



HANDBOEK VOOR COACHES

Zo begeleid je je team tijdens de wedstrijd

INHOUD

1. WAT IS EEN GOEDE COACH?	2	5. COACHPRINCIPES	12
		5.1 Autonomie	12
2. 4 TRAINERSPRINCIPES	3	5.2 Zelfstandigheid	12
		5.3 Beeldspraak	14
3. EIGEN TEAM	4	BIJLAGEN	17
3.1 Organisatorische zaken op orde	4	Bijlage 1 Spelerspaspoort	17
3.2 Team in beeld	4	Bijlage 2 Wedstrijdvorm 6 tegen 6	18
		Bijlage 3 Spelregels 6 tegen 6	19
4. DE WEDSTRIJD	5		
4.1 Wedstrijdvormen	6		
4.2 Structuur van voetballen	6		
4.3 Wedstrijdbespreking	6		
4.4 Warming-up	9		
4.5 Tijdens de wedstrijd	9		
4.6 In de rust	10		
4.7 Na de wedstrijd	10		



FC Weesp dat zijn
wij allemaal!

1. WAT IS EEN GOEDE COACH?

En plotseling ben je coach!

De vraag of jij coach of teamleider wilt worden is gemakkelijk gesteld en vaak volgt het antwoord net zo snel. En dan ben je coach of leider van het voetbalteam. Acht, tien of veertien meiden, jongens of een mix verwacht nu iets van je. Ouders rekenen erop dat je elke week ook toeziet op dit voetbalplezier.

Een coach is veel meer dan de persoon die een team naar de overwinning helpt. Je hebt een enorme impact op de sportervaring van de kinderen in je team en dat gaat niet alleen over de prestaties. Een coach stimuleert en motiveert kinderen, leert ze zelfverzekerdheid en doorzettingsvermogen en bovenal, verzekert dat elk kind plezier heeft.

Een goede voetbalcoach:

1. Plaatst het kind boven de sporter

Een kind kent vele rollen, waar voetballer er maar één van is. Dit zou nooit belangrijker moeten zijn dan het welzijn van het kind in algemene zin.

2. Corrigeert op een positieve manier

Een goede coach zegt niet 'dat moet je niet doen!', maar 'het werkt beter wanneer je... probeer maar!'.

3. Weet hoe je succes moet meten

Succes kan vele vormen aannemen. Wat op de korte termijn succesvol is, hoeft dat op lange termijn niet te zijn. En wat op het scoreboard misschien niet zo goed staat, kan voor een kind of team zelf wel een enorme persoonlijke overwinning zijn.

4. Begrijpt het belang van een hecht team

Een team behaalt pas echt succes, wanneer het hier samen naartoe werkt. Een goede coach besteedt daarom voldoende tijd aan het nut van het teamverband, teambuilding en de relaties tussen de jonge voetballers.

5. Neemt een groeimentaliteit aan

Focus niet op het beoordelen, maar vooral op verbeteren en ontwikkelen. Geloven dat je altijd meer kan leren is niet alleen voor het kind, maar ook voor de coach enorm belangrijk. Je neemt druk en stress weg bij het kind, terwijl je tegelijkertijd laat zien hoe veel hij of zij nog kan groeien.

6. Begrijpt het belang van plezier

Kinderen sporten omdat ze het leuk vinden en stoppen wanneer dat niet meer zo is. En stoppen met een sport is jammer voor zowel kind, ouder als coach.

2. DE 4 TRAINERSPRINCIPES



- 1** **Structuur bieden:**
afpraak maken en handhaven.
- 2** **Stimuleren:**
motiveer en coach je spelers positief.
- 3** **Individueel aandacht geven:**
geef elke speler aandacht.
- 4** **Verantwoordelijkheid geven:**
maak je spelers zelf verantwoordelijk.

Zie: <https://www.youtube.com/watch?v=3ag5xkwLYvo>

Kijk ook eens deze video, die goede handvatten geeft hoe jij het praktisch kan aanpakken: <https://www.youtube.com/watch?v=mjYFndwK8CE>

3. EIGEN TEAM

Het heeft veel leuke kanten om trainer/coach te zijn, maar je realiseert ook snel: er komt heel wat bij kijken. Je hebt een heel team onder je hoede, met aandacht voor het individu, maar ook voor het team. Jij begeleidt de spelers in hun eigen ontwikkelingsproces en probeert dat uiteraard op zo'n leuk mogelijke manier in te vullen.

Als voorbeeld voor de spelers heb je respect voor elkaar, de tegenstander en scheidsrechter/ spelbegeleider. Spelers leren namelijk meer van wat je laat zien, dan wat je zegt. En belangrijk is het contact met de ouders. Ook zij hebben een grote bijdrage in het voetbalplezier van de spelers.

3.1 Organisatorische zaken op orde

Om het voetbalseizoen goed in te vullen voor jouw spelers zijn er een aantal organisatorische zaken van belang om het voetbalplezier te kunnen realiseren. Denk voordat het voetbalseizoen begint aan de volgende organisatorische zaken rondom jouw eigen team:

Namenlijst

Maak een lijst met e-mailadressen en telefoonnummers van spelers en ouders. Wie kan jou vervangen bij afwezigheid?

Op tijd komen

Spreek duidelijk af hoe lang van tevoren en waar het team zich verzamelt voor uit- en thuiswedstrijd. Mail je ze elke week het programma of zijn ze er zelf verantwoordelijk voor om dat op de website na te gaan?

Afmeldingen en afgelastingen

Spreek af hoe en wanneer spelers/ouders zich uiterlijk afmelden. Spreek af hoe je de spelers laten weten dat een wedstrijd is afgelast.

Materiaal en kleding

Wie zorgt voor wat? Maak afspraken over het beheer en opruimen van de flessen, waterzak en ballen. Wie zorgt voor het plaatsen van de doelen? En wie ruimt er op na de wedstrijden?

Wedstrijdformulier/uitslag

Zorg dat je elke wedstrijd hebt vastgelegd bij de betreffende club. Weet hoe je het wedstrijdformulier invult.

3.2 Team in beeld

FC Weesp geeft je graag de beste handvatten om je seizoen als coach zo goed mogelijk te laten verlopen. Een handige manier om een sterk teamverband op te zetten en als coach ook de individuele aandacht aan je spelers te kunnen geven is het 'spelerspaspoort'. Vul je bijlage 1 aan het begin, tijdens en richting het einde van het seizoen in, dan helpt het je om grip te krijgen op je taken als coach en krijg je de ontwikkelingen per individu in beeld.

4. DE WEDSTRIJD

4.1 Wedstrijdvormen

Afhankelijk van de leeftijd van de kinderen spelen ze in verschillende wedstrijdvormen. Voor de jeugd onder 8, 9 en 10 is de wedstrijdvorm 6 tegen 6, voor jeugd onder 11 en 12 spelen 8 tegen 8 en jeugd onder 13 t/m 19 speelt 11 tegen 11. In bijlage 2 vind je voor de wedstrijdvorm 6 tegen 6 een handige KNVB infographic. In bijlage 3 is een korte uitleg van de spelregels van deze wedstrijdvorm te vinden.



4.2 Structuur van voetballen

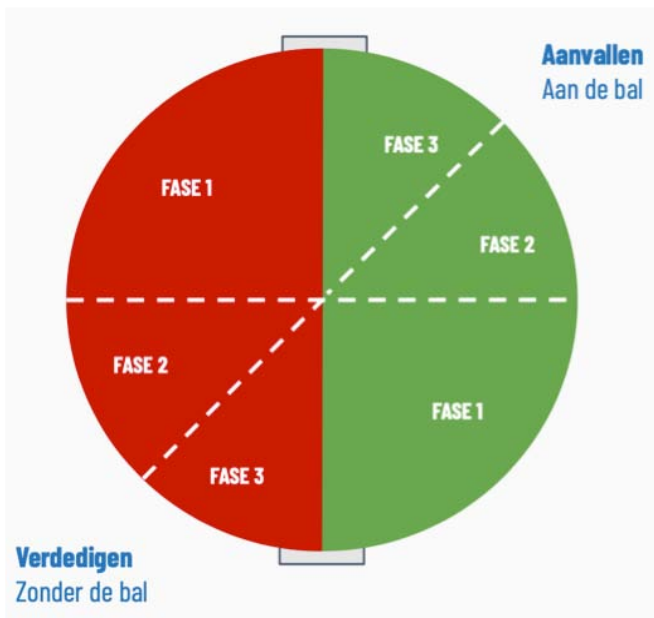
Natuurlijk willen jouw spelers elke wedstrijd winnen. Voor jou is het wedstrijdresultaat ondergeschikt aan jouw verantwoordelijkheid, elke speler doelgericht bezig te laten zijn met de bal en alle spelers stimuleren samen te spelen. Jij leert ze als coach samen aan te vallen en te verdedigen. Jouw opdracht is zeker niet het voorkomen van nederlagen.

In het voetballen gaat het om het maken van meer doelpunten dan de tegenpartij. Voetballers proberen dit te realiseren door het uitvoeren van voetbalhandelingen zoals passen, vrijlopen, dribbelen en schieten. De structuur van voetballen is onder te verdelen in de teamfuncties aanvallen, verdedigen en omschakelen.

4.2.1 Aanvallen

Aanvallen bestaat uit een reeks van voetbalhandelingen die worden uitgevoerd wanneer het team in balbezit is, gericht op het maken van een doelpunt. Het aanvallen begint al vaak bij de keeper en eindigt in principe ook bij de keeper (of het net) van de tegenpartij.

- In fase 1 van het aanvallen zoeken de spelers mogelijkheden om de helft van de tegenpartij te bereiken.
- In fase 2 zetten spelers samen een scoringskans op.
- In fase 3 ligt het accent op het afronden van deze opgezette scoringskans.



4.2.2 Verdedigen

Ook het Verdedigen bestaat uit een reeks van voetbalhandelingen. Deze handelingen worden uitgevoerd als de tegenpartij in balbezit is en is gericht op het voorkomen van doelpunten. Het verdedigen begint al vaak bij de keeper van de tegenpartij en eindigt in principe bij de keeper van het eigen team.

- In fase 1 van het verdedigen proberen de spelers te voorkomen dat de tegenstander op de eigen helft raakt.

- In fase 2 zorgen spelers er voor dat de tegenstander op eigen helft geen scoringskans kan opzetten.
- In fase 3 ligt het accent op het voorkomen van doelpunten.

4.3 Wedstrijdbespreking

Informeer spelers vlak voor de wedstrijd niet met allerlei instructies. Moedig ze slechts aan tot het uitvoeren van één of enkele opdrachten. Maar voor je hieraan toekomt, neem je het doel van de wedstrijd, opstelling, posities en wissels met hen door.

Straal vooral uit: wij hebben er zin in! Spelers komen om te voetballen en niet om naar jou te luisteren. Alles wat jij dus als coach zegt moet dus welgekozen zijn. Hou het vooral luchtig en breng het op een leuke en speelse manier over, zodat spelers niet het gevoel krijgen dat het uitvoeren moeilijk of complex is.

4.3.1 Team

Bij FC Weesp werken wij met het periodiseren van voetballen, waarbij per periode een bepaald spelaccent binnen de verschillende fases in het aanvallen en verdedigen wordt ontwikkeld. Probeer als coach jouw wedstrijdbespreking daarop aan te laten sluiten. Zie de wedstrijd dus ook als verlengde van de trainingen. Als coach ligt jouw focus op het ontwikkelingsproces van de kinderen en niet op het resultaat van de wedstrijd.

4.3.2 Individu

Bij een bespreking is het belangrijk om vanuit het team richting individu te werken. Je stemt eerst af wat je doet als team en ver-

volgens pas wat de rol van de individuele speler daarin is. Dit doe je geheel vragenderwijs. 'Wat kunnen wij doen als de keeper de bal heeft?' Hoe ziet dat groot maken er dan voor jou uit?' 'Wat is jouw rol hierin en hoe zou jij dat kunnen invullen'?

Tips:

- Durf vragen te stellen.
- Laat spelers nadenken en meedenken.
- Maak spelers zelf verantwoordelijk.
- Bevraag ook individuen.
- Laat het niet te lang duren.



Veilige omgeving

Begin de wedstrijdbespreking met een compliment aan het team door bijvoorbeeld te refereren naar de laatste training of vorige wedstrijd.

Formatie

Wij bij FC Weesp bevelen de formatie 1-2-1-2 (6v6), 1-2-3-2 (8v8) en 1-4-3-3 (11v11) aan, omdat deze formaties de optimale veldbezetting vormen en de kinderen spelenderwijs leren om het veld 'groot te maken', oftewel ruimte te creëren om te voetballen.

Opstelling

Maak de opstelling niet op het laatste moment. Bespreek met je spelers bijvoorbeeld al tijdens de training op welke positie iedereen graag staat. Maar bedenk ook dat het voor de jeugd belangrijk is om van positie te wisselen. Dit zal ze helpen om wellicht andere voorkeuren te ontdekken en helpt ze om meer begrip voor teamgenoten te krijgen.

Doel van de wedstrijd

Bespreek met je spelers wat je verwacht en welke doelen je stelt. Beperk je tot één doel (bv. aanvallend) en eventueel een tweede doel (bv. verdedigend). Bij het stellen van doelen doe je dit vooral vragenderwijs.

Visualiseer

Teken de opstelling (gebruik hoedjes, bekertjes of magneetbord) of zet de spelers alvast in formatie 'in het klein'. Jouw spelers zien en begrijpen dan hun plek en hun rol.

Rouleren posities

Laat tot de JO13 spelers op verschillende posities spelen. Dit draagt bij aan hun voetbalontwikkeling. Een andere positie brengt de speler weer in een andere situatie die hij weer moet zien op te lossen. Dit geldt ook voor de keeper.

Wissels

Geef iedereen evenveel speeltijd en wissel regelmatig, maar niet om een overwinning veilig te stellen.

Aanvoederschap

Veel jonge spelers vinden het leuk om aanvoerder te zijn. Rouleer dit op het begin, zodat iedereen voelt hoe het is om verantwoordelijk te zijn.

4.4 Warming-up

Voorkom dat de spelers in doelen en hekken klimmen, maar geef ze een opdracht. Het doel van de warming-up is dat ze in de sfeer van de wedstrijd komen, voor oudere spelers dat hun spieren en pezen soepel worden. Kies voor makkelijk te organiseren vormen met bal, die jouw spelers al kennen van de training of al met jou hebben gedaan (bv. een simpele pass-oefening, of een rondo).

4.5 Tijdens de wedstrijd

Laat je tijdens de wedstrijd niet beïnvloeden door de stand of gebrul van mensen langs de lijn. Volg de wedstrijden in stilte, concentreer je op de voetbalhandelingen van je spelers, coach vooral de spelers die de bal niet hebben, en de wisselers naast je langs de lijn.

Stel je zelf op langs de zijlijn. Idealiter de zijlijn waar geen andere ouders/supporters staan, zo blijft het voor het team helder waar de instructies vandaan komen en hoef je zelf niemand te overschreeuwen. Observeer het spel zo lang mogelijk in stilte. Je ziet bijvoorbeeld dat jouw verdedigers meermaals de bal niet rustig weten aan te nemen en niet een medespeler weten te vinden, maar wild naar voren schieten. Je ziet dat de spelers enkele scoringskansen weten te creëren, maar het lukt hen niet de bal tegen het net aan te krijgen. Je ziet dat de spelers veelvuldig uit worden gespeeld door die handige voetballer bij de tegenpartij. Waar focus jij je op als coach in deze wedstrijd?

4.5.1 Begeleiden

Terwijl je de wedstrijd observeert, is er de mogelijkheid je spelers te begeleiden binnen het uitvoeren van de vooraf gestelde op-

drachten. Nu is het moment hen te helpen het uit te voeren. Wat betekent dat voor jou als coach? Beperk je binnen het begeleiden tot hetgeen wat je ziet binnen de vooraf gestelde doelstelling in de periodisering. Jij als coach bewaakt bijvoorbeeld dat de spelers conform opdracht het veld groot blijven maken als de keeper de bal heeft. Jij ondersteunt de speler door hem/haar daarin te begeleiden.

Jij probeert dat door zoveel als mogelijk vragenderwijs de speler te coachen. Kunnen wij het veld nog groter maken? Waar zou jij nog meer kunnen staan om de bal te kunnen krijgen? Voetbal kent verschillende situaties. Het is aan de spelers om die situatie zelf te herkennen en op te lossen.

4.5.2 Stimuleren

Spelers stimuleren doe je door te benoemen wat er goed gaat en nog specifieker binnen jouw vooraf gestelde doel. Benoem de inzet van een speler of de uitvoering van zijn taak in plaats van het resultaat daarvan. 'Fantastisch om te zien hoe jij het veld groot hebt weten te maken'. 'Wat goed dat je in deze zo vaak vrijliep'. Door continu de focus te leggen op wat zij goed doen binnen jouw doel ervaren de spelers persoonlijke succesmomenten. Zij zien en ervaren dat zij ergens beter in worden.

4.5.3 Beïnvloeden

Verbeterpunten geef je door te beginnen met een gemeend en specifiek compliment. 'Goed dat in je de eerste helft het zo groot hebt weten te maken'. Volg jouw compliment met een opdracht of keuzemogelijkheid gericht op de toekomst. Hoe zou jij de volgende keer het veld nog groter kunnen maken als de keeper de bal heeft? Hoe ziet het vrijlopen op het middenveld er dan precies uit? Spreek hen toe met bemoedigende woorden en uit

jouw vertrouwen in de uitvoering.

4.6 In de rust

Als de scheidsrechter afblaast voor de rust verzamelen de spelers zich bij jou, waarna jullie met zijn allen samenkomen (dug-out of in het doelgebied). De spelers drinken, plussen, strikken veters, laten dingen bezinken. Rust is rust en is geen moment om al je bevindingen over ze uit te storten. Laat ze uitzakken. De rust is een prima moment om alle spelers tegelijk te beïnvloeden binnen het nog beter, vaker of sneller uitvoeren van de doelstelling. Dit doe je geheel vragenderwijs met hen. Begin altijd met een compliment, benoem hetgeen wat zij wel goed hebben gedaan binnen het uitvoeren van de doelstelling.

Ga daarna met spelers aan de slag met uitdagingen voor het vervolg van de wedstrijd. Hoe kunnen wij samen het speelveld nog groter maken? Hoe zou jij ervoor kunnen zorgen dat je nog vaker aanspeelbaar bent? Evalueer samen met speler hoe zij de opdrachten beter, vaker of sneller kunnen uitvoeren.

- Wat ging goed in het aanvallen? 'Wij zijn vaak op de helft van de tegenpartij gekomen. Ga zo door!'
- Wat kan beter in het aanvallen? 'Als wij het speelveld groot maken, hoe zorgen wij ervoor dat wij aanspeelbaar worden? En hoe ziet dat er dan uit?'
- Wat gaat goed in het verdedigen? 'De aanvallers herkennen goed het moment om te storen op de bal en slagen erin om de bal af te pakken. Fantastisch!'
- Wat kan beter in het verdedigen? 'Als de bal op de eigen helft is, zien wij nog te vaak dat de aanvallers blijven.'

Na de bespreking wens je de spelers natuurlijk weer veel succes met het uitvoeren van hun opdrachten en uiteraard veel plezier. Je spreekt daar waar nodig de groep toe met bemoedigende woorden of uit nogmaals jouw vertrouwen in de groep.

4.7 Na de wedstrijd

Na de wedstrijd kun je spelers beter niet meer te veel vermoeien met wat jij er allemaal van vond. Wel kun je alle spelers bij elkaar roepen voor een gezamenlijke afsluiting. Hou je afsluiting beknopt en zeer kort. Bespreek geen technische details meer. Evalueer de wedstrijd en bedenk welke stappen je nog wil maken uitgaande van de periodisering. Dik verloren en weinig inzet gezien vandaag? Vraag je af wat presteren voor jou betekent. Winnen en hoog eindigen op de ranglijst? Of voortgang (winst) boeken en samen met plezier bezig zijn?

Belangrijkste is nu dat iedereen met een goed gevoel naar huis gaat. Spreek met ouders van spelers, uit je blijdschap over de invulling van de opdrachten, bouw met ouders en kinderen een band op.



WEDSTRIJDDAG

Voorbespreking 5 - 10 minuten

- Instrueren/opdrachten meegeven
- Visualiseren van oplossingen
- Vragenderwijs coachen

1e helft

- Begeleidend coachen
- Bewaken/complimenteren van instructies/opdrachten

Rustbespreking 5 minuten

- Evalueren beter, vaker, sneller
- Vragenderwijs coachen
- Instrueren/opdrachten meegeven (team > individu)

2e helft

- Begeleidend coachen
- Bewaken/complimenteren van instructies/opdrachten

Nabespreking 2 - 5 minuten

- Evalueren beter, vaker, sneller
- Vragenderwijs coachen
- Instrueren/opdrachten meegeven (team > individu)



5. COACHPRINCIPES

Het coachen is een belangrijk aspect binnen onze jeugdopleiding. De doelstelling van de coach moet liggen op het ontwikkelen van keuzes binnen de op dat moment geldende fasen binnen het aanvallen, verdedigen en/of omschakelen. Om te weten welke keuze je kunt maken in een bepaalde situatie, moet het teamdoel en individuele taak duidelijk zijn; die geven richting aan de keuzes en handelingen.

Het is verleidelijk precies te vertellen wat je spelers moeten doen. Maar als je ze zelf laat nadenken over hun ontwikkeling, heeft dat meer resultaat. Dat kan op elke leeftijd. Bij de jongste spelers door ze simpele vragen stellen. 'Als ik de bal wil afpakken, kan ik dan beter zo staan of zo?' Bij oudere spelers stel je open vragen. 'Hoe zou je het ook...? Welke actie heeft nog meer resultaat?' Wij beschouwen wedstrijden veel meer als middel om beter te worden in plaats van als doel op zich. Natuurlijk willen we ook in de jeugdopleiding wedstrijden winnen. Echter zodra het resultaat centraal staat, wordt de creativiteit van de spelers beperkt.

5.1 Autonomie

De coaching dient dus vooral gezien te worden als middel om handelingen van de spelers of het team te beïnvloeden. Een belangrijk doel van de coaching is dat de speler gaat begrijpen waarom hij bepaalde handelingen uitvoert.

In de jeugdopleiding passen wij het principe autonomie toe om spelers te stimuleren eigen keuzes te maken. Autonomie wordt in deze context beschreven als keuzevrijheid in handelen van een individuele speler. De speler wordt dus vrijgelaten in keuzes maken, en wordt hierin beïnvloed door de trainers/coaches. Binnen dit principe kan er door de trainer/coach een keuze gemaakt worden in verschillende vormen van beïnvloeden van de handeling, waarbij de coaching een middel is om het doel te bereiken.

5.2 Zelfstandigheid

Om het maximale uit het eigen talent te halen, dient elke speler het ontwikkelingsproces naar zelfstandigheid te doorlopen. Het doel is om als jeugdspeler uiteindelijk geheel zelfstandig te leren voetballen, waarbij zij eigen keuzes op het veld kunnen en weten te maken.

Een coach helpt zijn spelers door middel van de sturing die hij geeft aan een speler. Wanneer de speler bepaalde spelprincipes en/of vaardigheden beheerst, schuift het aandacht niveau hiervoor op. Het doel is om uiteindelijk in het hoogst mogelijke niveau te komen, waarbij speler geheel zelfstandig eigen keuzes op het veld weet te maken zonder begeleiding van de coach.

5.2.1 Instrueren

In de eerste fase naar zelfstandigheid dient de coach alles te richten op het geven van nauwkeurige instructie. Spelers zijn op dit moment nog niet in staat om hun taak uit te voeren en hebben hier dan ook onvoldoende vertrouwen in. Wel zijn spelers bereid om te doen wat de coach van hen vraagt. Een coach moet zijn spelers in deze fase dan ook gedetailleerde opdrachten en instructies meegeven.

5.2.2 Begeleiden

In de tweede fase kunnen spelers al steeds beter hun taak uitvoeren. Spelers zullen nog niet veel eigen initiatief tonen. De coach stimuleert zijn spelers in deze fase om zelfstandig zijn taken uit te voeren en geeft spelers steeds meer vrijheid. Een coach moet zijn spelers in deze fase veel complimenten en positieve kritiek geven gericht op de ontwikkeling van de speler.

5.2.3 Stimuleren

In de derde fase wordt de speler vooral gesteund door de coach. In deze fase staat het maken van eigen keuzes centraal, spelers zijn goed in staat om hun taak uit te voeren maar zijn nog wel zoekende naar een eigen stijl van voetballen om deze taken goed uit te voeren. Een coach stimuleert en steunt de speler in deze fase door richting te geven, eventueel voorstellen te doen in bepaalde situaties en te vragen naar initiatief van een speler.

5.2.4 Zelfstandigheid

In de laatste fase is de speler zelfstandig, verantwoordelijk voor de keuzes die hij maakt en het uitvoeren van zijn taken. De coach bewaakt tijdens deze fase de voortgang van een speler door achteraf vragen te stellen over de uitvoering.

INSTRUEREN

BEGELEIDEN

STIMULEREN

ZELFSTANDIGHEID

5.3 Beeldspraak

Daar sta je dan als coach en/of goedwillende ouder met 8 tot 10 van die jonge voetballers voor je. Jij als coach hebt je goed voorbereid en probeert goed uit te leggen wat jij straks graag wilt zien van de spelers. Allemaal staan zij het ene moment aandachtig naar jouw instructies te luisteren en het andere moment ben je hen net zo snel kwijt. De een is bezig met gras sprietjes tellen, de ander is bezig met een bal en weer een ander is afgeleid vanwege een zwerm vogels hoog boven ons voorbij vliegt.

Maar hoe kun jij nou, zonder dat jij de aandacht verliest, effectief spelers helpen bij hun eigen ontwikkelingsproces? Eenieder heeft wel eens gehoord dat je de taal moet spreken van het kind. Hoe doe je dat dan in de praktijk? Spreek tot de verbeelding van jouw jonge voetballers en probeer effectief spelers te beïnvloeden door het gebruik van beeldspraak (analogie).

5.3.1 Analogie (beeldspraak)

Analogie is niets anders dan de instructies en/of aanwijzingen omschrijven middels beeldspraak. Met een vergelijking, omschrijf je tot de verbeelding hoe een beweging of tactisch principe uitgevoerd dient te worden, zonder dat de gewenste uitvoering nog expliciet in detail uitgelegd dient te worden. Het beeld dat wordt gebruikt in de vergelijking moet sprekend zijn voor de kinderen. Het helpt ze om het afgebeelde, meestal een technische voetbalhandeling of principe, goed te beheersen.

Op de volgende bladzijde een aantal voorbeelden welke woorden je kunt gebruiken om tot de verbeelding te spreken van je jonge spelers, maar je kan ook je eigen analogieën gebruiken natuurlijk.



Analogie	Wat betekent dit?	Hoe doe je dit?
Bommetje groot	Ruimtes groot maken	Als spelers ver van elkaar gaan staan in de buurt van de lijnen (breedte en diepte)
Bommetje klein	Ruimtes klein maken	Als spelers dichtbij elkaar gaan staan (compact)
5-seconden regel	Snel omschakelen bij balverlies	Als je de bal verliest, ga je hem direct proberen weer terug te winnen
Het veld is lava	Dynamisch spelen	Niet stilstaan. Na een pass doorbewegen naar voren
Touwtjes maken	Afspeelopties creëren	Zorgen dat er geen tegenstander in de 'pass-lijn' van speler A naar B staat (touwtje)
Tafelvoetbal	Linies passeren	Steekbal naar voren geven voorbij bv. middenveld
De bal is van goud	Bal vasthouden	Bal controleren, vasthouden, of naar medespeler passen (dus niet wegschieten)
Weegschaal	Kantelen, overtal creëren	Als de bal aan de linkerkant is, moeten de spelers aan de rechterkant meebewegen en niet 'stijf rechts' staan
Groep leeuwen	Tegenstander vastzetten	Als team met 1 speler op de bal, de anderen dekken de afspeelmogelijkheden
Honing aan je voet	Bal kort bij je houden	De bal iedere stap die je maakt aanraken (kort dribbelen)
Staan als een cowboy	Opengedraaid staan	Ipv met je rug naar de goal vd tegenstander, met je rug naar de zijlijn staan (zodat je beter kan rondkijken)
Kijken als een uil / zebepad	Weten waar je maatjes en de tegenstanders staan	Steeds om je heen kijken, voordat je de bal krijgt
Bal is een ei	Zachte aanname	Heel voorzichtig de bal aanneemen en dichtbij je houden (niet laten wegschieten)



Gedragsregels

1. Wij zijn één vereniging en doen het samen
2. Iedereen hoort erbij en je mag zijn wie je bent
3. We zijn positief naar elkaar
4. Plezier en ontwikkeling is ons doel
5. We luisteren echt naar elkaar
6. Supporters kijken en coaches coachen (ouders blijven achter de hekken)
7. We accepteren beslissingen van de wedstrijdleiding

Spreek elkaar aan om deze gedragsregels te volgen.
Problemen kunnen gemeld worden via info@fcweesp.nl
of bij de infodienst in de kantine.



Bijlage 1 Spelerspaspoort

Spelerspaspoort

Naam speler:	
Geboortedatum:	
Favoriete positie:	

Voetbalkenmerken

--	--

Persoonskenmerken

--	--

Bijlage 2 Wedstrijdvorm 6 tegen 6



WEDSTRIJDVORM 6 TEGEN 6

SEIZOEN 2021/'22 — ONDER 8, 9 EN 10

PLEZIER EN ONTWIKKELING VOOROP

Aantal spelers  6 tegen 6	Leeftijd  Onder 8, 9 en 10	Veldafmeting  42,5m x 30m	Doelformaat  Pupillendoel (5m x 2m)
Balformaat  Maat 4, 290 gram	Keeper  Ja	Strafschop  7 meter	Ranglijst  Nee Uitslag wel in MDWF invoeren
Rol coach  Positief coachen langs zijlijn	Rol ouders  Positief aanmoedigen (achter boarding/ afrastering) langs zijlijn	Rol spelbegeleider  Positief coachen langs zijlijn	Voor en na wedstrijd  Spelers begroeten elkaar voor de wedstrijd met een 'boks'.
Speeltijd O.8 en O.9  2 x 20 minuten Time-out halverwege helft (duur: max. 2 min.) Rust na 20 minuten (duur: max. 10 min.)		Speeltijd O.10  2 x 25 minuten Time-out halverwege helft (duur: max. 2 min.) Rust na 25 minuten (duur: max. 10 min.)	

Ga voor meer informatie naar: www.knvb.nl/pupillenvoetbal

Hoofdsponsor van het Nederlandse voetbal 

Bijlage 3 Spelregels 6 tegen 6



SPELREGELS

Aftrap: De aftrap wordt genomen door één van de teams in het midden van het veld. Beide teams starten vanaf eigen helft. Bij de aftrap kan er niet direct gescoord worden.

Terugspeelbal: Een terugspeelbal (gespeeld via een voet) mag niet door de keeper worden opgepakt. Wanneer dit wel gedaan wordt, legt de spelbegeleider uit dat dit niet is toegestaan. Bij herhaling van de overtreding volgt een indirecte vrije trap op zeven meter afstand van de achterlijn. Een terugspeelbal die niet via de voet gaat (scheen, knie, bovenlichaam en hoofd) mag wel worden opgepakt.

Achterbal: De achterbal wordt vanaf de grond genomen binnen het keepersgebied door de bal in te dribbelen, in te passen of in te schieten. De achterbal kan zowel door de keeper als door een veldspeler worden genomen. De tegenstander staat op minimaal 5 meter afstand.

Hoekschop: Hoekschoppen worden vanaf de hoekpunten van het speelveld genomen door de bal in te dribbelen, in te passen of in te schieten. In alle gevallen kan er gescoord worden door de speler die de hoekschop neemt. De tegenstander staat op minimaal 5 meter afstand.

Doelpunt: Na een doelpunt vindt er een aftrap plaats door het team dat een tegendoelpunt heeft gekregen. Beide teams starten vanaf eigen helft.

Uitbal: Bij een uitbal wordt het spel hervat door in te dribbelen. Passen en/of schieten is niet toegestaan.



Speeltijd

Onder 8 en onder 9: 2 x 20 minuten.
Onder 10: 2 x 25 minuten.

Time-out

De time-out vindt plaats halverwege iedere helft (tijdens een neutrale spelsituatie zoals een achterbal of uitbal). De time-out duurt maximaal twee minuten en biedt de trainer de mogelijkheid kort terug te blikken, tips mee te geven en de spelers te stimuleren. Na de time-out wordt het spel hervat door middel van een aftrap in het midden van het veld door de partij die bij aanvang van de time-out de bal in het bezit had.

Rust

Halverwege de wedstrijd vindt de rust plaats van maximaal 10 minuten.



Keepersgebied

Markeer het keepersgebied door op 7 meter van de achterlijn twee pionnen met een afwijkende kleur te plaatsen. Het keepersgebied geeft aan tot waar de keeper de bal in de handen mag hebben en tot waar de achterbal genomen mag worden.



Buitenspel

De buitenspelregel is niet van toepassing.

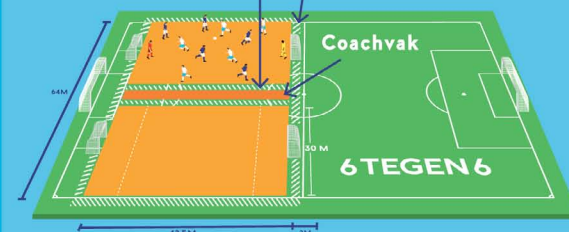


Ranglijsten en uitslagen

De KNVB publiceert bij de onder 8, 9 en 10 pupillen geen uitslagen en ranglijsten. De uitslag dient wel in het MDWF ingevoerd te worden, zodat de speelsterkte van het team bepaald kan worden en op basis daarvan

4 mtr. obstakelvrije ruimte:
Hou 4 meter obstakelvrije ruimte tussen 2 speelveldjes in, vrij van materialen, ouders, staf of wisselerspelers

2m obstakelvrije ruimte:
Houd bij ieder speelveld 2 meter ruimte vrij van materialen, reservespelers, staf of ouders voor een zo veilig mogelijke speelomgeving



De tegenstander staat op minimaal 5 meter afstand. Nadat de bal is ingedribbeld kan er worden gescoord door de speler die indribbelt.

Vrije bal: Een vrije bal is altijd direct en mag genomen worden door de bal in te dribbelen, in te passen of te schieten. De tegenstander staat op minimaal 5 meter afstand.

Overtreding / scoringkans: Bij een overtreding wordt er altijd een directe vrije bal door de tegenpartij genomen. Bij het ontnemen van een duidelijke scoringskans binnen het keepersgebied krijgt de aanvallende partij een strafschoep. De tegenstander staat op minimaal 5 meter afstand.

Afstand: De tegenstander staat minimaal op 5 meter afstand bij elke spelhervatting.

worden teams eventueel heringedeeld. Spelers in deze leeftijdscategorieën zitten in een ontwikkelingsfase, waarin wedstrijden / competitie geen doel, echter een middel is dat een bijdrage levert aan de individuele ontwikkeling.



Spelbegeleider

De wedstrijd staat onder leiding van een spelbegeleider. De spelbegeleider beweegt niet in maar langs het veld en neemt bij het onjuist toepassen van de spelregels een beslissing en legt de spelregels uit aan de spelers. Indien nodig mag de spelbegeleider wel het veld in bewegen.



Balmaat

Er wordt gespeeld met balmaat 4 van 290 gram.



Voor en na wedstrijd

De coach zorgt dat spelers voor en na de wedstrijd contact maken met de tegenstander en spelbegeleider. Bijvoorbeeld door het geven van een 'boks' met de tegenstander.



Strafschoep (7 meter)

Tijdens de wedstrijd wordt een strafschoep alleen gegeven bij het ontnemen van een duidelijke scoringskans binnen het keepersgebied. Na afloop van de wedstrijd nemen de teams strafschoepen tegen elkaar.



Dispensatie

De KNVB verleent een dispensatie mogelijkheid voor 1 speler per team per wedstrijd.