

De JeugdVoetbalTrainer

nummer
8

1^e JAARGANG | APRIL 2012 | www.devoetbaltrainer.nl

Mediatheek

Digitaal passeren

Willem II/RKC-jeugd

Jung voor jongeren

A-jeugd

Jan de Hoon

B-jeugd

Jesper van den Berg

C-jeugd

Jan Berkhout

D-jeugd

Roel van der Klugt



Digitaal passeren

Mediatheek van De Voetbaltrainer

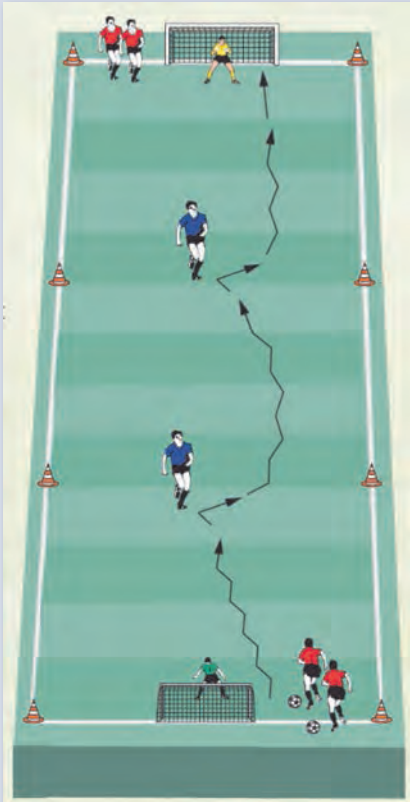
Wanneer men in de mediatheek van De Voetbaltrainer naar het onderdeel 'Jeugd 5-11' gaat, kan men zoeken op thema of categorie. Bijvoorbeeld: u wilt bij uw pupillen aandacht besteden aan het passeren van de tegenstander. Klik dan op het filmpje met de titel 'Passeren 3'.



In het scherm verschijnt nu de film met de titel Passeren 3. In een filmpje van ongeveer 2 minuten demonstreert in dit geval Pepijn Lijnders een trainingsvorm om de passeerbewegingen onder weerstand te trainen.



Trainingsvorm Passeren en scoren



Doel

- verbeteren van de passeerbeweging

Organisatie

- drie vakken van 10x10 meter achter elkaar, afgezet met hoedjes
- twee doelen met keepers

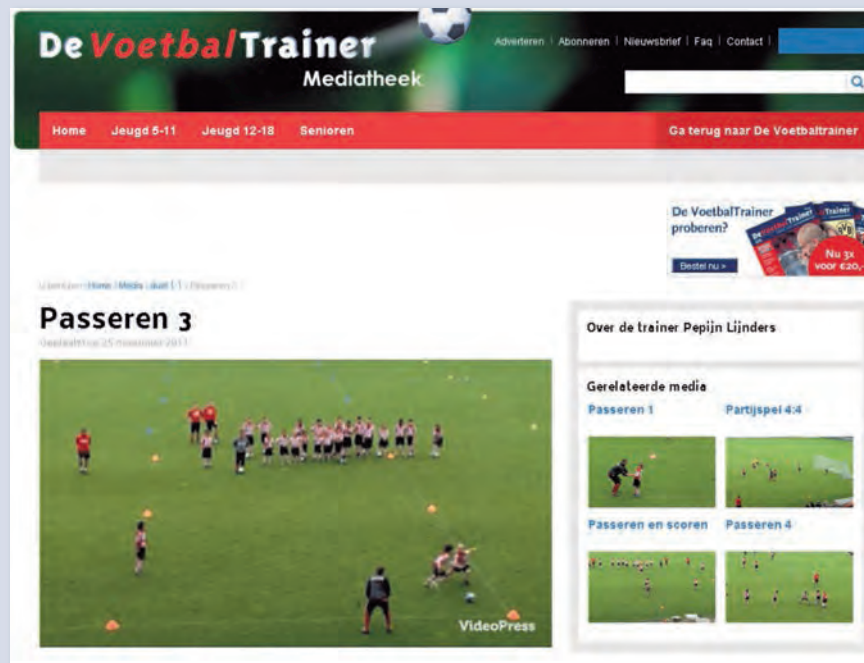
Inhoud

- speler met bal moet proberen twee tegenstanders te passeren en dan af te werken op het doel
- 'verdediger' moet de lijn verdedigen en mag twee meter vooruit en achteruit

Coaching

- 'Het is de Champions League finale, het staat 0-0 en we zitten in de laatste minuut en jij gaat die zestienmeter in!'

Aan de rechterkant ziet u gerelateerde media. Dat zijn onderdelen in de mediatheek die te maken hebben met het geselecteerde onderdeel. In de mediatheek van De Voetbaltrainer vindt men bijvoorbeeld nog andere trainingsvormen die door Pepijn Lijnders gedemonstreerd worden, maar ook geheel andere passeerbewegingen zoals de sleepbeweging met bijbehorende trainingsvorm.



- 'Gooi die schaar er uit.'
- 'Kijk of je bij de verdediger over zijn standbeen heen kunt gaan, dat is voor hem het moeilijkste. Dreigen en gaan.'

Variatie

- zonder keepers, maar lijnvoetbal

De mediatheek van De Voetbaltrainer:
devoetbaltrainer.nl/mediatheek



Willem II/RKC benadert jeugdspelers naar type

Jung voor jongeren

Remco Oversier is Hoofd Jeugdopleiding binnen de RJO Willem II/RKC. Op de KNVB Landelijke Coachdag leidde hij een inspirerende workshop. Bij Willem II/RKC gebruikt men de inzichten van psycholoog Carl Jung om de talenten op een zo efficiënt mogelijke wijze aan te sturen. Voor de trainers is het zaak om de kennis om te zetten in een praktische werkwijze. Oversier zorgde voor de theorie, trainer/coach Erwin van Breugel van Willem II/RKC B1 voor aanvulling vanuit de praktijk.

Remco Oversier: “Coachen zie ik als een totaalplaatje. Dat doe je in elke rol, tijdens wedstrijden, trainingen en tijdens alle andere werkzaamheden daaromheen. Alles is gericht op spelers wedstrijden leren winnen, maar hoe bereik je je spelers? Wij doen dat aan de hand van de Jungian Type Index (JTI). Deze methode is ontwikkeld door de Noorse psychologen Hallvard Ringstad en Thor Ødegaard, op basis van de theorie van psycholoog Carl Jung. Wij kiezen deze methode boven andere omdat deze meer op sport is toegesneden. De methode biedt inzichten in hoe spelers als mens in elkaar zitten en hoe we het beste met hen kunnen communiceren. De RJO Willem II/RKC is daar afgelopen seizoen mee begonnen. De reden om ons verder te willen verdiepen is deze materie was de behoefte om de – relatief

weinig – tijd waarin we de spelers bij ons op de club hebben, nog beter te kunnen benutten en de spelers en hun leerproces nog beter te kunnen beïnvloeden. De methode is ook gepresenteerd in het boek ‘Totaalcoachen’, geschreven door oud-volleyballcoach Peter Murphy samen met sportpsycholoog Jan Huijbers. Hierin wordt beschreven hoe sporters in een voor hen belangrijke staat van ‘onbewust handelen’ kunnen komen. De trainer is meestal gericht op het proces van ‘hoe gaan we spelen’. In de praktijk echter is dit niet het enige waarover hij zich moet buigen. Iedereen herkent de speler die na het aanhoren van een tactische bespreking opeens strak staat van de spanning. Andere spelers lopen fluitend naar buiten en vervullen hun opdracht. Niet iedereen reageert identiek op de-



zelfde informatie. Deze mensen verschillen van elkaar. Het wordt een kwestie van gedifferentieerd coachen, gericht op de individuele persoon. Als je je aanpak op maat kunt snijden per speler, dan worden alle spelers zich beter bewust van hun taken en zal de uitvoering ook beter zijn, met een beter totaalresultaat als gevolg. Essentieel is dan echter wel dat je goed in beeld hebt, met welke persoonlijkheid je te maken hebt. Het werken volgens het principe van ‘Totaalcoachen’ en de JTI helpt ons hierbij.”

Tachtig procent

Remco Oversier: “Als trainers zijn we in beginsel altijd geneigd om te praten over de dingen die niet goed gingen. We zetten de training stil om fouten te benoemen. Ouders zeggen het ook vaak: ‘Je speelde een goede



wedstrijd, maar ...' Zo ligt in feite altijd de nadruk op het negatieve. Het is wetenschappelijk bewezen dat spelers meer leren van positieve kritiek. Dit betekent niet dat je geen aandacht moet besteden aan de zaken die niet goed gaan. Maar beter behandel je die terloops zonder ze te nadrukkelijk te benoemen. Tachtig procent van wat de coach zegt, zou betrekking moeten hebben op dingen die juist goed gaan. Binnen de RJO Willem II/RKC zijn we er steeds meer op gericht spelers vooral de dingen te laten doen die ze goed kunnen. We zetten hen zo veel mogelijk in hun kracht. In het proces nemen we dan de zaken mee die verbeterd moeten worden.

Het is niet voldoende om alleen de juiste woorden te kiezen. Ook is namelijk bekend dat slechts zeven pro-

cent van hoe wij als mensen overkomen, afhangt van de woorden die we zeggen. Veel meer invloed hebben de intonatie, dus de toon waarop we het zeggen, en de lichaamstaal. De wijze waarop de trainer langs de kant iets roept (de intonatie én de lichaamstaal) bepaalt voor negentig procent hoe de speler in het veld de boodschap ontvangt. Het moge duidelijk zijn dat dit voor iedereen anders is. Dat is een reden temeer om goed te weten tegen wie je iets zegt, en welke manier je daarbij kiest.

Als coach heb je de taak om je spelers zo goed mogelijk te verbinden met het team waarin ze spelen en je team zo goed mogelijk in te passen in de omgeving waarin het functioneert. In het begin gaat dat nog prima. Er ontstaat een vormfase, iedereen is aardig



Remco Oversier

tegen elkaar en iedereen heeft hoge verwachtingen van het seizoen. Kortom, een en al positivisme. Maar dan komen de eerste tegenslagen. Er worden wedstrijden verloren, spelers spelen minder dan verwacht, ouders gaan zich roeren. Het team bereikt de stormfase, de periode waarin het onrustig in rondom het team. De rol van de trainer wordt nu elementair: wat is toegestaan, wat is niet toegestaan. Hierbij spelen de waarden van het team en de club, en op basis hiervan de ontstane normen en belangrijke rol. Na verloop van tijd, als dit allemaal op zijn plaats is gevallen, treedt de normfase in, de situatie zoals jij die als trainer wilt hebben. Dat moet dan leiden tot de laatste fase waarin de prestaties geleverd gaan worden."

Concentratie

Remco Oversier: "Juist het coachen en benoemen van de goede dingen komt goed binnen bij spelers waardoor ze ook het vertrouwen krijgen. Een gevolg van vertrouwen kan zijn dat spelers goed geconcentreerd met hun wedstrijd bezig zijn. Vaak hoor je een trainer roepen 'Doe nu eens een beetje geconcentreerder!' Concentratie is echter een absoluut begrip, je bent het of je bent het niet. Maar je kunt het niet aflezen aan het uiterlijk van een speler. De ene speler zit met zijn hoofd naar beneden te luisteren, de ander kijkt vrolijk om zich heen. Dat zegt echter niets over hun concentratie.

Iedereen heeft wel eens een wedstrijd gespeeld, waarin het leek alsof alles vanzelf ging. Je begrijpt niet hoe het opeens kon, maar het was er: de flow. Dit is de ultieme vorm van concentratie. Je kunt door een bepaalde manier van werken spelers naar die situatie brengen. Het kenmerk hiervan is dat je spelers een doel meegeeft. Ze moeten echt doelgericht gaan handelen. Ze moeten leren hun aandacht helemaal te richten op het bereiken van dat doel en wat daarvoor nodig is. Veel zaken doen we bewust. We bevinden ons dan in de denkstand. Het beste resultaat bereik je echter door zaken onbewust te doen. We zullen dus de stap moeten maken naar het onbewuste.

De coach zal de aandacht van de spelers op een bepaald punt moeten richten. Dat kan bijvoorbeeld al door te zeggen 'vanaf nu zijn we alleen nog met de wedstrijd bezig'. Het kan ook te maken hebben met de voorkeur van een speler. Misschien heeft hij juist wel die koptelefoon op zijn hoofd nodig om helemaal vrij te worden. Tijdens de wedstrijd zijn sommige spelers helemaal de weg kwijt als een scheidsrechter een beslissing in hun nadeel neemt. Je bent dan al snel geneigd om iets naar deze speler te roepen of zelfs om zo'n speler te wisselen, want je hebt de eerste tien minuten niets meer aan hem. Het kan dan helpen als we deze speler in staat stellen om heel snel zijn aandacht te richten op iets dat hem wél helpt om weer volledig met zijn taak bezig te zijn. Het richten en vooral opnieuw richten van de aandacht is dus een zeer moeilijk proces, wat vooral door de emotie van het moment verstoord kan worden.

Zenuwen bij spelers leiden letterlijk tot zware benen. Spanning beïnvloedt de bloedsomloop. Spelers moeten uit de denkstand gebracht worden en meer in de waarneming komen. Daarom is het verstandig om de wedstrijdbespreking niet direct voor de wedstrijd te houden. Je kunt dan ook beter in waarnemingsopdrachten spreken in plaats van in taakopdrachten.



Een mooi voorbeeld van spelers plaatsen in de denkstand is de wedstrijdbespreking op de zaterdagochtend: vaak gaan coaches hier afspraken met spelers maken over de tactiek. Hierbij doet men dit vooral vragen-derwijs en laat men spelers meedenken. Dit zet de spelers in de verkeerde 'stand' en geeft bovendien veel minder tijd om dit te vertalen naar de wedstrijd. Een wedstrijdbespreking van maximaal tien minuten, met daarin vooral waarnemingstaal, brengt de spelers veel beter in de concentratie. Alle andere zaken zijn reeds doordeweeks rondom en tijdens de trainingen besproken, met verschillende groepen spelers (afhankelijk van de types). Waarnemingstaal kan in dit korte tijdsbestek directiever en op basis van visualisatie plaatsvinden: als de tegenpartij 'dit' doet, dan doen wij 'dat'.

Daarom nemen wij de spelers na de warming-up in beginsel ook niet lang

mee naar binnen. Ten eerste koelt het lichaam dan weer af, belangrijker is nog dat het de spelers de gelegenheid geeft weer uitgebreid te gaan nadenken over wat er moet gaan gebeuren. Het haalt ze uit hun concentratie. We willen ze daarentegen juist focussen op wat er nú gebeurt: het waarnemen."

Jungian Type Index

Remco Oversier: "Mensen kun je aan de hand van diverse meetpunten, zoals motoriek en wijze van handelen, indelen in een 'hokje'. Die hokjes zijn zestien verschillende persoonlijkheidstypes. Aan ieder persoonlijkheidstype zit een bepaalde handelwijze van de coach vast. De bekende psycholoog Carl Jung heeft een model ontwikkeld waarin hij uitgaat van zestien mensbeelden. In feite wordt dus als individu in een hokje ingedeeld, maar die hokjes zijn niet afgesloten. Ten eerste is het niet zo dat



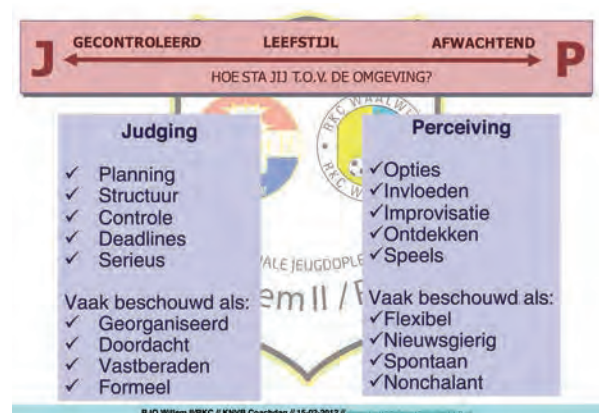
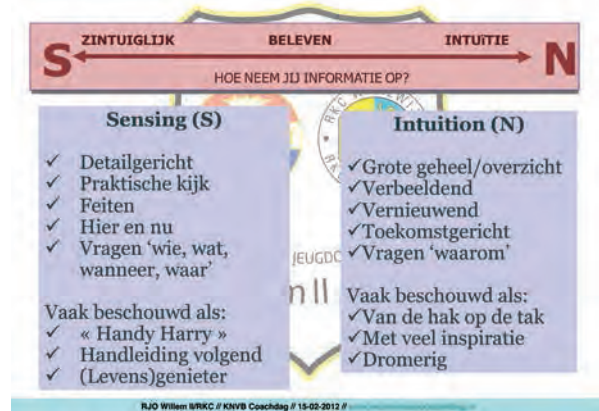
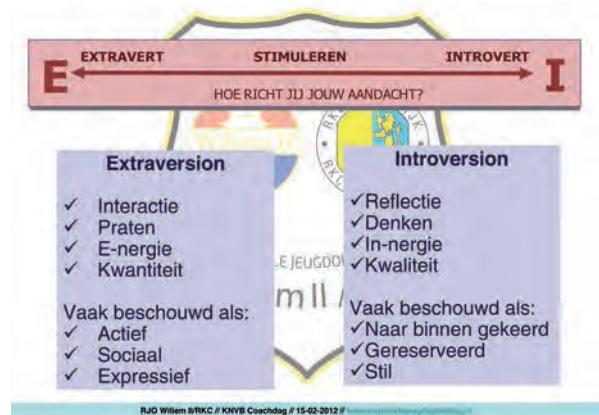
bij je dus absoluut niet kunt zeggen dat de ene groep beter is dan de andere. De Jungian Type Index is derhalve geen test maar een indicator. Het vormt geen waardeoordeel. De JTI deelt de spelers in vier schalen in, waarbij telkens twee keuzes gemaakt kunnen worden; ofwel extravert (E) danwel introvert (I), ofwel zintuiglijk (S) danwel intuïtief (N), ofwel denken (T) danwel voelen (F) en ofwel gecontroleerd (J) danwel afwachtend (P). (De letters refereren aan Engelse vertalingen, red.) Dat is niet zo dat de extraverte personen ook meer energie spenderen. Ook introverte mensen besteden veel energie aan hun taken. Zo geldt dat ook voor voetballers. Een rustige persoon is er niet per definitie minder mee bezig. Uiteindelijk kunnen alle spelers - uiteraard mede afhankelijk van hun talenten - hun doel bereiken, maar de route ernaartoe is niet voor iedereen hetzelfde. Als een trainer daarmee rekening kan houden en daarop kan inspelen, dan bevordert hij dit traject."

Temperamenten

Remco Oversier: "De lettercombinaties kun je bij elkaar brengen tot een viertal temperamenten. Heb je een voorkeur voor de combinatie SJ, dan noemen we dat de 'wachters'. Personen met de voorkeur SP noemen we 'vakmannen', zij met een voorkeur voor NF zijn de 'idealisten' en mensen met als voorkeurcombinatie NT de 'rationalisten'. Op basis van deze temperamenttypes kun je iets zeggen over de talenten die zij hebben, wat hun valkuilen zijn en de situaties die deze mensen het liefst hebben. Vertaald naar ons werk als trainer: in welke situatie of toestand verkeert de speler het liefst en komt hij dus tot zijn beste prestatie? Wat is dus zijn ideale toestand bij wedstrijden? De wachter wil er altijd graag bij horen. Hij draagt ook graag verantwoordelijkheid en kan dus goed met opdrachten omgaan. Het zijn mensen die waarde hechten aan veiligheid, controle en autoriteit. Kun je ze dit meegeven, dan zitten ze in hun kracht. Daar staat tegenover dat ze

het ene hoek 'goed' is en het andere 'slecht', bovendien kun je door je als mens te ontwikkelen ook weer in een ander patroon terecht komen. Het is ook nog eens afhankelijk van in welke omgeving je verkeert. Je bevindt je als persoon dus altijd in een voorkeur, die in verschillende situaties anders kan zijn. Als trainer hebben wij de tools in handen om passend met ieder type om te gaan.

We trachten tot een indeling in groepen te komen door aan de spelers een vragenlijst voor te leggen. In die vragenlijst moeten de spelers telkens kiezen uit twee stellingen. Je kunt dus niet goed of fout antwoorden, maar je geeft aan welk antwoord het meest bij jou past. Vaak is die keuze best lastig, omdat het niet zwart/wit is. Vaak zie je dat van beide antwoorden gedeeltes wel bij jou passen, maar je moet tot een keuze komen. Uiteindelijk komen we tot een indeling, waar-





niet erg flexibel zijn. Improviseren behoort niet tot de grote kwaliteiten van de wachter. Je bereikt hen het beste door stap voor stap en in de juiste volgorde kleine blokjes informatie te geven.

De vakman is het types dat graag initiatieven nemen en er flink tegenaan gaan. Hij is ook vaak bereid om grote risico's te nemen. Zijn kernbehoeften zijn zich laten gelden en hij doet graag dingen impulsief. Hij heeft afwisseling en spanning nodig. De vakman kan als geen ander met spanning omgaan. Die zet hij om in daden. Als zijn risicovolle acties lukken, dan hebben ze vaak een hoog rendement. Hij zal echter ook regelmatig tegen een muur aanlopen. Je kunt deze groep beter geen echte opdrachten meegeven, maar vooral vrij laten. De idealist denkt vooral heel breed en in groei. Hij hoeft niet per direct succes te hebben, maar zoekt naar een mooie weg naar succes in de toekomst. Zij zijn creatieve geesten en kunnen goed communiceren en motiveren. Idealisten zijn verbinders en zorgen ervoor dat groepen bij elkaar blijven. Met deze groep spelers heb je doorgaans weinig problemen. Het nadeel kan zijn dat zij ook in situaties waarin dat niet kan, toch graag lief en vriendelijk willen blijven. Erg praktisch zijn deze personen veelal niet. Een concrete opdracht uitvoeren ('Jij schakelt vandaag de spits van de tegenpartij uit!') kost meestal erg veel

moeite. Je kunt de opdracht voor een idealist beter wat vaag houden: hoe schakelen we met z'n allen die ene spits uit. De laatste groep is de rationalisten, de personen die kicken op kennis. Zij zijn ook de groep die heel vaak met commentaar op de trainer komt en opmerkingen plaatst als 'Waarom?', 'Ja, maar ...', 'Dat is niet zo, want ...'. Voor deze spelers is het heel belangrijk dat ze de controle voelen over een situatie, dat ze in iedere situatie precies weten wat ze gaan doen. Deze groep is dan ook bijzonder geschikt om te betrekken in de te voeren tactiek voor een wedstrijd. Strategisch denken is een talent van deze

mensen, die een ideaal verlengstuk in het veld kunnen zijn. De communicatie kan echter een probleem zijn, omdat voor deze groep alles logisch moet zijn. Ze worden vaak als eigenzinnige persoonlijkheden beschouwd. Het spreken in waarnemingstaal zit hem in het spreken in werkwoorden. Daarmee bedoel ik dat je altijd handelingstaal dient te spreken, waarbij je dus zaken benoemt die spelers kunnen 'doen'. Hierbij moet je dit bijvoorbeeld bij de wachters zo concreet mogelijk benoemen (als dit... dan... met afstanden, posities, etc.), in kleine brokken informatie. Bij de idealisten kun je de taal in werkwoorden of waarnemingstaal globaal houden, waarbij je een plaatje schetst. Hierdoor wordt ook dit voor hen 'zichtbaar' en zullen zij dit in het veld herkennen. Het gebruik van videobeelden doordeweeks is hier een uitstekend middel in."

In groepjes

Erwin van Breugel: "Voordat wij binnen de jeugdopleiding van Willem II/RKC met deze methode begonnen, deed ik alles op gevoel. Ik werk met een heel grote spelersgroep en de verscheidenheid daarin is ook groot. In de aanloop naar wedstrijden echter geeft me dat de kans om de verschillende types spelers gericht aan te stu-



De temperamenten

	S	S	N	N	
I	ISTJ	ISFJ	INFJ	INTJ	J
I	ISTP	ISFP	INFP	INTP	P
E	ESTP	ESFP	ENFP	ENTP	P
E	ESTJ	ESFJ	ENFJ	ENTJ	J
	T	F	F	T	

RJO Willem II/RKC // KNVB Coachdag // 15-02-2012 // www.regioniejeugdopleiding.nl

ren. Ik doe dat bijvoorbeeld heel nadrukkelijk als we kijken naar de wedstrijdbespreking.

Voorheen hield ik, zoals zoveel trainers, mijn bespreking zo kort mogelijk voor de wedstrijd, liefst pakweg anderhalf uur voor het begin. Hiermee echter zet je spelers in een denkstand. Je merkt echter dat lang niet alle spelers die zojuist een brok informatie toegeschoven hebben gekregen, dat ook direct in de juiste daden kunnen omzetten. De informatie houdt hen dan nog zó bezig, dat ze bijna geblokkeerd lijken te zijn. Met de kennis die wij vanuit Totaalcoachen en de JTI hebben opgedaan, heb ik daarom gekozen voor een andere aanpak. Ik houd mijn wedstrijdbespreking inmiddels niet op één moment voor de hele groep, maar pak er gedurende de week steeds een groepje uit en ga met hen gericht aan de slag. Dat betekent in de praktijk vier besprekingen gedurende de week, elk met een totaal andere invulling en met een andere groep spelers.

Als we de wedstrijd op zaterdag spelen, dan heb ik mijn eerste bespreking doorgaans al op dinsdag met de rationalisten. Zij zijn immers geschikt om actief mee te denken bij het bepalen van de tactiek. Aan hen stel ik dan bijvoorbeeld de vraag 'Hoe gaan we probleem X aanpakken komende zaterdag?' Een bijkomend voordeel is dat deze spelers, met de informatie en de afspraken die we die dinsdag dan al hebben gemaakt, de andere spelers gedurende de hele week tijdens trainingen al kunnen meenemen in die richting. Zij zijn doorgaans dominante spelers die je op deze wijze goed kunt prikkelen.

Op donderdag neem ik de wachters apart. Zij zijn op zoek naar duidelijkheid. Een dergelijke buitenspeler kun je bijvoorbeeld als opdracht geven 'Telkens als jij de bal krijgt, wil ik dat je tegenstander opzoekt en een actie maakt.' Of tegen een middenvelder 'Iedere keer als onze spits in de bal komt en een gat achter zit laat vallen, dan wil ik dat jij met loopactie daarin duikt. Als je dát doet, dan speel je voor

Wachter - SJ

- **waarheidsgetrouw**
- **betrouwbaarheid**
- **duidelijkheid**
- **organisatie**
- **consequentheid**
- **stiptheid**
- **realisme**
- **traditie en de status-quo**
- **rekening houden met anderen**
- **grondiaheid**

RJO Willem I/RKC // KNVB Coachdag // 15-02-2012 // www.regioamteljeugdvoetbaltraining.nl

Vakman - SP

- **realisme**
- **stimulans**
- **efficiëntie**
- **directheid**
- **initiatief**
- **kunstsinnigheid**
- **pragmatisme**
- **slimheid**
- **flexibiliteit**
- **risicobereidheid**

RJO Willem I/RKC // KNVB Coachdag // 15-02-2012 // www.regioamteljeugdvoetbaltraining.nl

mij een goede wedstrijd.' Je moet de zaken voor hen helder en concreet maken, daarbij voelen zij zich het best. Met de idealisten ga ik vaak de vrijdag voor de wedstrijd zitten. De methode die ik hier kies is veelal dat ik met hen terug ga kijken naar hoe het in het verleden goed gegaan is. Visualisatie is bij hen het sleutelwoord: 'Weet je nog die wedstrijd tegen FC Utrecht? Toen deed je het ontzettend goed, en dat verwacht ik morgen weer van je.' Op deze wijze bouwen zij het vertrouwen op, zien ze het grote plaatje en de ontwikkeling die zij

daarin hebben doorgemaakt. Het geeft deze spelers het vertrouwen dat zij nodig hebben om optimaal te presteren.

De vakmannen neem ik pas op de wedstrijd dag apart. Zij moeten het meestal hebben van uitdaging en impulsiviteit. Dit betekent dat ik hen niet lang van tevoren hoef je instrueren, want daarmee bereik ik hen niet. Kort voor de wedstrijd probeer ik deze speler nog te prikkelen. Hij kan immers goed met druk omgaan en zet die druk om in daden: 'Vandaag krijg je de kans, en die moet je pakken.'



Rationalist - NT

Marco B. Bram B. Gerard T.

Abbeelding 42 Rationalist, NT

Rationalist



- visie
- analyse
- autonomie
- onafhankelijkheid
- theorie
- breed zicht
- intellect
- strategie
- logica
- uitdaging

BEGRIJPEN KENNIS
 COMPETENTIE INZICHT
 IDEE CONCEPT
 LOGICA STRATEGIE
 INDELEN ONTWERP
 WAAROM

RJO Willem II/RKC // KNVB Coachdag // 15-02-2012 // www.rjowillemijougdvoetbaltraining.nl




Idealist - NF

Joep Jan K. Sander Luiten Mark V. Bert R.

Abbeelding 53 Idealist, NF

Idealist



- idealisme
- inzicht
- mensgerichtheid
- persoonlijkheid
- veelomvattendheid
- inspiratie
- engagement
- communicatie
- motivatie
- harmonie

SAMEN GROEI INTEGRITEIT
 KATALYSATOR GROEI ETHIEK
 WORD WIE JE BENT GROEI ORIGINEEL
 ZIN & BETEKENIS GROEI PERSOONLIJKE KWALITEIT
 EMPATHIE

RJO Willem II/RKC // KNVB Coachdag // 15-02-2012 // www.rjowillemijougdvoetbaltraining.nl



Deze manier van werken is natuurlijk geen doel op zich. Het is een middel om spelers te helpen zich nog beter te ontwikkelen. Het is daarom zaak dat er ook terugkoppeling van de spelers komt. Daarom vraag ik met enige regelmaat of de manier waarop ik met hen omga, specifiek bijvoorbeeld als het gaat om deze wedstrijdbesprekingen, hun goed bevalt. Als dat niet zo is, schiet ik mijn doel voorbij en moeten we uiteindelijk tot een nog betere indeling van deze speler komen. Een onderdeel daarvan kan zijn dat hij

zélf benoemt hoe hij het wel graag zou willen hebben: liever eerder geïnfomeerd worden over de wedstrijd, of later. En welke informatie hij dan zou willen hebben.”

Praktijk

Remco Oversier: “Een probleem kan zijn dat spelers zich buitengesloten gaan voelen als zij niet tot de groep behoren die meepraat over de te voeren tactiek. Niet zelden wordt dat ook nog eens beïnvloed door de ouders. Zij zeggen ‘Zit jij niet bij dat groepje

dat mag meepraten over de tactiek? Dat is niet goed, je moet in deze fase je contract verdienen, dus je moet ervoor zorgen dat je belangrijk bent.’ Spelers gaan zich daarom soms anders gedragen dan dat bij hen past. Als organisatie moet je hierin goed de balans zoeken. Je vertelt aan je trainers wat de bedoeling is en je leidt hen hierin op. Vervolgens licht je de spelers in en je neemt testen af waardoor duidelijk wordt in welke groep je hen moet indelen. Maar je moet de ouders daarbij natuurlijk niet vergeten.



Ook hier hebben we verteld wat onze werkwijze is en wat we ermee beogen. Hopelijk kunnen zij vanuit thuis daarmee onze aanpak ook ondersteunen. Sommige spelers dachten in het begin: ik mag meepraten over de tactiek, dus ik sta ook in de basis. We hebben moeten uitleggen dat dit dus niet altijd het geval is. Een ander probleem kan zijn dat een speler al vroeg in de week doorziet dat hij zaterdag niet gaat starten. Die fout maakten we ook wel in het begin, dat we op dinsdag uit de groep rationalisten de spelers eruit

Carl Jung

Carl Gustav Jung (1875-1961) was een leerling van de eveneens befaamde psycholoog/psychiater Sigmund Freud. In latere jaren brak Jung met Freud en ontwikkelde zijn eigen analytische psychoanalyse. In dat kader werkte hij verschillende persoonlijkheidstypes uit. Een op de denkbeelden van Jung gebaseerde typologie wordt gebruikt in de Myers-Briggs Type Indicator, waarin sprake is van zestien verschillende persoonlijkheidstypes. De Jungian Type Index is hiervan afgeleid.

E/I dichotomie

Extraversie (iemand haalt zijn energie/inspiratie voornamelijk van de wereld om zich heen) of Introversie (voornamelijk vanuit zijn innerlijke belevingswereld)

S/N dichotomie

Heeft iemand een voorkeur voor het opnemen van feitelijke informatie en informatie uit de wereld direct om zich heen (Sensing) of voor het opnemen van informatie in de vorm van verbanden en grote lijnen, gebruik makend van ervaringen en eerder opgedane informatie (iNtuition)

T/F dichotomie


Heeft iemand een voorkeur voor het nemen van beslissingen op basis van logica (Thinking) of op basis van gevoelens (Feeling)

J/P dichotomie

Heeft iemand een voorkeur voor een planmatige en geordende manier van werken en beoordeelt hij dingen, een waarde-oordeel gevend (Judging) of heeft iemand een flexibele en spontane manier van werken, en bekijkt hij de dingen zoals ze zijn zonder daar direct iets over te vinden (Perceiving)

pikken die gingen starten, en de rest niet. Er kan dan een houding ontstaan waarin de speler denkt: het maakt toch niets meer uit wat ik de rest van de week doe, want ik speel toch niet. Dat hebben we dus veranderd, en de spelers die niet gaan starten zijn even belangrijk en praten evengoed mee over de tactiek. Daarmee ontstaat ook bij die groep het gevoel dat je er ook toe doet als je niet in de basis staat.

We hebben het systeem nu ingevoerd binnen de A en de B. We willen het ook gaan uitrollen over de jongere categorieën. Zoals al duidelijk is geworden, kunnen spelers door de tijd ook in een ander profiel terechtkomen. Bovendien mag duidelijk zijn dat je niet dezelfde vragenlijst die je voor zestienjarigen gebruikt, kunt loslaten op twaalfjarigen. Dus ook daarin zullen we moeten differentiëren. Als organisatie ontwikkelen we ons daarin ook

doorlopend. Maar de eerste ervaringen met deze werkwijze zijn positief.” 

Samenvatting:

- Verschillende spelers kunnen geheel anders op indentieke informatie reageren.
- Spelers moeten uit de denkstand gehaald worden om onbewust te gaan handelen.
- Willem II/RKC gebruikt de Jungian Type Index om spelers beter aan te sturen.
- Met de kennis van de JTI worden groepjes spelers op basis van hun persoonlijkheidskenmerken gecoacht.
- Het spreken van handelingstaal houdt spelers uit de 'denkstand'.
- Het is zaak de hele omgeving van de speler goed in te lichten over deze werkwijze.

A-JEUGD



Jan de Hoon speelde bij RAC, Baronie, Desk, Unitas Gorinchem en vv Rijen. Hij volgde het CIOS en de ALO en haalde het diploma TC1-jeugd. De Hoon begon bij Willem II als trainer van de C2, waarna hij ook de C1 en B1 onder zijn hoede heeft gehad. Sinds drie jaar bestaat de RJO Willem II/RKC, waar hij voor het tweede jaar bij de A1 aan het roer staat.

Trainingen

Jan de Hoon: "We trainen vier keer per week. Uitgaande van een normale trainingsweek, starten we maandag met krachttraining. Ik splits de groep. Dat geeft mij de mogelijkheid om met een beperkter aantal jongens alvast vooruit te kijken naar de wedstrijd van het komende weekend. Zodra de groepen om 15.00 uur en 16.00 uur de krachttraining hebben gehad, trainen we nog met de hele groep, waarbij positiespelen en loopscholing centraal staan. Op dinsdag trainen we één keer. Het is een conditionele training, volgens het model van Verheijen. Op de donderdag is er weer krachttraining, gevolgd door een linie-training. We staan dan met meerdere trainers op het veld, waarbij elke trainer zich focust op een linie. Het accent ligt dan op de samenwerking binnen de linie en de ontwikkeling van het individu. Op de vrijdag trainen we wedstrijdgericht, meestal in een 11:11 situatie."

Team

Jan de Hoon: "Een van de redenen dat we zo goed presteren dit seizoen is omdat er echt als een team gespeeld wordt. Jongens hebben wat voor elkaar over. Een aspect hierbij is dat we de jongens erg betrokken hebben bij zaken als speelwijze, tactiek en het ontwikkelproces van het team en het individu. Een van de middelen hiervoor is Action Type, waar we dit jaar mee begonnen zijn. Door middel van een vragenlijst proberen we te bekijken wat de sterke punten van een speler zijn en hoe hij in elkaar steekt. Vervolgens bekijken we hoe we zijn sterke punten kunnen benutten. In de gehele RJO Willem II/RKC gaan we uit van de sterke punten van een speler. Er is een aantal jongens waarmee ik, mede naar aanleiding van hun Action Type, regelmatig de tactiek bespreek. Als we tegen een tegenstander spelen die snel druk zet, komen deze jongens met ideeën hoe we dat kunnen oppakken. Wie willen we op welke manier vrijspelen? En als dat niet loopt, wat doen we dan? Doordat we op deze manier de spelers bij de speelwijze betrekken, merk ik dat ze in het veld een beter beeld hebben van wat ze moeten doen en beter begrijpen hoe we onze sterke punten kunnen benutten."

Communiceren

Jan de Hoon: "Een ander aspect in relatie tot teambuilding is de manier waarop we met de spelers communiceren. Als technische staf zijn we heel open, maar tegelijkertijd wel duidelijk naar de spelers. We geven aan wat we van ze verwachten. In de praktijk betekent dit dat we veel praten met de spelers en naar hen luisteren. Het open en betrokken karakter bepaalt voor een groot deel de sfeer. Als mijn spelers zich lekker voelen en plezier hebben in zowel het spel als in het omgaan met staf en medespelers, is dat een goede voorwaarde om te presteren. Spelers worden niet alleen maar aangesproken op hun zwakke punten, ze krijgen inhoudelijk ook handvatten mee om beter te worden. Ik merk wel dat in het voorjaar de spanning in de groep wat toeneemt, vooral onder de tweedejaars. Ze merken dat ze zich nu in de kijker moeten spelen, willen ze een contract bij Willem II of RKC WAALWIJK afdwingen. Het is een proces om dat goed te managen."

Speelwijze

Jan de Hoon: "We zijn een gecombineerde jeugdopleiding, wat zeggen wil dat we spelers opleiden voor zowel Willem II als voor RKC WAALWIJK. Een van de opleidingsdoelen bij de A1 is om wedstrijden te leren winnen. Een ander opleidingsdoel is om in verschillende formaties te leren spelen. We vinden het belangrijk om spelers kennis te laten maken met verschillende speelwijzen. We spelen wel eens 1:4:3:3 met de punt naar achteren of naar voren, maar ook in een 1:4:4:2 formatie hebben we al op het veld gestaan. Ze herkennen situaties daardoor eerder en hebben zelf een beeld bij de kansen en bedreigingen van een bepaalde formatie, zowel in aanvallende als in verdedigende zin. Het komt in deze fase steeds vaker voor dat een hoofdtrainer een bepaalde jeugdspeler eens wil zien of spelers wil gebruiken om op een training een 11:11 situatie te kunnen spelen. Het is voor een jeugdopleiding altijd positief te zien dat jeugdspelers een kans krijgen in een eerste elftal en dat het ontwikkelproces dat je met een speler aangaat een vervolg krijgt op een hoger niveau."

VOLG De VoetbalTrainer
Twitter Facebook LinkedIn YouTube

Trainingsvorm

Doel

- verbeteren van het positiespel

Organisatie

- het veld is 24 meter breed en 32 meter lang
- zes pylonen
- acht hesjes
- voldoende ballen

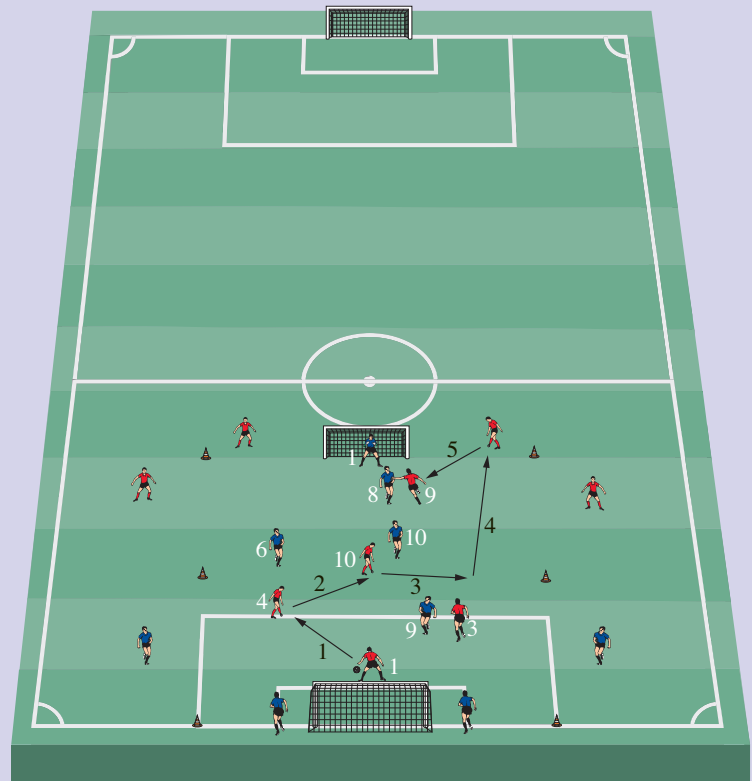
Inhoud

- 4 (+4 kaatsers) tegen 4 (+4 kaatsers)
- in balbezit mogen de 4 kaatsers van de eigen partij gebruikt worden
- kaatsers mogen één keer raken
- een kaatser mag één keer naar een andere kaatser spelen
- veldspelers moeten de bal laag houden

Coaching

Aanvallend

- 'Sta open als je de bal krijgt, zodat je vooruit kunt spelen.'
- 'Kijk over de bal heen zodat je die kunt spelen.'
- 'Probeer vooruit te spelen in plaats van breed.'
- 'Speel de bal in op het juiste been.'
- 'Maak ruimte voor elkaar en let op de positie van de kaatser.'
- 'Zorg dat er een derde man onder de kaatser komt.'



Verdedigend

- 'Zet na balverlies gelijk druk.'
- 'Dwing de tegenstander tot breedtespel.'

Methodiek

- veldspelers maximaal twee keer laten raken
- kaatsers mogen niet naar een andere kaatser spelen
- kaatsers mogen niet de speler aanspelen van wie ze de bal hebben gekregen
- tijdslimiet instellen waarbinnen gescoord moet worden

B-JEUGD



Jesper van den Berg is als trainer bezig aan zijn laatste seizoen bij Internos uit Etten-Leur, de club waar hij zijn hele leven al gespeeld heeft. Van den Berg haalde zijn diploma TC3 en begon met training geven aan C2 en later B2. Sinds twee seizoenen zwaait hij de scepter bij de B1, waarmee hij in de derde divisie landelijk speelt. In het dagelijks leven werkt hij bij Zpress, dat onder meer een amateurvoetbalkrant uitgeeft.

Vereniging

Jesper van den Berg: "De vereniging Internos streeft ernaar om zo hoog mogelijk te spelen met zoveel mogelijk eigen jeugd. Binnen de regio staat de vereniging ook bekend om zijn kwalitatief goede jeugdteams. Onder andere het feit dat de club veelal met trainers werkt die afkomstig zijn uit de club, maakt dat de kwaliteit van opleiden hoog is. Trainers kennen de cultuur in de club en weten wat er in een hogere leeftijdscategorie gevraagd wordt. De trainers van de selectie-elftallen zijn stuk voor stuk gediplomeerd."

VOLG De VoetbalTrainer
Twitter Facebook LinkedIn YouTube

Trainen

Jesper van den Berg: "Met de B1 trainen we zoveel mogelijk wedstrijdgericht. We trainen twee keer per week, op de maandagavond en de donderdagavond. Op maandagen behandelen we verbeterpunten van de afgelopen wedstrijd en op de donderdag trainen we teamtactisch richting de eerstvolgende wedstrijd. Elke training gebeurt onder weerstand, zodat de wedstrijdssituatie benaderd wordt. De donderdagtraining is veelal in partijvormen, gericht op de komende tegenstander. Een groot gedeelte van wat de jongens op de zaterdag laten zien komt voort uit gericht en specifiek trainen. Ik bereid trainingen dan ook altijd erg goed voor. Met name de kern van de training, de oefen/leerfase. De warming-up en positie spelen komen elke training terug en met wat simpele aanpassingen kun je deze gedeeltes moeilijker maken. In een aantal stappen werken we tactisch aan onderdelen van onze speelstijl. Op drie donderdagen achter elkaar gaan we aan de slag met het aanspelen van de spits en het vrijlopen van de buitenspelers. Door hier in drie weken heel gericht mee aan de slag te gaan, worden jongens beter, vooral omdat je het herhaalt en in wedstrijdssituaties steeds weer benoemt. Spelers stuiten op die donderdagtrainingen steeds weer op een wedstrijdrecht voetbalprobleem en door goed mijn coaching en accenten voor te bereiden, worden ze daar beter in."

Omgang

Jesper van den Berg: "De jongens die in de B-jeugd spelen hebben allemaal hun aparte benadering nodig. Je bent als trainer van deze leeftijdscategorie niet alleen trainer, er komt namelijk nog veel meer bij kijken. De jongens lopen in hun privéleven tegen allerlei problemen aan en hier moet je als trainer betrokken bij blijven. Ik heb twee of drie keer per jaar een individueel gesprek met een speler. Aan het begin van het seizoen, halverwege een tussenevaluatie en aan het eind. In deze gesprekken gaat het niet alleen maar over voetbal, maar ook over zaken die de speler daarbuiten bezighouden. Denk aan school, werk, vriendinnetjes et cetera. Bij het onderdeel school wordt wel uitgebreid stilgestaan. Ik wil namelijk dat de spelers op school goed presteren. Als in de tussenevaluatie blijkt dat schoolprestaties achter blijven, laat ik de speler minder trainen. En als je geen twee keer kunt trainen, start je tijdens wedstrijden in principe als reserve. Ik merk dat de band met de spelers goed is. Op de juiste momenten kan ik dominant zijn en de lijnen uitzetten, aan de andere kant krijgen de jongens veel vrijheid en verantwoordelijkheden. Daar gaan ze goed mee om. Enkele afspraken die we gemaakt hebben: in trainingspak verschijnen op de club, geen oordopjes in en geen petten op."

Speelwijze

Jesper van den Berg: "De B1 speelt dominant voetbal. Dat wil zeggen met aanvallende bedoelingen en het spel willen maken. Mijn voorkeur gaat uit naar een 1:4:3:3 formatie, maar doordat ik niet altijd de beschikking heb over echte buitenspelers schakelen we naar een soort 1:4:4:2. In principe is dat een formatie met twee aanvallers, maar in de praktijk spelen we met een hangende linksbuiten en zonder een rechterspits. De rechterkant wordt bezet door een middenvelder met veel diepgang. Uiteindelijk hoeft het verschil tussen 1:4:3:3 of 1:4:4:2 niet groot te zijn, het ligt er maar net aan hoe de spelers op het veld ten opzichte van elkaar functioneren. Achterin ligt de nadruk op het verzorgd opbouwen. Ik wil dat de keeper of een verdediger alleen de lange bal hanteert als het echt niet anders kan."

Trainingsvorm

Doel

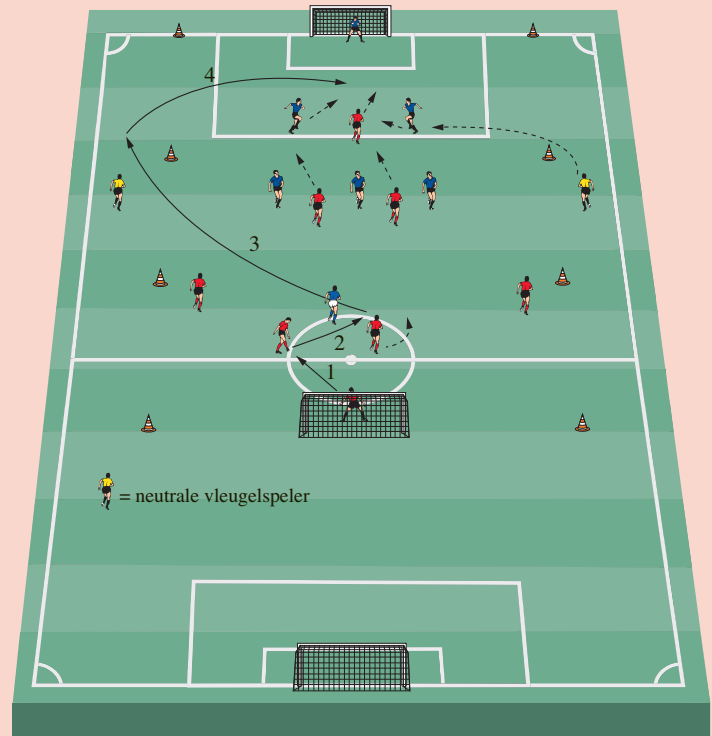
- verbeteren van het bereiken van de buitenspelers vanuit de centrale verdediger, waarna een voorzet moet volgen en de spits positie moet kiezen

Organisatie

- het veld is 60 meter lang en 50 meter breed
- twee grote doelen
- voldoende hesjes
- voldoende ballen bij de aanvallende partij
- acht pylonen

Inhoud

- te coachen ploeg speelt in een 1:4:2:1 formatie
- niet te coachen ploeg speelt in een 1:2:3:1 formatie
- er kan gescoord worden na een voorzet, gegeven door de twee neutrale spelers
- zodra een bal uit of achter is, start de te coachen ploeg weer bij de keeper
- de rechtsback mag de vleugelspeler aan de rechterkant niet aanspelen en vice versa
- vleugelspelers (neutraal) hebben vier seconden om een voorzet te geven
- de vleugelspeler die geen voorzet geeft, mag het veld in om de spits te ondersteunen



Coaching

Verdedigers

- 'Probeer een centrale middenvelder aan te spelen.'
- 'Zorg dat je de bal van de centrale middenvelder kunt ontvangen.'

- 'Zoek al contact met de vleugelspits, voordat je de bal hebt ontvangen.'
- 'Geef een zuivere lange bal naar de vleugelspits.'



Middenvelders

- 'Maak een vooractie en kom los van je tegenstander.'
- 'Probeer te kaatsen op de andere centrale verdediger.'
- 'Geef een zuivere lange bal naar de vleugelspits.'

Aanvallers

- 'Kijk goed waar de vleugelspeler staat bij het bepalen van je loopacties.'
- 'Maak duidelijk aan de vleugelspeler wat je loopactie wordt.'

C-JEUGD



Jan Berkhout traint de C-junioren van VPV Purmersteijn, waarmee hij uitkomt in de tweede divisie landelijk. Als speler was hij actief bij Spartanen in Wognum, de club waar hij ook zijn trainerscarrière tien jaar geleden begon. Vervolgens werkte hij bij vv. De Zouaven en kwam via het CIOS terecht bij de C-junioren van FC Volendam, waar hij het team voor spelers onder-14 trainde. Op dit moment studeert Berkhout aan de ALO in Amsterdam.

Wedstrijdvormen

Jan Berkhout: “Binnen mijn trainingen komen wedstrijdvormen veel aan de orde. Ik begin vaak klein, bijvoorbeeld een situatie 2:1 en bouw dat uit naar 3:2 of 4:3. Door in overtalsituaties te trainen, kun je zowel verdedigend als aanvallend je accenten leggen. Het kan in de wedstrijd voorkomen dat we in een ondertal komen te staan en dan is het belangrijk dat spelers goed weten wat er van ze verwacht wordt. Ik probeer mijn trainingsvorm zo in te richten dat er altijd iets op het spel staat. Op die manier dwing je een goede uitvoering af, waardoor spelers beter worden.”

VOLG De VoetbalTrainer
Twitter Facebook LinkedIn YouTube

Systeem

Jan Berkhout: “VPV Purmersteijn is een vereniging met een zeer prestatieve jeugdopleiding. Met mijn groep speel ik in een 1:4:3:3 formatie. Door op die manier te spelen is de veldbezetting optimaal en leren spelers het meest wat er op een bepaalde positie in het veld van ze gevraagd wordt. Ik speel veelal met de punt naar voren, omdat je dan gemakkelijker kunt spelen met een inschuivende centrale verdediger. De ruimte tussen de verdediging en het middenveld is in een 1:4:3:3 formatie wat duidelijker voor spelers te herkennen. Het gaat er dan om dat ze op het juiste moment inschuiven. En als er dan ingeschoven wordt, kun je weer verder met de volgende fase: het inspelen van een buitenspeler of spits. Door met de spelers stap voor stap over voetbal te praten, wordt de manier van spelen snel duidelijk. Er kleeft ook het risico aan het doorschuiven dat je in de achterste lijn 1:1 komt te staan in het omschakelmoment.”

1:1 situatie

Jan Berkhout: “De afspraken betreffende het 1 op 1 spelen maak ik trainbaar en herhaal ik wekelijks in de wedstrijdbespreking. Door veel te herhalen weten spelers door en door wat hun taken zijn en kunnen ze elkaar daar ook op aanspreken. In deze 1:1 situaties hebben mijn spelers duidelijke taken. Een van mijn centrale verdedigers heeft altijd de opdracht om de spits van de tegenpartij te verdedigen. De back aan de kant van de bal moet heel kort verdedigen om zo niet de tegenstander de mogelijkheid te bieden de ruimte achter de verdediging te bespelen. De andere back knijpt op deze momenten naar binnen. Doordat mijn buitenspelers en middenvelders ook kantelen kunnen mijn verdedigers ondersteund worden. De verdedigers moeten wel aansluiten en bij balverlies zetten we gelijk druk op de helft van de tegenstander. Bij een situatie dat de keeper van de tegenpartij de bal heeft wordt alles vastgezet. De 9 en de 10 zijn verantwoordelijk voor de centrale verdedigers, de buitenspelers zijn verantwoordelijk voor de backs en de inschuivende verdediger pakt de diep spelende 10 van de tegenstander op. Zo ontstaat er op het gehele veld een 1:1 situatie. De keeper wordt vaak gedwongen een lange bal te spelen en die bal wil ik met mijn team graag winnen. Probeert de tegenstander op te bouwen, dan kunnen wij makkelijk druk zetten aan de kant van de bal, waardoor tegenstanders moeilijk aan voetballen toekomen. Op deze manier hebben veel tegenstanders op dit niveau moeite het spel te maken en kunnen wij snel in balbezit komen.”

Trainingen

Jan Berkhout: “Tijdens trainingen merk ik dat mijn spelers bereid zijn veel te leren. Het is de kunst je oefenstof zo in te richten, dat het voor iedereen uitdagend is. Ik pas het niveau van een oefening dan ook aan op de groep. In de methodiek kun je bepaalde regels verzinnen, waardoor je spelers sneller dwingt te handelen. Mijn trainingen staan altijd in relatie tot de speelwijze. Bij positiespelen bijvoorbeeld, staan spelers op dezelfde positie als in de wedstrijd. Naast positiespelen zijn ook pass- en trapvormen belangrijk, waarbij ik goed let op het verbeteren van de balbehandeling. Ik maak van deze vormen een koppeling door altijd met weerstand van een tegenstander te werken. Dit bepaalt voor een groot deel de uitvoering van de oefening. Spelers hebben op zaterdag druk van een tegenstander, dus zal dat op de training ook het geval moeten zijn. Alleen dan leren ze sneller en beter handelen.”

Trainingsvorm

Doel

- verbeteren van het uitspelen van een aanval, waarin gelet wordt op de keuze van het samenspel, de individuele actie en de afronding op het doel

Organisatie

- bij 2:1 + keeper is het veld 20 meter breed en 40 meter lang
- bij 3:2 + keeper is het veld 20 meter breed en 50 meter lang
- vier pylonen per organisatie
- twee grote doelen per organisatie
- voldoende ballen bij de trainer

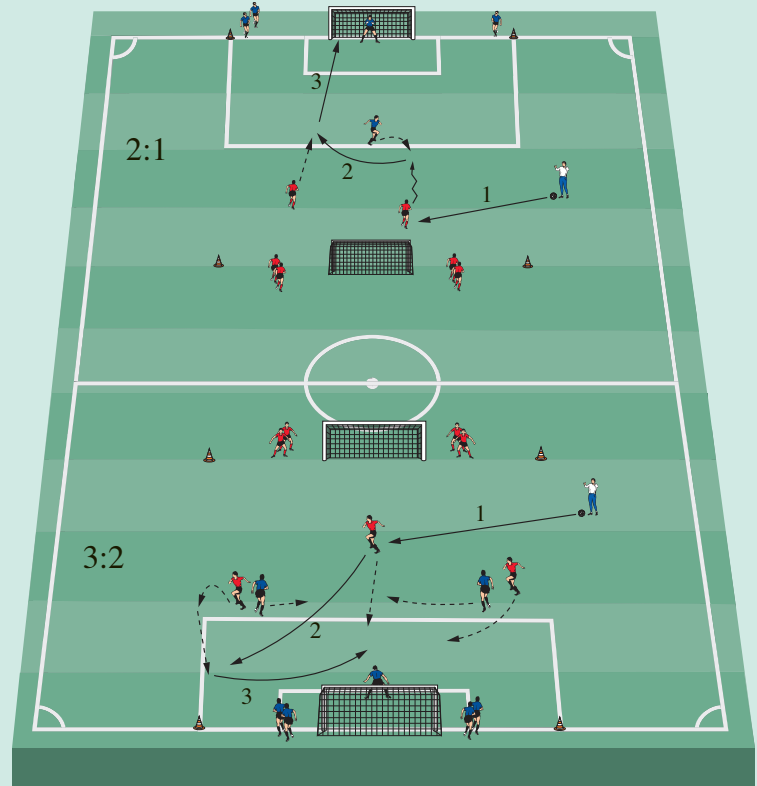
Inhoud

- 2:1 + keeper, uitgebouwd naar 3:2 + keeper
- de trainer speelt in op een aanvaller
- de aanvallers proberen de verdediger uit te spelen en te scoren
- de verdediger kan scoren op het grote doel
- er wordt met buitenspel gespeeld
- na vijf minuten wisselen van verdediger

Coaching

Technisch

- 'Na inspelbal van de trainer moet de eerste aanname in een voorwaartse beweging zijn.'
- 'Dribbel in hoog tempo op de verdediger af.'
- 'Kijk over de bal heen en houd de bal kort bij je.'
- 'Ga je voor de passeeractie, zet deze dan ruim in zodat je niet op de tegenstander botst.'
- 'Handel snel bij het schieten.'



Tactisch

- 'Speler zonder bal, loop goed vrij.'
- 'Denk aan buitenspel.'
- 'Loop niet op één lijn met de speler met bal.'
- 'Bij de 3:2-situatie, verwacht de voorzet bij de tweede paal.'

Methodiek

- tijdslimiet instellen waarbinnen aanvallers moeten scoren
- aanvallers bij buitenspel vijf keer laten opdrukken
- indien het de verdediger(s) lukt de bal te veroveren en binnen tien seconden te scoren, de aanvallers tien keer laten opdrukken



D-JEUGD



Roel van der Klugt woont in Noordwijkerhout en studeert aan de Pabo in Leiden. Hij speelde jarenlang selectievoetbal bij VVSB, maar stopte vier jaar geleden. Toen hij nog B-junior was, begon hij met training geven. Van der Klugt trainde eerst de E-pupillen, maar stapte daarna over naar de D-pupillen. Deze leeftijdscategorie traint hij nu voor het zesde jaar. VVSB D1 komt uit in de Hoofdklasse. Twee jaar geleden heeft Van der Klugt het diploma TC3 gehaald.

Communicatie

Roel van der Klugt: "Ik vind het belangrijk veel en goed te communiceren. Zo hebben wij een eigen website (www.vvsb-d1.nl) waarop we nieuws, verslagen, spelersprofielen en alle andere belangrijke gegevens publiceren. Ik merk dat spelers en ouders daar graag op kijken. Aan het begin van het seizoen hebben wij een bijeenkomst georganiseerd, waarbij we alle spelers en ouders hebben uitgenodigd. We praten dan over de manier van werken in het komende seizoen. Ik vind deze bijeenkomsten erg waardevol. Het is prettig om korte lijnen met de ouders te hebben en ik hoor dat ook van ze terug. Natuurlijk zijn er soms ouders die niet altijd tevreden zijn met het selectiebeleid en wissels. We gaan, als het uit de hand dreigt te lopen, dan ook graag het gesprek aan."

Visie op opleiden

Roel van der Klugt: "D-pupillen zijn fantastisch om mee te werken. Aan de ene kant beginnen ze te puberen en aan de andere kant zijn ze nog erg aan het ontdekken. Ze zijn soms nog erg speels en onvoorzichtig, bijvoorbeeld op de manier waarop ze van alles op Hyves en Facebook plaatsen. Ik probeer vanaf het begin mijn spelers aan te leren zelf beslissingen te nemen en zelf aan te geven hoe ze het liefst willen voetballen. Mijn wedstrijdbespreking is vaak in de vorm van een vraag-en-antwoordspelletje. Bij VVSB speelt elk team in een 1:4:3:3 formatie, waarin wel accenten gelegd kunnen worden. Zo willen we met de D-pupillen vroeg druk zetten op de bal en indien mogelijk 1 op 1 spelen. Niet zozeer het resultaat, maar het opleiden van spelers staat centraal. Zo proberen we spelers op te leiden door ze op verschillende posities in het veld te laten spelen. Het kan dus voorkomen dat mijn centrale verdediger of rechtsbuiten ineens op het middenveld komt te spelen. Door spelers wat breder op te leiden willen we de kansen op het bereiken van het eerste elftal, dat in de Topklasse speelt, vergroten. In mijn eigen visie op D-pupillen is het één worden met het veld en het leren voetballen vanuit een systeem belangrijk."

Verkeerde been

Roel van der Klugt: "Ik ben een trainer die zich continu aan regels wil houden. Ik houd van discipline. Gelukkig sta ik hierin niet alleen, want mijn beide assistenten werken op dezelfde manier. Tijdens trainingen vind ik pass- en trapvormen erg belangrijk. Spelers moeten een goede inspeelpass kunnen geven en niet lang nadenken zodra ze de kans krijgen om op doel te schieten. Wij trainen dan ook veel op het tweebeinig worden, zodat spelers zowel met links als rechts op doel durven te schieten. Het is prachtig om te zien dat een D-pupil met zijn verkeerde been scoort of een goede voorzet geeft. Ik merk ook aan spelers dat ze steeds vaker zelf het initiatief nemen om een pass- en trapvorm met het verkeerde been te starten. Het is een automatisme geworden. Doordat spelers tweebeinigheid trainen, gaat de snelheid van het spel omhoog. Dit zal leiden tot het creëren van meer kansen. Ik haal Wesley Sneijder vaak als voorbeeld aan. Die heeft zijn tweebeinigheid ook moeten trainen en is hier waarschijnlijk al in jeugd mee begonnen."

Teambuilding

Roel van der Klugt: "Ik probeer onze selectiespelers ervan bewust te maken dat ze bevoorrecht zijn. Alles wordt door de club keurig geregeld: ze krijgen wedstrijdkleding, mogen drie keer per week trainen, hebben elk jaar nieuwe materialen et cetera. Mijn elftal moet één keer per jaar wat terugdoen voor de club en dit gebeurt dan ook. Hierbij valt bijvoorbeeld te denken aan het verkopen van kerstloten voor de kerstveiling die VVSB elk jaar organiseert. Ieder seizoen probeer ik een aantal teamactiviteiten te organiseren. Hierbij moet je denken aan het bezoeken van een wedstrijd uit het betaalde voetbal, het houden van een quiz aan het einde van de eerste seizoenshelft, een Sinterklaasviering en het deelnemen aan een voetbaltoernooi in het buitenland. Bij bepaalde activiteiten zijn de ouders ook uitgenodigd, want ook zij zijn gedurende een seizoen belangrijk."

VOLG De VoetbalTrainer
Twitter Facebook LinkedIn YouTube

Trainingsvorm

Doel

- verbeteren van de technische vaardigheden bij het passen van de bal

Organisatie

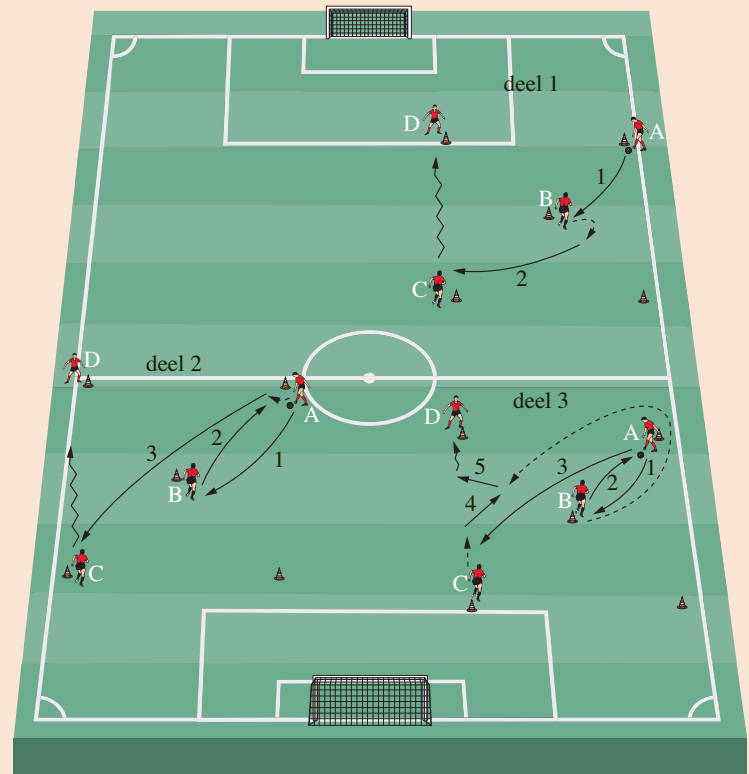
- acht ballen bij het doel van de aanvallers
- zes pylonen
- vier kleine doeltjes

Inhoud

- oefening bestaat uit drie delen (opendraaien, kaatsen en dubbele kaats)
- deel 1 (7 minuten) Speler A speelt de bal richting speler B, die opendraait. B speelt naar C, die aanneemt en naar speler D dribbelt
- deel 2 (7 minuten) Speler A speelt de bal richting speler B, die kaatst. A speelt de bal vervolgens in één keer door naar C. C neemt de bal aan en dribbelt naar speler D
- deel 3 (7 minuten) Speler A speelt de bal richting speler B, die kaatst. Speler B loopt om speler A heen. Speler A speelt ondertussen de bal naar speler C. C kaatst de bal terug op de inkomende speler B. B kaatst de bal vervolgens in de loopprijsing van speler C

Coaching

- 'Geef strakke inspeelpasses.'
- 'Speel je medespeler op het juiste been in.'
- 'Speel met zowel links als rechts, zodat er tempo in de oefenvorm blijft.'



Methodiek

- verplichten tot het passen met het verkeerde been



Nieuwe eBooks - uniek materiaal - niet eerder gepubliceerd



NIEUW!

A-jeugd € 10,-
(ca. 150 pag.)



NIEUW!

B-jeugd € 10,-
(ca. 150 pag.)



NIEUW!

C-jeugd € 10,-
(ca. 150 pag.)



NIEUW!

D-jeugd € 6,-
(ca. 95 pag.)



NIEUW!

E-jeugd € 6,-
(ca. 95 pag.)



NIEUW!

F-jeugd € 2,50,-
(ca. 35 pag.)



NIEUW!

Jeugdkeeper € 4,-
(ca. 55 pag.)



NIEUW!

Mini pupil € 2,50,-
(ca. 35 pag.)

eBooks - deze boeken zijn nu ook als eBook verkrijgbaar



Voetbaltraining 4
€ 11,50
(ca. 200 pag.)



Voetbaltraining 5
€ 11,50
(ca. 200 pag.)



De Voetbalmethode 1
Voetbalhandboek
€ 6,75 (ca. 128 pag.)



De Voetbalmethode 2
Opbouwen
€ 6,75 (ca. 149 pag.)



De Voetbalmethode 3
Aanvallen via de
flank € 6,75
(ca. 161 pag.)



De Voetbalmethode 4
Aanvallen via het
centrum € 6,75
(ca. 158 pag.)



De Voetbalmethode 5
Verdedigen € 6,75
(ca. 140 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

