

# De JeugdVoetbalTrainer

nummer  
**87**

11<sup>e</sup> JAARGANG | OKTOBER 2022 | [www.devoetbaltrainer.nl](http://www.devoetbaltrainer.nl)

## Mini-special FC Utrecht

Optimaliseren van  
instroom, ontwikkeling en  
doorstroom

Robin Pronk (HO FC Utrecht)

Talenterkenning en  
scouting

Rudy Jansen en  
Eelco Veldhuijzen

De Kennismakingsfase

Rik van der Horst

De Oriëntatiefase

Nathan Wiener



Robin Pronk (HO FC Utrecht) over hernieuwde inrichting van jeugdopleiding

# Optimaliseren van instroom, ontwikkeling, doorstroom

In mei 2016 promoveerde Jong FC Utrecht, destijds getraind en gecoacht door Robin Pronk, van uit de beloftencompetitie naar de Jupiler League. Een historisch moment voor de Domstedelingen, die daardoor in positieve zin gedwongen werden om hun jeugdopleiding nóg beter vorm te geven. Pronk zelf verkaste in 2019 naar Polen, waar hij bij Zagłębie Lubin als Development Coördinator Toptalents & Coaches aan de slag ging. In mei 2021 keerde hij terug in Utrecht, maar nu als Hoofd Jeugdopleiding. In dit artikel vertelt hij over de stappen die sinds zijn terugkomst zijn gezet, met als missie het bouwen van een winnende ontwikkelcultuur.

## Hoger niveau

**Robin Pronk:** 'Die promotie in 2016 zorgde ervoor dat we in Utrecht zijn gaan opleiden voor een hoger niveau. Want na het doorlopen van de jeugdopleiding stromen spelers nu in op het tweede niveau van Nederland. Dat is een prachtige uitdaging want de lat wordt, ook voor de jeugdopleiding, hoger gelegd. Maar met het inrichten en verbeteren van een opleiding ben je in principe nooit klaar. Het is constant bijschaven, bijsturen. Sinds mijn komst vorig jaar hebben we eerst de huidige manier van werken bekeken en hebben vervolgens aanvullingen en verbeteringen ingevoerd. Die hebben vooral te maken met hoe wij naar kinderen kijken, en hoe wij denken dat je kinderen het beste ontwikkelt. De terechte discussie in voetballand speelt ook mee: vanaf welke leeftijd laat je kinderen instromen in je opleiding? Wat doe je wel en wat doe je nog niet?'

## Beeld vormen

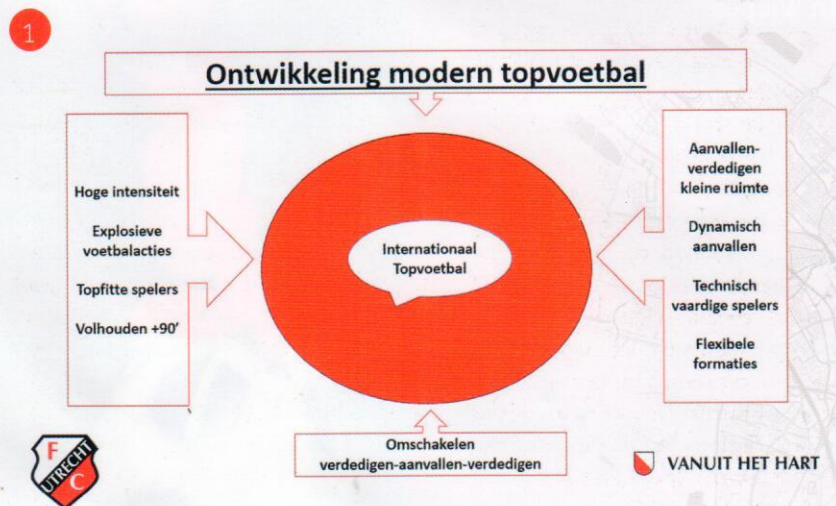
'Bij FC Utrecht leiden we spelers op voor het topvoetbal in Nederland. Dan moet je dus eerst kijken naar wat er

nodig is om in dat huidige topvoetbal mee te komen. Pas zodra je daar een beeld van hebt gevormd (afbeelding 1), probeer je de jeugdopleiding daar zo goed mogelijk op in te richten. Voor jongens van 10, 11 of 12 jaar is dat profvoetbal nog ver weg. Maar jongens die 17 zijn, kunnen in ons geval maar zo mee met Jong FC Utrecht. Dan speel je ineens voor bijna twintigduizend

toeschouwers tegen NAC in Breda. En na afloop kun je, zowel na een goede als slechte actie, voor een camera worden gezet. Op allerlei vlakken vraagt dat profvoetbal van alles van je.'

## Bouwstenen

'Op het moment dat FC Utrecht mij vroeg voor deze functie, hebben we het in gesprekken gehad over de bouw-



Ontwikkeling modern topvoetbal.



stenen voor een opleiding. Inmiddels zijn we ruim een jaar onderweg en een aantal daarvan zijn natuurlijk nog

via een aantal andere bouwstenen: de trainingsweek, spelprincipes, het masterprogramma, de specialisten die

## 'Een goede samenwerking met de clubs in de regio en een goede scouting waardoor je de focus legt op de instroom zijn een vereiste'

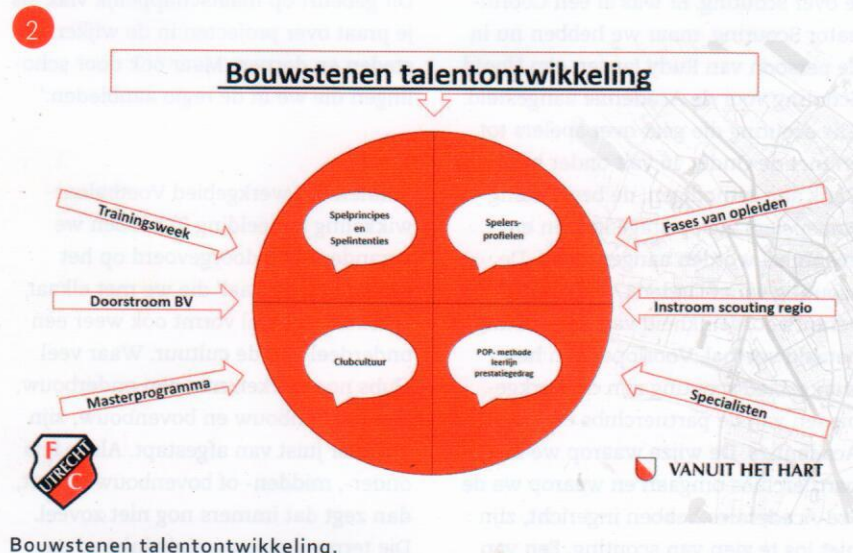
volop in ontwikkeling. Maar met een aantal bouwstenen zijn we echt al een eind op weg. Opleiden is natuurlijk langetermijnwerk. Daar zit een essentieel verschil met het eerste elftal, waar resultaat op korte termijn leidend is. In de manier hoe we nu in de jeugdopleiding werken, zitten zaken waar we pas over vier of vijf jaar rendement van zien. Om op die bouwstenen terug te komen: aan de rechterkant (afbeelding 2) zie je instroom, scouting en regio staan. Voor mij essentiële zaken. Want je kunt op papier nog zulke prachtige plannen uitschrijven, als er geen jongetjes zijn waar die trainers mee aan de slag kunnen, wat heb je dan aan die plannen? Een goede samenwerking met de clubs in de regio en een goede scouting waardoor je de focus legt op de instroom zijn een vereiste. Pas daarna gaat het erom hóé je die jongens ontwikkelt. Dat ontwikkelen gebeurt

we erbij betrekken. Uiteindelijk moet het ontwikkelen leiden tot doorstroom naar het betaalde voetbal. Jongens komen op het eind van de Academie,

en hoe is die doorstroom naar Jong FC Utrecht of het eerste elftal georganiseerd? In het kort is dit volgens mij waar het in een jeugdopleiding om moet gaan: instroom (1), ontwikkeling (2), doorstroom (3).'

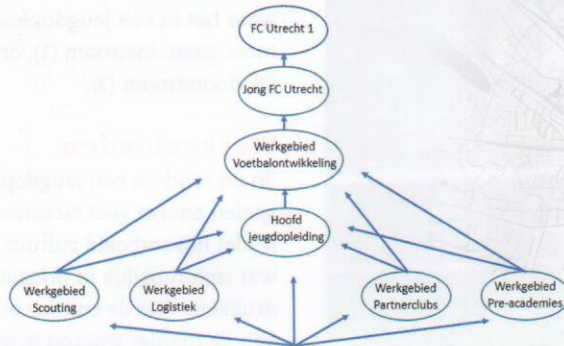
### Werkgebieden

'In en rondom een jeugdopleiding spelen enorm veel factoren een rol. Je ziet bijvoorbeeld cultuur staan, iets wat zich moeilijk in prestaties uit laat drukken. Wat de cultuur is, merk je aan de manier waarop je met elkaar omgaat, wat je van elkaar verwacht en welke normen en waarden je hanteert. Maar je kunt als HO bijdragen aan die cultuur door een duidelijke organisatie neer te zetten, door goed samen te werken en door zaken in beeld te brengen. In het begin was dat in kaart brengen een van de eerste zaken die aandacht kreeg. In eerste instantie heb ik gebieden in kaart gebracht, zodat voor iedereen duidelijk werd wat er allemaal bij deze jeugdopleiding komt kijken en wie waar verantwoordelijk voor is. Voor wat betreft de Academie zijn er vijf werkgebieden benoemd (afbeelding 3). Het belangrijkste is natuurlijk de voetbalontwikkeling, want we zijn een voetbalclub. We leiden jongens op voor het betaalde voetbal. Maar er is bijvoorbeeld logistiek, dat gecoördineerd wordt door Niek van der Burg. Dit omvat alles op het gebied van velden, roosters, busjes die af en aan rijden, het eten na de training, et cetera.



3

"5 werkgebieden voor een topopleiding"

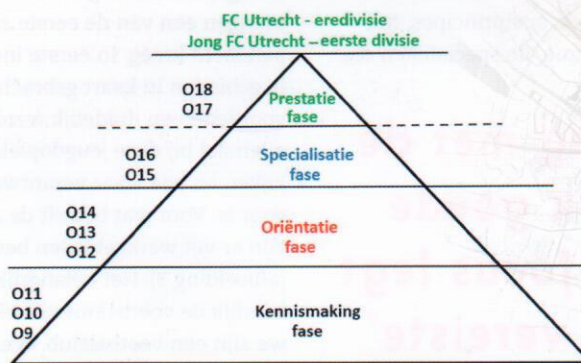


VANUIT HET HART

Werkgebieden voor een topopleiding.

4

"Specialisten opleiden voor de Galgenwaard"



VANUIT HET HART

Onderverdeling in fases.

Een heel belangrijke pijler is zoals gezegd die van de instroom, en dan praat je over scouting. Er was al een Coördinator Scouting, maar we hebben nu in de persoon van Rudy Jansen een Hoofd Scouting voor de Academie aangesteld. Alle scouting die gaat over spelers tot en met de Onder 16 valt onder hem. Denk aan uitnodigen, de begeleiding van spelers die op stage komen en eventueel worden aangenomen. De scouting vanaf Onder 17 valt onder verantwoordelijkheid van de scouting betaald voetbal. Voorloper van het werkggebied scouting zijn de werkggebieden van de partnerclubs en Pre-Academies. De wijze waarop we met partnerclubs omgaan en waarop we de Pre-Academies hebben ingericht, zijn niet los te zien van scouting. Een van

onze waarden bij FC Utrecht is ook: vanuit het hart de regio beïnvloeden. Dit gebeurt op maatschappelijk vlak als je praat over projecten in de wijken, steden en dorpen. Maar ook door scholingen die we in de regio aanbieden.'

## Taal

'Binnen het werkggebied Voetbalontwikkeling (afbeelding 3) hebben we veranderingen doorgevoerd op het gebied van de 'taal' die we met elkaar spreken. Die taal vormt ook weer een onderdeel van de cultuur. Waar veel clubs nog werken met een onderbouw, een middenbouw en bovenbouw, zijn wij daar juist van afgestapt. Als je iets onder-, midden- of bovenbouw noemt, dan zegt dat immers nog niet zoveel. Die termen geven weinig inhoud en

herkenning aan wat het in de praktijk is. Een Onder 13 en Onder 14, dat is het midden van de opleiding. Maar wat betekent dat inhoudelijk? Wij onderscheiden nu kennismakingsfase, oriëntatiefase, specialisatiefase en prestatiefase (afbeelding 4). Juist door te praten over fases en het te hebben over wat we daaronder verstaan, ontstaat er meer richting voor trainers, ouders van spelers en andere betrokkenen. In de kennismakingsfase gaat het, naast wat we op het veld doen, namelijk ook over wat het spelen bij een BVO inhoudt. In de oriëntatiefase gaan jongens op een heel veld spelen. Er komt buitenspel bij, er wordt in 11:11 op posities gespeeld. We letten in die fase op het voorkeursgedrag van spelers. Lijkt dat op een verdediger? Of een aanvaller? Of is het een creatieve speler, et cetera. Wat voor speler ben je, waar liggen je kwaliteiten? Dit laatste komt nog meer tot uitdrukking in de specialisatiefase. Als je door wilt breken in het betaald voetbal, dan móét je gewoon een specialiteit hebben. In deze fase gaan we op zoek naar die specialisatie en die gaan we versterken. Vanaf Onder 17 komen spelers in de prestatiefase. Dit wil niet zeggen dat het alleen nog maar gaat om winnen, ook al is en blijft dat een belangrijk onderdeel. Presteren kan volgens ons ook betekenen dat je probeert om basisspeler te worden, leert leven als een prof, dat je een contract afdwingt, of dat je kunt concurreren met medespelers. Via deze fases proberen we spelers heel gericht klaar te stomen voor de stap naar het betaalde voetbal. En natuurlijk, als een speler pas instroomt in Onder 14 zit er nog iets van kennismaken bij in. En er zijn jongens uit Onder 16 die al meedoen met bepaalde activiteiten van Onder 17. We onderscheiden fases, maar er zijn overlappingen voor spelers. De fases geven richting aan de manier van werken, zo moet je het zien.'

## Kaders

'Omdat de fases richting geven, werken we in de jeugdopleiding niet met vaste jaarlijnen per leeftijdsgroep. Ook staat niet vast wat een trainer in een bepaalde week gaat doen met

**Kennismakingsfase****"Vaardige goed bewegende kinderen ontwikkelen"**

- Multi- sports "veelzijdig bewegen"
- Cultuur van een BVO ervaren
- Technische vaardigheden ontwikkelen
- Algemene spelintenties koppelen aan technische vaardigheden
- Wisselende wedstrijd- en trainingsgroepen
- 80% individuele ontwikkeling/20% teamontwikkeling

5

**Prestatiefase****"Leren presteren en competitief zijn"**

- Wedstrijdplan gekoppeld aan speelwijze gericht op winnen
- Spelintenties- en principes perfectioneren
- Spelers structureel doorschuiven gericht op uitdaging
- Benadering vanuit cultuur profvoetbal
- Concurreren voor basisplaats "sterkste team speelt"
- Verdieping via masterprogramma voor "high potentials"
- 50% individuele ontwikkeling/50% teamontwikkeling

6

**Oriëntatiefase****"Op zoek naar specifieke kwaliteiten"**

- Van klein naar groot veld (8:8 > 11:11)
- Ervaren van spelen in een linie of op een positie
- Verschillende posities ervaren
- Skilltrainingen opstarten
- Introductie spelintenties-en principes 11:11
- Spelers incidenteel prikkelen oudere leeftijd
- 70% individuele ontwikkeling/30% teamontwikkeling

7

**Specialisatiefase****"Specifieke kwaliteiten versterken"**

- Positie- linietraining met linietrainers opstarten (O15-O18)
- Specifieke kwaliteiten benoemen en versterken
- Begin voetbalconditietraining vanuit maatwerk
- Vanuit maatwerk spelers prikkelen richting ouder- of jonger team
- Introductie concurreren voor basisteam
- Spelintenties- en principes in detail ontwikkelen
- 60% individuele ontwikkeling/40% teamontwikkeling

8

**Specificering fases in de jeugdopleiding.**

zijn groep. Datgene wat goed is voor individuele spelers en voor het team is het vertrekpunt. Dit kunnen verbeterpunten zijn, maar vooral ook thema's die versterkt kunnen worden. Zelf sta ik ook elke middag bij de trainingen op het veld en ik vind eigenlijk ook dat je dat als HO hoort te doen. Je bent actief betrokken bij hetgeen er gebeurt, ziet spelers en ziet hoe trainers bezig zijn om spelers en het team beter te maken. Door die indeling in fases en door de manier waarop we daar per fase verdieping in hebben aangebracht (afbeelding 5 tot en met 8), weten we van elkaar welke kant we op willen.

Kijk bijvoorbeeld naar de indeling van de trainingsweek wat betreft de verdeling tussen individuele ontwikkeling en teamontwikkeling. Van zo'n 80/20 in de kennismakingsfase gaat dat naar 50/50 in de prestatiefase. Waar het om gaat is dat de kaders er liggen, de invulling daarbinnen is aan de trainers zelf. Voor hen werkt het prettig want ze krijgen en ervaren ruimte, ze zijn op hun gebied experts. Onder 17 vraagt ander specialisme dan bijvoorbeeld Onder 12 of Onder 11. In de bezetting

van trainers over de diverse teams in de jeugdopleiding houden we daar rekening mee.'

De leeftijdsgroepen Onder 12 en Onder 11 werden zojuist benoemd. Onderscheidend is FC Utrecht in elk geval wat betreft de werkwijze bij deze jongste leeftijden. Daar hebben zich, als we

jonge kinderen. Vanaf welke leeftijd laat je ze instromen in een bvo? Vooropgesteld: ik zit niet volledig op de lijn van dat je 10- of 11-jarigen nooit mag selecteren, dat niet. Maar ik vind wel dat je heel goed moet weten welke 10- of 11-jarige je vraagt om in te stromen in je opleiding. En ook waarom je dat doet. Voor sommige kinderen kan het

**'Presteren kan ook betekenen dat je probeert om basisspeler te worden, leert leven als een prof, een contract afdwingt of dat je kunt concurreren met medespelers'**

praten over de inrichting van de jeugdopleiding, misschien wel de grootste veranderingen voorgedaan.

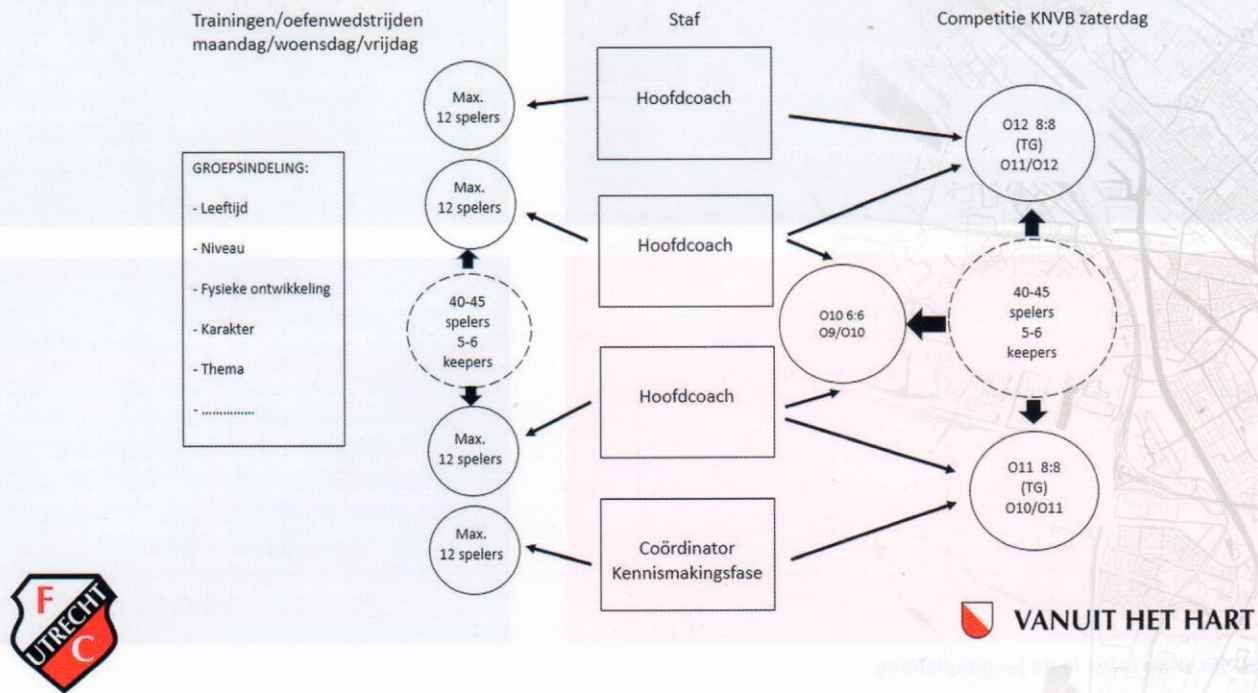
**Discussie**

'In Nederland is al een tijd een terechte discussie gaande over het opleiden van

echt goed zijn wanneer ze al vroeg in een bepaald klimaat komen. Voor sommige kinderen is topsport een uitstekend middel om zich te ontwikkelen. Sommige kinderen dus, lang niet allemaal. De stap die we daarom hebben gemaakt is dat we van kwantiteit naar

9

## “Via maatwerk ontwikkelen in de kennismakingsfase”



Via maatwerk ontwikkelen in de kennismakingsfase.

kwaliteit zijn gegaan. En dat zit zo: stel je wilt bijvoorbeeld een Onder 9 of Onder 10 in je opleiding, dan móét je voor al die elftallen ook genoeg spelers hebben van wie je denkt dat die zeker vier of vijf jaar in je opleiding blijven spelen. Maar wat blijkt bij veel clubs in de praktijk: die acht talentjes zijn wel te vinden. Maar waar zijn die overige vier? En wat je dan veel ziet gebeuren, is dat men die twijfelgevallen tóch laat instromen om een team compleet te krijgen. Maar zeker op die jonge leeftijd moet je dat als club helemaal niet willen. Want na een jaar neem je bij wijze van spreken alweer afscheid van een speler en dat doet gewoon heel veel met een kind.'

### Flexibel indelen

'Door van kwantiteit naar kwaliteit te gaan, is onze opleiding aan de onderkant gericht op flexibel indelen. Voor de jaarlagen Onder 10, Onder 11 en Onder 12 zijn we gegaan voor een groep van in totaal zo'n 40 tot 45

spelers. Van die groep zeggen we: deel ze niet in vaste teams in, maar rouleer gedurende de week op basis van persoonlijkheid, ontwikkeling, leeftijd of op thema. Het echte teamgevoel

Kennismakingsfase (afbeelding 9). Hét grote voordeel is dat we nu niet langer twaalf spelers nodig hebben voor Onder 10, maar kunnen volstaan met een flexibel aantal spelers waarvan we

**'Voor de jaarlagen Onder 10, Onder 11 en Onder 12 zijn we gegaan voor een groep van in totaal zo'n 40 tot 45 spelers'**

laat je dan misschien wat achterwege, maar dat geeft niets. Ze spelen op zaterdag immers nog steeds hun wedstrijden, want Onder 11 en Onder 12 hebben Twingames. Maar de KNVB organiseert al niet eens meer een bvo-competitie voor Onder 10. In die kennismakingsfase hebben we vervolgens drie hoofdcoaches, met in de persoon van Rik van der Horst een Coördinator

denken dat die potentie hebben om hier lange tijd te spelen.'

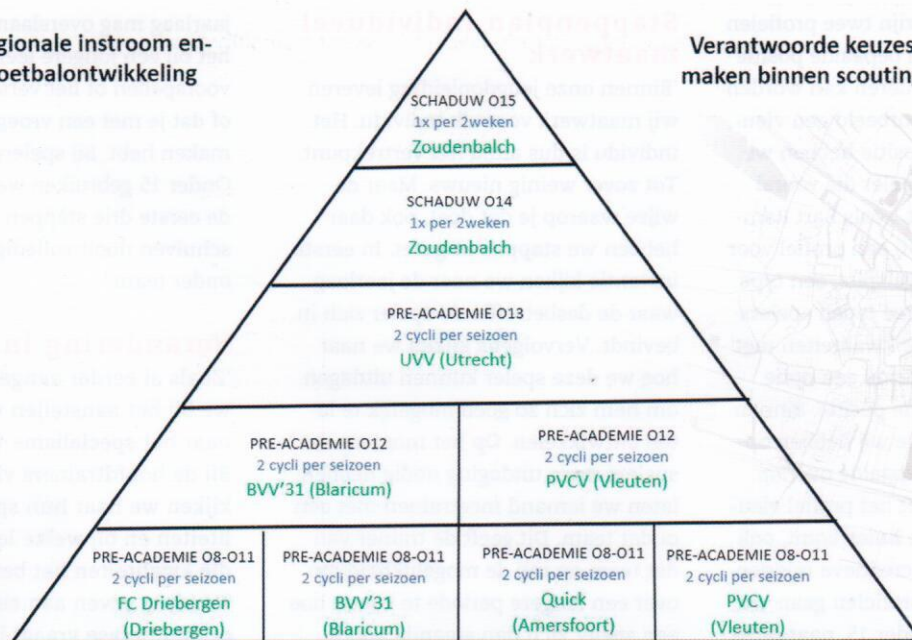
### Scouting in de regio

'Gekoppeld aan de manier van werken in die kennismakingsfase zit natuurlijk ook weer een stuk scouting. Binnen de Academie hebben wij onze visie op scouting enorm ontwikkeld. Hierbinnen passen we een unieke manier van

10

Regionale instroom en-  
voetbalontwikkeling

Verantwoorde keuzes  
maken binnen scouting



 VANUIT HET HART

Werkgebied Pre-academies

Werkgebied Pre-Academies.

werken toe, om tot zo goed mogelijke beslissingen te komen. Voorheen gingen onze scouts op stap, schreven namen op en dan kregen we een rapport met spelers die wij dan gingen volgen. Sommige spelers werden vervolgens uitgenodigd om drie keer mee te komen trainen en een keer een oefenwedstrijd te spelen. Na dit traject werd dan bepaald of we een speler wilden hebben: ja of nee. Wij geloven er echter in dat, zeker in de kennismakingsfase, het belangrijk is om spelers een beter, langer en breder traject aan te bieden. Hierdoor kunnen wij een betere inschatting maken of wij een speler wel of niet binnen de Academie willen hebben.'

### Locaties

'Omdat we nu dus niet per se twaalf spelers in Onder 10 in de opleiding hoeven te hebben, maar omdat we talentvolle jongens wél graag in beeld hebben en houden, zijn de Pre-Academies opgericht (afbeelding 10). Bij

die Pre-Academies vinden op zondagochtend op vier locaties activiteiten plaats. Op die locaties gaan kinderen in de leeftijd van Onder 8 tot en met de Onder 12 in twee cyclussen per seizoen trainingen volgen en wedstrijds spelen. Hierdoor kunnen wij in een paar maanden tijd een goed beeld vormen van een kind. Het geeft ons namelijk de mogelijkheid om goed te kijken naar zijn leervermogen, vaardigheid en motorische ontwikkeling. Ook kunnen we goed kijken naar gedrag. Hoe gaat een kind om met teleurstelling? Hoe ziet de omgeving van het kind eruit? De heel goede spelers in de Pre-Academie nodigen we vervolgens uit om op Sportcomplex Zoudenbalch mee te komen trainen. Door deze manier van werken winnen wij dus veel meer informatie in dan voorheen het geval was. Waar de beslissing vroeger op basis van een paar trainingen genomen moest worden, doen we dat nu op basis van veel meer informatie. Zo kan het bijvoorbeeld voorkomen

dat een speler twee jaar in onze Pre-Academie zit, voordat wij hem uitnodigen om een keer mee te komen trainen op Sportcomplex Zoudenbalch. Deze opzet werkt voor ons als club, maar is vooral ook heel goed voor jonge voetballertjes hier in de regio. Dit seizoen gaan we onze Pre-Academie zelfs uitbreiden met een schaduwteam voor de Onder 14 en Onder 15. Tot en met de Onder 15 krijgen we zo een heel betrouwbaar systeem om tot goede keuzes te komen bij het scouten van spelers. Bovendien denken wij dat dit er ook voor gaat zorgen dat de uitstroom van spelers minder wordt. We verschaffen onszelf aan de voorkant namelijk tijd om betere keuzes te maken.'

### Spelersprofielen

'Het afgelopen seizoen zijn wij begonnen met het samenstellen van spelersprofielen. In deze spelersprofielen hebben we de eigenschappen en kwaliteiten van een bepaald type speler gefor-

muleerd. Per positie zijn twee profielen opgesteld, omdat een bepaalde positie op verschillende manieren kan worden ingevuld. Neem bijvoorbeeld een vleugelspits. Voor deze positie hebben we een profiel van een speler die vooral tussen de linies komt, zoals Bart Ramselaar. Ook hebben wij een profiel voor een diepgaande vleugelspits, een type Gyrano Kerk. Deze twee typen spelers brengen totaal andere kwaliteiten met zich mee, maar zijn beide een optie voor de desbetreffende positie. Binnen de spelersprofielen die wij hebben opgesteld zit ook een bepaalde overlap. Zo kan een speler met het profiel vleugelspits die tussen de linies komt, ook een rol vertolken als creatieve middenvelder. Vanuit deze profielen gaan we, vanaf Onder 14 of Onder 15, naar onze spelers kijken. Wat zijn de kenmerken van een bepaalde speler? Wat is zijn voorkeursgedrag? Wat zijn de kwaliteiten van een speler en hoe kunnen we deze ontwikkelen? In dit proces zijn wij nu zover dat de trainers deze profielen kunnen gebruiken om naar de praktijk te gaan. Zo worden vooral de maandag- en dinsdagtrainingen gebruikt om aan de slag te gaan met de specifieke kwaliteiten die passen bij het spelersprofiel van de desbetreffende speler. Het koppelen van beelden en data aan de spelersprofielen wordt de volgende stap die we hierin gaan zetten. Daardoor wordt het voor spelers inzichtelijk wat zij, gelet op hun kwaliteiten, nodig hebben om het betaald voetbal te kunnen halen. Deze data worden interessant vanaf de Onder 16 of Onder 17. Hierbij kijken we ook naar voetbaltechnische data. Welk percentage van je duels moet je als centrale verdediger winnen, om op eredivisieniveau te komen? Of hoeveel steekpasses moet je gemiddeld per wedstrijd geven als aanvallende middenvelder, om mee te kunnen op dat niveau? Bovendien helpt het onze scoutingsafdeling bij het kijken naar spelers. Met wat voor type speler hebben we te maken en wat zijn de specifieke kwaliteiten van deze speler?

### Stappenplan individueel maatwerk

'Binnen onze jeugdopleiding leveren wij maatwerk voor elk individu. Het individu is dus altijd het vertrekpunt. Tot zover weinig nieuws. Maar de wijze waarop je dat doet, ook daar hebben we stappen in gezet. In eerste instantie kijken we naar de jaarlaag waar de desbetreffende speler zich in bevindt. Vervolgens kijken we naar hoe we deze speler kunnen uitdagen om hem zich zo goed mogelijk te laten ontwikkelen. Op het moment dat spelers meer uitdaging nodig hebben, laten we iemand meetraineren met een ouder team. Dit geeft de trainer van dat team en mij de mogelijkheid om over een langere periode te kijken hoe een speler zich dan staande houdt. Gaat dit goed, kan de desbetreffende speler een aantal keer een oefenwedstrijd mee gaan spelen met het oudere team. Als hij ook in die situaties goed overeind blijft, gaan we kijken hoe dit bij een competitiewedstrijd is. Gaat het bij competitiewedstrijden over een langere periode goed? Dan is de laatste stap dat een speler volledig aansluit bij de oudere selectie.'

### Zorgvuldig

'Wij vinden het noodzakelijk om deze stappen met betrekking tot doorschuiven zorgvuldig te doorlopen. Het stappenplan zorgt er namelijk voor dat de overgang wat geleidelijker verloopt en dat we het goed doordacht hebben. Wij zijn ervan overtuigd dat wij dankzij dit stappenplan betere keuzes kunnen maken, en dat we niet meer in situaties komen waarbij een speler vast naar een ouder team wordt geplaatst, om vervolgens anderhalve maand later weer terug te worden geplaatst naar zijn eigen leeftijdsgroep. Zoiets vinden we onwenselijk en zoiets kan voorkomen worden als je zorgvuldig bent bij het doorlopen van het stappenplan. Het volledig aansluiten bij een oudere selectie komt bij ons trouwens pas voor vanaf de Onder 16. Er gebeurt namelijk veel met een speler en zijn omgeving als iemand een

jaarlaag mag overslaan. Daarnaast is het bij een jongere leeftijd moeilijk te voorspellen of het verschil blijvend is, of dat je met een vroegrijpe speler te maken hebt. Bij spelers tot en met de Onder 15 gebruiken we daarom alleen de eerste drie stappen van het plan en schuiven nooit volledig door naar een ouder team.'

### Verandering in de staf

'Zoals al eerder aangegeven kijken we bij het aanstellen van onze staf naar het specialisme van de trainers. Bij de hoofdtrainers van de groepen kijken we naar hun specifieke kwaliteiten en bij welke leeftijdsgroep die kwaliteiten het beste passen. Training geven aan een team in de oriëntatiefase vraagt immers andere kwaliteiten dan training geven aan een team dat in de prestatiefase zit. Dit geldt ook voor het ondersteunende vlak. Zo moeten de mensen van de performance, keeperstrainers en assistenten ook goed passen bij de leeftijdsspecifieke kenmerken van de verschillende fases die wij in de jeugdopleiding hebben. Binnen deze staf aan begeleiders willen wij graag een balans hebben tussen trainers met een verleden als profvoetballer en trainers met een andere achtergrond. Daar komt bij dat bij FC Utrecht het hoofdtrainerschap in de Academie een fulltime baan is. Daar horen, ook in relatie tot onze partnerclubs, verplichtingen bij.'

### Elkaar assisteren

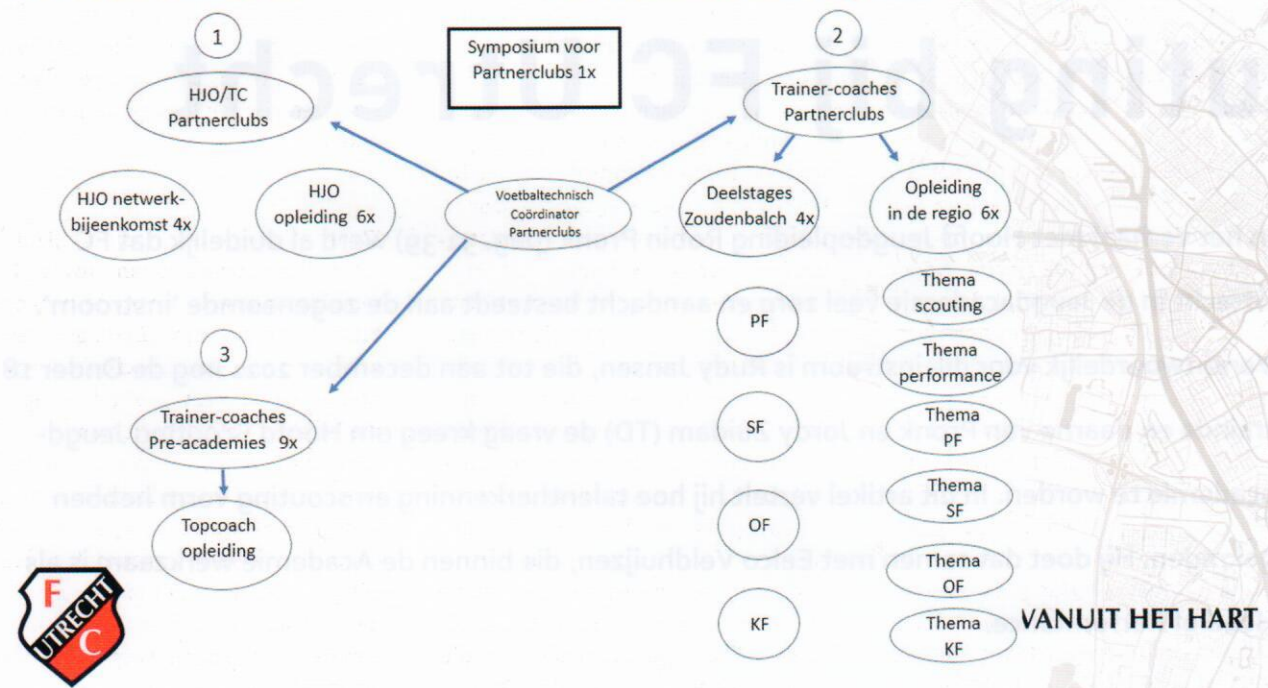
'Waar ik eerder bij de kennismakingsfase aangaf dat we van kwantiteit naar kwaliteit zijn gegaan, geldt datzelfde voor de personele inrichting van de Academie. We streven naar een relatief kleiner team trainers en specialisten die elkaar versterken. Zo staat de trainer van de Onder 11 eerst als assistent op het veld bij de Onder 15 om vervolgens bij zijn groep de leiding te hebben. De trainer van de Onder 15 staat vervolgens weer als assistent op het veld bij de Onder 17. Het voordeel van deze manier van werken is dat de trai-



11

Werkgebied partnerclubs

“FC Utrecht ontwikkelt jeugdvoetbal in de regio”



Ontwikkelen vanuit het hart.

ners onderling meer met elkaar gaan samenwerken. Ze leren van elkaar, kennen spelers al omdat ze die een aantal jaar geleden ook al in hun groep hebben gehad, en helpen elkaar op het veld. We creëren meer samenhang en de nadruk komt nog meer op het begeleiden van het individu te liggen.’

**Verdieping**

‘Om dat individu nog beter te ontwikkelen en effectief aan de slag te gaan met de spelersprofielen, geloven wij enorm in het gebruikmaken van individuele en linietrainers. Deze trainers zijn niet vast verbonden aan een team, maar zijn een aantal keer per week op de club om met de spelers aan de slag te gaan. Binnen onze Academie verzorgen Arno Arts, Michael Mols, Urby Emanuelson, Ab Plugboer, Ruud Heus en Ronald Šiklić deze trainingen. Hoe hun expertise wordt ingezet, ligt aan de wensen van de hoofdtrainers. Die gaan met deze specialisten in gesprek,

om te kijken hoe en wat het beste is voor de desbetreffende spelers. In de prestatiefase komt daarbij dat we voor de high-potentials een Masterprogramma hebben ontwikkeld. Daarin staat het vak van profvoetballer centraal. Spelers uit de Onder 17 en Onder 18 krijgen bijvoorbeeld workshops over het omgaan met media, ze krijgen uitleg van spelers die de stap naar het eerste al hebben gemaakt of spelen internationale wedstrijden. Eigenlijk alles wat als verdieping kan dienen, hoort hierbij.’

**Beïnvloeden van de regio**

‘Verdieping slaat trouwens ook op ons partnerclubbeleid. Dat beleid is erop gericht om de clubs in de regio te beïnvloeden en te ontwikkelen. Hierbij bieden we deze clubs en trainers van die clubs veel mogelijkheden aan en we noemen dat ‘ontwikkelen vanuit het hart’ (afbeelding 11). Op deze manier ontwikkelen wij de regio, met als doel

dat het niveau bij de club omhooggaat. Dit ontwikkelen doen we aan de hand opleidingen en deelstages. Zo hebben wij de TopCoach-opleiding en hebben wij een opleiding voor HO's of coördinatoren. Ook bieden we deelstages aan in de verschillende fases die we in de Academie onderscheiden. Onze trainers gaan de regio in om thema-avonden te organiseren. De trainers vinden dit leuk om te doen, en vertellen vanuit hun expertise en visie iets over een bepaald thema. Naast dat dit interessant is voor alle mensen uit de regio, denk ik dat dit ook veel meerwaarde heeft voor onze trainers zélf. Zij moeten namelijk goed gaan nadenken over hun visie en hoe je dit kunt vertellen. Die visie dragen we uit, niet alleen naar partnerclubs maar ook op ouderavonden. Daardoor leert de omgeving van de speler ook begrijpen hoe wij werken en waarom wij dat op deze manier doen.’

Daar waar 'het oog van de meester' en 'de wetenschap' elkaar ontmoeten

# Talenterkenning en scouting bij FC Utrecht

In het verhaal met Hoofd Jeugdopleiding Robin Pronk (pag. 32-39) werd al duidelijk dat FC Utrecht in de Jeugdacademie veel zorg en aandacht besteedt aan de zogenaamde 'instroom'. Verantwoordelijk voor die instroom is Rudy Jansen, die tot aan december 2021 nog de Onder 18 trainde en daarna van Pronk en Jordy Zuidam (TD) de vraag kreeg om Hoofd Scouting Jeugdacademie te worden. In dit artikel vertelt hij hoe talenterkenning en scouting vorm hebben gekregen. Hij doet dat samen met Eelco Veldhuijzen, die binnen de Academie werkzaam is als Head of Performance.

## Voorspellers



Rudy Jansen: 'Op het moment dat ik in deze functie startte, kon ik verder met de organisatie die door Marcel van der Net in

het verleden al goed was neergezet. Het uiteindelijke einddoel bleef gelijk, namelijk dat we goede spelers door willen laten stromen naar ons eerste elftal. Om dat zo goed mogelijk voor elkaar te krijgen, moeten we als Academie in de eerste plaats zorgen dat we aan de voorkant, vanuit een moderne strategie, goede spelers binnenhalen. De opdracht die ik van Pronk meekreeg was daarom duidelijk: 'Ga objectieve data verzamelen en ga kijken naar de voorspellers voor doorstroom van talent.' Dus dan duik je de literatuur in, je gaat met mensen in gesprek, je zoekt contact met externe specialisten. Maar ook zeker met de specialisten die we intern al aan het werk hadden,

onder wie Eelco Veldhuijzen. Want als je op zoek gaat naar voorspellers van de toekomst, dan is data verkregen uit bijvoorbeeld fysieke testen zeker een waardevolle toevoeging.'

Eelco Veldhuijzen is sinds februari 2019 werkzaam bij FC Utrecht en werkt er als Head of Performance Academie.

## Totaalbeeld



Eelco Veldhuijzen: 'Binnen de Academie heeft de (fysieke) performance al een belangrijk aandeel in het testen en ont-

wikkelen van spelers op fysiek vlak. De komst van Rudy en de vraag die door Robin gesteld is, hebben ervoor gezorgd dat we als het ware twee beginpunten hebben geformuleerd. Aan de ene kant hoe we opnieuw het scouten en het herkennen van talenten nieuw leven in kunnen blazen

door bréder te gaan kijken. Door nóg meer van spelers te weten te komen voordat we beslissingen gaan nemen. En de andere kant is meer inhoudelijk: welke testen doen we, en hoe gaan we die resultaten interpreteren? Hoe gaan we verbindingen leggen tussen al die resultaten en welke conclusies trekken we? Wanneer al die data wordt gecombineerd, krijgen we misschien wel een meer voorspellende waarde dan dat we tot nu toe hebben gehad. Dus daar zijn we eigenlijk vooral mee bezig: hoe gaan we steeds meer verzamelen? Hoe kunnen we het totaalbeeld van een speler in de breedste zin van het woord, dus qua fysiek, qua mindset, DNA, familiair, groei, maturiteit et cetera, in kaart brengen? En hoe kunnen we in dat totaalbeeld dan de ene speler met de andere vergelijken? Het voorgaande is, in een notendop, waar we binnen talenterkenning en scouting de volgende stap in willen zetten.'

Het oog van de meester aan de ene kant, ondersteund door de objectiviteit

van testen en meten. En dan proberen om jongens zo lang mogelijk te volgen, om daardoor een zo afgewogen mogelijke beslissing te kunnen nemen. Dankzij de Pre-Academie én de schaduwteams kan FC Utrecht potentiële jeugdspelers al langer dan ooit volgen en vergelijken.

### Langer de tijd nemen

**Rudy Jansen:** 'In de Pre-Academies hebben we spelers in de leeftijdsgroepen Onder 8 tot en met Onder 13. In de schaduwteams spelen jongens uit de leeftijdsgroepen Onder 14 en Onder 15. In beide groepen worden spelers geplaatst die we vanuit 'het oog van de meester', bijvoorbeeld vanwege hun technische vaardigheden, interessant vinden. Deze spelers plaatsen we vervolgens in voetbalactiviteiten: voor de winterstop minimaal tien tot vijftien momenten bij de Pre-Academie en minimaal zeven bij de schaduwteams. Dit geeft ons langer de tijd om spelers te bekijken, want spelers zijn op basis van technische vaardigheden opgevallen. In die periode voor de winterstop kunnen we spelers beter monitoren om te kijken of ze daadwerkelijk goed genoeg zijn om na de winterstop een interne stage te volgen. In het verleden ging dit anders. Zelfs vorig seizoen nog, toen we meer dan honderd interne stages hadden. Het streven is om dit aantal te verminderen. Als spelers na de winterstop worden uitgenodigd voor een interne stage, dan moet dat een indicatie zijn voor hun geschiktheid om in de Academie te komen. Op basis van alle beschikbare informatie, op basis van de vaardigheden die we hebben gezien, moeten we concluderen dat jongens die goed genoeg zijn voor een interne stage in principe ook goed genoeg zijn om in te stromen in de Academie.'

Door spelers eerst langere tijd te volgen en te monitoren, en door daarna spelers uit te nodigen, hoopt de club nog zorgvuldiger te zijn. Dit is goed voor de jongens die al bij de club spelen, maar ook voor talentvolle jongens in de regio.



Foto's: FC Utrecht

### Gerichter kijken

**Eelco Veldhuijzen:** 'Waar het vervolgens ook om gaat, is dat we beter gaan vergelijken. We kunnen mooie dingen vertellen over talentvolle jongens die we graag in de opleiding willen hebben, maar hoe vergelijk je die met wat je al in huis hebt? Stel dat je als bvo besluit een speler niet te laten blijven, weet je dan wat je ervoor terugkrijgt? Is die nieuwe speler daadwerkelijk beter? En wat is dan 'beter'? Daar proberen we een zo compleet mogelijk antwoord op te krijgen. De eerste indruk van wat je ziet op het veld is vaak: is 'ie technisch vaardig en beweegt 'ie goed? Maar zet tien scouts op een rijtje en ze letten veelal op andere specifieke dingen. Hoe kom je dan tot de definitie van iemand die het gaat maken? Als we praten over specialisme, dan haal je dat er bij iemand van 10, 11 of 12 jaar nog niet uit. Bij een Onder 17- of Onder 18-speler kun je daar al wel gerichter naar kijken. Een bepaald wapen, een specialisme, daar kun je iemand op aannemen. Maar ook dan blijft tóch de vraag of zo iemand het gaat halen, want het totaalbeeld hebben we niet.'

### Omgeving

**Rudy Jansen:** 'Dat totaalbeeld is gewoon heel belangrijk om tot die voor spellers van de toekomst te komen. Want ongeacht hoe goed je ook kunt voetballen, om die volgende stap te maken is de rest eromheen gewoon enorm belangrijk. Hoe is je thuissituatie, hoe is die ondersteuning die je vanuit huis krijgt? Heb je altijd gevoetbald of heb je ook een andere sport gedaan? Hebben je ouders ervaring in of met topsport? Wat weten we over het karakter van een speler? In de kennismakingsfase starten we daarom al met kijken hoe een speler omgaat met zoiets als tegenslag. Maar ook of iemand het leuk vindt om iets nieuws te leren. Dan kan het zijn dat die amateurspeler die nog geen scholing heeft gehad, die nog niet door ons gecoacht is, die nog niet deelgenomen heeft aan activiteiten van FC Utrecht, juist heel interessant is. En dat terwijl hij nú misschien nog minder is dan een jongen die misschien al twee jaar bij FC Utrecht zit. Dankzij het totaalbeeld proberen we een indruk te vormen van het groeipotentieel. Hoe goed denken wij dat de speler kan worden?'



### Groei

Eelco Veldhuijzen: 'Op fysiek vlak kunnen we, naarmate spelers ouder worden, steeds meer zeggen. Als iemand in Onder 10 snel is, valt moeilijk

lers die hier in de opleiding gespeeld hebben en nog steeds spelen. Door alle spelers als het ware terug te brengen naar één leeftijd en te vergelijken, kunnen we betere voorspellingen doen.

## 'Een amateurspeler die nog geen scholing heeft gehad en nú nog minder is dan een speler die al twee jaar bij FC Utrecht zit, kan juist heel interessant zijn'

te voorspellen of diezelfde speler in Onder 18 nog steeds snel is. De groei komt er nog aan, en daarin ontwikkelt elke speler zich anders. Maar wat interessant kan zijn, is dat je alle spelers als het ware terugbrengt naar een biologische leeftijd van 12 jaar. Dan kijken we naar alle beschikbare data van spe-

Want met name in de periode waarin de jongens het hardste groeien is het moeilijk vergelijken. Hoe lang moeten we de spelers de tijd geven om uit te groeien en te ontwikkelen is dan ook een vraag waar we over nadenken, net zoals hoe we individuele trajecten met spelers gaan starten.'

Na die groeiperiode komen jongens in de specialisatiefase. In die fase vindt de positie- en linietraining plaats. Binnen de teamontwikkeling werkt FC Utrecht in die positie- en linietraining nadrukkelijk aan individuele ontwikkeling. De al eerder door Pronk aangehaalde spelersprofielen komen hierin terug.

### Positie- en linietraining

Rudy Jansen: 'Bij die spelersprofielen horen bepaalde principes. En die principes maken we trainbaar aan de hand van positie- en linietraining. Op de maandagen doen we dit bij Onder 17 en Onder 18, waarbij ook de fysieke component terugkomt. Tijdens deze trainingen wordt veel kennis gecentreerd. Op hetzelfde moment komen specialisten en trainers bij elkaar. En juist door die twee kanten samen te brengen, wordt de aandacht nog meer gericht op het individu. De trainingen vinden plaats in kleinere groepjes, waardoor kwaliteit eveneens omhoog gaat. Hierin zie je trouwens ook een doorlopende lijn. Bij de jongste kinderen in de opleiding gaat het om het aanstippen van dat premotorische. Dan werken we samen met het ROC, waar onze spelers op woensdagen bijvoorbeeld danslessen en judo krijgen. De manier waarop we spelers tot 12 jaar daar qua bewegen breedmotorisch opleiden en uitdagen, wordt op latere leeftijd tijdens die positie- en linietrainingen al specifieker gemaakt.'

### Specifieker

Eelco Veldhuijzen: 'Een mooi voorbeeld van dat specifieke is de manier waarop we omgaan met snelheid. Vanuit een sprinttest gaan we verder dan alleen maar zeggen of iemand snel is of niet snel. We weten dankzij metingen dat iemand bijvoorbeeld een hoge topsnelheid heeft, maar dat de startsnelheid nog vrij laag is. Welke accenten leggen we dan? Dan gaat het erom dat iemand sterk moet worden op de eerste meters, door zichzelf op een andere manier te verplaatsen en massa in

beweging te krijgen. Het omgekeerde zien we ook, dat iemand snel start maar moeite heeft met doorversnellen. Tijdens een positie- en linietraining kunnen we vanuit die testen groepen samenstellen, zodat we steeds vanuit de behoefte van de speler iets centraal kunnen stellen.'

Na die Onder 16 komen spelers bij FC Utrecht in de Prestatiefase. In deze fase is voor de zogenaamde High Potentials het Masterprogramma ontwikkeld.

### Masterprogramma

**Rudy Jansen:** 'Het Masterprogramma is ontwikkeld voor een selecte groep spelers uit Onder 17 en Onder 18. Het gaat hierbij om een groep spelers waarvan we denken dat die op korte termijn door kunnen stromen naar het betaalde voetbal. Voor deze groep, die wordt samengesteld na overleg tussen diverse geledingen uit onze Academie, wordt een extra programma in de week gecreëerd. Eelco en ik gaan met deze groep aan de slag of stellen workshops samen om ze nóg beter voor te bereiden op het spelen in Jong FC Utrecht of in het eerste elftal.'

**Eelco Veldhuijzen:** 'Van alle fases die we in de Academie onderscheiden, is het Masterprogramma de overtreffende trap in het geheel. Alles wat met performance te maken heeft, komt hier samen. In het Masterprogramma kunnen we nog meer ingaan op zaken als ademhaling, slaap, maar het ook hebben over media en voeding. Eerder vertelde Rudy al over de positie- en linietraining, waarin het individu al meer benadrukt wordt. In het Masterprogramma doen we daar als het ware nog een schepje bovenop. Die laatste stap richting het betaalde voetbal proberen we dankzij het Masterprogramma makkelijker te laten verlopen.'

### Vollediger beeld

**Rudy Jansen:** 'Dat overleg dat plaatsvindt inzake spelers die in aanmerking komen voor het Masterprogramma, staat niet op zichzelf. Eens per zes tot

acht weken vindt binnen de Academie overleg plaats met onder andere de Hoofd Jeugdopleiding, trainers en scouts. We bespreken elftallen en bespreken ook hoe bepaalde spelers er in brede zin voorstaan. Dit bespreken is een continu proces. Het mooie is, en dat merken we meer en meer, dat steeds duidelijker wordt wát we aan talent buiten de opleiding in beeld hebben. Door die Pre-Academies, door de schaduwteams, maar ook door de diverse data en testen krijgen we van veel spelers een vollediger beeld. We trekken hierin overigens samen op met Sebastiaan Platvoet van de HAN, echt een expert op het gebied van dataverzameling. En door met veel verschillende mensen te spreken, verzamelen we steeds meer informatie en dat voegen we toe aan onze visie op scouting en talentherkenning.'

### Potentie in de regio

**Rudy Jansen:** 'Los van hetgeen wij intern doen om spelers beter te ma-

Maar als je een speler in het voortraject langer volgt, meer informatie ophaalt, neem je betere beslissingen. En dit geldt zowel voor de instroom, maar zoals Eelco al aangaf ook over de uitstroom. Waarom zou je een jongen laten afvallen? Wie komt ervoor in de plaats? Uiteindelijk zien we graag dat zo'n tachtig procent van onze jeugdspelers afkomstig is van clubs hier in de regio. Naar die situatie werken we met z'n allen toe. De potentie is er gewoon.'

### Optrekken met achterban

**Rudy Jansen:** 'Ik denk dat het woord 'uniek' wel van toepassing is op de manier waarop wij met elkaar werken in de regio. In de manier waarop we bijvoorbeeld met partnerclubs (nu 96) optrekken, speelt David Vecht een heel belangrijke rol. Hij levert clubs veel informatie als het gaat om opleiden en om het delen van kennis. En het feit dat dat goed gebeurt, zorgt er ook voor dat het voor ons als scoutings-

## 'Veel informatie leveren aan partnerclubs en kennis delen zorgt ervoor dat de scouting de contacten gemakkelijker goed kan houden'

ken, zijn we wel van mening dat de instroom momenteel nog te veel afhankelijk is van de topamateursclubs. Terwijl we juist denken dat de potentie gewoon hier in de regio zit. Daarom is het ook essentieel dat we, in goede samenwerking met onze partnerclubs, jongens langer kunnen volgen. Dat we ze langer kunnen zien. We zijn ook blij met dat schaduwteam Onder 14/Onder 15, hetgeen ons in staat stelt een beter oordeel te vellen. Soms zie je een speler maar kort, waardoor 'het oog van de meester' ook net tekortschiet.

organisatie gemakkelijker is om de contacten goed te houden indien een speler de overstap maakt. Om intern de zaken goed voor elkaar te krijgen, zul je breed moeten optrekken met je achterban, met de partnerclubs. Maar ook gebruikmaken van de wetenschap extern, zoals Sebastiaan Platvoet, én de wetenschap intern bij het team Performance onder leiding van Eelco Veldhuijzen. Streven naar een zo optimaal mogelijk totaalplaatje zorgt voor betere beslissingen en daar is iedereen bij gebaat.' ⚽

De werkwijze van FC Utrecht bij de Onder 10, Onder 11 en Onder 12

# De kennismakingsfase

De laatste jaren zijn er flink wat discussies in het voetballandschap geweest over hoe je de kinderen bij de jongste jeugd het beste kunt opleiden. Hoofd Jeugdopleiding Robin Pronk refereerde hier al aan in het hoofdartikel van deze JeugdVoetbalTrainer. FC Utrecht heeft de afgelopen jaren juist bij deze jongste jeugd voor een nieuwe aanpak gekozen. In dit artikel gaan we met Rik van der Horst, Coördinator Kennismakingsfase, in gesprek over hoe zij de kennismakingsfase en de Pre-Academie hebben ingericht.



Rik van der Horst is sinds 2016 actief bij FC Utrecht. In eerste instantie begon hij

bij de Onder 15 tot en met de Onder 18 als assistent-trainer. Vanaf 2019 is hij betrokken bij de jeugdscouting van FC Utrecht. Vorig seizoen rondde Van der Horst de cursus 'Talentherkenning in Sport, Expert' van NMC Bright af. Dit seizoen is hij, naast de scouting, bij FC Utrecht ook actief als Coördinator van de Kennismakingsfase.

## Bewust maken

**Rik van der Horst:** 'De kennismakingsfase omvat binnen onze Academie de jaarlagen Onder 10 tot en met Onder 12. Wij noemen dit de kennismakingsfase, omdat wij spelers binnen deze leeftijdsgroepen kennis willen laten maken met alles wat met voetbal te maken heeft. Dit doen wij in de breedste zin van het woord. Op het veld maken spelers ken-

nis met het spel voetbal en wat erbij komt kijken om bij een bvo te voetballen. Zo maken ze gedurende meerdere jaren kennis met allerlei verschillende technische vaardigheden en verschillende spelvormen. Ook leren we de spelers op welke manier gedrag buiten het veld invloed kan hebben op hun prestaties óp het veld. Ook dit gebeurt op verschillende manieren. Zo kan het zijn dat wij ouders vragen om hun kind een keer laat naar bed te laten gaan op een vrijdagavond. Op die manier kunnen de spelers ervaren wat weinig slaap de volgende dag doet met hun prestatie op het veld. Ook vragen we weleens aan spelers om niet te eten voorafgaand aan een training. Op die manier kunnen zij voelen wat dit met hun lichaam doet, en wat voor invloed dit heeft op hun prestaties op de training. Een ander goed voorbeeld is dat vorig jaar is gemeten hoeveel liter vocht spelers verliezen tijdens een training. Door dit inzichtelijk te maken kunnen zij bewust worden gemaakt van het feit dat het belangrijk is om voor, tijdens en na een training voldoende te drinken.'

## Beste samenstelling

'De kennismakingsfase bij FC Utrecht kun je zien als één groep van ongeveer 45 spelers. Deze 45 spelers zijn min of

meer gelijkmatig verdeeld over de Onder 10, Onder 11 en Onder 12. Daarbij moet gezegd worden dat deze verdeling per seizoen kan verschillen. Maar juist door te gaan voor één groep, zijn we niet langer gebonden aan vaste aantallen voor een team. De noodzaak om spelers aan te trekken om zodoende een team compleet te krijgen, is er dus niet. Wat je namelijk veel zag gebeuren was dat bvo's spelers aantrekken, terwijl ze weten dat die spelers eigenlijk nog niet klaar zijn om bij een bvo te spelen. Bij hun eigen amateurclub zijn ze beter op hun plek. In die kennismakingsfase wordt elke keer gekeken wat de beste samenstelling is voor de verschillende groepen. Je zit als speler niet meer vast aan je jaargenoten, maar in plaats daarvan zit je elke keer in een groep waarbinnen de kwaliteiten op elkaar zijn afgestemd.'

## Ontwikkeling faciliteren

'Wij hebben om verschillende redenen gekozen voor deze aanpak. Allereerst denken we dat door deze manier van werken het geboortemaandeffect wordt weggehaald. Spelers worden namelijk in groepen geplaatst waarvan wij denken dat zij zich daarin het beste kunnen ontwikkelen én waarbinnen zij het beste hun kwaliteiten kunnen

laten zien. Daarnaast wordt het voor ons makkelijker om naar potentie te kijken, in plaats van vooral naar hoe spelers op een bepaald moment presteren. De spelers hebben gedurende de week vier voetbalmomenten: op maandag, woensdag, vrijdag en zaterdag. De groepjes worden elke week op basis van een thema ingedeeld. Afgelopen week was het thema verdedigen en duelleren. Binnen dit thema hebben wij ervoor gekozen om de groepjes in te delen op lengte en motoriek. Aankomende week zitten we in een neutrale week. Dan worden de groepjes ingedeeld op basis van karakter. Binnen elk thema kijken we naar verschillende pijlers, en op basis daarvan worden groepjes ingedeeld. Deze pijlers zijn voor ons een middel om de ontwikkeling van ieder individu zo goed mogelijk te faciliteren.'

### Weekindeling

'Op maandag is de training ook echt gericht op de individuele ontwikkeling van de speler. De groepjes zullen gedurende de training een circuittraining doorlopen, waarbij ze diverse technische vaardigheden van het desbetreffende thema gaan uitvoeren. De woensdagtraining wordt elke week anders ingericht. De ene woensdag vindt een training met de performanceafdeling plaats. Deze training is gericht op het



### Weerstanden

'Elke zaterdag kan de groepssamenstelling trouwens ook weer veranderen. Wij hebben onze Onder 11 en Onder 12 ingeschreven voor een bvo-competitie, terwijl onze Onder 10 in een amateurcompetitie speelt. De reden hiervoor is allereerst dat de KNVB geen bvo-competitie faciliteert voor die laatste leeftijdsgroep. Daarnaast hebben we in onze Onder 10 veel kinderen die in het derde of vierde kwartaal zijn geboren. Wij denken dat het voor die leeftijds-

rijk dat we richting spelers en ouders goed communiceren wát we doen en waaróm we dat doen. Dit communiceren en uitleggen start daarom al voorafgaand aan het seizoen.'

### Informatie verzamelen

'Dan is het goed om ook nog meer te vertellen over de Pre-Academie. De Pre-Academie is een intern voortraject voor spelers waarvan wij denken dat zij de potentie hebben om in onze Academie te komen spelen. Dit traject geeft ons de mogelijkheid om meer informatie te verzamelen van de speler, voordat wij hem eventueel naar de Academie halen. Dit verzamelen begint aan de voorkant met een vragenlijst voor alle spelers die voor de Pre-Academie worden uitgenodigd. Door die vragenlijst willen we zoveel mogelijk informatie inwinnen over het kind zelf, maar we stellen ook vragen over iemands omgeving. Op de trainingen van de Pre-Academie kunnen we vervolgens inhoudelijke informatie gaan verzamelen. Dit doen wij door allerlei zaken terug te laten komen, op basis waarvan wij zo goed mogelijk de potentie van een speler kunnen voorspellen. Zo letten we bijvoorbeeld op werkhouding, motoriek en creativiteit.'

### Gerichter indelen

'Deze manier van werken in de Pre-Academie dient overigens twee doelen.

## 'Kinderen die meedoen in de Pre-Academie nemen hun opgedane ervaringen weer mee naar hun eigen club'

breedmotorisch ontwikkelen van de spelers. Zo gebruiken we op deze training onder andere het ASM-model. De week erop spelen we op de woensdag een oefenwedstrijd. Deze oefenwedstrijden doen we elke keer in een andere spelvorm, met andere spelregels. De vrijdagtraining is een groepstraining met het team waarmee het individu op zaterdag een wedstrijd speelt. Tot slot vindt op die zaterdag dan de wedstrijd plaats.'

groep het beste is om 6:6 te spelen. Maar we lopen hierbij wel tegen organisatorische beperkingen aan. Veel grote amateurverenigingen in de regio kiezen ervoor om hun Onder 10-1 als Onder 11-3 in te schrijven, waardoor ze 8:8 kunnen spelen. Dit gegeven maakt dat wij goed gaan kijken of de weerstand voor ónze Onder 10 in de amateurcompetitie nog hoog genoeg is. Los van die weerstanden en die indelingen is het in onze manier van werken belang-

Aan de ene kant willen we spelers nog meer uitdagen om onder steeds grotere weerstanden de juiste beslissingen te nemen. Aan de andere kant willen we het algemene niveau in de hele regio omhoog brengen. Kinderen die meedoen in de Pre-Academie nemen hun opgedane ervaringen immers weer mee naar hun eigen club. We zijn nu voor het derde jaar bezig met de Pre-Academies, die worden georganiseerd bij partnerclubs van FC Utrecht. In de eerste twee jaar hebben we veel ervaring opgedaan. Jongens gingen naar een locatie die het dichtst bij ze in de buurt lag. We merkten echter dat het dan lastig kan zijn om een zo passend

mogelijke weerstand te krijgen. Daarom hebben we vanaf dit seizoen gekozen voor een iets andere aanpak. Kinderen met een bepaalde kalenderleeftijd trainen vanaf dit seizoen op eenzelfde locatie. De eerste reden om het op deze manier in te richten, is dat we denken dat dit gaat leiden tot een hoger trainingsniveau. Daarnaast geeft deze indeling ons de mogelijkheid om spelers van kleinere clubs ook eens in een andere omgeving goed te bekijken. Bij hun eigen vereniging kan het niveauverschil namelijk best groot zijn. Op het moment dat ze vervolgens met allerlei leeftijdsgenootjes op hoog niveau komen te spelen, is het voor ons interes-

sant om te zien hoe een speler zich in die omgeving staande houdt.'

### Langer volgen

'Ook bij de Pre-Academies is het belangrijk om aan alle betrokkenen uit te leggen wat we doen en waarom we dat doen. Door met elkaar in gesprek te gaan, kunnen we de verwachtingen van alle betrokkenen goed managen. Bij die uitleg benadrukken we dat we over een langere periode naar spelers kijken. Spelers hoeven zich niet in twee of drie trainingen te bewijzen. Dit langer volgen is goed voor ons als club, maar in de eerste plaats natuurlijk voor de spelers in kwestie. Ze hebben de tijd.' ⚽

### Trainingsvorm

#### Doel

Verbeteren van het aansluiten van de verdediging en van het bewaken van de restverdediging

#### Organisatie

- Het veld is 45 meter lang en 25 meter breed.
- 10 hoedjes om een veld mee uit te zetten.

#### Inhoud

- Om te kunnen scoren moet een team in zijn geheel over de middenlijn zijn.
- De buitenspelregel geldt vanaf de middenlijn.
- Er wordt gespeeld in blokjes van 3 minuten.

#### Accent

Tijdens deze trainingsvorm wordt er bewust voor gekozen om, afhankelijk van het karakter van een speler, bepaalde taken te verdelen:

- Keeper bewaakt aansluiten verdediging.
- Eén speler bewaakt de teamorganisatie tijdens het aanvallen.
- Eén speler geeft tips aan zijn medespelers.
- Eén speler maakt de opstelling.
- Eén speler herkent hoe de tegenstander verdedigt.

#### Extra aandachtspunten

- In het rustblokje terugkomen op wat er is herkend.
- Spelers bevragen of ze hulp hebben gehad van medespelers.
- Spelers vragen naar belang van coaching.
- Tussen de blokjes in wordt er van rol gewisseld.
- Bespreek met spelers of elke rol bij iedereen even goed past.

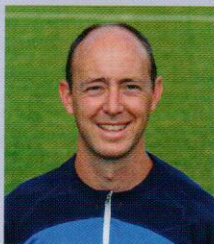




De werkwijze van FC Utrecht bij de Onder 13 en Onder 14

# De oriëntatiefase

In het vorige artikel hebben we gelezen over de werkwijze van FC Utrecht binnen de kennismakingsfase. Na de kennismakingsfase komen de spelers terecht in wat FC Utrecht noemt: de oriëntatiefase. In dit artikel neemt Nathan Wiener, Coördinator Oriëntatiefase en trainer van de JO13, ons mee in de werkwijze binnen de oriëntatiefase en de skillstraining die in deze fase wordt gegeven.



Nathan Wiener begon zijn trainerscarrière op zestienjarige leeftijd bij SDO Bussum. Na drie jaar de E-selectie te hebben getraind, maakte hij de overstap naar AFC. Bij AFC was Wiener negen jaar als trainer actief. In deze periode heeft hij verschillende selectieteams getraind, variërend van de Onder 9-1 tot de Onder 13-1. Ook was hij er coördinator van de onderbouw. Na een jaar trainer te zijn geweest bij BFC O13-1, maakte

hij de overstap naar FC Utrecht. In zijn periode bij FC Utrecht is hij trainer geweest van de Onder 11, Onder 12, Onder 13 en Onder 16. Ook was hij actief als assistent-trainer in de Prestatiefase. Aan de Universiteit Utrecht volgde Wiener de Masteropleiding Sportbeleid en Sportmanagement. Vorig seizoen heeft hij de UEFA A Youth-opleiding afgerond bij de KNVB. In het huidige seizoen is hij Coördinator van de Oriëntatiefase en assistent-trainer van de Onder 18.

## Oriënteren (Onder 13 t/m Onder 14)

Nathan Wiener: 'Waar we voorheen spraken van een onderbouw, middenbouw en een bovenbouw, hebben wij binnen de Academie nu verschillende fases benoemd. Deze geven namelijk direct aan waar spelers in een bepaalde fase mee aan de slag gaan. De oriëntatiefase omvat de leeftijdsgroepen Onder 13 en Onder 14. In deze fase gaan de spelers zich oriënteren op hun specifieke kwaliteiten. Daarbij kijken we op welke posities deze kwaliteiten het beste tot uiting kunnen komen. Ook kijken spelers naar hoe

zij als persoon in elkaar zitten. Hierbij zullen ze ondervinden hoe ze zich zowel binnen als buiten het veld gedragen. Wij willen de spelers de ruimte geven om deze dingen te ontdekken,

omdat wij ervan overtuigd zijn dat vroeg specialiseren kan leiden tot het uitsluiten van mogelijkheden. Met bepaalde kwaliteiten kun je namelijk op

verschillende posities terechtkomen. Het is niet ongebruikelijk dat spelers op een later moment in de opleiding alsnog op een andere positie komen te spelen. Daarom willen wij die opties graag openhouden en leiden daarom breed op. Pas vanaf de specialisatiefase (Onder 15 en Onder 16) wordt het allemaal wat specifieker.'

## Kwaliteiten

'Het doel van de oriëntatiefase heeft invloed op de werkwijze die we hanteren. In deze fase worden technische handelingen nog niet gekoppeld aan posities. We willen namelijk dat iedereen kennis maakt met alle handelingen die terugkomen op de verschillende posities die er zijn. In andere woorden: je zult bij ons niet zien dat een rechtsbuiten in de oriëntatiefase alléén maar bezig is met het oefenen op het geven van een voorzet. In plaats daarvan maken de spelers kennis met verschillende technische han-

## 'Vroeg specialiseren kan leiden tot het uitsluiten van mogelijkheden'

delingen die bij verschillende posities komen kijken. Alle spelers leren dus handelingen die komen kijken bij bijvoorbeeld het goed verdedigen, bij het

De werkwijze van FC Utrecht bij de Onder 13 en Onder 14



uitspelen van een duel 1:1, het geven van een crosspass, et cetera. We gaan minder in op de details of op de rol van een bepaalde positie op het veld. Dit wil echter niet zeggen dat onze spelers in de oriëntatiefase op alle posities komen te spelen. We kijken naar de specifieke kwaliteiten van een speler, en naar de positie waarop deze kwaliteiten het beste tot uiting komen. Neem bijvoorbeeld een dynamische speler met een goed linkerbeen. Binnen onze werkwijze laten wij deze speler dan niet alleen linksachter spelen, maar ook links op het middenveld of links voorin. Op die posities kunnen zijn kwaliteiten namelijk tot uiting komen. Zo heeft elke speler vaak twee à drie posities waar hij op basis van zijn kwaliteiten kan spelen.'

### Skillstrainingen

'Onze trainingsweek is zo ingericht dat onze spelprincipes altijd terugkomen. De maandag en de dinsdag zijn in onze werkwijze de trainingen waarin we in kleinere groepjes trainen. Tijdens deze trainingen krijgen de spelers meer individuele aandacht

binnen de technische handelingen die we behandelen. Tijdens donderdag- en vrijdagtrainingen vinden grote spelvormen plaats, die gericht zijn op de ontwikkeling van de speelwijze. Gedurende deze trainingen krijgen de spelers uiteraard ook individuele aandacht, maar dit is dan wel in het grotere geheel. In onze weekplanning

hebben we op dinsdag de skillstraining gepland. Op deze training trainen de Onder 13 en Onder 14 samen, terwijl ook spelers van de Onder 12 worden uitgenodigd. De skillstrainingen worden in circuitvorm gegeven. Het thema dat bij de oefeningen terugkomt, is tevens het thema dat die week binnen het team wordt behandeld. Tijdens deze training wordt de hele groep in vijf kleine groepjes verdeeld. Deze groepjes maken we op basis van verschillende parameters. Deze parameters gebruiken wij als middel om te zorgen voor ontwikkeling bij de spelers, binnen het thema dat wij behandelen, en de indeling van de groepjes kan dus geschieden op basis van waar kinderen zijn in de groei, hun lengte, gewicht en karakter. Ook kunnen spelers met tegenovergestelde kwaliteiten bij elkaar gezet worden. Een speler die goed is in het uitspelen van het duel 1:1, wordt in een groepje gezet met een speler die juist goed is in het verdedigen in diezelfde 1:1-situatie. We zijn dus constant op zoek naar verschillende manieren om spelers binnen die skillstrainingen uit te dagen.'

### Verbinding

'Binnen de gemaakte groepjes doorlopen spelers een circuit aan oefeningen, van vijf keer twintig minuten.



Binnen dit circuit gaan ze vervolgens met verschillende dingen aan de slag, die steeds horen bij het thema waar die week op wordt getraind. Spelers hebben dan twee onderdelen met fysieke trainers, zoals bijvoorbeeld het 'stoeien' vanuit het ASM-model of ze gaan met een looptrainer aan de slag met 'wenden en keren'. Naast de twee fysieke onderdelen hebben we ook drie technische onderdelen. Stel we gaan verdedigen, dan zijn er drie oefenvormen waarin de technische handelingen terugkomen die belangrijk zijn binnen onze verdedigende principes. Deze oefeningen zijn meestal met weerstand, maar soms doen we dit in een geïsoleerde vorm zodat we wat meer kunnen ingaan op de details. Aan het einde van de circuittraining brengen we de hele groep weer bij elkaar om partijvormen te spelen. Deze partijvormen zijn qua grootte en regels zó ingericht, dat de technische handelingen die we in de circuittraining hebben behandeld, veelvuldig terugkomen. Het voordeel van deze manier van werken is dat we één keer per week teamoverstijgend werken. Hierdoor kunnen niet alleen de spelers uit de verschillende jaarlagen van elkaar leren, maar ook de trainers. En het gevolg daarvan is weer dat er tussen alle betrokken meer verbinding ontstaat.'

## 9:9

'Een belangrijk thema in Onder 13 is verder dat spelers 11:11 gaan spelen op een volledig veld. Vanaf de Onder 12 worden zij hier al gericht op voorbereid, dankzij de spelvorm 9:9 die tussen de beide zestienmetergebieden in de lengte van het veld wordt gespeeld. Daarbij vormt de buitenspelregel een zeer belangrijk onderdeel in de aanvallende speelwijze die wij bij FC Utrecht voorstaan. Zo is 9:9 een goede vorm tussen 8:8 op een half veld en het 11:11 op een volledig veld. Deze overgangen tussen spelvormen passen volgens ons goed bij het oriënteren dat kinderen op deze leeftijd binnen het voetbal nog doen.' ⚽

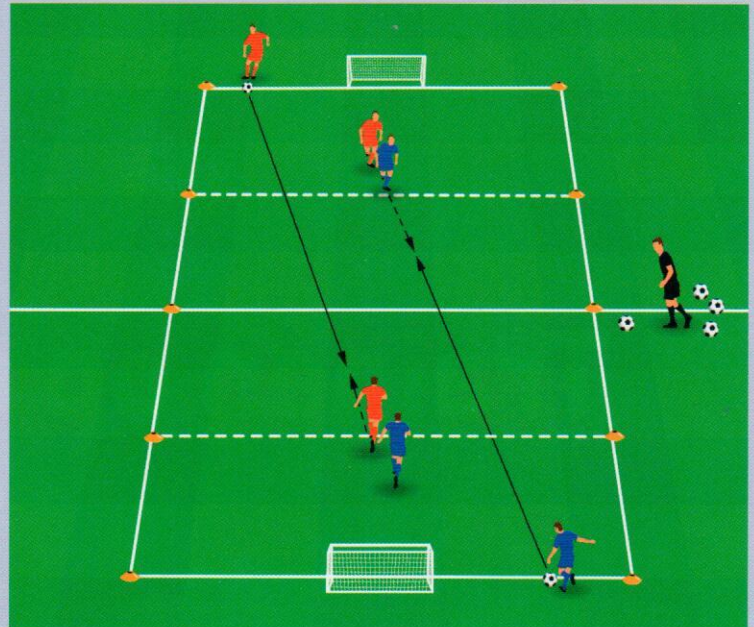
## Trainingsvorm

### Thema:

Bal afschermen terwijl je een tegenstander in de rug hebt.

### Organisatie en inhoud:

- Rood en blauw verdedigen een eigen doeltje, namelijk het doeltje aan de zijde waar ze met de bal starten.
- Op het teken van de trainer spelen de voorste 2 spelers in de rij de bal schuin vooruit in, naar hun teamgenoot (spits).
- Er wordt 2 keer een situatie 1:1 in hetzelfde veld gespeeld.
- De spits houdt de bal vast en schermt deze af met een verdediger in zijn rug.
- De verdediger zit kort in de rug van de aanvaller.
- Na 2 tellen mag de aanvaller draaien en mag de verdediger een actie maken op de bal.
- Zodra de eerste bal uit is, mogen de spelers elkaar gaan helpen en ontstaat er een 2:2-situatie.
- Zodra de tweede bal uit is, speelt de trainer een derde bal in naar het team dat recht heeft op de bal.
- Deze aanval met de derde bal duurt maximaal 5 seconden.
- De middenlijn fungeert als buitenspellijn.
- Na een aanval draaien de spelers door in posities.



### Coaching

#### Aanvallend

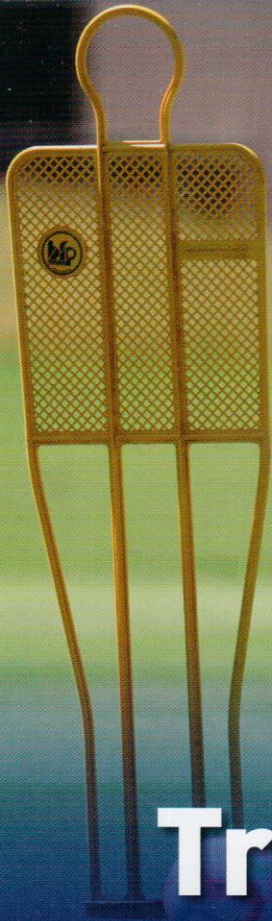
- 'Scherm de bal af.'
- 'Sta ingedraaid.'
- 'Maak contact met de tegenstander.'
- 'Maak je breed met armen en billen, 'voel' aan welke kant de ruimte ligt om weg te draaien, kort te draaien of te versnellen.'

#### Verdedigend

- 'Zit kort in de rug van de tegenstander, laat hem niet draaien.'
- 'Dwing de tegenstander achteruit, maak je breed.'
- 'Maak een actie op de bal maken zodra de tegenstander wil draaien.'
- 'Blok hem op het juiste been, gebruik je schouder en borst in het duel.'

### Methodiek

- Na de inspeelpass start direct de 1:1-situatie.
- Aanvaller kan breed weglopen en in de bal komen, waardoor hij moet leren herkennen of hij kan draaien/vooruit aannemen of de bal moet afschermen.



# Trainen op dieptespel

Hyballa's deep runs

## Trainen op dieptespel



Hyballa's deep runs

'Je moet meer bewegen!' is nog steeds vaak te horen aan de zijlijn van voetbalvelden. Peter Hyballa noemt dat kroegcoaching. De spelers op het veld hebben er niet zo veel aan. Wat is bewegen? Welke kant op, wanneer en op welke snelheid? Aan de andere kant is de Duitse Nederlander ook een trainer die het heel belangrijk vindt dat juist de spelers zonder bal voor dynamiek in het spel zorgen door te bewegen, door loopacties te maken. Liefst de diepte in. Krachtig dieptespel. De tegenpartij moet dan reageren. Zoiets moet concreet gemaakt worden door een voetbaltrainer, zodat het echt duidelijk is voor zijn spelers. In dit boek onderscheiden we meer dan 40 trainingsvormen die daarbij zullen helpen.

### Partijspel 5:5 op smal diep veld met contrazones

#### Organisatie

- Diep, relatief smal veld in de as.
- Keepers in de doelen.
- Nu met twee zones aan de flanken.

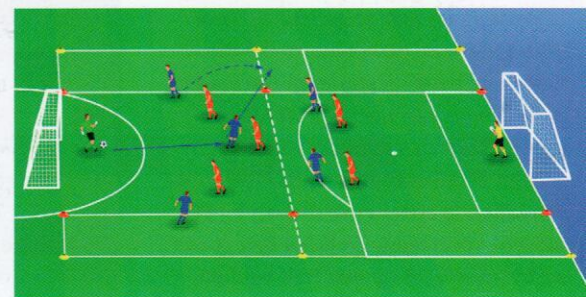
#### Inhoud

- Partijspel 5:5 in de as.
- Er is nu een soort 'uitlaat' aan de zijkanten als het in de as dichtzit.
- Kan ook in 4:4 of 6:6, met eventueel aangepaste afstanden.

#### Variatie

- Met een neutrale speler die je een speciale taak meegeeft:
  - Alleen diepspelen.
  - Alleen contra spelen.
  - Alleen schieten op het doel (rebound voor de andere spelers dus!).

Trainingsvorm voor winger ru



Dit boek is nu verkrijgbaar in de shop van De Voetbaltrainer voor slechts €14,95. Ben je abonnee? Dan profiteer jij van 7,5% korting.

Ga naar [voetbaltrainer.nl/trainersshop](http://voetbaltrainer.nl/trainersshop)



De **Voetbal**Traine