

VERENIGINGSBOX

Coachboekje

Werkboek voor iedereen die
een jeugdvoetbalteam begeleidt

RESPECT



KNVB



Inhoud

Inleiding	4
De aftrap	6
Het seizoen begint	10
Jij als coach	14
Je eigen team	18
Vorbereiding op de wedstrijd	26
De ouders	32
De wedstrijd	36
Uit en thuis spelen	42
Kampioen?	46
Terugblik: een mooi seizoen	48
De eigen club	52
Wisselers	56
Colofon	59

01



Inleiding

Dit 'werkboek' is bedoeld voor de beginnende, maar ook voor de meer ervaren coach van een jeugdteam.

Het boek bestaat uit:

- Praktische tips voor alles wat je tegenkomt als jeugdvoetballeider
- Extra pagina's die jij als coach kunt gebruiken in de praktijk: bijhouden wisselers en andere gegevens.

In dit werkboek gebruiken we het woord leider, maar ook 'coach'. Met laatstgenoemde bedoelen we iedereen die een jeugdteam begeleidt bij de wedstrijden. Soms is dit de trainer, maar niet altijd. Verder maken we in deze uitgave hier en daar onderscheid tussen pupillen (leeftijd 6 tot 13 jaar) en junioren (13 tot 19 jaar). Naast overeenkomsten zijn er namelijk ook verschillen tussen het coachen van pupillen en junioren. Bovendien wil de KNVB met het werkboek de vereniging stimuleren om gezamenlijk de ervaringen van de jeugdvoetballeiders te bespreken. De vragen als genoemd bij verschillende hoofdstukken kunnen daarbij helpen.

02



De aftrap

“Wil jij coach worden?” De vraag is gemakkelijk gesteld. Vaak volgt het antwoord net zo snel. “Ja hoor, dat wil ik best.” Waarom ook eigenlijk niet? Je bent toch al elke zaterdag van de partij tijdens de wedstrijd van je kind. Bij uitduels heb je telkens weer een auto vol met enthousiaste spelers. En ach, als het team en de vereniging daaraan behoefte hebben, kun je toch net zo goed coach zijn van het hele stel?

Het heeft veel leuke kanten om coach te zijn. Maar realiseer je wel: er komt nog heel wat bij kijken. Een coach heeft een verantwoordelijke taak. Je hebt een team van jeugdspelers onder je hoede. Dat betekent dat je niet alleen aandacht moet hebben voor die ene uitbinker, maar óók voor alle andere spelers.

Je krijgt te maken met ouders die willen weten waarom hun kind reserve staat. Zijn er genoeg chauffeurs en auto's beschikbaar voor de uitwedstrijd van komende zaterdag? En ga zo nog maar even door.

Dit werkboek staat vol tips en is bruikbaar voor elke jeugd-coach. Of je nu pupillencoach bent of juist aan de slag gaat met junioren. Of je nu in een dorpje buiten de randstad actief bent of in een grote stad. Of je nu een team leidt met heel goede voetballers of een ploeg met veel minder getalenteerde spelers.

Jeugdspelers moeten zich thuis voelen bij een vereniging. In een veilige en prettige omgeving kunnen zij met plezier voetballen. Het draagt er bovendien aan bij dat ze sneller iets opsteken. Als coach heb je een belangrijk aandeel in dit alles. Als de coach zich fijn voelt en goed functioneert, werkt dat door op de spelers. Redenen genoeg dus om dit boek door te nemen.

Veel succes gewenst in je rol als coach!



03



Het seizoen begint

Wat komt er allemaal kijken bij je taak als jeugdvoetbal-leider bij je club? Vóór je begint, is het handig om op onderstaande vragen een antwoord te hebben:

- Wat verwacht de club precies van je (is er een overzicht van taken)?
- Ben je alleen begeleider bij de wedstrijd of geef je ook training aan je team?
- Heeft de vereniging afspraken over omgangsvormen, bijvoorbeeld gedragsregels?
- Zijn er afspraken over EHBO?
- Weet je voldoende van de spelregels van de leeftijdsklasse van je team (F-jes hebben andere spelregels dan B-junioren)?
- Ben je voldoende op de hoogte van de reglementen van de KNVB?
- Organiseert de vereniging een informatieavond voor de jeugdleiders?
- Weet je hoe je het team zowel vooraf, tijdens als na de wedstrijd kunt coachen?
- Is er regelmatig overleg tussen club en trainer?

Enkele praktische tips:

- Vraag een lijst met namen, (email)adressen en telefoonnummers van spelers en ouders of maak deze zelf.
- Van nieuwe jeugdleden is het handig om een ingevuld aanmeldingsformulier te hebben; hierop kan extra informatie staan over de gezondheid van het kind, op welke school hij/zij zit en of hij/zij nog andere sporten beoefent.
- Kijk wie jou kan vervangen bij ziekte of tijdens vakantie. Dit kan ook een ouder zijn met een vaste taak ('hulpcoach').
- Maak afspraken over het beheer van de teamtas, met daarin de waterzak, spons, ballen en soms ook shirts en keeperstenu.
- Spreek met spelers en ouders af waar en hoe lang van tevoren iedereen verzamelt voor de uitwedstrijd.
- Spreek af hoe je de spelers laat weten dat een wedstrijd is afgelast; je kunt een bellijst maken.
- Zorg dat je de spelersspassen elke wedstrijd bij je hebt. Dit is verplicht
- Zorg dat je weet hoe je het wedstrijdformulier invult.



04



Jij als coach

Waar gaat het om als je een team begeleidt?

Jij bent de leider, daar komt misschien méér bij kijken dan je zelf in eerste instantie denkt. Het gaat om:

- kinderen met plezier beter leren voetballen.

Maar daar hoort (voor hen) ook bij:

- leren omgaan met verlies en winst;
- accepteren van leiding;
- omgaan met afspraken die je met je team gaat maken.

Je bent als coach een voorbeeld voor de kinderen

Kinderen leren meer van wat je doet dan van wat je zegt! Je gaat veel vrije tijd besteden om er als coach met je team iets van te maken dit seizoen; je wilt dat spelers het beste uit zichzelf halen. Dat gaat alleen als je een goede band met je team opbouwt. Respect krijgen, begint bij respect geven.

Dit doe je met de manier waarop je tegen je team praat, uitleg geeft, opdrachten geeft en de kinderen probeert iets te leren.

Een paar tips:

- Gebruik humor. Met een grapje krijg je een ontspannen sfeer.
- Maak positieve opmerkingen. Door aan te moedigen stimuleer je de kinderen.
- Wees bewust van het bestaan van verschillen. Ieder kind is anders. Als voetballer, maar ook als persoon door een andere thuissituatie en/of andere cultuur. Kijk hoe je hem of haar het beste kunt aanspreken. Bij het ene kind werkt de directe manier het best, bij een ander kies je een rustig moment en/of minder strengere toon. Sommige kinderen hebben nu eenmaal meer behoefte aan strenge, duidelijke regels dan anderen.
- Ook je houding en letterlijk de toon waarop je praat zijn belangrijk. Varieer je volume en toonhoogte. Door zacht en duidelijk te praten vang je soms meer aandacht dan door te schreeuwen.



05



Je eigen team

Hoe leer je je spelers kennen? Hoe zorg je dat zij een team vormen?

- Spreek elkaar aan bij de voornaam.
- Vraag aan elk kind wat hij/zij verwacht van het komende seizoen; behalve natuurlijk winnen, willen ze misschien specifieke dingen oefenen.
- Vraag de kinderen naar hun voorkeursposities. Je hebt natuurlijk ook een keeper nodig.
- Kies een aanvoerder en bedenk wat de taken van de aanvoerder kunnen zijn.

Pupillenteams

Van het leren kennen van elkaars namen kun je bij E-en F-pupillen een leuke oefenopdracht of spel maken. Verder zul je in het begin iedereen zoveel mogelijk op verschillende posities willen laten spelen. De meeste kinderen vinden het bovendien stoer om aanvoerder te zijn. Je kunt dit in het begin vaak rouleren, zodat iedereen voelt hoe het is om verantwoordelijk te zijn. De taak als aanvoerder van een F- of E-team moet niet te zwaar zijn; het is vooral een symbolische functie.

Juniorenteams

Vaak kennen de spelers elkaar al van vorige seizoenen. Toch zijn er elk jaar wisselingen. Het is belangrijk om met elkaar opnieuw een team te vormen. Zorg dat niemand buiten de boot valt. Besteed wat extra aandacht aan de nieuwkomers, vooral als zij niet de sterspelers zijn. Organiseer een teamgesprek aan het begin van het seizoen om de wederzijdse verwachtingen te bespreken. Ook de voorkeursposities kunnen dan aan de orde komen. Kies met elkaar een aanvoerder. Het team komt daar misschien zelf wel uit, maar stuur zo nodig bij. Houd in de gaten of de aanvoerder de taken ook echt aankan en uitvoert. Naarmate de spelers ouder worden, kunnen ze meer verantwoordelijkheid aan. Als coach kun je daar veel aan hebben. De aanvoerder kan indien nodig in het veld een leidende rol nemen.

Afspraken maken met je team

Neem als basis de (gedrags)regels van de club, zo die er zijn. Bespreek die en maak met elkaar je eigen teamafspraken.

Je kunt verschillende soorten afspraken onderscheiden, zoals:

- Praktische afspraken
 - op tijd komen;
 - op tijd afmelden;
 - douchen na training en wedstrijd.
- Voetbalafspraken
 - wisselbeleid;
 - rol aanvoerder;
 - wie speelt waar?

- Omgaan met materialen
 - opruimen ballen, hesjes, doeltjes;
 - kleedkamer netjes achterlaten.

- Omgangsvormen
 - binnen het team, met jou als leider;
 - ten opzichte van trainer, tegenstander en scheidsrechter;
 - behandel een ander zoals je zelf behandeld wilt worden, dus scheldt, pest of beledig niet;
 - respecteer de beslissingen van de scheidsrechter / assistent-scheidsrechter;
 - speel als een team, speel samen.

- Zorg dat de afspraken duidelijk zijn: leg uit wanneer de kleedkamer netjes is, hoe de spelers met materialen om moeten gaan, enzovoort.
- Leg ook uit waarom de afspraken belangrijk voor henzelf zijn: als je weet waarom iets niet mag, kun je je daar beter aan

houden. En als iedereen zich aan de regels houdt, heb je meer plezier en meer tijd om lekker te voetballen.

- Vertel waarom je Nederlands spreken belangrijk vindt binnen het team, en zeker ook bij een wedstrijd. Een ander kan zich buitengesloten voelen en dat bevordert niet de sfeer en het onderling contact.
- Houd bij het maken van afspraken rekening met de leeftijd en culturele achtergrond van de teamleden, zodat iedereen deze begrijpt.
- De mate van acceptatie van gedrag of waarde hechten aan afspraken kan verschillen afhankelijk van culturele achtergrond.

Afspraken maken met een E- of F-team

Bij pupillen houd je het simpel; je kunt afspraken verdelen in 'wat doen we wel' en 'wat doen we niet'. Bijvoorbeeld:

- Wat doen we wel: op tijd komen.
- Wat doen we niet: schelden op elkaar, op de tegenstander of op de scheidsrechter.

Afspraken maken met een D-,C-,B- of A-team

Spelers van deze leeftijd kunnen vaak zelf al bedenken wat belangrijk is. Als ze zelf meedenken, zullen het eerder hun 'eigen afspraken' zijn. Bij de oudere spelers kun je beginnen met de vraag wat ze zelf acceptabel vinden. Zo stimuleer je een discussie hierover en worden mogelijke verschillen tussen spelers duidelijk. Zijn er clubafspraken rond sportiviteit en respect, gebruik deze dan als uitgangspunt. Vraag de spelers wat zij vinden van een regel en wat die voor hen betekent. Probeer het concreet te maken. Wat is sportief spelen, wanneer heb je respect voor je

medespeler (bijvoorbeeld door niet te schelden bij een gemaakte fout) of tegenstander? Probeer met elkaar tot afspraken te komen die passen bij de leeftijd.

- Vraag aan elke speler of hij/zij denkt zich aan de afspraken te kunnen houden. Het is bewezen: zeggen ze 'ja' dan zullen ze het ook eerder doen.

Welk gedrag kan nog net wél, welk gedrag niet meer? Waar ligt de grens tussen gewenst en ongewenst?

Deze grens is niet zo duidelijk af te bakenen. Wat voor de één nog wel kan (een bepaald scheldwoord bijvoorbeeld) gaat voor een ander te ver. We spreken van onacceptabel gedrag als het algemeen niet aanvaardbaar wordt gevonden. Dat is bijvoorbeeld het geval bij uitschelden of duwen van de scheidsrechter.

Gewenst gedrag
- Belonen

Ongewenst gedrag
- Aanspreken

Onacceptabel gedrag
- Sanctie

Met het maken van afspraken aan het begin van het seizoen geef jij als coach aan wat je van je spelers verwacht. Dat maakt het voor de spelers makkelijker, maar óók voor jou. Nu kun je hen bij ongewenst gedrag aanspreken “We hadden toch afgesproken dat...?” Aanspreken is niet altijd makkelijk, soms wil je liever iets níet zien! Toch levert het jou als coach uiteindelijk veel op als je consequent probeert te zijn. Zo investeer je in je team. In het verloop van het seizoen krijg je dit uitbetaald, in de vorm van een betere teamgeest en spelers die extra gemotiveerd zijn. En met het betere teamspel hoop je natuurlijk ook op veel doelpunten...

Hoe zorg je ervoor dat je de spelers op een goede manier aanspreekt?

- Vraag na waarom iemand iets doet (er kan soms een 'goede' reden zijn; bijvoorbeeld als de speler zich verdedigde)
 - laat iemand uitleggen waarom hij iets gedaan heeft;
 - oordeel niet te snel, vraag door naar het waarom.
 - ga na wat er feitelijk is gebeurd.
 - behandel iedereen gelijk.
 - zorg ervoor dat niemand gezichtsverlies lijdt. Zet dus niemand in de groep voor schut. Maak het niet onnodig zwaar, humor doet wonderen.
- Soms hoeft je een speler alleen aan te spreken: "Ik zie/hoor je... doen; we hebben toch afgesproken dat we dat niet zouden doen?"
- Soms moet je bestraffen. Een time-out (even níet meedoen met training of wedstrijd) kan werken, want iedereen wil voetballen.
- Iemand belonen mag in de hele groep. Iemand bestraffen of aanspreken op zijn gedrag werkt juist vaak beter door diegene even apart te nemen.
- Pas op voor te veel regels en afspraken. Deze zijn het middel en niet een doel op zich.

Regels lijken soms vanzelfsprekend, maar kinderen worden niet hetzelfde opgevoed. Wat de één gewoon vindt om te doen, mag de ander thuis niet. Zelf heb je ook je 'eigen regels'... De teamregels bieden ook jou als coach houvast. Bedenk van tevoren wat je gaat doen als de spelers zich er niet aan houden.

Als een speler zich hier vaker aan schuldig maakt kan een gesprek hierover wonderen doen. Neem even de tijd om uit te leggen wat je ervan vindt. De plek die je daarvoor kiest kan afhankelijk zijn van de ernst van de situatie en de leeftijd; even een gesprekje op het veld of je heel serieus in de bestuurskamer. In het laatste geval voelt de speler dat het menens is wat je gaat zeggen.

Kom je er bij problemen met een of meer teamleden alléén niet uit, bespreek dit dan met iemand binnen de vereniging. Soms is er iemand aangesteld als verantwoordelijke voor gedrag op en rond het veld. Dit kan de jeugdcoördinator zijn of iemand van het jeugdbestuur. Je kunt natuurlijk ook een collega-coach benaderen of de trainer van je team, die de teamleden natuurlijk ook kent. Blijf er in elk geval niet alleen mee zitten. Jij als coach bent in voorkomende gevallen echt niet de enige die dit probleem is tegen gekomen binnen je team.

06



Vorbereiding op de wedstrijd

Hoe kun je het team het beste begeleiden bij de voorbereiding op de wedstrijd?

Instructies geven

- Probeer de aandacht vast te houden als je iets uitlegt.
- Wees goed verstaanbaar (praat niet tegen de wind in).
- Zoek een plek waar kinderen niet worden afgeleid.
- Betrek de kinderen. Stel vragen als: "Hoe zou je de bal moeten raken als je..."
- Geef degene die veel aandacht vraagt (de bal wegschoppen, teamgenoten afleiden) een taak. Vraag hem bijvoorbeeld de warming-up te leiden. Door aandacht in deze vorm verdwijnt dit soort gedrag vaak vanzelf.
- Ga na of hetgeen je wilt overbrengen ook echt overgekomen is. Dit kun je doen door de spelers te vragen of ze het begrepen hebben. Vaak zullen ze ja knikken, ook al weten ze het nog niet precies. Door een vraag over de inhoud te stellen, zal de instructie beter blijven hangen. Bijvoorbeeld: "Waarom gaan we eerst de bal overspelen en dan..."
- F-jes en E-tjes zijn gauw afgeleid; probeer hen op een speelse manier bij de les te houden.
- Junioren blijven langer geïnteresseerd als hun mening wordt gevraagd en ze kunnen meedenken.

Vragen die je kunt stellen zijn:

- Hoe zou jij dat in deze situatie doen (een wedstrijdssituatie)?
- Wat vertelde ik net over deze techniek?
- Waarom is dat belangrijk; hoe kun je dat in de wedstrijd gebruiken?

Als coach kun je alleen of in overleg met de trainer de opstelling maken. Als je de spelers erbij betreft, krijg je een opstelling waar iedereen zich prettig bij voelt. De één wil liever een positie in de verdediging, de ander is meer middenvelder of aanvaller. Uiteraard houd je ook rekening met de wisselbeurten.

- Maak de opstelling niet pas op het laatste moment, neem er de tijd voor.
- Teken de opstelling, als het team daardoor beter zijn plek en taak weet.
- Zorg dat iedereen weet wat hij op zijn plek moet doen en probeer dit uit te leggen op het leeftijdsniveau dat past bij het team.
- Laat de spelers (tot ongeveer de C-junioren) ook eens op verschillende posities spelen; dit kan bijdragen aan hun voetbalontwikkeling.
- Je kunt uitleggen wat het doel van een bepaalde opstelling is:
 - daarmee ga je op een bepaalde manier de wedstrijd spelen (meer aanvallen of juist meer verdedigen);
 - je wilt een andere manier van spelen uitproberen.
- Er zijn redenen om een keer niet te komen trainen of een wedstrijd te spelen: proefwerkweek, bijzondere verjaardagen, familiebezoek. Vertel als coach aan je team wie waarom niet aanwezig kan zijn. Dat geeft duidelijkheid voor iedereen.

- Tijdens de Ramadan kunnen kinderen sneller moe zijn en minder energie hebben. Laat hen dan bijvoorbeeld een halve wedstrijd spelen.

Hoe kun je je spelers motiveren om beter te gaan voetballen?

- Beloon altijd als ze het goed doen: goed gedrag of resultaat is niet vanzelfsprekend.
- Wees gul met complimenten, dat stimuleert het best.
- Geef alle teamleden op hun beurt een compliment.
- Beloon de inspanning die een teamlid doet om zijn taak goed uit te voeren, ook al is het resultaat nog onvoldoende.
- Niet alleen de doelpuntenmaker heeft het goed gedaan, óók andere teamleden hebben daaraan meegewerkt.

Als je iemand aanwijzingen geeft en je wil dat hij/zij het echt beter gaat doen, let dan op drie dingen

- Begin met een compliment (“Goed gelopen!”).
- Geef dan een instructie, op de toekomst gericht: “Als je de bal zo krijgt, zorg dan voortaan dat...”.
- Geef tot slot nog een aanmoediging, zeker als je aanvoelt dat de speler wat onzeker is.

Maak geen bestraffende of sarcastische opmerkingen. Dat maakt onzeker. De meeste kinderen gaan dan juist minder goed spelen en worden extra bang om fouten te maken.

Fouten zijn om van te leren! Geef ondersteuning en geef aan hoe het anders kan. Hou er rekening mee dat kritiek krijgen binnen de groep bij sommigen harder aankomt dan bij anderen. Kinderen (en zeker junioren) voelen zich al gauw in hun eer aangetast. Soms heeft dit te maken met een andere culturele achtergrond.



07



De ouders

Hoe kun je ouders op een positieve manier bij de voetbalactiviteiten van hun kind betrekken? Hoe kun je voorkomen dat ouders het voetballen van kinderen negatief beïnvloeden?

- Organiseer aan het begin van het seizoen een bijeenkomst met de ouders van je team. Vertel iets over:
 - wat de kinderen leren op de training (informatie door de trainer);
 - hoe het met de wedstrijden gaat; als je een nabespreking houdt na de wedstrijd kunnen ouders hier rekening mee houden;
 - je manier van begeleiden: veel positieve aanmoediging;
 - de afspraken die je samen met het team hebt gemaakt over (on)gewenst gedrag;
 - je aanpak van belonen en straffen. Bijvoorbeeld dat een speler een halve wedstrijd niet meedoet als hij/zij zonder reden niet op de training is geweest;
 - het bijhouden van wie er op de training komt, wie gewisseld zijn, enzovoort;
 - hoe de ouders hun kind het best kunnen motiveren. Belonen in plaats van negatieve opmerkingen plaatsen.

- Leg uit wat ouders kunnen doen voor hun kind en de vereniging. Maak hierover duidelijke afspraken. Ieder kan een taak vervullen die het best bij hem/haar past:
 - rijden naar uitwedstrijden (rijschema is handig);
 - kantinedienst/voetbalkleding wassen;
 - drinken halen in de rust;
 - de waterzak beheren;
 - een verslag van de wedstrijd maken voor clubblad en/of website;
 - scheidsrechter zijn bij pupillen of assistent-scheidsrechter bij junioren.

- Probeer een ouder te vinden die als hulpcoach inzetbaar is voor bepaalde activiteiten.
- Bij een goed contact tussen jou en de ouders staan laatstgenoemden vaker bij wedstrijden langs de lijn. Vertel hoe belangrijk dat is voor hun kind en het team.
- Maak een praatje met ouders langs de lijn. Zo voelen ze zich betrokken bij de club. Sommige ouders zijn wat moeilijker te benaderen. Probeer in zo'n geval een keertje bij hen thuis langs te gaan.
- Na twee of drie maanden kun je met ouders tijdens een 'tienminutengesprek':
 - vertellen hoe het met hun zoon of dochter gaat, hoe hij/zij vordert met het voetballen;
 - vragen naar bijzonderheden. Hoe gaat het op school, is er een reden waarom hij/zij vaak laat op de training komt?

Dat de ouders naar de wedstrijd komen kijken, is voor de kinderen het belangrijkste, maar...

- ...Zorg voor duidelijke afspraken met ouders over wat zij niet mogen doen en leg ook uit waarom. Denk aan:
 - het schreeuwen van instructies of kritiek naar hun kinderen tijdens de wedstrijd (kinderen worden afgeleid en horen verschillende adviezen).
 - het zich bemoeien met de opstelling (tijdens de wedstrijd is de coach de baas).
 - het veld oplopen (verstoort de wedstrijd).
 - het beledigen van de scheidsrechter of de tegenstander (het slechte voorbeeld).

- Bedenk van tevoren antwoorden op veelvoorkomende vragen van ouders. Als je toch niet meteen een antwoord weet, zeg dan dat je er op een ander moment op terugkomt. Uiteraard moet je dat dan ook werkelijk doen. Veelvoorkomende vragen zijn: "Waarom moet mijn zoon altijd keepen? Hij vindt het niet leuk." (vaak is het de ouder die zijn zoon op een andere plek wil zien voetballen). "Waarom is mijn kind geen aanvoerder?" "Waarom wordt zij nu alweer gewisseld?"

08



De wedstrijd

Hoe begin je goed voorbereid aan de wedstrijd? Hoe kun je meehelpen aan een prettige sfeer vóór de wedstrijd?

- Ontvang de tegenstander goed; wees gastheer en wijs de bezoekers zo nodig de kantine en kleedkamers.
- Maak zo snel mogelijk kennis met de leider van de tegenpartij. Onthoud zijn naam en maak een praatje. Kijk of de voorzieningen (kleedkamer) in orde zijn.
- Betrek ook de scheidsrechter erbij en bespreek mogelijke problemen (het weer, slecht veld, blessures, wisselers).
- Spreek de verwachting uit van een sportieve wedstrijd, de tegenstander voelt zich hopelijk aangesproken.
- Laat de aanvoerders met elkaar kennismaken.
- Straal als coach naar je team uit hoe je de tegenstander ziet: als een partij die nodig is om een leuke wedstrijd te kunnen spelen.
- Bespreek de opstelling met aanvoerder en team.
- Geef begrijpelijke adviezen mee voor in het veld. Voor een F-pupil kan dat zijn: "Probeer de bal af te pakken". Voor een B- of A-junior kan het gaan over positieospel of contact met elkaar in het veld.

- Geef de aanvoerder, afhankelijk van de leeftijd, een rol binnen het team. Bijvoorbeeld, bij de junioren, voor als er tijdens de wedstrijd problemen dreigen te ontstaan.

Hoe kun je deze dan nog voorkomen?

- Ga aan dezelfde kant van het veld staan als de begeleider(s) van de tegenpartij. Zo heb je snel contact als het nodig is. Bij de 'echte wedstrijden' zitten de coaches ook aan dezelfde kant.
- Jouw houding is belangrijk voor het team. Zorg voor een positieve uitstraling, heb contact met de spelers, maak een ontspannen indruk.
- Bedenk wat je gaat doen bij ongewenst gedrag van je teamleden; de scheidsrechter ziet niet alles. Als je iets niet acceptabel vindt, kun je een speler bijvoorbeeld tien minuten wisselen. Blijf je eigen regels hanteren: de regels die je hebt afgesproken met je spelers.
- Bedenk bij incidenten wat je kunt doen om te zorgen dat het niet verder uit de hand kan lopen. Maak hierover al van tevoren afspraken met het team.

Hoe zorg je dat de spelers de scheidsrechter in zijn rol accepteren?

- Maak duidelijke afspraken. Geen discussie, accepteren!
- Leg uit hoe moeilijk het is om scheidsrechter te zijn; hij heeft geen ogen in zijn rug.
- Als de vereniging een keer een spelregelavond met quiz organiseert, snapt iedereen hoe moeilijk het eigenlijk is. Kinderen krijgen dan vanzelf meer respect voor de scheids!

- De scheidsrechter is meestal van de eigen club. Hij kan soms beslissingen nemen die in het voordeel zijn van deze club. Bespreek met je team van tevoren hoe je daarmee om moet gaan.

Hoe bereik je dat de spelers na de rust met nieuwe energie het veld opgaan?

- Zorg dat een ouder het drinken verzorgt.
- Bespreek met het team hoe het de eerste helft is verlopen. Je kunt enkele spelers of de aanvoerder als eerste zijn of haar mening laten geven.
- Ga vol goede moed en met nieuwe instructies de tweede helft in; de wedstrijd kan nog kantelen.

Hoe zorg je ervoor dat iedereen een goed gevoel overhoudt aan de wedstrijd, ook als er is verloren?

- Zorg dat de aanvoerders elkaar na afloop een hand geven; contact houden is belangrijk, ook na een wat minder sportieve wedstrijd. Benadruk in zo'n geval dat de wedstrijd klaar is, dat doorgaan met verbale of fysieke acties op weg naar de kleedkamer geen zin heeft.
- Bedank de scheidsrechter en laat - als je dat hebt afgesproken - alle spelers dat doen. Afspreken is ook nakomen.
- Zorg dat je na de wedstrijd nog even contact hebt met de coach van de tegenstander. Dit kan een handdruk zijn, maar ook een kort gesprekje over het verloop van de wedstrijd. Je komt elkaar later ook weer tegen; een goed contact met je tegenstander is ook voor jou als coach prettiger. Wees je bewust van je voorbeeldfunctie voor je eigen spelers.

- Afhankelijk van de situatie kun je de nabespreking op het veld of in de kleedkamer doen. Soms begint direct een volgende wedstrijd. Bij de pupillen houd je het kort; ouders willen vaak al snel weer naar huis. Bespreek met het team het verloop van de wedstrijd. Vraag eerst de mening van de aanvoerder en laat daarna de andere spelers hun mening geven.
- Benoem positieve momenten en kijk wat er volgende keer anders of beter kan.
- Beloon de spelers als ze zich als team maximaal hebben ingespannen om hun taak goed uit te voeren. Als de wedstrijd is verloren, was de tegenstander in dat geval blijkbaar gewoon te sterk.
- Begin niet over de scheidsrechter die niet goed heeft gefloten, als het de spelers niet eens is opgevallen. Is dit wel het geval, probeer dan je eigen emotie niet de boventoon te laten voeren. Bespreek de gebeurtenissen en relativeer het met bijvoorbeeld: “De ene keer zij het voordeel, de volgende keer wij weer.”
- Maak een verslagje van de wedstrijd voor het clubblad of de website of vraag een van de ouders dit te doen. Zorg daarbij dat je niet alleen de doelpuntenmakers noemt, maar juist de teamprestatie. Houd de toon positief, óók bij minder goede prestaties. “Volgende week gaan we het beter doen.”



09



Uit en thuis spelen

Uit spelen kan heel anders zijn dan thuis spelen. Welke verschillen in voetbalbeleving kun je tegenkomen en hoe kun je daarmee leren omgaan?

Als thuisspelende ploeg ontvang je de tegenstander bij jouw vereniging binnen de eigen sfeer. De tegenstander zal zich aanpassen. Bij uit spelen kom je met je team in de sfeer van de vereniging van de tegenstander. Dat kan behoorlijk verschillen:

- Van stad naar platteland of andersom.
- Van heel prestatiegericht of ruw spelend naar puur voor de lol.
- Van een witte of gemengde club naar een Surinaamse of Turkse club.

De verschillen in beleving van het voetbal tussen verschillende culturen kunnen groot zijn, bijvoorbeeld op het gebied van:

- Temperament: snel emoties laten zien (woede, blijheid), fanatieker in het spel.
- Individuele technische hoogstandjes zoals pingelen en een panna maken, die soms hoog in aan zien staan.
- Een sterk groepsgevoel.
- Een sterke hang naar de eigen cultuur bij junioren in de puberteit die zoeken naar hun eigen identiteit.

Bespreek met je team de verschillen die je denkt tegen te komen wanneer je een uitwedstrijd speelt. Bedenk ook hoe jij en je team met je eigen gedrag overkomen bij die tegenstander. Het kan gaan om zaken als:

- Ruw spelen.
- Fanatieke supporters.
- Discriminerende opmerkingen.
- Elkaar niet kunnen verstaan op het veld.

Bereid je team voor op een andere voetbalbeleving. Je spelers zijn zich dan extra bewust van de invloed van hun eigen gedrag op de tegenstander en omgekeerd.



10



Kampioen?

Hoe kun je het seizoen op een goede manier afsluiten, ook als je geen kampioen bent geworden?

- Bespreek met het team de ervaringen van het afgelopen seizoen:
 - wat ging goed, wat ging minder goed;
 - wat heeft iedereen geleerd;
 - hoe ziet het volgend seizoen eruit? Inventariseer alvast de wensen, dan kun je die bespreken met de vereniging. Wie gaan er over naar een volgende leeftijdsgroep?
 - bespreek ook je eigen rol. Vraag wat ze van jou als team-leider vonden.
- Je kunt een aantal vragen op een formulier meegeven (rekeninghoudend met hun leeftijd), zoals: wat vond je wel of niet leuk bij de trainingen, de wedstrijd, het team en de club?
- Organiseer enkele toernooien met verenigingen in de buurt en betrek de ouders daarbij.
- Een wedstrijd tegen de ouders kan een prachtige afsluiting zijn!

11



Terugblik: een mooi seizoen

Vorbereiden, motiveren en organiseren. Het zijn wezenlijke taken van een coach. Maar uiteindelijk gaat het er natuurlijk om tijdens de wedstrijd goed te presteren. Aan een wedstrijd winnen beleven de spelers veel plezier. Het allermooist is het natuurlijk als je na een reeks overwinningen aan het eind van de competitie kampioen wordt!

Natuurlijk zit ook dáár organisatie aan vast. Want de titel moet worden gevierd! De spelers krijgen bloemen, worden getraceerd in de kantine en ontvangen misschien zelfs ter herinnering een medaille die jij als coach hebt laten maken. Niet alleen de voetballers, maar ook de coach zelf zal jaren later nog steeds met plezier terugkijken op het kampioensseizoen.

Geen kampioen geworden? Niet getreurd. Ook dán zijn er genoeg mooie momenten om op terug te blikken. Je hebt spelers geleerd beter te voetballen. Als het goed is, zijn ze een hechter team geworden. Samen hebben ze teleurstellingen verwerkt en samen hebben ze doelpunten bejubeld. Jij was erbij en je hebt het allemaal in goede banen geleid.

Of je team nou kampioen is geworden of niet, het is altijd leuk een toernooi te organiseren aan het eind van het seizoen. Het mooiste is een toernooi waarin ook ouders in actie komen. In een ontspannen sfeer leren spelers, ouders en coach elkaar zo nóg beter kennen. Voorzichtig kun je dan ook alweer vooruitkijken naar het volgende seizoen.

Want ook dát hoort bij de laatste momenten van de voetbaljaargang. De coach bespreekt met zijn spelers wat goed en wat minder goed is gegaan. Wat hebben we geleerd? Waarop moeten we volgend seizoen letten? Welke verwachtingen heeft iedereen voor na de zomervakantie? En ondertussen merk je als coach dat het bij jou nu alweer begint te kriebelen...



12



De eigen club

Wat is je rol als jeugdvoetballeider binnen de club?

- Houd goed contact met medeteamleiders, ouders, trainers en jeugdbestuur:
 - stem een en ander af met de trainer van het team;
 - wissel ervaringen uit met andere leiders uit dezelfde leeftijdscategorie;
 - probeer eventuele irritaties, het liefst persoonlijk, met de betreffende persoon te bespreken. Communicatie over gevoelige zaken via e-mail kan soms anders overkomen dan de bedoeling is;
 - meld het aan het jeugdbestuur als je ergens ontevreden over bent;
 - geef niet te snel de club de schuld als er iets misgaat, voel je zelf verantwoordelijk.
- Organiseer met de vereniging een spelregelavond in de vorm van een leuke quiz voor de teams. Zo ontdekken kinderen en ouders hoe moeilijk het is om een goede scheidsrechter te zijn en zo creëer je vanzelf respect voor de scheidsrechter.
- Vraag je teamleden naar hun ideeën over de training, de

wedstrijden, het organiseren van toernooitjes bij de club.

- Stel de club voor dat de aanvoerders van de junioren een paar keer per jaar bij elkaar komen om hun eigen wensen kenbaar te maken: een soort jeugdraad. Zo betrek je de jonge spelers nog meer bij de club.



Colofon

Uitgave:

Een uitgave van de KNVB

Fotografie:

knvb.nl

Vormgeving en productie:

Vandenberg | Concept, Design & Printmedia, Maarn

