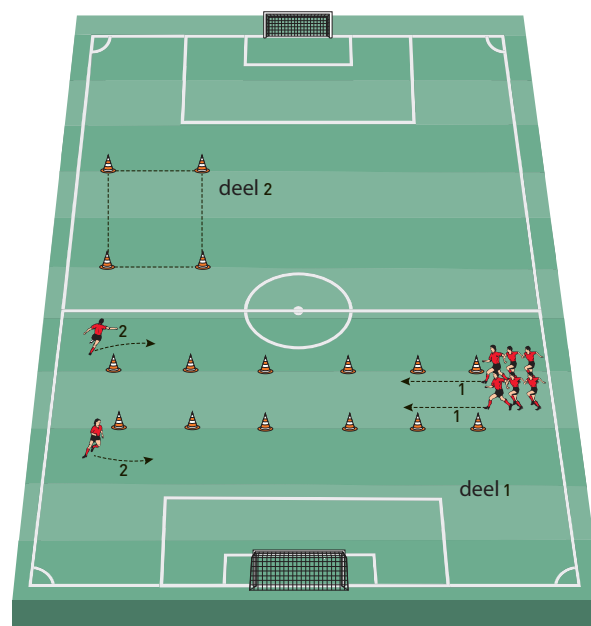
waardoor je minder snel geblesseerd raakt. Bij Benfica hanteren we sinds een tijd het FIFA 11+ programma, dat gericht is op preventie van blessures. Voorafgaand aan elke trainingssessie doorlopen we het programma, waarbij de nadruk ligt op de juiste uitvoering van de handelingen.”

Doorlopen

André Dias: “Bij het doorlopen van het FIFA 11+ programma zijn er drie delen te onderscheiden. Deel 1 bestaat uit zes loopvormen in een lage snelheid, gecombineerd met actieve stretching en gecontroleerde contacten. Deel 2 (kracht, plyometrie & balans) bestaat uit een set van zes oefeningen, gericht op kracht in de benen, behendigheid, balans en coördinatie en explosiviteit. Ook bevat dit deel oefeningen voor de hamstring. Belangrijk hierbij is de opbouw. Men begint langzaam en eenvoudig en voert, naarmate de warming-up vordert, het tempo of het aantal herhalingen verder op. In het derde deel komen opnieuw loopvormen aan de orde. In dit deel betreft het vormen die op gemiddelde of hoge snelheid worden uitgevoerd, in combinatie met voetbalspecifieke

‘We moeten spelers tegen zichzelf in bescherming nemen’

bewegingen zoals afremmen, keren, starten en draaien. Bij elk onderdeel besteden we aandacht aan een juiste uitvoering, correcte houding en goede lichaamsbeheersing. Het is belangrijk dat je dit goed bewaakt. Deze controle is relatief eenvoudig, omdat de warming-up op een klein deel van het speelveld plaatsvindt. Deel 1 en 3 spelen zich af tussen zes paar pylonen, die elk vijf tot zes meter uit elkaar staan. Twee spelers starten tegelijkertijd vanaf het eerste paar pylonen en joggen langs de binnenzijde, terwijl ze allerlei oefeningen doorlopen. Zodra ze bij de laatste twee pylonen zijn gekomen, rennen ze terug langs de buitenkant. Deel 2 van de warming-up vindt plaats in een vierkant.”



De handleiding voor FIFA 11+ is, met links naar voorbeeldfilmpjes, in het Engels te downloaden via: <http://iturl.nl/sn6xq7>

Voorbeeld: Hamstrings

Een oefening uit deel 2 van FIFA 11+ behandelt de hamstrings. Volgens drie stappen wordt de oefening uitgevoerd.



Stap 1: Beginner

Startpositie: Kniel en plaats je knieën op heupbreedte; een partner drukt je enkels met beide handen stevig tegen de grond.

Oefening: KrUIS je armen voor je borst. Leun langzaam naar voren, waarbij je je bovenlichaam van hoofd tot knieën recht houdt. Wanneer je de houding niet langer kunt vasthouden, laat je je voorzichtig in een opdrukhouding op je handen neerkomen. Houd 3-5 herhalingen aan.

Belangrijk: Duw je heupen goed naar voren om je lichaam in een rechte lijn te houden. Doe de oefening eerst langzaam, maar versnel zodra je voelt dat het goed gaat.

Stap 2: Halfgevorderd

Startpositie: Kniel en plaats je knieën op heupbreedte; een partner drukt je enkels met beide handen stevig tegen de grond.

Oefening: KrUIS je armen voor je borst. Leun langzaam naar voren, waarbij je je bovenlichaam van hoofd tot knieën recht houdt. Wanneer je de houding niet langer kunt vasthouden, laat je je voorzichtig in een opdrukhouding op je handen neerkomen. Houd 7-10 herhalingen aan.

Belangrijk: Duw je heupen goed naar voren om je lichaam in een rechte lijn te houden. Doe de oefening eerst langzaam, maar versnel zodra je voelt dat het goed gaat.

Stap 3: Gevorderd

Startpositie: Kniel en plaats je knieën op heupbreedte; een partner drukt je enkels met beide handen stevig tegen de grond.

Oefening: KrUIS je armen voor je borst. Leun langzaam naar voren, waarbij je je bovenlichaam van hoofd tot knieën recht houdt. Wanneer je de houding niet langer kunt vasthouden, laat je je voorzichtig in een opdrukhouding op je handen neerkomen. Houd 12-15 herhalingen aan.

Belangrijk: Duw je heupen goed naar voren om je lichaam in een rechte lijn te houden. Doe de oefening eerst langzaam, maar versnel zodra je voelt dat het goed gaat.

De voorloper van FIFA 11+ heet FIFA 11, ontwikkeld in 2003. De reguliere '11' bestaat uit tien oefeningen, die zich vooral richten op het verbeteren van coördinatie, stabiliteit, wendbaarheid en spierkracht in de benen. De verschillen tussen FIFA 11 en FIFA 11+ liggen onder andere op het vlak van afwisseling. De 11 vormt een onderdeel van de warming-up, terwijl de 11+ een volledige warming-up is. En waar de 11 geen methodische stappen kent in de oefeningen, kent de 11+ die wel. Een reden voor de FIFA om het programma door

te ontwikkelen, lag onder andere in het feit dat de reguliere 11 niet uitdagend genoeg voor de spelers bleek te zijn.

Naar de effectiviteit van de originele 11 op het voorkomen van blessures is in Nederland al gedegen onderzoek gedaan bij het UMC Utrecht. In het proefschrift van Anne-Marie van Beijsterveldt (e-mail: anne-marie.vanbeijsterveldt@tno.nl) 'Injury prevention for adult male soccer players' beschrijft ze het onderzoek, gehouden in het seizoen 2009/2010. Van Beijsterveldt verzamelde, in samenwerking met TNO en de KNVB, gedetailleerde informatie over blessures van 456 amateurvoetballers (23 teams uit de KNVB districten Noord en Zuid I van het zaterdagvoetbal). De teams in de interventiegroep werden geïnstrueerd om de warming-up voor de training volgens de FIFA 11-methode uit te voeren. Alle deelnemers uit de controlegroep werd gevraagd om hun gebruikelijke warming-up voort te zetten.

Anne-Marie van Beijsterveldt: "Ons onderzoek heeft zich specifiek gericht op volwassen voetballers. Enerzijds omdat dit de grootste groep voetballers in Nederland betreft, anderzijds omdat er al meerdere onderzoeken naar de effectiviteit van de 11 bij jeugdspelers zijn uitgevoerd. In het onderzoek werd vooral gekeken naar het aantal en de aard van de voetbalblessures en het bijbehorende herstel. Gedurende het seizoen raakte zestig procent van de spelers geblesseerd, voornamelijk aan enkel, hamstring en knie. Het maakte daarbij niet uit of de spelers zich hadden voorbereid op de training volgens FIFA 11 of dat ze hun eigen warming-up aangehouden hadden. Onderzoek naar de effectiviteit van dergelijke blessurepreventieve programma's bij verschillende doelgroepen, qua niveau, leeftijd en geslacht, blijft dan ook belangrijk."

Uit een Noors onderzoek (1) blijkt dat de warming-up volgens FIFA 11+ goede resultaten oplevert bij meisjes tussen 13-17 jaar.

Anne-Marie van Beijsterveldt: "FIFA 11+ bevat enkele oefeningen die de spelers op één been moeten uitvoeren, waardoor de enkel- en kniestabiliteit verbetert. Omdat meisjes een grotere kans op voorste-kruisbandblessures hebben dan jongens (door bijvoorbeeld anatomische en hormonale verschillen) kun je veronderstellen dat deze vorm van warming-up voor meisjes zeker bijdraagt aan het verminderen van knieblessures."

Ook in andere sporten blijkt de FIFA 11+ gebruikt te worden. Bij basketbal komen positieve resultaten naar voren als het gaat om preventie van knieblessures. In een ander onderzoek (2) wordt gepleit voor sportspecifieke oefeningen. Door het springen en landen zal er binnen de basketbalsport, zeker dus voor meisjes (vanwege de anatomische verschillen) meer de nadruk moeten komen te liggen op het voorkomen van knieproblemen.



(1) Soligard T, Myklebust G, Steffen K, Silvers H, Bizzini M, Junge A, Dvorak J, Bahr R, Andersen TE (2008) Comprehensive warm-up programme to prevent injuries in young female footballers: cluster randomized controlled trial. British Medical Journal, 337:a2469

(2) Longo UG, Loppini M, Berton A, Marinozzi A, Maffulli N, & Denaro V. The FIFA 11+ Program Is Effective in Preventing Injuries in Elite Male Basketball Players. The American Journal of Sports Medicine. 2012; 40: 996-1005.

Tips en tools voor trainers die iets willen veranderen in een groep

Normen en gedrag veranderen in een team

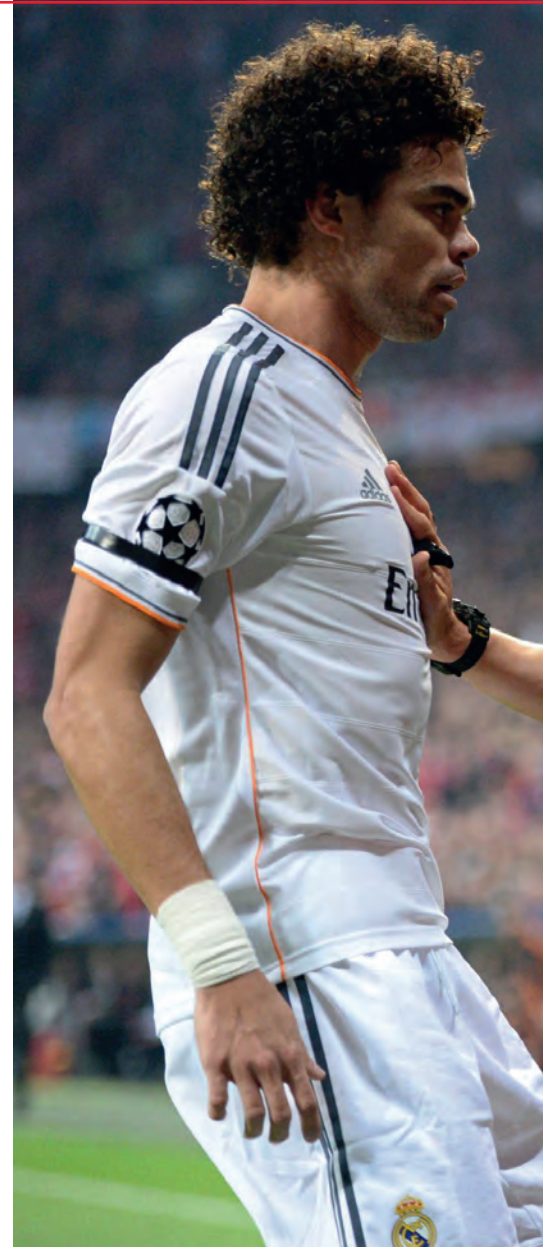
In elk voetbalteam hebben trainers te maken met normen. Normen sturen de manier waarop we met elkaar en met anderen omgaan. Soms zijn daar afspraken over (formele regels), maar er zijn ook informele omgangsvormen die bepalen hoe spelers reageren op elkaar, de scheidsrechter en de trainer. Tom Postmes, hoogleraar Sociale Psychologie, vertelt over manieren waarop trainers invloed kunnen uitoefenen op het veranderen van normen in een team.



Tom Postmes

is hoogleraar Sociale Psychologie. Hij promoveerde aan de Universiteit van Amsterdam en was van 2004 tot 2008 hoogleraar aan de University of Exeter. Postmes won diverse internationale prijzen, onder meer onderzoeks-fellowships van de KNAW (1998) en Britse ESRC (2003). Zijn publicaties verschenen in vooraanstaande tijdschriften in verschillende disciplines: psychologie, communicatiewetenschappen en bedrijfskunde.

Bij normen denken we vaak aan formele regels en afspraken die we met elkaar maken. Geen petjes op, op tijd komen, et cetera. Maar binnen ieder team ontwikkelen we ook sociale normen doordat bepaalde gedragsvormen sluipenderwijs 'normaal' worden. Hoe je een doelpunt viert, hoe je je haar draagt, hoe je emoties uit (teleurstelling, boosheid): binnen de groep weet je wat je moet doen, ook als er geen voorschriften zijn. Zo'n informele gedragscode heeft een sterke invloed en kan leiden tot gewenst en ongewenst gedrag. Ongewenst gedrag wordt bijvoorbeeld aangemoedigd als één speler tijdens wedstrijden verbaal sterk reageert op beslissingen van een scheidsrechter. Andere spelers vinden zo iemand misschien wel stoer en kijken tegen zo'n speler op. Hij verwerft er status mee en kan zo een soort leiderschapsrol vervullen: anderen gaan meedoen en hem steunen.



Duwen en trekken

Als je het gedrag van de speler in kwestie wilt veranderen, is het goed om te weten dat we onderscheid maken tussen 'duwen' en 'trekken'. In het eerste geval zeg je tegen een speler dat hij ermee moet ophouden. Je confronteert hem met zijn gedrag en geeft aan hoe het anders moet. Als je veel overwicht hebt, kan dit prima werken. De keerzijde aan dit 'duwen' is dat het uitnodigt tot terugduwen ('ja maar...'). Je krijgt een kleine machtsstrijd waarin medespelers niet altijd jouw kant kiezen. Een andere methode kan effectiever zijn. Vaak hebben medespelers gemengde gevoelens over de heftige reacties van die ene speler op de scheidsrechter: het is stoer maar het is ook vervelend. Als je goed kijkt naar het gedrag van andere spelers bij zo'n incident dan zie je vaak dat sommigen erin meegaan,



Foto: Pro Shots

anderen blijven neutraal of houden zich afzijdig. Door de hele groep te betrekken bij de gedragsverandering kun je veel invloed uitoefenen op het gedrag van de eenling. Allereerst moet je zorgen dat je de groep lostrekt. Dat kan door spelers individueel te bevragen: “Vind jij het goed om zo tegen de scheidsrechter te doen?” Maar ook met de speler in kwestie ga je in gesprek. “Je hebt geprotesteerd tegen de arbiter, maar heeft ons dat nu wat opgeleverd? Heb je het gevoel dat het team er iets mee is opgeschoten?”

Je kunt daarbij best je eigen mening geven. Maar laat het team het werk doen. Wat levert dit op? Wat bereiksen we ermee? Op het moment dat je meerdere spelers hebt bevraagd valt de steun voor de speler in kwestie langzaam weg. Je hebt spelers zelf een analyse laten maken, je trekt de meningen uit de spelers en gaat

daarna het gesprek aan. Bij dit ‘trekken’ nodig je spelers uit om zelf met alternatieven te komen. Het is een onderhandelende vorm van beïnvloeden. Bij sommige groepen werkt ‘duwen’ prima, maar in andere situaties kun je beter ‘trekken’. Trainers doen er goed aan om beide beïnvloedingstechnieken te beheersen. Maar de praktijk leert dat mensen de voorkeur geven aan een van de beide. De vorm die jou het minst ligt moet je dus gaan oefenen.

Training

Hierboven stellen we een dialoeloplossing voor: door anders te denken hoop je dat het team zich anders gaat gedragen. Maar in spelsituaties spelen andere dingen zoals fysieke opwindings, emoties en de wil om te winnen een rol. Er is ook een praktijkoplossing mogelijk, die in sommige gevallen be-

ter werkt. We blijven bij het voorbeeld van klagen op de arbitrage. Je kunt reacties op discutabele beslissingen oefenen tijdens trainingspartijtjes. Tijdens zo’n partijtje ben jij zelf de scheidsrechter en neem je ongetwijfeld soms beslissingen waar spelers het mee oneens zijn. Als er dan geklaagd wordt of er komen rare reacties zijn, leg dan het spel stil, roep de groep bij elkaar en praat erover. Geef daarbij zowel de klagende speler als de andere spelers het woord. Op basis van de afspraken die je dan maakt, kun je vervolgens oefenen hoe je de scheidsrechter dan wél kunt aanspreken. Ook kun je de spelers trainen hoe ze elkaar in dit soort situaties kunnen helpen goed te reageren. Dit soort gedragsoefeningen kunnen effectiever zijn dan alleen maar praten. Je kunt spelenderwijs nieuwe gedragsvormen inslijten. ⚽

De Voetbalmethode van Henk Mariman

Aanvallen door het centrum

Henk Mariman onderscheidt in zijn methode het aanvallen via de flanken (VT201) en het aanvallen door het centrum. In dit artikel komen we tot een training voor 14/15-jarigen op basis van een uitgekookte werkwijze die het fundament is onder de nieuwe boekenserie van Mariman.

Henk Mariman: “Ik heb het aanvallen via het centrum opgesplitst in ‘het aanspelen in de voet’ en ‘het aanspelen in de ruimte’. In ‘het aanspelen in de voet’ ga ik dieper in op het vrijlopen en het aanspelbaar maken van de centrumaanvaller in de bal en de samenwerking met de spelers rond hem. Bij het ‘aanspelen in de ruimte’ besteden we aandacht aan het vrij- en dieplopen in de ruimte achter de verdedigers, de samenwerking tussen de aanvallers en de aanvallende middenvelders en het afwerken op doel. Het trainen van de dieptebal in de ruimte (in het centrum) zie je in de praktijk minder vaak voorkomen. De aandacht gaat vaak naar het aanvallen via de flank.”

De training

Henk Mariman: “In de ontdekkingsfase starten we met een pass- en trapvorm met vier posities. De denkbeeldige lijn geldt als buitenspelijlijn. Ik kies voor een organisatie in een open ruimte. Het passen en trappen van pylon naar pylon stemt niet overeen met de wedstrijdrealiteit. In de eerste fase laat ik de spelers vrij aan de slag. Ze kunnen zelf de combinaties kiezen (zonder buitenspel te lopen). Daarna bespreek ik met hen de mogelijkhe-

den. Ik laat ze aan het woord en stel open vragen. Vervolgens proberen we de mogelijkheden uit. We eindigen met een vrije keuze. De spelers kunnen een van de variaties kiezen. De coach kan de vorm verder uitbreiden door er een tegenstander in te plaatsen.

In de trainingsfase kies ik voor een wedstrijdvorm 8:8. De aanvallers, de middenvelders en de flankverdedigers. De denkbeeldige lijn dient als buitenspelijlijn. De aanvallende partij scoort in het grote doel met keepers, de tegenstanders in een van de twee doelen. Afhankelijk van de kwaliteit van het team kan de coach de ruimte verkleinen (in de diepte) of ze korter bij het doel plaatsen, waardoor er minder ruimte is om de dieptebal te spelen. De coach blijft in eerste instantie op de achtergrond en observeert de vorm. Na vijf pogingen laat hij de aanvallende en de verdedigende spelers de uitvoering apart analyseren. Vervolgens krijgen de aanvallers opnieuw vijf pogingen.

In de laatste fase kies ik voor de wedstrijdvorm 8:8 op een lang en smal veld (met een duidelijke middenlijn). We geven het aanvallende team (zon-

Foto's: Pro Shots

der medeweten van de tegenstander) een opdracht: ze zetten zo snel mogelijk druk op de opbouw van de tegenstander. Hierdoor ontstaan er voor de aanvallende partij mogelijkheden in diepte. De coach analyseert de uitvoering. Na tien minuten wedstrijd legt hij de wedstrijd stil en kunnen beide



Accenten per leeftijdsgroep

12/13: Voetballen vanuit je positie

Bij de 12- tot 13-jarigen krijgen de spelers verschillende situaties in de diepte aangeboden. Daarbij zijn de afstanden eerder beperkt. De coach laat de spelers experimenteren met de dieptebal, het diep lopen en het afwerken op doel.

14/15: Voetballen vanuit je linie

Bij de 14-tot 15-jarigen gaan we dieper in op de interactie tussen de spelers. In eerste instantie gaan we aan de slag met de samenwerking tussen de aanvallende middenvelders. De spelers leren gebruik maken van elkaars ruimte en zoeken het evenwicht tussen dieplopen en in de bal komen. Daarbij laat de coach voldoende ruimte voor experiment.

16/17: Voetballen in een team en het winnen van de wedstrijd

De 16- tot 17-jarigen leren omgaan met wisselende situaties en afstanden. De coach maakt een analyse van de kwaliteiten van de spelers en gaat hier dieper op in. De spelers leren om hun voordeel te halen uit de speelwijze van de tegenstander.


18/19: Voetballen in een team én het winnen van de competitie

In de laatste fase gaat de focus vooral naar de efficiëntie. De spelers kunnen omgaan met wisselende omstandigheden en de invulling wordt afgestemd op de eigen kwaliteiten en werkpunten én die van de tegenstander. De coach gaat uit van eigen sterkte, maar leert de spelers omgaan met de sterkte/zwakte van de tegenstander.

partijen apart de uitvoering evalueren. Hij eindigt de wedstrijd met een vrije wedstrijdvorm.

In de trainingsopbouw gaan we stap voor stap van makkelijk naar moeilijk. Maar er zijn nog andere formats om de spelers te beïnvloeden. De coach kan

bijvoorbeeld de training starten met een wedstrijdvorm waarin hij een bepaalde problematiek ensceneert. Vervolgens biedt hij de spelers een vorm aan waarin hij gericht aan de slag gaat met de inhoud. Hij eindigt de training met dezelfde wedstrijdvorm als in het begin van de training. Bij het uitwer-

ken van de training komt het erop aan om zo kort mogelijk bij de wedstrijdrealiteit en -beleving te blijven. Door de trainingsopbouw te variëren en af te stemmen op de wedstrijd wordt het implementatieproces voor de spelers makkelijker. In de boekenreeks gaan we hier dieper op in." 

>>>

Trainingsvormen Aanvallen door het centrum 'Het aanspelen in de diepte'

1. Pass- en trapvorm 4.0 (met 4 posities)



Organisatie

- de spelers krijgen de volgende variaties aangeboden:
 - de aanvallende middenvelder gaat in de rug
 - de centrumspits komt in de bal en loopt vervolgens diep
 - de aanvallende middenvelder doet een eentweecombinatie met de centrumspits
 - de denkbeeldige lijn geldt als buitenspellijn. Bij buitenspel mag de aanvaller niet doorlopen naar het doel

Winmoment

- elk team krijgt 10 pogingen. Wie scoort het meeste doelpunten?

Coaching

Centrumaanvaller:

- 'Ga op het juiste moment diep.'
- 'Maak ruimte voor de opkomende middenvelders.'
- 'Blijf op snelheid.'
- 'Ga recht op doel af.'
- 'Aanname in de juiste richting én bal speelklaar.'

Aanvallende middenvelder:

- 'Steun onder de bal of kies voor diepte.'
- 'Anticipeer op de loopacties van je medespelers.'
- 'Kijk uit de ruimte wanneer je aan de bal komt.'
- 'Blijf op snelheid.'
- 'Ga recht op doel af.'
- 'Aanname in de juiste richting én bal speelklaar.'

Verdedigende middenvelder:

- 'Kijk uit de ruimte.'
- 'Steun onder de bal.'

2. Wedstrijdvorm 8:8 + K



Organisatie

- de denkbeeldige lijn geldt als buitenspellijn
- de aanvallers kunnen scoren in het grote doel met keeper
- de tegenstanders kunnen scoren in een van de twee kleine doelen

Winmoment

- wie scoort het eerst 4 doelpunten?

Coaching

- beide partijen evalueren individueel de uitvoering

Centrumaanvaller (9):

- 'Kies centraal positie.'
- 'Maak ruimte voor de andere spelers door uit de ruimte te lopen.'
- 'Zorg dat je aanspelbaar bent.'
- 'Goede afwisseling tussen het in de bal komen en dieplopen.'

Aanvallende middenvelders (8 en 10):

- 'Hou het speelveld breed.'
- 'Kies het juiste moment om diep te lopen: anticipeer op de loopactie van de centrumaanvaller.'
- 'Eén aanvallende middenvelder dient onder de bal steun te geven.'
- 'Kijk uit de ruimte: heb oog voor wat er in de diepte gebeurt.'

Verdedigende middenvelder (6):

- 'Kijk uit de ruimte, heb oog voor wat er in de diepte gebeurt.'
- 'Steun onder de bal.'

3. Wedstrijdvorm 7:7 + 2K



Organisatie

- formatie eigen team: 1:3:3:1
- formatie tegenstander: 1:2:2:3
- we spelen op een smal en lang veld
- buitenspel is van toepassing (middenlijn)
- we spelen twee blokken van 10 minuten
- rol van de tegenpartij: de tegenstander krijgt, zonder medeweten van het eigen team, de volgende opdracht: ze dienen druk te zetten op het eigen team. hierdoor ontstaan er ontsnappingsmogelijkheden in de rug van de tegenstander

Winmoment

- wie eerst 3 doelpunten scoort, wint de partij

Coaching

- beide partijen evalueren individueel de uitvoering van de vorm



Henk Mariman is als auteur en redacteur voor De Voetbaltrainer een bekende voor de lezers van dit vakblad. De laatste jaren heeft hij talloze uren geïnvesteerd in de ontwikkeling van De Voetbalmethode. Mariman kon daarbij gebruikmaken van een grote hoeveelheid aan ervaringen, vooral in het betaald voetbal. De boeken zijn echter óók een must voor alle amateurtrainers en Hoofden Opleiding in het amateurvoetbal.



Speelwijzetraining

- boeken (gedrukt) per stuk € 25,- en voor de set van 4 geldt de setprijs van € 85,-.
- eBooks: prijs per stuk € 5,- en voor setprijs 5 eBooks: € 20,-.
- complete set van 4 gedrukte boeken en 5 eBooks: € 95,-

Nu verkrijgbaar in de webshop van De Voetbaltrainer.

A-JEUGD



Mark Leeflang was als voetballer actief als spits voor Be Quick Zutphen, WVF (Zwolle) en WHC (Wezep). Als trainer werkte de Zwollenaar vier seizoenen bij die laatste club als trainer van A1 en Hoofd Opleiding. Daarna kwamen Go Ahead Kampen (een seizoen als assistent bij het eerste elftal), drie seizoenen vv Berkum A1 en Flevo Boys. Bij die club traint hij in 2013/2014 de A1 en wordt hij het volgende seizoen alleen nog Hoofd Opleiding. Leeflang is in het bezit van diploma TC II.

Ouders

Mark Leeflang: "Als spelers voor het eerste of tweede in aanmerking komen, nodigen we de ouders ook uit voor een gesprek. Samen met de speler en zijn ouders bespreken we de situatie. Afspraken die we maken zetten we op papier en dat werkt heel goed. Bij jongens van zeventien of achttien jaar is het goed de ouders vanaf dag één te betrekken bij de laatste stap richting de senioren. Dan is het voor iedereen duidelijk waar je naartoe werkt. Spelers krijgen hierbij de nodige verantwoordelijkheid. Ze moeten aangeven wat ze willen verbeteren en wat ze er voor over hebben om dat te bereiken. Na een half jaar wordt de voortgang van de speler opnieuw samen met ouders en speler zelf bekeken."

VOLG De VoetbalTrainer
Twitter Facebook LinkedIn YouTube

Geduld

Matthias Frankema (Hoofd Opleiding): "In de A-junioren weten we grotendeels al wie wel en (nog) niet in aanmerking komt voor een stap naar de selectie. Wij zijn afgestapt van het principe dat de A het einde van de opleiding is. De overstap van de A naar het eerste elftal is namelijk erg groot. Dermate groot zelfs, dat wij het tweede elftal als een soort opleidingsteam hebben ingesteld. Daar spelen ook oudere jongens in, maar het is tevens een kweekvijver voor onze talenten. De reden dat die stap zo groot is ligt met name op het fysieke en het mentale vlak. Mentale ontwikkeling is een belangrijk aspect bij de A-junioren. Het kunnen omgaan met kritiek, het omgaan met tegenslag, het wel of geen leiding kunnen geven, et cetera. We zien juist door die mentale ontwikkeling (of het achterwege blijven daarvan) dat sommige jongens het wel of niet halen. Dit heeft ook met name met geduld te maken. Spelers die sinds de D al in de vertegenwoordigende elftallen hebben gespeeld hebben hoge verwachtingen zodra ze tweedejaars A-junior zijn. Het is goed om daar aan het begin van het seizoen duidelijk over te zijn."

Inslipen

Mark Leeflang: "In de voorbereiding combineren we het conditionele gelijk met het voetballende gedeelte. In het begin van de voorbereiding werken we veel aan onze opbouw, om een stevige fundering onder onze aanvallende speelstijl te leggen. Door in de eerste oefen- en bekerwedstrijden tactische accenten te leggen kunnen we hier al een start mee maken. Uiteraard spelen we met de A ook op het toernooi bij Be Quick'28 in Zwolle, waarin je gedurende een maand al meerdere wedstrijden speelt. In de voorbereiding valt het me steeds weer op hoe weinig tijd je eigenlijk hebt om aan een speelwijze te sleutelen. Van die paar bekerwedstrijden moet je het wel hebben. Daarom starten we dus al in mei met het inslijpen van een manier van spelen. Zowel aanvallend als verdedigend maken we in hoofdlijnen duidelijk hoe we willen voetballen. Omdat je al B-junioren mee hebt laten trainen vanaf de winterstop, heb je die jongens al goed in beeld. Ook zij weten in een vroeg stadium wat er van ze verwacht wordt."

Realistisch

Mark Leeflang: "Met alle tweedejaars A hebben we al vroeg in het seizoen een gesprek over hun perspectieven. Dan kan het qua verwachtingen al botsen, indien het te ver uit elkaar ligt. Het is jammer dat je als club acht tot tien jaar in een jeugdspeler investeert en dat hij vervolgens het eerste niet haalt, omdat hij geen geduld heeft. We bereiden de jongens al snel voor op de route die ze hopelijk gaan afleggen naar dat eerste elftal. We proberen daarbij vooral heel realistisch te zijn. Bij Flevo Boys hebben de trainers van het eerste, tweede, A1 en B1 zelf op het hoogste amateurniveau gespeeld. Hierdoor weten ze wat er voor nodig is om de stap naar Flevo Boys 1 te kunnen maken. Jongens die kritisch zijn op zichzelf en weten dat ze stappen moeten maken zijn daarbij op de goede weg. Talentvolle jongens trainen na de winterstop al wel mee met de selectie. We vertellen spelers vooral aan welke punten ze moeten werken om beter te worden. Elke zeven à acht weken evalueren we met de trainers van de senioren, waarbij er steeds goed naar het individu wordt gekeken. Als we vinden dat jongens een stap moeten maken dan gebeurt dat. Het trainersoverleg is bij ons erg waardevol."

Trainingsvorm

Doel

- verbeteren van het opbouwen via de centrale verdedigers naar de middenvelders

Organisatie

- het veld is 80 meter lang en 55 meter breed
- 16 hesjes in 2 verschillende kleuren
- 8 pylonen
- 2 grote doelen
- 10 ballen in het doel van de keeper van de opbouwende partij
- de hoeken worden schuin afgesneden

Inhoud

- partijspel 8:8 + 2 keepers
- de te coachen partij speelt 1:2:3:3
- de tegenpartij speelt 1:4:3:1
- er wordt met buitenspel gespeeld
- na een uitbal start de keeper van de te coachen partij met een doeltrap
- de tegenpartij zakt in tot op de cirkel en dekt agressief vanuit de zone



Coaching

- '3 en 4, kijk over je schouder voordat je de bal aanneemt.'
- '3 en 4, kijk of er ruimte is om in te dribbelen.'
- '6 en 8, bepaal of je kunt doordraaien of dat je kaatst.'
- 'Herken het moment waarop de tegenstander kantelt en je dus een oplossing in de diagonaal kunt zoeken.'
- '9, kies positie voor het doel.'
- 'Heb oog voor de derde man.'
- 'Wees in beweging en coach elkaar.'
- 'Maak loopacties: kom naar de bal toe of loop weg in de diepte of diagonaal.'

Methodiek

- laat de 9 en eventueel 10 van de tegenpartij meer druk geven
- maak het veld kleiner (smaller)
- maximaal 2x raken voor de verdedigers van de te coachen partij

B-JEUGD



Matthias Frankema is al drie jaar de trainer van Flevo Boys B1, waarmee hij speelt in de Tweede Divisie landelijk. Daarnaast is hij Hoofd Opleiding bij de club uit Emmeloord. Frankema is in het dagelijks leven docent maatschappijleer op een middelbare school. Als speler kwam hij uit voor Flevo Boys, FC Zwolle (beloften), Be Quick 1887, Gronitas en opnieuw Flevo Boys (Topklasse). De functie van Hoofd Opleiding wordt volgend seizoen ingevuld door Mark Leeftang. Frankema wordt trainer van Flevo Boys A1. Hij is in het bezit van het diploma TC II.

Groeien

Matthias Frankema: “Spelers die in C1 nog als bepalende spelers speelden, kunnen in de B1 maar zo op de bank belanden. Door grote fysieke verschillen (lengte, breedte, kracht, snelheid) is het voor eerstejaars moeilijk om gelijk al aan te kunnen haken bij het niveau dat gevraagd wordt in de B. De trainer heeft, zeker al in de voorbereiding, de taak om duidelijk en eerlijk te zijn. Ik houd spelers regelmatig voor dat het eerste jaar in de B een jaar van wennen is. Als ze hard blijven trainen gaat het in het tweede jaar doorgaans veel beter. Ook zul je veel tijd moeten besteden aan het groepsproces in deze leeftijdsfase. In juni leg je op het toernooi bij Be Quick'28 in Zwolle al een tactische basis en in de voorbereiding gaan we daar verder mee. De B-juniorengroep heeft tijd nodig om naar elkaar toe te groeien.”

In kaart brengen

Matthias Frankema: “Op het moment dat spelers van de C overgaan naar de B, hebben we ze al een flinke tijd in de opleiding rondlopen. Dit betekent dat we al ruim tevoren weten hoe de B1 er uit komt te zien. Vooral omdat de trainers bij Flevo Boys onderling goed en veel contact hebben. Zet hier de gegevens van de interne scouting bij en je hebt al tijdig een goed beeld van je groep. De B1-selectie hebben we in mei wel zo'n beetje rond. Alleen over de nummers 14 tot 16 kan nog twijfel zijn. Door ons netwerk durven we ook wel buiten Emmeloord te kijken naar spelers. Als je namelijk weet dat je op een bepaalde plek tekortkomt, dan moet je tijdig actie ondernemen. Er kunnen spelers afvallen bij BVO's, die wel bij ons willen spelen. In principe kun je dus al twee of drie jaar vooruitkijken, mits je je jeugdopleiding goed in kaart hebt gebracht.”

Variëren

Matthias Frankema: “In de B-junioren variëren we duidelijk meer in formaties en taken. Waar je in de C nog kiest voor een min of meer vaste manier van spelen, kan dat in de B wel anders zijn. Dit heeft onder andere te maken met het niveau waar we op spelen. In de Tweede Divisie moet je je meer instellen op tegenstanders. Andersom gebeurt dat net zo goed. We spelen wel 1:4:4:2, maar ook 1:4:3:3 met de punt zowel naar voren als naar achteren. In de B laten we enkele jongens al na de winterstop meetraineren met de A1. In de tweede seizoenshelft trainen we bovendien erg wedstrijdgericht. Dus niet zozeer aan de hand van wat er de afgelopen wedstrijd niet goed ging, maar meer naar de komende tegenstander toe. Een B-junior kan tactisch gezien al veel meer aan dan een C-junior. Hier maak je spelers bewust van. In de opbouw heb je bijvoorbeeld minder ruimte, omdat een tegenstander tactisch sterker speelt en de opbouw probeert te verstoren. Dat betekent dat je andere looplijnen moet kunnen hanteren. De B is zeker tactisch gezien veel complexer dan de C.”

Maatwerk

Matthias Frankema: “In een ideaal scenario werk je vanuit de periodisering. Maar in de voorbereiding train je pas heel laat met je complete groep. Omdat de verschillen tussen eerstejaars en tweedejaars ook in deze leeftijdscategorie groot zijn, moet je daar als trainer iets mee. In de voorbereiding laat ik de eerstejaars wel eens 4:4 tegen elkaar spelen en de tweedejaars 3:3. Dan spelen ze tegen fysiek gezien min of meer gelijkwaardige spelers. De eerstejaars hebben een groter risico om geblesseerd te raken, zeker ook nog door de groeispurt. Ik laat die groep gerust eens een partijtje niet meespeelen. Voor spelers die later terugkomen van vakantie volgt er een aangepast programma. In de voorbereiding werk ik tegelijkertijd twee kanten op. De verdediging speelt in partijvormen samen met middenvelders en de keeper, tegen de middenvelders en de aanvallers. Op die manier kan ik in één trainingsvorm dus zowel het aanvallen als het verdedigen trainen. De aanvallers en middenvelders kunnen trouwens ook beginnen met kansen creëren op de helft van de tegenstander en de verdedigers en middenvelders met verdedigen op de eigen helft. Dit gebeurt in middelgrote partijspelen, zoals 7:7 of 8:8. Spelers spelen altijd vanuit hun positie en beide partijen worden gecoacht. Door mijzelf en door een van mijn assistenten.”

Trainingsvorm

Doel

- het vrijspelen van een verdediger (in dit geval de 2) op de eigen helft

Organisatie

- het veld is 65 meter lang en 50 meter breed
- 8 pylonen om een veld mee uit te zetten
- 2 grote doelen
- 14 hesjes in 2 verschillende kleuren

Inhoud

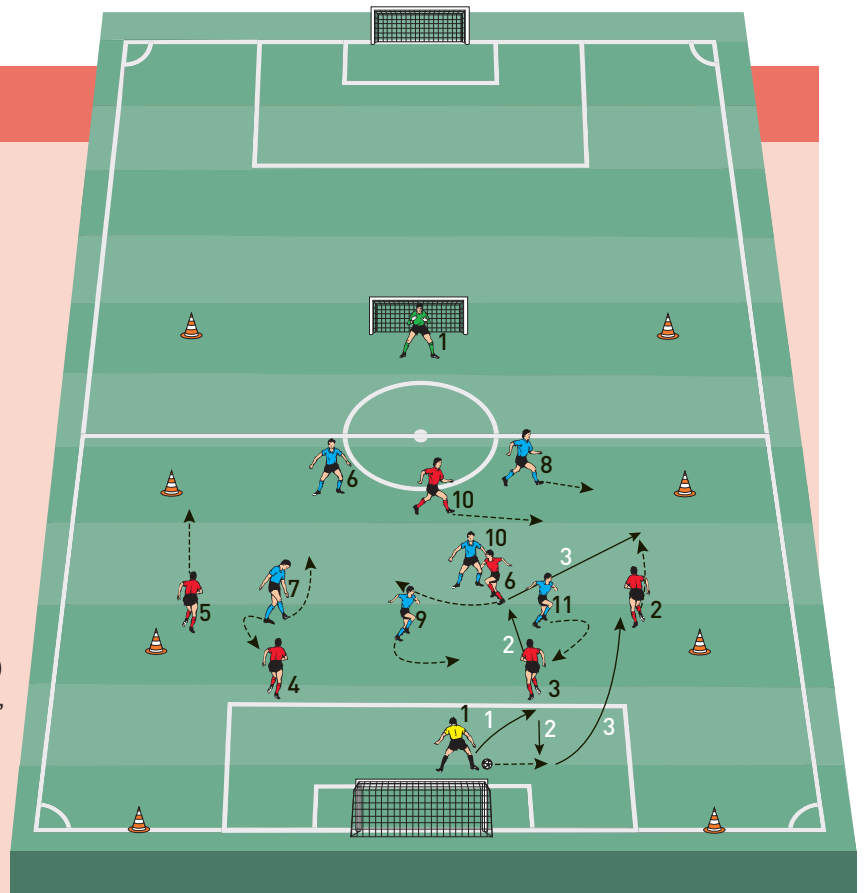
- partijspel 6:6 + 2 keepers
- er kan gescoord worden op de grote doelen
- aanvallende ploeg probeert onder de druk uit te voetballen door de vrije man te vinden in de opbouw (in dit geval de 2)
- nadruk ligt op uitzakken, dieplopen, in de breedte bewegen, diagonaal bewegen ten opzichte van de speler in balbezit, explosief in de bal komen, inschuiven, et cetera
- aanvallende ploeg oplossingen laten herkennen hoe te handelen wanneer verdedigende partij druk zet

Mogelijkheden om 2 te bereiken

- indribbelen van 3 en passen naar 2
- inspelen van 6 die overkomt naar balkant en kaatst op de vrijstaande 2
- uithalen naar de keeper, de bal over de grond of door de lucht spelen op vrije 2
- inspelen van diepe 10, die uitkaatst op 2 (de ballijn is dan al open gemaakt door 6)

Coaching (bij een aanvallende doelstelling)

- 'Hoe kunnen we de vrije man bereiken?'
- 'Speel ballen strak in en op het goede been.'



- 'Keeper, doe mee in de opbouw.'
- '3 en 4, durf in te dribbelen.'
- 'Middenvelders doe actief mee en probeer een door een verdediger ingespeelde bal in één keer door te spelen op de 2.'
- 'Middenvelders, kom over naar de balkant om aanspelbaar te zijn en te helpen.'
- 'Geef door coaching, zowel verbaal als non-verbaal, aan waar je de bal wilt hebben.'

Methodiek

- veld korter en smaller maken (moeilijker)
- maximaal 2x raken voor de opbouwende ploeg of alleen voor de centrale verdedigers (moeilijker)
- de verdedigende ploeg meer druk laten geven, door 10 door te laten stappen op 3 waardoor er een situatie 1:1 ontstaat (moeilijker)
- veld breder en langer maken (makkelijker)
- extra middenvelder voor de aanvallende partij, waardoor er een overtalsituatie ontstaat (makkelijker)

Variatie

- de ene ploeg bouwt op en de andere ploeg zet op verschillende manieren druk op de helft van de tegenstander
- de ene ploeg verdedigt op eigen helft en de andere ploeg valt aan op de helft tegenpartij
- spelen met 1 groot doel en 2 of 3 kleine doeltjes



C-JEUGD



Guido Wind doorliep bij sv VENO in Vollenhove alle jeugdelftallen. Inmiddels speelt hij in het eerste elftal van de zondag derdeklasser. Bij die club trainde hij gedurende acht seizoenen de C1, C2 en B1. In 2013/2014 maakte hij de overstap naar Flevo Boys, waar hij op dit moment de C1 traint. Met dat team speelt hij in de Derde Divisie landelijk. Wind is in het bezit van TC III.

Belasting

Guido Wind: “Qua belasting betekent het gegeven dat je spelers met verschillende achtergronden in de C hebt dat je naar het individu moet durven kijken. Enkele spelers kunnen al drie keer trainen, maar andere zijn nog niet zover. Je moet zeker in de voorbereiding van de C constant bezig zijn met die belasting, want anders loop je tegen blessures aan. We starten de voorbereiding dan ook met de gangbare zaken als pass- en trapvormen en wat grotere partijspelen. Het gaat erom dat spelers weer het goede gevoel krijgen na de zomerstop. Verder maken we afspraken hoe we binnen en buiten het veld met elkaar omgaan. En we komen samen tot bepaalde doelstellingen voor het nieuwe seizoen.”

VOLG De VoetbalTrainer
Twitter Facebook LinkedIn YouTube

Teambelang

Matthias Frankema (Hoofd Opleiding): “In de D leren we spelers te wennen op een groot veld. Het spelen in een formatie 11:11, met wat kleine taken per positie. In de C gaan verder werken in linies. We brengen spelers taken bij in het verdedigen en aanvallen en maken dus een belangrijke tactische stap. Vanaf de C kijken we puur naar kwaliteit en vervalt het onderscheid tussen eerstejaars en tweedejaars, dat in de D nog wel werd gemaakt. De manier van voetballen ligt in onze jeugdopleiding nu alleen op hoofdlijnen vast. We willen wel altijd van achteruit opbouwen en bij het verdedigen willen we de bal snel veroveren. Net als bij de overgang van E naar D laten we D-spelers na de winterstop meetraineren met de C. In de C kijken we wel meer naar het fysieke aspect dan in de D. De motoriek blijft belangrijk. We gaan in de C al meer met spelers praten over wat er van ze verwacht wordt op een bepaalde positie en er wordt spelers aangeleerd meer te denken in het teambelang. Ze zijn, zeker in dezelfde linie, op de hoogte van elkaars taken en verantwoordelijkheden: ‘Als hij iets doet, wat moet ik dan doen?’”

Indeling

Guido Wind: “Bij het indelen van de teams kijken we naar de voorkeurspositie van een speler, maar dit is niet altijd leidend. Spelers krijgen zelf de kans om aan te geven waar ze graag willen spelen. We doen met de C mee op het toernooi bij Be Quick'28 in Zwolle. Samen met alle gegevens die we al hebben vanuit de interne scouting komen we dan tot bepaalde keuzes. Op het toernooi hakken we knopen door wat betreft de laatste spelers die we toe gaan voegen aan de C1-selectie. In de voorbereiding maken we voor elke positie duidelijk wat er van spelers wordt verwacht. In de voorbereiding van de C moet je heel goed kijken naar de belasting van de spelers. Er zit fysiek gezien een groot verschil tussen sommige eerstejaars en tweedejaars. Je kunt dus volgens mij niet gewoon constant in groepen trainen, juist omdat die verschillen zo groot zijn. Net als in de D willen we ook in de C gelijk niet te lang wachten met het spelen van wedstrijden. Door het spelen van wedstrijden komen spelers snel in hun ritme en gaat de handelingssnelheid omhoog. Op trainingen bouwen we de intensiteit op, door bijvoorbeeld de duur van een positiespel te verlengen of minder rustmomenten in je training in te bouwen. Alles met als doel om de eerste competitie wedstrijd tweemaal 35 minuten te kunnen presteren.”

Groepsproces

Guido Wind: “De C is bij ons een gemêleerd gezelschap. Sommige jongens komen bij ons uit de D, andere komen van een BVO en weer andere jongens komen van een andere amateurclub. Het is dan heel belangrijk dat je probeert er een groep van te maken, dat het team naar elkaar toegroeit en dat spelers fouten van elkaar accepteren. Om dat laatste voor elkaar te krijgen bespreek ik veel tactische zaken met de gehele groep. Op die manier weet iedereen wat er van de rechtsback wordt verwacht en daarvoor kunnen jongens elkaar in het veld beter helpen. Van een nog erg positiegerichte benadering in de D gaan we in de C al naar een wat meer teamgerichte benadering. Ook wordt er inbreng van de jongens zelf gevraagd. In de C laat ik ze al nadenken over hoe we willen spelen en wat voor gevolgen dat dan heeft. Als je de C-junior deze ruimte om mee te praten geeft, heb je gelijk ook iets in handen om ze aan te spreken als iets niet goed loopt. Vervolgens accepteren ze dat ook, want ze hebben er zelf over meegedacht.”

Trainingsvorm

Doel

- verbeteren van het verstoren van de opbouw van de tegenstander op de eigen helft

Organisatie

- het veld is 70 meter lang en 55 meter breed
- 2 grote doelen
- 6 pylonen om het veld mee af te snijden
- 11 hesjes in 2 verschillende kleuren
- 10 ballen in het doel van de keeper van de tegenpartij

Inhoud

- 6:5 + 2K
- de te coachen partij speelt 1:4:1
- de tegenpartij speelt 1:3:3
- zodra de bal uit is start de keeper van de tegenpartij met een doeltrap of uitgooi



Coaching

- '2 en 5, durf door te kantelen naar de balkant en laat je tegenstander los.'
- '3 en 4, spreek met elkaar af wie er uitstapt.'
- '3 en 4, coach elkaar zodra je de 9 van de tegenpartij overgeeft.'
- '6, kantel mee naar de balkant.'
- '4 en 6, probeer de ballijn naar de 9 af te schermen.'
- '6, zit kort op de 10 wanneer die wordt ingespeeld.'

Methodiek

- veld smaller maken (makkelijker)
- een middenvelder bij de tegenpartij er uit halen (makkelijker)
- een extra verdedigende middenvelder bij de te coachen partij plaatsen (makkelijker)
- tijdslimiet afspreken waarbinnen de bal veroverd moet zijn (moeilijker)

D-JEUGD



Ralf Dikkerboom is bezig aan zijn eerste seizoen als trainer van Flevo Boys D1. Hij doorliep bij diezelfde club alle standaard jeugdelftallen. Vanwege zijn studie aan de CALO in Zwolle stopte hij met actief te voetballen. Na zijn studie trainde hij twee seizoenen de C1 van WHC uit Wezep. Als docent bewegingsonderwijs in het basisonderwijs heeft Dikkerboom ook overdag te maken met de doelgroep tien-twaalfjarigen. Met Flevo Boys D1 komt hij uit in de Tweede Divisie landelijk.

Eenheid

Ralf Dikkerboom: "In de voorbereidingsperiode is het enorm belangrijk dat je werkt aan het groepsproces. Ik vind dat dit in D nog wel eens wordt vergeten. Op trainerscursussen wordt hier doorgaans weinig aandacht aan besteed. Voor jongens in de D verandert er sowieso al heel veel. De overgang van de basis- naar de middelbare school, nieuwe vriendjes et cetera maakt dat ze opnieuw hun plek gaan zoeken. Tegen mijn stagiaires van het CIOS zeg ik dan dat ze vooral veel contact moeten maken met spelers. Ga maar gewoon eens een praatje maken. De manier waarop je je jongens met elkaar kunt laten omgaan in de voorbereiding bepaalt voor een groot deel het verloop van het seizoen."

Motoriek

Matthias Frankema (Hoofd Opleiding): "Bij Flevo Boys staan ook op de tweede en derde teams doorgaans goede trainers. We zijn momenteel bezig om te gaan werken in een nieuwe structuur in de jeugdopleiding en kunnen nog veel stappen maken. Met name op het gebied van het ontwikkelen van technisch jeugdskader. Sinds vorig seizoen hebben we ervoor gekozen om een scheiding te maken tussen de eerstejaars en tweedejaars D-pupillen. In de D1 spelen in principe de beste tweedejaars en in de D2 spelen de eerstejaars. We hebben een grote groep pupillen en de interne scouts van Flevo Boys brengen in kaart welke jongens echt al opvallen. Dit interne scouten is erg belangrijk bij onze club, want we kunnen daardoor spelers van min of meer hetzelfde niveau al snel bij elkaar in het team zetten. Na de winterstop laten we E-spelers al meetrainen met D-pupillen. We proberen bij die spelers dan minder te kijken naar de fysieke kwaliteiten, maar meer nog naar de technische vaardigheden van de spelers. En vooral de manier van bewegen (coördinatie en snelheid). Je kijkt hoe gemakkelijk iemand beweegt. Door de vereniging heen zien wij soms spelers met bewegingsproblemen en dat is vaak een blijvende hobbel in de ontwikkeling. Kijken naar motoriek vergt specialistische kennis. Want je kunt wel zeggen dat je aan coördinatie training doet, zoals bijvoorbeeld ladderlopen, maar gaan spelers daarvan daadwerkelijk beter bewegen? Wat kun je daar dan mee en hoe zet je het om in oefenvormen? Door ons samenwerkingsverband met sc Heerenveen krijgen we daar meer inzicht in."

9:9

Ralf Dikkerboom: "In april zijn we al bezig met de voorbereiding op het nieuwe seizoen. Door de interne scouting kunnen we al in een vroeg stadium indelingen maken en in juni nemen we deel aan een groot toernooi in Zwolle bij Be Quick'28. Daar spelen we al veel wedstrijden met onze nieuwe groep. Eenmaal in de voorbereidingsperiode begin ik met veel positie- en partijspelen. Bij de overgang van E naar D komt de grotere speelruimte om de hoek kijken. Ik vind eigenlijk dat we met een tussenvorm 9:9, waarbij we van zestienmeter tot zestienmeter spelen, voor deze doelgroep nog winst kunnen boeken. Stapsgewijs laten we ze dan namelijk van 7:7 via 9:9 naar 11:11 gaan. We proberen in de voorbereiding zoveel mogelijk oefenwedstrijden te spelen. Zodra de planning van de KNVB bekend is, plan ik de lege zaterdagen gedurende het seizoen al zoveel mogelijk in. Je elftal krijgt juist vorm doordat je veel wedstrijden kunt spelen."

Positie

Ralf Dikkerboom: "In de eerste trainingen die je met je groep afwerkt, krijg je al een beeld wie voor welke positie in aanmerking komt. Bij de technische oefeningen kun je in de D veel informatie krijgen. Als je ziet dat spelers bijvoorbeeld wat achteruit lopen uit de situatie om een bal te krijgen, merk je dat ze inzicht hebben om ruimte te maken. Als jongens vaak aan de bal willen komen in een positiespel, zet je zo'n jongen eerder op het middenveld dan achterin. Dat soort zaken. Des te technischer een speler is, op des te meer plekken kan hij spelen. Ik zet een rechtsbenige middenvelder ook gerust op links neer. Qua handelingen verschilt dat niet zoveel van het spelen aan de rechterkant en de looplijnen zijn gelijk. Zo bevordert je ook de tweebenigheid. Daarnaast kijk je op welke positie een speler met plezier staat te spelen. Je moet in de D niet te star aan posities vasthouden. Dat komt wel in de C. Kijk vooral naar motorische en technische vaardigheden. Dat is de basis."

Trainingsvorm

Doel

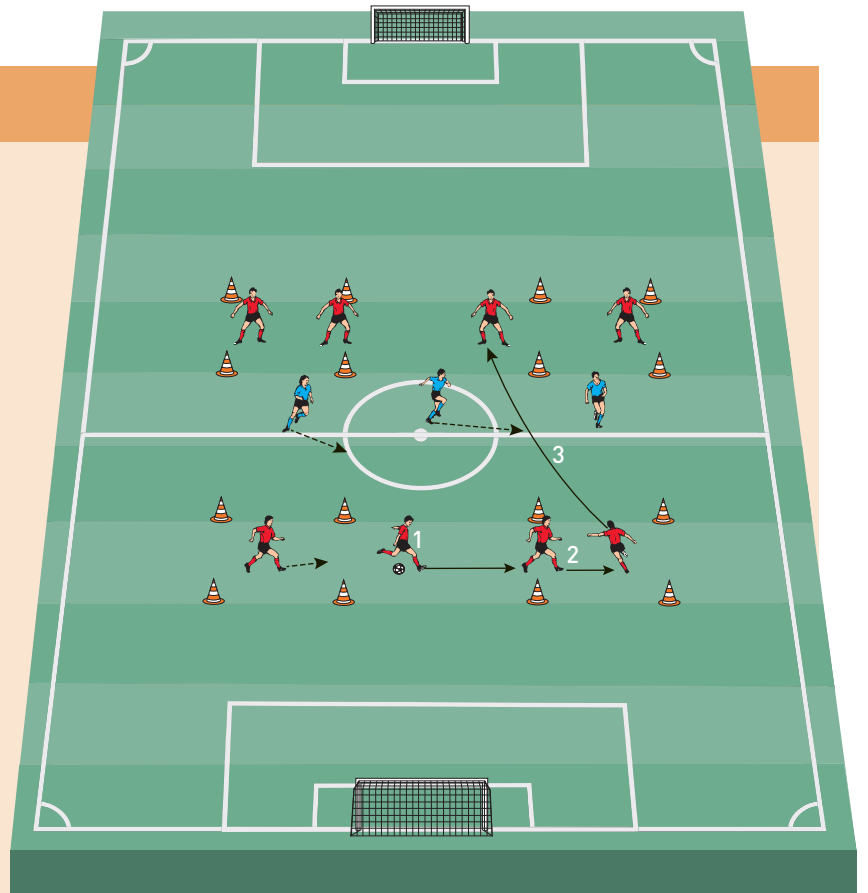
- verbeteren van het door middenvelders afschermen van ballijnen naar de aanvallers van de tegenpartij

Organisatie

- het veld is 20 meter lang en 40 meter breed
- 8 hesjes voor de aanvallers en 3 hesjes voor de verdedigers
- 10 ballen rondom het veld
- 16 pylonen

Inhoud

- 8:3
- de 8 (aanvallers) proberen elkaar de bal toe te spelen en de 3 (middenvelders) proberen dat te voorkomen door de ballijnen er uit te halen
- na een uitbal wordt de bal door een aanvaller weer in het spel gebracht
- indien een viertal een speler van het andere viertal bereikt wordt er een punt gescoord
- indien middenvelders de bal onderscheppen wordt er door hen ook een punt gescoord
- na 10 punten komen er drie andere middenvelders in het middelste vak te spelen



Coaching

Verdedigend

- 'Blijf dicht bij elkaar.'
- 'Sta wat schuin achter elkaar zodat je rugdekking kunt geven.'
- 'Probeer in te schatten waar de aanvaller achter je vrij staat.'

Aanvallend

- 'Zorg voor een goede eerste aanname.'
- 'Probeer vast te kijken of je de bal naar de andere kant kunt spelen, voordat je de bal aanneemt.'
- 'Blijf geduldig en wacht op het goede moment om in te spelen.'

Methodiek

- een middenvelder laten storen in een vak waar aanvallers met de bal staan
- zodra een tweede middenvelder ook gaat storen moet de eerste middenvelder weer terug
- als een middenvelder stoort mag hij pas terug naar het middenvak, zodra er een pass naar de overkant is gegeven

Inspirerende eBooks van De Voetbaltrainer - Toptrainer serie

Nieuwe versie



Dick Advocaat
€ 5,- (32 pagina's)



Bert van Marwijk
€ 5,- (58 pagina's)



Guus Hiddink
€ 5,- (44 pagina's)



Louis van Gaal
€ 5,- (48 pagina's)



Foppe de Haan
€ 5,- (34 pagina's)



Ronald en Erwin Koeman
€ 5,- (34 pagina's)



Frank de Boer
€ 5,- (30 pagina's)



Co Adriaanse
€ 5,- (28 pagina's)

Praktische eBooks - jeugd - doelgroepgericht



A-jeugd
€ 10,- (150 pag.)



B-jeugd
€ 10,- (150 pag.)



C-jeugd
€ 10,- (150 pag.)



D-jeugd
€ 6,- (95 pag.)



E-jeugd
€ 6,- (95 pag.)



F-jeugd
€ 2,50,- (35 pag.)



Jeugdkeeper
€ 4,- (55 pag.)



Mini pupil
€ 2,50,- (35 pag.)

Voordelen van onze eBooks

- ✓ goedkoop, al vanaf € 2,50
- ✓ direct te downloaden (na online betaling)
- ✓ praktijk staat centraal
- ✓ altijd bij de hand op uw thuiscomputer/ smartphone en/of tablet
- ✓ abonnees ontvangen 7,5% korting
- ✓ online te bestellen via devoetbaltrainer.nl/winkel

Een compleet nieuwe Voetbalmethode

Speelwijze & spelers staan centraal



Positiespel (7 : 7) + 4

- 7 tegen 7, met vier neutrale spelers
- We positioneren de spelers in hun specifieke positie
- De vier neutrale spelers spelen mee met het team in balbezit
- Vrij spel
- Elk team probeert door gericht dieptespel zijn centrumspits te bereiken

Winmoment:

- 6 x rondspelen = 1 punt
- Eigen diepe spits aanspelen = 1 punt

Coaching:

- De keeper(1):
 - Speel de diepste medespeler aan
 - Speel de bal zo makkelijk mogelijk aan
 - Speel de bal in de loop

- De centrale verdedigers (3 en 4):
 - Kijk uit de situatie
 - Speel de diepste vrije man aan
 - Steun de medespelers onder de bal

- De flankverdedigers (2 en 5):
 - Steun de centrale verdedigers en de aanvallende middenvelders

- De aanvallende middenvelders (8 en 10):
 - Loop breed weg uit het zicht van de tegenstander
 - Steun de centrumspits onder de bal

- De centrumspits (9)
 - Hou diep positie
 - Kom op het juiste moment in de bal
 - Kaats de bal speelklaar én in de juiste richting

TRAININGSFASE: POSITIESPEL (7 : 7) + 4



254

Praktijkgericht

DE MIDDENVELDERS • DE WEDSTRIJDSITUATIES

Henk Mariman: “De nieuwe voetbalmethode stelt de coach in staat om zijn eigen verhaal te ontwerpen én af te stemmen op het team en het individu. De coach kan procesmatig aan de slag met specifieke wedstrijdssituaties of zijn training afstemmen op de afgelopen wedstrijd. De methode geeft de coach de structuur én voldoende bewegingsruimte en voorziet hem tools om de inhoud af te stemmen op de verschillende leeftijdsgroepen. Ze is geschikt voor jeugdcoaches die aan de slag zijn met 11 : 11, hoofd jeugdopleidingen en hoofdcoaches.”

Eindelijk... dé complete toolbox waarbij jij als coach de keuze hebt uit essentiële en praktische oefenvormen



Deel 1 - 296 pagina's



Deel 2 - 232 pagina's



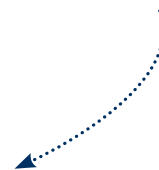
Deel 3 - 244 pagina's



Deel 4 - 328 pagina's

**Serie van 4
praktijkgerichte
handboeken**

De complete Voetbalmethode bestaat uit:
Serie van 4 praktijkgerichte handboeken
€ 25,- per stuk | Totale boekenset is € 85,-



Pascal Jansen (PSV A1): "De Voetbalmethode (2014) is een prima leerplan, bruikbaar voor iedere hoofd opleiding, jeugd- of hoofdtrainer!"

Serie van 5 eBooks gericht op Speelwijzetraining



€ 5,- per stuk | Totale set van 5 eBooks is € 20,-

**Aanvullende
eBooks**

Bestel deze complete serie van 4 boeken + 5 eBooks nu voor € 95,- (ipv € 125,-) Dat is bijna 25% korting
Te bestellen via:
www.devoetbaltrainer.nl/winkel

COACHES BETAALD VOETBAL

INTEGER

DESKUNDIG

PROFESSIEEEL

“Winnen doe je met z'n allen.”

“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 meer dan 500 leden.



Coaches
Betaald
Voetbal

CULTUURDRAGERS VAN

De Hollandsche School

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

