

# Vessem / DEES jeugd



Beste trainer / begeleider van JO14/15

Een beknopte samenvatting, over deze kinderen en hoe een trainer dit kan begeleiden

## Kenmerken van het kind en hoe dit te gebruiken in trainingen en wedstrijden



- Groei van het kind start, bij jongens betekent dit krachttoename. Door deze groei kan er een coördinatie probleem. Houd hier rekening mee, zeker gezien blessure preventie.
- Spelers zijn kritischer en laten dit ook horen. Betrek de kinderen dus bij opstelling / speelwijze. Uiteraard blijft trainer wel in control. Belangrijk is dat er een groepsgevoel ontstaat.
- Spelers worden volwassen, geef ze ook verantwoordelijkheden. Hierdoor ontstaat er meer zelfvertrouwen en eigenwaarde bij de speler..
- Maak duidelijke team en positie afspraken. Stimuleer afstemming tussen spelers en lines. Doe dit in een veilige omgeving. Fouten maken mag, belangrijk is het leerdoel.
- Puberteit begint in deze leeftijdsgroep. Jongens zoeken vaker de grenzen op en zijn meer uitgesproken. Meisjes willen eerder weten waarom je dingen zegt / traint.



## Kernwoorden die bij deze leeftijdsgroep horen zijn :

Individueel (Samen), Respect, Sportief, Lef, Gedreven, Overzicht en Inzicht, Onderlinge Coaching en Samenwerking



KNVB informatie filmpje

<https://youtu.be/B1RtMsSEUgM>

# Vessem / DEES jeugd



Welke eigenschappen maken je een goed trainer

- Structuur bieden
  - Maak duidelijk afspraken bij aanvang van het seizoen en spreek de spelers hierop aan. Tip: Leg deze afspraken ook vast
  - Leg speelwijze uit en houdt hier aan vast, wellicht kunnen dit 2 speelwijzen zijn. Betrek de spelers hierin.
- Stimuleren
  - Voor en tijdens de wedstrijd/training. Zorg dat de spelers er zin in hebben
- Individueel aandacht geven
  - Naast aandacht voor het individu ook aandacht voor taken in het veld.
- Verantwoordelijkheid geven
  - Speelt steeds meer. Laat de spelers meedenken en laat ze in de wedstrijd sturen op een positieve manier.
  - Geef een leerdoel mee en probeer zo te werken aan het zelfvertrouwen.
- Kernwoorden
  - Geduldig, Plaatje, Herhalen, Positief, Gebruik voetbaltermen (teamgericht en individueel)

**INFO:** <https://www.knvb.nl/downloads/bestand/18548/infographicdoelgroepenjuniorenknvbassist>

## **De training:**

De training voor deze leeftijdsgroep is tweemaal per week een uur.

Zorg als trainer dat voor de training start de oefenvormen grotendeels klaar staan en zorg ervoor dat je deze hebt voorbereid.

Voor deze leeftijdsgroep stel ik voor om 3 blokken van (18-20 min) voor te bereiden. Hier kun je diverse trainingsvormen stoppen.

Hier dient wekelijks een positiespel **en** een partijvorm in zitten.

Deze leeftijdsgroep heeft onderstaande verbeterpunten

- Trappen van de bal zowel links als rechts
- Plezier in voetbal, door te werken aan het individu kan het kind successen vieren ontwikkelt zich
- Begrijpt voetbalbegrippen zoals knijpen / kantelen / aansluiten
- Begrijpt (simpele) voetbalsituaties en kan hier naar handelen. Bijv. overtal/ondertal - druk op de bal - veld klein / groot
- Omschakelen (aanvallen - verdedigen en andersom)
- Onderlinge positieve coaching



## **Ondersteuning:**

Heb je een vraag of je weet niet goed hoe te handelen in een bepaalde situatie. Schroom dan niet en vraag hulp.

Binnen de vereniging zijn er aanspreekpunten die je kunnen helpen.

*Praten helpt*