

Iedereen heeft

Voetbaltalent

nummer
61

SAMEN TALENT ONTWIKKELEN



Futsal in jeugdopleiding

Hoger leerrendement door

futsal

Ook voor amateurverenigingen

Differentieel leren bij HC&FC

Victoria 1893

Rinus in nieuw jasje

Verbeteringen op basis van

feedback

Avondje Rinus bij de club

Nieuwe kalenderfunctie



Implementeren van futsal in de jeugdopleiding

Hoger leerrendement door futsal

Steeds meer clubs ontdekken de meerwaarde van zaalvoetbal en zijn op zoek naar manieren om zaalvoetbal een plek te geven in de opleiding. De volgende vraag is dan natuurlijk: hoe krijg je dat voor elkaar? Waar begin je eigenlijk? En wat kan de KNVB voor je betekenen? In het eerste deel van dit artikel praten we daarover met Hjalmar Hoekema (medewerker zaalvoetbalontwikkeling).

Foto: KNVB Media



Hjalmar Hoekema is medewerker zaalvoetbalontwikkeling bij de KNVB. Tevens is hij trainer-coach van het nationale futsalteam voor spelers Onder 19 én van eredivisionist ZVV Volendam.

Flexibeler

Hjalmar Hoekema: 'Sinds enkele jaren zien we dat futsal bij verenigingen een nadrukkelijker plek in de opleiding krijgt. De KNVB ziet dit als een positieve ontwikkeling, want de meerwaarde van futsal wordt ook door ons al langere tijd onderkend. Een van de redenen dat het goed is voor jeugdspelers, is dat de andere ondergrond, andere aantallen, andere regels en de andere bal ervoor zorgen dat de spelers flexibeler worden. Ze krijgen op een andere manier prikkels toegediend en worden technisch, fysiek en tactisch uitgedaagd. Spelers moeten sneller handelen, komen vaker in dezelfde situaties terecht en leren daardoor op den duur gemakkelijker beslissingen

nemen. Los van het technische en tactische worden spelers in de zaal ook mentaal gezien anders bevraagd dan op het veld. Denk aan het omschakelen, dat speelt een belangrijke rol. Eén moment van balverlies kan in de zaal gelijk een tegendoelpunt betekenen. Op het veld daarentegen staan er vaak nog genoeg spelers achter de bal die een foutje recht kunnen zetten.'

Draagvlak

'De KNVB heeft regelmatig contact met BVO's die al met zaalvoetbal aan

te geven in hun opleiding. Om dat te bereiken geven we bijvoorbeeld futsalclinics en nodigen we HO's uit bij zaalvoetbalwedstrijden. In onze app Rinus staan al oefeningen die speciaal voor futsal geschikt zijn. Bij veel verenigingen is het nu nog zo dat er gezaalvoetbald wordt, omdat een HO of een specifieke trainer er affiniteit mee heeft. Daar is niets mis mee, echter het zou mooi en goed zijn wanneer meer verenigingen de stap naar het zaalvoetbal zetten en er actief beleid op maken. Dit beleid kan gericht zijn

'Ook amateurverenigingen willen we aanmoedigen om zaalvoetbal een plek te geven in hun opleiding'

de slag zijn, of die het zelfs al in de jeugdopleiding hebben geïntegreerd. Ook amateurverenigingen willen we aanmoedigen om zaalvoetbal een plek

op trainen, op het spelen van toernooien of zelfs op het spelen in onderlinge competities.'

Betekenen

'Bij amateurverenigingen waar we nu al contact mee hebben, zien we de uitdagingen die men ervaart om futsal een plek te geven in de opleiding. In het Nederlandse voetballandschap komt dan ook van alles voorbij: aparte zaalvoetbalclubs die een jeugdopleiding erbij krijgen, veldvoetbalclubs die een zaalvoetbaltak naast het veldvoetbal aanbieden, maar ook veldvoetbalclubs die zaalvoetbal in de opleiding hebben geïntegreerd. Zonder een oordeel te hebben over goed of fout, blijkt dus in ieder geval dat verenigingen zoekende zijn naar een voor hen passende vorm. Om bij die zoektocht te helpen, heeft de KNVB momenteel drie medewerkers Zaalvoetbalontwikkeling in dienst, waarvan ik er een ben. Samen met Yassine Assa (Noord en Oost, red.) en Michael Thijs (Zuid, red.) ga ik met verenigingen in gesprek en kijken we wat de KNVB op futsalgebied voor ze kan betekenen. We denken mee en proberen rekening te houden met de mogelijkheden van de vereniging.'

Ondersteunen

'De inhoud van de gesprekken die we met verenigingen voeren, is uiteenlopend. Zo zijn er verenigingen bij die een zaalvoetbalcompetitie willen opzetten. In principe kan dat namelijk al zodra vier of zes clubs in een bepaalde regio mee willen werken. Ook zijn er verenigingen die een toernooi willen organiseren. Uiteraard kijken en helpen we mee en letten ook op de organisatorische kant. Zijn er accommodaties beschikbaar in de regio, en zo ja wat zijn de mogelijkheden? Wat we al een tijd merken is dat de animo voor futsal er onder kinderen zelf in elk geval is. Ze vinden het leuk en leerzaam, plezier is in die zin een mooie motivatie om ermee door te gaan. Naast de recreatieve kansen liggen die er op prestatief vlak ook. Er zijn veel minder zaalvoetbalteams dan veldvoetbalteams, dus de kans voor talentvolle spelers om in een nationaal vertegenwoordigend zaalvoetbalteam te gaan spelen is een stuk groter.'

Bewijs

Lionel Messi, Andres Iniesta en Cristiano Ronaldo begonnen op jonge leeftijd alle drie met zaalvoetbal. Het effect van het op jonge leeftijd starten met zaalvoetbal op de manier waarop je later op het veld speelt, is onderzocht door Luca Oppici. In het voorjaar van 2019 verschenen de resultaten van zijn onderzoek onder de titel 'Transfer of Skill from Futsal to Soccer during Junior Development'. Oppici, werkzaam aan de Victoria University in Melbourne (Australië), toont daarin aan dat zaalvoetbal hogere eisen stelt aan de 'passing performance' dan dat veldvoetbal doet. Jonge spelers die naast het veld ook in de zaal actief zijn, worden technisch gezien vaardiger en kunnen betere beslissingen nemen dan spelers die alleen op het veld actief zijn. Waar de vermoedens over de meerwaarde van futsal dus al enkele jaren bestaan, levert Oppici nu daadwerkelijk het bewijs. Zaalvoetbal is een effectieve manier om technische en inzichtelijke vaardigheden te ontwikkelen bij jonge voetballers.

Ben je geïnteresseerd in zaalvoetbal of wil je naar aanleiding van dit artikel meer weten over de mogelijkheden voor jouw vereniging? Neem dan rechtstreeks contact op met de betreffende medewerker Zaalvoetbalontwikkeling in jouw district:

Hjalmar Hoekema (West)	: hjalmar.hoekema@knvb.nl
Yassine Assa (Noord en Oost)	: yassine.assa@knvb.nl
Michael Thijs (Zuid)	: michael.thijs@knvb.nl



Foto: KNVB Media



Een amateurvereniging die zaalvoetbal al bewust een plek heeft gegeven in de jeugdopleiding, is HC&FC Victoria 1893 uit Hilversum. Mede onder leiding van HO onderbouw Yassine Hamami heeft de vereniging besloten om zaalvoetbal met ingang van het seizoen 2018/2019 toe te voegen aan de opleiding van de selectieteams. De onderbouw en middenbouw traint één keer per week in de zaal, gedurende de periode december tot en met februari. Tijdens deze winterperiode wordt tevens door teams deelgenomen aan diverse zaaltoernooien. Binnen de vereniging is Steyn Akkerman de trainer-coach van de Onder 11, en tevens coördinator van de onderbouw (Onder 8 tot en met Onder 12). In het tweede gedeelte van dit artikel licht hij de werkwijze van zijn vereniging toe.

Ontwikkeling



teams ten minste één keer op een andere ondergrond trainen. Op en rond-

Steyn Akkerman:

'Bij HC&FC Victoria 1893 is differentieel leren een belangrijk thema. Door-deweeks zie je dit terug in het feit dat trainers met hun

Structuur

'Waar we op het veld trainen volgens een structuur, doen we dat in de zaal net zo goed. We starten klein in oefenvormen: een techniekvorm, 2:2, 3:3 of we behandelen het duel 1:1. Handelingen zoals bijvoorbeeld het doorbewegen na een pass (zie trainingsvorm 1, red.) komen daarin terug. Maar we trainen ook aan de hand van scenario's: een team begint

'In kleine vormen in de zaal denken ze onder andere omstandigheden na over spelsituaties, dat komt de ontwikkeling ten goede'



om ons complex kunnen we trainen op gras, kunstgras, zand en op straat. Met name in de wintermaanden komt daar het trainen in de zaal bij. Trainen dus, en niet alleen wedstrijdje spelen. Juist door ook te trainen dagen we spelers in kleine vormen uit om na te denken, om beslissingen te nemen. Ze denken na over spelsituaties en doen dat onder andere omstandigheden dan dat ze gewend zijn op het veld. Dit komt hun ontwikkeling ten goede.'

Affiniteit

'Bij HC&FC Victoria 1893 hebben we maandelijks een trainersoverleg. In dit overleg bespreken we een actueel thema, en praten over zaken die ons opvallen of waar we mee aan de slag willen. Wat dat laatste betreft houden we het type speler voor ogen dat we hier willen opleiden: creatief, dominant aan de bal. Dit verklaart de keuze om veelal in kleine vormen te trainen, met aandacht voor technische vaardigheden. De zaal leent zich daar uitstekend voor, omdat daar kleine ruimtes en kleine aantallen zijn en spelers maximaal op hun technische vaardigheden worden uitgedaagd.'

met een 3-0 achterstand en hoe ga je dat oplossen? Via die kleine partijtjes werken we toe naar een partijspel waarin hetgeen we willen verbeteren terugkomt. Ook hier geldt weer dat dit op het veld gebeurt, maar dus ook in de zaal. We geloven dat het trainen op verschillende ondergronden en het trainen in kleine aantallen gaat zorgen voor impliciete beïnvloeding. De door ons gewenste creatieve, aan de bal dominante speler kunnen we op deze manier heel goed opleiden.'

Koppeling

'Het leuke en interessante aan de koppeling tussen zaal en veld is, dat we eenmaal weer buiten merken dat het tempo omhoog is gegaan. Spelers zijn motorisch sterker geworden, want dankzij de zaal hebben ze sneller leren draaien en bewegen. Los van deze voetbalinhoudelijke kant is er nog een goede reden om de zaal in te gaan, en dat is het plezier. Spelers vinden het geweldig om in de zaal te spelen. We krijgen al vragen of we in plaats van alleen de winterperiode hier het hele seizoen mee verder kunnen.' ⚽

HC&FC Victoria 1893 Trainingsvorm 1

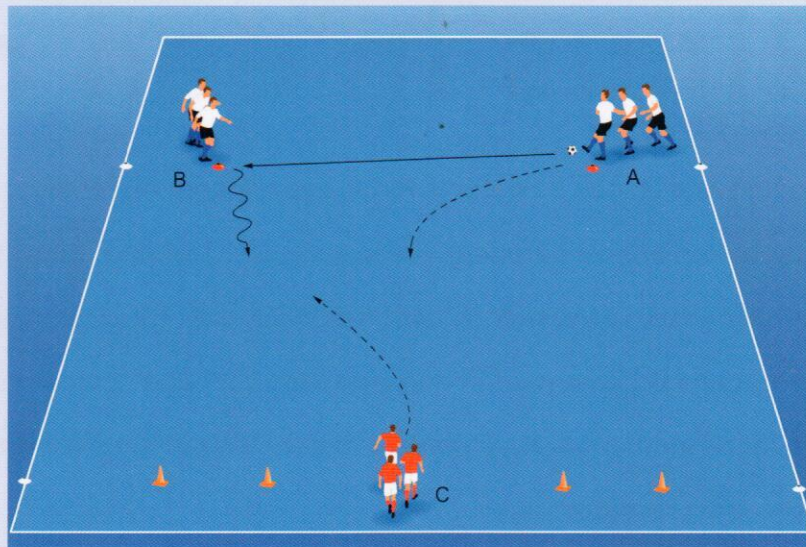
'Dit is een vorm (2:1) die we speciaal in de zaal gebruiken. Hierin wordt het 'doorbewegen' getraind, iets wat essentieel is in zaalvoetbal.'

Inhoud

Speler A speelt medespeler B in. Op dat moment vertrekt de verdediger C vanaf de achterlijn. Speler A loopt na het inspelen door naar de ruimte om te kunnen scoren. De beide aanvallers kunnen scoren in een van de beide doeltjes (gemarkeerd door de pylonen).

Opties voor wit:

1. Eentweetje, waarbij speler A na zijn pass in de richting van de speler B beweegt, eventueel kaatst en dieploopt. Speler B geeft hem de bal in de ruimte.
2. Overlap, waarbij speler A na zijn pass achter speler B langs loopt en een 2:1 probeert te creëren.
3. Zodra de rode verdediger naar B toeloopt, probeert A vanuit de dode hoek van rood diagonaal weg te lopen en de bal in de diepte te ontvangen.



HC&FC Victoria 1893 Trainingsvorm 2

'Dit is de differentiële 1:1-vorm. De rode speler roept een kleur en speelt wit aan. Vervolgens zit er aan elke kleur een bepaalde regel verbonden:

Rood: de witte speler moet alles met links doen

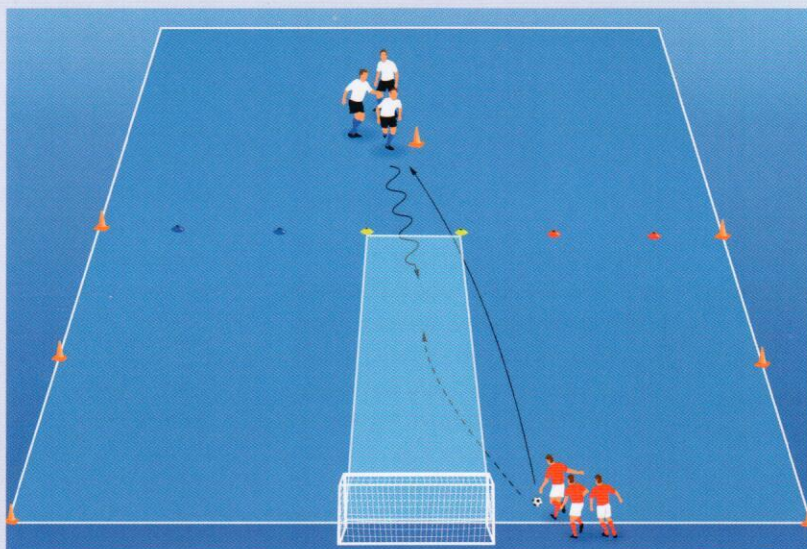
Geel: de witte speler gaat verplicht een 1:1 duel aan in het in de tekening gearceerde gebied

Blauw: de witte speler moet alles met rechts doen

Na het roepen van een kleur dribbelt de witte speler dus tussen de bijbehorende gekleurde dopjes (in het voorbeeld is dat geel). De rode speler gaat vervolgens verdedigen. Bij balverovering kan rood vervolgens scoren door middel van een dribbel door het poortje van de geroepen kleur. De witte aanvaller zelf kan altijd scoren in het doeltje op de achterlijn.'

Extra regels:

- voor de witte speler telt een doelpunt gescoord na een passeerbeweging dubbel
- voor de rode speler telt een score binnen 5 tellen na balverovering dubbel



Verbeterde versie sinds eind januari beschikbaar

Rinus in een nieuw jasje

Al ruim twee en een half jaar is Rinus een welkom hulpmiddel voor trainer-coaches in Nederland. Of het nu gaat om een enkele oefening of een complete training, Rinus wordt ervoor geraadpleegd. Maar waar het voetballandschap verandert, doet Rinus dat ook. De plek waar de voorbije jaren vooral oefenstof kon worden 'opgehaald' is inmiddels een complete tool voor trainer-coaches geworden. De Voetbaltrainer spreekt met Joeri Houniet (digitaal medewerker bij de afdeling Voetbalontwikkeling) over de meest recente ontwikkelingen en vernieuwingen.

Doel van Rinus

Wekelijks staan er duizenden trainers op het veld. Van goedwillende ouders tot gediplomeerde trainers. Zij maken voetballen op de amateurvelden mogelijk en staan aan de basis van het plezier en de ontwikkeling van jeugdspelers. Om deze trainer-coaches te helpen heeft de KNVB in 2017 een online platform ontwikkeld: Rinus (rinus.knvb.nl). Rinus is een online tool die, naast honderden oefeningen, trainingen en programma's, sinds kort ook een kalenderfunctie bevat.'

Doorontwikkeling



Joeri Houniet: 'Eigenlijk kunnen trainer-coaches, zowel via de app als via een website, bij Rinus nu terecht voor alle denkbare voetbaluitdagingen. Ongeacht of ze voor het eerst een team gaan coachen en begeleiden en ongeacht of ze al dan niet in het bezit

zijn van een KNVB-diploma. Sinds 2017 hebben we de nodige feedback van gebruikers ontvangen en verzameld, en daarbij is gekeken naar de pluspunten en de verbeterpunten. In de update van januari 2020 zijn elementen toegevoegd, aansluitend op de behoeften vanuit de doelgroep,

waarmee we trainer-coaches nog beter kunnen bedienen. Naast mijzelf werken nog vijf personen aan Rinus, namelijk een inhoudsexpert, een data-analist om het gebruik van Rinus te monitoren, een redacteur en twee stagiaires. Daarnaast maken we gebruik van de expertise van de Academie, de afdeling Voetbalontwikkeling en zetten we regelmatig projectmedewerkers in om Rinus nog verder te ontwikkelen. De projectmedewerkers worden met name gebruikt om Avondjes Rinus te geven. Tijdens een Avondje Rinus helpen we trainer-coaches om Rinus naar de praktijk te vertalen. Deze avonden worden kos-

teloos georganiseerd en kunnen via Assist Trainers en de Technisch Jeugd Coördinator in de regio worden aangevraagd (knvb.nl/assist-trainers).'

Volgens Houniet is Rinus een stuk slimmer geworden. Zo kunnen trainer-coaches bijvoorbeeld aan de slag met de kalender, die de traditionele seizoensplanning is gaan vervangen. Het trainingsplan is een nieuwe functionaliteit in Rinus, die in nauwe verbinding staat met de kalender: 'Met een trainingsplan kun je in een gekozen periode (één tot vier weken, red.) een specifieke doelstelling verbeteren, of op een gevarieerde manier trainen.

De nieuwe opties van Rinus

Kalender	- plan je trainingen en wedstrijden eenvoudig op de juiste dagen
Trainingsplan	- creëer slimme trainingsplannen met een doelstelling en unieke KNVB-trainingen
Filteren	- vind met slimme filters nog sneller oefeningen, trainingen en programma's op maat
Evalueren	- beoordeel je trainingen direct na afloop
Navigatie	- navigeer direct naar de belangrijkste functies via een verbeterd menu
Jouw team	- selecteer eenvoudig je eigen team bij het maken van een trainingsplan



Bij een gevarieerde training kiest Rinus de doelstellingen, passend bij de leeftijd en de reeds eerder afgewerkte trainingen. Je kunt een trainingsplan op twee manieren gebruiken:

- Automatisch invullen: hierbij kiest Rinus de trainingen voor je uit. Dit is erg handig als je snel een goed trainingsplan wilt maken. Een nadeel is dat het aantal beschikbare spelers voor jouw training kan afwijken.
- Zelf invullen: hierbij kiest Rinus alleen de doelstellingen. De trainer-coach hoeft alleen nog maar het aantal beschikbare spelers in te vullen om een geschikte training toe te voegen.

Kalenderfunctie

'De nieuwe kalenderfunctie geeft de trainer een duidelijk overzicht van alle ingeplande trainingen. De trainingen die erin staan, zijn bovendien eenvoudig aan te passen waardoor elke trainer-coach de mogelijkheid heeft om rekening te houden met de behoeftes van zijn of haar eigen groep. De gemaakte trainingen zijn bovendien eenvoudig te koppelen aan de dag en zelfs aan het tijdstip dat er getraind wordt. Rinus onthoudt de voorkeuren van een trainer-coach, zodat er sneller gewerkt kan worden. Ingeplande trainingen die in het verleden liggen, kun je bovendien evalueren middels een beoordeling met sterren en in een persoonlijke notitie. Medegebruikers kunnen die informatie vervolgens zien én weer gebruiken om trainingen eventueel aan te passen.'



Informatie

'Naast inhoudelijke voetbalvormen en complete trainingen bevat Rinus ook veel waardevolle informatie voor

trainer-coaches. Deze content varieert van artikelen tot video's en wordt aangeboden via Rinus en via de Rinus-nieuwsbrief. De rubriek Tips van Rinus is daar een voorbeeld van. Soms komt het voor dat je weinig materiaal hebt om een training te geven. In een korte video wordt uitleg gegeven hoe je daar als trainer-coach op kunt anticiperen en inspelen. De rubriek Tips van Rinus is slechts een voorbeeld van hoe we kennis proberen te delen en hoe we trainer-coaches van informatie willen voorzien.'

Maatwerk

'De informatie die we trainer-coaches geven, is sinds de nieuwe release meer gespecificeerd. Bij de voetbalvormen staan nog steeds de spelregels vermeld, net als de benodigde materialen en er is een voorbeeldvideo bij. Ook methodisch gezien wordt duidelijk hoe je een oefening makkelijker of moeilijker kunt maken. Wel is daarbij een verdiepingsslag gemaakt. De aandachtspunten bij een voetbalvorm waren eerst namelijk vrij algemeen geformuleerd. Nu wordt er per leeftijdscategorie meer gezegd over die aandachtspunten en is de coaching passend bij de leeftijd. Dus de trainer-coach van een Onder 8 krijgt nu iets anders te zien dan een trainer-coach van Onder 16 en in die zin ontstaat er meer maatwerk. Ook hierdoor hopen we dat spelers en speelsters met plezier beter leren voetballen.'

Voetbalhandelingen

'Het platform wordt maandelijks door ongeveer 25.000 trainer-coaches gebruikt en zij moeten ermee kunnen werken. Nog steeds is oefenstof de belangrijkste component van Rinus en ook op dat vlak hebben we verbeteringen doorgevoerd. Daarnaast bleek dat trainer-coaches van mening waren dat voetbalhandelingen een nadrukkelijker plek moesten krijgen. Een trainer-coach die bijvoorbeeld wil dat zijn spelers beter leren passen of dribbelen, wil alle oefeningen en trainingen op dat vlak kunnen zien. Aan deze vraag hebben we nu voldaan. Voetbalhandelingen zoals passen, dribbelen of aannemen zijn, passend

Seniorenteams

Naast het bedienen van de jeugd en het G-voetbal heeft Rinus er sinds de update een nieuwe leeftijdscategorie bij gekregen. Vanaf nu kunnen trainer-coaches die een seniorenelftal onder hun hoede hebben ook gebruikmaken van het platform. Daarmee is Rinus er echt voor alle trainer-coaches in Nederland.

dus bij de leeftijdscategorie, aan de voetbalvormen gekoppeld. Er kan nu op gezocht en gefilterd worden. Tegelijkertijd is ook het aantal beschikbare oefeningen uitgebreid en er zijn per leeftijdscategorie nieuwe trainingen toegevoegd.'

Bereik

'Aan de hand van feedback van gebruikers van Rinus hebben we echt zaken geïmplementeerd die trainer-coaches gaan helpen om trainingen nóg beter te organiseren en meer structuur aan te brengen in een seizoen. Momenteel zijn we ook voor keepers oefenstof aan het ontwikkelen vanuit onze visie, welke we op Rinus zullen lanceren. Daarnaast zijn we aan het kijken of we een Hoofd Opleiding een overkoepelend account kunnen geven, zodat hij of zij met trainer-coaches van de vereniging in groepsverband zaken kan uitwisselen. Het is niet ons doel om Rinus alleen maar groter te laten worden. Nee, voorop staat de doelstelling van Rinus en die houden we voor ogen: het ondersteunen van de trainer-coach bij de werkzaamheden die hij of zij doet, zodat spelers en speelsters met plezier beter leren voetballen.'

Rinus

Heb je vragen, opmerkingen of feedback, of wil je iets anders met ons bespreken? Neem dan contact met ons op via rinus@knvb.nl.

Nieuw! 120 uitgekiende trainingsvormen om een topkeeper te worden.

Het Keepers Trainings Programma is dé ultieme basis voor het goed opleiden van keepers.



Een must have voor iedere keeperstrainer!

Vanaf nu verkrijgbaar e-book met 120 oefeningen
Basisversie € 14,95
Met video's € 24,95

Maarten Arts (UEFA A licentie) heeft jarenlange en wereldwijde ervaring als keeperstrainer op topniveau. Hij heeft een blauwdruk van 120 oefeningen samengesteld waarmee keepers optimaal kunnen worden opgeleid. Deze 120 oefeningen zijn nu gebundeld in een praktijkgericht e-book met korte uitleg in tekst, duidelijke tekeningen. Het interactieve e-book bevat gekoppelde videofragmenten, die afspelen in de TrainingsPlanner.

Beide e-books zijn verkrijgbaar in onze Trainingsshop op voetbaltrainer.nl

De VoetbalTrainer