



Jeugdopleiding VVGA

Beleidsplan 2009 module 3

Voetbalvisie VVGA



- Missie (invulling Hoofdbestuur, Jan Deneve)
 - Een zo hoog mogelijk verenigingsamusement en clubplezier brengen naar de:
 - Spelers
 - Supporters
 - Omgeving
 - Dit door continu te streven naar speelplezier en successen binnen het eerste elftal en de jeugdelftallen

Voetbalvisie VVGA

- Uitgangspunten:

- Samenstelling en jeugdopleiding zijn fundamenteel voor het spelsysteem van de club.
 - Bijgevolg dienen de jeugdspelers opgeleid te worden in functie van de speelopstelling en het systeem van het eerste elftal.
 - Niet enkel de jeugdspelers dienen te passen in dit spelersprofiel, ook bij recrutering dienen de richtlijnen gerespecteerd te worden.
 - De ruggegraat van het eerste elftal wordt gevormd door eigen opgeleid talent.

Voetbalvisie VVGA

- Doelstellingen:

- Iedere speler zoveel mogelijk amusement zijnde speeltijd gunnen, minimum 50% speelgelegenheid verzekeren.
 - Wedstrijd niet altijd mogelijk, wel op gans seizoen
- Meer rendement van jeugdopleiding door technisch jeugdplan.
- Beschrijving en vastleggen van criteria per spelersprofielen en spelsysteem per leeftijdscategorie
- Evaluatie van spelers en trainers tov beoogde en behaalde resultaten en spelplezier

1. Kritieke Succesfactoren

- **Speelstijl**

- Direct – en combinatievoetbal

- Zowel aanvallend als verdedigend
- Zowel resultaat- als attractief gericht
- Voortbordurend op de meest voorkomende speelstijl in de afgelopen jaren binnen de jongere jeugdreeksen en het eerste elftal van VVGA

1. Kritieke Succesfactoren

- Spelsysteem

- 1-4-4-2 (eerste elftal en vanaf miniemen)

- Defensief en Offensief
- Flexibiliteit tov tegenstand
- Maximaal benutten van grootte veld VVGA (flanken)
- Maximaal benutten van polyvalentie spelers (As)

- Afgeleiden per categorie

- Duiveltjes 1+1+2+1 (ruitvorm)
- Preminiemen 1+3+3+1 (dubbele ruitvorm)

1. Kritieke Succesfactoren

- Spelersprofielen

- Duidelijke omschrijving aan welk specifiek profiel een speler op een welbepaalde plaats moet voldoen
- Deze taak- en functieomschrijvingen zijn dus het uitgangspunt bij opleiding (en recrutering eerste elftal)
- Inzicht krijgen in het aanwezige talent en welke training-, coachingbehoefte er nodig zijn om speler en team te vervolledigen

2. Kritische Prestatieindicatoren

● 2.1. Algemeen

- Succes van jeugdelftallen en eerste elftal
 - Fun factor en speelgelegenheid
 - Resultaten wedstrijden
- Marketing- en amusementswaarde van de club
 - Aantal spelers
 - Trainingen, wedstrijden en evenementen
 - Aantal supporters
 - Wedstrijden en evenementen
 - Aantal sponsers
 - Evenementen en competitie seizoenen
- Groeimogelijkheden
 - Financieel
 - Infrastructuur



2. Specifieke Prestatieindicatoren

- 2.2. Spelersprofielen

- Algemeen (attitudes)

- Wil om te winnen
 - Strijdlust en volharding
 - Durf en zelfvertrouwen
 - Verantwoordelijkheid opnemen
 - Incasseringsvermogen
 - Beheerste agressie
 - Teamgeest en vriendschap
 - Discipline en beleefdheid



2. Specifieke Prestatieindicatoren

- 2.2.1. Vaardigheden Doelman (Doelman)
 - Explosiviteit en reflex
 - Wendbaarheid en lenigheid
 - Technisch vermogen (controle, dribbel, schot)
 - Positiegevoel en timing



2. Specifieke Prestatieindicatoren

- 2.2.2. Vaardigheden Achterspelers (Verdediging)

- Duelkracht
- Technisch vermogen (controle, pas kort & lang)
- Ruimte en tijdperceptie
- Sterk kopspel
- Infiltratievermogen
- Dirigerend



2. Specifieke Prestatieindicatoren

- 2.2.3. Vaardigheden Centrumspelers (Midden, As)
 - Loopvermogen
 - Technisch vermogen (controle, pas, schot)
 - Positiespel
 - Combinatievermogen
 - Kopspel
 - Spelintelligentie
 - Sturend



2. Specifieke Prestatieindicatoren

- 2.2.4. Vaardigheden Flankspelers (Flank)
 - Snelheid & Explosiviteit
 - Technisch vermogen (dribbel, voorzet, schot)
 - Wendbaarheid
 - Lef en durf
 - Recuperatievermogen

2. Specifieke Prestatieindicatoren

- 2.2.5. Vaardigheden Voorspelers (Aanval)
 - Startsnelheid en acceleratie
 - Wendbaarheid
 - Aanvallende ingesteldheid
 - Technisch vermogen (controle, dribbel, schot)
 - Positiegevoel en timing (vrije ruimte opzoeken)
 - Beheersing voor doel

Specifieke Prestatieindicatoren

● 2.3. Conclusie

- Door de analyse van de jeugdtrainer van deze intrinsieke vaardigheden kan de jeugdspeler gemakkelijker geprofileerd worden.
- Hierdoor kan zowel de trainer als speler ten volle het rendement behalen binnen het team en een positieve bijdrage leveren tot het succes en funfactor van het team en de club.
- De juiste man met de juiste mentaliteit op de juiste plaats!

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.1. Per leeftijdscategorie

- Onder 10 jaar (Bal is doel, Bal is middel)
 - Balvaardigheid
 - Technische vaardigheden
- Tussen 10 en 14 jaar (Bal is middel, Wedstrijd is middel)
 - Wedstrijdvorm
 - Positiespel en taken binnen het team
- Tussen 14 en 18 jaar (Wedstrijd is middel, Wedstrijd is doel)
 - Omgaan met eigen/team sterktes en zwaktes
 - Positiespel in functie wedstrijd

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.2. Basistaken per spelerspositie

○ 3.2.1. Doel (nr. 1)

● Balbezit

- Positie kiezen t.o.v. verdedigers
- Voortzetting spel d.m.v. pas (voet, hand, kort, lang)
- Aanbieden als vrije man

● Balverlies

- Doelpunten voorkomen
- Positie kiezen t.o.v. verdedigers

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.2. Basistaken per spelerspositie

○ 3.2.2. Vleugelverdedigers (nr. 2 & 5)

● Balbezit

- Positie kiezen t.o.v. middenvelders en libero/doelman
- Aanbieden als vrije man
- Aanspelen van middenvelders
- Infiltratie indien kans

● Balverlies

- Doelpunten voorkomen door dekking rechtstreekse tegenspeler
- Rugdekking middenvelders en libero/doelman

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.2. Basistaken per spelerspositie

○ 3.2.3. Centrale verdedigers (nr. 3 & 4)

● Balbezit

- Positie kiezen t.o.v. middenvelders, flankspelers
- Aanbieden als vrije man
- Aanspelen van middenvelders, flankspelers, aanvallers
- Infiltratie indien kans

● Balverlies

- Doelpunten voorkomen door dekking rechtstreekse tegenspeler of ruimtes
- Rugdekking middenvelders, vleugelverdedigers en doelman
- Coaching en sturing medespelers

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.2. Basistaken per spelerspositie

○ 3.2.4. Centrale Middenvelders (nr. 6 & 10)

● Balbezit

- Positie kiezen t.o.v. aanvallers, flankspelers, verdedigers
- Aanbieden als vrije man
- Aanspelen van flankspelers, aanvallers, verdedigers
- Infiltratie en doelpoging indien kans

● Balverlies

- Doelpunten voorkomen door dekking rechtstreekse tegenspeler of ruimtes
- Rugdekking vleugelspelers midden en aanvallers
- Coaching en sturing medespelers

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.2. Basistaken per spelerspositie

○ 3.2.5. Vleugelspelers midden (nr. 7 & 8)

● Balbezit

- Positie kiezen t.o.v. middenvelders, aanvallers, vleugelverdedigers
- Aanbieden als vrije man
- Aanspelen van middenvelders, aanvallers
- Infiltratie en voorzet/doelpoging indien kans

● Balverlies

- Doelpunten voorkomen door dekking rechtstreekse tegenspeler of ruimtes
- Rugdekking middenvelders, aanvallers

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.2. Basistaken per spelerspositie

○ 3.2.6. Centrale Aanvallers (nr. 9 & 11)

● Balbezit

- Positie kiezen t.o.v. middenvelders, flankspelers, verdedigers tegenstrever
- Aanbieden als vrije man
- Verdelen en spel verleggen in de ruimte
- Actie maken en doelpoging indien kans

● Balverlies

- Doelpunten voorkomen door dekking rechtstreekse tegenspeler of ruimtes (passief)
- Balrecuperatie

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.3.1. Morfologie en Fysieke kenmerken

● 6 tot 8 jaar

- Zeer lenig, lopen heel oneconomisch, geen langdurige concentratie

=>Concentratie op techniek en balvaardigheid

● 8 tot 10 jaar

- Goed lenig, beperkte uithouding en concentratie

=>Concentratie op techniek en balvaardigheid

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.3.1. Morfologie en Fysieke kenmerken

● 10 tot 12 jaar

- Begin spierontwikkeling, snelheid, behendigheid en coördinatie beginnen

=>Concentratie op techniek en balvaardigheid en eerste wedstrijdvormen

● 12 tot 14 jaar

- Lenigheid verdwijnt, klungeligheid, onharmonieuze groei spieren

=>Concentratie op wedstrijdvorm, team en eigen zwaktes

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.3.1. Morfologie en Fysieke kenmerken

● 14 tot 18 jaar

- Harmonieuze lichaamsgroei en goede coördinatie
=>Concentratie op snelheid, kracht, specifieke wedstrijdvormen en eigen/team zwaktes

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.3.2. Psychomotorische kenmerken

- 6 tot 8 jaar (Bal, Techniek)
 - Balgevoel is zwak, moeite met technische vormen
- 8 tot 10 jaar (Bal, Techniek)
 - Meer balgevoel, betere coördinatie
- 10 tot 12 jaar (Bal, Techniek)
 - Balhandeling is gericht, controle van bal begint
- 12 tot 14 jaar (Wedstrijd, Team)
 - Wijzigingen in lichaam, minder lichaamsbeheersing
- 14 tot 18 jaar (Wedstrijd, Ik, Team)
 - Techniek en balgevoel komen terug, coördinatie best

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.3.3. Conclusie fysische kenmerken

● 6 tot 12 jaar

- Beste periode voor technische en motorische vaardigheden te ontwikkelen
- Na deze periode is het moeilijker om basistechniek en balvaardigheid aan te leren

● 12 tot 18 jaar

- Beste periode om wedstrijdvorm aan te leren

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.3.4. Psychologische eigenschappen

● 6 tot 8 jaar

- Spontaan maar geen concentratie
- Nog geen echt groepsgevoel (individualistisch)

● 8 tot 10 jaar

- Enthousiast en leergierig
- Creëren van groepsgevoel

● 10 tot 12 jaar

- Vergelijken met andere (ik vs team)
- Kunnen in team doel nastreven
- Kritiek tov eigen kunnen en anderen (hoofd laten hangen, spotten)

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.3.4. Psychologische eigenschappen

● 12 tot 14 jaar

- Egocentrisch (met zichzelf bezig)
- Nemen meer verantwoordelijkheid (geldingsdrang)

● 14 tot 16 jaar

- Verantwoordelijkheidszin
- Analyse van eigen kunnen en team
- Op zoek naar eigen ik (afname zelfvertrouwen)

● 16 tot 18 jaar

- Spelintelligentie grootst
- Eerste stappen in volwassenheid

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.4.1. Samenvatting per leeftijd

● 6 tot 8 jaar

- Gunstige lichaamsverandering
- Grote bewegingsdrang
- Snel vermoeid, snelle recuperatie
- Slechte concentratie
- Weinig sociaal
- Individueel ingesteld

- Trainers dienen hiermee rekening te houden in training en coaching van de speler

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.4.2. Samenvatting per leeftijd

● 8 tot 10 jaar

- Leergierig en leergevoelig
- Balgevoel verbetert
- Sociale omgang begint
- Concentratie wordt beter

- Trainers dienen hiermee rekening te houden in training en coaching van de speler

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.4.3. Samenvatting per leeftijd

● 10 tot 12 jaar

- Goeie lichaamsbouw
- Prestatiegericht
- Leert snel
- Groepsbewust
- Prestatievergelijking

- Trainers dienen hiermee rekening te houden in training en coaching van de speler

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.4.4. Samenvatting per leeftijd

● 12 tot 14 jaar

- Begin pubertijd
- Snelle lengtegroei
- Stuntel- en Slungelachtig
- Geen leergierigheid
- Blessuregevoelig

- Trainers dienen hiermee rekening te houden in training en coaching van de speler

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.4.5. Samenvatting per leeftijd

● 14 tot 16 jaar

- Emotionele aanpassing
- Verantwoordelijkheidszin
- Winnen is belangrijk
- Volle pubertijd (drank, meisjes)
- Soms te fanatiek (macho)

- Trainers dienen hiermee rekening te houden in training en coaching van de speler

3. Ontwikkeling & evolutie

● 3.3. Ontwikkelingskenmerken per leeftijd

○ 3.4.6. Samenvatting per leeftijd

● 16 tot 18 jaar

- Zakelijke benadering (what's in it for me)
- Meer fysiek & psychologisch evenwicht
- Van groep naar ik
- Sterk uitgesproken zelfkritiek

● Trainers dienen hiermee rekening te houden in training en coaching van de speler

4. Wedstrijd en Training

- 4.1. Rode draad bij training en voorbereiding wedstrijd
 - A. Losmaken spieren met zonder bal
 - Balgoochelen, ééntijdsvoetbal (handbal, e.a.)
 - B. Stretching en Wedstrijdfocus
 - Kuit, achillespees, hamstrings, quadriceps en adductoren
 - Rust en concentratie
 - C. Voetbalspecifiek
 - Passing en controle (over de grond, in de lucht)
 - Wedstrijdvormen
 - D. Wedstrijdritme
 - Spurtjes, interval
 - E. Afwerken op doel
 - Bal inspelen, afleggen en schot
 - Stilstaande fases



4. Wedstrijd en Training

- 4.2. Specifieke invulling per leeftijdscategorie
 - In samenspraak door en met trainers
 - (cf. trainersopleiding, praktijkervaring)
 - Enkele richtlijnen
 - Onderbouw, Middenbouw en Bovenbouw

4. Wedstrijd en Training

- 4.2 Specifieke invulling per leeftijdscategorie

- 4.2.1. Onderbouw (<10j)

- Laten uitrazen en warm laten lopen met bal
 - Balvaardigheid aanleren door oefening
 - Balcontrole (links, rechts)
 - Passen (links, rechts)
 - Dribbelen-passeren (links, rechts)
 - Schieten (links, rechts)
 - Voetbalgewenning door basisspelvormen, wedstrijdjes en instructies (4 tegen 4; 7 tegen 7)

4. Wedstrijd en Training

- 4.2 Specifieke invulling per leeftijdscategorie

- 4.2.3. Middenbouw (<16j)

- Laten uitrazen en warm laten lopen zonder bal
 - Fysische bagage om volledige wedstrijd te spelen
 - Controle en bal correct inspelen (voet, hoofd, borst)
 - Passen, inspelen of trappen met beide voeten
 - Positie aanhouden en taak uitvoeren (11:11)
 - Speelveld vergroten door ruimte te geven en breed te spelen
 - Off-side positionering aanleren
 - Man op man actie kunnen maken (aanvallend)
 - Teamgeest, vechten voor elkaar

4. Wedstrijd en Training

- 4.2 Specifieke invulling per leeftijdscategorie
 - 4.2.2. Bovenbouw (16+j)
 - Opwarmingsoefeningen met en zonder bal
 - Stretching
 - Fysische bagage om volledige wedstrijd te spelen
 - Controle en bal correct inspelen (voet, hoofd, borst)
 - Passen, inspelen of trappen met beide voeten
 - Positie aanhouden en taak uitvoeren
 - Speelveld verkleinen bij balverlies en dekking geven
 - Speelveld vergroten door ruimte te geven en breed te spelen
 - Off-side positionering verdedigend en aanvallend
 - Bruikbare voorzet geven voor doel (aanvallend, middenveld)
 - Infiltreren indien mogelijk (aanvallend, middenveld)
 - Man op man actie kunnen maken (aanvallend)
 - Elkaar coachen, motiveren
 - Teamgeest, vechten voor elkaar

4. Wedstrijd en Training

● 4.3. Omgangsrichtlijnen voor trainers

○ Algemene Trainersvereisten:

- Het geven van het juiste voorbeeld
- Creëren van het juiste klimaat (fun, grinta)
- Richtlijnen en opstelling maken en toelichten
- Kunnen lezen en interpreteren van verschillende voetbalsituaties
- Probleem kunnen analyseren en remediëren
- Aanpassen van richtlijnen en spelvorm in functie van tegenstander, weersomstandigheden en andere factoren
- Motivatie en coaching van spelers
- Bescherming van spelersgroep tov externe factoren (supporters, grof taalgebruik, e.a.)

4. Wedstrijd en Training

● 4.3. Omgangsrichtlijnen voor trainers

○ Specifieke Trainersvereisten VVGA:

- SLECHT bestaat niet (opbouwende kritiek)
- Objectieve evaluatie van speler/groep
- Spelersfiche opmaken en rapporteren aan JCT en ouders
- Oefeningen aangepast aan het niveau per speler, per team
- Maak training haalbaar en uitdagend voor iedereen
- Ethousiasme bevestigen bij kleine successen
- Laat de betere spelers het voorbeeld tonen zonder hen over het paard te tillen
- Motiveer om op training (en om thuis verder) te oefenen; oefening baart kunst (balgevoel, techniek)

5. Analyse en Evaluatie

- 5.1. Analyse en Evaluatie speler/team
 - Individuele fiches
 - Wedstrijdfiches
 - Statistieken ter objectieve staving van evolutie speler/groep
 - Feedback en praktijkervaring trainers hierbij essentieel

5. Analyse en Evaluatie

- 5.2. Planning Communicatie, Analyse & Evaluatie
 - Continu peilen naar fun factor/tevredenheid en speelgelegenheid speler en groep (trainer en jeugdcoördinator)
 - Tussentijds (herfst, winterstop, krokus) overleg trainer en jeugdcoördinator met focus op verbeteringspunten (speler, team) en bewaking van jeugdopleidingsplan
 - Begin en/of einde voetbalseizoen: overleg trainers onderling olv. jeugdcoördinator en JCT (overdracht van speler, team)
 - Jaarlijkse brainstorming (tussenseizoen) evaluatie trainers, jeugdcoördinator en JCT (KSI en KPI) alsook indeling ploegen komende seizoen