

Iedereen heeft

Voetbaltalent

nummer
53

SAMEN TALENT ONTWIKKELEN



Kaderbeleid vv Schoonhoven

Werken met een jaarplan

Digitale leeromgeving

Online VCT-tool

Formulier voor
trainingsvoorbereiding

Gemengd voetbal

Jongens en meiden leren van
elkaar



Kaderbeleid bij vv Schoonhoven

De voetbalvereniging Schoonhoven speelt met het eerste team Derde Klasse en heeft 29 jeugdteams en een Onder 7-groep, de Ukken. Een club zoals zovele, maar het kaderbeleid is van de buitencategorie, volgens Eric Treling die Technisch Jeugdcoördinator van de KNVB is. We spreken met hem en het Hoofd Opleiding Johan Koutstaal over de manier waarop er structureel aandacht is voor het kaderbeleid van de vereniging.



Johan Koutstaal: 'Wij willen ons blijven ontwikkelen bij vv Schoonhoven. Dan komt winnen vanzelf, zo is de gedachte. We proberen een zodanige sfeer te creëren dat men daar graag bij wil horen. In ons beleidsplan staat letterlijk dat in onze ogen plezier, ontwikkeling en respect leiden tot prestatie. Volgens mij begint het allemaal met 'clubcultuur': hoeveel van de beschikbare middelen gaat naar de seniorenselectie, en hoeveel blijft er over voor de jeugdafdeling? Dat is een fundamentele keuze die een vereniging moet maken. We kennen allemaal de voorbeelden van verenigingen waarbij de jeugdafdeling er een beetje bij hangt, terwijl de vereniging wel voor tachtig procent bestaat uit jeugdleden.

Ik ben bij vv Schoonhoven begonnen als jeugdtrainer. Om mij verder te ontwikkelen heb ik de opleidingen TJC-3 en HO B gedaan. Waar ik eerder professioneel werkte bij Fulham FC en de Nieuw-Zeelandse voetbalbond, betreft het bij vv Schoonhoven een vrijwilligersfunctie. Ik zit nu in mijn derde seizoen als Hoofd Opleiding. Sinds dit seizoen hebben we ook een Hoofd Bovenbouw en een Hoofd Onderbouw, zodat we nog meer en

gerichte aandacht kunnen geven aan onze trainers. Dat doen we onder meer door het verzorgen van workshops: drie voor de bovenbouw en drie voor de onderbouw. Op zo'n moment is er geen training. Vergelijk het met de studiedag op de basisschool: de leerlingen zijn vrij, terwijl de docenten worden bijgeschoold. In principe is de workshop verplicht en sommige trainers moesten hier wel aan wennen. Het is toch even een andere manier van denken en werken. Maar door die workshops vroegtijdig in te plannen verspreid over het seizoen, kan niemand verrast zijn.'

Workshops

'Een van de workshops van dit seizoen ging over het selectie- en teamindingsproces, zodat de procedure hieromtrent in elk geval voor iedereen duidelijk is. Wanneer wordt met wie gesproken en wie heeft er iets over te zeggen? Uiteindelijk is 15 juni de streefdatum dat de nieuwe teamindeling op de website van de vereniging komt te staan. Tot aan Onder 12 willen we niet spreken van selectiebeleid, maar van vriendenteams. De meest succesvolle teams van vv Schoonhoven blijken namelijk vriendenteams te zijn. Let wel, het begrip 'succesvol'

wordt dan niet afgemeten aan winnen of verliezen, maar aan de lange periode dat een team bij vv Schoonhoven voetbalt.

Weer een andere workshop ging het afgelopen seizoen over het spelprincipe 'kleinmaken van de ruimte'. Ter voorbereiding hierop hebben we van een aantal wedstrijdmomenten van onze teams foto's gemaakt, met het oog op het al dan niet kleinmaken van de ruimtes. We startten de workshop eerst kort binnen met theorie: wat zijn spelprincipes in het algemeen, en wat bedoelen we met het kleinmaken van de ruimte in het bijzonder. Vervolgens hebben we een aantal van die foto's besproken. Vervolgens gingen we naar buiten en bekeken we een training van een Onder 15 niet-selectieteam, inzoomend op het trainen van het spelprincipe 'kleinmaken van de ruimte'. Welke methodische stappen kun je zetten, waar kun je je het beste opstellen als trainer, waar coach je op? Aan de kant stonden alle trainers van Onder 19/17/15/13, selectie en niet-selectie.

Volgend seizoen willen we per leeftijdscategorie specifiek gaan uitwerken op welke manier en aan welke spelprincipes aandacht besteed kan worden. Hier zullen we ongetwijfeld



een workshop aan gaan besteden. Na elke workshop laten we alle deelnemers een evaluatieformulier invullen. Dan kunnen ze de workshop beoordelen, maar er is ook ruimte om iets te zeggen over de website, over het materiaal, kortom alle praktische zaken waar een trainer mee te maken kan hebben. Dit seizoen kwam geregeld naar voren dat men ontevreden is over het materiaal. Zo'n signaal moeten wij dan oppakken en er iets mee doen in de nabije toekomst.'

Aftrapbijeenkoms

'We doen een aantal aftrapbijekomsten voor ouders én spelers voorafgaand aan het volgende seizoen. We bundelen deze per leeftijdsgroep(en): Onder 19/17, Onder 15, Onder 13, Onder 12/11, Onder 10/9 en Onder 8/7. Die staan gepland vóór de zomervakantie. Een heel geschikt moment ook om kader te werven! Dan vertellen we als vereniging (bestuur eerst, daarna ik) wat we van de ouders verwachten en heel concreet wat er qua organisatie bij elk team moet gebeuren. Verder volgens gaan de ouders van elk team apart zitten en wordt van iedereen verwacht dat hij of zij zich inschrijft voor een bepaalde taak. Denk aan vervoer, vlaggen, fluiten, het wedstrijdformulier, de ranja regelen etc. Daarna wordt ons al snel duidelijk of er zogenaamde 'probleemteams' zijn qua organisatie. Ook op de jaarplanning staan de ouderavonden, aan het begin van het nieuwe seizoen. Hier worden wat meer de teamoverstijgende (algemene) zaken besproken. Zoals onze



Schoonhovense visie op leren voetballen. Een avond voor de bovenbouw, een avond voor de onderbouw, en dan zonder de voetballers.'

Teamaandacht

'Vervolgens hebben de Hoofden Bovenbouw en Onderbouw en ik ons voorgenomen om elk team vier keer per seizoen te bekijken op zaterdag. Als het bijvoorbeeld gaat om Onder 15-2, dan gaat het Hoofd Bovenbouw twee keer kijken, het Hoofd Onderbouw één keer en ik één keer, verspreid over het hele seizoen.'

Nieuwe trainers

'Zoals ieder seizoen zullen er volgend jaar ook bij vv Schoonhoven nieuwe trainers gaan beginnen. Die hebben vaak nadrukkelijk begeleiding nodig in de eerste periode om goed te kunnen functioneren. We lopen mee met de eerste training en komen in de eerste maand een keer naar een wedstrijd kijken op zaterdag. Ook organiseren we al in juli voor de nieuwe trainers een introductieworkshop, waarin we de basisprincipes van traininggeven en oefenstof aan bod laten komen, maar ook logistieke zaken laten zien

zoals een kennismaking met de opslagruimte van het trainingsmateriaal.'

Trainervolgsysteem

'We hebben een trainervolgsysteem. Daarvoor gebruiken de Hoofden Bovenbouw en Onderbouw en ik de (gratis) app Trello, die oorspronkelijk bedoeld is voor projectmanagement. Hierin houden we van elke trainer bij hoe het gaat. Welke workshops heeft hij bijgewoond, wat zijn de aandachtspunten naar aanleiding van gesprekken en meeloopmomenten met de trainer. Voor iedere trainer hebben we een eigen 'kaart' in dit systeem en als de Onder 15-2-trainer volgend seizoen bijvoorbeeld naar Onder 15-1 gaat, kunnen we zijn kaart makkelijk verschuiven en weer verder bijwerken. Zo bouwen we van iedere trainer een dossier op. Niet om te beoordelen, maar om de ontwikkeling te monitoren. We lopen minimaal twee keer per seizoen mee met iedere trainer zodat we gefundeerd in gesprek kunnen raken over zijn werkwijze bij vv Schoonhoven.'

Stappenplan



Foto: KNVB Media

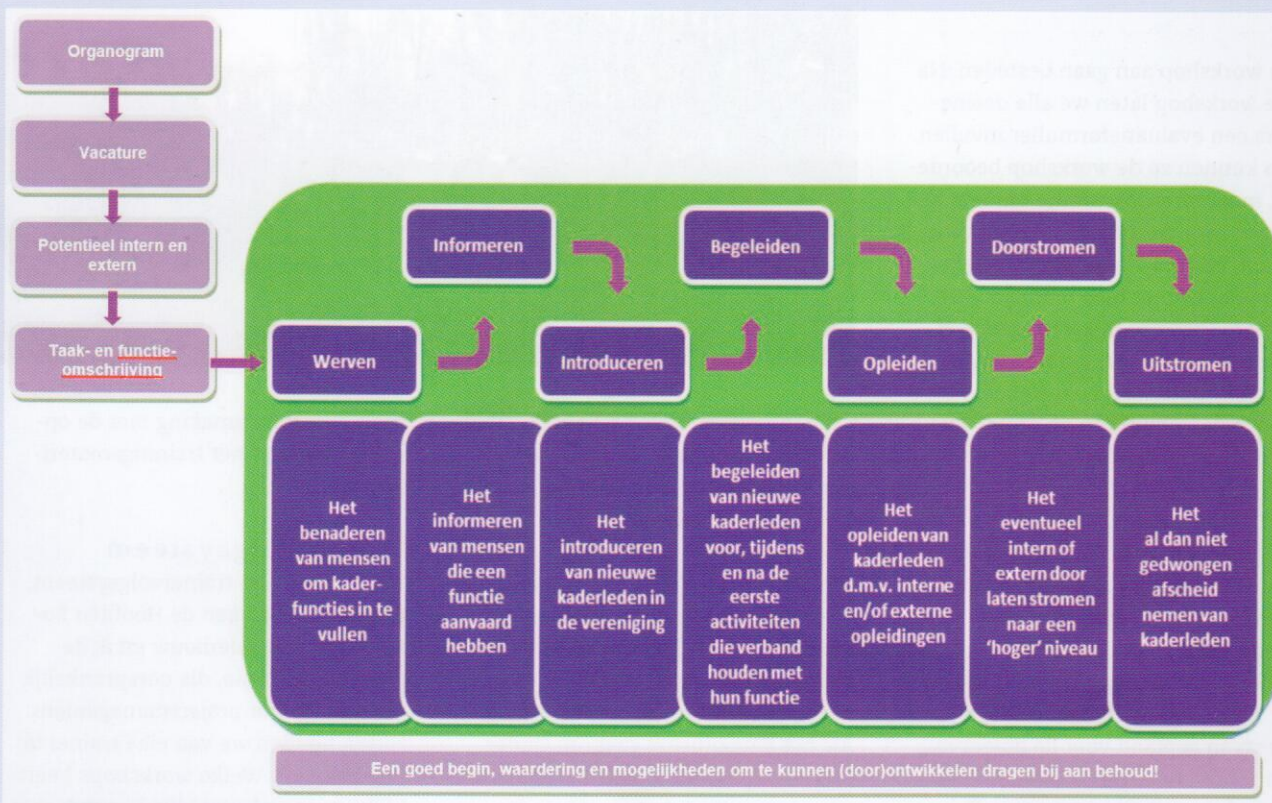
Eric Treling: 'De KNVB wil dat alle voetballers bij hun vereniging op een veilige manier met nog meer plezier nog beter leren voetbal-

len. Om dat te realiseren hebben we veel en competent kader nodig. Het is belangrijk dat het bestuur van de vereniging zich daarvoor (mede)verantwoordelijk voelt. Dat zie je in de prak-



'Deze kaarten houden we bij in Trello. Het zijn de voornaamste pijlers van wat we doen met betrekking tot de jeugd.'





tijk niet altijd even goed terug. 'Als alle teams een trainer en een coach of teamleider hebben, dan is het toch geregeld?', zo is dan de gedachte van menig bestuur. De KNVB wil verenigingen bewust maken van wat een goed kaderbeleid kan opleveren.

Voordat je kader gaat werven binnen de vereniging moet je wel duidelijk geformuleerd hebben wat je van het kader verwacht. Dus denk aan een functieprofiel. Voor een gediplomeerde trainer die op een hoger niveau werkzaam is, is dat profiel totaal anders dan de startende ouder die zijn kind van zeven jaar traint en coacht. Beschrijf duidelijk wat een trainer moet doen voor, tijdens en na een wedstrijd of training. Dan wordt duidelijk wat van iemand wordt verwacht en waar iemand ja of nee tegen kan zeggen. Een volgende vraag is wie binnen de vereniging de persoon is die andere kaderleden probeert te werven. Dat moet heel gericht gebeuren, omdat je ook niet iedereen als kaderlid moet willen hebben als vereniging. Niet iedereen is geschikt. Je hoort wel eens 'We zijn blij dat we iemand heb-

ben', maar je moet je afvragen of dat altijd wel zo is. En als je dan nieuwe kaderleden hebt geworven, laat je hen daarna dan vrij of is er structureel aandacht voor verdere begeleiding en scholing? Natuurlijk kun je als club gebruikmaken van KNVB-opleidingen, maar we denken dat interne scholing door bijvoorbeeld het Hoofd Opleiding nog veel duurzamer is. Ik hoor in de praktijk dat niet alle amateurverenigingen bijvoorbeeld tijdens het trainersoverleg met de trainer daadwerkelijk inhoudelijke voetbalthema's aan bod laten komen. Dan gaat het meer over randvoorwaardelijke zaken zoals teamindeling of materiaal. Ook belangrijk natuurlijk, maar het kan beter. Door middel van scholing van je trainersgroep ontstaat er meer onderling begrip en komt er een betere lijn over de diverse leeftijdsgroepen heen. Oftewel, plan per seizoen een aantal scholingsbijeenkomsten in waarin je specifiek ingaat op een bepaald voetbalthema.

Het begeleiden van de trainers in de vereniging zie ik meer als een individueel traject. Het Hoofd Op-

leiding speelt hier de cruciale rol in. In hoeverre kan hij structureel uren vrijmaken voor deze taak, die wat mij betreft vooral op het veld moet plaatsvinden. Het helpt dan als je als Hoofd Opleiding een jaarplanning maakt: een schema met daarin opgenomen met wie je wanneer zult meelopen. En meelopen betekent dat je eerst een voorgesprek hebt met de coach, om daarna de besprekingen en wedstrijd te observeren en na te bespreken. Het meest zinvol is om het hele traject van de wedstrijd of training mee te lopen, dit met elkaar voor te bereiden en na afloop te evalueren. Twee of drie keer per seizoen zo'n contactmoment is vaak al voldoende. Als je hiervan een planning maakt, is de vrijblijvendheid er ook vanaf en weet iedereen wat je te bieden hebt. Door structureel aandacht te schenken aan de scholing en begeleiding van het kader, is het Hoofd Opleiding ook direct bezig met het bewaken van de zaken die in het jeugdvoetbalbeleidsplan staan genoteerd. Zo kan het bestuur zich bezig houden met besturen. Ander bijkomend voordeel is dat het Hoofd Opleiding de kans

op behoud van kader vergroot als hij de kaderleden goed begeleidt in hun werkzaamheden. Waar Johan Koutstaal bij vv Schoonhoven dus voortvarend aan de gang is op het gebied van kaderbeleid, is het de rol van de KNVB om ook Hoofden Opleidingen van andere verenigingen in de regio hiermee kennis te laten maken door bijvoorbeeld een keer aan te sluiten bij een scholingsavond van Johan. En ik denk dat de manier van werken bij vv Schoonhoven – van beleidsplan naar jaarplan – heel inzichtelijk maakt voor een bestuur waar een Hoofd Opleiding allemaal mee bezig is en hoeveel tijd zo'n functie kost. Als dat besef groeit, kan het niet anders dan dat er steeds meer middelen (geld, tijd, personeel) beschikbaar worden gesteld voor een goed kaderbeleid! Een Hoofd Opleiding die kaderbeleid goed uitvoert draagt indirect bij aan de instroom van nieuwe leden en het behouden van bestaande leden. Oftewel, dankzij goed kaderbeleid is de kans groter dat de vereniging minder op zoek moet naar nieuw kader! En kaderbeleid kan ook geprojecteerd worden op arbitrage en bestuurlijk kader. Door dezelfde stappen te doorlopen ga je meer en betere scheidsrechters werven en behouden en draagt het bij aan goede (nieuwe) bestuurders.'

Stap 1 Werven

Werven gaat om het aantrekken van voetbaltechnische vrijwilligers of professionals (Hoofd Jeugdopleiding, Technisch Jeugdcoördinatoren, trainers, coach, leider) die passen bij de vereniging en bij de taken die ze gaan uitvoeren. Oftewel: de juiste persoon op de juiste plaats krijgen.

Stap 2 Informeren

Zodra je de juiste mensen bereid hebt gevonden een rol te vervullen, begint volgt de volgende stap: het informeren. Het spreekt voor zich dat nieuwe kaderleden goed geïnformeerd moeten worden over hun taken en over hoe het binnen de vereniging reilt en zeilt. De formele afspraken die binnen de vereniging gelden zijn belangrijk, maar dat geldt ook voor het 'informele circuit' binnen de vereniging.

Stap 3 Introduceren

Voor een nieuw kaderlid is een goede introductie in de verenigingen van groot belang. Het kan het verschil maken tussen 'in je eentje rondlopen' of in een 'warm bad' terecht komen, je welkom voelen en vanaf de start volwaardig deel uitmaken van de vereniging. Kennismaken met mensen binnen de vereniging en de vereniging gelegenheid bieden kennis te maken met nieuwe kaderleden zijn daarin belangrijke facetten.

Stap 4 Begeleiden

Na – of misschien wel tegelijkertijd met – de stap 'Introduceren' staat het nieuwe kaderlid voor zijn of haar eerste activiteiten. Een goede start is ook hierbij razendbelangrijk. Zowel voor het nieuwe kaderlid zelf als voor de spelers of andere betrokkenen. Het begeleiden van nieuwe kaderleden is daarom onontbeerlijk.

Stap 5 Opleiden

Omdat veel jeugdvoetbalbeleidsplannen 'het optimaal ontwikkelen van jeugdvoetballers' als een van de na te streven doelstellingen geformuleerd hebben, kan het opleiden van het jeugdkader wellicht als een verplicht onderdeel van het kaderbeleid bestempeld worden. Immers: een nog beter kader draagt bij aan het nog beter ontwikkelen van jeugdvoetballers. Verenigingen kunnen hiermee een enorme kwaliteitsimpuls aan hun jeugdopleiding geven. Daarnaast levert het aanbieden van opleidingen een enorme betrokkenheid en saamhorigheid onder het kader op en draagt dit, mede omdat het ook gewoon leuk is om een aantal momenten intensief met elkaar met het voetballen bezig te zijn, bij aan het behoud van kader.

Stap 6 Doorstromen

In deze stap gaat het om kaderleden in de vereniging die naar een ander of hoger niveau doorstromen. Denk aan de ontwikkeling van trainer naar de functie van HO. De doorstroming is vooral gericht op kader binnen de eigen vereniging. Doorstroming biedt verenigingen de mogelijkheid om kaderleden – op basis van een aantal cri-

Online

Er is een werkgroep binnen de KNVB bezig om kaderbeleid nog verder uit te werken en door te ontwikkelen naar een praktisch document op KNVB Assist waar iedere vereniging direct mee aan de slag kan. Op dit moment kan men online ook al informatie vinden over kaderbeleid: www.knkv.nl/kaderbeleid

teria – op de voor de vereniging meest optimale plaats in de organisatie in te zetten. Daarnaast biedt doorstroming kaderleden mogelijkheden om zich te ontwikkelen, hun eigen ambities na te streven en nog meer voldoening uit hun rol te halen.

Stap 7 Uitsstromen

Uiteindelijk kan het moment komen dat de samenwerking tussen de vereniging en een jeugdkaderlid eindigt. In de praktijk hebben de verenigingen zeer regelmatig met dit proces te maken en daardoor steeds behoefte aan

'Dankzij goed kaderbeleid is de kans groter dat de vereniging minder op zoek moet naar nieuw kader'

nieuwe technische kaderleden. De uitstroom heeft natuurlijk niet alleen negatieve kanten. Het biedt kansen aan andere technische kaderleden om door te stromen en aan de organisatie om kwalitatieve verbeteringen door te voeren in het technisch kader. ⚽

Op de website van De Voetbaltrainer vindt men een voorbeeldprofiel van een Hoofd Opleiding.

Via zijn Twitterkanaal deelt Hoofd Opleiding Johan Koutstaal informatie op welke manieren aandacht wordt geschonken aan het kader van vv Schoonhoven. twitter.com/johankoutstaal



Online VCT-planningstool en trainingsvoorbereidingsformulier

Digitale leeromgeving voor trainer-in-opleiding

Een van de onderdelen van het strategisch plan 2018-2022 van de KNVB is dat elke speler in Nederland een goede trainer-coach verdient. De KNVB Academie leidt de voetbaltrainers op en door middel van een vernieuwde visie op leren, opleiden en kwalificeren wil de bond hier nog beter invulling aan geven.

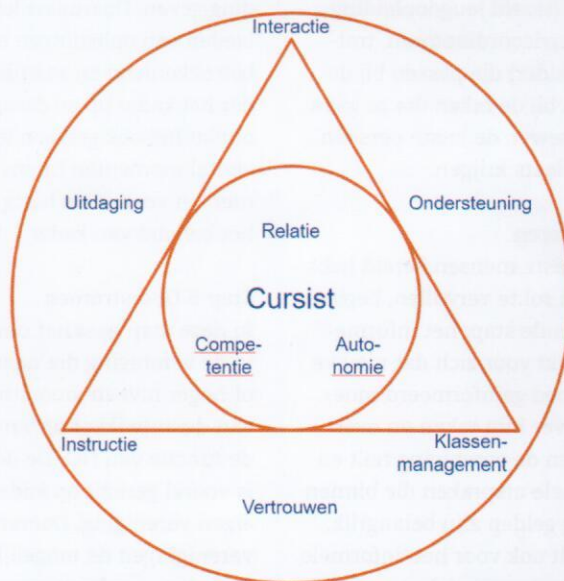


Michel Wijngaards is onderwijskundige en werkzaam voor de KNVB Academie als opleidingsontwikkelaar van onder meer de voetbaltechnische opleidingen. In dat kader is hij betrokken bij de veranderingen op didactisch en pedagogisch gebied.

Michel Wijngaards: 'De vernieuwde kijk op leren, opleiden en kwalificeren van de KNVB Academie volgt logisch op de visie op voetbal en die op leren voetballen. De visie op voetbal is hoe de KNVB aankijkt tegen het spel en de spelers. De opvatting over leren voetballen heeft betrekking op hoe de trainer-coach het spel kan overbrengen op de spelers. In de visie op leren, opleiden en kwalificeren staat hoe de KNVB aankijkt tegen leren, hoe wij willen dat onze docenten de trainer-coaches pedagogisch en didactisch verantwoord opleiden en hoe wij aankijken tegen kwalificeren. Het model van Luc Stevens geldt als het vertrekpunt voor de kijk op leren, opleiden en kwalificeren. Dit bestaat uit de drie onderdelen die voorkomen binnen een onderwijssituatie, namelijk de cursist, de docent en de leeromgeving. Hierbij is het van belang

dat de cursist en zijn basisbehoeften een centrale rol innemen in het geheel (zie figuur). Dit sluit aan bij de visie op leren voetballen van de KNVB waarin het uitgangspunt is dat de ontwikkeling van het individu, in dit geval de speler, centraal staat. Dit houdt overigens niet in dat er uitsluitend individueel getraind en geoefend moet worden. De ontwikkeling van het

individueel handelen vindt het beste plaats binnen de context van het spel voetballen. Het is vervolgens aan de trainer-coach om ervoor te zorgen dat het individu voldoende prikkels krijgt om zich te ontwikkelen. Hier kan een directe vertaalslag gemaakt worden naar het handelen van de docenten richting de cursisten. Zij moeten een onderwijssituatie creëren die zo



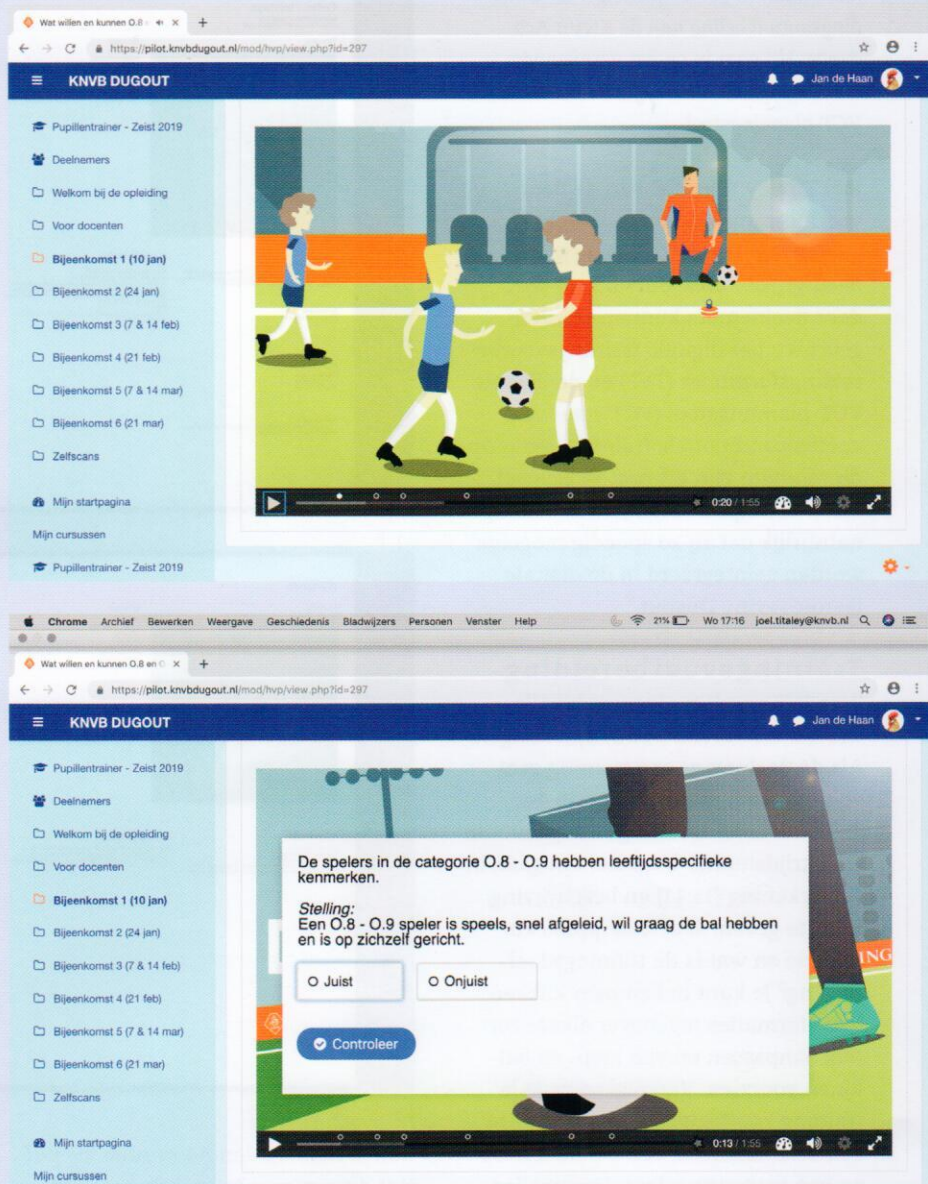
dicht mogelijk bij de context van het spel ligt en waarbij elke deelnemer voldoende prikkels krijgt om zich te ontwikkelen.

Een van de methodieken om de vernieuwde visie op leren en opleiden tot uiting te brengen, is *blended learning*. Het stelt de docent in staat om goed te differentiëren tussen de deelnemers van de opleiding en iedereen op maat te bedienen. We hebben het dan over de combinatie van online-onderwijs en offline-onderwijs, waarmee iedere deelnemer voorafgaand aan elke bijeenkomst in zijn eigen tijd en tempo voorkennis kan ophalen.

De nieuwe elektronische leeromgeving van de KNVB heet Dugout. Met Dugout is het nu mogelijk blended learning een plek te geven in het onderwijsconcept. Het streven is om uiterlijk september 2020 alle voetbalopleidingen volgens de vernieuwde visie op leren, opleiden en kwalificeren in deze nieuwe leeromgeving te hebben. Om dit onderwijsconcept in Dugout te testen zijn we begin dit jaar begonnen met een pilot van de opleiding Pupillentrainer op zeven locaties.

Pupillentrainer

'Voorheen bestond de opleiding uit acht bijeenkomsten. Dat is nu teruggebracht naar zes. Door zelfstudie op een blended manier in de opleiding een plek te geven, kunnen we met meer voorkennis sneller en dieper op de stof ingaan. Daarnaast zijn er kleinere groepen, waardoor cursisten meer aandacht en betere individuele begeleiding krijgen. Hierdoor kan er meer bereikt worden in minder bijeenkomsten. De deelnemers krijgen bijvoorbeeld een interactieve video te zien over de leeftijdsspecifieke kenmerken van jeugdvoetballers. Deze wordt in stukjes gehakt en men krijgt tussendoor steeds vragen te beantwoorden. De docent kan op de achtergrond meekijken hoe iedereen dat doet. Als een bepaalde vraag door meerdere deelnemers fout is ingevuld, weet de docent dat hij daar tijdens de



bijeenkomst langer bij stil moet staan. Doordat deelnemers thuis over het algemeen meer theoretische kennis vooraf verwerken, komt de docent méér in de gelegenheid om hen in de praktijk bij te staan en te ontwikkelen. Hierbij helpt het ook dat we de deelnemersgroepen hebben verkleind. Nu is het maximaal veertien, indien gewenst twaalf personen per opleiding ten opzichte van voorheen minimaal achttien tot soms wel 24 personen. Vier bijeenkomsten zijn met alle deelnemers, twee bijeenkomsten zijn gesplitst in de helft van het totale aantal zodat de docent nog beter maatwerk

kan leveren. Deze splitsing kan door de docent gemaakt worden op basis van bijvoorbeeld niveau of de leeftijdscategorie waarmee ze werken. Deze manier van werken vraagt wat van de zelfstandigheid van de deelnemers als het gaat om de zelfstudie. Tegelijkertijd zullen docenten zich goed moeten voorbereiden en hun programma moeten afstemmen op de wensen en de behoeften van de deelnemers. Een docent moet dus voor elke cursusbijeenkomst binnen Dugout gaan inventariseren wat de vorderingen van de deelnemers zijn.'

Joël Titaley is Senior Medewerker Opleidingsontwikkeling van de KNVB Academie. Hij gaat in op het vernieuwde trainingsvoorbereidingsformulier en de VCT-planningstool.

Joël Titaley: 'Parallel aan de doorvoering van een nieuwe leeromgeving hebben we ook een tweetal belangrijke 'tools' ontwikkeld die door deelnemers kunnen worden gebruikt: het digitale trainingsvoorbereidingsformulier (TVF) en de digitale VCT-planningstool (VCT staat voor voetbalconditionele training, red.). Op dit moment zijn dit nog op zichzelf staande hulpmiddelen, de bedoeling is natuurlijk dat zij zo spoedig mogelijk worden geïntegreerd in de digitale leeromgeving Dugout.'

Trainingsvoorbereiding

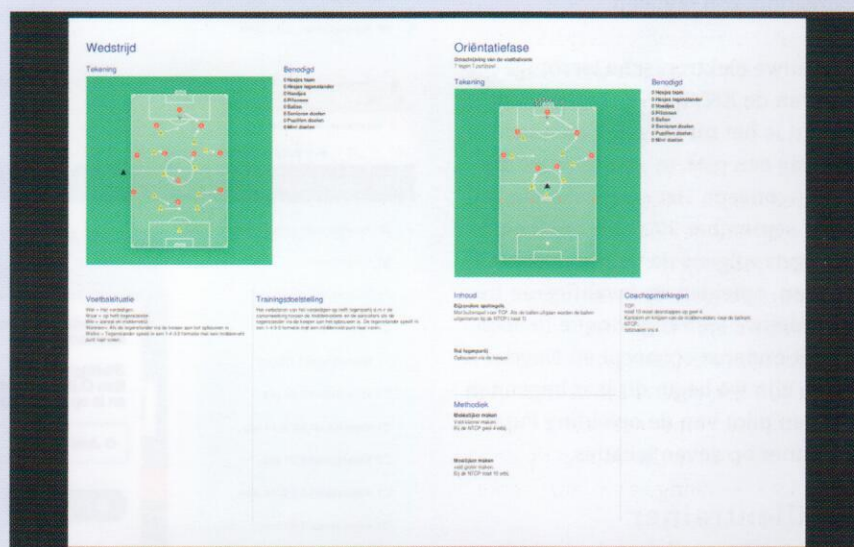
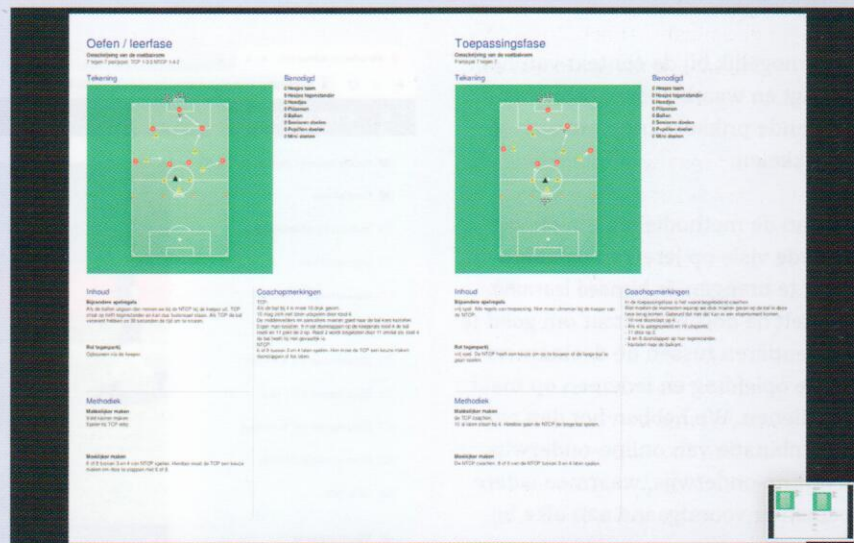
'Het TVF wordt nu ingezet bij alle UEFA B en UEFA B Youth opleidingen. Als de deelnemer een training gaat voorbereiden met behulp van het TVF, wordt hem eerst gevraagd om de wedstrijd situatie waar het om gaat, in een tekening (11:11) en beschrijving weer te geven. Wat is de problemsituatie en wat is de trainingsdoelstelling? Je kunt in een paar klikken twee formaties tegenover elkaar zetten, aanpassen en van loop- en ballijnen voorzien. Vervolgens ga je je training voorbereiden, uitgewerkt in een oriëntatiefase, een oefenleerfase en een toepassingsfase. Voormalige deelnemers van de trainersopleidingen kennen vast nog wel de Excel- of

kun je hem op één A4 printen als pdf. Handig om mee te nemen het veld op. Nadat je de training hebt gegeven, kun je (en de praktijkbegeleider) je

'Als de deelnemer een training gaat voorbereiden met behulp van het TVF, wordt hem eerst gevraagd om de wedstrijd situatie in een tekening (11:11) en beschrijving weer te geven'

Powerpoint-tekeningen, maar die zijn hiermee definitief verleden tijd. Als je je training digitaal hebt voorbereid,

evaluatie en reflectie invullen, opslaan en als bestand inleveren bij de docent.'



Voetbalconditietraining

'De VCT-planningstool hebben we in eerste instantie ontwikkeld voor de opleidingen UEFA A en UEFA A Youth, maar deze is inmiddels ook geïmplementeerd in alle UEFA B en UEFA B Youth opleidingen. Het is bij UEFA B een middel om het maken van een VCT-planning gedurende de opleiding aan te leren en om aan het einde van de opleiding dit onderdeel te toetsen. Bij UEFA A gebruiken we de tool om het startniveau van de deelnemer vast te stellen op het gebied van VCT-planning. Sommige deelnemers van UEFA A hebben na het behalen van UEFA B weinig of geen oog meer gehad voor de VCT-planning, terwijl het voor anderen juist nog steeds gesneden koek is. De beginsituatie van de deelnemers wis-

selt dus sterk, maar met behulp van de VCT-planningstool krijgt de docent een beter beeld van deze beginsituatie. En op deze manier stellen we de docent in staat om meer maatwerk te leveren aan de deelnemers, want de inhoud van de bijeenkomsten in de praktijk kan worden gedifferentieerd naar de specifieke behoeften van de deelnemers.

In de VCT-planningstool hebben we de keuze uit drie schema's, te weten: zaterdagclub en twee keer trainen, zondagclub en twee keer trainen, of jeugdvoetbal en twee keer trainen. Deze drie schema's gebruiken we om de principes van het periodiseren te oefenen. Tijdens het uitwerken van een van deze planningen wordt de deelnemer stapsgewijs meegenomen langs alle begrippen die een rol spelen bij de voetbalconditionele periodisering. Ondertussen kan men alle cycli en weken invullen, rekening houdend met ingeplande wedstrijden en aanbevolen rustperiodes na de diverse soorten VCT-trainingen. Ondertussen ziet de docent hoeveel zijn leerlingen aan het oefenen zijn en hoeveel fouten zij per poging maken. Het grote voordeel van deze werkwijze is dat de docenten tijdens de lesmomenten veel meer en praktischer kunnen inzoomen op de praktische invulling van voetbalconditionele trainingen.'

Bijscholing Ontwikkelen van een voetbalconditionele teamplanning

'Waar we eerst alleen de drie VCT-modellen hadden voor respectievelijk de zaterdag- en zondagclub en de jeugdopleiding, bieden we vanaf de maand mei voor de bijscholing het model 'leeg' of anders gezegd 'open' aan, zodat iedere deelnemer heel specifiek voor zijn situatie de zaken kan oefenen en invullen. Op die manier kan de deelnemer namelijk zijn daadwerkelijke voorbereidingsperiode voor het nieuwe seizoen inplannen en bijstellen tijdens de bijscholing. De feedback dan niet geautomatiseerd omdat niet vergeleken kan worden met een standaard model, maar komt van zijn mededeelnemers en docent van de bijscholing.'

Uitleg stappenplan

STAP 5 - BENOEMEN VAN DE SOORT VOETBALCONDITIONELE TRAINING VOLGENS HET VOETBALCONDITIONELE PERIODISERINGSMODEL

Wat moet je doen:
De volgende stap is dat je de voetbalconditionele trainingen verder gaat uitwerken. Met behulp van het periodiseringsmodel kun je de soort voetbalconditionele prikkel ingangen binnen de cyclus.

Wat moet je weten:
In elke voetbalconditionele training is een deel van de training gericht op **explosiviteit** (de explosiviteitsvoorbereidende vormen) en de voetbalsprints (met weinig of veel rust) en een deel gericht op **herstellen** (de voetbalconditionele partijen groot, midden of klein).
De trainingsoorten gericht op **explosiviteit** vinden altijd plaats direct na de warming-up. De voetbalconditionele partijen gericht op **herstellen** vinden daarna plaats.

Week 1 en 2 van de cyclus:

- EVV (8 x 40 in week 1 en 8 x 30 in week 2)
- Grote partijen (8/8 / 11/11)

Week 3 en 4 van de cyclus:

- Voetbalsprints met weinig rust (VWV)
- Middengrote partijen (7/7 / 5/5)

Week 5 en 6 van de cyclus:

- Voetbalsprints met veel rust (VWV)
- Kleine partijen (4/4 / 3/3)

Let op:
De voetbalsprints met weinig of veel rust kunnen pas worden ingepland nadat de opbouw van explosiviteitsvoorbereidende vormen is afgerond.

OEFENTOETS (AMATEURZATERDAG)

Step 1 - Programma - wordt gegeven door de docent

Stap	Aantal pogingen	Gemiddeld aantal fouten
Step 2 - Cyclus en weken benoemen	1	0
Step 3 - Soort training	4	14
Step 4 - Opbouw EVV	3	0.7
Step 5 - Benoemen soort VCT	1	0
Step 6 - Benoemen stappen	6	4
Step 7 - Benoemen soort WU	2	1

[Bekijk schema](#) [Download schema](#)

KNVB Dugout VCT planning maken

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
Week 1 3 Sep - 9 Sep C1 W1	vrij	training opstart EVV stap 1 (8x40) Partijen groot EVV Extensief	vrij	training voetbalconditie EVV stap 1 (8x40) Partijen groot EVV Extensief - intensief	vrij	training speelwijze EVV stap 2 (7x50) Extensief	vrij
Week 2 10 Sep - 16 Sep C1 W2	vrij	training voetbalconditie EVV stap 2 (7x50) Partijen groot EVV Extensief - intensief	vrij	training wedstrijdtraining EVV stap 3 (8x40) Extensief - intensief	vrij	wedstrijd	vrij
Week 3 17 Sep - 23 Sep Neutraal	vrij	training opstart EVV stap 3 (8x40) Extensief	wedstrijd	training herstel Extensief	vrij	wedstrijd	vrij

Bijscholing: <http://tinyurl.com/y2hzn3f3>

Gemengd voetbal, waarom doet niet iedereen dat?

Jongens en meiden leren van elkaar

Het centraal zetten van zowel het plezier als de ontwikkeling van een jeugdvoetballer. Voor veel verenigingen is het een flinke opgave om zo goed mogelijk aan die opdracht te voldoen. Want op basis waarvan deel je jongens en meiden, vooral in de jongere leeftijdsgroepen, eigenlijk in? En zet je jongens bij jongens en meisjes bij meisjes, of zijn gemengde teams juist een goede optie? De KNVB krijgt geregeld de vraag om advies te geven of om aan te geven welk standpunt de voetbalbond over gemengd voetbal heeft. In dit artikel komt daarop een antwoord.

Advies

De afgelopen periode heeft de KNVB veel tijd gestoken in onderzoek naar gemengd voetballen in de jongere jeugdtalLEN, door rondom dit thema onder meer te luisteren naar de verenigingen. Wat zijn voordelen, nadelen, en wat is uiteindelijk het beste advies voor verenigingen? Bestaand onderzoek is geanalyseerd en de laatste inzichten zijn getoetst door interne en externe experts. Uit dit traject is het volgende advies naar voren gekomen:

De KNVB adviseert om in ieder geval tot en met Onder 11 gemengd voetbal te spelen. Teams en competities worden bij voorkeur niet ingedeeld op basis van sekse maar op basis van (voetbal)leeftijd, ambitie, motivatie en niveau. Kinderen kunnen dan spelen met 'gelijkgestemden' waardoor teams en het voetbalaanbod beter op elkaar aansluiten. Gevolg is dat we kinderen meer plezier en ontwikkeling kunnen bieden in een passende omgeving.

Wat gaat er veranderen tijdens wedstrijden?

Het gegeven advies is geen regel of procedure. Het is slechts een leidraad waarlangs de KNVB handelt en verenigingen en andere betrok-

kenen adviseert hetzelfde te doen. Er verandert dus niets aan het huidige competitie-aanbod. De KNVB blijft alle soorten competities aanbieden zoals men dit nu gewend is. De voetbalbond adviseert echter wel nadrukkelijk en proactief om gemengd te voetballen

is er ook bij gemengde teams en mischien, zoals Henk Alssema verderop in dit artikel zal aangeven, wellicht nog wel meer dan in teams die alleen bestaan uit jongens. Tot en met 11 jaar zijn er niet of nauwelijks verschillen die invloed hebben op het samen

'De KNVB staat voor en gaat voor jeugdvoetbal'

en om ermee te starten, omdat dat beter is voor de ontwikkeling van kinderen en het plezier dat zij beleven aan voetbal. Bij veel clubs spelen jongens en meiden al gemengd.

Wat gaat er veranderen tijdens trainingen?

Ook voor het geven van trainingen hoeft er niets te veranderen. Als trainer zorg je ervoor dat kinderen met plezier beter leren voetballen in een veilige omgeving. Die veilige omgeving

voetballen van jongens en meiden. De kleine verschillen die er wél zijn, bijvoorbeeld op fysiek, cognitief en sociaal-emotioneel vlak, zorgen er juist voor dat kinderen van elkaar leren. En dat is iets waar trainers op in kunnen spelen.

Waarom is het advies beperkt tot en met de Onder 11?

Naarmate kinderen ouder worden, zien we dat de verschillen groter wor-



den. Onder andere vanwege het feit dat jongens meer lichamelijke kracht ontwikkelen. Gemengd voetballen mag natuurlijk ook ná de Onder 11 en de KNVB raadt aan om zo lang mogelijk gemengd te voetballen. Maar we realiseren ons tegelijkertijd dat verschillen tussen jongens en meisjes vanaf ca. 13, 14 jaar steeds groter worden en dat verenigingen er vanaf dat moment verstandig aan doen om ook meidenvoetbal met en tegen meiden aan te gaan bieden.

Ondersteuning nodig?

Verenigingen die behoefte hebben aan ondersteuning op het gebied van gemengd voetbal, kunnen hiervoor terecht bij de verschillende adviseurs. Op ieder gebied heeft de KNVB een expert in dienst die verenigingen persoonlijk op weg helpt. Zowel bij grote als bij kleine vraagstukken staat hij of zij voor clubs klaar.

<https://www.knvb.nl/assist/assist-bestuurders/ondersteuning>

Uit de praktijk:

Henk Alssema is werkzaam als hoofdtrainer bij zowel de onderbouw-lichtingen van vv Zwaagwesteinde en in meer specifieke zin bij de Onder 10-lichting van vv Winsum. Bij die laatste club leidt hij tevens het (gemengde)

Walking Football en hij is hoofdtrainer van vv Aduard 2000. Alssema is al jarenlang een pleitbezorger van gemengde teams bij de jongere leeftijdsgroepen, vooral vanwege de vele voordelen die teams die zowel uit jongens als meiden bestaan met zich mee brengen. In dit artikel deelt hij zijn ervaringen op dit vlak.



Foto: KNVB Media

Weinig verschillen

Henk Alssema: 'Bij vv Winsum praten we in de Onder 10 niet zozeer over jongens of meisjes. Het gaat bij ons vooral over kinderen en over individuen die komen voetballen. Wij werken bij vv Winsum nu een jaar of vijf met een gemengd team in Onder 10. Aan de ene kant zijn er opvallend weinig verschillen: in duelkracht of in spelbeleving doen jongens en meisjes amper voor elkaar onder. Zowel jongens als meisjes zijn fanatiek, tegelijkertijd zijn er ook spelers bij die voetballen leuk vinden maar wat sneller afgeleid worden door andere zaken. Bij onze club krijgen de meiden zelf de keus om een stap naar een volledig meidenteam te maken. Het team voor Meisjes onder 12 traint naast ons en, als erom wordt gevraagd, kunnen onze meiden daaraan meedoen. Sommigen vinden dat leuk, anderen proberen het maar willen vervolgens toch gewoon het liefst in een gemengd team blijven spelen.'

Elkaar versterken

'Naast die overeenkomsten is het leuk om te constateren dat er verschillen zijn en dat jongens en meiden elkaar juist vanwege die verschillen positief versterken. Om te beginnen stellen meiden over het algemeen vaker vra-

gen. Ze zijn nieuwsgieriger en willen met enige regelmaat weten waarom iets gebeurt. Wat is de link tussen de training en de wedstrijd? Als trainer kom je met meiden vaker in discussie en moet je vaker iets uitleggen. We ervaren dit als positief, want hierdoor zien we ook dat enkele jongens meer vragen gaan stellen en meer gaan nadenken over het spelletje.'

Erkende ongelijkheid

'Jongens kunnen van meiden leren, andersom geldt dat natuurlijk net zo goed. Meisjes kunnen langer blijven hangen in het negatieve, bijvoorbeeld wanneer iets niet lukt of wanneer ze een tikje hebben gehad in een duel. Jongens staan op, geven een beuk terug en gaan gelijk verder. Natuurlijk doen sommige meiden dit ook en zijn er ook jongens die juist veel vragen stellen, dus het gaat vooral om het individu. Wat wij als enorm positief ervaren is de sfeer die in gemengde teams heerst. Die sfeer ontstaat doordat er meer voor elkaar wordt gezorgd. Het letten op elkaars positieve kwaliteiten, en daarop coachen. Erkende ongelijkheid op een sociale en positieve manier vormgeven, dat is wat gemengde teams zo mooi en leerzaam maakt.'



COACHES BETAALD VOETBAL

INTEGER

DESKUNDIG

PROFESSIEONEEL

"Passie voor voetbal"

"Coaches Betaald Voetbal is de vakvereniging van gediplomeerde trainer/coaches, werkzaam in het Nederlandse Betaald Voetbal alsmede voor leden werkzaam in het buitenland. In het aansturen en uitvoeren van ons voetbalbeleid laten we ons leiden door Nederlandse deugden: een goede infrastructuur, een cultuur van overleg, kennis van de internationale voetbalwereld, een groot netwerk, ons idee over opleiden, ontwikkelen en presteren."

CBV – visie

Coaches Betaald Voetbal is een goed belangenbehartiger van en voor haar leden. Ze manifesteert zich als een vaste en betrouwbare waarde in het Betaald Voetbal. Ze is volwaardig gesprekspartner van de KNVB, clubs en andere belangenorganisaties. Ze biedt zich aan als adviesorgaan en kenniscentrum voor overheid, business partners en overig bedrijfsleven. In onze visie is prioriteit gegeven aan kwaliteit en professionaliteit in opleiden, ontwikkelen, gedrag en presteren.

CBV – missie

De CBV is de cultuurdrager van het Nederlands voetbal en de bewaker van de Hollandse school. De CBV en haar leden kenmerken zich door een extreme

passie voor voetbal. Deze passie voor voetbal komt binnen en buiten de lijnen tot uiting en willen we graag delen. Coaches Betaald Voetbal neemt ook op sociaal maatschappelijk gebied haar verantwoordelijkheid en zet haar kennis en ervaring in voor mens en samenleving.

Onze vaste kerntaken:

1. Het verbeteren van de kwaliteit van het voetbal in zijn algemeenheid en van het betaald voetbal in het bijzonder;
2. Het verder ontwikkelen en professionaliseren van het vak van trainer/coach met alle te onderscheiden disciplines en voetbaltechnische functies;
3. Het bewaken en waar mogelijk verbeteren van het imago van Betaald Voetbal in zijn algemeenheid en de trainer/coach in het bijzonder;
4. Het optimaal behartigen en bewaken van de belangen van de leden.

Coaches Betaald Voetbal als belangenvereniging

De CBV is een stabiele en sterke organisatie en telt meer dan 540 leden. Zij heeft aanzien en een groot draagvlak in het betaald voetbal. In het buitenland



Coaches
Betaald
Voetbal

CULTUURDRAGERS VAN
De Hollandse School

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
E-mail: info@coachesbv.nl
Website: www.coachesbv.nl

Onze partners

JOUW DRUKWERK. ONZE ZORG.
Q-PROMOTIONS.NL


Landstede

De VoetbalTrainer


BILDERBERG


**SPORT
ACCOUNTANT**

EAMSPORTBEDARF.NL


GAME ON

perspectief
maakt beter

BASIC-FIT


**SEACON
LOGISTICS**