

Mini-special
FC Den Bosch

Stef Wijlaars
Hoofd Opleiding

Jan de Hoon
Onder 18

David Golverdingen
Manager Jeugdopleiding

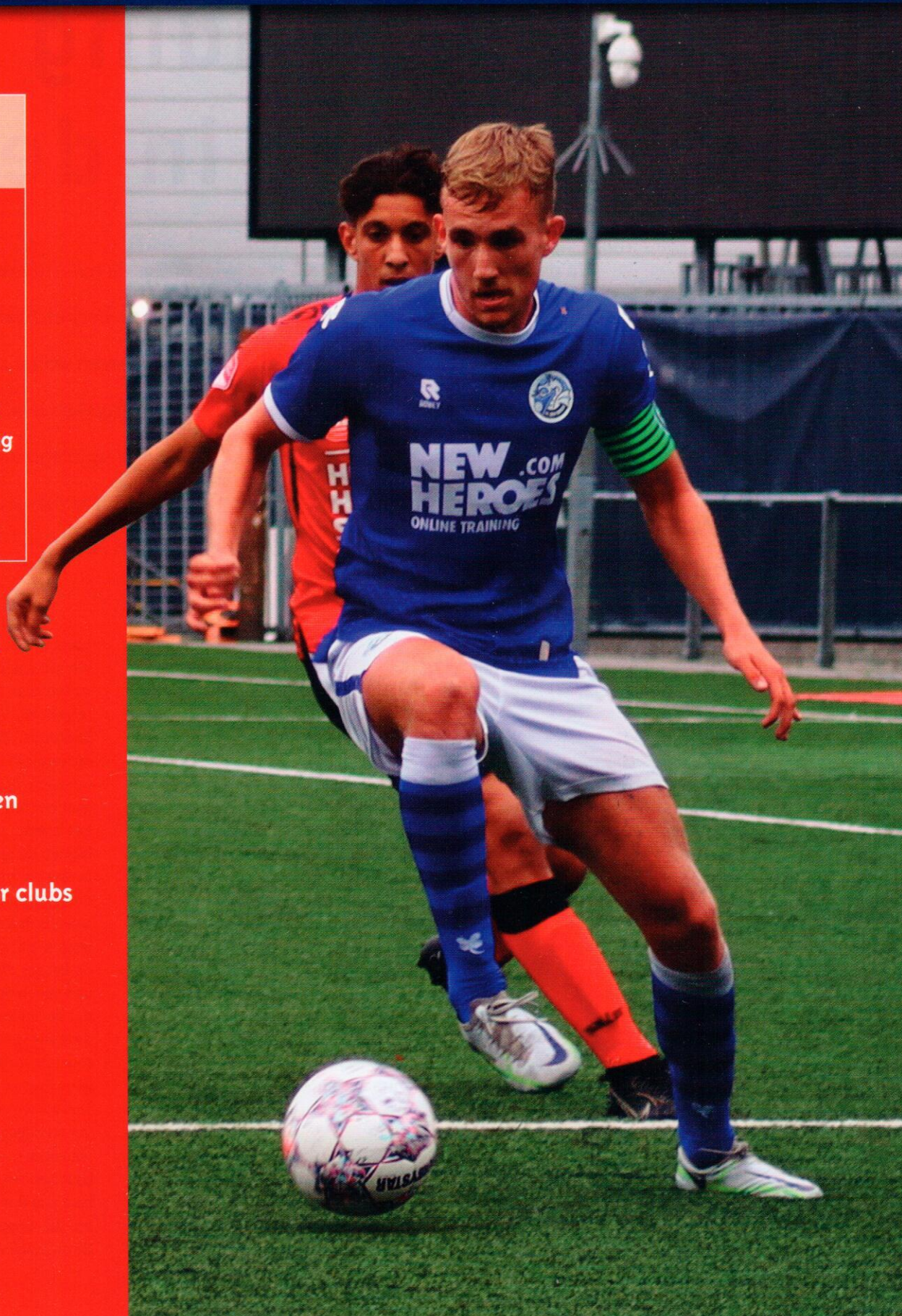
Marc Höcher
Onder 16 (en Onder 21)

Rob Siekmann
Kracht van straatvoetbal

Joost van Beek
Positief coachen

Maurice van der Kallen
Pedagogisch handelen

TrainingsPlanner voor clubs
GJS



Samen verantwoordelijk voor individueel maatwerk

Jeugdopleiding FC Den Bosch in de lift



Na de verbroken fusie met RKC Waalwijk onder de naam Brabant United moest FC Den Bosch vijf jaar geleden aan de slag met de herinrichting van de jeugdopleiding. De ambities zijn hoog, want de Bosschenaren willen op termijn een complete topsportopleiding neerzetten, waarin jeugdspelers in alle facetten optimaal worden geschoold. Een belangrijke rol daarin is weggelegd voor Stef Wijlaars, die na drie jaar jeugdspeler, drie jaar selectiespeler en drie jaar jeugdtrainer in de zomer van 2020 is aangesteld als Hoofd Opleidingen (HO).



Nieuwe richting jeugdopleiding FC Den Bosch

Stef Wijlaars: 'In het eerste jaar dat we weer op eigen benen stonden, was Wiljan Vloet nog HO. Hij vervulde tevens de rol van Technisch Directeur. In het tweede jaar werd Mark Lakwijk de nieuwe HO, met hulp van Wally Pennings. Daar kwamen medewerkers die ze zelf konden opleiden bij, en dat werden David Golverdingen (de huidige Manager Jeugdopleiding, red.) en ik. Vanaf dat moment is de focus op de opleiding komen te liggen en we zijn van de grond af aan alles weer gaan opbouwen. Dan hebben we het over een breed scala aan onderdelen: van scouting tot videoanalyse en van performance tot voetbalinhoudelijke zaken en de MVO-tak (Maatschappelijk Verantwoord Opleiden, red.). Dit met als doel weer een topsportopleiding te worden.'

Die opbouw vanaf de grond begon met een nieuwe visie. Die visie die nu leidend is binnen de jeugdopleiding van FC Den Bosch, hangt volgens Wijlaars samen met een aantal kernwaarden die centraal staan bij de club.

Visie en kernwaarden

Stef Wijlaars: 'Mark Lakwijk was vóór onze periode al tien jaar werkzaam als HO. Veel spelers in die tijd stroomden

door naar het eerste elftal. Mark heeft ons in het begin meegenomen vanuit zijn visie. Zo hebben we met elkaar een aantal kernwaarden opgesteld

waar wij als jeugdopleiding voor staan, wie we zijn en hoe we met elkaar om willen gaan. Het woord 'visie' is heel uitgebreid. Want je hebt onder dat hoofddoel van het worden van een topsportopleiding een visie op scouting, op opleiden, et cetera. Maar in grote lijnen gaat het om individuele aandacht, om het leveren van individueel maatwerk binnen de opleiding. We leiden geen teams op, maar individuen die hopelijk doorbreken in het betaald voetbal. Het team is daarbij het middel om die jongens te ontwikkelen. Dat zie je terug in de keuzes die wij maken op het gebied van speelwijze. Zo leggen we niet op dat de Onder 12 tot en met Onder 21 op dezelfde manier en in dezelfde formatie moeten voetballen. We proberen jongens juist in hun kracht te gebruiken. Dus als we geen buitenspelers hebben in een bepaalde lichting? Dan spelen we zonder. Als we jongens hebben die baat hebben bij ruimte, dan kan het best zijn dat we wat verder terugzakken om die jongens de ruimte te geven in de omschakeling. De focus op het indi-



Foto's: FC Den Bosch

vidu komt trouwens ook nadrukkelijk terug in de laatste fase van de opleiding bij de High Potentials, waar we veel tijd investeren in jongens die dicht tegen het eerste aan zitten.'

Samen

'De visie binnen de jeugd van FC Den Bosch is dus gestoeld op enkele kernwaarden. Een van de belangrijkste is dat we het samen doen. Ik als HO of het managementteam als geheel is niet belangrijker dan alle anderen. We werken met meer dan honderd vrijwilligers binnen de opleiding en die zorgen met elkaar voor zeven teams. Om iedereen mee te krijgen op weg naar dat doel is het delen van onze visie belangrijk geweest. Dit vergroot de onderlinge binding, maar ook het gevoel hoe we jongens willen opleiden en hoe we met elkaar om willen gaan. Dat gevoel van samen komt terug binnen de teams. Daar heeft iedereen elkaar nodig. De een is op een bepaald moment verder dan de ander, maar alle betrokkenen beseffen dat honderd procent inzet ver-

eist is om iedereen zich ook optimaal te laten ontwikkelen.'

Verbinding

'Het gevoel van samen wordt niet alleen bij de spelers, maar door de hele organisatie gecreëerd. Onze hoofdtrainers assisteren bij andere teams. Ook op die manier krijg je meer verbinding

opnieuw een gezamenlijk moment ontstaat. Tijdens dat moment zoomen we in op de visie en werkwijze, en creëren zo verbinding tussen de verschillende takken.'

Verantwoordelijkheid

'Een tweede kernwaarde die centraal staat, is verantwoordelijkheid. Spe-

'We leiden geen teams op, maar individuen die doorbreken in het betaald voetbal'

met elkaar. Dat assisteren gebeurt op vaste momenten, drie à vier keer per week. De trainer van de Onder 14 assisteert vier keer per week bij de Onder 18 en de trainers van de Onder 16 doen dat drie keer per week bij de Onder 21, waardoor je ook daar de overlap krijgt. Verder integreren we een trainersoverleg met een scoutingsoverleg, waardoor

lers krijgen hier de kans om zich te ontwikkelen tot profvoetballer, maar daar hoort een bepaalde verantwoordelijkheid bij. We vragen elke dag het maximale van onze spelers en als dat maximale er niet is, spreken we jongens daar op aan. Wij als trainers onderling hebben een verantwoordelijkheid voor de ontwikkeling van de



jongens, dus ook daar wordt maximale inzet verwacht. Van trainers wordt veel gevraagd als je kijkt naar alle competenties. Ze moeten trainingen goed voorbereiden en goed kunnen geven,

herkent dat je ontwikkelpunten hebt. Vanuit die verantwoordelijkheid verwachten we dat trainers richting een collega-trainer of mij aangeven waar we bij kunnen helpen.'

'Verantwoordelijkheid betekent ook dat je herkent dat je ontwikkelpunten hebt'

kunnen periodiseren, inhoudelijke stopmomenten herkennen en daarnaast is ook pedagogiek belangrijk. Daar komt het houden van besprekingen bij, het toepassen van videoanalyse en het omgaan met ouders. Het is een breed pakket en wij proberen onze trainers daar zo goed mogelijk bij te helpen en te begeleiden. Maar verantwoordelijkheid betekent ook dat je als trainer zelf

Groei en plezier

'De derde kernwaarde is misschien wel de hoofdpijler: plezier staat uiteindelijk voorop. Dat zie je ook terug in de gemoedelijkheid en het familiale gevoel binnen de club. Het moet leuk zijn om hier te zijn. Zeker als je zeven, acht jaar in de opleiding zit: dan moet het ook nog leuk zijn om na school weer naar FC Den Bosch toe te komen.

Want plezier zorgt weer voor groei. Dat plezier creëren we door te zorgen voor een goede relatie tussen trainers en spelers, waarbij die laatste groep echt het gevoel heeft dat ze 'gezien' worden. Dit investeren in de relatie kan al door middel van korte informele gesprekjes, al is het maar twee minuten. Plezier komt ook terug in de oefenstof. Die moet uitdagend zijn met veel vormen waarin winnen of verliezen centraal staat en waarin geleerd wordt. Want daarmee creëer je een bepaalde beleving. Die jongens willen niets liever dan wedstrijdjes winnen.'

De afgelopen seizoenen is het FC Den Bosch gelukt om, ondanks een beperkt budget, steeds weer een stapje te maken in het verder professionaliseren van de jeugdopleiding.

Investeren

'Als we kijken naar bijvoorbeeld de videoanalyse: vijf jaar geleden begonnen we nog zónder. Uiteindelijk hebben we door een creatieve manier toch een videopartner gevonden, die ons de mogelijkheid gaf om beelden te gebruiken. We hebben vervolgens een groepje met slimme jongens bij elkaar gebracht die interesse hadden op dat gebied en in zichzelf wilden investeren. Die jongens wisten dat ze mogelijk later een stap konden maken richting het eerste elftal of richting een andere club. Dat is ook gebeurd, want vier van hen hebben hun carrière vervolgd bij onder andere FC Utrecht en PSV, en er zijn jongens bij ons eerste elftal aangesloten. Gedurende enkele jaren was het een win-win-situatie, want zij hebben zichzelf ontwikkeld en tegelijkertijd is onze videoanalyse naar een hoger niveau gebracht. Inmiddels hebben we het zó geregeld dat alles wordt gefilmd, dat jongens zelf een inlog hebben en beelden kunnen terugkijken. Vanaf de Onder 15 wordt er ook gecodeerd door analisten.'

Trial

'Wat voor videoanalyse geldt, geldt ook voor de tak performance, met krachttrainers, looptraining en coretraining. Dat zit nu op een niveau dat echt anders is dan vijf seizoenen geleden. Zo

besteden we sinds dit jaar een aantal warming-ups per week uit aan de performanceafdeling. Wij denken dat zij met specifieke kwaliteiten onze spelers weer op andere manieren kunnen prikkelen. En natuurlijk gaat niet alles gelijk goed, of komen we tot de conclusie dat het toch anders moet. Dat is niet erg, zolang er op langere termijn maar een stijgende lijn te zien is. Trial and error is daarin eigenlijk gangbaar. We zetten dingen op en kijken hoe het loopt. Gaat het goed, dan zetten we door en als iets niet werkt, passen we het aan of stoppen we ermee.'

Op de vraag waar Wijlaars trots op is, begint hij met vertellen over de trainers die actief zijn binnen de jeugdopleiding.

Trots

'Trots zijn we op meerdere zaken die hier gebeuren. Maar als ik er iets uit kan lichten, dan is het wel de kwaliteit van de trainers. We geloven echt dat als je continuïteit kunt waarborgen, je dat uiteindelijk successen brengt. Dus is er ons veel aan gelegen om trainers over wie we positief over zijn, binnenboord te houden. Dat is de laatste seizoenen gelukt en dan is het ook mogelijk om samen iets op te bouwen. Visie en mensen, die combinatie is de basis. Ook in de scouting hebben we veel werk gestoken. Toen we na Brabant United weer als zelfstandige opleiding zijn gaan functioneren, hadden we twee scouts. Dit hebben we opgebouwd naar twintig jeugdscoots die voor ons elke week de velden afaan.'

De kwaliteit van de trainers is voor Wijlaars dus cruciaal in de opleiding, maar hoe waarborg je die in een organisatie waar de mogelijkheden beperkt zijn?

Kwaliteit waarborgen

'Ik realiseer me dat als je HO bent bij FC Den Bosch, er heel veel op je bordje terecht komt. Dan weet je dat je niet alles tegelijkertijd kunt doen. Ik zou nog veel meer tijd willen stoppen in het begeleiden en ontwikkelen van trainers. Dat betekent dat de trainers die we hebben, ook zelfstandig moeten kunnen werken en bepaalde kwaliteiten en ervaring moeten hebben. Als we voornamelijk

trainers met potentie aanstellen, die wel heel veel begeleiding nodig hebben, en ik weet dat ik het niet kan waarborgen om zoveel tijd vrij te maken om ze te ontwikkelen, dan komen we ergens in de problemen. Als club is het de uitdaging om daarin een balans te vinden. We zetten in op jonge trainers met potentie, maar ook op ervaren trainers. En wat je nu ziet gebeuren, is dat veel assistent-trainers uiteindelijk na twee à drie seizoenen hoofdtrainer worden. Ze krijgen eerst de visie mee, zien wat er gebeurt, geven al delen van trainingen en coachen al delen van wedstrijden. Daardoor worden ze dusdanig ontwikkeld, dat ze de positie van hoofdtrainer van een jeugdteam kunnen overnemen. Zo zijn de huidige trainers van de Onder 12, -13 en -14 allemaal eerst assistent geweest. Door zo te werken bouw je samen iets op, en waarborg je de cultuur die er is.'

De vraag resteert hóe Wijlaars die jeugdtrainers selecteert.

Laatste stap

'Afhankelijk van de leeftijdscategorie selecteren we op bepaalde kwaliteiten. In de onderbouw ligt de nadruk vooral op het technische en motorische gedeelte, dus willen we trainers die daar een bepaalde affiniteit mee hebben. Je moet kunnen omgaan met die leeftijdscategorie, en de taal van die leeftijdsgroepen spreken. Pedagogiek is natuurlijk bij alle leeftijden belangrijk, toch is die voor de onderbouw echt specifiek. Vanaf de Onder 14 komt de nadruk meer te liggen op 11-tegen-11 en ook op de speelwijze: hoe gaan we samen verdedigen en aanvallen en hoe ga je dat als trainer overbrengen op die jongens? Dan zoek je trainers die daar wat meer ervaring in hebben. Als je naar de oudere leeftijdscategorieën kijkt, dan gaan trainers ook assisteren bij het eerste elftal. Dan kijk je naar trainers die echt wel een aantal jaar binnen de BVO-wereld werken en veel ervaring hebben. Je zoekt trainers die weten wat er nodig is om de laatste stap te maken. Naarmate spelers ouders worden, groeit het mentale aspect. Hoelang kan een speler geduld houden, hoe gaat hij met teleurstellingen om? In die fase heb je

trainers nodig die dat zien, herkennen en spelers daarin weer kunnen helpen.'

Tot slot gaat Wijlaars in op de vraag waarom de opleiding van FC Den Bosch bekendstond én -staat om haar hoge doorstroming naar het eerste elftal.

Kansen geven

'Ik denk dat wij goed zijn in de laatste stap: kansen durven geven. FC Den Bosch is vanuit het verleden nooit bang geweest om jonge jongens door te schuiven. Binnen de selectiesamenstelling wordt rekening gehouden met een x-aantal plaatsen voor jeugdspelers. Wij moeten er dan voor zorgen dat jongens die doorgeschoven worden, aan het niveau voldoen. Op het moment dat er nieuwe spelers worden gehaald, wordt er altijd eerst gekeken naar wat we binnen de jeugd hebben.'

Anderzijds staat of valt volgens Wijlaars alles met de prestaties van het eerste elftal.

Compliment

'Kijk, we kunnen trots zijn op acht jeugdspelers die in de basis staan, maar als je verliest zegt dat nog niet veel. Die balans tussen prestaties aan de ene kant en het inpassen van jonge jongens aan de andere kant moet zo optimaal mogelijk zijn. Daar streven we als club naar. Meer dan de helft van de selectie bestaat momenteel uit jeugdspelers. Voor die jeugdspelers is het belangrijk dat ze zich ook kunnen optrekken aan meer ervaren jongens, die er al staan. Het is de kunst om ook die ervaring binnen de ploeg te krijgen en te houden. Nu merken we dat als een jeugdspeler goed presteert, er al snel de volgende stap wordt gemaakt. Dat is de praktijk waar wij in werken: we doen het steeds beter met onze jeugdteams, dus dan dient het volgende probleem zich aan. Spelers worden door grotere clubs weggehaald. Dat gunnen we onze spelers, toch zouden we ze graag behouden en in ons eerste laten spelen. Het feit dat wij als jeugdopleiding interessanter worden voor de grotere clubs, moeten we misschien beschouwen als compliment.' ⚽

Jeugdopleiding FC Den Bosch: gestage groei, op allerlei vlakken

FC Den Bosch behoort met recht tot de categorie 'Sleeping giants'. De club werd landskampioen in 1948, haalde de finale van de KNVB Beker in 1991 en werd kampioen van de Eerste Divisie in 1971, 1999, 2001 en 2004. In totaal deed de club maar liefst veertien keer mee in de nacompetitie voor promotie naar de Eredivisie, waar men in 2005 voor het laatst uit degradeerde.



De Bosschenaren staan tevens bekend om de doorstroom van jeugdspelers naar het eerste elftal. Nadat de samenwerking met RKC Waalwijk (onder de naam Brabant United) ten einde liep, leidt de club sinds een aantal seizoenen weer spelers op voor het eigen Bossche eerste elftal. Een mooie uitdaging, die door diverse geledingen binnen de club met beide

handen wordt aangegrepen. Om die doorstroom mogelijk te maken, werkt men toe naar een complete topsportopleiding waarin, zoals HO Stef Wijlaars al heeft verteld, spelers in alle facetten zo optimaal mogelijk worden geschoold.

Naast de voorbeelden die Wijlaars zelf geeft, vertelt Jan de Hoon over de wijze waarop de club de zogenaamde High Potentials nét dat beetje extra's aanbiedt om de laatste stap naar dat eerste elftal te doen slagen. Het in organisatorische zin versterken en ontwikkelen van de eigen jeugdopleiding heeft zijn weerslag op de mate waarin jeugdspelers zich ontwikkelen. De kwaliteit van de aanwezige jeugdtrainers speelt hier volgens Wijlaars een essentiële rol in. Een van die jeugdtrainers (met nota bene zelf de nodige ervaring in het profvoetbal) is Marc Höcher, die een voorbeeld geeft hoe hij spelers beïnvloedt in een linietraining.

Los van het optimaliseren van de interne organisatie, valt ook vast te stellen dat FC Den Bosch nadrukkelijk het contact zoekt met de regio. David Golverdingen neemt ons mee in de projecten die de club vanuit de FC Den Bosch Foundation onderneemt, en waarin het maatschappelijk belang van de club voor de stad en regio wordt uitgedragen. De sociale impact van de club FC Den Bosch is in de regio van grote waarde.

Ten tijde van het verschijnen van dit nummer wordt er door clubs reikhalzend uitgekeken naar het nieuwe seizoen. Een kans om het allemaal nét iets beter of nét iets anders te doen dan het seizoen dat achter ons ligt. Het afgelopen seizoen is het FC Den Bosch gelukt om, ondanks een beperkt budget, weer een stapje te maken in het verder professionaliseren van de jeugdopleiding. In die jeugdopleiding worden de kernwaarden van de club toegepast. Groei door middel van plezier is daar een voorbeeld van. Bij FC Den Bosch is over de hele linie sprake van gestage groei. Het feit dat de club na Brabant United de nodige stappen heeft gezet, merkte Wijlaars al aan de mate waarin jeugdspelers van FC Den Bosch steeds interessanter worden voor de 'grotere' clubs in de regio.

In deze mini-special schuilt overigens ook steeds een stuk identiteit. Identiteit is op elke club van toepassing. Waar staan wij voor? Welke kant willen wij op? Op welke manier willen we onze doelstellingen behalen? Uit de mini-special bij FC Den Bosch blijkt in elk geval dat je jezelf als club de tijd moet geven, want grote veranderingen vinden zelden in één seizoen plaats. De focus moet liggen op het proces, en niet zozeer op het resultaat. En dat is, zeker in de voetballerij, niet altijd gemakkelijk. ⚽

De kernwaarden van FC Den Bosch

We zijn een Bossche club, een Bosschenaar is trots op onze mooie stad en onze club.

- We zijn strijdbaar, we buigen wel, maar barsten niet.
- Met heel ons hart staan we achter FC Den Bosch.
- Hier leren we van tegenslagen om vervolgens samen te groeien.
- We zijn een hartverwarmende Bossche club, voor iedereen.

Extra maatwerk voor de stap richting betaald voetbal

Ontwikkeling versnellen voor High Potentials

Jan de Hoon is bij FC Den Bosch trainer van de Onder 18 en assistent-trainer van het eerste elftal. Naast zijn functie als trainer houdt hij zich binnen de jeugdopleiding bezig met de grootste talenten, de zogenaamde 'High Potentials'. De Voetbaltrainer ging met De Hoon (én HO Stef Wijlaars) in gesprek om na te gaan wat zo'n speler typeert en hoe FC Den Bosch net dat beetje extra probeert aan te bieden om de stap naar het betaalde voetbal te laten slagen.

De term zelf vinden beiden niet zo belangrijk, het gaat ze vooral om de potentie die jeugdspelers hebben. Sommige spelers zijn nét iets kansrijker om die laatste stap naar het betaalde voetbal te maken.

Stef Wijlaars: 'De basis binnen onze opleiding is gewoon goed, en voor elke speler is het programma goed genoeg om je te ontwikkelen tot betaaldvoetballer. Wij denken echter dat wanneer we een aantal jongens nét wat extra's geven, we hun ontwikkeling nog meer kunnen versnellen. Net een extra beetje aandacht en maatwerk, om de kans op succes dus te vergroten.'

Plafond



factoren heb je invloed, maar ook op sommige niet. Denk bij dat laatste bij-

voorbeeld aan een bepaald type speler of een bepaalde positie waar een speler voor wordt gezocht bij het eerste elftal. Binnen de jeugdopleiding van FC Den Bosch letten we er vooral op of spelers op hoge intensiteit kunnen spelen. Ook kijken we of spelers coachbaar zijn, en hoe hun werkhethiek is. Dit laatste slaat op het maximale presteren, waar Stef het al eerder over had. Daarnaast nemen we natuurlijk de specifieke kwaliteiten op een positie mee. Vervolgens kijken we of iemand die stappen maakt, steeds verder komt en elke keer zijn plafond kan opschuiven. We maken samen met de trainers een plan, om te zorgen dat er door spelers steeds weer nieuwe stappen worden gemaakt. De manier waarop je dit doet, moet je trouwens goed met elkaar bespreken. Want als je meer aandacht gaat geven aan één speler, ligt het gevaar op de loer dat een andere speler zich tekort voelt gedaan. Om dat te voorkomen, houden we echt oog voor iedereen. En jongens weten, gelet op wat ik eerder zei, hoe het kan lopen. Ook spelers die niet deelnemen aan het High Performance Programma maken kans om het betaalde voetbal te halen.'



Voor dat kleine groepje spelers (drie tot vijf per team) wordt volgens De Hoon en Wijlaars gekeken naar wat die spelers nodig hebben om de volgende stap

bepaalde situaties voordoen in het veld. Zijn traject is er dan op gericht om in het veld gefocust te blijven op zijn taak.'

elkaar spelen, het niveau opnieuw omhoog gaat. Spelers worden op meerdere vlakken uitgedaagd. In die trainingen met het eerste elftal, maar ook in die georganiseerde wedstrijden zien we echt een meerwaarde voor hun ontwikkeling.'

'Je merkt dat als goede voetballers met elkaar spelen, het niveau opnieuw omhoog gaat'

te zetten. Daarin kijkt men per individu naar maatwerk, rekening houdend met beschikbare middelen. Dit maatwerk kan plaatsvinden op verschillende gebieden, variërend van mentale begeleiding tot bijvoorbeeld extra individuele trainingen.

Mentale begeleiding

Jan de Hoon: 'Zeker bij die laatste stap, dus richting dat eerste elftal, komen mentale aspecten kijken. Bij FC Den Bosch laten we spelers die deelnemen aan het HP-traject één keer in de maand een gesprek hebben met een coach. Maar daarvoor zit al een intake waarin tussen trainer, speler én die coach wordt besproken waar die speler aan wil werken. Vaak komt dan iets terug wat al door speler en trainer onderling is besproken in een POP-gesprek. Vervolgens gaat de speler elke maand dus in gesprek met die coach. In eerste instantie vinden die gesprekken intern plaats, maar later kan de coach ook een wedstrijd of beelden bekijken om de speler in de praktijk aan het werk te zien. De verkregen inzichten neemt de coach dan weer mee in het proces van de speler.'

Stef Wijlaars: 'Binnen die mentale begeleiding zit overigens ook maatwerk, want spelers hebben immers verschillende doelstellingen. Sommige jongens zijn heel introvert, die willen we juist wat meer assertiviteit aanleren in het veld. Dat hij vaker om de bal vraagt bijvoorbeeld, of anderen meer gaat coachen. We hebben bijvoorbeeld een speler die heel snel is afgeleid als er zich

Individuele trainingen

Jan de Hoon: 'We creëren ook een aantal momenten in de week voor extra trainingen, die door specialisten worden gegeven. In die trainingen werken spelers heel gericht aan wat ze willen verbeteren. Voor de een is dat de voorzet, voor de ander is dat de inspeelpass. Elke week staan spelers, in groepen van vier tot acht, een uur extra op het veld om te werken aan de doelstelling die voortkomt uit hun POP-gesprek. Daarnaast kunnen ze in een roulatiesysteem meetrainen met het eerste elftal. Op dinsdag en woensdag sluiten ze twee weken lang aan. Voor jeugdspelers zijn dit enorm goede ervaringen, want ze

Stef Wijlaars: 'Krachttraining hoort er trouwens ook bij. Een aantal spelers is op sommige vlakken misschien al wel toe aan een stap richting het eerste elftal, maar die kunnen fysiek gezien nog een slag maken. Wat we dus eigenlijk doen, is die groep jeugdspelers heel goed bekijken en ze op allerlei vlakken afzetten tegen hetgeen nodig is in het eerste elftal. Waar liggen kansen om die jongen zó te ontwikkelen, dat die stap eerder wordt gemaakt? Spelers die fysiek een stap moeten maken, krijgen dus een aanvulling op hun krachtprogramma. Deze aanvulling gaat trouwens in combinatie met gesprekken over voeding, waarbij onze sportdiëtiste in beeld komt. Dit is een voorbeeld van het 'plusje' dat we voor sommige spelers kunnen bieden, want het is voor ons niet mogelijk om dit voor iedereen te doen.'

'Waar liggen kansen om die jongen zó te ontwikkelen, dat die stap eerder wordt gemaakt?'

merken het verschil in intensiteit. En ze nemen hetgeen ze geleerd hebben weer mee terug naar hun eigen team, waardoor je ook dáár weer beïnvloeding ziet. Het meetrainen met het eerste zorgt voor besef. Besef van wat nodig is om die laatste stap te maken. Naast trainingen plannen we ook wedstrijden in met de groep High Potentials uit Onder 18 en Onder 21. Ze vormen dan een team met jonge spelers uit het eerste elftal, waardoor je dus met een relatief jonge groep op niveau wedstrijden speelt. Ze moeten dan echt aan de bak, maar je merkt dat als goede voetballers met

Naast elementen die intern spelen bij de club en waar de club invloed op heeft, speelt extern de omgeving van de speler ook een rol in de mate van ontwikkeling. FC Den Bosch houdt daar rekening mee.

Rol van omgeving

Jan de Hoon: 'Die omgeving heeft volgens ons echt een heel grote invloed op zo'n speler. Als een jongen thuis bij wijze van spreken alles krijgt, en zelden ergens voor hoeft te werken, is onze ervaring dat zij niet de stappen maken die ze horen te maken om dat eerste

elftal te halen. Ze hebben simpelweg niet geleerd om écht ergens hard voor te werken, om ergens echt moeite voor te doen. Zaken als opvoeding thuis spelen daarom een belangrijke rol.'

Stef Wijlaars: 'Een ander voorbeeld van die omgeving heeft indirect te maken met intensiteit. Intensiteit is iets wat we belangrijk vinden. We zien en merken dat sommige jongens denken dat ze al een bepaalde intensiteit leveren. Hetzij omdat ze dat zélf vinden, of omdat dat door anderen tegen ze wordt gezegd. Nu moeten ze ons maar geloven als wij zeggen dat het gat tussen wat zij leveren en wat nodig is om het eerste te halen, nog best groot is. Zelfs als we het onderbouwen met beelden moet zo'n speler het zich echt eigen maken. Ouders, maar ook zaakwaarnemers kunnen een rol spelen in dit besef. Een goed contact is dan een vereiste om ook vanuit die kant de juiste beïnvloeding te krijgen richting de speler in kwestie. Zien zij hetzelfde als wij, zitten we op één lijn? Want als wij vinden dat de intensiteit hoger moet, terwijl bijvoorbeeld hun zaakwaarnemer elke zaterdag zegt dat hij geweldig heeft gespeeld, dan gaat er iets mis. Als je zorgt dat ook de omgeving van die speler overtuigd is dat bepaalde zaken beter kunnen, is de kans op progressie groter.'

Het traject met High Potentials loopt pas twee seizoenen, maar zowel De Hoon als Wijlaars gelooft in de meerwaarde. Dit traject eindigt echter niet zodra een speler de jeugdopleiding verlaat.

Doorlopend

Jan de Hoon: 'Ik heb een rol bij het eerste elftal, dus daar zit een doorlopende lijn. Hierin komt dat 'samen' ook terug. Trainers bij een eerste elftal zijn logischerwijs veelal gericht op de korte termijn. De focus ligt op het resultaat en jeugdspelers die aanhaken bij het eerste, moeten daar echt aan wennen. Dat een week dáár een hele andere beleving heeft dan een



week in de jeugd. Dan is het wel goed dat je die doorlopende lijn in de trainingsstaf hebt, en dat je jongens kunt coachen in zo'n proces. Die mentale omslag moeten spelers ook maken en dat is iets wat je ze gaandeweg mee

toch geven we ze dat steeds mee: wat moet jij doen om morgen een betere voetballer te zijn? Antwoorden op deze vraag stoppen we als het ware in een pakket om een speler zo goed mogelijk voor te bereiden op dat eer-

'Wat moet jij doen om morgen een betere voetballer te zijn?'

wilt geven. Wat voor ons belangrijk is, is dat spelers het besef krijgen dat zij zelf de meeste invloed hebben op hun ontwikkeling. En dat heeft vooral te maken met de keuzes die ze maken en met de bereidheid om een betere voetballer te worden. Natuurlijk, omgeving speelt een grote rol, maar

ste elftal. Dankzij dit traject hopen én verwachten we, dat nog veel spelers in de High Potentials-groep aan gaan sluiten. Met daarna natuurlijk de stap richting een eerste elftal in misschien wel de Eredivisie. Het liefst natuurlijk met en bij FC Den Bosch.' ⚽

Hart voor de samenleving

Opleiden met een bredere blik

Bij een BVO staat het ontwikkelen van talenten voorop. Stef Wijlaars en Jan de Hoon hebben daar al het nodige over verteld. 'Het voetbal blijft het hoofdgerecht', zegt ook David Golverdingen. Na vier jaar jeugdtrainer (vorig jaar nog bij Onder 13) en twee jaar assistent HO (met Stef Wijlaars) is hij voor het derde jaar werkzaam als Manager Jeugdopleiding.



David Golverdingen: 'Als club heb je volgens ons ook een bepaalde verantwoordelijkheid om spelers méér mee te geven dan techniek en tactiek. Je zorgt ervoor dat ze oog

hebben voor wat er buiten het stadion gebeurt, in de wereld om hen heen. En dat doen wij door middel van onze MVO-pijler, in samenwerking met de FC Den Bosch Foundation.'

'Hart voor de samenleving' luidt de slogan van de Foundation. Elk jeugdteam onderneemt gedurende het seizoen een maatschappelijk verantwoorde activiteit. Maar maatschappelijk bewustzijn zit 'm niet alleen in die MVO-activiteiten, maar juist ook in hoe men bij FC Den Bosch in de dagelijkse praktijk met elkaar omgaat. David Golverdingen (die in zijn periode als raadslid in de lokale politiek de portefeuille Sociaal Domein en Sport had) heeft zelf een achtergrond als sociaal ondernemer. In die hoedanigheid heeft hij altijd geprobeerd om voetbal te combineren met het sociale aspect.

Impact

'Bij FC Den Bosch zijn we van mening dat we, naast de verantwoordelijkheid om een zo goed mogelijke voetbalopleiding neer te zetten, ook een bredere maatschappelijke verantwoordelijkheid hebben. Daarbij hoort, als je praat over het opleiden van spelers, dus ook een bredere blik dan een blik die alleen gericht is op voetbal. Voetbalclubs kunnen in onze ogen veel impact creëren. En onze jeugdspelers zijn, bijvoorbeeld op de pleintjes in de wijken, indirect rolmodellen voor andere kinderen. Dit 'rolmodel zijn' geldt op voetbalgebied, maar zou volgens ons ook moeten gaan over hoe je met elkaar omgaat, over normen en waarden. Dat 'hoe we met elkaar omgaan' komt in de dagelijkse praktijk terug hier op de club. Maar wat we met de Foundation hebben gedaan, is op zoek gaan naar partners in en om Den Bosch die, net als wij, MVO hoog op het lijstje hebben staan. We zijn gaan kijken naar maatschappelijke thema's en hebben die gelegd naast onze leeftijdsgroepen. Welke activiteit past dan bij welke leeftijdsgroep? We zijn gekomen tot een opzet die concreet betekent dat elk team een maatschappelijke activiteit onder-



J012 geeft een hart weg

neemt. En hierbij zetten we het kind centraal. Wat heeft een specifieke leeftijdsgroep nodig, waardoor we die groep maatschappelijk gezien breder opleiden? Welke thema's geven we mee? We starten in Onder 12 en gaan ermee door tot en met de Onder 21. Er zit voor iedereen iets bij.'

Een mooi voorbeeld is volgens Golverdingen het bezoek aan de voedselbank. Het maatschappelijke thema 'Armoede' is op de club met jeugdspelers uit Onder 13 besproken. Vervolgens heeft men een bezoek gebracht aan de voedselbank, en daarna heeft de spelersgroep in een voedseltuin gewerkt aan het verbouwen van goed voedsel.

Link

'In zo'n bezoek leggen we natuurlijk ook de link naar voetbal, naar bewust bezig zijn met gezondheid en gezond eten. Maar ook is er bewustwording dat je als jeugdspeler in een bevoorrechte positie zit, omdat je mag spelen bij een bvo en omdat je het goed hebt. Weer een heel ander voorbeeld is Kamp Vught, dat met zowel de geschiedenis als met de actualiteit te maken heeft. Hoe kun je je verhouden ten opzichte van een gepolariseerde samenleving? Kijkend naar de geschiedenis komen gevaren van 'wij-

zijn-denken' tot uiting in geweld en onderdrukking. Daar hebben we het met onze spelers over.'



**J014 bezoekt
Kamp Vught**

Rol

'Met spelers voeren we goede gesprekken over diversiteit en inclusiviteit. Het gaat over discriminatie en over het feit dat we van elkaar verschillen. Als je in het veld wordt gediscrimineerd, welke rol neem je aan als medespeler? Op welke manieren help je elkaar? Maar ook dat elke speler in een groep mag zijn wie hij is. Er is een workshop over respect, wat betekent dat voor jou? Het mooie is dat jongens zich in die gesprekken echt naar elkaar toe uit durven te spreken.

Op de een of andere manier ontstaat er een teamgevoel, want je bespreekt dingen met elkaar die je nog nooit met elkaar besproken hebt.'



**J016 praat en leert
over inclusiviteit**

De Onder 21 heeft de Penitentiare Inrichting (PI) bezocht.

Er is met gedetineerden gesport en er zijn gesprekken gevoerd. Volgens Golverdingen zien de spelers van FC Den Bosch in de PI een andere kant van de samenleving, en leren ze over het 'waarom' dat iemand daar terecht is gekomen. Er wordt gepraat over het maken van bepaalde keuzes. Weer een ander voorbeeld in die bovenbouw heeft te maken met zelfredzaamheid.



**J015 gamet over
discriminatie**

Keuzes

'Die zelfredzaamheid vinden wij bij FC Den Bosch belangrijk. Hoe ga je bijvoorbeeld met geld om? Je kunt als speler ineens veel geld verdienen. En je ziet nu door bijvoorbeeld social media dat spelers geprikkeld worden om keuzes te maken die geld kosten. Dit heeft invloed op je leven. Zeker als je praat over voorlichting, ligt daar voor ons een rol. En hoe begeleid je spelers die stress hebben van die keuzes? Het zou toch mooi zijn dat



**J021 bezoekt
gevangenis**

onze jeugdspelers van nu op latere leeftijd terug kunnen kijken op hun tijd bij de club en beseffen dat ze ook op maatschappelijk vlak bepaalde zaken hebben meegekregen. Nogmaals, het voetbal staat hier op één en dat blijft zo. Maar deze activiteiten willen we graag meegeven om dat bredere palet aan te bieden.'



**J018 leert over
geld en schulden**

Voor spelers en ouders die de stap van een amateurclub naar FC Den Bosch maken, is die droom van profvoetballer eentje die nog recht overeind staat. Toch gaat slechts een aantal spelers het écht redden en dit feit maakt, dat aan de voorkant de verwachtingen al goed worden gemanaged. Dit wordt vooral gedaan door Wally Pennings, die samen met Stef Wijlaars en David Golverdingen het MT van de jeugdopleiding vormt. Pennings regelt veel praktische zaken, zoals het vervoer, de intakegesprekken en de jeugdscouting, maar ook de administratie en het vrijwilligersbeleid. Enerzijds gaat zijn werk over het invullen van alle randvoorwaarden voor een soepel draaiende opleiding. Anderzijds is er het intermenselijke contact. Toegankelijke, begrijpelijke en betrouwbare communicatie met alle betrokkenen is daarvoor essentieel.

Wally Pennings: 'Ik heb in de loop der jaren honderden intakegesprekken gehouden met toekomstige spelers en hun ouders. Gesprekken waarin het belangrijkste is om vooraf een realistisch verwachtingspatroon te schetsen, zonder dat dit leidt tot verlies van enthousiasme. Spelers én ouders die hun eerste stappen in de opleiding van een bvo zetten, hebben meestal hooggespannen verwachtingen. Terwijl de meerderheid van die spelers geen profcontract gaat bemachtigen. Door 'profvoetballer' als doel weg te nemen en ontwikkeling centraal te zetten, verloopt het traject natuurlijker. Het intakegesprek is dus niet alleen een warm welkom bij de club. Alles wordt besproken: hoe de trainingsweek eruit ziet, maar ook wat de visie en missie van de club is en wat we van elkaar mogen en kunnen

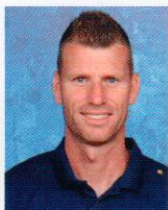


verwachten. Ambitie hoort bij het beoefenen van betaald voetbal. Maar wij weten ook heel goed dat winnen en een profcontract binnen de opleiding niet de enige graadmeters zijn van vooruitgang. Wij zien dit vooral als een bekroning van goed uitgevoerd beleid met elkaar. Alle betrokkenen samen.' ⚽

Dynamische vorm die meer vraagt van het brein

Linietraining bij de bovenbouw van FC Den Bosch

Marc Höcher is bij FC Den Bosch trainer van de Onder 16, staat dit seizoen als interim voor de groep van Onder 21 én heeft een assisterende rol bij het eerste elftal. Minimaal één keer per week staat bij hem de linietraining op het programma, waarbij hij af wil stappen van simpele aanvalsvormen. Höcher kiest daarentegen voor een dynamische linietraining waarin alle linies terugkomen. Hij geeft aan ons een voorbeeldvorm waarin elke linie, positie en individu wordt getraind.



Dynamische linietraining

Marc Höcher: 'Bij een linietraining pakken we vaak de linies samen. We zetten dan alle linies en posities weg, in een vloeiende oefening.

Daarmee houden we alles dynamisch, in één oefenvorm. Het voordeel daarvan is dat meer van een speler wordt gevraagd, met name op cognitief gebied: 'Wanneer ga je starten? Wanneer moet je inhouden?' Het brein van de speler wordt erg uitgedaagd, wat maakt dat zo'n dynamische oefening veel interessanter en uitdagender is dan een simpel aanvalspatroon. Dit laatste is vaak toch wat geprogrammeerd en spelers staan regelmatig stil. Maar in deze vorm (zie tekening 1, red) is dat minder het geval, want je moet als speler zelf echt veel meer initiatief nemen. Alles is in beweging, deze oefening is continu aan de gang. Dat komt de individuele ontwikkeling van een speler ten goede.'

Handelingen

'De oefenvorm start altijd met een lange bal vanuit de keeper, die door de verdedigende middenvelder wordt aangenomen. Die bepaalt vervolgens

zelf waar hij de bal naartoe kan spelen, waarbij drie opties (kleine goaltjes) mogelijk zijn. De twee andere middenvelders (rood) moeten hierop anticiperen en de goaltjes afschermen. De goaltjes symboliseren de tegenstanders, waarbij de passlijnen eruit worden gehaald. Tegelijkertijd met het geven van de lange bal wordt er aan de zijkant gestart, waarbij een speler tot twee keer toe een

ting de goal (passlijn 3), waar de twee aanvallers op de zestien voor de goal komen. Deze aanvallers (rood) worden verdedigd door twee verdedigers (blauw). Na de voorzet start men aan de andere kant (passlijn 6) op precies dezelfde manier. Daarbij is timing belangrijk. Als de voorzet is geweest, kan het viertal in het centrum uitzakken waarna de volgende voorzet alweer komt. Na

'Alles is in beweging, deze oefening is continu aan de gang'

ingespeelde bal moet blokkeren (zie passlijnen 1, 2 aan de rechterkant en 4, 5 aan de linkerkant). Dat blokkeren gebeurt met een tackle, waarmee verdedigende handelingen worden getraind. Deze speler die de tackle maakt, kan zowel een back als een buitenspeler zijn. Want ook buitenspelers moeten tegenwoordig meeverdedigen en meegaan met hun directe tegenstander.'

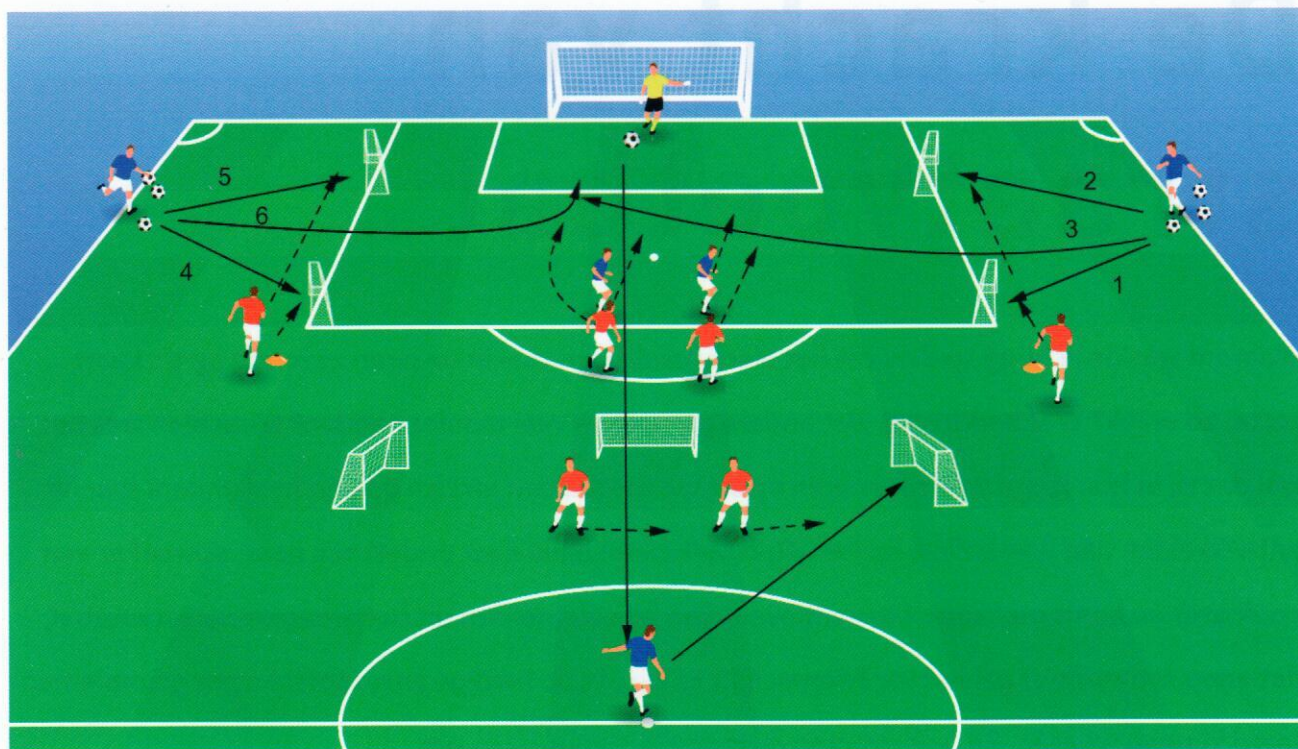
Weerstand

'Na de tweede bal dribbelt de buitenste speler kort op en geeft een voorzet rich-

te beide voorzetten wordt de laatste bal door bijvoorbeeld de onderste blauwe speler of een trainer op een van de twee spitsen ingespeeld. Die spits mag onder passieve weerstand van de verdedigers afwerken. Je kunt diezelfde trainer telkens de middenvelders nieuwe ballen laten inspelen, zolang de voorzetten aan de gang zijn.'

Anticiperen

'In het midden leg je het accent op de voorvoeten: 'Hoe sta je ingedraaid? Kun je nog switchen van richting?' Bij de



‘Door het vrijer te laten, leren we spelers zelf keuzes maken in de situatie die voor ze ligt’

middenvelders focus je weer heel erg op de aanname en de kwaliteit van de pass. Aan de zijkant focus je echt op de voorzet en het verdedigende aspect. In de eerste minuten zijn we heel ondersteunend in het coachen. Daarna gaan we meer op details zitten en laten we het spel meer gaan. Dan is het aan de spelers om beslissingen te nemen. Voetbal is immers onvoorspelbaar en het draait constant om anticiperen. Dus door het vrijer te laten, leren we spelers zelf keuzes maken in de situatie die voor ze ligt.’ ⚽

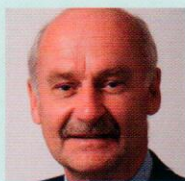


Foto's: FC Den Bosch

Hoogleraar Rob Siekmann deed onderzoek

De kracht van straatvoetbal

Waarom was de lichte spelers die het Nederlandse voetbal in de jaren zeventig op de kaart zette, zo uniek? Wat hadden zij, dat andere generaties veel minder hadden? Misschien was het wel dat zij in hun jeugd veel meer uren op straat voetbalden en zich op een heel andere manier ontwikkelden dan voetballers na hen. Rob Siekmann deed daar onderzoek naar, schreef er een boek over en komt met concrete aanbevelingen hoe elementen uit het vroegere straatvoetbal, dat anno 2023 vrijwel geheel verdwenen lijkt te zijn, in de huidige jeugdopleidingen geïmplementeerd kunnen worden. En wat daarvan de mogelijke voordelen zijn.



Rob Siekmann is Emeritus Hoogleraar Internationaal en Europees Sportrecht

aan de Erasmus Universiteit Rotterdam. Tevens is hij voormalig directeur van het ASSER International Sports Law Centre in Den Haag. Siekmann schreef eerder onder meer boeken over de voetbalspelregels en de Hollandse School van het Totaalvoetbal.

Rob Siekmann las en analyseerde ongeveer honderd biografieën van Nederlandse topvoetballers en kwam tot een opvallende ontdekking: vrijwel allemaal noemen ze het voetballen op straat als pijler onder hun ontwikkeling. Hij onderzocht nauwkeurig wat straatvoetbal destijds daadwerkelijk inhield, of de

waarde ervan objectief vastgesteld kan worden en of er ten bate van de huidige jeugdopleidingen van geleerd kan worden. En zo ja, hoe kunnen we die waardevolle elementen dan anno nu een plaats geven in de jeugdopleidingen van voetballers, nu straatvoetbal dat daadwerkelijk in de buurten wordt gespeeld, wel zo ongeveer is uitgestorven? En wat mogen we ervan verwachten?

U heeft de jaren vijftig en zestig als opgroeiende jongen meegemaakt. Hoe kijkt u zelf op die voetbaltijd terug?

Rob Siekmann: 'Wat me vooral is bijgebleven, is dat ik de trainingen bij mijn voetbalclub doorgaans als erg saai ervoer wanneer ik dat vergeleek met het voetbal dat ik in mijn vrije tijd op straat speelde. Je ging erheen en dan stond er een trainer die uitlegde wat je moest doen. Die deed dan voor hoe je om een pylon moest dribbelen of naar elkaar moest schieten. En dan probeerde je dat na te doen. In feite was het heel statisch en weinig uitdagend. Te meer daar je dat op straat elke dag tientallen

keren deed. Ik begrijp goed dat het er in de huidige jeugdopleidingen, zeker op topniveau, heel anders aan toe gaat. Desondanks geven nog steeds veel voetballers aan dat het 'ongeorganiseerde' voetbal op straat, waarin je zelf alles moest bepalen, afspraken moest maken en beslissingen moest nemen, voor hen cruciaal geweest is. Zo heb ik dat zelf ook ervaren. Voor mij was dit, met mijn achtergrond als wetenschapper, aanleiding om daar uitbreider naar te kijken in een poging daar conclusies uit te kunnen trekken.'

Laten we maar met het belangrijkste beginnen. Wat is de grote conclusie van uw uitputtende research?

'Dat je voetballen het beste leert door het te doen en te ervaren. Niet doordat andere mensen je een kunstje voordoen en jij vervolgens dat probeert te imiteren. Dat elementen die je ertoe aanzetten om uit eigen beweging jezelf aan te passen aan omstandigheden, niet zomaar nagebootst kunnen worden. Voetballen op straat was een natuur-



Foto: Shutterstock.com

lijke leerschool. Neem nu bijvoorbeeld voetballers die een actie te ver door-dreven. Die werden keihard aangepakt, en dat kon omdat er niet of nauwelijks ‘van bovenaf’ op ze werd gelet. Nu pleit ik er niet voor om elkaar te schoppen, maar je begrijpt wel dat een voetballer die dit ervaart, vanzelf gaat concluderen: “Hé, misschien is het handiger dat ik de bal wat eerder overspeel.” Zelf tot deze slotsom komen is bewezen beter dan wanneer iemand je dat vanaf de zijkant toeroept. Dan doe je het omdat iemand het van je vraagt of eist, anders doe je het omdat je zelf tot de conclusie bent gekomen dat het beter is. Het is het verschil tussen intrinsiek en extrinsiek leren.’

Toch is er tegenwoordig nog wel dege-lijk straatvoetbal, of in elk geval voet-bal buiten de clubs om. Zie de talloze Cruyff Courts en de vele voetbalkooien die je overal tegenkomt. Is dat niet vol-doende om het straatvoetbal van uw jeugd te vervangen?

‘Dat zou je wellicht denken, maar het is toch niet geheel waar. Neem hetgeen Johan Cruyff zelf zei: “Op straat leer je wat lichaamsbeheersing is. Als je twee keer viel, had je pijn. Dat moest

je dus voorkomen.” Op het kunstgras van een Cruyff Court is dat toch alweer een ander verhaal. Of: “Als je op straat speelt, houd je rekening met een bal die niet goed stuitert.” Op kunstgras, zoals je dat op alle Cruyff Courts en in alle voetbalkooien ziet, stel je vast dat

‘Voetballen leer je het best door te doen en te ervaren, niet doordat iemand je voorzegt hoe het moet’

de bal voorspelbare bewegingen maakt. Verschillende ondergronden zorgen er nu eenmaal voor dat je met diverse vormen van weerstand wordt geconfron-teerd, en daar ga je op inspelen. Vallen op straat betekende vroeger vrij-wel altijd een gat in je broek, en thuis op je kop krijgen. Dat is er in de huidige situatie bijna niet meer bij. Een ander voordeel: denk aan de belemmeringen op straat zoals lantaarnpalen of op een grasveld wellicht allerlei bomen of hondenpoep. Voetballers die onder die omstandigheden voetbalden en een actie wilden maken, leerden van nature

met deze obstakels rekening te houden. Cruyff vroeg zich in een van zijn boe-ken retorisch af: “Heb jij weleens een straatvoetballer tegen een lantaarnpaal zien lopen? Nee, omdat iedere voetbal-ler wel uitkeek voordat hij een actie maakte.” Zo heeft het straatvoetbal

van vroeger ten opzichte van de ge-kunstelde varianten van tegenwoordig aanmerkelijke voordelen.’

Dat het straatvoetbal van de jaren vijf-tig en zestig nog terugkomt, is een vol-strekte illusie. Daarover zal iedereen het eens zijn. Al was het maar omdat de omstandigheden op straat niet verge-lijkbaar zijn met destijds. Hoe kunnen we die elementen toch nog voor ons laten werken in de jeugdopleidingen? ‘Allereerst door het kind vooral kind te laten zijn, en als volwassene er niet bovenop te gaan zitten en alles te wil-



Foto: TLF Images / Shutterstock.com

len bepalen. Integendeel, laat ze hun gang gaan. Faciliteer dat ze kunnen voetballen, houd hooguit een oogje in het zeil (maar wellicht dat niet eens) en laat ze ervaren en ontdekken. Alles wat je leert door het zelf te doen en fouten te maken die je vervolgens niet meer maakt, is een betere leerschool dan een meneer of mevrouw die het voor komt zeggen.

Willem van Hanegem zei: "Een trainer hadden we niet, we regelden dat onderling in het veld een beetje. Kinderen kunnen heel veel dingen zelf oplossen. Nu wordt er voornamelijk in clubverband gespeeld en daar gaat alles te veel volgende bepaalde richtlijnen. Je ziet dat voetballertjes het spontane missen. Zelfs jochies van tien jaar krijgen bepaalde spelpatronen ingepompt." Richard Witschge vulde aan: "Jongens voeren nu vooral uit wat de trainer zegt. Ze denken daardoor zelf minder na, met het risico dat ze als een soort robotjes worden opgeleid."

Mentaal had het ook grote voordelen, want als hij niet sterker was dan zijn tegenstander, werd hij belachelijk gemaakt. Zonder dat een trainer of ouder ingreep. Dus je deed wel je best om dat

te voorkomen. Het is beter om jonge voetballers zoveel mogelijk op eigen initiatief te laten voetballen. Dick Advocaat beklemtoonde dat, toen hem gevraagd werd hoe hij tegenwoordig zou acteren als hij jeugdtrainer was: "Dan zou ik tegen spelers zeggen: zoek het zelf maar uit. Samen nadenken maakt een team beter. Waarom moet ik ze als trainer altijd corrigeren en de oplossing aanreiken?" Bert van Marwijk beaamde dat: "Door dit zo te doen, namen we zelf later op het veld veel gemakkelijker beslissingen. Zelf regels opstellen, niemand kwam erbij om te bemiddelen. Die ervaringen waren goud waard." Dan praat je toch over zeer succesvolle voetbalpersoonlijkheden in de Nederlandse geschiedenis, alle reden om aan hun woorden waarde te hechten. Het gekke is dat iedereen tegenwoordig streeft naar optimale omstandigheden, terwijl het juist helpt als niet alles tot in de puntjes voor je is geregeld.'

Dan hebben we het over de ondergrond gehad. Hoe zit het met materiaal, neem de bal als voorbeeld?

'Ook tegenwoordig blijkt nog dat slechter materiaal vaak leidt tot beter resultaat. Zuid-Amerikaanse en Afrikaanse

voetballers, die momenteel op veel plaatsen de toon aangeven, hebben onder 'slechte' omstandigheden leren voetballen. Op hobbelige, zanderige ondergronden, in steegjes. Maar ook met slechte ballen. Plastic ballen, kapotte leren ballen, lekke ballen zelfs. Elk type bal reageert anders en vraagt weer een andere techniek. Met al die ervaringen vul je je rugzak. Later op een goed veld en met een goede bal word je veel minder snel verrast.'

Zijn er behalve de ondergrond en het type bal nog andere elementen die in uw onderzoek naar voren komen als een groot voordeel voor jeugdopleidingen?

'Dan moet je vooral denken aan het aantal uren dat jeugdspelers maken. Onmiskenbaar is de tijdsbesteding van jeugd heel anders geworden. Vroeger werd dagelijks vaak vier tot zes uur gevoetbald: tussen de middag, na schooltijd en niet zelden ook nog na het eten. Het behoeft nauwelijks uitleg dat des te meer je voetbalt en traint, des te beter je je ontwikkelt. Het pleit ervoor dat clubs hun velden zo veel mogelijk openstellen om te voetballen, nu dat op de straten door het toegenomen ver-

10 voorstellen om cruciale elementen van straatvoetbal een plek te geven in de jeugdopleiding

keer en veranderende voorkeuren veel moeilijker is geworden. Ook fysiek heeft dat enorme voordelen. Want wees eerlijk, voor hun lichamelijke ontwikkeling moeten jeugdigen het nu hebben van een enkel uurtje gymnastiek in de week op school en een paar uurtjes training bij de club, als ze tenminste op een club zitten. Dat is wel even iets anders dan twintig tot dertig uur in de week op een groot grasveld of op straat voetballen. Dat scheelt op een totale jeugd zomaar even tienduizend uur bewegen.'

Stuitlet u tijdens uw onderzoek ook op tegengeluiden, stemmen die de waarde van het straatvoetbal in twijfel trekken?

'Dat tegengeluid kwam vooral van Louis van Gaal. Die stelde dat de waarde van straatvoetbal wordt overdreven, en dat je voetbal vooral in 11:11 leert bij je club. Op straat, zo zei hij, wordt vooral je persoonlijkheid getest. Het draagt niet veel bij aan een glanzende carrière. Hier zie je wel het duidelijke onderscheid tussen trainers die vooral (of: ook) theoretisch zijn opgeleid, en trainers die het met name van hun eigen ervaring moesten hebben. Van Gaal had die theoretische opleiding en hechtte daar veel belang aan, Cruïjff en Van Hanegem hadden dat veel minder. Hoewel Van Gaal ook wel weer zei: "Door de individualisering die de laatste decennia is opgetreden, wordt het steeds moeilijker om spelers te wijzen op verantwoordelijkheden. Voetballers zijn niet meer in staat om verder te kijken dan hun eigen positie of taken." Maar uiteindelijk begon het opleiden van jeugd voor Van Gaal toch vooral bij de clubs.'

Wat zijn de meest belangrijke tips voor jeugdtrainers van tegenwoordig, willen ze de voordelige elementen van het straatvoetbal in hun trainingen terugbrengen?

'Ik ga een aantal bekende voetballers en trainers citeren, want dan hoor je het van ervaringsdeskundigen. Arie Haan zei: "Geef kinderen bij de club een bal en veel ruimte. Het valt me op dat trainers te veel en te vaak ingrijpen. Laat kinderen zelf beslissen met wie ze willen samenspelen. Techniek kun je leren. Voetbalinzicht krijg je door veel te spelen, door fouten te maken. Het spel doorzien lukt alleen door heel veel

• Kom op de fiets

Niemand kwam vroeger met de auto naar de plek waar gevoetbald werd. Kom op de fiets naar de club of het veldje. Het is de eerste vorm van beweging.

• Gebruik schoeisel zonder noppen

Hiermee creëer je dat spelers meer moeten doen om op een grasveld op de been te blijven, het stimuleert de lichaamscoördinatie.

• Gebruik verschillende ondergronden

Op verschillende ondergronden moeten spelers zich doorlopend aanpassen aan veranderende omstandigheden. Op zacht zand en blote voeten versterken spelers hun spieren en gewrichten waardoor ze minder kwetsbaar worden.

• Gebruik verschillende soorten ballen

Idem, geen situatie is hetzelfde en dit stimuleert het aanpassingsvermogen en de creativiteit. Gebruik zelfs kapotte of lekke ballen.

• De 'blinde muur'

Op elk voetbalcomplex zouden één of meerdere 'blinde muren' moeten staan, om spelers de gelegenheid te geven hun traptechniek geïsoleerd te oefenen.

• Laat spelers zelf de teams kiezen, bijvoorbeeld door 'poten'

Zo ontstaat een natuurlijke vorm van hiërarchie en het stimuleert spelers om beter hun best te doen, om zodoende bij de eersten te horen die gekozen worden.

• Laat spelers zelf de regels bepalen én controleren

Op deze wijze ontstaan leiders. Wanneer een trainer alles bepaalt, houdt iedereen zijn mond en ontstaat er geen assertiviteit. Dus speel ook partijtjes zonder scheidsrechter, zodat de spelers er samen uit moeten komen.

• Speel met een 'vliegende keep'

Een keeper die meevoetbalt is helemaal van deze tijd. Hiermee kun je op trainingen en zelfs in wedstrijden met de jongste jeugd ook rouleren. Spelers en keepers worden er veelzijdiger door.

• Laat partijtjes spelen zonder onderscheidende kleding

Wanneer spelers allemaal in dezelfde (of in een willekeurige) outfit lopen, versterkt dit de noodzaak om goed om je heen te kijken. Het bevordert de scherpheid van spelers en het kijkgedrag in algemene zin.

• Laat partijen spelen tussen spelers van verschillende leeftijden en fysieke vermogens

Zo zorg je ervoor dat spelers ofwel leiding nemen (als ze bij de fysiek sterkten en grootsten horen), ofwel weerbaar worden (als ze bij de fysiek zwakkeren of kleineren horen). Ook leren de minder goeden van de beteren, en leren de beteren hoe ze anderen kunnen helpen.

te voetballen, niet door één of twee keer per week bezig zijn met allerlei oefeningen." Trainers zouden dus volgens Haan afstand moeten nemen.

Johan Cruïjff kwam met een bijzonder idee: "Ik ben een groot voorstander van voetballen zonder noppen. Ze missen tegenwoordig de uren die ik vroeger op straat had om te oefenen hoe je niet komt te vallen. Geef ze daarom tijdens trainingen vlakke zolen en help hen op die manier om beter in balans te blijven."

Edwin van der Sar pleitte bovendien voor het beoefenen van meerdere sporten op jonge leeftijd. Zo deed hij zelf enige tijd aan judo: "Later bij het voetballen heb ik daar plezier van gehad. Omdat ik had leren vallen, deed dat nooit pijn. Misschien dat ik het daarom

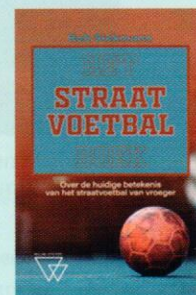
niet erg vond om te gaan keepen. Ik dacht niet na over hoe je moest vallen, want ik was er niet bang voor." 🚫

Rob Siekmann

Het straatvoetbalboek
Over de huidige betekenis van
het straatvoetbal van vroeger
Willems Uitgevers
2023



Het boek is met korting te bestellen via het scannen van de QR-code:



Pedagogiek zou bij iedere trainer in de toolkit moeten zitten

Hoe breng je pedagogiek en positief coachen in de praktijk?

Joost van Beek is jeugdtrainer, voormalig Hoofd Jeugdopleiding en inmiddels met zijn eigen bedrijf 4 Soccer Talent docent in positief coachen en pedagogisch handelen. Vanuit zijn eigen ervaring met de jongste jeugd kwam hij erachter dat hóé je iets overbrengt nog veel zwaarder weegt dan wát je overbrengt. Dat probeert hij nu mee te geven aan andere trainers door de vier inzichten van coaching in de praktijk te verdiepen. Aan de hand van praktijkvoorbeelden laat hij zien hoe je op een positieve manier richting kunt geven aan het trainerschap: 'Je kunt mooie inhoudelijke trainingen verzinnen, maar hoe breng je het over, hoe geef je nu oprechte aandacht aan ieder kind?'

Pedagogiek vs. inhoud

Illustreerend voor het verhaal van



Van Beek zijn een aantal interviews die hij hield met spelers uit zijn eigen JO11. Tijdens deze gesprekken vraagt Van Beek wat de kinderen zelf belangrijk vinden aan de begeleiding van trainingen en wedstrijden. De inspiratie hiervoor kreeg hij tij-

dens een middag over psychologische veiligheid.

Joost van Beek: 'Het is eigenlijk zo simpel: waarom vragen we het kinderen niet? Wat vinden kinderen nu zelf belangrijk, daar gaat het om. Wij trainers kunnen wel een speelwijze belangrijk vinden, maar wat vinden zij zelf?'

Top 10 van waarden van spelers Onder 11:

- Niet te streng
- Niet boos worden
- Leuke oefeningen
- Niet steeds zeggen dat ik het fout doe
- Als we een fout maken, zeggen hoe het beter kan
- Grapje, maar niet steeds dollen
- Benoemen als een kind het niet fijn vindt, pesten voorkomen
- Dat ik mag stoppen als ik pijn heb
- Niet té lief
- Vriendelijk

De uitkomst is het uitgangspunt van zijn opleiding Positief Coachen én visie op het trainerschap.

'Negen van de tien dingen die ze aangeven in de gesprekken gaan over hoe je met ze omgaat en de omgeving, niet zozeer over de inhoud. Tussendoor zeggen ze wel dat leuke oefeningen

belangrijk zijn, maar de rest gaat over afspraken, regels, dat er gelachen mag worden, allemaal zaken over gedrag. Ik heb een top 10 samengesteld van zaken die eruit kwamen (zie kader). Negentig procent gaat dan over pedagogiek en tien procent over voetbalinhoud. Het is voor mij een bevestiging dat hoe je met kinderen omgaat het allerbelangrijkste is.'

Vier inzichten

Met die gedachte als uitgangspunt heeft Van Beek de pedagogische kant van het jeugdvoetbal voor zichzelf verder ontwikkeld. Centraal hierbij staan de vier inzichten van het trainerschap, die hij naar eigen zeggen probeert te doorleven. Per inzicht geeft hij een praktijkvoorbeeld hoe je dit in kan richten. De basis van het trainerschap is de structuur, iets waar Van Beek diverse handvatten en praktijkvoorbeelden voor aanreikt tijdens zijn opleiding (zie schema).

Structureren

'Bij de JO14-1 hielden we aan het

	Training	Wedstrijd
Wat	Structuur van de training	Structuur van de wedstrijd
Wie	Trainers, spelers	Coaches, spelers
Vorm	Team	Team
#1	Begroeten, afspraken	Bespreking
#2	Ooghoogte en positie kiezen	Ontwikkeldoel
#3	Thema (periodisering)	Rust/Time out: beïnvloeden
#4	Afsluiten/evalueren	Afsluiten/evalueren
#5	Samen opruimen	Samen opruimen

Structureren: Hoe breng je structuur aan in trainingen en wedstrijden?

begin van het seizoen een teamdag. Daar zit heel veel structureren in. We gaven de spelers bijvoorbeeld een opdracht om in groepjes van drie met elkaar te praten over wat ze belangrijk vinden. Daarna kwamen ze bij elkaar en schreven ze op wat voor hen belangrijk was. Dat gaat dan over hoe je met elkaar omgaat. Dat je je koppie niet moet laten hangen als het tegenzit, niemand moet buitensluiten en zelfs gelukkig zijn werd door sommigen genoemd. Wij als trainers hebben er vervolgens vijf geselecteerd en nog vijf waarden toegevoegd en dat naar de ouders gecommuniceerd. Dan ben je al aan het structureren, want je maakt samen teamafspraken. Er zit bovendien een stukje regieoverdracht in, want ze bepalen zelf de teamwaarden.'

Stimuleren

'Stimuleren is een coachdoel kiezen en daar ook op durven coachen. Ik ken het voorbeeld van een jeugdteam van Sparta, dat in een wedstrijd tegen Excelsior met heel grote cijfers verloor. Maar het feest werd gevierd bij Sparta, die waren zo positief in hun coaching. Het bleek dat ze die dag de doelstelling hadden om in een bepaald patroon druk te zetten. Dat lukte en daar werden ze op gecoacht,

helemaal onafhankelijk van het eindresultaat. Ouders waren daar ogenschijnlijk ook van op de hoogte, want ook die waren allemaal positief. Dan ben je aan het stimuleren.'

Individuele aandacht

'Individuele aandacht begint met oordeelloos zijn. Een speler staat waar hij staat en ieder stapje dat je kunt maken is er één. Daarnaast moet je als trainer durven differentiëren. Je kunt bijvoorbeeld een positiespel doen, waarbij een speler die meer moeite heeft vrij mag handelen. Betere spelers mogen dan maximaal twee keer raken. Dat hoeft je verder ook niet perse uit te leggen, want het is geen issue. Taalgebruik van een trainer is

dan dat je aangeeft dat er verschillen zijn binnen het team. Dat is ook je eigen mindset als trainer. Wanneer je als trainer denkt dat je het niet kunt maken om dit soort regels toe te passen, omdat je bang bent dat je binnen het team spelers verschillend gaat behandelen, dan zal daar eerder een bepaald taalgebruik aan vasthangen waardoor dat ook eerder een probleem zou kunnen worden binnen de groep.'

Regieoverdracht

'De regie overdragen kan letterlijk de training overlaten aan de spelers zijn (zie afbeelding 1). Dat zij mogen bepalen wat voor vorm ze gaan doen. Tijdens de vorm ben ik verder alleen

'Pedagogiek zou in mijn ogen bij iedere trainer in de toolkit moeten zitten'

daarin heel erg belangrijk. Stel je zegt tegen een speler dat hij het niet kan en daarom de bal zo vaak mag raken als hij wil, en tegen de ander zeg je dat hij heel goed is en daarom direct moet spelen. Dat is heel wat anders

aan het observeren. Dat is voor mij ook een leerproces. Je kunt je dan afvragen: hebben ze technisch of tactisch iets geleerd? Als ze ervoor kiezen om 4:4 te spelen op een half veld, hebben ze in ieder geval ervaren hoe



Regieoverdracht: de warming-up overlaten aan een speler.

is het om op een half veld te trainen. Maar er gebeurt ook veel in de onderlinge samenwerking. Je moet vooraf dan wel het leerdoel duidelijk hebben, dat het op zo'n moment niet om een tactisch leerdoel gaat. Je kijkt juist hoe een team met een situatie omgaat en dat oplost. Het is wel belangrijk dat je als vereniging een veilig klimaat moet creëren voor de trainer om dit soort zaken te doen. Je moet de ruimte krijgen, gestimuleerd worden om het te proberen. Natuurlijk gaat het niet altijd in één keer goed, maar dat is niet erg, want je bent aan het leren.'

Positief coachen: praktijkcases

In zijn cursus Positief Coachen gebruikt Van Beek een aantal alledaagse voorbeelden om te laten zien hoe je hier als trainer mee om kunt gaan en hoe omdenken soms de basis vormt van je aanpak.

Case 1: Spelers melden zich vaak af
Bij een O17-team blijven spelers steeds vaker weg van de training, naarmate het einde van het seizoen nadert. Ze melden zich af omdat ze moeten werken of leren. Je vraagt je als trainer echter af of dit daadwerkelijk zo is. Hoe kun je dit voor komend seizoen oplossen?

'Je hebt meerdere opties. Vanuit structureren kun je kiezen voor straffen of belonen, maar je kunt ook de drempel hoger maken. Bijvoorbeeld dat spelers jou moeten bellen om zich af te melden. Dan zit je op die extrinsieke motivatie. Je kunt ook met elkaar om tafel en luisteren wat jouw spelers echt belangrijk vinden, dan praat je over intrinsieke motivatie. Als jouw trainingen niet zijn afgestemd op de behoeften van de spelers en je door naar ze te luisteren de training interessanter kunt maken, dan kun je daar afspraken over maken. Mijn er-

varing is dat als spelers het leuk vinden en plezier hebben, ze hun huiswerk wel een dag eerder maken. Wat je daarin concreet anders kunt doen tijdens een training, hangt af van wat de behoeften zijn. Stel dat zij bijvoorbeeld aangeven dat ze vaker een partij willen doen. Als je merkt dat ze vooral competitief zijn en daarom partijen willen spelen, kun je veel kleine partijtjes met een competitief element doen en andere competitieve vormen bedenken.'

Case 2: Slecht presterende jeugd-keeper

Een JO9-keeper laat veel ballen door, wat ten koste gaat van de winst, het plezier van andere kinderen en de coaches. Hoe kun je dit positief omdenken/beïnvloeden richting de anderen en omgaan met deze speler?

'Dit is een beetje een instinker. De eerste vraag die je zou kunnen stellen

is namelijk: is dit wel een probleem? Is dat niet de mindset? Stel je verliest hierdoor met 10-8, is dat dan erg? Je kunt ook zeggen dat je wel acht keer hebt gescoord, wat positief is. Een ander inzicht kan zijn dat je je moet afvragen of iemand op die leeftijd altijd al moet keepen. Kun je als trainer niet kiezen om te rouleren? Dat kan een oplossing zijn.

Ook al is het leeftijdskenmerk bij deze categorie misschien wel 'ik en de bal', er gebeurt natuurlijk ook al heel wat voordat er op doel geschoten wordt door een tegenstander. Dus je kunt hem ook insteken richting het team, wat zij kunnen doen om de keeper te helpen. Dan maak je het een gezamenlijk iets. Als iedereen fel op de man met de bal is, voorkom je ook een doelpunt. Je draait het dan eigenlijk positief om en gaat coachen en trainen op kort dekken en gericht op de bal zitten, want zo voorkom je dat er op goal geschoten wordt.

Wat kun je beter doen in plaats van alles voor te zeggen?

'Het is lastig omdat trainers zich hier niet altijd bewust van zijn. Aan de ene kant kun je het tegendeel bewijzen en de spiegel voorhouden door te laten zien dat een kind nu eigenlijk afhankelijk wordt van een trainer. Want spelers gaan naar de kant staan kijken om te zien wat ze moeten doen. Terwijl je eigenlijk wilt dat een kind zelf de leiding neemt en onafhankelijk keuzes maakt. Je wilt leiders opleiden en geen volgertjes die alleen maar doen wat jij zegt.

Het begint met bewust onbekwaam zijn, dat je er voor openstaat om te leren. Dan kun je vanuit de groei mindset gaan kijken hoe je als trainer stappen maakt. Bijvoorbeeld dat een coach de vorige wedstrijd nog tien keer dingen riep, en het nu al minder wordt. Je moet wel ver zijn om als trainer die stappen te willen maken. Bovendien moet je voor een deel ge-

gericht moet zijn op de pedagogische kant in plaats van de voetbalkant, maar dat werkt natuurlijk ook niet. Het blijft altijd dat je je focust waar je talent zit. Dat geldt net zo goed voor mij als voor een trainer die technisch/tactisch goed onderlegd is. Maar je kunt ook clubs en trainers uitdagen om iemand erbij te halen die jou daarbij kan helpen. Bijvoorbeeld een assistent, of een ouder met een achtergrond in de pedagogiek die dat wél kan. Ik probeer iedereen daarin te stimuleren om het mee te nemen, maar dan moet je er wel voor openstaan. Het zou in mijn ogen bij iedere trainer in de toolkit moeten zitten.

Het is een mindset, ook voor mezelf. Als trainer ga je een oefening waarvan je weet dat deze goed loopt vaak herhalen. Maar het is veel moediger om een oefening te doen die je nog niet eerder hebt gedaan. Dat is namelijk veel moeilijker om te geven. Het heeft heel erg te maken met een leercultuur. Ga maar gewoon uitproberen, ga maar doen, en ga maar op je bek.' ⚽

'Negen van de tien dingen die spelers belangrijk vinden gaan over hoe je met ze omgaat'

Daarbij komt dat alles wat je aandacht geeft, groeit. Mijn aanname in zo'n geval is dat het ook misschien wel de trainer is die het als een probleem ziet, of de oudergroep. Het komt in zo'n geval heel erg over alsof er op het resultaat gericht wordt. Dus waarom kies je niet een ander coachdoel, dan maak je het niet groter dan het is. Het gaat tenslotte om ontwikkelen.'

Case 3: De playstationcoach die alles voorzegt
Langs de lijn staan er nog genoeg 'playstationcoaches' die elke beweging en pass naar hun spelers schreeuwen.

woon bij jezelf blijven. Iemand die heel enthousiast is zal nooit helemaal stil worden, en dat hoeft ook niet. Je kunt echter wel wat meer lijn brengen in wat je wel of niet coacht.'

Pedagogiek als mindset
Wat wilt u trainers op basis van uw ervaring meegeven?

'Al mijn ervaringen gebruik ik met name voor de bewustwording naar andere trainers. Dat omgang met spelers het allerbelangrijkste is. Dat is voor mij het startpunt van positief coachen. Je kunt op basis daarvan wel gaan zeggen dat negentig procent

Pedagogisch handelen

Onderdelen van de werkwijze van Joost van Beek zijn ook terug te vinden in de e-learning Pedagogisch handelen. Deze cursussen bieden we aan in vier varianten: met of zonder studiepunten, voor trainers van de bovenbouw en voor trainers van de onderbouw. Voor clubs die meerdere trainers de e-learning laten volgen, geldt een aantrekkelijk kortingstarief.



GJS uit Gorinchem verzorgt voor tientallen (jeugd)trainers oefenstof via TrainingsPlanner

Clubabonnement in de praktijk



John Vink trainde vorig seizoen GJS onder 15-2, een enthousiast niet-selectieteam dat uitkomt in de Eerste Klasse en twee keer per week traint.

John Vink: 'Ik werk niet met een langetermijnplanning, maar bekijk mijn oefenstof van week tot week. Op zondag of maandag ga ik grasduinen in de TrainingsPlanner (TP). Ik zoek dan meestal gericht naar oefenstof gebaseerd op de laatste wedstrijd(en) van mijn team. Geregeld stuur ik de trainingen in PDF-formaat naar mijn collega-trainer, maar ook naar mijn spelers. Dan krijgen ze alvast een eerste indruk van wat we gaan doen. Bijna driekwart van al mijn oefenstof komt uit de TP. Alleen loopscholing vind ik erin ontbreken, maar we hebben gelukkig iemand binnen de club die hier specialist in is. Hij kan zijn oefenstof op ons eigen domein in de

TrainingsPlanner plaatsen, zodat alle trainers van onze club er gebruik van kunnen maken.'

Patrick van Deurzen trainde het afgelopen seizoen de MO 15-1 van GJS. Dit team traint twee keer per week.

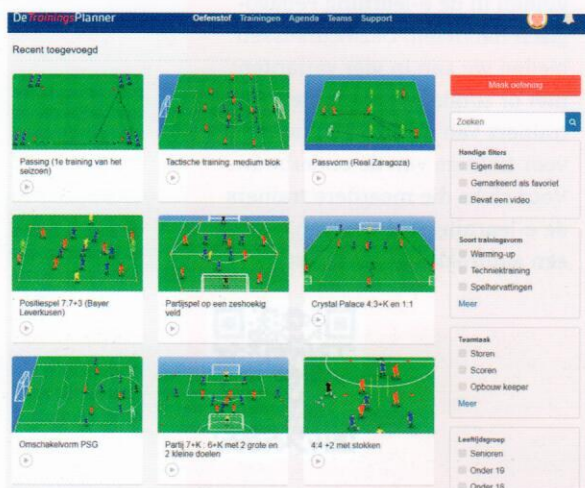
Patrick van Deurzen: 'Ik gebruik de TrainingsPlanner al enige tijd, alleen aan het begin van het laatste seizoen wat minder intensief. Toen volgde ik namelijk een KNVB-trainerscursus en werd ik geacht Rinus te gebruiken voor oefenstof. Daarna ben ik eigenlijk direct weer overgeschakeld naar de TP omdat er meer (variatie aan) oefenstof in staat. Voor mijn team selecteer ik doorgaans oefenstof voor de Onder 13/14-teams. Ik plan meestal een paar weken vooruit, gebaseerd op mijn langeretermijnplanning, maar ook op basis van de laatste wedstrijd(en). In iedere training verpak ik ook een 'fun-oefening', omdat ik merk dat mijn meiden daar echt behoefte aan hebben. Ze komen niet voor alleen maar de tactische of technische oefeningen. Dus goed dat dit onderdeel expliciet in de TrainingsPlanner is opgenomen. Verbeterpunt voor de TP vind ik het vermelden van de afmetingen. Vaak zie je wel waar op het veld een oefening zich afspeelt, maar zeker bij een algemeen positiespel kunnen vooral beginnende trainers geholpen worden door concrete suggesties voor afmetingen.

Ik heb 71 oefeningen als favoriet gemarkeerd. In de zomerstop loop ik ze even langs om te kijken of ik hier nog in kan doorselecteren, op basis van

het team dat ik volgend seizoen ga trainen, MO 17-1. Dan kan ik favoriete oefeningen dus 'uitklikken' en de lijst weer met andere trainingsvormen aanvullen.'

Frank Rousse is trainer-coach van GJS onder 15-1, een team dat uitkomt in de Hoofdklasse en drie keer per week traint.

Frank Rousse: 'Ik haal meestal losstaande oefeningen uit de TrainingsPlanner om er zelf een training van te maken. Op die manier heb ik 125 trainingen samengesteld, waar ik dan in de naamgeving ook een datum aan hang. Dan weet ik wanneer ik hem gebruikt heb. In sommige perioden maak ik voor een aantal weken de trainingen vooruit, maar het komt ook voor dat ik dankzij de TP snel mijn oefenstof voor dezelfde dag klaarzet. Ik print het eigenlijk nooit uit, maar bekijk de door mij opgeslagen items meestal op mijn telefoon. Ik doe dat trouwens liever via de browser dan via de app, merk ik. Via de PDF-exportfunctie kan ik de door mij geselecteerde oefening doorzenden naar mijn collega-trainer ter voorbereiding. Ik heb ook meer dan 200 eigen trainingsvormen geupload in 'mijn gebied' van de TrainingsPlanner. Dit zijn dus geen oefeningen uit TP zelf, maar oefenstof die ik op een andere wijze digitaal heb opgeslagen en graag wilde bewaren. Dat doen meer trainers, dus we hebben bijna 350 'cluboefeningen' waaruit we kunnen putten boven op de 1500 trainingsvormen die al in TP staan.' ⚽



Maurice van der Kallen, jeugdtrainer SV Someren onder 12-4

Deelnemer 'Pedagogisch handelen' aan het woord

Bij SV Someren is door een flink aantal trainers de e-learning 'Pedagogisch handelen' gevolgd. Jeugdtrainer Maurice van der Kallen volgde de online cursus voor trainers van spelers tot en met 14 jaar en vertelt er graag over.

Regie overdragen



Maurice van der Kallen: 'Al in de periode dat ik de cursus online doornam, konden mijn collega-trainer – die deze e-learning

tegelijkertijd volgde – en ik al meteen een deel van de theorie en de praktijktips toepassen bij de trainingen van ons elftal. Bijvoorbeeld het advies van Quinten Dübendorfer van FC Utrecht in een van de videoclips om bij een training meer de regie bij de spelers te leggen als het om de inhoud gaat. Ook bij jonge spelers. Dat vonden we even uitdagend als spannend. De bewuste training had ik voorbereid en daarin tijd gereserveerd voor eigen inbreng van de spelers. We vroegen de spelers in het tweede deel van de training een oefening te bedenken die aansloot bij het eerste gedeelte met onze oefenvormen. We hadden voor hen allerlei trainingsmaterialen al klaargezet. Zij mochten kiezen welke ze daarvan wilden gebruiken. De instructie was: 'Jullie krijgen nu de tijd om met elkaar te overleggen. Daarna wil ik van jullie weten waarom jullie voor die oefening kiezen en wat jullie daarmee willen bereiken.'

Het resultaat overtrof onze verwachtingen. Ze zetten aan twee kanten van een half veld een parcours uit met een dribbelvorm, gevolgd door een pass en eindigend met een 1:1-vorm. Ze gaven na afloop superenthousiast aan dat ze het gaaf vonden om invloed te hebben op wat er wordt getraind. De spelers vroegen meteen of ze dat vaker mochten doen. Dat gaat zeker gebeuren. Mijn collega en ik hebben ook afgesproken dat we elkaar nog vaker feedback geven over onze manier van coachen. Blijven we bij een wedstrijd bijvoorbeeld positief coachen als een speler een fout maakt die voor een tegendoelpunt zorgt?

Ook de module over oudergedrag sprak aan. We zijn met drie trainers, en onze kinderen spelen in dit elftal. We hebben afgesproken dat we onze eigen kinderen niet zelf beoordelen. We hebben het met elkaar ook over onze eigenaardigheden qua karakter gehad. Die proberen we extra te vermijden bij het coachen van ons eigen kind, maar ook bij de andere spelers. Ik was al met al positief verrast door de e-learning, die verhelderend en direct toepasbaar bleek. Je krijgt ook een spiegel voorgehouden.' 🙌



'De regie over de inhoud van een training bij het jonge kind? Voor ons uitdagend en spannend, zelf vonden ze het gaaf'

Ook voor clubs

Individuele trainers kunnen diverse varianten van de e-learning over pedagogisch handelen volgen. Met of zonder studiepunten, voor trainers van spelers tot en vanaf 15 jaar. Clubs krijgen korting per trainer wanneer ze de cursus voor hun kaderleden aanschaffen.



Handige trainersmaterialen voor jezelf of voor je club!



A6 formaat
€ 6,25

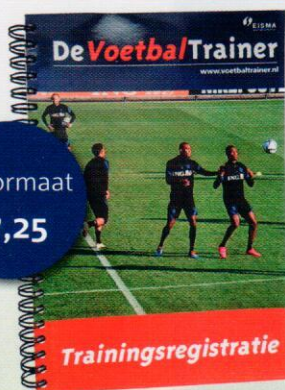


A5 formaat
€ 7,25

Coachboekjes 'Wedstrijdregistratie'

- Praktisch, met ringband
- Bevat veldjes en schema's
- Veel ruimte voor notities
- Keuze uit A5 en A6 formaat
- Ook verkrijgbaar als complete set

Abonnees
ontvangen
7,5%
korting



A5 formaat
€ 7,25

Coachboekjes 'Trainingsregistratie'

- Praktisch, met ringband
- Overzichtslst trainingsbezoek
- Veel ruimte voor notities
- Keuze uit A5 en A6 formaat



A4 formaat
€ 6,50

Veldenblok, A4 formaat

- Velden op A4 formaat
- Eenvoudig af te scheuren
- Volop ruimte voor notities



Flipover blok 'Voetbaltrainer'

- Formaat 70 x 100 cm
- Met voorbedrukt veld
- Bevat 20 vel per blok
- Handig met 5 boorgaten
- Past op veel flipover systemen

Veldenblok
flipover
€ 10,95



Tactics
Manager
€ 79,50

Tekenprogramma 'Tactics Manager'

- Hét tekenprogramma voor voetbaltrainers
- Stel zelf je trainingen samen
- Eenmalige aanschaf

**Bestel nu online
jouw trainersmateriaal!**

