



2017

# Technisch Jeugd Beleidsplan SVV'04



Technisch Jeugd Coördinatie

SVV'04

3-2017

## SVV'04 – Schoonebeekse Voetbal Vereniging

Tel 0524-531656

De Kampen 18  
7761 CK Schoonebeek

[www.SVV04.nl](http://www.SVV04.nl)  
[info@svv04.nl](mailto:info@svv04.nl)

Revisie 0

## VOORWOORD

Het SVV'04 Technisch Jeugdbeleidsplan biedt jeugdvoetballers de kans om zich voetbaltechnisch te verbeteren. Het spreekt vanzelf dat de één beter en sneller leert dan de ander. De snelheid van ontwikkeling hangt af van het talent en van het ontwikkelen door zelfstandig te oefenen. Het zelfstandig oefenen speelt een belangrijke rol bij deze 'opleiding'.

Dat men de jeugd weinig zelfstandig ziet oefenen heeft beslist niets te maken met luiheid. Ze weten gewoon niet hoe het moet. Als ze eenmaal weten hoe het moet, dan gaan ze oefenen om de technieken goed onder de knie te krijgen. Spelers die zelfstandig oefenen zijn gemotiveerd en gedreven om zich technisch te verbeteren.

Ook in gemotiveerdheid en gedrevenheid zullen verschillen te zien zijn. Feit is dat iedere speler zich kan verbeteren en bij SVV'04 ook de ruimte krijgt om deze vaardigheden toe te passen. Spelers worden gestimuleerd om acties te maken. Het accelereren en domineren, wat heel belangrijk is, zal dan spelenderwijs worden getraind.

De kwaliteiten techniek, tactiek, fysiek en mentaal vormen binnen het voetbal een viereenheid. In een wedstrijd(vorm) komt alles samen. Dus alle vier kwaliteiten trainen wij bij SVV'04. Ze zijn separaat te trainen, maar heel vaak zal het een combinatie zijn van 2,3 of 4 kwaliteiten. Wat houden ze in en hoe gaan wij daar binnen SVV'04 mee om.



**'Een jeugdafdeling die in staat is om kinderen en jongeren op te leiden in de ruime zin van het woord is voor de vereniging van levensbelang. Daarom is het noodzakelijk dat er vanuit één gezamenlijke visie gewerkt wordt, kortom een jeugdplan'**

### **Techniek**

Als je je tegenstander de baas wilt zijn, moet je eerst de baas zijn over de bal. Er zal dan ook heel intensief getraind worden op de individuele techniek van een speler. Techniek wat uiteindelijk functioneel toegepast kan worden in de wedstrijd. De spelers leren de volgende technieken aan: snel voetenwerk, dribbelen en drijven, (accelereren), kappen en draaien (domineren), balgevoel, basisbewegingen, schijnbewegingen, passeerbewegingen, passen en trappen, balaanname en koppen en het afwerken op doel. Uiteraard worden de technieken links en rechts aangeleerd.

### **Tactiek**

De technische trainingsvormen bevatten veel tactische elementen. Een speler passeert een tegenstander om een overtal situatie te creëren. Of een speler geef een dieptepass, waardoor een medespeler vrij voor de keeper komt. Het schieten op doel om te scoren is voor een deel ook tactiek. De speler schiet tenslotte op doel om te scoren. We gaan spelers leren om tactisch slimmer op doel te schieten zodat de kans om te scoren groter wordt. Een goede traptechniek is uiteraard een vereiste.

Ook wordt het juiste moment in en opendraaien met bal, om jezelf vrij te spelen en een opening of scoringskans te creëren getraind. Daarnaast is het ook belangrijk zonder bal ruimtes te herkennen om voorwaarden te creëren voor jezelf en/of je medespelers.



### Fysiek

De weerstanden zitten binnen het voetbal opgesloten. We gaan spelers niet met een zandzak op hun rug laten trainen. Wat zijn de mogelijkheden om spelers fysiek sterker te laten worden, of soms slimmer te worden. Wie niet sterk is moet slim zijn, of snel zijn (lees ook handelingssnelheid).

Een speler die in zijn leeftijdscategorie iedereen de baas is kan meer weerstand ondervinden als hij met oudere spelers gaat trainen. Hij zal niet alleen fysiek meer getest worden maar zal ook slimmer met deze extra weerstand om moeten gaan. Dus sneller handelen als hij een tegenstander treft die fysiek sterker is. Kap en draaibewegingen over een korte afstand binnen bepaalde tijd kunnen fysiek heel belastend zijn. Er zijn genoeg mogelijkheden om het fysiek van een speler te trainen, of om slimmer met een minder fysiek om te gaan.

Spelenderwijs wordt de speler door de Wiel Coerver methode fysiek herhaaldelijk getest. Je zal steeds sneller moeten handelen waardoor je start- en handelingssnelheid (accelereren en domineren) snel zullen toenemen.

**Wiel Coerver methode** = *Het eigen maken van talloze functionele bewegingen en oefeningen doormiddel van individuele en specifieke techniektrainingen.*

*Om te kunnen voetballen moet je zoveel mogelijk controleren, domineren en over de tegenstander heen gaan en je moet je kunnen handhaven aan de bal in alle situaties om een complete voetballer te worden.*



### Mentaal

De mentale training begint de eerste de beste training al. Spelers gaan met technische bewegingen aan de gang die ze nog niet goed of nog niet beheersen. Ze zullen de technische bewegingen na één training nog niet beheersen. De een gaat rustig door met oefenen en de ander krijgt er de pest in dat het niet lukt. Dan moet de speler in kwestie wel de mentaliteit opbrengen om door te gaan. De een heeft meer tijd nodig dan de ander. Hoe gaan spelers om met winst en verlies binnen spel- en partijvormen. Geeft een speler snel op of gaat hij door. Door middel van positieve ondersteuning/coaching wordt de speler aangegeven wat ze niet goed dan maar bovenal wat ze wel goed doen, dat werkt stimulerend.

Om deze visie handvaten te geven werken wij als club met leidraden per leeftijdscategorie.

De 'eigenlijke', letterlijke betekenis van leidraad is:

***'Draad waarlangs iemand wordt geleid en de weg kan vinden'.***

De hierboven omschreven visie, samen met de genoemde leidraden, vormen de pijlers van ons technisch jeugd beleidsplan.

Met sportieve groet,



Technisch Jeugd Coördinatie SVV'04

# Leidraden

Leidraad JO19-JO17

Leidraad JO15

Leidraad JO13

Leidraad JO11

Leidraad JO9

Leidraad JO6

