

Iedereen heeft

Voetbaltalent

nummer **23**

GEEN TALENT MAG VERLOREN GAAN



Twin Games

SBV Excelsior
Marco van Lochem
'Breed draagvlak'

PSV
Tim Wolf
'Eerlijker opleiden'

Marco van Lochem over de Twin Games bij SBV Excelsior

Zorgen voor een breed draagvlak

In dit KNVB-katern vestigen we de aandacht op Twin Games, waarmee zowel de KNVB als diverse clubs een pilot hebben gedraaid in het seizoen 2014/2015. De Voetbaltrainer laat twee BVO's aan het woord, die vertellen over de plek die deze spelvorm heeft binnen hun opleiding.

In dit eerste verhaal spreken we met Marco van Lochem, Hoofd Opleiding bij SBV Excelsior, over de wijze waarop zij het principe van Twin Games integreren in de jeugdopleiding. Of beter gezegd: al enkele jaren vooral in kleine partijvormen geïntegreerd hebben tijdens trainingen. Naast de vele voordelen die Twin Games nu al in het kader van opleiden biedt, kijkt Van Lochem vooruit: "Heel Nederland

moet hier aan mee gaan doen."

Marco van Lochem (in het bezit van TC I senior en jeugd) is al zestien jaar Hoofd Opleiding bij SBV Excelsior, de club waar hij ook vijftien jaar de A1 training heeft gegeven. De jeugdopleiding leverde in die

periode al meer dan negentig jeugdspelers aan Feyenoord, vijfentwintig aan andere BVO's en dertig spelers aan het eerste team. Dankzij de club

krijgt Van Lochem ook de gelegenheid om in andere werelddelen trainingen en lezingen te geven, waardoor hij inzichten over het voetbalspel opdoet vanuit een andere cultuur dan de Nederlandse.

Noodzakelijk

Marco van Lochem: "De noodzaak

'In Nederland worden we nu wakker geschud, omdat meer winnen en beter verdedigen ineens speerpunten zijn'

voor een spelvorm als de Twin Games zagen we bij Excelsior al een jaar of vier geleden. We spelen al langere tijd in toernooivormen met onze samenwerkingspartners, waarbij we elementen van de situaties vroeger, toen je gewoon op straat voetbalde in

kleinere groepen, terug laten komen. Op straat kwam je vaker aan de bal, scoorde je meer en moest je constant beslissingen nemen en duels uitvechten in kleinere ruimtes. Ook de regels bedacht je zelf. Een partijtje van de drie beste spelers tegen de vijf mindere was geen uitzondering. In Nederland worden we nu wakker geschud, omdat meer winnen en beter verdedigen ineens speerpunten zijn en we kinderen vooral betere keuzes moeten leren maken in kleine ruimtes. Het lijkt nu alsof een aantal grotere clubs de nieuwe spelvorm Twin Games bedacht heeft, maar het principe bestaat natuurlijk al veel langer. Denk aan het

spelen in kleine partijen, in toernooivormen of Futsal."

Maatschappelijk

Marco van Lochem: "Er vindt een verschuiving plaats van het spelen in



Foto's: SBV Excelsior





grote vormen naar het spelen in kleine vormen. In die verschuiving vind ik het essentieel dat we de amateurclubs mee gaan nemen. De gedachte achter Twin Games zal heel breed gedragen moeten worden en ook amateurclubs moeten de voordelen ervan gaan inzien. In de praktijk betekent Twin Games op de eerste plek dat veel meer kinderen aan het voetballen kunnen komen. In de huidige situatie speel je met de Onder 9 en Onder 10 wedstrijden 7:7 op een half veld. Als je dat tegelijkertijd zou doen spelen er dus 28 voetballertjes op een heel speelveld. Maar bij Twin Games spelen we in diezelfde leeftijdsgroepen 6:6, in vier kwarten van het veld. Dat betekent dat we in dezelfde tijd en op hetzelfde veld maar liefst 48 voetballertjes kunnen laten spelen. Als je die stijging doortrekt naar Nederland, dan praat je dus over misschien wel 10.000 spelers verdeeld over de meer dan 2500 clubs. Al die kinderen kunnen dan meer voetballen dan dat nu het geval is. Meer kinderen laten voetballen betekent automatisch dat de wachtlijsten bij sommige clubs verdampen en er meer talent ontwikkeld wordt. Bovendien gaan kinderen dan meer bewegen en daarmee raak je gelijk een maatschappelijke doelstelling.”

Aantallen

Marco van Lochem: “In Nederland wordt er steeds meer nagedacht over wat nu precies de beste manier van opleiden is. En ook in welke aantallen dat dan zou moeten. Wat Twin Games betreft spelen we 6:6 bij de Onder 9 en Onder 10. Bij de Onder 11 en Onder 12 spelen we 8:8 en daarna gaan we pas

bijvoorbeeld een schijnbeweging aanleert. Dat hij op een later moment leert om te spelen in grotere ruimtes past dan veel beter.”

Stimuleren

Marco van Lochem: “Stel ik ga uit van zo’n acht topopleidingen in Nederland. Bij die opleidingen is het vast

‘Door Twin Games kunnen meer kinderen voetballen, dus is er meer talentontwikkeling mogelijk’

over naar het reguliere 11:11. Clubs die geen Twin Games spelen, hantieren meestal 7:7 in de Onder 9/10, gaan naar 9:9 in Onder 11/12 en uiteindelijk naar 11:11. Ik denk dat dat niet te verkopen is. Met name in de Onder 9 en Onder 10 (E-pupillen) zijn de ruimtes in 7:7 op een half veld gewoon veel te groot. Om over 11:11 op een heel veld nog maar te zwijgen. Ooit is dat waarschijnlijk bedacht zodat spelers ruimtelijk inzicht konden ontwikkelen. Maar ik vind het, zeker gelet op het opleiden volgens een doorlopende leerlijn, bij de Onder 9 veel belangrijker dat een speler in de kleine ruimte

mogelijk om in de Onder 12 al 11:11 te gaan spelen. Maar in het gros van de opleidingen in Nederland spelen spelers, en dan praten we dus over zo’n 400.000 voetballertjes, die dat gewoon niet goed genoeg beheersen. Of gewoon te weinig de bal raken. Van de zeventig minuten dat een wedstrijd in de C-junioren duurt, raakt een speler misschien anderhalve minuut daadwerkelijk de bal. De overige 68 minuten rent hij achter een bal aan. Dat is vreemd. Hetzelfde trouwens geldt voor het principe 4:4. We willen aan de ene kant dat de keeper bij het voetbal betrokken wordt, maar gaan



vervolgens wel 4:4 spelen zonder keepers. Dat is natuurlijk een vreemde gedachte. Bij Twin Games speel je én in een kleine ruimte én met keepers. Je laat kinderen meer fysieke duels aangaan en ze moeten meer en snel-

lere beslissingen maken. Het scorend vermogen moet je juist in de jongere leeftijdsgroepen al stimuleren en via Twin Games gebeurt dat.”

Beïnvloeden

Marco van Lochem: “SBV Excelsior heeft tien amateurclubs waar we mee samenwerken. Met deze clubs houden we een aantal keer per jaar een toernooi waarin we volgens het Twin Games-principe spelen. Afgelopen jaar hebben we daar met KV Mechelen ook een internationale deelnemer aan toegevoegd. We gaan het stadion in en maken dan vier veldjes. Door het spelen van dit soort toernooien probe-

simpel, maar dat is het ook. Spelers vinden het daardoor leuker en de kans is daardoor groter dat ze op latere leeftijd ook nog lid blijven van de club. Dat levert weer extra inkomsten op.”

Gedragsverandering

Marco van Lochem: “Bij de spelers zelf merk ik bij Twin Games duidelijke verschillen ten opzichte van het reguliere 7:7 of 11:11. Doordat ze nu spelen in kleinere ruimtes is het enthousiasme om te spelen een stuk groter. ‘Ik krijg nu veel vaker de bal’, ‘Ik moet sneller de bal verplaatsen omdat er eerder druk op me wordt gezet’, ‘Mijn eerste aanname was niet

Wat is Twin games precies?

In de lagere leeftijdsgroepen wordt in plaats van het reguliere 7:7 op een half veld, gekozen voor Twin Games. Het halve veld wordt in twee veldjes verdeeld, waarop twee keer 6:6 wordt gespeeld.

Vervolgens worden naast elkaar twee wedstrijden gespeeld en de scores die beide partijen behalen, worden bij elkaar opgeteld. Bij pauzes kunnen twee van de vier subgroepen van speelveld wisselen, zodat iedereen tegen elkaar speelt. Na afloop worden de scores van beide Twin Games bij elkaar opgeteld en wordt de einduitslag bepaald. Coaches mogen onbeperkt wisselen tussen de (velden van de) Twin Games en er is geen scheidsrechter.

‘Het speelveld voor E-pupillen bij 7:7 is veel te groot’

ren we de clubs te beïnvloeden, zodat ze zelf ook vaker Twin Games gaan spelen. Bij veel van die amateurclubs is het in Onder 9 of Onder 10 nu nog normaal om maar gewoon 8:8 te gaan spelen. Of soms zelfs nog het achterhaalde 7:7 op een half speelveld. Maar je kunt op datzelfde veld dus ook twee keer 6:6 spelen. Dan spelen er 24 spelers in plaats van 14 of 16. Het klinkt

goed en daardoor ben ik nu de bal kwijt’, et cetera. Maar wat je nu dus óók ziet is dat er langs de lijn een gedragsverandering plaatsvindt. Ik hoor geen onvertogen woord door ouders. Dit komt doordat we enerzijds van tevoren duidelijk gemaakt hebben dat er geen scheidsrechter is en dat het aan de spelers zelf is om situaties op te lossen. Degene met de grootste

Overzicht leeftijdscategorieën Twin Games

BVO	AANTALLEN	SAMENSTELLING	VELD (in meter)	BAL	DOEL (in meter)
08	6 tegen 6	5 spelers + 1 keeper	42 x 30	3	1,5 X 4
09	6 tegen 6	5 spelers + 1 keeper	42 x 30	4	1,5 X 4
010	6 tegen 6	5 spelers + 1 keeper	42 x 30	4	1,5 X 4
011	8 tegen 8	7 spelers + 1 keeper	56 x 38	5	1,75 X 5

mond is de scheidsrechter, net zoals dat vroeger op straat het geval was. Dan komt er ook een stukje bravoure om de hoek kijken. We houden nu ook toernooien speciaal voor jongens die geboren zijn in de periode juli-december, zodat je ook op mentaal en fysiek vlak goed kunt vergelijken. We moedigen amateurclubs aan om hetzelfde te doen en dan gebeuren er mooie dingen. Die clubs gaan teams anders indelen en spelers anders bekijken. Ineens staan er andere spelers op, die veel beter blijken te zijn dan dat in eerste instantie gedacht werd. Dat zijn zaken die we amateurclubs willen aanreiken. De volgende stap wordt dat heel Nederland op één lijn komt.”

Afwijkende regels

- Niet ingooien, maar intrappen; dit ter bevordering van snelheid in het spel
- Terugspeelbal mag door keepers niet in de handen worden gepakt; zij leren zo van jongs af aan mee te voetballen
- Uitbal mag worden ingespeeld en ingedribbeld, maar niet direct op goal worden geschoten
- Herhaaldelijke overtredingen door dezelfde speler betekent 5 minuten naar de kant (het team gaat verder met een man minder). Deze maatregel leert jonge spelers om vooral positioneel en op techniek te verdedigen

Marco van Lochem: “Ik vind dat bovenstaande regels altijd in samenspraak en ter beoordeling zijn van de beide trainers.”

Verandering

Marco van Lochem: “Omdat we bij SBV Excelsior al een tijd bezig zijn met deze toernooivormen in kleinere ruimtes, zien we daarin ook alweer zaken die verbeterd zouden kunnen worden. Wat je nu namelijk veel ziet,

gepraat over opleiden en ook over manieren waarop het anders en beter zou kunnen. Ik merk bij de KNVB zeker de afgelopen twee jaar dat de trein wat dat betreft echt is gaan rijden. De daad wordt bij het woord gevoegd en dat is absoluut een compliment waard. Het

‘Ook langs de lijn vindt een gedragsverandering plaats’

is dat er gelijk hoog druk wordt gezet zodra er een doelpunt gevallen is. De keeper van de tegenpartij heeft amper tijd om de eerste bal op een verdediger te spelen, omdat iedereen onder druk staat. Als een ploeg dat slecht uitspeelt, staat het binnen de kortste keren 4-0. Dus wat doet zo’n keeper? Die gaat de ballen maar lang geven op de spitsen. De vraag is of je dat moet willen. Een bijkomend nadeel van dat hoge tempo in het drukzetten is dat de ploeg die zojuist gescoord heeft dus niet leert wannéér er precies druk gezet moet worden. Ze doen het namelijk de hele tijd. Ik zou daarom wel willen pleiten voor een soort omschakelmoment, een regel dat je na een doelpunt eerst achter een lijn moet komen/blijven, zodat de ploeg die zojuist een doelpunt tegen heeft gekregen de tijd krijgt om in elk geval de eerste bal op een verdediger te spelen. Bij 9:9 en D-pupillen die vanaf de zestienmeter de achterbal nemen zie je hetzelfde probleem ontstaan. Iedere trainer of club zou hier een standpunt over in moeten nemen.”

Besef

Marco van Lochem: “Ik ben nu zestien jaar Hoofd Opleiding bij SBV Excelsior. In al die jaren is er in Nederland veel

is nu echter wel zaak dat we draagvlak voor Twin Games in Nederland zo hoog mogelijk laten zijn. We (de KNVB en BVO’s) zullen met name bij die amateurclubs het besef moeten doen groeien dat je via het principe van Twin Games meer en betere resultaten boekt. Om over het plezier dat spelers eraan hebben nog maar te zwijgen.”



KNVB: ‘Samenwerkingsverbanden juichen wij toe’

Remy Reijnierse: “Omdat de KNVB verantwoordelijk is voor de competities denken wij mee met clubs die Twin Games zijn gestart. De eerste stappen in dat meedenken hebben vooral betrekking gehad op de BVO’s. Met hen zijn we een traject ingegaan, we kijken nu wat er goed gaat en wat er nog beter kan. Een volgende logische stap zou zijn om ook de amateurclubs mee te nemen. Enkele BVO’s hebben al samenwerkingsverbanden met amateurclubs en wij juichen dat alleen maar toe. De KNVB is positief gestemd over de eerste ontwikkelingen omtrent de Twin Games. Buiten het feit dat er binnen de lijnen meer gevoetbald wordt, zien we ook daarbuiten de voordelen. Clubs zijn op een goede manier met elkaar in gesprek over het opleiden van spelers in Nederland.”

Trainingsvorm

Doel

- in overtal- en ondertalsituaties komen in het aanvallen en verdedigen.

Organisatie

- er wordt in 4 veldjes 6:6 gespeeld op een heel speelveld
- per veldje 4 pylonen om een veld mee uit te zetten
- per veldje 2 grote doelen
- per veldje voldoende ballen rondom het veld
- per veldje 10 hesjes in 2 verschillende kleuren

Coaching gericht op aanvallen

In deze vormen let je aanvallend gezien op het vrijlopen van spelers. Het groot maken van het veld, zowel in lengte als breedte en op het doorbewegen. Je let op het inspelen op het juiste been en de goede snelheid van de pass. Gedetailleerder let je op de eerste aanname. Kan de speler de bal gelijk goed leggen, zodat hij snel door kan spelen? Ten slotte ontstaan er veel duels 1:1, waarbij het belangrijk is dat deze op snelheid worden aangegaan.

Coaching gericht op verdedigen

In deze vormen let je verdedigend gezien op het laag zitten door de knieën. Je coacht spelers dat ze proberen om zó te gaan staan dat de tegenstander gedwongen wordt over het sterke been heen te passeren. Het maken van schijnaanvallen op de bal is een aandachtspunt, net als het vooruit durven verdedigen. Zeker op de eigen helft moet je in duels willen komen. In het geval dat er in een ondertal verdedigd wordt, let je op het ophouden en het aan de binnenkant verdedigen.

Variaties per veldje

- Veld 1: partijspele 6:6
- Veld 2: het uitspelen van 3:2 in stroomvorm. De trainer kan de bal naar de drie verdedigers spelen, zodat

zij kunnen starten met opbouwen en het tweetal moet samenwerken om de bal te veroveren.

- Veld 2: De trainer kan de bal ook naar de twee aanvallers spelen, zodat zij moeten aanvallen tegen drie verdedigers.
- Veld 3: het uitspelen van 3:2 waarbij er ingedribbeld kan worden in het vak over de middenlijn. Daar ontstaat dan 3:3. Eventueel kun je hierbij een terugsprintende spits laten spelen zodat er sneller gehandeld moet worden door de ploeg in balbezit.
- Veld 4: na een doelpunt, achterbal of uitbal speelt de coach een bal in op het tweetal, die dan 2:2 spelen in het andere vak. Er mag een spits van de tegenpartij (zie looplijn) mee terugverdedigen, zodat er sneller gehandeld moet worden.



Tim Wolf over de Twin Games bij PSV

Beter en eerlijker opleiden

Dit KNVB-katern vestigen we de aandacht op Twin Games, waarmee zowel de KNVB als diverse clubs een pilot hebben gedraaid in het seizoen 2014/2015. De Voetbaltrainer laat twee BVO's aan het woord, die vertellen over de plek die deze spelvorm heeft binnen hun opleiding.



Foto's: PSV

In dit tweede verhaal spreken we met Tim Wolf, jeugdtrainer bij PSV, over de wijze waarop zij het principe van Twin Games integreren in de jeugdopleiding. PSV is nauw betrokken bij het proces van de totstandkoming van Twin Games en ziet als geen ander verschillen en verbeteringen ten opzichte van het reguliere 7:7 of 8:8: "Ook de fysiek minder sterke spelers kunnen zich nu ontwikkelen."

Aanleiding

Tim Wolf: "De PSV-jeugdopleiding is in het seizoen 2014/2015 gestart met de Twin Games. De belangrijkste aanleiding voor het starten van de Twin Games was de jaarlijks terugkerende

interne discussie: Wanneer moeten we starten met het spelen op grotere speelvelden? Bij PSV vond deze overgang plaats bij de Onder 11. Dus van spelers van 10/11 jaar oud verwachten we dat zij hetzelfde veld (kunnen) bespelen als de gelouterde en getrainde professionals in de Champions League of op een EK/WK. De belangrijkste reden waarom we destijds overstapten op een groot veld was de wedstrijdweerstand. In de jongste leeftijden, dan praten we over Onder 9 en Onder 10, werd er regionaal gespeeld tegen de betere amateurclubs of tegen BVO's die redelijkerwijs qua afstand te bereiken waren. Het probleem was dan het grote verschil in

kwaliteit. Om spelers zo goed mogelijk te ontwikkelen moest de weerstand omhoog, vandaar dat we besloten om met de Onder 11 tegen een oudere leeftijdscategorie te gaan spelen. Gevolg van die beslissing was dus dat er op een groter veld gespeeld moest worden. De voetbalweerstand was ook toen nog niet optimaal, maar de fysieke weerstand compenseerde dat. Uiteindelijk bleek het verschil in wedstrijdresultaat niet eens zo groot. Maar een ideale situatie vonden we het niet."

Grote veld

Tim Wolf: "De vraag over wanneer te starten met het spelen op een

groter speelveld bleef leven bij PSV. Met daaronder vooral de vraag: hoe kunnen we nu op basis van kwaliteit van het voetbal toch stappen maken, waarbij de fysieke weerstand minder bepalend is? Want spelers die sneller volgroeid waren of die een duidelijke fysieke voorsprong hadden ten opzichte van de rest, bleken duidelijk in het voordeel. Er moesten immers grote afstanden tijdens de wedstrijden worden afgelegd. De kleinere spelers ontwikkelden zich beduidend minder, omdat zij erg veel moeite hadden met het bespelen van dat grote veld. Mede door de afstanden op het veld kwamen deze spelers tot veel minder balcontacten tijdens de wedstrijden. Op de velden om ons heen zagen we een tendens ontstaan. De spelers

toch gewonnen worden?”

Basis

Tim Wolf: “Op trainingen werd beduidend beter rekening gehouden met fysieke verschillen. Maar ondanks dat er veel in kleine ruimtes werd getraind, werden de spelers op de wedstrijddag weer geconfronteerd met de fysieke weerstand en grote afstanden op het veld. Gelukkig waren er meerdere clubs met dezelfde gedachtegang over de jongste leeftijdscategorieën en de problemen die daar ontstonden als je praat over opleiden. Deze clubs hebben elkaar vervolgens opgezocht en waren het dan ook snel met elkaar eens. Wanneer we stappen willen maken binnen de kwaliteit van voetbal, moeten de speelvelden aangepast

wilde hierin meedenken, waardoor er op nationaal niveau werd besloten dat er een nieuwe competitie opgericht zou worden voor de jongste jeugdteams op BVO-niveau. Een competitie waarbij iedere BVO de Onder 9, 10 en 11 mocht inschrijven. Ergens is het wel opvallend dat we deze stap nu pas in Nederland gezet hebben. In België, Duitsland en Spanje spelen ze al jaren met de jongste leeftijdscategorieën in kleine aantallen (5:5, 6:6, 7:7, 8:8) op kleine (aangepaste) velden.”

Uitrusten

Tim Wolf: “Met de nieuwe competitie zou direct gestart worden in seizoen 2014/2015. Bij Twin Games wordt er, op een half veld, dus met twee teams gespeeld in plaats van één. Het direct zichtbare resultaat is dat spelers veel meer balcontacten hebben, minder wissel staan en het voetbalspel veel intensiever beleven. Een wissel is niet langer een teleurstelling, maar juist een periode om uit te rusten. De kleinere aantallen op aangepaste kleine speelvelden leveren voor de mensen die de wedstrijdje bekijken ontzettend veel spektakel op. Uitslagen van 25-24 zijn geen uitzondering, hetgeen absoluut ten goede komt aan de spelvreugde van deze jonge spelers. Naast spelvreugde gaat ook de kwaliteit van het voetbal omhoog. Spelers die op het grote veld minutenlang de bal niet aanraakten, worden tijdens Twin Games continu geconfronteerd met duels met directe tegenstanders. Door de vele balcontacten worden spelers vertrouwd en vaardiger aan de bal. Ook het tempo van het spel is enorm omhoog gegaan door aanpassingen in

‘De spelers die fysiek gezien minder ontwikkeld waren, werden steeds verder naar de achtergrond geduwd’

die fysiek gezien minder ontwikkeld waren, werden steeds verder naar de achtergrond geduwd, vaker gewisseld, of mochten zelfs helemaal niet meespelen. Want de wedstrijden moesten

worden. Spelers zijn tot hun twaalfde/dertiende levensjaar motorisch het best te ontwikkelen, waardoor ze in deze leeftijdscategorieën juist zoveel mogelijk balcontacten moeten hebben. In die leeftijdscategorieën wordt vervolgens de belangrijke technische basis gelegd voor het vervolg van de voetbalcarrière van de speler.”

Stap

Tim Wolf: “De ideeën die geopperd

‘In België, Duitsland en Spanje spelen ze al jaren met de jongste leeftijdscategorieën in kleine aantallen op kleine velden’

werden tijdens deze bijeenkomsten zorgden ervoor dat een aantal clubs dicht bij elkaar kwam over een nieuwe competitieopzet. Ook de KNVB

de spelregels. In plaats van een ingooi dribbelt een speler in. Het spel golft op en neer en daardoor worden spelers in de omschakeling bevroegd. Dus ook

Tim Wolf liep tijdens het CIOS stages bij UDI'19 en RKC Waalwijk. Bij die laatste club trainde hij zelf het elftal voor spelers onder 10 jaar. Bij PSV werkt hij vanaf 2009. De eerste drie jaar trainde en coachte hij er de Onder 10. Sinds 2012 is hij trainer-coach van PSV onder 11 en assisteert hij bij Onder 13 t/m Onder 17. Ook buiten het veld heeft Wolf diverse taken bij de Eindhovense club. Zo is hij Coördinator Video-analyse Jeugd en Coördinator Talentenplan. Zelf speelt Tim Wolf nog in het eerste elftal bij UDI'19 uit Uden.





mentaal gezien kent Twin Games een voordeel. Spelers moeten veel meer keuzes maken en sneller handelen. Ze worden sterker bevraagd op het verzinnen van oplossingen. In het begin

gemaakt kunnen worden op basis van geboortemaand. Dan laat je de vroegrijpers tegen elkaar laat spelen op het ene kwart van het veld en de laatbloeijs tegen elkaar op het an-

creatief spelers situaties oplossen, zonder dat dit vanaf de kant allemaal voorgezegd wordt door een leider of een trainer. Ook over de speelduur zijn onderling goede afspraken te maken. Zo staat er in de reglementen dat er 4 x 15 minuten gespeeld wordt. Je speelt twee keer een kwartier tegen het ene team van de tegenstander en twee keer een kwartier tegen het andere team. Hierin kun je variëren. Stel dat je veel spelers bij je hebt of je ver hebt gereisd, dan kan er ook wat langer gespeeld worden. We merken dat clubs en trainers flexibel zijn in deze afspraken en het onderlinge contact is goed."

'Een wissel is voor spelers een moment om uit te rusten'

gaf ik aan dat de fysiek sterke speler op een groot veld duidelijk in het voordeel is. Bij Twin Games valt dat fysieke voordeel, doordat er op een kleiner veld gespeeld wordt, juist wat weg. Ook de fysiek minder ontwikkelde speler kan zich nu gelijkwaardig ontwikkelen."

Maatwerk

Tim Wolf: "De kracht van de nieuwe competitieopzet is dat de regels gemakkelijk aan te passen zijn naar de behoeften van de spelers. Zo wordt er in de competitieopzet met dezelfde leeftijden tegen elkaar gespeeld. Maar hierin zou door onderling contact tussen trainers een teamindeling

dere kwart. Afgelopen december vond er een Twin Games-toernooi plaats bij ons op De Herdang, waarbij alle deelnemende clubs twee teams hadden geformeerd: één team met spelers geboren van januari tot juni en een team met spelers die geboren zijn van juli tot december."

Afspraken

Tim Wolf: "Dat er bij Twin Games zonder scheidsrechters gespeeld wordt, was in het begin met name voor de begeleiders nog erg wennen. De spelers regelen alles zelf binnen het veld, net zoals dat vroeger op de straat ook gebeurde. Het is erg leuk en goed om te zien hoe sportief en

Evenredig

Tim Wolf: "In de Twin Games-competitie worden geen ranglijsten en standen bijgehouden. Hierdoor staat de ontwikkeling van het kind centraal in plaats van het winnen van een wedstrijd. Een automatisch gevolg daarvan is dat spelers nu wél evenredig gewisseld worden en zelfs op meerdere posities in het elftal mogen spelen. Het begeleidingsteam hoeft zich nu minder zorgen te maken om

het resultaat, maar kan kiezen wat het beste is voor het kind. Tot nu toe zijn onze ervaringen erg positief. Voor jonge spelers is spelvreugde erg belangrijk en dat hebben ze bij het

‘Men kan nu kiezen wat het beste is voor het kind’

spelen van Twin Games. Kinderen hebben een duidelijk actiever rol tijdens wedstrijden, waardoor ze zich individueel sneller kunnen ontwikkelen. Mede door de positieve ervaringen wordt er in 2015/2016 gestart met een 8:8 competitie Twin Games bij de Onder 12. Uiteraard doen wij daar aan mee.”



Talentenplan PSV

Binnen het talentenplan van PSV (Onder 9 t/m Onder 12) hebben we twee duidelijke doelstellingen uitgesproken:

- We willen spelers technisch optimaal scholen, met de nadruk op tweebeinigheid
- We willen plezier in voetbal benadrukken en stimuleren

Tim Wolf: “Twin Games zijn een prima voorwaarde om te komen tot meer kwaliteit binnen het voetbal. Maar nog steeds zijn de clubs en begeleidingsstaf van de jongste groepen bepalend. Wat wordt er van spelers verwacht als zij wedstrijden spelen? Wordt er gespeeld om snel resultaat te halen? Durft men geen risico's te nemen en wordt de bal gewoon naar voren geschoten? Of wordt er gespeeld om spelers beter te maken, nieuwe dingen laten ervaren en proberen? Dit laatste is essentieel als het gaat om de kwaliteit binnen het voetbal te vergroten en het ontwikkelen van jonge jeugdspelers te verbeteren. Bij Twin Games is het, mits je het dus met de juiste intenties speelt, mogelijk om beide doelstellingen te halen. Enerzijds doordat spelers veel van positie rouleren in kleine ruimtes, waardoor het gebruik van beide benen wordt gestimuleerd. Door de vele balcontacten, het enorme tempo en het maken van veel doelpunten wordt het plezier vergroot. De directe resultaten van Twin Games, wanneer je praat over opleiden, zijn nog niet zichtbaar. Daar zijn we nog te kort voor bezig. In Spanje geniet men al een tijd van de kleinere technisch vaardige spelers als Xavi en Iniesta. We hopen dat Twin Games op den duur gaat zorgen voor meer technische en creatieve spelers in het Nederlandse voetbal.”



- Formatie bij 6:6 is 1-2-1-2 (veel driehoeken)
- De afmetingen van het veld zijn 42 meter bij 28 meter



- Formatie 1:3:1:3 (A) of 1:2:2:3 (B)
- Je kunt spelen met twee centrale verdedigers of met het doorschuiven van een centrale verdediger naar het middenveld
- De afmetingen van het veld zijn 56 meter bij 38 meter

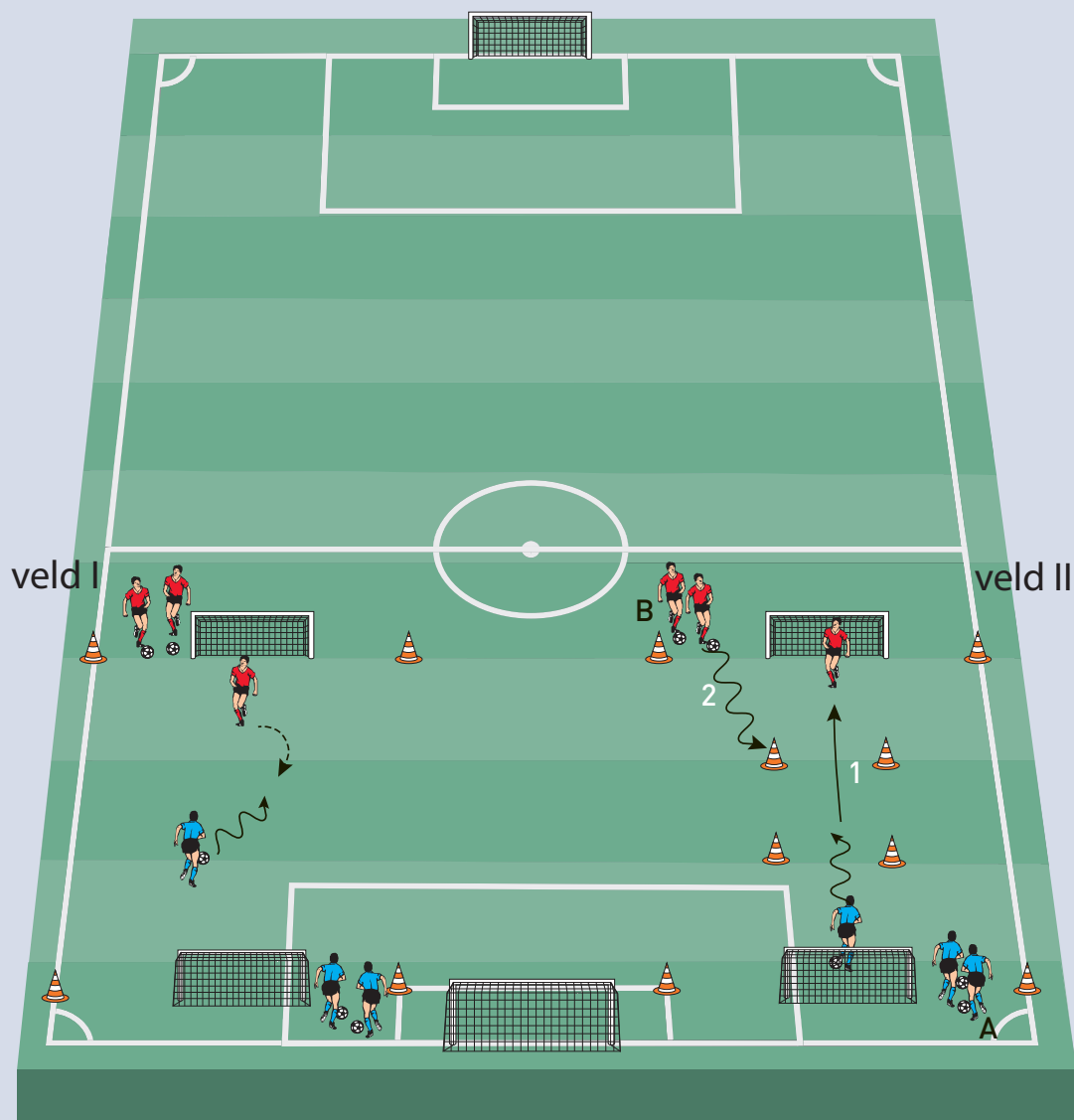
Trainingsvorm

I: Duel 1:1 of 2:2 met omschakelen

- Twee teams spelen 1:1 of 2:2
- Alle spelers staan in de rij klaar met een bal
- Een aanvaller dribbelt in en een speler van de tegenpartij verdedigt het doel
- Regel 1: zodra de bal over de zijlijn gaat, brengt het team dat recht heeft op de bal een nieuwe speler in het veld. De verdediger blijft staan
- Regel 2: zodra de bal over de achterlijn gaat, komt er een speler van de tegenpartij in het veld

II: Scoren met omschakelen

- Speler A dribbelt en schiet vanuit het vak
- Speler A rent vervolgens achteruit om zijn doeltje te verdedigen
- Speler B mag starten met indribbelen richting het vierkant, zodra er door speler A is geschoten
- Speler B probeert nu te scoren in het doeltje van speler A
- Speler A probeert de bal nu tegen te houden
- Regel 1: na het schieten verdedig je eerst je eigen doel en sluit daarna pas achteraan in je groep



Een selectie uit onze webshop

Boeken



De Voetbal-
methode - Henk
Mariman. Set
van 4 boeken
€ 85,-

Speelstijl en
Trainingsvormen
Set 2 delen
+ DVD
€ 42,-



Serie Aanvallen
en Verdedigend
Voetbal
Set 2 delen
€ 40,-



Voetbal-
training - 180
praktische
oefeningen
€ 19,50



De coach en
zijn keeper
€ 22,50

Zone
voetbal
€ 22,50



Teambuilding
als route naar
succes
Rinus Michels
€ 27,50

DVD's



Topcoaches@work
deel 1 t/m 5 € 75,-



Topcoaches
@Work
Deel 6/7 en
deel 8
per dvd € 19,50



Keeperstraining Compleet
Maarten Arts € 29,50

Trainersmaterialen



Coach-
boekjes
vanaf
€ 5,95



Trainers
mappen
vanaf
€ 18,-



Phillip Cocu de beste trainer, oevreprijs bondscoach Hiddink

Veelzijdige editie Trainerscongres

Jaarlijks organiseren de vereniging Coaches Betaald Voetbal en de Vakbond Voetbal Oefenmeesters Nederland, in een drachtige samenwerking met de KNVB en dit vakblad, het Nederlands Trainerscongres. Op 15 mei vond de dertiende editie plaats in het IJssel Delta Stadion in Zwolle, sinds enkele jaren de locatie voor deze inspirerende dag waarop ook de prestigieuze Rinus Michels Awards werden uitgereikt.

Liefst veertienhonderd bezoekers bevulden ditmaal de tribunes van het stadion van PEC Zwolle, in ieder geval in recente jaren een absoluut record. Mede-organisator Gerard Marsman, directeur van CBV, toonde zich na afloop dan ook een tevreden man: "Het was een prima dag. Na enkele edities waarbij best wat kanttekeningen geplaatst konden worden, hebben we vorig jaar en ook dit jaar sterke congressen neergezet."

PSV onder 17

De dag begon met een demonstratie door de PSV-jeugdopleiding, die met haar Onder 17-groep naar Zwolle was gekomen en waarbij de nadruk lag op het coachen van verschillende linies. Hoofd Opleiding Art Langelier had daarom een heel bataljon aan trainer-coaches meegenomen, die de spelers in eerste instantie in drie verschillende vormen begeleiden. Hierin werd zeer duidelijk op welke manieren de

verschillende competenties getraind kunnen worden, waarbij innovatieve technieken werd ingezet. Daarna, tijdens het grote partijtje, was Langelier met zijn mensen daarom in staat om spelers individueel, of in kleine groepjes gericht te coachen. Opvallend in de aanpak van PSV was het vrijwel ontbreken van de situatieve stop tijdens de oefeningen. Langelier daarover: "Dat doen we eigenlijk niet meer. We vinden het niet passen in ons streven om een veilig sportklimaat te creëren. Een speler die 'en groupe' aangesproken wordt, kan zich in zijn hemd gezet voelen." Het stond in schril contrast met de aanpak van Ajax-trainers Andries Ulderink en Jaap Stam later op de dag, die zich juist groot voorstander van deze methodiek toonden. Stam: "Sterker nog, ik vind het absolute noodzaak. Alles wat je tegen een speler zegt, heeft ook weer consequenties voor een andere speler. Daarom moet dit vaak groepsgewijs



Foto's: Pro Shots



gebeuren. Mits je maar inhoudelijk blijft en nooit een speler afbrandt."

Feyenoord onder 13

Ook opvallend was de aanpak van de Feyenoord Academy, die onder meer voormalig international Gaston Taument had afgevaardigd met diens Onder 13-formatie. Feyenoord vaart in tegen de algemeen toegepaste me-

thode dat de ruimtes waarin spelers worden opgeleid, steeds kleiner gemaakt worden: "Als je telkens maar in heel kleine ruimtes speelt, mis je naar onze mening enkele belangrijke aspecten van het voetbal waarmee je jonge spelers dus niet bekend maakt. Denk daarbij aan de breedte en de diepte van het veld, die er vrijwel niet is. Daardoor leren spelers de mogelijkheden niet kennen, die een groot veld wel degelijk biedt. En dat ze door gebrek aan kracht de afstanden nog niet goed kunnen overbruggen, maakt ze creatief: ze gaan andere mogelijkheden zoeken."

Feyenoord bracht zijn uitgangspunten tijdens de demonstratie terug tot een serie startoefeningen, waarbij de eenvoud maar ook de doelmatigheid van die aanpak opviel. Een aanpak die in ieder geval discussie opende over een aantal innovatieve geluiden die te horen zijn, maar ook aansloot bij de mogelijkheden van bijvoorbeeld amateurclubs. Ook prettig, omdat het Trainerscongres dit jaar meer dan ooit vooral door amateurtrainers bezocht werd.



Athletic Skills Model

Na de pauze was het veld ingeruimd voor een interessant onderdeel, zo op het oog ver weg van voetbal: het Athletic Skills Model. Maar schijn bedriegt. Initiatiefnemer René Wormhoudt, ook bekend van zijn werk als fysieke trainer bij Ajax en het Nederlands elftal, legde uit op welke wijze jonge spelers lichamelijk beter getraind kunnen worden: "Het is een gegeven dat we spelers tegenwoordig fysiek minder sterk binnen krijgen dan vroeger. De motoriek laat vaak te wensen over. De redenen zijn duidelijk, de vrijetijdsbesteding is de afgelopen decennia drastisch gewijzigd. Daarom is het belangrijk om jonge spelers breed te ontwikkelen op dit vlak." Binnen het Athletic Skills Model kiest Wormhoudt daarbij voor veel andere sporten: volleybal, badminton, judo, zelfs frisbeeën. De spelers van PEC Zwolle onder 17 moesten er duidelijk even aan wennen, maar het plezier leed er zeker niet onder.

Jong Ajax

De boeiende dag werd besloten door Jong Ajax, dat een demonstratie gaf waarin de nadruk lag op het veroveren van de bal aan de zijkant van het veld, en daarna snel omschakelen naar de aanval. De trainers Andries Ulderink en Jaap Stam worden met dit team in de Jupiler League regelmatig geconfronteerd met de keerzijde van het gegeven dat Ajax-spelers in de jeugd vaak boven hun leeftijdsgenoten uitsteken: "Zelfs op Jupiler League-niveau worden er opeens heel andere vaardigheden van onze spelers verwacht, kwaliteiten die ze zeker ook nodig zullen hebben indien ze de stap naar het eerste elftal maken. Je ziet dat ze hierin vaak nog scholing nodig hebben."

Rinus Michels Awards

Het onderdeel dat publicitair vaak de meeste aandacht trekt op het Nederlands Trainerscongres, is de uitreiking van de Rinus Michels Awards. Zowel in het prof- als amateurvoetbal werd een onderscheiding uitgereikt voor de beste trainer, alsmede een award voor de beste jeugdopleiding in het betaalde voetbal en een stimuleringsprijs voor de jeugdopleiding. Phillip

Cocu werd door zijn collega's in het betaalde voetbal verkozen tot beste trainer. De prijs werd uitgereikt door Guus Hiddink, de man die hem vorig seizoen nog ondersteunde in het tumultueus verlopen jaar 2013/2014. Hiddink: "PSV kende vorig seizoen een moeilijk jaar, maar desondanks is Phillip de ingezette koers blijven volgen. Hij heeft stabiliteit getoond en daarmee is hij de terechte winnaar. Gezien ons gezamenlijke verleden, zowel als collega-trainers als in de rol trainer/speler, gun ik hem dit van harte. Ik heb de prijs zelf ook een tweetal keren gewonnen en de erkenning van vakbroeders is een enorme eer."

Hiddink spoedde zich te zeggen dat hij niets af wilde doen aan de prestaties van andere trainers in het Nederlandse betaalde voetbal: "Ook de andere genomineerden hebben bewezen hun team goed of zelfs uitstekend te kunnen laten voetballen. En dan was er met onder meer Jurgen Streppel, Erwin van de Looi en Marinus Dijkhuizen nog een aantal trainers niet genomineerd die een uitstekend seizoen hebben gedraaid. Dat is een luxeprobleem voor de vakjury. De trainers zijn echter nog relatief jong en wie weet krijgen ze nog de kans zich op een hoger podium te bewijzen. De Rinus Michels Award is in mijn ogen ook geen prijs van één moment, maar van een iets langere periode."

Leo Beenhakker, evenals Hiddink voormalig trainer van zowel Real Madrid als het Nederlands elftal, dacht daar iets anders over: "Voor mij is de prijs een momentopname, geënt op het huidige seizoen. Het belangrijkste criterium daarbij is dat je het maximale uit je spelersgroep haalt, en dat heeft Cocu zeker gedaan. Maar ook bijvoorbeeld Ron Jans en Peter Bosz hebben hun ploeg dit seizoen verzorgd en aansprekend laten voetballen."

De prijs voor de beste jeugdopleiding in het betaald voetbal ging dit jaar eens niet naar Feyenoord, dat de afgelopen vijf jaar won. AZ ging er met de onderscheiding vandoor, onder meer op basis van de volgende criteria: doorstroming van spelers naar het eigen eerste elftal en de rest van



het betaalde voetbal, de stand in de competities, de levering aan nationale jeugdselecties, het aantal fulltimers dat in dienst is, de innovatieve elementen die de club toepast en de samenwerking met amateurclubs.

Hoofd Jeugdopleiding Aloys Wijnker toonde zich uitermate verheugd met de prijs: "Ik ben erg trots. We leveren al langere tijd goed werk in onze jeugdopleiding, maar de laatste jaren wordt dat ook voor de buitenwereld zichtbaar omdat we veel spelers afleveren aan het eerste elftal. Wij onderscheiden ons door de mens achter de speler en trainer te leren kennen en daarop in te spelen. Daarnaast steken we erg veel energie in het verbeteren van de kwaliteit van trainers, waarmee we op regelmatige basis ontwikkelgesprekken voeren. Daarin bespreken we wat ze als trainer willen bereiken, wat ze daarvoor gaan doen en hoe we ze daar als club bij kunnen ondersteunen."

Gerry Hamstra, Hoofd Opleiding van Vitesse, noemde AZ de logische winnaar. "Ik heb zelf op AZ gestemd. Ze blijken in een regio met veel concurrentie in staat om kwaliteit te leveren. De jeugdopleiding zit beleidsmatig en qua structuur goed in elkaar en AZ levert veel spelers aan de nationale jeugdselecties. Alle jeugdteams spelen op het hoogste niveau en er zijn dit jaar wat spelers doorgestroomd naar het eerste elftal. Over de criteria voor de nominaties kun je discussiëren. Ajax, Feyenoord en PSV hebben een relatief groot budget om mee te werken, maar er zijn clubs met minder middelen die misschien wel beter werk leveren."

De stimuleringsprijs voor jeugdopleidingen in het amateurvoetbal ging naar DVS '33. Het vlaggeschip van die club promoveerde dit jaar met een selectie die voor tweederde bestaat uit jeugdexponenten naar de Topklasse. Adrie Poldervaart, trainer van hoofdklasser vv Zwaluwen, werd verkozen tot beste amateurtrainer van het seizoen. Ook de andere vijf genomineerden waren werkzaam in verschillende hoofdklassen. Toeval, volgens Arnold Westen, voorzitter van de VVON: "Vorig seizoen waren er drie trainers uit de Topklasse genomineerd en ook als oefenmeester in bijvoorbeeld de Derde Klasse kom je in aanmerking voor de prijs. Het is lastig om uit ruim 3.000 trainers van eerste elftallen de juiste trainers te nomineren. Uiteindelijk heeft een vakjury een rangorde bepaald en heeft het aanwezige trainersgilde een stem uitgebracht."

Toen de uitreiking van de Rinus Michels Awards tot een einde leek te komen, werd Hiddink terug het podium op geroepen door presentator Kees Jansma. Daar overhandigde Beenhakker hem de oeverprijs voor zijn verdiensten voor het Nederlandse voetbal, waarmee Hiddink zich in het rijtje Kees Rijvers, Piet de Visser, Wiel Coerver, Foppe de Haan, Leo Beenhakker en Louis van Gaal nestelde. Hiddink: "De feitelijkheden zijn dat ik bepaalde kampioenschappen heb gewonnen en op bepaalde wereldkampioenschappen heb geacteerd. Maar daarnaast is er ook een niet-feitelijk gedeelte: de waardering van mensen die het voetbal een warm hart toedragen. Die komt tot uiting in deze prachtige prijs en ik moet zeggen dat ik daarvan zelfs enigszins geëmotioneerd raak." ⚽



Demonstratie Jong Ajax

De fijne kneepjes van verdedigen en omschakelen

In voetbal probeer je de wedstrijd te winnen. Dat is zo helder als glas. Dan is het prettig wanneer je de sterkste ploeg hebt. Maar om spelers te ontwikkelen, blijkt dat niet altijd een voordeel. Neem nu de verdedigers van Ajax, die in hun jeugd vrijwel nooit onder maximale druk spelen. Wat doe je dan om die talenten alsnog met de juiste weerstand te confronteren? Aan het woord Jong Ajax-trainers Andries Ulderink en Jaap Stam, de laatste ervaringsdeskundige bij uitstek.

De wet van de remmende voorsprong, dus. "Het is echt een probleem waar we doorlopend mee geconfronteerd worden", zeggen Ulderink en Stam tijdens het Trainerscongres in Zwolle, waar zij de afsluiting van het programma verzorgden: "Bij Ajax, zoals bij de andere topclubs in Nederland, beschikken we doorgaans over de beste jonge spelers die in de betreffende leeftijdscategorieën te vinden zijn. Dus vallen we doorgaans aan, en hoeven we maar weinig te verdedigen. Zijn we de bal kwijt, hebben we hem vaak snel weer terug. Dit betekent dat we andere manieren moeten vinden om verdedigen door onze verdedigers goed te ontwikkelen. Het spelen van zo veel mogelijk wedstrijden tegen sterke buitenlandse clubs is dan een mogelijkheid."

Een volgend aspect dat bij Jong Ajax aandacht verdient, is het omschakelen naar aanvallen: "Je ziet heel regelmatig dat we de bal veroveren, maar dan verzuimen om snel gebruik te maken van de ruimtes die er wel degelijk lig-

gen. Spelers, met name backs, willen dan nog wel eens te weinig initiatief nemen en te terughoudend zijn in hun loopacties. We neigen ernaar vooral 'in de bal' te spelen in plaats van in de diepte. De aanvallers lijken dan te vaak toeschouwers, zij wachten op wat er achterin en op het middenveld gebeurt in plaats van dat ze zelf direct afspeelmogelijkheden bieden."

Demonstratie

In Zwolle sloot het Ajax-duo de dag daarom af met een demonstratie van een training voor Jong Ajax die 'verdedigen en omschakelen' als thema had. De bedoeling was om de tegenstander in diens opbouw nadrukkelijk naar de zijkant te dwingen, daar de bal te veroveren en vervolgens direct naar voren te spelen.

Andries Ulderink: "De training die we hier laten zien, is echt een praktijkgeval. Wij komen dit in onze competitiewedstrijden daadwerkelijk tegen. Doordat we soms moeite hebben om na balverovering meteen vooruit te spelen, kan de tegenstander de druk bij ons erop houden. Ons resteert dan

vaak nog slechts de lange bal door onze doelverdediger.

De spelers, met name de verdedigers en middenvelders, moeten leren om door middel van goed positie kiezen en de tegenstander op tijd los te laten, op het juiste moment druk te zetten op de opbouw van de tegenstander. Van daaruit willen we sneller in de aanval komen.

Jong Ajax heeft, zoals bekend is, vaak te maken met sterk wisselende omstandigheden. De vraag of je wél of niet gebruik kunt maken van de spelers uit het eerste elftal, heeft rechtstreekse consequenties voor de vraag hoe je de speelwijze kunt uitvoeren. En hoe lang je die kunt volhouden. Mede daardoor hebben we ook kunnen zien dat we wedstrijden in de laatste fase hebben weggegeven: dan waren we fysiek niet meer in staat onze strategie goed uit te voeren en komt de vaak oudere en fysieke sterkere tegenstander bovendrijven."

Ulderink en Stam kozen in de de-



Foto's: Pro Shots

monstratietraining aanvankelijk voor een partijspel 5:5 plus twee keepers. De aanvallende partij, individueel gecoacht door Stam, speelde in een 1:2:3-formatie, met één keeper, twee middenvelders en drie aanvallers.

De verdedigende formatie, door een headset voor alle aanwezigen hoorbaar gecoacht door Ulderink, hanteerde een 1:4:1-systeem met één keeper, vier verdedigers en één verdedigende middenvelder. (zie tekening 1)



Uitgangspositie in de startvorm 5:5 plus twee keepers.

Speelwijze

Andries Ulderink: "In de opbouw ontstaat voor de aanvallende partij een 2:1. Twee middenvelders opereren over de hele breedte van het veld tegen één middenvelder van de tegenpartij (6). Zij moeten in beginsel in staat zijn relatief eenvoudig door deze linie te dringen. Daarom is het van belang dat onze 6 hen naar de zijkant dwingt. Hij kan dat doen door de middenvelder van de partij in balbezit schuin aan te lopen. Door deze van de binnenkant te benaderen, sluit je de weg naar de andere middenvelder af. Resteert dan nog slechts de mogelijkheid om de buitenspeler aan te spelen. Onze back moet zich zó opstellen, dat hij dit nét mogelijk maakt; dus niet zodanig ver ervanaf gaan staan, dat de buitenspeler eenvoudig een actie kan gaan maken, maar ook niet zó dicht bij hem dat hij niet aangespeeld kan worden.

Wordt de bal naar de buitenspeler gespeeld, dient de back er direct bovenop te zitten. Maar ook dit doet hij vanaf de binnenkant. Hij moet dus de actie binnendoor te allen tijde voorkomen en de buitenspeler buitenom dwingen, als het ware de hoek in. Onze 6 sluit bij en maakt het uithalen naar de middenvelders onmogelijk. Immers, zou dit lukken, dan kan de tegenstander openen naar de andere zijde en levert ons dat gegarandeerd problemen op."



Jaap Stam: “Er zijn niet alleen opdrachten voor de 6 en de backs. Ook voor de andere spelers houdt dit ogenblikkelijk een taak in. De centrale verdedigers moeten onderling afstemmen wie er rugdekking gaat geven, en wie de spits pakt. Het moge duidelijk zijn dat de rugdekking verzorgd zal worden door de centrale verdediger aan de zijde waar het spel zich afspeelt. De andere pakt de spits. Maar dit vergt veel communicatie. En dat is vaak een probleem. Dat heeft met twee aspecten te maken: allereerst moet je situaties in het veld herkennen. Pas daarna kun je een ander goed coachen. Ten tweede zie je dat spelers veel met zichzelf en hun eigen taken bezig zijn, maar nog niet het vermogen hebben om zich ook bewust te zijn van de opdrachten van hun teamgenoten. Dat is ook best moeilijk. Bovendien, bij Ajax heb je in de jeugd vaak een sterker elftal dan de tegenstander, dus dan is het voor de vraag ‘winnen we wel of niet’ meestal niet doorslaggevend om je met de taak van het team bezig te houden.

De centrale verdedigers hebben nog een ander aandachtspunt. Wanneer

de twee middenvelders onze 6 wél uitspelen en een van hen komt door, dan zal een centrale verdediger moeten uitstappen. Ook hier is communicatie essentieel. Bovendien moeten de backs dan snel opnieuw positie kiezen, want zij moeten dan nog meer aan de binnenkant zitten om de achterblijvende centrale verdediger te kunnen ondersteunen.

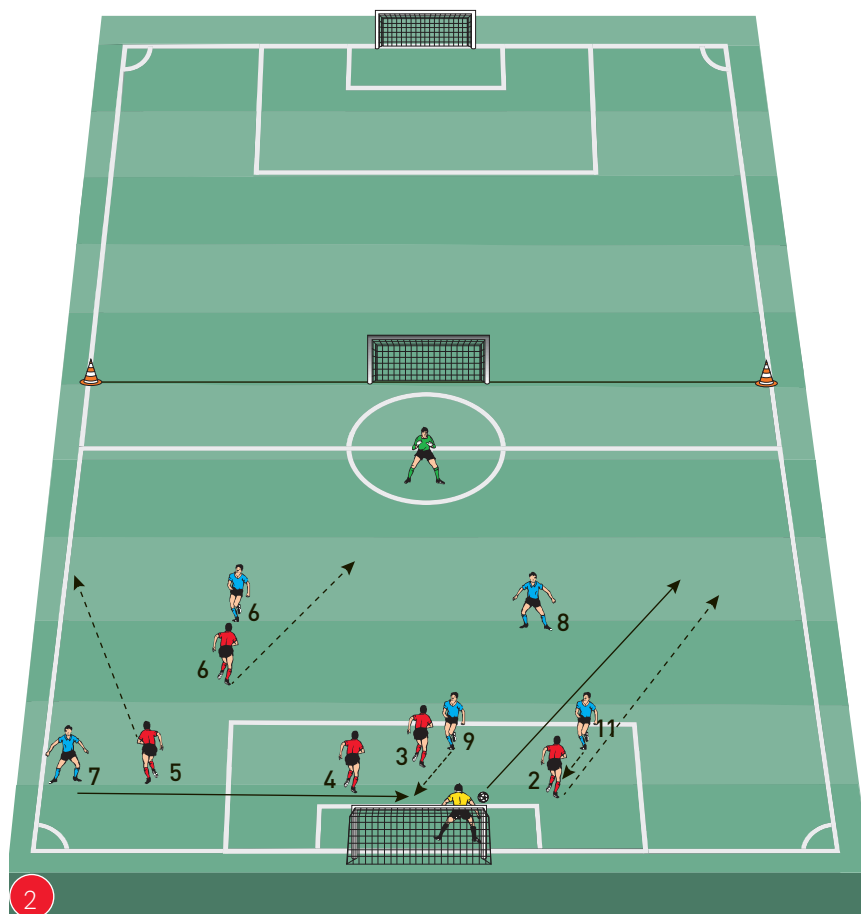
Tot slot is er de doelverdediger. Hij moet in zoverre rugdekking geven dat hij in staat is steekballen zo veel mogelijk te onderscheppen. Verder heeft hij van achteruit het beste overzicht en verwachten we van hem dus dat hij leiding geeft en zijn medespelers aanstuurt.”

Na balverovering

Andries Ulderink: “We gaan er nu van uit dat we de bal veroveren aan de zijkant van het veld, of doordat onze doelman de voorzet die de buitenspe-

ler geeft, onderschept. In deze vorm ligt er extreem veel ruimte voor omschakeling aan de zijkanten. We hebben hier dus bewust niet gekozen voor buitenspelers, waardoor weer een heel andere situatie zou ontstaan.

Na balverovering willen we zien dat spelers direct, zowel mét als zónder bal, op zoek zijn naar die ruimte. (tekening 2) Dit kan door in te dribbelen, maar ook loopacties zonder bal. In deze vorm verwachten we van onze beide backs dat ze wegsprinten en hun tegenstander daardoor meenemen. Het liefst zien we dat ze direct vrijkomen en aangespeeld worden. Lukt dit niet, zal in beginsel voor onze centrale verdedigers in de opbouw een 2:1 tegen hun spits resterende. Dan gaan we opbouwen. Wordt er vanuit het middenveld door de tegenstander toch drukgezet met de 10, is er een rol voor onze 6. De beide centrumverdedigers gaan dan nog breder staan, en de 6



Na balverovering (hier door de keeper) gaan de backs direct diep lopen.

komt ertussen (of zelfs er iets achter) om er weer een overtalsituatie van te maken: 3:2. De 6 moet dan kijken of hij met een snelle spelverplaatsing alsnog voor tempo in de aanval kan zorgen.

Aangezien je in het veld 5:5 staat, kan het gebeuren dat niemand echt vrij staat. In dat geval is de keeper de extra man, die dus het vermogen moet hebben om voor een voetballend vervolg te zorgen. Hij stelt zich dusdanig op, dat hij aanspeelbaar wordt. Heeft hij de bal na een voorzet onderschept, kijkt hij direct diep en probeert met een gerichte uitworp het spel naar voren te verplaatsen.”

Om ervoor te zorgen dat de aanvallende partij de bal niet ongelimiteerd kan blijven rondspelen, is er een tijdslimiet ingesteld: zij moeten binnen 45 seconden tot een doelpoging komen. Andries Ulderink past een relatief groot aantal situatieve

coachmomenten toe in zijn benadering van de spelers tijdens de oefening. Die keuze wordt door Stam en Ulderink bewust gemaakt.

Andries Ulderink: “Het is volgens ons belangrijk dat spelers goed gaan herkennen waarover je het hebt als coach. Dan is het moeilijk als je achteraf moet zeggen ‘Herinner je je nog dat ...’. Want meestal herinneren de spelers zich die situatie niet meer, of in ieder geval niet tot in detail. Door het spel even stop te zetten, heb je de precieze wedstrijdssituatie en kun je van daaruit spelers bijsturen. Soms kan dat misschien bedreigend zijn, maar dat heeft dan ook met de toon te maken waarop je dit doet. Door een speler bijvoorbeeld te bevragen en hem zélf met oplossingen te laten komen, kun je dit voor een groot deel omzeilen.”



Uitbreiding van de oefening naar 7:7 plus twee keepers.

Uitbreiding

In het tweede gedeelte van de training breiden beide trainers de oefening uit door twee middenvelders aan de verdedigende partij toe te voegen, alsmede een middenvelder en een centrale verdediger aan de kant van de aanvallers. De formaties worden dan (aanvallend) 1:1:3:3 en (verdedigend) 1:4:3. (tekening 3)

Jaap Stam: “Opbouwend zie je nu met 3:2 alweer een heel andere situatie ontstaan dan 2:1. Onze 4 krijgt nu in eerste instantie de opdracht om centraal te blijven spelen en een aanspeelpunt te zijn. Later, als we het spel wat meer laten lopen, mag hij ook indribbelen. In ieder geval heeft hij als opdracht het spel zo snel mogelijk te verplaatsen. Bij balverlies, zeker wanneer de middenvelders doordekken op de centrale verdedigers van de tegenpartij, krijgt hij de taak om aan te sturen en eventueel zelf door te dekken.

De 6, 8 en 10 moeten diepte maken en hiermee de opbouw achterin makkelijker maken. Zij gaan niet naar de zijlijn om zich ter hoogte van de 4 aan te bieden. Wel hebben ze opdrachten wanneer de bal voor het doel komt. Zij komen dan voor het doel en zor-

gen voor de bezetting van de tweede lijn. De 7 en 11 maken diepte, proberen in de 1:1 te komen, afwisselend buitenom en binnendoor te gaan. Bij een voorzet van rechts komt de linksbuiten voor het doel, en andersom. De taken van de 9 zijn: de centrale verdedigers binden, proberen aanspeelbaar te zijn voor een steekpass en uiteraard het positie kiezen en afwerken na voorzetten.”

Andries Ulderink: “Voor onze middenvelders van de verdedigende partij gaat hetgeen ze in de 6:6 al hebben toegepast, nu echt nauw luisteren. Neemt de 6 of 8 van de tegenpartij de bal aan, zal onze middenvelder hem zó moeten aanlopen dat hij moeilijk terug kan naar de 4. Dus je loopt in een boog aan en komt als het ware wat tussen de balbezitter en de 4 te staan. Maar niet zodanig, dat je het richting de balbezitter niet meer kunt aanlopen. De andere middenvelder beweegt richting de situatie en gaat half staan om de 4, indien die tóch wordt aangespeeld, snel onder druk te

op de 4 van de tegenpartij. In feite staat het dan overal 1-op-1. Dat heeft voor de backs en de keeper dan weer de consequenties die we eerder in het partijspel 6:6 ook hebben gezien.”

Nabespreking

In de nabespreking gaan Stam en Ulderink nog eens nader in op de invulling van deze training. Opvallend daarbij: de individuele aandacht die naar speler uitgaat.

Jaap Stam: “Bij Jong Ajax ben je erg afhankelijk van de spelers die je ter beschikking hebt. Dit kan betekenen dat spelers op een positie komen te spelen die ze voorheen niet vaak bezet hebben. Vandaag was dat bijvoorbeeld het geval met de rechtsback van de verdedigende partij. Hij is daar niet erg ervaren en had moeite om op de juiste manier positie te kiezen, zodat de buitenspeler dus wél aangespeeld kon worden maar hij er daarna meteen bovenop kon zitten. Dit zijn voor ons wel mooie momenten om zo’n speler even apart te nemen en hem daarin te verbeteren. Wij doen dat beiden. Veelal geeft een van ons

‘Wil je een voetbalsituatie veel voor laten komen, begin dan iets minder complex’

kunnen zetten. Stapt de 4 echter verder naar achteren uit, laat je dat gaan. Voor onze backs verandert er verdedigend weinig, voor de centrale verdedigers wordt de samenwerking met de 6 nu nog belangrijker. Immers, de 10 van de tegenpartij zal nu door de aanwezigheid van twee middenvelders achter hem dieper kunnen spelen en vaak tussen de linies proberen te komen. Dan is het essentieel of hij gevolgd wordt door onze 6, of opgepakt door een van de centrale verdedigers. Dekt een centrale verdediger door, zal onze 6 moeten worden aangecoacht dat hij ook doordekt en dan kan een van onze andere middenvelders door

de grote lijn aan, de ander richt zich op dat moment op die individuele coachmomenten.”

Waarom de zo sterk vereenvoudigde vorm 6:6 aan het begin?

Andries Ulderink: “Dat doen we met opzet, om een van de problemen in deze speelwijze nadrukkelijker in beeld te krijgen. Wij hebben vaak te maken met een speler op de 6-positie die te snel doorstapt, waardoor de ruimtes te groot worden om goed collectief te kunnen verdedigen. Die momenten willen we graag een aantal keren laten voorkomen. In de 6:6 vergt het flink wat inzicht van die 6 om de

gewenste situatie, het dwingen van de tegenpartij naar de zijkant, te kunnen realiseren.

Bovendien is het voor de aanvallende partij, die immers een 2:1 in de opbouw heeft in plaats van 3:2 zoals later tijdens de training, wat eenvoudiger om de buitenspelers te vinden. Hetzij door combinatiespel, hetzij door een snelle wisseling van kant. Daardoor komen ook de backs meer in de positie waarin we ze willen hebben en waarin we ze kunnen verbeteren. Wil je dat, is het vaak verstandig om wat minder complex te beginnen.”

In het vervolg hierop, namelijk het direct diepte zoeken bij balverovering, zie je in deze oefening bij diverse spelers grote verschillen.

Andries Ulderink: “Zeker, ook hier zie je dat de rechtsback hierin minder ervaring heeft dan de linksback. Dat vertaalt zich erin dat die rechtsback bij balverovering naar de zijkant wandelt, terwijl de linksback dan wel snel de diepte opzoekt en daardoor ook veel vaker aanspeelbaar wordt.”

Jaap Stam: “Het is ongelooflijk belangrijk dat spelers dit goed gaan zien. Tegenstanders hebben er ook





over nagedacht en zetten bij ons vaak extreem druk aan één kant van het veld, daar waar wij de bal hebben. Pak

Jaap Stam: “Van nature zijn wij geneigd ons met name op balbezit te richten. Praten we over verdedigen,

lers hebt, maar dat is natuurlijk niet het geval. Individuele begeleiding van spelers, zeker op verdedigend vlak,

‘In Nederland hebben we het te weinig over de “fijne kneepjes” van verdedigen: gebruik lichaam, even vasthouden, overtreding maken of niet’

je hem dan af, is het duidelijk dat de ruimte aan de andere kant ligt. Anticiperen onze spelers aan die zijde daar niet op, laten wij kansen in de omschakeling liggen. Het is ook goed dat de speler die de bal veroverd, weet dat zijn ploeggenoot aan de andere zijde dit moment ook herkent. Dan kan er sneller geopend worden. Dat kan eventueel ook via de keeper, temeer omdat je vaak ziet dat de buitenspeler aan de andere kant onze keeper onder druk zet wanneer die wordt aangespeeld. Het logische gevolg is dat onze back vrij komt.”

Hoe kunnen we verder, met name individueel, het verdedigen in Nederland verbeteren?

dan doen we dat vooral over positionele oplossingen. Maar er is ook een andere wereld. Als wij scouten en kijken naar wat zich bijvoorbeeld in Zuid-Amerika afspeelt, dan zie je dat spelers daar al op de leeftijd van D-spelers die ‘fijne kneepjes’ bijgebracht krijgen: het gebruik van je lichaam, even een tegenspeler slim vasthouden, wanneer maak je een overtreding en wanneer niet. Je hebt het niet perse over agressiviteit, maar juist over handigheid. Het maximale eruit halen. In Nederland kennen we dat niet. Daar zou meer aandacht voor mogen zijn. Je moet je bezig houden met alle aspecten van het spel, niet alleen met de creativiteit. Dat is misschien voldoende wanneer je altijd de beste spe-

en zeker ook als het gaat om dit soort details, moet integraal onderdeel zijn van je coaching.”



In de mediatheek van De Voetbaltrainer kunnen abonnees op deze service de videobeelden van het Trainerscongres vinden.



René Wormhoudt over het Athletic Skills Model

Anders denken over bewegen

Wie denkt dat je alleen een betere voetballer kunt worden door vooral veel te voetballen, komt bedrogen uit. Volgens René Wormhoudt, grondlegger van het Athletic Skills Model (ASM), word je ook door niet-voetbalspecifieke bewegingen te oefenen een betere speler. De Voetbaltrainer spreekt met Wormhoudt over ASM. We gaan daarbij op zoek naar het antwoord op de vraag: **Waarom moeten we van spelers in de basis allround bewegers maken?**

Tijdens het trainerscongres geeft René Wormhoudt een demonstratie over de mogelijkheden om de ASM-oefenstof op een voetbalveld toe te passen. Aan de hand van diverse spelvormen legt hij uit welke grondvormen van bewegen (Basic Movement Skills) en welke vormen van coördinatie meer aandacht kunnen krijgen binnen de ontwikkeling van de voetballer. De achterliggende gedachte is hierbij belangrijker dan de oefeningen zelf.

Beweegarmoede

René Wormhoudt: "Als je tegenwoordig kijkt naar de fitheid van kinderen, dan zie je in vergelijking met dertig jaar geleden een groot verschil. Dank-

zij computers, mobiele telefoons en de opkomst van andere digitale middelen is deze generatie kinderen minder gaan bewegen en is ook veel minder fit. Ze spelen minder vaak buiten en hebben op school vaak kwalitatief minder bewegingsonderwijs. Nu kunnen we wachten op de overheid om iets aan dit beweegprobleem te doen, maar beter is het om zelf het heft in handen te nemen."

Specialiseren

René Wormhoudt: "Naast het feit dat kinderen minder bewegen dan vroeger, zetten we ook vraagtekens bij een te vroege specialisatie in bewegen. Kinderen die al op jonge leeftijd kiezen voor één sport, blijken na verloop van tijd minder goede bewegers te worden en meer kans te hebben op

Ontwikkelen

René Wormhoudt: "Het ASM heeft tot doel de jonge sporter te ontwikkelen tot een veelzijdige goede beweger, die vervolgens uitgroeit tot een atleet. Deze atleet gaat zich specialiseren in één sport en tot slot zal de atleet zich binnen de sport gaan ontwikkelen tot een absolute specialist."

Dus vroeg beginnen met voetballen is prima, zeker voor de techniek, maar als je alléén maar voetbalt, is dat te beperkend voor de ontwikkeling van het atletisch vermogen. Daarom is het goed om jonge sporters te stimuleren om meerdere sporten uit te proberen,

Onderbouwd

René Wormhoudt: "Het ASM is wetenschappelijk onderbouwd en kan aantonen dat het veelzijdig ontwikkelen van het atletisch vermogen belangrijke voordelen heeft om een betere voetballer te worden. Dit doet het ASM door sterk te denken vanuit verbanden. Het ASM biedt een kapstok om het atletisch vermogen op een veelzijdige, gestructureerde en speelse wijze te ontwikkelen en daarmee bij te dragen aan het ontwikkelen van een betere voetballer met minder blessures."

'Alleen maar voetballen is een vorm van beweegarmoede'

uitval. Beter is het om de eerste jaren meerdere sporten te beoefenen, waardoor je verschillende manieren van bewegen en oplossingen aanleert.

zodat ze meer bewegingen oefenen op verschillende manieren en leren beslissingen te nemen binnen andere spelsituaties."

Aanpassingsvermogen

René Wormhoudt: “Binnen het Athletic Skills Model is aanpassingsvermogen een belangrijke pijler. In het veld moeten spelers zich constant aanpassen aan nieuwe omstandigheden, omdat geen enkele beweging hetzelfde is. Elk schot, elke pass of elke balaanname vraagt weer nét om een andere beweging. Het is onze overtuiging dat het verschil tussen top en subtop terug te vinden is in de mate waarin spelers zich kunnen aanpassen aan de constant nieuwe omstandigheden. Denk hierbij ook aan het spelen op verschillende ondergronden, zoals een nat of een droog veld. Of het spelen met een ander soort bal. Naast dit aanpassingsvermogen is ook de balans van een speler heel belangrijk. Balans kennen we in het voetballen vooral door steunen (op één been) of zweven (bij een sprong), maar er zijn nog meer vormen van balans en het



Foto's: Pro Shots

zou fantastisch zijn als kinderen daar ook mee in aanraking komen. Denk aan skeeleren, skateboarden, skiën, windsurfen et cetera. Hoe groter je arsenaal is aan mogelijke oplossingen,

hoe meer je in balans bent. Daarnaast is het belangrijk dat voetballers leren vallen. Als je dát namelijk kunt, dan maak je andere keuzes om bepaalde situaties op te lossen in het veld.”

‘Voetballers moeten zoveel mogelijk beweegervaringen opdoen via andere sporten of door intensief buiten spelen’

Late specialisatie

Is het verstandig om van jongs af aan (5-6 jaar) alleen maar één sport te beoefenen of is het beter eerst meerdere sporten te doen en pas op latere leeftijd te kiezen voor één of twee hoofdsporten? Als het gaat om talentontwikkeling blijkt het wel belangrijk om vroeg te starten met voetbal, om zo de specifieke vaardigheden met de bal goed onder controle te krijgen. Doe je dit pas op latere leeftijd, dan blijf je technisch altijd achter bij de kinderen die wel vroeg zijn begonnen. Maar vroeg beginnen met voetbal hoeft niet te betekenen dat je alleen maar voetbalt. Ook topsporters die de Olympisch Spelen halen, blijken vaak de weg van relatief late specialisatie bewandeld te hebben. Zij hebben diverse sportervaringen opgedaan. Het ASM kiest dus voor een vroege betrokkenheid bij de toekomstige hoofdsport(en) met daarnaast het opdoen van zoveel mogelijk beweegervaringen via andere sporten of door intensief buitenspelen. Zo is het bekend dat Zlatan Ibrahimovic in zijn jeugd naast voetbal ook aan taekwondo deed. En Marco van Basten heeft in zijn jeugd onder andere aan schoonspringen en ijshockey gedaan. Door de sport te analyseren werkt het ASM met gerichte aanvullingen van sport en bewegen, door te werken met Multisporten en Donorsporten. Zo wordt het duidelijker waarom bijvoorbeeld turnen het atletisch vermogen onderbouwt van een voetballer. (Bron en meer informatie: <http://www.athleticskillsmodel.nl>)

ASM Adaptaball

René Wormhoudt: “Door andere regels in te voeren, binnen of buiten te spelen, op een andere ondergrond te gaan spelen of ander materiaal te gebruiken, wordt er een groter beroep gedaan op het aanpassingsvermogen en op de oplossingsgerichtheid van een speler. Hiermee kaarten we ook een nadeel aan van het altijd trainen en spelen op kunstgras. Kunstgras is namelijk veel meer voorspelbaar dan natuurgas, waar bijvoorbeeld altijd wel een hobbel of een kuiltje in zit. Kunstgras is, wanneer we praten over het aanpassingsvermogen, dus veel minder veeleisend. Het ASM heeft in samenwerking met de TU Delft een speciale voetbal ontwikkeld waarmee nu onderzoek wordt verricht op de VU Amsterdam. Deze bal heeft op kunstgras dezelfde eigenschappen als een normale bal op gewoon gras. Dit betekent dat spelers op kunstgras meer geconcentreerd moeten zijn, omdat de bal onvoorspelbaarder is dan een normale bal.”

Frisbee

Tijdens de demonstratie laat René Wormhoudt een vorm zien waarbij tien spelers een frisbeespel spelen (zie tekening 1). Een belangrijk aandachtspunt waaraan gewerkt wordt is de oog-handcoördinatie.

René Wormhoudt: “Bij dit frisbeespel mogen de spelers niet lopen met de frisbee in de hand en mogen ze de frisbee niet langer dan twee seconden vasthouden. Als de frisbee op de grond valt, gaat het bezit ervan over naar de tegenpartij. Beide teams proberen de frisbee te vangen in een ‘end-zone’. Wanneer de frisbee in dit vak gevangen wordt, levert dat een punt op. Door het spelen van dit spel leren de spelers op speelse wijze niet alleen maar gooien en vangen, maar zonder dat ze het beseffen, werken ze aan behendigheid, voetenwerk, ruimtelijke oriëntatie, koppelingsvermogen, ritmisch vermogen en natuurlijk spelstrategieën. Wat doe je als je de frisbee niet in bezit hebt? Aanvallen, verdedigen, omschakelen, doordekken komt er allemaal in voor. Het is belangrijk dat je spelers andere spelvormen en spelsporten laat doen, want uit onderzoek blijkt dat ze dan creatiever worden in het bedenken van oplossingen in het veld.”

Onbewust

Tijdens de demonstratie zet René Wormhoudt vijf veldjes uit (zie afbeelding A), waarin spelers diverse bewegingen uitvoeren en waarbij telkens een beroep wordt gedaan op zowel aanpassingsvermogen als het vinden van balans.

René Wormhoudt: “Op verschillende veldjes worden diverse grondvormen van bewegen uitgevoerd in steeds andere situaties. Het thema is hier:



die grondvormen van bewegen die niet of gedeeltelijk terugkomen in voetbal. Elementen die niet terugkomen in voetbal zijn hier bijvoorbeeld: slaan, gooien, vangen, vallen, rollen. Grondvormen van bewegen die deels voorkomen in voetbal zijn hier bijvoorbeeld: draaien, wenden en keren, springen en landen. Door deze vormen min of meer onbewust en met plezier te trainen kunnen extra voordelen in de motorische ontwikkeling worden bereikt. Op drie verschillende veldjes wordt badminton, volleybal en speedminton gespeeld. Op twee andere veldjes gooien spelers over met een American Football en een rugbybal, die via een stuit moeten worden gevangen voordat zij de tweede keer de grond raken. Met name voor keepers is deze laatste vorm geschikt, omdat ze snel moeten reageren, duiken, vallen, rollen en opstaan via een goede balans en voetenwerk. Tot slot spelen twee spelers padel tennis op een veldje. Via spelvormen worden met plezier specifieke vaardigheden geoefend. Spelers vinden het heerlijk om oefeningen in spelvorm te doen. Door

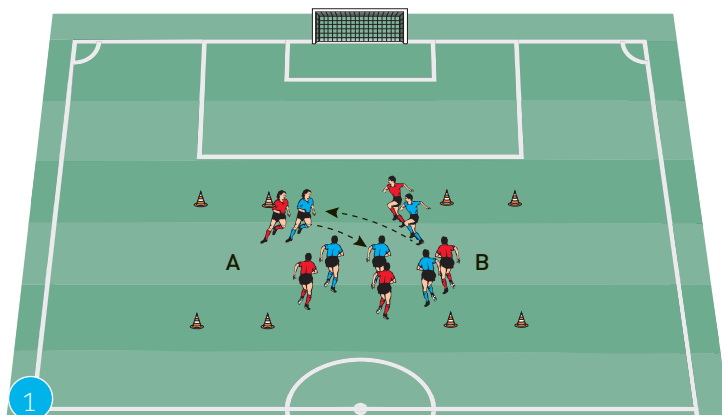
de enorme beleving is de intensiteit altijd hoog.”

Tweetallen

Gedurende de demonstratie passeren diverse oefeningen de revue die in tweetallen gedaan worden. Bij deze oefeningen komen de grondbewegingen klimmen, hangen, rollen, duwen aan bod. Ook hier weer staan deze bewegingen in relatie tot het vinden van balans.

Oefening 1

Tien spelers worden verdeeld in vijf tweetallen. Elke speler neemt een andere speler op de rug en probeert na het fluitsignaal van de trainer zo snel mogelijk naar de andere kant van het veld (van ongeveer tien meter lang) te lopen. Bij de tweede keer moet de speler die op de rug klimt rechtop proberen te gaan staan. Dit betekent dat de speler die loopt op een andere manier zijn balans moet zoeken. De speler die op de rug zit moet dus steunen om in balans te blijven.



Oefening 2

Twee spelers houden de rechtermoet op de bal en proberen elkaar vervolgens van de bal af te duwen. Zodra een speler van de bal is afgeduwd, krijgt de ander een punt. Daarna houden ze hun linkervoet op de bal en proberen elkaar opnieuw van de bal af te duwen. (afbeelding B)

Oefening 3

De spelers liggen in een opdrukhouding op de grond en koppen de bal door de lucht en over de grond naar elkaar toe. Kan ook kruipend met de bal via het hoofd naar de andere kant over tien meter. (afbeelding C)

Oefening 4

Een speler staat in kruiphouding en heeft een bal onder zich liggen. Een andere speler moet zorgen dat de speler die op handen en knieën staat de bal raakt. Hij mag daarbij op die speler gaan liggen of hem omlaag proberen te duwen of te trekken. Er wordt gewisseld zodra dat gelukt is.

Oefening 5

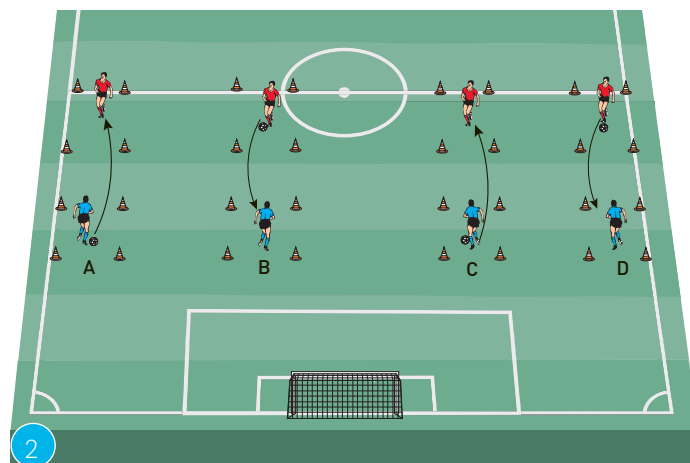
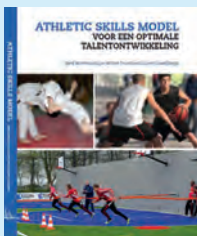
Een speler staat rechtop en de ander zit op zijn rug. Op een teken van de trainer moeten de spelers die op de rug zitten zo snel mogelijk een rondje klimmen en draaien om de speler heen die staat. Hierbij mogen ze de grond echter niet raken. Snelheid en wendbaarheid worden hier gekoppeld aan houding en stabiliteit van de speler die rechtop staat.

In het laatste deel van de demonstratie komen de meer voetbalspecifieke vormen weer aan bod. In vier verschil-

lende situaties (A, B, C en D) worden steeds twee vierkanten uitgezet met elk acht pylonen (zie tekening 2). Per situatie staan twee spelers tegenover elkaar met een vak tussen hen in (het water). Per situatie is er één bal. De spelers mogen de bal drie keer raken en de bal mag één keer stuiten. Maar niet in het water. Wanneer je merkt dat spelers dit lastig vinden, maak je de veldjes groter. Als de bal uit is, meer dan één keer stuitert of toch in het water belandt, wordt er een punt gescoord

Athletic Skills Model, voor een optimale talentontwikkeling

Auteurs: René Wormhoudt, Jan Willem Teunissen & Geert Savelsbergh
ISBN 978-90-5472-220-5



In de mediatheek van De Voetbaltrainer kunnen abonnees op deze service de videobeelden van het Trainerscongres vinden.



ASM docentopleiding

ASM heeft naast talentontwikkeling in de topsport een brug- en ondersteuningsfunctie naar bestaande opleidingen in de georganiseerde sport, het bewegingsonderwijs en de sportrevalidatie. De grote belangstelling voor het ASM in genoemde sectoren en de vraag naar clinics en workshops kan alleen worden beantwoord door het opleiden van vakmensen die geleerd wordt het ASM toe te passen en te doceren aan gediplomeerd sportkader. Alleen op deze wijze kan het ASM verantwoord breed worden geïntegreerd binnen het bewegingsonderwijs en de sport. Het ASM Kernteam organiseert in het najaar van 2015 de ASM docentopleiding gericht op de voetbalsport. In deze opleiding wordt geleerd hoe je ASM-bewoegprogramma's kunt ontwerpen en uitvoeren. Daarnaast is er ruim aandacht voor de theoretische wetenschappelijke onderbouwing van het ASM. Docenten in deze opleiding zijn, naast René Wormhoudt zelf, onder andere Prof. Dr. G.J.P. Savelsbergh (Vrije Universiteit Amsterdam) en Ronald Mijzen (AFC Ajax, docent LO). (Voor meer informatie: <http://www.athleticsskillsmodel.nl>)



René Wormhoudt is de grondlegger van het Athletic Skills Model (ASM) en van de Athletic Skills Track. Hij heeft 24 jaar ervaring met de jeugd, het tweede en het eerste team van Ajax. In 2005 introduceerde hij het Athletic Skills Model bij de jeugdacademie van de Amsterdammers. Wormhoudt publiceerde in december 2012 een boek over dit programma en deed ervaringen op in diverse andere sporten waaronder basketbal, handbal, zwemmen en American Football. Wormhoudt is opgeleid als fysiotherapeut en is van 2003 tot juli 2012 conditie-, kracht- en hersteltrainer geweest van het eerste team van Ajax. Momenteel is hij conditie- en hersteltrainer van het Nederlands elftal.

De Verlenging

Een groot deel van deze editie betreft een special over het thema 'winnaarsmentaliteit'. Vanuit diverse invalshoeken hebben we het onderwerp belicht, hetgeen volgens de redactie veel input moet kunnen geven aan discussies op de werkvloer in voetballend Nederland. Na het thema van de vorige special, verdedigen, kan komend seizoen dus ook het onderwerp van winnaarsmentaliteit op de agenda van het maandelijks trainersoverleg komen te staan.

In het kader van beter opleiden hebben we in het KNVB-katern kunnen lezen waarom men bij clubs als PSV en Excelsior gebruikmaakt van de zogenaamde Twin Games. Er vindt in opleidend Nederland een verschuiving plaats van het spelen in grote vormen naar het spelen in kleine vormen. Niet alle (prof)clubs doen hier echter aan mee, zo blijkt wel uit het relaas van Feyenoords jeugdtrainer Gaston Taument: "...Onze overtuiging is dat wanneer je spelers wilt opleiden in 11:11, je hen ook snel in dat 11:11 moet zien te krijgen. Dit betekent dat we ook met de jongere jeugdteams snel toe willen naar dat grote veld." Het is aan de KNVB om in overleg met de clubs te komen tot een voetballandschap dat enerzijds niets wegheeft van een anarchie (iedereen doet maar wat, er is over de volle breedte weinig lijn te ontdekken), maar ook weer niet te eenzijdig is ingericht (iedereen speelt altijd maar met dezelfde aantallen, in hetzelfde systeem).



Foto: Pro Shots

Buiten de genoemde special om kwam in een ander kader ook voormalig topverdediger Jaap Stam aan het woord. Zijn palmares ligt er niet om: we hebben hier te maken met een winnaar, getuige de kampioenschappen, bekertjes en individuele prijzen die hij gewonnen heeft. De ongeveer 1400 trainers op het Trainerscongres in Zwolle hadden maar wat graag méér van zijn coaching willen horen aan de spelers van Jong Ajax. Het artikel over de demonstratie door Andries Ulderink en Stam komt grotendeels tegemoet aan die wens. Met het oog op de fijne kneepjes van het verdedigen als onderdeel om een wedstrijd te winnen, noteerden wij onder meer het volgende citaat van de trainer uit Kampen: "...Als wij scouten en kijken naar wat zich bijvoorbeeld in Zuid-Amerika afspeelt, dan zie je dat spelers daar al op de leeftijd van D-spelers die 'fijne kneepjes' bijgebracht krijgen: het gebruik van je lichaam, even een tegenspeler slim vasthouden, wanneer maak je een overtreding en wanneer niet. Je hebt het niet per se over agressiviteit, maar juist over handigheid. Het maximale eruit halen. In Nederland kennen we dat niet. Daar zou meer aandacht voor mogen zijn. Je moet je bezig houden met alle aspecten van het spel, niet alleen met de creativiteit."

Komend seizoen zal er op de Nederlandse velden evenveel gewonnen en verloren worden als dit seizoen. Ook al besteden we honderd keer meer aandacht aan winnaarsmentaliteit. Daarom sluiten we af met deze oneliner: 'Winnaars zijn ook de verliezers die niet opgeven'.

Colofon

Uitgave:

Eisma Businessmedia bv
Postbus 340 - 8901 BC Leeuwarden
Bezoekadres: Celsiusweg 41
Telefoon: 088-2944800 | Fax: 088-2944810
E-mail: businessmedia@eisma.nl

Directie:

Egbert van Hes, algemeen directeur
Bouke Hoving, financieel directeur
Gerbert Tiecken, uitgeefdirecteur

Uitgever:

Gerbert Tiecken

Hoofdreductie:

Paul Geerars (hoofdreducteur)
Telefoon: 06-51904854
E-mail: p.geerars@eisma.nl

Tjeu Seeverens (adjunct-hoofdreducteur)

Telefoon: 06-23941973
E-mail: tjeu.seeverens@ziggo.nl

Adviseur:

Henny Kormelink
Telefoon: 06-50686964 | E-mail: devoetbaltrainer@wxs.nl

Redacteuren die aan deze editie meewerkten:

Ruud Doevendans, Marco van der Heide, Tjeu Seeverens, Gerjos Weelink

Aan dit nummer werkten verder mee:

Paul Bahlmann, Willem den Besten, Tjerk Bogtstra, Theo ten Caat, Guido den Dikken, Jurgen Dirkx, Maartje Goderie, Ralf de Haas, Bart Heuvingh, Wim Keizer, Bert Konterman, Remco Koopmeiners, Art Langelier, Marco van Lochem, Jaap Stam, Joep Staps, Floris Steinhart, Gaston Taument, Andries Ulderink, Tim Wolf, René Wormhoudt, Rob Wuijster

Foto's:

Peter Diepstraten, SBV Excelsior, Peter de Groot, Peter Leijssen, Pacha Lux, Pics United, Pro Shots, Menno Ringnalda, PSV

Redactie-adres:

De Voetbaltrainer, Postbus 340 - 8901 BC Leeuwarden

Lay-out en productiebegeleiding:

ZeeDesign, Postbus 13 - 8748 ZL Witmarsum
Telefoon: 0517-531672 | E-mail: info@zeedesign.nl

Druk:

Veldhuis Media, Raalte

Boekbestellingen:

Jolanda Bloem
Telefoon: 088-2944865 | E-mail: j.bloem@eisma.nl

Abonnementen voor Nederland en België:

Nieuwe opgaven, adreswijzigingen en correspondentie over abonnementen:
Abonneeservice Eisma Businessmedia
Postbus 2238 - 5600 CE Eindhoven
Telefoon: +31 088-2266648 | E-mail: abonnement@eisma.nl

Abonnementsprijs:

De Voetbaltrainer verschijnt 8 keer per jaar. De abonnementsprijs voor De Voetbaltrainer per 1 juli 2014 is vastgesteld op €105,- incl. 6% btw en is bij vooruitbetaling verschuldigd. Andere landen op aanvraag. Abonnementen kunnen ieder moment ingaan. Opzegging dient schriftelijk en minimaal een maand voor het einde van de abonnementsperiode te geschieden; u ontvangt een schriftelijke bevestiging van uw opzegging.

Marketing:

Heleen Rodenhuis
Telefoon: 088-2944863 | E-mail: h.rodenhuis@eisma.nl

Advertentieverkoop:

Binnendienst	Accountmanager
Nynke Miedema	Eddy Hoorstra
Telefoon: 088-2944852	Telefoon: 06-31768830
E-mail: n.miedema@eisma.nl	E-mail: e.hoorstra@eisma.nl

Traffic, ZeeDesign
Telefoon: 0517-531672 | Fax: 0517-531810
E-mail: voetbaltrainer@zeedesign.nl

Bankrelatie:

Rabobank Leeuwarden-Noordwest Friesland
IBAN: NL64RABO0335434991
BIC: RABONL2U

© 2015, Eisma Businessmedia bv, Leeuwarden

Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd en/of overgenomen in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Uitgever en auteurs verklaren dat dit blad op zorgvuldige wijze en naar beste weten is samengesteld, evenwel kunnen uitgever en auteurs op geen enkele wijze instaan voor de juistheid en/of volledigheid van de informatie. Uitgever en auteurs aanvaarden dan ook geen enkele aansprakelijkheid voor schade van welke aard ook, die het gevolg is van handelingen en/of beslissingen die gebaseerd zijn op bedoelde informatie. Gebruikers van dit blad wordt met nadruk aangeraden deze informatie niet geïsoleerd te gebruiken, maar af te gaan op hun professionele kennis en ervaring en de te gebruiken informatie te controleren. Leveringsvoorwaarden: zie www.eisamediagroep.nl

HO 2015
KEURMERK

Handig! Als abonnee kun je alle online edities van De Jeugdvoetbaltrainer gratis downloaden!



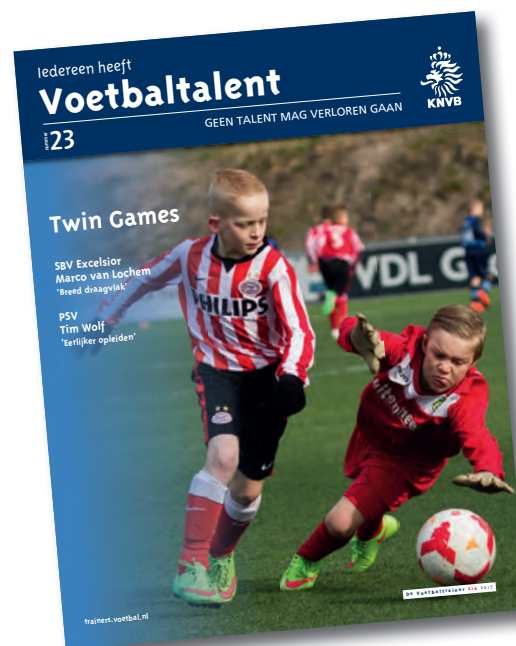
Download via devoetbaltrainer.nl/jeugdvoetbaltrainer

De **Voetbal**Trainer

devoetbaltrainer.nl



Handig! Als abonnee kun je alle online edities van Voetbaltalent (KNVB-katern) gratis downloaden.



Download via www.devoetbaltrainer.nl/voetbaltalent

De **Voetbal**Trainer

devoetbaltrainer.nl



INTERNATIONAL INSTITUTE FOR TRAINING

I.I.T.VOF OUDE BAAN 19 5854 PJ NIEUW BERGEN (L) NEDERLAND TEL 0031-(0)485 34 34 26

E-MAIL info@toinevandegoolberg.nl HOMEPAGE www.toinevandegoolberg.nl

ALLROUND CONDITIE / HERSTELTRAINER

- Accreditatie NGS 35 studiepunten
- Accreditatie Atletiekunie 8 studiepunten
- 12 avonden van 19.00 - 22.00 uur, ca. 50% praktijk
 - Locatie NSC Papendal te Arnhem
 - Cursusstart woensdag 23 september 2015
 - Cursusstart maandag 18 januari 2016
 - Cursusstart woensdag 7 september 2016
- 6 dagen van 10.00 - 16.00 uur, ca. 50% praktijk
 - Locatie Van Ghentkazerne te Rotterdam
 - Cursusstart zaterdag 7 mei 2016 (o.v.)
- Hoofdt thema's zowel voor individuele sport als teamsport:
 - Revalidatie, conditieopbouw, kracht-, snelheid- en uithoudingsvermogen volgens De Rehaboom® en trainingsprogramma's schrijven
- Cursusprijs € 875,00

MEDICAL PERSONAL TRAINER

- Accreditatie Atletiekunie 8 studiepunten
- 6 dagen van 10.00-16.00 uur, ca. 70% praktijk
- Cursusstart 12 september 2015
- Voor trainers uit de sport, fitnessbranche en revalidatiewereld
- Locatie Van Ghentkazerne te Rotterdam
- Cursusprijs € 975,00

SPECIALIST FYSIEKE TRAINER VOETBAL:

- Accreditatie KNVB 8 studiepunten 2015
- 2016 in aanvraag
- Accreditatie Atletiekunie 2 studiepunten
- Locatie Van Ghentkazerne Rotterdam
 - Cursusdata 22 + 23 augustus 2015
 - 2 dagen van 09.00 - 16.00 uur
- Locatie NSC Papendal / Arnhem
 - Cursusdata 29 mei + 04 juni 2016
 - 2 dagen van 09.00 - 16.00 uur
 - Cursusdata 19 + 26 juni 2016
 - 2 dagen van 09.00 - 16.00 uur
- Hoofdt thema's:
 - Opbouw loopvermogen
 - Opbouw kracht
 - Transfer naar voetbal
- Cursusprijs € 375,00

U kunt voor aanvullende informatie ook contact opnemen:

Telefoon 0485-34 34 26
Fax 0485-53 09 54
Mobiel 06-53 33 2678
E-mail info@toinevandegoolberg.nl
Internet www.toinevandegoolberg.nl

WORKSHOPS

- Duur: 3 uur op locatie
- Datum, tijdstip en groeps grootte in overleg

Keuze uit de thema's:

- Rug Revalidatie Systeem (RRS)
- Kracht Revalidatie Systeem (KRS)
- Aeroob Revalidatie Systeem (ARS)
- Heart Rate System (HRS) / Polar App
- Free-Weight System (FWS) / FitroDyne
- De Rehaboom®
- Fysieke Training Senioren (FTS)
- Onderwerp naar keuze

Groeps prijs per workshop op aanvraag

DOCENTEN

TOINE VAN DE GOOLBERG,

- Fysieke trainer 1ste team Feyenoord Rotterdam seizoen 2009-2013
- Hoofddocent Masteropleiding Sportfysiotherapie Avans+ te Breda / NPI
- Kerndocent Erasmus Universiteit Rotterdam, afd. Geneeskunde



EVERT VAN DE GOOLBERG,

- Fysieke trainer, praktijkdocent



NGS sport & massage



Inspirerende eBooks van De Voetbaltrainer - Toptrainer serie



Dick Advocaat
€ 5,- (32 pagina's)



Bert van Marwijk
€ 5,- (58 pagina's)



Oranje's Oefenstof
€ 10,- (30 pag. + video's)



Louis van Gaal
€ 5,- (60 pagina's)



Foppe de Haan
€ 5,- (34 pagina's)



Gebroeders Koeman
€ 5,- (34 pagina's)



Frank de Boer
€ 5,- (30 pagina's)



Co Adriaanse
€ 5,- (28 pagina's)

Praktische eBooks - jeugd - doelgroepgericht



A-jeugd € 10,-
(150 pag.)



B-jeugd € 10,-
(150 pag.)

**Meest
gekozen**



C-jeugd € 10,-
(150 pag.)



D-jeugd € 6,-
(95 pag.)

Uit serie Speelwijzetraining



Deel 1, ontwikkelen van voetbalvisie € 5,-



Deel 2, ontwikkelen van speelwijze € 5,-



Deel 3, Fundamentele oefenvormen € 5,-



Trainerscongres 2014
€ 3,- (30 pagina's)

Voordelen van onze eBooks

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

De VoetbalTrainer

Vakportaal voor trainers

Partners:



Coaches
Betaald
Voetbal

AVANTISPORT.NL
Sportief de goedkoopste!



DE VOETBAL
METHODE



Trainingskampen.nl



COACHES BETAALD VOETBAL

INTEGER

DESKUNDIG

PROFESSIEONEEL

“Winnen doe je met z’n allen.”



Coaches
Betaald
Voetbal

CULTUURDRAGERS VAN

De Hollandsche School

“Coaches Betaald Voetbal is de belangenvereniging van trainer/coaches in het Betaald Voetbal. Het is een vereniging met een duidelijke visie en missie. Ze maakt daarop gebaseerd heldere keuzes in haar beleid. In deze visie is prioriteit gegeven aan kwaliteit en professionaliteit in opleiden, ontwikkelen, gedrag en presteren. Coaches Betaald Voetbal ziet voor zichzelf een belangrijke maatschappelijke rol en zal haar kennis en ervaring ook gaan inzetten voor de samenleving.”

CBV – visie

De CBV is een goed belangenbehartiger van en voor haar leden. Ze wil zich manifesteren als een vaste en betrouwbare waarde in het Betaald Voetbal. Ze wil een volwaardig gesprekspartner zijn van de KNVB en andere belangenorganisaties. Ze biedt zich aan als adviesorgaan en kenniscentrum voor overheid, businesspartners en overig bedrijfsleven.

CBV – missie

De CBV vertegenwoordigt haar leden in diverse organisaties, ten behoeve van de

kwaliteit van het voetbal en het verder ontwikkelen en professionaliseren van het vak van trainer/coach in het Betaald Voetbal. Als centrale taak ziet ze de ontwikkeling van de trainer/coach en van het vak van trainer/coach.

Doelstelling

De CBV is de belangenvereniging van de trainer/coach, werkzaam in het Betaald Voetbal en voor een club of voetbalbond in Nederland of daarbuiten.

Wij willen:

- de kwaliteit van het voetbal in zijn algemeenheid verhogen, en van het betaald voetbal in het bijzonder
- de belangen van al onze leden goed behartigen
- het imago van het product voetbal en van het vak trainer/coach naar een nog hoger plan tillen

Coaches Betaald Voetbal als belangenvereniging

De CBV is een stabiele en sterke organisatie en telt momenteel meer dan 500 leden.

Zij heeft aanzien en een groot draagvlak in het betaald voetbal. In het buitenland wordt de CBV gezien als het voorbeeld van een goed georganiseerde belangenvereniging voor de professionele trainer/coach. Het is een gezamenlijke taak om deze status te handhaven en daar waar mogelijk te verbeteren. Het consequent naleven van statuten, huishoudelijk reglement en van de afgesproken gedragscode en erecode is daarbij van het grootste belang. Daarnaast staat de CBV voor Sportiviteit en Respect. Met in het achterhoofd de gedachte dat voetbal voor iedereen is en van iedereen, wil de CBV een vereniging zijn met oog voor (mede-) mens en maatschappij. Coaches Betaald Voetbal is Meer dan Voetbal.

CBV

Postbus 1 8000 AA Zwolle

Bezoekadres:

Hogeland 10 8024 AZ Zwolle

Telefoon: 088 850 8610

Fax: 088 850 8613

E-mail: info@coachesbv.nl

Website: www.coachesbv.nl

Onze partners

PRINTED BY: UW PARTNER IN DRUKWERK!
Q-PROMOTIONS.NL


Landstede

DeVoetbalTrainer


BILDERBERG

 **INTERSPORT**
SPORT TO THE PEOPLE

 **TENCATE**  **GreenFields**

 **webs**

 **BASIC-FIT**