



# K.F.C. Vrasene



## JEUGDOPLEIDINGSPLAN

[www.kfc-vrasene.be](http://www.kfc-vrasene.be)

Club:  
**K.F.C. Vrasene**  
Stamnummer:  
03623

Reeks:  
2<sup>de</sup> Provinciale C

Koninklijke Belgische Voetbalbond



## Voorwoord

Beste ouders, beste speler,

Vooreerst willen wij al onze nieuwe leden welkom heten bij KFC Vrasene en wij hopen dat jullie snel zullen ingeburgerd geraken in deze warme club. In deze brochure vinden jullie alle informatie terug betreffende onze jeugdopleiding.

Bij de inschrijving van uw zoon of dochter bij een voetbalclub spreekt de jeugdverantwoordelijke en de jeugdtrainers meestal over een “jeugdplan”.

Verschillende clubs schermen met het feit dat een jeugdplan zeer belangrijk is, maar wanneer er concrete vragen gesteld worden over dit plan zijn de antwoorden ver te zoeken, laat staan dat u, als ouder, inzicht krijgt in het fameuze jeugdplan.

Wij willen daar verandering in brengen. Aangezien dit plan de fundamenteën zijn van het leerproces, is het belangrijk dat iedereen weet waarop wij kunnen terugvallen en volgens welke principes gewerkt wordt. Dit jeugdplan is een aaneenschakeling van leermomenten per leeftijdscategorieën.

Het geeft ook duidelijk weer wat men per leeftijdscategorie verwacht van de speler en hoe hij op de best mogelijke manier zijn voetbalkwaliteiten kan bijschaven.

**Wij volgen dan ook de opleidingsvisie van de K.B.V.B. en garanderen dat onze jeugdspelers iedere wedstrijd minstens 50%, en bij voorkeur 75%, speelgelegenheid krijgen.**

Ons jeugdplan moet de speler de mogelijkheden aanreiken om een zo breed mogelijke waaier van voetbalkwaliteiten aan te leren. Hij moet dit kunnen doen volgens zijn leeftijdscategorie en volgens zijn mogelijkheden. Herhaling is daarin de beste leerschool.

Het is een must voor de jeugdtrainers van KFC Vrasene dat het jeugdplan nauwgezet gevolgd wordt, ZONDER echter de CREATIVITEIT van de speler te beknotten. Het is daarom ook enorm belangrijk de speler zelf oplossingen te laten zoeken voor gestelde problemen.

Daarom is het zo belangrijk op training echte wedstrijdssituaties te creëren en al dan niet gestuurd oplossingen te geven, waarbij de eigen inbreng een grote rol speelt.

Op lange termijn moet het jeugdbeleidsplan verankert zijn in de clubstructuur. Het moet een degelijk instrument zijn om mee te werken en zeker geen kastgarnituur. Het is daarom van groot belang dat dit jeugdplan bewaakt, bijgestuurd en vooral toegepast wordt.



Dit boekje is de bijbel van onze jeugdwerking. Met dit jeugdplan te verspreiden willen we op een open manier communiceren over onze jeugdopleiding. Indien jullie zich vragen stellen over bepaalde dingen, willen wij jullie gerust te woord staan om nader toelichting te geven.

Bij vele jongeren leeft de voetbalpassie om door te stoten naar een eerste elftal. Wij willen samen met deze spelers werken aan hun passie, ten einde een volmaakt voetballer met de nodige creativiteit af te leveren.

De sportieve cel & jeugdcoördinatoren

Bart De Keersmaeker

Koen Vanwynsberghe

Patrick Apers

De Jeugdvoorzitter

Tom Brijssinck



## Missie en Visie

### *Missie*

K.F.C. Vrasene wil een omgeving scheppen waar het plezier van het bewegen en de spontane spelvreugde van elke jeugdspeler, ongeacht zijn niveau, centraal staan. Football is FUN! We willen voorwaarden scheppen die onze leden toelaten met veel plezier de voetbalsport te beoefenen op recreatief (regionaal) én meer prestatief (provinciaal) niveau. We willen ALLE kinderen die zich aanbieden op onze club de kans geven zich te ontwikkelen volgens zijn/haar mogelijkheden tijdens trainingen/ wedstrijden. **Tijdens de wedstrijden hanteren we daartoe het principe dat ELKE jeugdspeler op maandbasis 50-75% van de speeltijd mag volmaken.**

K.F.C. Vrasene streeft door ledenwerving en werking naar een piramidale structuur met aan de basis een voetbalspeeltuin met veel spelertjes U6 en U7 en vanaf U8 een opsplitsing in regionaal en provinciaal niveau met als **uiteindelijk doel de verantwoorde en geleidelijke integratie van de betere spelers uit de categorieën PU17 en PU21 in onze beloften- en A-kern in 2<sup>e</sup> provinciale.** We willen in elke leeftijdscategorie 1 en bij voorkeur 2 teams brengen en richten ons daartoe in eerste instantie op de jongens/meisjes woonachtig in Vrasene én nabije omgeving (straal 10 km). De samenwerking met de scholen en de verschillende jeugdbewegingen speelt daarbij een belangrijke rol.

Het is onze missie een **kwaliteitsvolle jeugdopleiding** te brengen waar een sportieve cel onder leiding van een TVJO (diploma TVJO amateur of minstens UEFA B) én een team van gemotiveerde en bij voorkeur gediplomeerde jeugdtrainers een uitgestippeld jeugdplan volgen dat beantwoordt aan de natuurlijke drang van de jeugdspelers om te spelen en zo te leren én waarvan de doelstellingen en de inhoud aangepast zijn aan hun niveau en ontwikkeling.

Het is onze missie een **sociale en opvoedende rol** te vertolken en zullen er als club over waken dat jeugdspelers de gestelde regels naleven (interne afspraken) en normen en waarden als clubbinding, teamspirit en wederzijds respect hoog in het vaandel dragen. ALLE medewerkers hebben hier een voorbeeldfunctie.



Het is onze missie **een goede organisatie** te brengen **binnen een vooraf bepaald budget** met een duidelijke interne en externe **communicatie** tussen alle betrokken partijen.

Clubbelang primeert ten allen tijde op individueel belang! Dit besef moet ons helpen bij het nemen van plezierige, maar ook, indien nodig, minder populaire maatregelen. Vanaf het ogenblik dat iemand bij de club betrokken wordt, ondertekent hij/zij in feite deze missie en dient hij/zij zich, zeker als lid, maar ook als ouder, naar te gedragen. Op deze manier komen we tot een duurzame samenwerking.

## Visie

De TVJO (diploma TVJO-amateur) of jeugdcoördinator (uefa B-diploma) stelt een **jeugdplan op basis van de KBVB-opleidingsvisie**. Per leeftijdscategorie wordt gebruik gemaakt van een jaarplan waarin de leerdoelen 2x2, 5x5, 8x8 en 11x11 ruimschoots aan bod komen. De jeugdtrainers worden bij aanvang van het seizoen gebriefd over dit te volgen plan. Om de opvolging te garanderen wordt maandelijks (om de zes weken) een jeugdtrainersvergadering gelegd. Hierbij wordt een opsplitsing voorzien in trainers onderbouw (U6-U11) en trainers midden- en bovenbouw (U13-U21). Deze vergaderingen behandelen uitsluitend sportieve en organisatorische aspecten.

De trainers (bij voorkeur mét trainersdiploma) dienen het jeugdplan te vertalen in **efficiënte en aangepaste trainingen met de nadruk op 4 dimensies** :

- Speltechnisch – juiste uitvoering basistechnieken + snelheid van uitvoering = BASICS
- Speltactisch – bijbrengen van de basistaken B+ en B- per positie én collectief = TACTICS
- Fysisch = het prikkelen van de CLUSK-eigenschappen (Coördinatie-Lenigheid-Uithouding-Snelheid – Kracht)
- Mentaal : respect, inzet, motivatie, durf, lef, beleving, beschikbaarheid, juiste wedstrijdmentaliteit, fair play

De **individuele ontwikkeling** op elk van deze vlakken van elke jeugdspeler staat **centraal** en wordt tweemaal per seizoen geëvalueerd tijdens een evaluatiegesprek met speler/ouders.

De trainers trachten hun spelers de **basisprincipes van het zonevoetbal** mee te geven binnen een voor alle ploegen vastgelegd spelsysteem.

U6-U9 spelen in een **ruitvorm** met vast nummering per positie.

U10-U11 spelen in een **dubbele ruitvorm** met vaste nummering per positie.

U13-U21 spelen in een **1-4-3-3** veldbezetting met vast nummering per positie.



Om een goede transfer van training naar wedstrijd te bekomen wordt gebruik gemaakt van de **wedstrijdmethode**: de jeugdspelers worden tijdens de trainingen zoveel mogelijk geconfronteerd met wedstrijddechte voetbalproblemen die ze samen met hun medespelers dienen op te lossen. Een **duidelijke, efficiënte en uniforme coaching** met ruimte voor eigen initiatief is hierbij essentieel. Een jeugdspeler moet zelf de juiste oplossing kunnen zoeken.

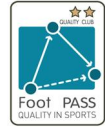
**De individuele ontwikkeling is het doel, de trainingen en wedstrijden het middel om dit te bereiken. Elk wedstrijdresultaat is dus van ondergeschikt belang.**

Tijdens **specifieke trainingen** vanaf U8 wordt speciale aandacht besteed aan :

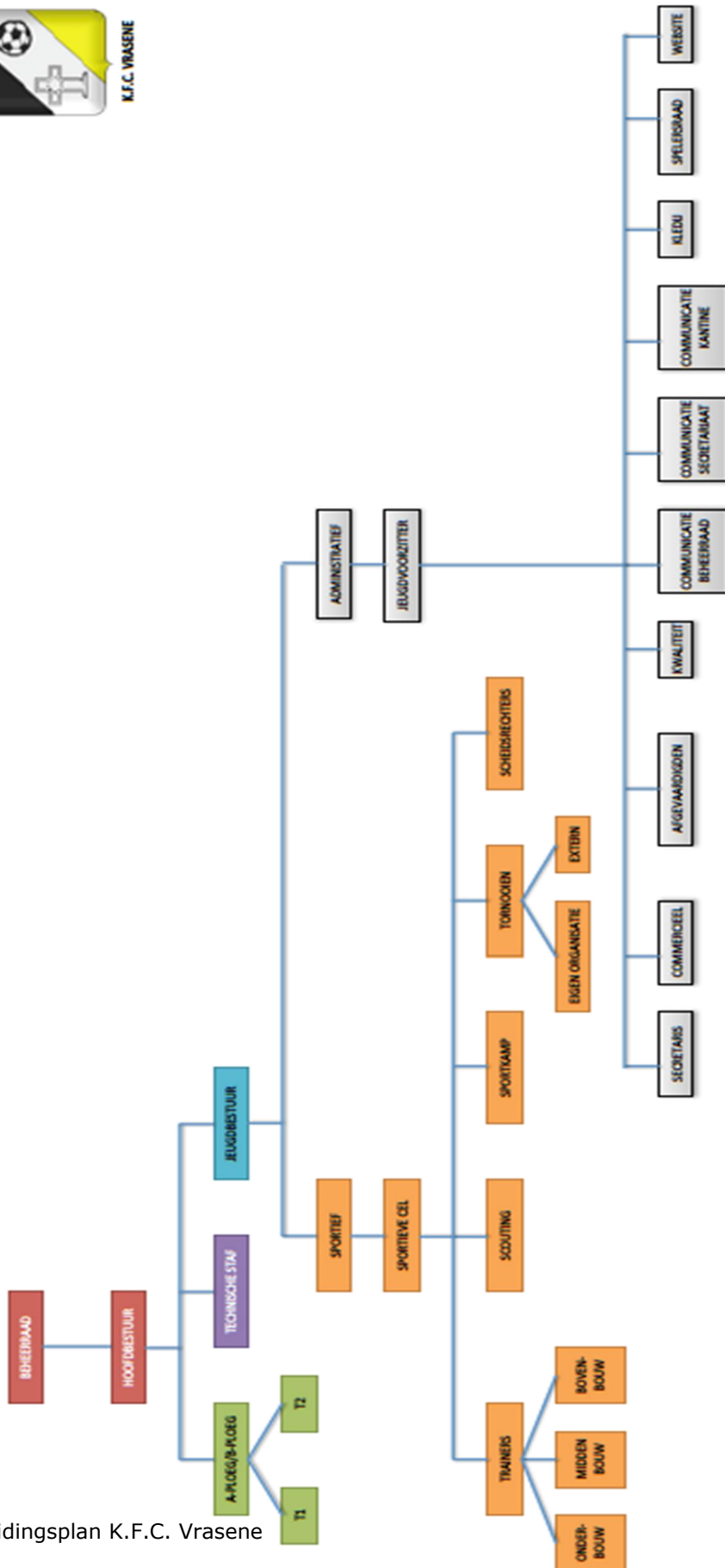
- Snel voetenwerk met en zonder bal, loopcoördinatie en snelheid van uitvoering.
- Keeperstraining

Tijdens **specifieke modules** vanaf U15 wordt speciale aandacht besteed aan :


- Lenigheid
- Kracht- en stabilisatie
- Basisuithoudingsvermogen



ORGANIGRAM K.F.C. VRASENE





<b>K.F.C. VRASENE ORGANIGRAM - INVULLING</b>			
<b>RAAD VAN BESTUUR</b>	Voorzitter	Nijs Leon	
	Ondervoorzitter	De Rop Patrick	
	Financieel Beheerder/Penningmeester	De Rop Patrick	
	Secretaris/Gerechtigd Correspondent	Van Olmen Johan	
	Pers verantwoordelijke	De Rop Bert	
			 <b>K.F.C. VRASENE</b>
<b>Dagelijks bestuur</b>	Chris Dillien	Wim Wille	Koen Van Wynsberghe (jeugd)
	Marino Waem	Tom Brijssinck (jeugd)	Etienne De Prycker
	Marleen Engels	Wesley Schelfhaut (jeugd)	Etienne Maes
	Kurt Ferket	Vincent Kinds (jeugd)	Wim Vervaet
	Marc De Cock	Johan Dierckx	Luc Van Goethem
<b>A-PLOEG/B-PLOEG</b>	T1	Cluytens Albert	
	T2	Van Spittael Kenny	
<b>JEUGDBESTUUR</b>	Jeugdvoorzitter	Tom Brijssinck	
	Ondervoorzitter	Vincent Kindts	
	Jeugdsecretaris	Wesley Schelfhaut	
	Evenement commissie	Tom Scheerders	
	Evenement commissie	Ivan Van Roeyen	
	Ombudsman	Dave Wels	
	Bestuurslid	Ivo Heirweg	
	Meewerkend lid	Mira Van Raemdonck	
	Meewerkend lid	Els Herweyers	
	TVJO	Bart De Keersmaecker	
	Technische Coördinator	Koen Van Wynsberghe	
	Sportieve Commissie	Patrick Apers	
<b>SPORTIEF</b>			
	<b>SPORTIEVE CEL</b>	TVJO	Bart De Keersmaecker
	JC Onderbouw (U6->U11)	Patrick Apers	
	JC Middenbouw (U13->U15)	Koen Van Wynsberghe	
	JC Bovenbouw (U17->U21)	Bart De Keersmaecker	
<b>TRAINERS</b>	ONDERBOUW	Zie lijst trainers	
	MIDDENBOUW	Zie lijst trainers	
	BOVENBOUW	Zie lijst trainers	
<b>SCOUTING</b>		Brijssinck Tom	
		Bart De Keersmaecker	
		Jeugdtrainers	
<b>SPORTKAMP</b>		Ivo Heirweg	
<b>TORNOOIEN</b>	EIGEN ORGANISATIE	Brijssinck Tom	
	EXTERN	Brijssinck Tom	
<b>SCHEIDSRECHTERS</b>		Vanwynsberghe Koen	
<b>ADMINISTRATIEF BEHEER</b>	SECRETARIS	Van Olmen Johan	
	COMMERCIEEL	Wesley Schelfhaut / Wim Wille	
	AFGEVAARDIGDEN	Luc Van Goethem	
		Van Olmen Johan	
	KWALITEIT	Apers Patrick	
	COMMUNICATIE BEHEERRAAD	Bert De Rop	
	COMMUNICATIE SECRETARIAAT	Wesley Schelfhaut	
	COMMUNICATIE KANTINE	Tom Brijssinck	
	KLEDIJ	Patrick De Rop	
	SPELERSRAAD	Patrick Apers	
WEBSITE	Bert De Rop		





## Opleidingsvisie

### ***Algemene doelstellingen***

- Aanvallend voetbal stimuleren
- Stimuleren van de creativiteit en de persoonlijkheid
- Laten uitvoetballen van achteruit
- Het zo eenvoudig mogelijk houden -> voetbal is “simpel”
- Zoveel mogelijk de kinderen uit de streek de kans bieden om elk op zijn eigen niveau voetbal te beoefenen.
- Een goed gestructureerde jeugdopleiding aanbieden aan alle leeftijden startende vanaf 5 jaar.
- Sport en studie gaan hand in hand
- Sportieve en sociale ervaringen delen met respect voor elkaar, voor tegenstander (fair play), scheidsrechters en begeleiders.
- Samenwerking tussen verschillende diensten optimaliseren : bestuur – sportief management - trainersstaf
- Komen tot een goede communicatie -> TVJO – coördinatoren – trainers
- Zich door aan sport te doen, zowel mentaal als fysiek verder ontwikkelen
- Regelmatig spelerevaluaties in samenspraak met TVJO en coördinatoren.
- Maximale ontwikkelingskansen creëren door een pedagogische benadering centraal te stellen en onderscheid te maken tussen recreatiegericht en doorstromingsgericht voetbal.
- Een gezonde en stabiele vereniging mee helpen opbouwen
- Iedere jeugdtrainer geeft aan alle geselecteerde jeugdspelers die op het wedstrijdblad staan 50% speelgelegenheid door het systeem van vliegende vervangingen. (gemiddeld over 4 wedstrijden)
- Iedereen moet fier zijn om tot de KFC-familie te behoren.
- Zich gewaardeerd en betrokken voelen bij KFC Vrasene, zodat voetbal tot op latere leeftijd een plaats blijft behouden als speler, coach, medewerker, scheidsrechter of supporter.

### ***Het jeugdvoetbal is opleidingsgericht***

Waar we zeker niet aan meedoen: jeugdvoetbal = volwassenenvoetbal; “CHAMPIONITIS”. De must om kampioen te worden is een belediging voor elk kind. Er is geen enkel bewijs dat dit bijdraagt tot het ontwikkelen van de winnaars mentaliteit. Het is daarentegen een vaststaand feit door het niet kunnen “kampioen” spelen, bepaalde kinderen getraumatiseerd geraken en hun geliefde sport de rug toekeren.



## ***Het kind staat centraal***

Een goede jeugdwerking is gestoeld op twee pijlers.

- FUN  
“Trainer wanneer spelen we een matchke”. Deze vraag kennen alle jeugdtrainers wel. Het geeft eigenlijk aan hoe plezierig een kind het spelen van een wedstrijd wel vindt. Deze vraag betekent echter ook dat we veel aandacht gaan besteden aan het inlassen van wedstrijdvormen, met de bijhorende coaching. Het kind wil uiteraard altijd wel winnen, maar een uitslag na een wedstrijd vergeten ze snel. Of ze nu gewonnen of verloren hebben, het maakt eigenlijk niks uit, als ze maar plezier gehad hebben. Om deze reden zijn er ook geen klassementen of uitslagen bij de jongste categorieën.
- FORMATION  
Iedere jeugdspeler heeft het ‘recht’ op een doelgerichte opleiding. Dit betekent dat leerdoelstellingen aangepaste zijn aan de ontwikkelingsfasen van de jeugdspeler. Hierin wordt onderscheid gemaakt tussen het aanleren van de basistechnieken en –taktieken (=BASICS) en het functioneren in teamverband (=TEAMTACTICS). Zie daarvoor de opleidingsvisie van de KBVB.  
Het doelgerichte leerproces start vanaf 7 à 8 jaar. Vanaf deze leeftijd moet men veel aandacht besteden aan het aanleren, verbeteren en het automatiseren van basistechnieken en –taktieken in wedstrijdrijke omstandigheden, los van spelsystemen en collectieve opdrachten. Vanaf 12 jaar denkt de jeugdspeler abstracter en kan hij/zij collectieve opdrachten tot een goed einde brengen. Vanaf deze leeftijd moet men aandacht besteden hoe een speler zich individueel maximaal kan ontwikkelen binnen een bepaald spelconcept.

## ***ZONEVOETBAL als opleidingsfilosofie***

Zonevoetbal staat tegenover individuele mandekking, het is een spelconcept en geen spelsysteem. Het omvat bepaalde principes in balbezit en balverlies.

Zoneprincipes zijn spelprincipes die tijdens 11 tegen 11 worden toegepast. Hieruit worden TEAMTACTICS afgeleid, waarvan een paar 5-5 en 8-8 aangeleerd worden. Het opleidingsplan bevat teamtactics die in 5-5, 8-8 en 11-11 aangeboden worden.

Zonevoetbal is collectief positieospel bij balverlies en balbezit met als doel de tegenstrever te beheersen in de ZONE, namelijk in de zone tussen de bal en het doel en in de volledige waarheidszone.

- 1-4-3-3 in zone bij de jeugd.  
Zie opleidingsvisie KBVB voor principes in balverlies en balbezit en het waarom van de 1-4-3-3 in zone bij de jeugd.



## ***Dames(meisjes)voetbal***

De meisjes genieten dezelfde jeugdopleiding als de jongens tot hun 16 jaar (U17). We zoeken dan een alternatief waar de speelster kan verder voetballen.

We proberen alle jeugd ploegen met dezelfde spelopvatting = ZONEVOETBAL op te leiden en dit in een 1-4-3-3 systeem waarbij FUN, FORMATION en zeker het kind centraal moet staan.

Het doel van het opleidingsplan is te komen tot enigszins een uniforme aanpak op het gebied van trainingen, zowel technisch, tactisch als conditioneel vlak en dat voor zowel de recreatieve als competitieve ploegen. Hierin worden alleen de grote lijnen aangegeven, zodat iedere trainer/begeleider toch zijn persoonlijke voorkeuren in de trainingen kan leggen. De bedoeling is wel dat deze 'rode draad' vanaf de duiveltjes t/m het eerste elftal wordt gevolgd. Het werken in blokken is hierbij van groot belang. Het is doelgericht en het waarborgt variatie. Er is een vooropgesteld trainingsschema en zo komen alle voornaamste facetten van het voetbalspel aan bod en dat voor de verschillende niveaus.

Onze trainers en begeleiders zijn op de hoogte van het 'leerplan' en zorgen ervoor dat er feedback komt zodat wij, indien nodig, het leerplan kunnen bijsturen. Dit houdt in dat er een nauwe samenwerking is tussen de sportief verantwoordelijken en de jeugdtrainers. Wij hopen dan ook dat de 'rode draad' die wij hiermee in onze trainingen willen bewerkstelligen zal leiden tot een constructieve opleiding van onze jeugdspelers.



## Spelsystemen

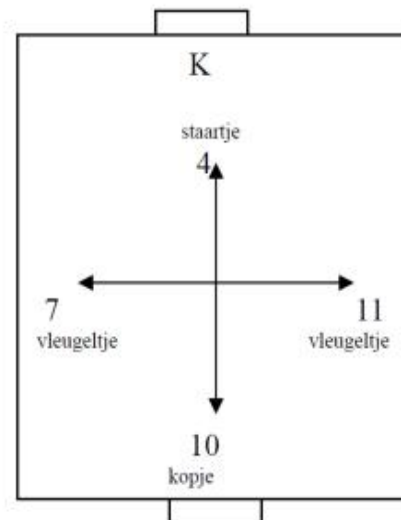
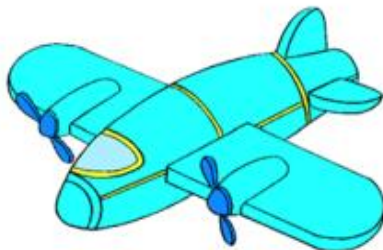
### U6

- 2 TEGEN 2
- 2 x 3'
- Afmetingen: 18m x 12m

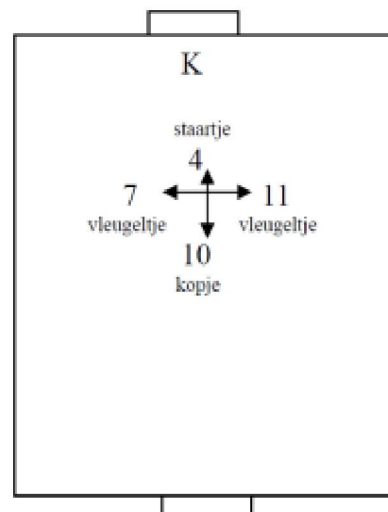
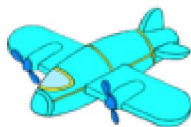
### U7/U8/U9

- 5 TEGEN 5
- 4 x 15'
- Afmetingen : 20/25m x 40m

B+ : GROOT vliegtuig



B- : KLEIN vliegtuig





## U10/U11 & U12/U13

### *FASE 1: U10-U11*

- 8 TEGEN 8
- 4 x 15'
- Afmetingen 40m x 35m

### *FASE 2: U12-U13*

- 8 TEGEN 8
- 4 x 15'
- Afmetingen: 50m x 45m

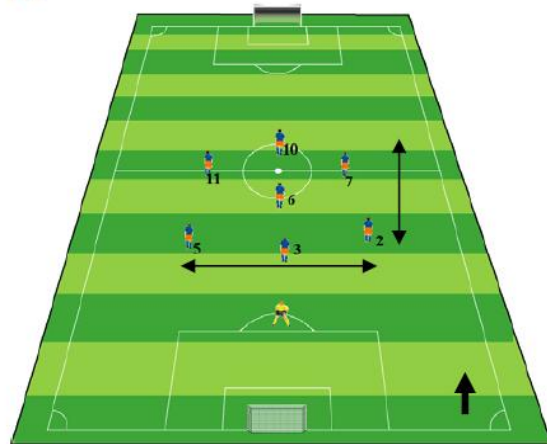
B+



Het speelveld wordt zowel in de breedte ( bepaald door spelers 2&5 en 7&11 ) als in de diepte ( bepaald door spelers 3,8&10 ) groot gemaakt

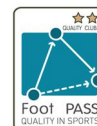
Coachingswoorden : “open”, “indraaien”

B-



Het speelveld wordt klein en compact gemaakt. De onderlinge afstanden binnen een linie (vb. afstand tussen 2,3&5) zijn beperkt en de onderlinge afstanden tussen de linies ( vb. afstand tussen de verdedigingslinie en de linie van het middenveld ) zijn eveneens beperkt.

Coachingswoorden : “knijpen”



## U15/U17/U21/BELOFTEN/EERSTE ELFTAL

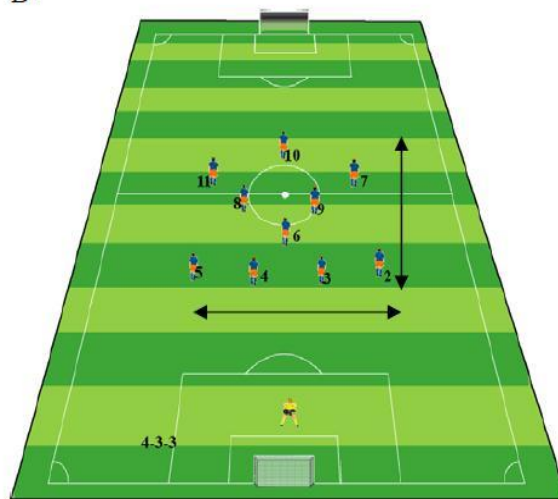
- 11 tegen 11
- U15
  - 12 tot 14 jaar
  - 4 x 20'
- U17
  - 14 tot 16 jaar
  - 4 x 20'
- U21 t/m eerste elftal
  - 16 tot ... jaar
  - 2 x 45'

→4-3-3 opstelling

B+



B-



Bij andere opstellingen ( vb. 3-5-2 of 3-4-3 ) kan uiteraard ook dit zoneprincipe toegepast worden, doch ik ben er van overtuigd dat een verdedigingslinie bestaande uit 3 verdedigers nooit op een gepaste manier een volle breedte van het veld kan belopen, ... er moet mijn inziens dus sprake zijn van minstens 4 verdedigers.

Dit principe moet al vanaf de duiveltjes aangeleerd worden. Rekeninghoudend met de fantasiewereld van een duiveltje is het verhaaltje van het grote en kleine vliegtuig hier zeker een hulpmiddel. Zonder dit basisprincipe kan er nooit sprake zijn van zonevoetbal. Heel wat andere principes uit het zonevoetbal zijn hierop gebaseerd.



Enkele voorbeelden :

#### BALBEZIT B+

- Snelle balcirculatie
- In de speelhoeken komen
- Binnen – buiten / buiten – binnen principe
- Komen tot snelle flankwissel
- Derde man ( numerieke meerderheid )
- Over de flanken spelen
- Diepte gaat voor breedte
- Regel van drie
- Opbouw van achteruit
- Restverdediging
- “Terug” als hulpmiddel om in b+ te blijven
- Omschakeling van B- naar B+
- ...

#### BALVERLIES B-

- Bal georiënteerd verdedigen – kantelen
- Rugdekking
- Centrale as bezet houden
- Druk zetten op balbezitter
- 1/1 (binnenkant of buitenkant)
- Onderlinge afstanden
- Split vision
- Vooruit verdedigen
- Lange bal er uit halen
- Low/medium/high press
- Remmend wijken
- De gevaarlijkste speler oppikken in minderheid
- Zone van de waarheid : strikte dekking
- Omschakeling van B+ naar B-



## ***De verschillende posities op het voetbalveld***

### **TAKEN BIJ BALBEZIT**

- **DOELMAN**
  - Snelheid in de opbouw
  - Goed deelnemen aan het spel (ver uit doel)
  - Sturen van de spelers voor zich
  
- **2 & 5 (Flankverdedigers)**
  - Het plein breed houden
  - Altijd voor 3 & 4 blijven
  - Aanspeelbaar zijn
  - Eén van de 2 backs doet mee in de actie, de andere dekt naar binnen
  
- **3 & 4 (centrale verdedigers)**
  - Aanspeelbaar zijn
  - Goed aansluiten bij diepe bal
  - Centrum bemannen
  - Niet met bal aan de voet inschuiven (ruimte in de rug)
  - Niet lopen met de bal
  
- **6 & 8 (verdedigende middenvelders)**
  - Aanbieden bij verdedigers, aansluiten bij aanvallers
  - Goed in positie blijven
  - Ruimte houden voor 10
  
- **10 (aanvallende middenvelder)**
  - Bal opeisen en spel verdelen
  - Ruimte maken voor 9
  - Gebruik 9 als kaatser
  - Ruimte achter 9 bespelen
  
- **7 & 11 (flank aanvallers)**
  - Het plein breed en diep houden
  - Vooractie maken
  - Doelgerichte actie maken
  - 10 & 9 als aanspeelpunt gebruiken





- 9 (Spits)
  - Diep aanspelbaar zijn
  - Vooractie maken
  - Steeds centraal blijven
  - Scoringspositie opzoeken

## TAKEN BIJ BALVERLIES

- DOELMAN
  - Goed deelnemen aan het spel (ver uit doel) o Klaarstaan om diepe bal te onderscheppen
  - Sturen van de spelers voor zich
- 2 & 5 (Flankverdedigers)
  - Naar binnen komen
  - Altijd voor 3 & 4 blijven, wel rugdekking geven
  - Stevig in duel
  - In positie blijven
- 3 & 4 (centrale verdedigers)
  - Diepe spits dekken
  - Zo lang mogelijk op de (verdedigende) lijn blijven
  - Centrum bemannen
  - Onderlinge dekking geven
  - Rugdekking aan 2 & 5 geven
- 6 & 8 (verdedigende middenvelders)
  - Schuin achter elkaar spelen
  - Altijd 1 van de 2 blijft voor verdediging
  - Controlerend spelen
  - Niet laten uitschakelen
- 10 (aanvallende middenvelder)
  - Verdedigende positie innemen
  - Opkomende centrale verdediger verdedigen
  - Lange bal eruit halen
  - 2de bal winnen



- 7 & 11 (flank aanvallers)
  - Naar binnen knijpen
  - Verdedigende positie innemen
  - Opkomende back verdedigen
  - Lange bal eruit halen
  
- 9 (Spits)
  - Verdedigende positie innemen
  - Lange bal eruit halen
  - Centrale verdediger niet laten opkomen

### ***Kerdoelstellingen leerplan onderbouw***

Voor de onderbouw vertrekt KFC Vrasene vanuit een aantal kerngedachten die dan verder uitgewerkt worden in concrete actiepunten. Deze kerngedachten zijn:

1. Het verwerven van een veelzijdige, dynamische balvaardigheid door toepassing van verschillende dribbel-, kap- en draaitechnieken.
2. Zo sterk mogelijk worden in de veelzijdige en moeilijke één tegen één situaties.
3. Zo goed mogelijk individueel en met behulp van medespelers via korte passing over de tegenstanders heen gaan.
4. Zoveel mogelijk de polyvalentie bevorderen en creatieve en tweevoetige spelers opleiden.
5. Het leren opbouwen van een aanval vanuit de verdediging.
6. Het begrijpen van de beginselen van het zonevoetbalsysteem.

### ***Kerdoelstellingen leerplan tussenbouw***

Rode draad door de opleiding in de tussenbouw is het zonevoetbal. Daarnaast hebben we bijzondere aandacht voor volgende kerngedachten:

1. Verbeteren van de technische bagage van elke speler.
2. Aanleren van motorische vaardigheden (gouden leeftijd).
3. Door een juiste mix van tactische en technische trainingen trachten de spelers op te leiden zodat ze kunnen doorstromen naar de bovenbouw.
4. Zowel de basics als de teamtactics ruim aan bod laten komen.



## ***Kerdoelstellingen leerplan bovenbouw***

De rode draad doorheen de jeugdopleiding in de bovenbouw is het zonevoetbal. Daarnaast hebben wij ook nog bijzondere aandacht voor volgende kerngedachten:

1. Aanvallend voetbal brengen.
2. Creativiteit en initiatief durven nemen op alle posities.
3. Dominantie in het duel 1:1, zowel aanvallend en verdedigend.
4. Gerichte opbouw van achteruit.
5. Verdedigen als middel en niet als doel (spelen om te winnen en niet om niet te willen verliezen).
6. De speler dient zich te specialiseren in een bepaalde positie en moet de taken daaraan verbonden perfect kunnen uitvoeren.
7. Aanpassen aan de tegenstander zonder de eigen spelfilosofie te verloochenen.
8. De basics nog verfijnen en kunnen uitvoeren in wedstrijdomstandigheden (vervolmaken via individuele training).

**Pedagogische aanpak = DE SPELER STAAT CENTRAAL**

**Methode = WEDSTRIJDVORMEN**

**Planning = LEERPLAN**

**Filosofie = ZONEVOETBAL**

## ***Speler staat centraal (positief)***

1. Laat hem zelf
  - Zijn beslissingen nemen
  - Ondervinden (eigen ervaring)
2. Steun hem, wees geduldig en geef hem vertrouwen.
3. Help hem
  - De goede beslissing te nemen
  - Een oplossing te vinden
  - Met een positieve coaching

Give a man a fish, you feed him for a day ...

Teach a man to fish, you feed him for a lifetime !!



## ***Speler staat centraal (negatief)***

1. Trainen zoals bij volwassenen, met een uitgesproken 'championitis' gedrag.
2. Niet iedereen evenveel speelgelegenheid aanbieden.
3. Vanaf het begin tot einde richtlijnen geven zonder dat de jeugdspeler de kans krijgt om tussen te komen.
4. Een minder begaafde jeugdspeler voortdurend uitschelden.
5. Een jeugdspeler vervangen wanneer hij op het terrein iets verkeerd uitvoert.
6. De jeugdspeler beletten dat hij zelf een beslissing neemt door onafgebroken vooraf te roepen wat hij moet doen.

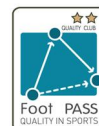
## ***FUN "ONTWIKKELINGSFASE"***

*Coördinatie + Puberteitsfase = trainingsplezier ontwikkelen*

- ✓ Veel kleine partijtjes
- ✓ SUCCES beleving : kinderen leren graag nieuwe bewegingen
- ✓ Nabootsen van hun idolen
  - Joy to Learn phase
  - Voorbeeldfunctie is zeer belangrijk
- ✓ Hou het speels, leg de kinderen nooit teveel DRUK op
- ✓ Succes en Falen >< Winnen en verliezen
- ✓ Winnen en verliezen, creëer veel win momenten
- ✓ Bepaal de trainingsdoelen, werk planning uit en evalueer
- ✓ Meeste opwarmingen zijn technisch-fysiek coördinatief
- ✓ Laat de kinderen nog creatief spelen en leren
- ✓ Train voetbalspecifiek = echte wedstrijden

*Speelfase = spelplezier ontwikkelen*

- ✓ Meer wedstrijdvormen dan tussenvormen
- ✓ Beperkt technisch-tactische bijsturing
- ✓ Spelend leren voetbal is leuk voor de spelers
- ✓ Is uitdagend en haalbaar
- ✓ Laat debutantjes en duiveltjes creatief en vrij bezig zijn
- ✓ Laat ze voetbal 'SPELEN'
- ✓ Luisteren naar de kinderen -> emotioneel ondersteunend
- ✓ Veel reactie- en snelheidsspelen
- ✓ Explosiviteitscholing vanaf 6 jaar !!!



## OVERZICHT TRAINERS & SPORTIEVE CEL



### SPORTIEVE CEL

Verantwoordelijke	Naam	GSM	E-mail
TVJO (jeugdcoördinator)	Bart De Keersmaecker	0497/67.01.90	bdk5041978@gmail.com
Onderbouw (U6-U9)	Patrick Apers	0496/72.37.18	<a href="mailto:pabade@skynet.be">pabade@skynet.be</a>
Middenbouw (U10-U13)	Koen Vanwynsberghe	0478/21.06.02	hogenakker@skynet.be
Bovenbouw (U15-U21)	Bart De Keersmaecker	0497/67.01.90	bdk5041978@gmail.com

### JEUGDTRAINERS

Ploeg	Naam	GSM	E-mail
U6	Hofman Marc	0496/07.86.13	<a href="mailto:Hofman.marc@hotmail.be">Hofman.marc@hotmail.be</a>
U7	Van Daele Kris	0497/21.49.94	<a href="mailto:Kris_van_daele7@hotmail.com">Kris_van_daele7@hotmail.com</a>
GU8	De Cauwer Steven	0474/73.19.59	<a href="mailto:decauwersteven@skynet.be">decauwersteven@skynet.be</a>
	Van De Voorde Robby	0472/61.09.14	<a href="mailto:Robby.24@hotmail.com">Robby.24@hotmail.com</a>
PU8 A	Boel Christopher	0496/30.66.77	<a href="mailto:Cindy.smet2@telenet.be">Cindy.smet2@telenet.be</a>
PU8 B	Schelfhaut Wesley	0495/53.89.86	<a href="mailto:Weske28121992@hotmail.com">Weske28121992@hotmail.com</a>
GU9	Ferket Wout	0477/09.72.29	<a href="mailto:Vrasene_wout@hotmail.com">Vrasene_wout@hotmail.com</a>
	Van den Bergh Yordi	0485/89.67.31	<a href="mailto:yordivandenbergh@hotmail.com">yordivandenbergh@hotmail.com</a>
PU9 A	De Roeck Merijn	0610/97.85.64	<a href="mailto:Roeckie@hotmail.com">Roeckie@hotmail.com</a>
PU9 B	Keppens Kenny	0476/48.33.28	<a href="mailto:keppenskenny@gmail.com">keppenskenny@gmail.com</a>
GU10	Nys Maxime	0471/07.75.39	<a href="mailto:kreezymax@hotmail.com">kreezymax@hotmail.com</a>
	Van Hiel Maxime	0493/63.43.33	<a href="mailto:maximevanhiel@hotmail.com">maximevanhiel@hotmail.com</a>
PU10	Vanwynsberghe Koen	0478/21.06.02	<a href="mailto:hogenakker@skynet.be">hogenakker@skynet.be</a>
GU11 A	Van Nespén Tom	0477/24.17.37	<a href="mailto:Tom.vannespén@telenet.be">Tom.vannespén@telenet.be</a>
GU11 B	De Maeyer Christof	0476/49.05.86	<a href="mailto:Christof.de.maeyer@skynet.be">Christof.de.maeyer@skynet.be</a>
PU11	Beyen Gregory	0498/25.36.15	<a href="mailto:Gregory.beyen@hotmail.com">Gregory.beyen@hotmail.com</a>
GU12	Kinds Vincent	0474/29.61.53	<a href="mailto:Kinds.herweyers@telenet.be">Kinds.herweyers@telenet.be</a>
PU12	Braem Yves	0479/69.13.80	<a href="mailto:braemyves@skynet.be">braemyves@skynet.be</a>
GU13	Hofman Marc	0496/07.86.13	<a href="mailto:Hofman.marc@hotmail.be">Hofman.marc@hotmail.be</a>
PU13	De Keersmaecker Tom	0474/81.95.64	<a href="mailto:Tom.de.keersmaecker@telenet.be">Tom.de.keersmaecker@telenet.be</a>



<b>GU15</b>	De Decker Davy	0471/35.96.26	<a href="mailto:Davy_fcb@hotmail.com">Davy_fcb@hotmail.com</a>
	Cornu Geert	0485/76.42.07	<a href="mailto:Geert.cornu@gmail.com">Geert.cornu@gmail.com</a>
<b>PU15</b>	Vanwynsberghe Koen	0478/21.06.02	<a href="mailto:hogenakker@skynet.be">hogenakker@skynet.be</a>
<b>GU17</b>	Cathoir Jordy	0496/72.81.24	<a href="mailto:Cathoir_jordy@hotmail.com">Cathoir_jordy@hotmail.com</a>
<b>PU17</b>	Apers Bart	0473/27.74.90	<a href="mailto:Bart_apers@icloud.com">Bart_apers@icloud.com</a>
<b>PU21</b>	Van Dorsselaer Bert	0471/24.78.80	<a href="mailto:bertvandorselaer@gmail.com">bertvandorselaer@gmail.com</a>
<b>Keepers (jeugd)</b>	Milan Harry	0498/57.17.35	<a href="mailto:harry.milan1@telenet.be">harry.milan1@telenet.be</a>
<b>Beloften (U21-U23)</b>	Van Spittael Kenny	072/41.30.16	<a href="mailto:kenny.van.spittael@telenet.be">kenny.van.spittael@telenet.be</a>
<b>A-kern</b>	Albert Cluytens	0478/49.42.86	<a href="mailto:bertcluytens@hotmail.com">bertcluytens@hotmail.com</a>
<b>Keepers (seniores)</b>	Velghe Pieter	0476/31.88.44	<a href="mailto:pietervelghe@hotmail.com">pietervelghe@hotmail.com</a>