

FC Uitgeest

Jeugdbeleid en -opleidingsplan

2020 - 2025



Versie: Juli 2021

Auteur: Voetbal Technische Commissie Jeugd

1	Inleiding	4
1.1	Over FC Uitgeest.....	4
1.2	Ambities Jeugdopleiding	5
1.3	Missie en Visie	5
1.4	Doelstelling	6
2	Organisatie Jeugdopleiding:	6
2.1	Schematisch overzicht organisatie jeugdopleiding	6
2.2	Jeugdbestuur	7
2.3	Technische Commissie Jeugd.....	7
2.3.1	Voetbal Technische Coördinatoren	7
2.3.2	Selectie- en keeperstrainers.....	8
2.4	Samenwerking	9
2.4.1	Samenwerking KNVB en omliggende verenigingen.....	9
2.4.2	Samenwerking met ouders	9
2.4.3	Samenwerkingsverband BVO: AZ Jeugd Opleiding	10
2.4.4	Samenwerking met Fysiotherapie SMC Uitgeest.....	10
3	Selectiebeleid.....	11
3.1	Selectie & Competitieve teams seizoen 2019-2020.....	11
3.2	Breedtesport teams vs competitieve en selectieteams:	12
3.3	Meidenvoetbal beleid.....	12
3.4	Selectiecriteria	12
3.4.1	Talent zien en talent volgen.....	12
3.4.2	Wie maken de selecties?	13
3.5	Selectieproces	14
3.5.1	Stap 1: Eerste seizoenshelft - evaluatie in de winterstop	14
3.5.2	Stap 2: Meetrainen met een hoger team / leeftijdscategorie na de winterstop	14
3.5.3	Stap 3: Scouting tijdens tweede seizoenshelft en maken van de teamindeling	15
3.5.4	Stap 4: Communicatie naar spelers en ouders m.b.t. teamindelingen	15
4	SPELPRINCIPES	17
4.1	Persoonlijke spelopvatting tijden wedstrijden en trainen	17
4.2	Team Spelprincipes	18
4.3	Startopstellingen	19
4.3.1	Startopstellingen 6 tegen 6.....	19
4.3.2	Startopstellingen 8 tegen 8.....	19
4.4	Visie op speeltijd en invallers	20
4.4.1	Wisselbeleid selectie t/m JO14.....	20
4.4.2	Wisselbeleid selectie vanaf de JO15.....	21
4.4.3	Wisselen keepers.....	21
4.4.4	Beleid invallers	21
5	Trainen.....	24
5.1	Aangeboden trainingen.....	24

5.2	Trainingsafspraken	24
5.3	Keepertrainingen vanaf de JO10.....	25
5.4	Trainingsfrequentie en -minuten	25
5.5	Leeftijdskenmerken	25
5.6	Trainingsaccenten	27
5.6.1	Trainingsaccenten en oefenstof	28
5.6.2	Trainingsaccenten Techniek en Tactiek.....	29
5.7	Afwezigheid trainer.....	30
5.7.1	Afwezigheid selectie trainers	30
5.7.2	Afwezigheid breedtesport trainers	31
5.8	Huiswerk	31
6	Sportiviteit en respect	32
7	Bekrachtiging Beleid.....	33

1 Inleiding

Voor u ligt het jeugdbeleid en -opleidingsplan van FC Uitgeest. Het bestuur van de vereniging draagt de verantwoordelijkheid voor alles wat zich binnen de vereniging afspeelt, dus ook voor het technisch jeugdbeleid. Het ontwikkelen van dit beleid en de zorg voor de uitvoering wordt gedelegeerd aan de Jeugd Technische Commissie, welke de uitvoering en verantwoording legt bij de Technische Coördinatoren van de onder-, boven- en middenbouw en selectietrainers.

Daarnaast is dit plan bedoeld als een 'levend document' en leunt sterk op de visie vanuit de KNVB met een Uitgeester twist. Een document dat in continuïteit wordt verbeterd en aangepast. Het vormt de basis waarop we de jeugd van FC Uitgeest willen laten spelen, trainen, coachen en begeleiden. Voor de selectieteams en competitieve teams is dit plan leidend, voor de niet-selectieteams ("breedtesport teams") sturend. Het is de bedoeling dat trainers dit plan gebruiken als leidraad, waarbij zij uiteraard enige vrijheid genieten om de begeleiding naar eigen inzicht in te vullen. In geval van discussie zal dit plan echter leidend zijn.

Er zijn altijd gevallen waarin dit beleid niet voorziet of heeft kunnen voorzien. In dergelijke situaties neemt het dagelijks bestuur van FC Uitgeest de uiteindelijke beslissing.

1.1 Over FC Uitgeest

FC Uitgeest (Fusie Club Uitgeest) is ontstaan op 1 juli 1996 uit een fusie tussen beide voormalige voetbalverenigingen van Uitgeest: U.S.V.U en V.V. Uitgeest.

Momenteel beschikt FC Uitgeest over een sportcomplex aan de Zienlaan met 2 kunstgrasvelden, 3 gewone grasvelden en een trainingsveld (afwijkende maatvoering) allen voorzien van een lichtinstallatie. Daarnaast hebben ruim 600 leden de beschikking over 18 kleedkamers, een wedstrijdsecretariaat, een bestuurskamer en een kantine. Daarnaast is een pupillenveldje beschikbaar voor 4:4 inclusief een volleywall en een loods bekleed met kunstgras.



Een team van FC Uitgeest speelt in een herkenbaar spelsysteem, met een positieve voetbalopvatting en gaat altijd op een sportieve manier de strijd aan.

Jeugdspelers van FC Uitgeest onderscheiden zich door:

-  *mentaliteit: sportief, nooit opgeven en teamgeest staat voorop*
-  *motivatie om te leren en zichzelf te ontwikkelen (dynamische mindset)*
-  *uitstekende conditionele, technische en tactische vaardigheden.*

1.2 Ambities Jeugdopleiding

FC Uitgeest is een vereniging met ambities. De belangrijkste prestatieve ambitie is:

-  Met selectieteams voetballen op het hoogst haalbare amateurniveau.

Ambities realiseren we met een goede mix van zelf opgeleide trainers vanuit de jeugd en jong senioren, KNVB gecertificeerde trainers en vrijwillige trainers.

Door een goede opleiding van jeugdspelers en het investeren in betrokken begeleiders werken we aan een solide basis voor aanvoer naar het paradepaardje van de vereniging: FC Uitgeest 1.

Plezier en prestatie staan voorop. Als je plezier hebt, komen de prestaties vanzelf. Plezier betekent dat iedereen bij de vereniging zichzelf kan zijn met leuke trainingen met vrienden/vriendinnen voor een wekelijkse prestatie tijdens de voetbalzaterdag. Onder leiding van enthousiaste en (zelf) opgeleide trainers is ook hier plezier altijd de basis. Plezier en prestatie gaan hand in hand bij FC Uitgeest.

1.3 Missie en Visie

In de jeugd verliezen wij nooit, wij winnen of wij leren!

Iedereen op zijn eigen niveau willen laten voetballen en ontwikkelen aan de hand van vier pijlers (tactisch, technisch, fysiek en mentaal), plezier is hierbij de belangrijkste voorwaarde. In onze visie is opleiden belangrijker dan winnen. Bij FC Uitgeest staat de ontwikkeling van de individuele speler in relatie tot zijn talent en ambitie centraal. Plezier in het spel meegeven door het creëren van een veilige leefomgeving middels een enthousiaste begeleiding en het bewaken daarvan door alle betrokkenen.

1.4 Doelstelling

Om richting te geven aan de jeugdopleiding voor de komende jaren zijn de volgende doelstellingen geformuleerd:

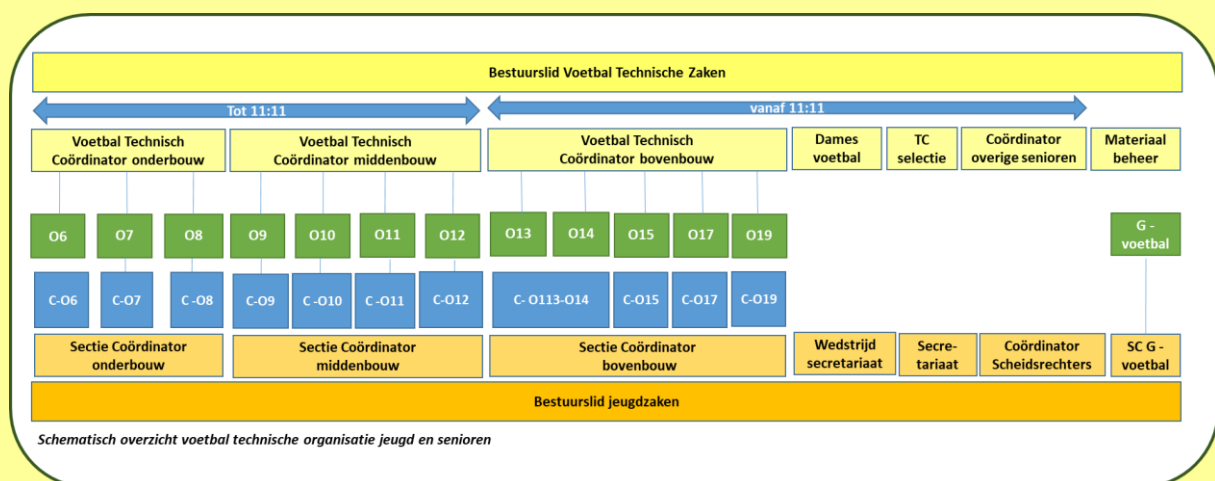
-  In 2020 staat er een structuur dat de breedtesport trainers eenvoudig toegang geeft tot expertise, kennis en oefenvormen binnen de club, welke aansluiten op de gewenste vaardigheden per leeftijdscategorie.
-  Het rendement van de jeugdopleiding moet leiden tot het doorstromen van gemiddeld 3 spelers per jaargang naar de Senioren Selectie, waar elke seizoen minimaal 6 spelers uit de eigen jeugd voor het 1^{ste} uitkomen.
-  In 2024 spelen alle JOX-1* teams (vanaf de JO11-1) minimaal hoofdklasse en alles JOX-2 teams (vanaf de JO11-2) 1^{ste} klasse.
-  In 2022 staat er een trainer structuur waarbij alle jeugdselectie elftallen getraind worden door KNVB gediplomeerde trainers die voldoen aan de KNVB lokaal gecertificeerde jeugdopleiding eisen.

*In de jeugd, JO7-mini WK, de JO8, JO9 en JO10 spreken we niet van selectieteams, maar wordt er wel ingedeeld op gelijkwaardigheid. Plezier in het voetbal staat voorop, niets moet en aanwezigheid van talent dient voort te komen uit de beginopleiding. Bij de eerste aanwas is elke kind een potentieel talent en niet gevormd binnen de jeugdopleiding.

2 Organisatie Jeugdopleiding:

Om dit plan te realiseren is er vanaf het seizoen 2018-2019 (VTJC) en 2019-2020 (JB) een nieuwe organisatiestructuur opgezet. FC Uitgeest kent een Jeugdbestuur en een Voetbal Technische Commissie Jeugd (VTCJ).

2.1 Schematisch overzicht organisatie jeugdopleiding

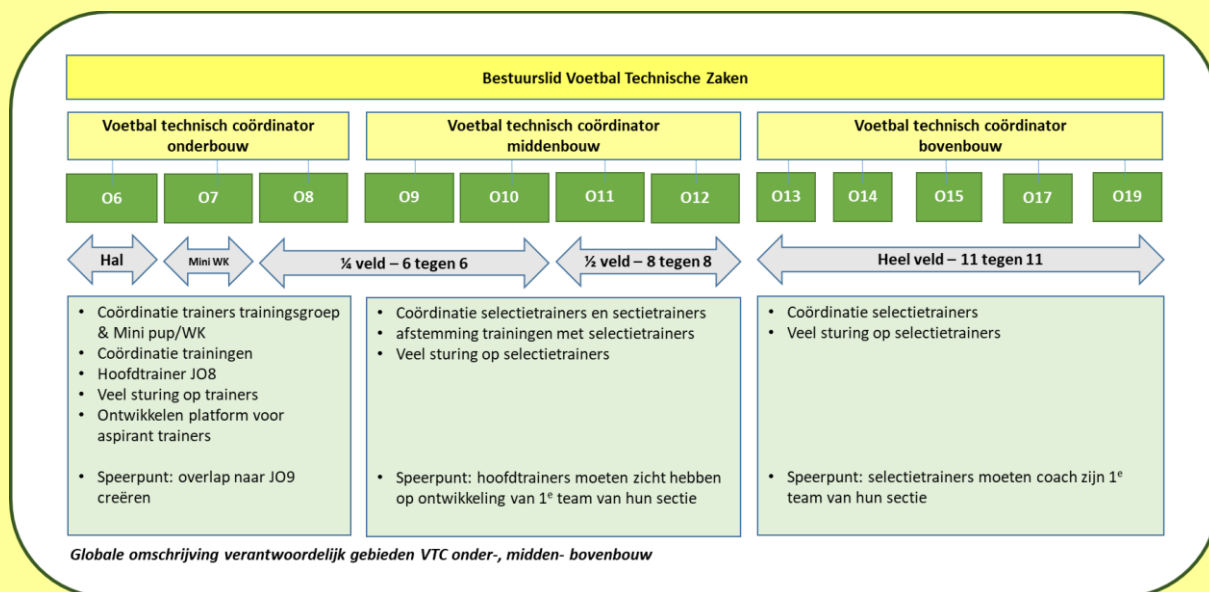


2.2 Jeugdbestuur

Het Jeugdbestuur houdt zich bezig met het organiseren en faciliteren van wedstrijden en trainingen van (niet) selectieteams. Binnen het jeugdbestuur zijn er gespiegeld aan de Technische Commissie, Jeugd Sectie Coördinatoren voor de Onderbouw, Middenbouw en Bovenbouw. Per jaargang zijn er Jaargang Coördinatoren. Samen creëren zij een optimale conditie voor leden om te trainen en de wedstrijden te spelen. Ze hebben zicht op alle spelers, teams, begeleiders en trainers en is voor hen een aanspreekpunt. Zij informeren de spelers (ouders/verzorgers) over bijvoorbeeld wedstrijdwijzigingen, trainingstijden, sluiting velden, oefenprogramma, evenementen, teamindelingen, clubnieuws e.d.

De coördinatoren zorgen samen met de TC voor de aanstelling van niet selectie trainers en dragen zorg voor de teamindeling in samenspraak met de trainers in hun sectie, mede op advies van de scouting en bij twijfel eventueel met de leiders.

2.3 Technische Commissie Jeugd



2.3.1 Voetbal Technische Coördinatoren

De Voetbal Technische Commissie Jeugd bestaat uit 3 Technische Coördinatoren (TC):

Bovenbouw zijnde JO19 t/m JO13:

Middenbouw JO12 t/m JO9:

Onderbouw zijnde trainingsgroep, WK JO7, JO8:

De TC vallen binnen het Hoofdbestuur onder de verantwoording van het Bestuurslid Voetbal Technische Zaken (BVTZ).

De Technische Coördinatoren zijn verantwoordelijk voor de selectieteams en -spelers van een bepaalde leeftijdscategorie. Hij bepaalt de teamindeling in samenspraak met de selectietrainers mede op advies van de scouts en bij twijfel met de leiders.

De Technisch Coördinatoren zijn eindverantwoordelijk voor de implementatie en uitvoering van dit Jeugdbeleidsplan voor de selectieteams. Daarnaast zijn zij verantwoordelijk voor sportieve en prestatieve resultaten van de selectieteams en uiteindelijk voor de aanvoer van jeugdspelers naar het eerste elftal.

De Technische Coördinatoren bewaken en geven verdere richting aan het Technisch jeugdbeleid en samen met de BVTZ zorgen zij voor de aanstelling van selectietrainers. Met de selectietrainers wordt periodiek (formeel of informeel) ruggenspraak gehouden over de voortgang en ontwikkeling van de selectieteams en de ontwikkeling van deze trainers zelf.

Zij dragen zorg voor voldoende trainingsmateriaal/-voorbeelden aan (selectie)trainers.

De Technisch Coördinatoren zijn eindverantwoordelijk voor de indeling van alle selectieteams en werken daarbij nauw samen met de selectie trainers, interne scouts en bij twijfel met de betreffende leiders. De finale teamindelingen dragen zij tijdig (streefdatum 1 mei) over aan het jeugdbestuur voor verdere communicatie.

Tot slot verzorgen zij voor een optimale afstemming tussen het Jeugdbestuur en de Technische commissie Jeugd.

2.3.2 Selectie- en keeperstrainers

De selectie- en keeperstrainers zijn bepalend voor het succes van een selectieteam van FC Uitgeest en een voorbeeld voor de jeugd. Belangrijk is dat de trainer gevoetbald heeft op (hoog) niveau, bij voorkeur een aantal jaren bij FC Uitgeest, een pedagogische achtergrond heeft of daar gevoel voor heeft. Daarnaast zijn zij een rolmodel voor de jeugd, zijn op tijd, houden zich aan hun afspraken en geven trainen in door de club geleverde trainers kleding. Elk jaar worden een aantal jeugdtrainers in de gelegenheid gesteld om via de KNVB een trainerscursus te volgen of een vervolg / specialisatiecursus.

Afhankelijk van de jaargang streven we ernaar om te voldoen aan de eisen van een KNVB gecertificeerde jeugdopleiding in 2022 te weten:

-  JO19-1 t/m JO13-1: In bezit diploma UEFA C YOUTH (TC3)
-  JO12-1 t/m JO11-1: In bezit diploma UEFA C YOUTH (TC3) en/of ALO/S&B4/PABO i.c.m. Pupillentrainer
-  JO10-1 t/m JO8-1: In bezit diploma ALO/S&B4/PABO en/of Pupillentrainer
-  Keeperstrainers: Minimaal 1 keeperstrainer beschikt over tenminste 4 jaar relevante ervaring op pedagogisch, voetbaltechnisch of keeper technisch gebied.

De groep die de trainer begeleidt, moet zich als collectief aantoonbaar ontwikkelen gaande het seizoen. Individuele spelers trainen met plezier en maken de groei door om de volgende stap naar

een opvolgend selectieteam. Een selectietrainer valt onder de directe leiding van Technische Coördinator en rapporteert aan hem op periodieke basis. De Keeperstrainer jeugdselectie (vanaf JO10) valt onder de TC Bovenbouw.

De Selectie- en keeperstrainer nemen actief deel aan periodiek overleg met overige selectietrainers en handelt op basis van dit plan.

2.4 Samenwerking

2.4.1 Samenwerking KNVB en omliggende verenigingen

De samenwerking met KNVB is gericht op de ontwikkeling van de club, kader en/of talent. Daarnaast heeft de club goede banden met de lokale – en regionale verenigingen.

2.4.2 Samenwerking met ouders

Ouders spelen een belangrijke rol bij de ontwikkeling van jeugdspelers, voor zowel de breedtesport teams als de selectieteams. FC Uitgeest wil ouders optimaal informeren. In eerste instantie doet de leider/coach of trainer van het team dit. De ouders hebben een even zo belangrijke taak tot informeren, maar ook motiveren en stimuleren om te trainen of te voetballen, bij geen zin, regen, kou of warmte, op tijd gaan slapen, gezond eten. Bewegen is gezond en stimuleert ook de niet sportieve prestaties op de ontwikkeling van de hersenen, voorkomt overgewicht en ontwikkelt kinderen in teamverband, op sociaal en emotioneel niveau. Er ontstaan vriendschappen voor het leven.

Ouders geven aan hoe hun kind reageert op een bepaalde training. Of hoe de speler omgaat met de wedstrijdspanning. Bij FC Uitgeest willen we samen met de ouders een optimaal voetbalklimaat creëren waarin een speler veel plezier beleeft en optimaal presteert. Tijdens wedstrijden kunnen ouders supporten op een positieve manier, aanwijzingen regelen de spelers zelf of worden gegeven door hun leiders / coaches en / of de trainer, maar positieve aanmoediging wordt gestimuleerd!

2.4.3 Samenwerkingsverband BVO: AZ Jeugd Opleiding

FC Uitgeest heeft bewust gekozen om niet specifiek jeugd op te leiden voor BVO-verenigingen. FC Uitgeest is wel partnervereniging van AZ.



De AZ-jeugdopleiding wordt internationaal erkend als 1 van de beste jeugdopleidingen van Nederland en staat bekend om zijn innoverende karakter in het ontwikkelen van en omgaan met jeugdige talenten. AZ stelt haar partnerclubs ook in de gelegenheid gebruik te maken van deze expertise en werkt graag mee in

initiatieven van de partnerclubs die een positieve bijdrage kunnen leveren aan de ontwikkeling van jeugdspelers bij haar partnerverenigingen. 1x per jaar organiseert de AZ Jeugdopleiding een seminar waar talent ontwikkeling centraal staat en waar alle trainers, coaches of bestuursleden van haar partnerclubs zich voor kunnen inschrijven.

In het seizoen 2018-2019 is er bij FC Uitgeest in samenwerking met de AZ-jeugdopleiding 1 van de AZ selectie dagen georganiseerd. Een evenement waar we samen met jeugdtrainers van de AZ Jeugd en de AZ-voetbalschool een dag van voetbal plezier maken voor 350 kinderen uit de hele provincie. Ook zeer leerzaam voor de (jeugdige) trainers van FC Uitgeest om samen de trainingen te verzorgen. Wij streven ernaar deze dag de komende jaren te blijven organiseren

FC Uitgeest zal AZ structureel informeren over talenten in de eigen club en verleent medewerking als jeugdspelers door AZ voor de AZ Voetbalschool (JO9-JO10-JO11) of een stage worden uitgenodigd. Zowel de ouders als het bestuur ontvangen hierover gelijktijdig informatie. De scouts van AZ zijn regelmatig te vinden op ons complex en de Technische Commissie jeugd onderhoudt een goede relatie met de lokale scouts.

Scouts van andere BVO's zijn ook met regelmaat te vinden op ons complex en melden zich voor wie ze komen bij het wedstrijdsecretariaat. Andere amateurverenigingen scouten inmiddels ook. Conform KNVB-beleid zijn zowel deze amateurverenigingen als BVO-verenigingen verplicht het FC Uitgeest Bestuur op te hoogte te stellen van interesse in een bepaalde speler. Mochten zij hiervan afwijken en direct contact leggen met deze speler dient dit gemeld te worden aan de Technische Coördinator en Bestuurslid Voetbal Technische zaken.

2.4.4 Samenwerking met Fysiotherapie SMC Uitgeest

SMC Uitgeest heeft een sportsprekuur voor alle FC Uitgeest (jeugd) leden. Het sportsprekuur is op maandagavond van 19:00 uur tot 20:00 uur.

Tijdens het sportsprekuur wordt er advies gegeven over je blessure, de herstelverwachting en de best mogelijke manier om je sport te hervatten.

3 Selectiebeleid

Binnen de jeugdopleiding streven we naar een transparante selectieprocedure die leidt tot doorstroom binnen de jeugdopleiding en optimale ontwikkeling voor elk kind, waar ook ruimte en aandacht wordt gegeven voor een individuele speler om zich optimaal te kunnen ontwikkelen op zijn eigen niveau.

De volgende paragrafen dienen hier eenduidigheid en duidelijkheid te geven aan kinderen, ouders en leiders.

3.1 Selectie & Competitieve teams seizoen 2019-2020

De visie van de KNVB is om niet te selecteren tot en met de JO10, waar in voorgaande jaren de visie was om teams in de onderbouw samen te stellen op basis van gelijk niveau. Als FC Uitgeest kiezen we een tussenvorm en worden deze teams nog wel gelijkwaardig ingedeeld, waarbij het in de breedtesport belangrijk is om ook sociaal in te delen, maar wel oog te houden op deze groep middels interne scouting. Niet elke kind ontwikkelt zich even snel en blijft een potentieel talent.

Voor het komende seizoen zijn de volgende teams aangewezen als selectieteams:

Selectieteams (Trainers aangesteld door JTC):

JO11-1, JO12-1, JO13-1, JO14-1 (nog vacant in deze update), JO15-1, JO15-2, JO16-1, JO17-1, JO19-1

Voor het komende seizoen zijn de volgende teams aangewezen als competitieve teams:

Competitieve teams (Trainers aangesteld door JTC) :

JO8-1, JO8-2, JO8-3, JO9-1, JO9-2, JO9-3, JO10-1, JO10-2, JO11-2, JO12-2, JO13-2, JO14-2, JO15-2, JO17-2, MO19-1

Breedtesport (Trainers aangesteld door JB):

Overige teams

Het streven is dat de eerste teams op hoofdklasse niveau actief zijn. Tweede teams moeten eerste klasse spelen, bij de spelvorm 6x6, de derde teams minimaal 2^{de} klasse zodat het gat tussen eerste en tweede team (en derde team) voor jeugdspelers te overbruggen is.

Visie is om in de JO19-1 een zo gelijkwaardige groep van 17 spelers (inclusief 2 keepers) te krijgen die selectiewaardig zijn voor de seniorenselectie. Om tot dit aantal te komen zijn er rekening houdend met uitval minimaal 3 teams nodig in de onderbouw (team van 7/8 spelers), in de middenbouw 2 teams (JO11/JO12 9 of 10 spelers) en in bovenbouw 2 teams (13/14 spelers per team). Indien de uitval positief is kan een 19-2 worden toegevoegd als competitief team.

3.2 Breedtesport teams vs competitieve en selectieteams:

Geen selectiespeler, of wel?

Voor recreatieve of breedtesport teams gaat het minder om de prestaties, maar meer om het plezier. Bij FC Uitgeest worden juist ook deze teams goed getraind en begeleid en in de gelegenheid gesteld om 2x per week te kunnen trainen. Enkele spelers in deze teams ontwikkelen zich mogelijk tot nieuwe selectiespelers. Zij worden gevolgd door de selectietrainers en interne scouts om hen mogelijk in een hoger team te plaatsen.

3.3 Meidenvoetbal beleid

Bij FC Uitgeest wordt er geen onderscheid gemaakt tussen meisjes of jongens. Tot en met de O12 worden meisjes en jongens samen ingedeeld en gelden er dezelfde selectiecriteria. Na de O12 kan er bij voldoende aantallen in een meisjesteam worden gevoetbald. Dit is momenteel ook de visie vanuit de KNVB. Indien een meisje in de bovenbouw selectie waardig is en graag in een JO-Bovenbouw selectie wil spelen dan is dit mogelijk. Ook hier gelden dezelfde selectiecriteria. Indien meisjes in de bovenbouw graag met jongens willen blijven voetballen is dit mogelijk mits:

-  Er voldoende meisjes overblijven om een MO-Bovenbouw team te kunnen vormen
-  De JO-Bovenbouw jaargang hierdoor in problemen komt met aantallen om teams te vormen (overtallen)
-  Er overleg is met het betreffende JO team en deze akkoord gaan

3.4 Selectiecriteria

3.4.1 Talent zien en talent volgen

Talent is een begrip, dat moeilijk is te vatten. En nog moeilijker te meten. In de ogen van de één heeft een speler talent, de ander ziet dat talent mogelijk niet. Talent is een onderscheidend kenmerk van een voetballer. Goede traptechniek, balbehandeling, spelinzicht of een combinatie van alles? We spreken bij FC Uitgeest liever niet over talenten, maar over selectiespelers. Een selectiespeler wordt geselecteerd, omdat hij/zij voldoet aan kenmerken en zich daardoor onderscheidt van ander voetballers in een bepaalde leeftijdscategorie en voldoet aan de selectiecriteria.

Een selectiespeler gedraagt zich in eerste instantie voorbeeldig. Zijn technische en tactische vaardigheden zijn bovengemiddeld. Minstens zo belangrijk is mentaliteit, coachbaarheid en intrinsieke motivatie. Luistert een speler naar zijn trainer, denkt hij erover na wat hij daar mee kan doen en probeert hij dan de opdrachten goed uit, wil hij zelf beter worden en is hij mentaal weerbaar?

Spelers die in aanmerking komen voor selectieteams van FC Uitgeest onderscheiden zich met de volgende specifieke kenmerken.

-  *Gedrag binnen het team, tijdens trainingen en wedstrijden*
-  *Technische vaardigheid (verschillen per leeftijdscategorie (zie paragraaf 5.6.2))*
-  *Tactische vaardigheid, (onderscheidend bij instinctief inzicht in onder- en middenbouw, zie paragraaf 5.6.2)*
 - Vrijlopen (ruimte zien)
 - Juiste medespeler aanspelen
 - Druk zetten
 - Verdedigen
-  *Fysiek*
 - Snelheid
 - Explosiviteit
 - Looptechniek
 - Coördinatie
-  *Mentaliteit*
 - Winnaarsmentaliteit, wel sportief
 - Omgaan met tegenslagen
 - Respectvol richting teamgenoten, trainer, coach, tegenstanders en scheidsrechter
 - Coachbaarheid
 - Intrinsieke motivatie (willen leren, beter willen worden)
-  *Communicatie*
 -  *Coaching*
-  *Trainingsopkomst*
-  *Voetballoopbaan tot dus ver binnen FC Uitgeest (check bij twijfel gevallen, is deze speler dan weer wel dan weer niet geselecteerd).*

3.4.2 Wie maken de selecties?

Selecteren doen we niet willekeurig. Via interne scouting brengen we spelers in beeld.

Selectietrainer, technisch coördinator (allen gekwalificeerde mensen) bepalen of een speler in aanmerking komt voor een selectieteam.

Bij de selectieteams en competitieve team zijn de selectietrainers verantwoordelijkheid voor het maken van de selecties. Zij weten welke kwaliteiten zij nodig hebben voor de manier van spelen die ze voor ogen hebben. Dit gebeurt in overleg met de technisch coördinator en met de input van overige trainers en bij twijfel met de betreffende leiders. Trainers hebben een adviserende stem, wat dus verschilt van beslissingsbevoegdheid. De technisch coördinator heeft de bevoegdheid om in uiterste gevallen beslissingen te nemen of terug te draaien. De trainers zullen dit dan moeten honoreren.

3.5 Selectieproces

Er wordt gestreefd naar een continue selectieprocedure door het jaar heen, door middel van interne scouting, trainersinput en trainersoverleg.

3.5.1 Stap 1: Eerste seizoenshelft - evaluatie in de winterstop

Tijdens de winterstop van ieder seizoen vindt een evaluatiemoment plaats en wordt goed gekeken naar de teamindeling van de eerste seizoenshelft. Er wordt dan geïnventariseerd welke spelers in aanmerking komen om mee te trainen met een hoger team of in geval dat een speler te hoog of te laag is ingedeeld t.o.v. zijn huidige niveau en daardoor geen plezier meer beleeft aan het voetbal kan er een wijziging plaatsvinden in goed overleg met ouders en/of het kind zelf. Tijdens het seizoen met spelers schuiven tussen teams is niet gewenst maar kan wel voorkomen als daar een stringente aanleiding voor is. Wanneer de situatie erom vraagt (in uiterste gevallen) kan er besloten worden door de Technisch coördinator in samenspraak met de trainers, om een speler een team terug te zetten, door te schuiven naar een hoger team of zelfs naar een hogere leeftijdscategorie, dit gaat in samenspraak met de betreffende Jeugd Coördinator (sectie en/of jaargang).

Uitgangspunt is dat spelers die op basis van hun ontwikkeling, kwaliteiten, inzet en gedrag de kans krijgen om mee te trainen met een (hoger) competitief of selectieteam. Voor een O13-pupil kan dit dan O13-1 of O13-2 zijn. Dit wordt in overleg (met speler en ouders/verzorgers) besloten.

Om een goed advies te kunnen geven, moeten selectietrainers dus op de hoogte zijn van het niveau van (spelers van) lagere teams, maar andersom moeten trainers van lagere teams ook op de hoogte zijn van het niveau van (spelers van) de selectieteams.

3.5.2 Stap 2: Meetrainen met een hoger team / leeftijdscategorie na de winterstop

Spelers die zich dus dermate positief hebben ontwikkeld kunnen, als ze dat zelf ook willen, mee trainen na de winterstop met een hoger team of leeftijdscategorie. In overleg kan dit 1 of 2 keer per week of 1 keer per 2 weken gebeuren. Zo kan een speler van O15-2 bijvoorbeeld meetrainen met O15-1 of met O17-2.

Het meetrainen met een hoger team gebeurt in overleg met de trainer van het desbetreffende team, de speler en de ouders van de speler. In overleg kan besloten worden om de training als extra (derde) training in de week te doen, naast twee keer trainen met het eigen team, of er kan worden besloten om de training als vervangende training te doen, dus in plaats van een training met het eigen team.

In uitzonderlijke gevallen kan al eerder worden besloten om een speler mee te laten trainen met een hoger team of leeftijdscategorie. Trainers die merken dat een speler ver onder zijn niveau is ingedeeld, of wanneer een speler al in het hoogste team is ingedeeld maar onvoldoende weerstand krijgt tijdens trainingen en wedstrijden, geven zij dit aan bij de Technisch coördinator. In overleg kan dan worden besloten deze speler al voor de winterstop mee te laten trainen met een hoger team. In alle gevallen zal de Jeugd Coördinator op de hoogte worden gesteld.

3.5.3 Stap 3: Scouting tijdens tweede seizoenshelft en maken van de teamindeling

Na de winterstop moet door middel van gerichte scouting en meetrainen met een hoger team, duidelijk zijn welke spelers in welk team zullen worden ingedeeld. De interne scouting wordt gedaan door de TC's en selectietrainers. Het streven is 1 mei de voorlopige indelingen klaar te hebben en om vóór 1 juni de selectieteams definitief te maken. De selectietrainers maken de concept en definitieve teamindelingen voor de selectieteams en competitieve teams. Ze werken hierbij nauw samen met de Jeugd Coördinatoren. Deze worden bekrachtigd door de Technisch Coördinatoren.

Aanvullend op de selectiecriteria is een extra check nodig bij twijfel om te kijken naar de teams in vorige jaargangen van de betreffende speler, onbewust kan deze vaak in een net wel/ net niet situatie komen wat niet wenselijk is en als extra aandachtspunt dient te worden meegewogen.

De Jeugd Coördinatoren maken de concept en definitieve teamindelingen voor de breedtesport teams. Alle teamindelingen worden gecommuniceerd vanuit het Jeugdbestuur.

3.5.4 Stap 4: Communicatie naar spelers en ouders m.b.t. teamindelingen

Voor spelers, ouders en trainers moet duidelijk zijn wat de uitgangspunten zijn van het selectiebeleid bij FC Uitgeest. Dit Jeugd Beleids- en opleidingsplan is de basis van ons selectiebeleid. Bij vragen over de selectieprocedure kunnen spelers, ouders en trainers worden verwezen naar dit plan. Zijn er aanvullend nog vragen, dan kan contact worden opgenomen met Jeugdcoördinatoren of de Technisch coördinatoren.

Communicatie na afloop van de selectieprocedure is evenzo belangrijk, we hebben te maken met kinderen. De impact van een selectieproces mag niet worden onderschat. Dit geldt met name voor spelers die na de winterstop zijn gaan meetrainen met een hoger team of leeftijdscategorie, kinderen die in een lager team gaan spelen, kinderen die met of zonder dispensatie in dezelfde jaargang blijven of kinderen die steeds op de rand van de selectie zitten. Het is essentieel dat er gecommuniceerd wordt door de trainer van het team waar zij voor spelen, welke spelers wel en welke niet deel uit maken van een team, en waarom hiervoor gekozen is. Leaders en ouders spelen hier ook een belangrijke rol in richting het kind.

3.5.4.1 Breedtesport teams bij elkaar houden?

Zeker bij lagere pupillen- en juniorenteams bestaat vaak de wens om als team bij elkaar te blijven. Dit is geen beleid omdat we alle kinderen zeker in de onderbouw de gelegenheid willen geven zich maximaal te ontwikkelen op hun eigen niveau. Echter kan er wel rekening mee gehouden worden.

Spelers die individueel er bovenuit steken in deze teams behouden de mogelijkheid, wanneer ze dat zelf ook willen, naar een hoger te team te gaan. Door de wens bij elkaar te blijven, is het voor deze teams niet altijd mogelijk om door te stromen naar een hoger team, en zal soms zelfs een stapje terug moeten worden gedaan. Dit is een wens van een compleet team en wordt per geval bekeken door de coördinator in overleg met de desbetreffende trainer.

4 SPELPRINCIPES

In dit hoofdstuk gaan we in op de verschillende spelprincipes. De KNVB is in 2016 gestart met nieuwe spelvormen voor de onderbouw (JO8 tot en met JO12).

De belangrijkste principes die wij de kinderen willen meegeven in onze opleiding zijn de volgende:

-  We kiezen voor opbouw van achteruit met een duidelijk idee, afhankelijk van de situatie: het ene moment via korte opbouw, het andere moment via lange opbouw!
-  We laten ruimte voor inbreng van de spelers. Durf, creativiteit en initiatief staan voorop!
-  We verdedigen met killer instinct, met de intentie om de bal in bezit te krijgen!
-  We zetten de tegenstander agressief onder druk, met als doel de bal af te pakken. Dit zonder overtredingen te maken!
-  We houden de speelwijze vast, ongeacht de druk van de tegenpartij en het resultaat!
-  We willen elke wedstrijd winnen, met plezier als drijfveer!

4.1 Persoonlijke spelopvatting tijdens wedstrijden en trainen



Hoge intensiteit:

Wanneer we met een hoge intensiteit spelen, verliest de tegenstander veel energie doordat ze zich continu aan ons spel en tempo moeten aanpassen. De tegenstander zal door onze hoge intensiteit overrompeld worden en in paniek raken, waardoor er gaten in de organisatie van de tegenstander ontstaan.

Hecht collectief:

Een goed samenwerkend team, die denkt in het collectief, met elkaar bezig is om te presteren, waarin spelers hun verantwoordelijkheden en team rol innemen en elkaars kwaliteiten gebruiken, is sterker dan een groep individuen en lastiger te bespelen.

Gevarieerd en verrassend:

Wanneer we gevarieerd en verrassend voetballen, wordt ons spel voor de tegenstander onvoorspelbaar. Doordat we continu op verschillende manieren oplossingen zoeken en in beweging zijn ontregelen we de organisatie van de tegenstander. De tegenstander moet op

ons reageren en gaat twijfelen. Bij twijfel gaan tegenstanders fouten maken en valt hun organisatie uit elkaar.

Uitgaan van eigen kracht:

Uitgaan van eigen kracht betekent handelen uit eigen beweging. Je signaleert kansen en wacht niet op anderen, maar onderneemt actie vanuit jezelf. Hierdoor zijn we de tegenstander altijd een stap voor en kunnen we wedstrijden domineren. Zodoende creëren we zelf nieuwe ruimtes en mogelijkheden en bepalen we wat er waar op het veld gebeurt.

4.2 Team Spelprincipes

We houden de centrale as bezet

Voor de tegenstander in balbezit is de centrale as de kortste weg naar het doel. Deze zone dient te allen tijde bezet te blijven zowel in de verdediging als op het middenveld.

We verdedigen Compact

Door de onderlinge afstanden klein te houden kan iedere speler rekening houden met rugdekking, en staat het elftal op het moment van balverlies in de positie om de bal direct weer terug te winnen.

Diepte voor breedte

De speler in balbezit moet eerst kijken of er een oplossing in voorwaartse richting is.

We verdedigen de zone

Als de bal beweegt dan bewegen we als team in die richting mee. In de verdediging wordt er nooit gekruist, de tegenstanders worden onderling overgenomen.

We zetten als team direct druk

Direct na balverlies zetten we agressief druk op de bal met als doel de bal te veroveren.

We zoeken de 3e man

Niet de dichtsbijzijnde speler wordt ingespeeld, maar de speler een station verder, die de bal kaatst op de 3^{de} man. De speler die de bal ontvangt staat met zijn gezichtsveld naar het eigen doel en speelt de vooruitlopende 3^{de} man in.

We komen in positie vanuit beweging

We spelen gevarieerd, waarbij spelers in positie komen i.p.v. in positie staan. Wordt een medespeler ingespeeld, dan zijn we alweer in beweging om de volgende bal te ontvangen.

We creëren een-tegen-een-situaties

Het doel is om de aanvallers die de kwaliteit hebben om met een individuele actie een man uit te spelen, deze in een 1 tegen 1 positie te brengen door deze speler aan te spelen en ruimte te maken door bij hem weg te blijven.

4.3 Startopstellingen

De hierna genoemde startopstellingen zijn als leidraad weergegeven, spelprincipes zijn leidend.

4.3.1 Startopstellingen 6 tegen 6

Het zes tegen zes spelprincipe geldt voor de JO8, JO9 en de JO10. Hiernaast hebben we de 'startopstelling' weergegeven voor deze spelvorm.



- Met durf spelen
- Veel scoren
- Aanvallen en snel afpakken (binnen 3 seconden)
- Acties maken en acties maken
- Allemaal verdedigen en allemaal aanvallen
- Ballen laag over de grond
- Keeper:
 - Schiet bij voorkeur niet uit zijn handen
 - Speelt laag over de grond of dribbelt in
 - Voetbalt mee als laatste man

4.3.2 Startopstellingen 8 tegen 8

Het acht tegen acht spelprincipe geldt voor de JO11 en de JO12. Hiernaast hebben we de 'startopstelling' weergegeven voor deze spelvorm:



- Met durf spelen
- Aanvallen en snel afpakken (binnen 3 seconden)
- Aanvallen veld groot maken
- Verdedigen veld klein maken op helft tegenstander
- Actie maken om overtal te creëren en dan uit te spelen
- Vrijlopen in de ruimte
- Allemaal (mee) verdedigen van eigen man
- Stimuleren en leren in overtal druk te zetten op tegenstander
- Verdediging aansluiten over de middenlijn in aanval
- Tegenstander op eigen helft houden
- Ballen laag over de grond
- Keeper:
 - Schiet bij voorkeur niet uit zijn handen
 - Speelt laag over de grond of dribbelt in
 - Voetbalt mee als laatste man, staat 10 tot 15 meter voor zijn doel bij aanval

Startopstellingen 11 tegen 11

Het elf tegen elf spelprincipe geldt voor de bovenbouw vanaf de JO13 en hoger. Onderstaand hebben we de 'startopstelling' weergegeven voor deze spelvorm, gezien er meer tactisch gespeeld wordt bepaalt de trainer de speelwijze van die wedstrijd, maar kenmerkt deze zich met de volgende punten:



- Met durf spelen
- Variëren in druk zetten en inzakken
- Man opzoeken om overtal te creëren en dan uit te spelen
- Continue beweging
- Allemaal (mee) verdedigen van eigen man
- Stimuleren en leren in overtal druk te zetten op tegenstander
- Verdediging aansluiten over de middenlijn in aanval
- Tegenstander op eigen helft houden
- Ballen laag over de grond en op het juiste moment diepte zoeken
- Keeper:
 - o Schiet bij voorkeur niet uit zijn handen
 - o Speelt laag over de grond of dribbelt in
 - o Voetbalt mee als laatste man, staat 20 tot 25 meter voor zijn doel bij aanval

4.4 Visie op speeltijd en invallers

Voor jeugdspelers is het essentieel dat ze veel speelminuten maken, omdat zij zich daardoor optimaal kunnen ontwikkelen. In de onder- en middenbouw hebben alle spelers evenveel recht op het spelen van wedstrijden. De leider / coach of trainer hanteert een evenwichtig wisselsysteem, zodat elke speler evenveel speeltijd krijgt.

4.4.1 Wisselbeleid selectie t/m JO14

In de selectieteams t/m de O14 hebben alle spelers evenveel recht op het spelen van wedstrijden. Echter kan hiervan afgeweken worden bij niet of onredelijk afzeggen van trainingen of ziekte tot vlak voor de wedstrijddag. Hier worden ook aan het begin van het seizoen afspraken over gemaakt en gecommuniceerd aan ouders. Bij de selectieteams tot de JO12 wisselen we maximaal drie keer per wedstrijd (halverwege de eerste helft, in de rust, halverwege de tweede helft) mits er een blessure is of een andere bijzonderheid.

4.4.2 Wisselbeleid selectie vanaf de JO15

Vanaf de O15 selectieteams kan de trainer kiezen voor de ‘sterkste’ opstelling. Dit betekent dat alleen gewisseld wordt als de verwachting is dat het de teamprestatie ten goede komt. De individuele ontplooiing maakt langzaam ruimte voor het teambelang. De trainer moet wel een redelijk sociaal wisselbeleid blijven voeren en geeft desgewenst toelichting op zijn wisselbeleid aan de speler(s).

Er geldt in principe een 50%-regel. Alle spelers moeten in een seizoen minimaal 50% van de wedstrijdminuten spelen.

Dit geldt natuurlijk niet voor de niet-selectieteams. In deze teams moeten alle spelers (ongeveer) evenveel speeltijd krijgen. Behalve wanneer door blessures, ziekte, afwezigheid bij training of door gedragsmatige redenen er aanleiding voor is om iemand (veel) minder speeltijd te geven.

4.4.3 Wisselen keepers

Bij de onderbouw en JO9 wordt er één keeper per wedstrijd gekozen. Selectiekeepers vanaf de JO10-1 dienen verplicht mee te doen met de keeperstraining. *(zie ook paragraaf 5.3: Keepersbeleid)*.

Mochten er bij de bovenbouw selectie drie keepers voor twee elftallen zijn dan zal de beste keeper van dat moment de eerste keeper van het hoogste elftal worden. De overige twee keepers spelen hun wedstrijden in blokken van twee weken (in principe een uit- en een thuiswedstrijd) in het tweede team en zitten in de weken dat men niet speelt op de bank bij het eerste team. De tweede keeper speelt de vriendschappelijke- en bekerwedstrijden van het eerste team.

4.4.4 Beleid invallers

Wanneer een team te weinig spelers heeft, bijvoorbeeld door blessures, schorsingen of afmeldingen, is het soms nodig om spelers van een ander team te ‘lenen’.

4.4.4.1 Invallers onderbouw

Wanneer er geen voldoende spelers beschikbaar zijn in een team is de doelstelling om binnen de jaargang invallers te zoeken uit de eigen jaargang om alle teams te laten spelen. Mocht de invaller boven beide teams uitsteken en te veel het spel beïnvloedt kan overwogen worden deze speler de bal maar 3x te laten raken per aanname. Bij voldoende invallersmogelijkheden geniet het dus niet de voorkeur een speler uit 1 mee te laten doen bij 5.

4.4.4.2 Invallers middenbouw

Wanneer er geen voldoende spelers beschikbaar zijn in een team is de doelstelling om binnen de jaargang invallers te zoeken uit de eigen jaargang om alle teams te laten spelen. Uitgangspunt is spelers te laten invallen uit een lager team. Voor selectieteams kan ook een invaller gevraagd worden uit een selectieteam die mee kan met het niveau uit geboortjaar 1 jaar later als het betreffende selectieteam: bijvoorbeeld de JO12-1 leent of van de JO12-2 of van de JO11-1.

4.4.4.3 Invallers bovenbouw: van lager team naar hoger team

Wanneer er geen spelers beschikbaar zijn van hogere teams, worden spelers 'geleend' volgens het normale principe: bijvoorbeeld: O17-1 leent bij O17-2, O17-2 leent bij O17-3 en O17-3 leent bij O17-4 of O17-5. Voor het lenen van spelers geldt een aantal regels.

Wanneer een speler nodig is voor de basis van een selectieteam, dan kan de trainer van het selectieteam aangeven welke speler hij op die positie wil opstellen en welke speler hij dus wil lenen van een lager elftal. Dit zal in veel gevallen de beste speler (voor de desbetreffende positie) zijn. Dit dient goed en tijdig gecommuniceerd te worden met de betreffende leiders en / of trainer van het team van de invaller.

Wanneer de speler als wisselspeler mee gaat met een selectieteam, hoeft deze speler niet de beste speler (voor die positie) te zijn, maar mag het ook een andere speler zijn. De speler moet echter wel geschikt zijn om speelminuten te maken op een hoger niveau.

De volgorde van belangrijkheid van wedstrijden is: (na)competitie, beker, training, oefenwedstrijd. Wanneer een team tegen degradatie of voor het kampioenschap speelt, dan heeft dit voorrang op een team dat nergens om speelt. In onderling overleg met de Technisch Coördinator, kan er dan zelfs toe worden besloten om spelers van een hoger team mee te laten spelen om degradatie te kunnen ontlopen of het kampioenschap (promotie) te behalen.

In principe moet een geleende speler minimaal een helft spelen.

4.4.4.4 Invallers bovenbouw: van hoger team naar lager team

Wanneer de situatie ontstaat dat een eerste selectieteam (bijv. O17-1) een fitte selectie heeft, dan kunnen er op zaterdag spelers met O17-2 meespelen. Wanneer ook bij O17-2 de hele selectie fit is, dan zal er geschoven moeten worden met spelers, omdat voor de optimale ontwikkeling van spelers natuurlijk wel speelminuten moeten worden gemaakt.

Ook voor spelers die terugkomen van een blessure, is het vaak verstandig om eerst speelminuten te maken op een lagere wedstrijdintensiteit (O17-1-spelers bij O17-2, O17-2 spelers bij O17-3 en evt. O17-3-spelers bij O17-4 of O17-5).

Normaal gesproken worden er maximaal 2 spelers doorgeschoven op zaterdag: van O17-1 naar O17-2 en van O17-2 naar O17-3. Alleen wanneer er behoefte aan is van beide kanten (bijv. in geval van blessures bij O17-2) kan er worden besloten om af toe 3 spelers door te schuiven van O17-1 naar O17-2, of van O17-2 naar O17-3. Voor de duidelijkheid: alleen wanneer deze spelers ook beschikbaar zijn.

Dit moet in goed onderling overleg worden besloten tussen trainers en leiders. Het belangrijkste is om tijdig hierover te communiceren (het begin van de week: maandag of dinsdag is hiervoor een goed moment).

5 Trainen

Trainingen vormen de basis voor de ontwikkeling van onze spelers. Om de kwaliteit van de opleiding te waarborgen is van belang dat de trainers van onze selectieteams over de juiste diploma's beschikken óf bereid zijn deze diploma's te behalen. Paragraaf 2.2.2 geeft een overzicht van de gewenste diploma's per jaargang.

5.1 Aangeboden trainingen

FC Uitgeest streeft ernaar om al haar jeugdteams de gelegenheid te geven om 2x te trainen met de dezelfde oefenstof. Alle trainingen die door de club aangeboden worden zijn voor selectiespelers verplicht. Alleen in overleg met desbetreffende trainer kan hiervan worden afgeweken. Alleen regelmatig trainen draagt bij aan het ontwikkelen van spelers en het vormen van een teamgevoel.

5.2 Trainingsafspraken

Trainers worden voorzien van trainerskleding vanuit FC Uitgeest, deze dienen ter alle tijden gedragen te worden zodat een trainer als zodanig herkenbaar is en de juiste uitstraling richting de kinderen heeft. Van trainers wordt verwacht dat zij het opleidingsplan goed hebben doorgenomen en daarop hun trainingen afstemmen.

Aandachtspunten voor alle trainers:

-  **PLEZIER** met trainen is belangrijk, plezier halen we uit de training door acties die lukken, mooie passes, mooie doelpunten, schijnbewegingen die lukken.
-  Stimuleer **DURF** in alle oefeningen, trainen is er om te leren en we leren van dingen die niet lukken, kracht zit in herhaling.
-  Maak gebruik van de verschillende mogelijkheden om te trainen, train op gras, kunstgras, pleintje bij de kleedkamers, Toon Dekker Arena, Ferdy Druif Volleywall
-  Oogcontact is belangrijk voor kinderen, trainers dragen geen zonnebrillen of petjes zodanig dat oogcontact niet mogelijk is
-  Kinderen begroeten de trainer vooraf en bedanken de trainer na afloop
-  Kinderen helpen met het klaarzetten en opruimen van trainingsmaterialen
-  Trainers maken afspraken met de kinderen, een aantal richtlijnen (maar kan de trainer naar eigen wens af stemmen):
 - Kinderen dienen minimaal 15 minuten voor aanvang trainen aanwezig te zijn
 - Kinderen of via de ouders dienen zich persoonlijk af te melden bij de trainers met de reden waarom ze niet kunnen trainen

5.3 Keeperstrainingen vanaf de JO10

Ook het opleiden van keepers krijgt bij FC Uitgeest de aandacht. Keepers worden steeds belangrijker in het moderne voetbal en worden ook geacht goed te kunnen voetballen. FC Uitgeest biedt haar vaste keepers (een vaste keeper heeft elke week een heel seizoen) vanaf de JO10 de mogelijkheid om gericht keeperstrainingen te volgen. Er is bewust gekozen om dit vanaf de JO10 aan te bieden, omdat vanaf de JO11 er met vaste keepers gespeeld wordt en we in de JO10 gaan zoeken naar vaste keepers. Aangezien we in het seizoen 2018-2019 weer dit belangrijke teamaspect hebben opgepakt bouwen we dit stapsgewijs uit de komende jaren. Aankomend seizoen 2019-2020 zijn de keeperstrainers uitgebreid van 2 naar 4 trainers.

Deze keeperstrainingen zijn verplicht voor keepers in de selectieteams vanaf de JO10-1. De keeperstrainingen worden verzorgd door een groep trainers die keepers van FC Uitgeest wekelijks een training aanbieden om hen vaardigheden aan te leren c.q. te verbeteren.

De visie op de trainingswijze van keepers is op het moment van schrijven in de maak en zal worden toegevoegd aan dit Jeugd beleids- en opleidingsdocument in samenwerking met het de TC Midden en bovenbouw. Centraal hierin staan visie, trainingsmethodiek en -frequentie.

5.4 Trainingsfrequentie en -minuten

De volgende punten zijn een richtlijn, primair uitgangspunt om alle teams minimaal 2x te kunnen laten trainen op de 3 trainingsvelden die tot onze beschikking staan.

-  De bovenbouw selectieteams trainen 180 minuten per week.
-  De middenbouw selectieteams trainen 150 minuten per week.
-  De onderbouw selectieteams trainen minimaal 120 minuten per week.
-  De overige teams trainen maximaal 120 minuten per week. Wanneer er geen trainers aangeleverd kunnen worden aangesteld door de TC zorgt het betreffende team voor een eigen trainer.

5.5 Leeftijdskenmerken

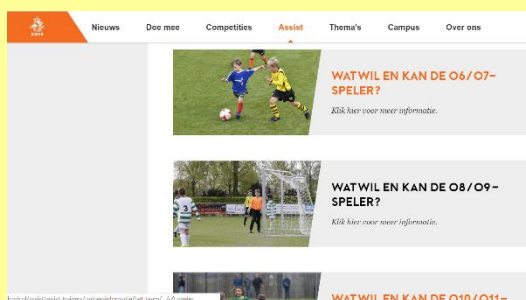
‘Biologische’ Leeftijd (leeftijd qua ontwikkeling, niet de leeftijd qua geboortjaar) speelt de belangrijkste rol bij het opleiden en begeleiden van kinderen. Elk kind heeft haar eigen kenmerken. Kenmerken die gekoppeld zijn aan de algemene ontwikkeling van kinderen.

Trainers en coaches dienen zich te informeren over deze kenmerken zodat zij voorbereid zijn op het begeleiden van de verschillende leeftijdsgroepen. Elke leeftijdsgroep vergt een eigen aanpak. Op de volgende pagina hebben we de belangrijkste kenmerken per leeftijdscategorie samengevat, deze zijn gemaakt voor de leeftijdscategorie in het algemeen en niet op basis van de biologische leeftijd. Informatie over de betreffende leeftijdscategorieën zijn te vinden op de website van FC Uitgeest => Opleidingsplan.

Leeftijdskennmerken (generiek):

JO6/JO7/JO8/JO9 (4 t/m 8 Jaar)	JO10 / JO11 (9 t/m 11 Jaar)	JO12 / JO13 (11 t/m 13 Jaar)	JO14 / JO15 (13 t/m 15 Jaar)	JO16 / JO17 (15 t/m 17 Jaar)	JO18 / JO19 (17 t/m 19 Jaar)
De kinderen zijn zeer snel afgeleid	Kinderen zijn meer bereid deel uit te maken van een team	Hebben een goede beheersing van de eigen bewegingen	De pubertijd gaat beginnen, veel met zichzelf bezig	Begin van harmonische lichaamsgroei, kracht-, interval- en duurarbeid kan verhoogd worden en ook techniektraining zal weer ontwikkeling doormaken	Ontwikkeling is nog mogelijk door doelbewuste en methodische geplande training. Het karakter stabiliseert zich
Zijn individueel gericht, hebben weinig gevoel om dingen samen te doen	Ze krijgen in de gaten wie goed of juist minder goed kan voetballen	Zijn bewust bezig hun prestatie te verhogen	Er ontstaat interesse voor andere zaken, hierdoor ontstaan spanningen	Ook hier nog puberteitsproblemen aanwezig, zie JO15	Zelfkritiek is aanwezig
Na een jaar gaan de kinderen de bal beter behandelen en enigszins samenspelen	Gedurende langere tijd kunnen de kinderen een oefening uitvoeren	Metten zich graag met anderen (prestatie vergelijking)	Soms snelle lichaamsgroei, daardoor blessuregevoelig en mogelijk prestatie vermindering	Er is sprake van toenemende zelfkritiek	Zowel de groep als 'het eigen ik' zijn belangrijk
	De balbehandeling wordt beter	Hebben toenemende kritiek op zichzelf en de prestatie van anderen	De leergierigheid kan ontbreken, stemmingswisselingen	Geschikt voor prestatief denken	Willen samen verantwoording dragen
	Ze begrijpen wat dekken en vrijlopen betekent	Zijn zeer leergierig, trainers moeten het goede voorbeeld kunnen geven	Kan zich gaan afzetten tegen gezag, vormt groepjes	Willen ook verantwoording hebben	Willen presteren en zich doen gelden
	Ze worden zelfstandiger		Interesse mogelijk voor andere hobbies en / of sporten	Zijn bezig met het zelfkritische	

De KNVB heeft op haar website een meer gedetailleerde omschrijving gemaakt per leeftijdscategorie. Voor elke trainers, coach en begeleider wordt aangeraden deze voor zijn leeftijdscategorie te lezen.



Link naar de KNVB pagina:

<https://www.knvb.nl/assist/assist-trainers/trainersinformatie/het-team/kenmerken-per-leeftijdscategorie>

5.6 Trainingsaccenten

Op basis van de op de vorige pagina genoemde kenmerken, kunnen ook de trainingsaccenten worden aangepast. Door de trainingsaccenten aan te passen aan de leeftijd ontstaat een optimale ontwikkeling voor de kinderen. Op de volgende pagina's gaan we verder in op de binnen FC Uitgeest toegepaste trainingsaccenten.

Daarnaast gaan we in op de technische en tactische elementen welke we voor de verschillende leeftijdscategorieën willen ontwikkelen.

Van selectietrainers wordt verwacht dat men zich aan deze accenten houdt.

Vanaf de bovenbouw moet ook worden gezorgd voor de gewenste tactische en technische ontwikkeling van de individuele spelers. De Technisch Coördinatoren zien hierop toe.

Naast de voetbaltechnische trainingen en accenten wordt van alle selectietrainers / begeleiders en coaches van de JO8 tot en met de JO19 verwacht dat zij de volgende zaken meenemen in de coaching:

-  *Vragend en positief coachen;*
-  *Differentieer in je oefeningen;*
-  *Wekelijks huiswerk meegeven (zie paragraaf 6.2 bij onderbouw);*
-  *Korte warming up met bal (als discipline misschien bij de wedstrijden);*
-  *Hoofdaccent is aanvallen;*
-  *Alles zelf voor (laten) doen;*
-  *Alle oefeningen met de bal;*
-  *Er moet een competitie-element in de oefeningen zitten.*

Op basis van de verschillende leeftijdscategorieën past FC Uitgeest haar trainingsprogramma aan. Dit programma is gebaseerd op de verschillende leerlijnen welke als volgt gedefinieerd zijn voor de verschillende leeftijdscategorieën:

Categorie	Leerlijn
JO6 - JO9	Het beheersen van de bal
JO10 - JO12	Het doelgericht leren samenspelen
JO13 - JO14	Het leren spelen vanuit de spelprincipes van FC Uitgeest (zie hoofdstuk 4)
JO15 - JO16	Het afstemmen van spelprincipes binnen een team
JO17 - JO18	Het spelen als een team
JO19	Het presteren als team in een competitie

De leerlijnen laten een bepaalde opbouw zien, waarbij in eerste instantie vanuit technische capaciteiten (balbehandeling- en beheersing) wordt gedacht. Controle over de bal is essentieel om volgende stappen te kunnen zetten. Via het leren spelen in een team, worden langzaam de verschillende spelprincipes eigen gemaakt. Dit alles gebeurt middels het gericht trainen van de spelers.

De trainingsaccenten welke worden aangebracht om bovenstaande leerlijnen te kunnen volgen zijn weergegeven in onderstaande tabel. Parallel kan in de verschillende leeftijdscategorieën worden gewerkt aan tactische vaardigheden.

5.6.1 Trainingsaccenten en oefenstof

Binnen FC Uitgeest worden de onderstaande trainingsaccenten aangebracht in de trainingen per leeftijdscategorie. Deze accenten dienen te worden gevolgd door de verschillende selectietrainers, waarbij de Technische coördinatoren faciliteren en waar nodig geraadpleegd kunnen worden.

Oefenstof per jaargang, algemene techniek en voor keepers is voor alle trainers beschikbaar via de Jeugd Coördinatoren, Technische Coördinatoren Jeugd of het Bestuurslid Voetbal Technische Zaken. Deze oefenstof is laagdrempelig (.pdf-bestand) en ter ondersteuning en inspiratie voor zowel selectie als breedtesport trainers:

JO6/JO7/JO8/JO9 (4 t/m 8 Jaar)	JO10 / JO11 (9 t/m 11 Jaar)	JO12 / JO13 (11 t/m 13 Jaar)	JO14 / JO15 (13 t/m 15 Jaar)	JO16 / JO17 (15 t/m 17 Jaar)	JO18 / JO19 (17 t/m 19 Jaar)
De training staat in het teken van balgewenning en wedstrijdgewenning	De training staat nog steeds in het teken van balgewenning en wedstrijdgewenning	Aanleren van de spelprincipes van FC Uitgeest	Laat alle technische voetbalvaardigheden in wedstrijd situaties oefenen (grotere handelingssnelheid + weerstand)	Technische vaardigheden verbeteren en oefenen in hoog tempo en onder weerstand tijdens wedstrijd situaties.	Automatiseren van alle technische vaardigheden in spel-, oefen- en wedstrijd situaties
Dribbelen, drijven, passen, schieten en scoren zijn de kernwoorden.	Dribbelen, drijven, passen, schieten, scoren en alles met 2 benen zijn de kernwoorden. Juiste manier van aanspelen en passen (inspelen voorkeursbeen, in de loop voor de je medespeler).	Alle technische elementen na goede voorbeelden oefenen (ook onder weerstand)	Heeft oog voor individuele tekortkomingen en problemen, de resultaten zijn twijfelachtig, de verwachtingen mogen niet te hoog zijn	Tactische trainingsvormen, toepasbaar: aanval versus verdediging, counteren, hoog druk zetten, omschakelen, tempo wisselen, buitenspel etc.)	Ruimte voor individuele trainingen zoals specifieke technische vaardigheden: verre inworp, corner, penalty, vrije trap, aanvallend en verdedigend koppen etc.
Voor de allerkleinsten is de bal nog de grootste weerstand. Pas als de speler de bal redelijk beheerst komen de volgende weerstanden aan de orde: de medespeler en de tegenstander	Voor de allerkleinsten is de bal nog de grootste weerstand. Pas als de speler de bal redelijk beheerst komen de volgende weerstanden aan de orde: de medespeler en de tegenstander	Gaat het duel 1:1 aan zowel verdedigend als aanvallend	Belicht de posities en taken van de spelers tijdens de partijspele	Taakverdeling binnen het elftal, toepasbare wedstrijd tactiek	Wedstrijd tactiek ontwikkelen door speelanalyse met daarop gerichte oefeningen
Extra aandacht op trap- en passtechniek. Leren juist te schieten met binnenkant voet, wreef en stand van voeten	De training moet deze weerstanden bevatten	Leert de basis beginselen van de algemene tactiek (vrijlopen en dekken)	Belicht de spelhervatting (inworp, doeltrap, aftrap, vrije trap, direct en indirect, scheidsrechtersbal en corner)	Leren inspelen op sterke en zwakke punten van de tegenstander	Conditionele verbeteringen van kracht, snelheid, uithoudingsvermogen en controle hierop
			Leer ze om te gaan met positieve kritiek en negatieve kritiek achterwege te laten	Werk met positieve kritiek en laat negatieve kritiek achterwege	

De KNVB heeft ook een app ontwikkeld met zeer uitgebreide oefenstof per jaargang. Deze is te downloaden via de app stores van Google en Apple en heet RINUS. Trainers staan vrij deze te gebruiken.



5.6.2 Trainingsaccenten Techniek en Tactiek

Techniektrainingen worden meegenomen vanaf de jongste jeugd door FC Uitgeest, voor zowel selectieteams als recreatieve teams. Op deze manier wordt vroeg gestart met aanleren van de juiste basistechnieken.

Primair doel is controle van techniek waarbij de intensiviteit hoger dient te liggen in selectieteams (Balbehandeling en handelingssnelheid).

De tactische trainingen worden vanaf de bovenbouw (JO13) geïntensiveerd. Vanaf dat moment spelen de kinderen op een groot veld (11 tegen 11). Onderstaande tabel geeft het overzicht van de vaardigheden welke aangeleerd worden per leeftijdscategorie. In trainingen dient hiermee rekening gehouden te worden.

JO6/JO7/JO8/JO9 (4 t/m 8 Jaar)	JO10 / JO11 (9 t/m 11 Jaar)	JO12 / JO13 (11 t/m 13 Jaar)	JO14 / JO15 (13 t/m 15 Jaar)	JO16 / JO17 (15 t/m 17 Jaar)	JO18 / JO19 (17 t/m 19 Jaar)
ALLEEN TECHNIEK: De training staat in het teken van balgewinning en wedstrijdgewinning. Extra aandacht op trap- en passtechniek. Leren juist te schieten met binnenkant voet, wreef en stand van voeten	ALLEEN TECHNIEK: Ontwikkelen en stimuleren van meerdere schijnbewegingen. Extra aandacht op trap- en passtechniek. Leren juist te schieten met binnenkant voet, wreef en stand van voeten	80% Techniek en 20% Tactiek: Ontwikkelen en stimuleren van meerdere schijnbewegingen.	Snelheid van hendalen opvoeren ook met druk van de tegenstander	Onderhouden en verbeteren van alle aangeleerde basistechnieken	Onderhouden en verbeteren van de aangeleerde basistechnieken door te werken in het hoogste tempo, in kleine ruimtes en onder zware druk
	Zonder weerstand aannemen / meenemen van de bal met alle toegestane lichaamsdelen	Zonder weerstand aannemen / meenemen van de bal met alle toegestane lichaamsdelen	Beheerst de wreeftrap over grote afstand en in het afwerken	Beheerst aanvalspatronen met aandacht voor de veldbezetting	Weet wat te doen bij balbezit en balverlies, inclusief de omschakeling
	Wegdraaien met de binnen- en buitenkant van de voet	Passen met de wreef	Beheerst aanvalspatronen met het accent op opkomende spelers en 3de man principe	Beheerst de principes van het verdedigen in 3:2, 4:2 en 4:3 situaties	Weet taak- en positiebewust te trainen

<vervolg op volgende pagina>

JO6/JO7/JO8/JO9 (4 t/m 8 Jaar)	JO10 / JO11 (9 t/m 11 Jaar)	JO12 / JO13 (11 t/m 13 Jaar)	JO14 / JO15 (13 t/m 15 Jaar)	JO16 / JO17 (15 t/m 17 Jaar)	JO18 / JO19 (17 t/m 19 Jaar)
	Starten met ruimte zien voor vrijlopen en passen	Wegdraaien met de binnen- en buitenkant van de voet	Beheerst de basistechniek van het koppen	Weet onderling te coachen, zowel verdedigend, aanvallend als in de omschakeling	Conditionele verbeteringen van kracht, snelheid, uithoudingsvermogen en controle hierop
		Basistechnieken van koppen	Beheerst de technische en tactische vaardigheden bij het duel 1:1 in alle positie en partijspellen	Weet overal situaties te creëren en uit te spelen	
		Heeft overzicht over een gedeelte van het veld (15-20 meter)	Begrijpt de ideeën van de positiespellen 4:2, 3:2, 5:3, 6:3, 8:4	Is taakbewust, kan zich houden aan eenvoudige opdrachten	
		Krijgt eerste kennismaking met een specifieke taakomschrijving binnen het 1:4:3:3 en het 1:3:4:3 spelconcept	Krijgt vervolg kennismaking met een specifieke taakomschrijving binnen het 1:4:3:3 en het 1:3:4:3 spelconcept	Kan een 2:1 situatie uitspelen	
			Beheerst het verdedigen in 2:1 en 3:1 situaties		
			Kan een 2:1 situatie uitspelen		
			Weet onderling te coachen, met name in balbezit		

5.7 Afwezigheid trainer

5.7.1 Afwezigheid selectie trainers

Mocht de selectie trainer om welke reden dan ook een keer niet bij de teamactiviteit kunnen zijn dan regelt hij zelf vervanging in de volgorde:

-  1 Collega trainers
-  2 Coördinator
-  3 (Voetbal) ouders van eigen team

Dit wordt ten alle tijden gecommuniceerd met de Technisch Coördinator.

5.7.2 Afwezigheid breedtesport trainers

Breedtesport trainers communiceren hun afwezigheid in de team app groep en regelt vervanging met de ouders. Mocht er geen ouder beschikbaar zijn dan is er geen training.

5.8 Huiswerk

De selectietrainers van de onderbouw sluiten één training in de week af met een truc die zij voor (laten) doen. Deze geven zij als huiswerk mee aan de kinderen. Van de spelers wordt gevraagd dat zij iemand laten filmen terwijl zij de truc oefenen. Dit filmpje wordt via WhatsApp naar de trainers gestuurd. Wil je niet opgenomen worden dan kan je het aan de trainer laten zien op trainen.

6 Sportiviteit en respect

FC Uitgeest kent duidelijke waarden en normen. Deze regels zijn niet voor niks opgesteld. De club vindt het belangrijk dat dit beleid aantoonbaar en zichtbaar wordt bewaakt. Daarom lopen er langs de velden scheidsrechterbegeleiders rond om het gedrag van toeschouwers en spelers in de gaten te houden en hen aan te spreken indien nodig. Trainers hebben ook een belangrijke rol in deze!

Voor meer informatie check de website:

De volgende 14 gedragsregels dienen gerespecteerd te worden:

1. *Respect voor anderen is essentieel. Het gebruik van onbehoorlijk taalgebruik is onacceptabel. Geweld (verbaal en fysiek), beledigingen en molestatie aan het adres van derden zijn uiteraard verboden, pesten wordt evenmin geaccepteerd.*
2. *Fusie Club Uitgeest toont zich een goed gastheer voor bezoekende clubs en (assistent)scheidsrechters. Bij uitwedstrijden toont Fusie Club Uitgeest zich een goede gast.*
3. *Een verenigingslid heeft respect voor ieders eigendommen. Een verenigingslid is aansprakelijk voor door haar/hem aangerichte schade.*
4. *Voor het gebruik van het clubhuis is een specifiek bestuursreglement 'Alcohol in sportkantines' opgesteld, waaraan eenieder die gebruik maakt van het clubhuis zich dient te houden. Het nuttigen van alcoholische dranken op het sportcomplex buiten het clubhuis, dus ook in de kleedkamers, is verboden. Het achterlaten van drankverpakkingen, flesjes, blikjes en glazen op en rond de speelvelden is eveneens verboden.*
5. *FC Uitgeest is rookvrij op de zaterdag en doordeweeks op trainingstijden van de kinderen. Daarnaast is er een ROOKVERBOD in de clublokalen (kleedkamers, wedstrijdsecretariaat en clubhuis).*
6. *Het gebruik van soft- en harddrugs is verboden.*
7. *Een verenigingslid dient zich te onthouden van ongewenste (seksuele-) intimidaties tegenover andere leden, vrijwilligers, functionarissen en gasten.*
8. *Een verenigingslid dient zich te houden aan de door de vereniging of KNVB opgelegde sanctie/strafmaat n.a.v. een gepleegde overtreding. De vereniging kan de door de KNVB opgelegde boetes en/of in rekening gebrachte administratiekosten verhalen op het betreffende verenigingslid.*
9. *Een verenigingslid dient een medelid aan te spreken op diens ontoelaatbaar gedrag in het geval dit medelid deze gedragsregels overtreedt.*
10. *Een verenigingslid dat een duidelijke overtreding van de gedragsregels constateert, dient dit te melden bij de door de club voor dit doel aangestelde vertrouwenspersoon, die in deze een soort van "filterfunctie" richting het bestuur vervult.*
11. *Een verenigingslid leeft de verenigingsregels na en is aanspreekbaar op wangedrag. Een verenigingslid zal, indien men zich heeft schuldig gemaakt aan wangedrag, vernieling, geweldpleging, diefstal of andere gedragingen die in strijd zijn met deze gedragsregels en/of met de nakoming van de aan leden opgelegde verplichtingen als vermeld in de statuten, zich dienen te verantwoorden voor het bestuur.*
12. *Onderlinge communicatie geschiedt op basis van open- en eerlijkheid. Leden communiceren met elkaar in plaats van over elkaar!*

13. Een verenigingslid respecteert de binnen de vereniging bestaande gezagsverhoudingen (hiërarchische- en/of functionele aansturing door functionarissen, vrijwilligers, commissieleden en bestuurders).
14. Een verenigingslid hanteert goede omgangsvormen en draagt deze uit, waardoor hij/zij zich een waardig ambassadeur voor de vereniging toont.

7 Bekrachtiging Beleid

Akkoord:	Wanneer:	Vorm:
Bestuur FC Uitgeest	November 2019	Bestuursvergadering
Commissie VTZ Jeugd	Oktober 2019	Overleg
Jeugdbestuur FC Uitgeest	December 2019	Jeugdbestuursvergadering
Voor Gezien:		
Commissie VTZ	December 2019	
Jaarlijkse aanpassing:	Wanneer:	Wie:
Selectie en Competitieve Teams aangepast voor seizoen 2020-2021	Juli 2020	Bestuurslid VTZ
Feedback KNVB Academie verwerkt	Juli 2020	Bestuurslid VTZ