



2017

PVC Voetbal Werkboek 1 - Dribbelen J08- J09-pupillen



Datum: Juni 2017
Status: Versie 1.0
Auteur: J.M. van Maurik

INHOUDSOPGAVE:

1. Voorwoord.	3
2. Periode 1 – Trainingsitem 1 : Dribbelen	4
3. Periode 1 – Opwarming	5
4. Periode 1 – Dribbelspellen	9
5. Periode 1 – Oefenvormen Dribbelen	12
6. Periode 1 – Partijspellen	17
7. Periode 1 – Trainingsplan	20
8. Het trainersevaluatieformulier	22

1. Voorwoord:

PVC heeft de wens om elke leeftijdsgroep te trainen in een aantal zaken die bepalend zijn voor de desbetreffende leeftijdsgroep. In dit geval dus de JO8- en JO9-pupillen. Deze facetten zijn duidelijk beschreven in het Technisch Jeugdplan.

Waarom hebben wij er voor gekozen om voor de JO8- en JO9-pupillen een compleet plan op papier te zetten?

Bij deze beginnende leeftijdsgroep hebben we ook vaak te maken met onervaren trainers. Goedwillende vrijwilligers die enthousiast om zich heen gaan kijken. Op het internet zijn veel oefeningen te zoeken. De een wel en de ander niet geschikt voor deze leeftijdsgroep. Op deze manier wordt dus door de trainer bepaald welke oefenstof hij gaat gebruiken en deze wijkt dan af van de oefenstof die een andere trainer van een team uit de zelfde leeftijdsgroep gebruikt.

Zo is de ontwikkeling binnen elk team niet meer afhankelijk van het Jeugdplan wat er ligt maar van datgene wat de trainer gevonden heeft. Wij willen juist meer een gelijkwaardige opleiding voor onze jongste jeugd.

Daarnaast willen we de trainers zelf ook kans geven om zich te ontwikkelen. Maar wel dan meedenkend in de visie die PVC voor ogen heeft. Dus er gaat ook een stukje interne cursus ontstaan waarbij wij allen baat hebben. Zaken die wij als voetbalclub belangrijk vinden worden extra toegelicht tijdens de bijeenkomsten.

Uiteindelijk ontwikkeld de trainer zich ook zodat hij op latere leeftijd zelf een goede training kan samenstellen die helemaal past bij de visie van PVC. Dat is ons doel.

Dat hierbij ook meer onderlinge samenhang tussen de teams uit een leeftijdsgroep ontstaat vinden daarbij ook een plezierig gegeven!

Vriendelijke groet;

Jos van Maurik
Technisch Jeugd Coördinator.

Periode 1 : 'dribbelen'



Aandachtspunten bij het dribbelen:

- Zorg er voor dat het standbeen schuin achter de bal staat.
- Tenen wijzen schuin naar beneden.
- Knie boven de bal.
- Lichaam iets gebogen.
- Elke pas de bal raken. Bal dus altijd dicht bij het lichaam.
- Of de bal steeds met de wreef (veterdribbel) raken óf om en om binnenkant-buitenkant voet.
- Men moet dit zowel met het rechter als linker been uit kunnen voeren.
- Op de omgeving letten; dus niet alleen maar kijken naar de bal.

Aandachtspunten bij de dribbeloefeningen:

- Zo min mogelijk stilstand. Zorg voor iedere speler een bal en dat er geen wachtrijen ontstaan.
- Laat alle oefeningen, waar mogelijk, met beide benen uitvoeren.
- Probeer de oefening zo snel mogelijk uitdagend maken. Let wel op; dit mag er niet voor zorgen dat men de oefening slordig gaat uitvoeren. Het gaat NIET om de snelheid maar om de uitvoering.
- Geen langdurige oefeningen. Liever korte cyclussen en regelmatig terug laten komen op de trainingen. Natuurlijk kost een oefening de eerste tijd iets meer dan de opvolgende keren (uitleg en voordoen).

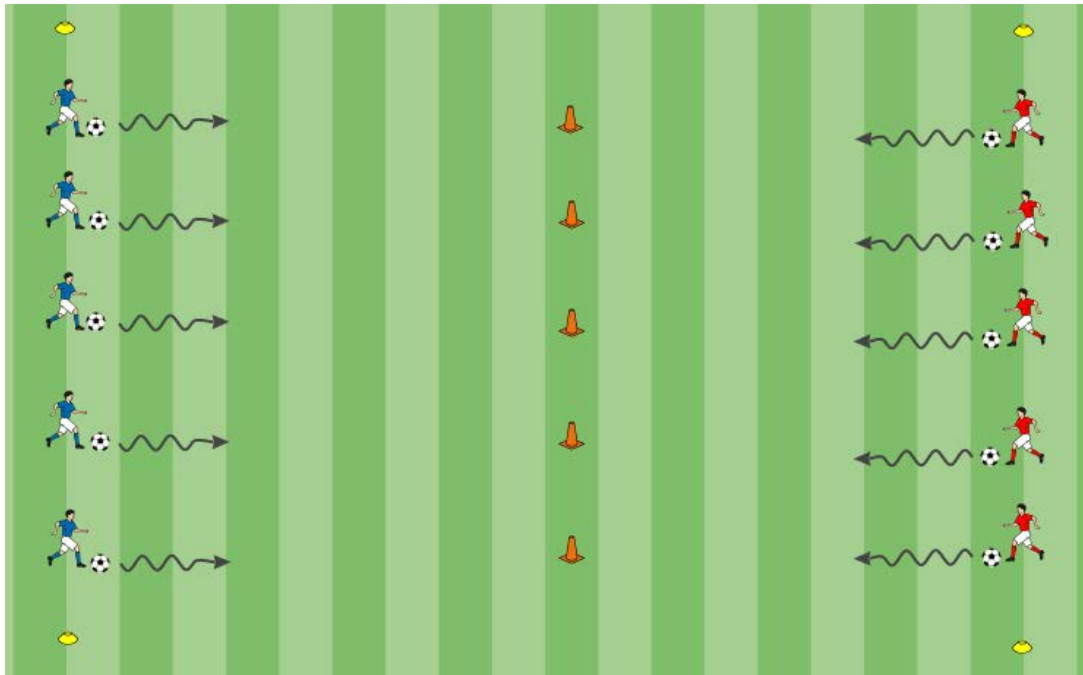
Aan de hand van deze bovenstaande aandachtspunten gaan we de trainingen samenstellen. De eerste periode bestaat uit 9 trainingen en een afsluitende training om de doelstelling van deze periode te toetsen.

Natuurlijk maken we een verschil bij de JJO8- en JJO9-pupillen. Soms niet helemaal terecht daar we bij de JO9-teams ook te maken hebben met spelers die voor het eerst in contact komen met de bal. Zoek daarom ook een oefening uit die past bij de groep. Beginnende spelers eerst zonder weerstand en gevorderde spelers met weerstand.

Beeldmateriaal

dribbelen: <https://www.youtube.com/watch?v=9v2f4m2ddho&feature=youtu.be>
<https://www.youtube.com/watch?v=Rb-fYRPVh-E&feature=youtu.be>

Periode 1 - Opwarming 1



Uitvoering:

Spelers staan tussen de pionnen opgesteld en dribbelen met de bal richting de pion. Ze keren vlak voor de pion en dribbelen weer terug.

Variatie:

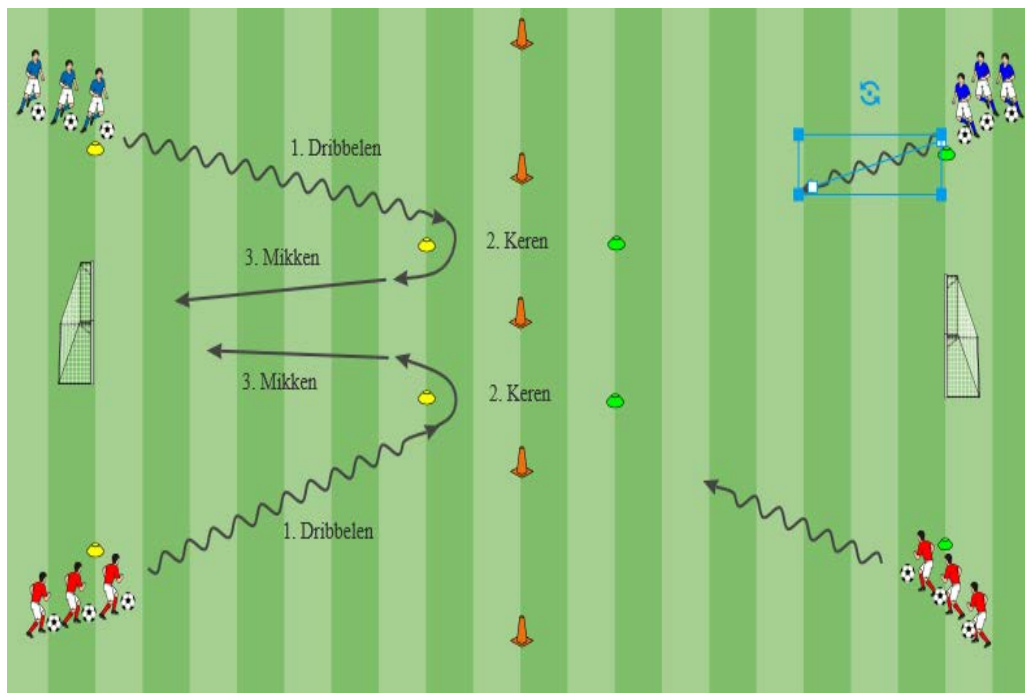
- Bij keerpunt de bal terug laten kappen of via een andere manier.
- Een bepaald been laten gebruiken.
- Wijzen van keren aanpassen in kappen, terughalen, etc. Zie hiervoor ook het Technisch Jeugdplan.

Spelelement:

Welke speler weet het vaakst te keren bij de pion binnen een bepaalde tijd?

Opmerkingen:

- Let altijd op de uitvoering. Doet men het goed? Tempo omhoog!
- Maak niet te lange afstanden. Spelers willen 'hoog' scoren.



Uitvoering:

Spelersgroep wordt in 2 teams verdeeld. Bij elke pion staan maximaal 3 spelers (dus bij meer dan 6 spelers 2 organisaties). Iedere speler heeft een bal. De eerste speler van elke groep dribbelt om de pion en schiet daarna de bal in het kleine doeltje. Gaat de bal in het doel mag de volgende speler starten. Wordt de bal gemist moet de speler die geschoten heeft eerst het doeltje aantikken. De speler die geschoten heeft sluit aan bij de andere kant. Op deze manier moet men zowel rechtsom- als linksom keren en schieten.

Variatie:

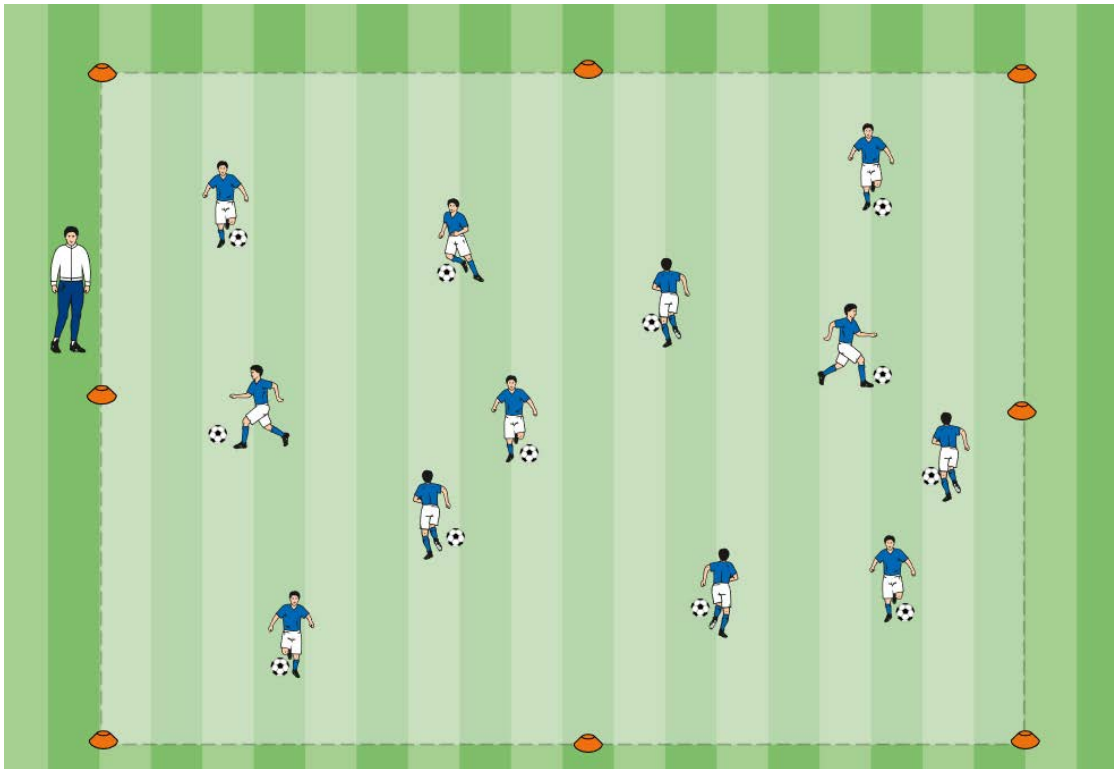
- Altijd met buitenbeen; dus om en om met rechts en links.
- Met de wreef dribbelen.
- Binnenkant- buitenkant dribbel.

Spelelement:

Welke speler weet het vaakst te scoren binnen een bepaalde tijd?

Opmerking:

- Let altijd op de uitvoering. Doet men het goed? Pas dan mag je schieten!
- Maak niet te lange afstanden. Spelers willen een goede scoren halen.



Uitvoering:

Alle spelers dribbelen in een uitgezet veld. De grootte van het veld is sterk afhankelijk van het aantal spelers en in hoeverre zij al baas zijn over de bal.

Wanneer het dribbelen goed gaat dan moeten de spelers op teken van de trainer een bepaalde technische handeling uitvoeren. Deze handelingen zijn terug te vinden in ons jeugdplan en ook weer afhankelijk van de groep. Het gaat om het kweken van balgevoel. Men mag elkaar niet raken; dus de speler moet niet alleen met de bal bezig zijn maar ook om zich heen kijken.

Variatie:

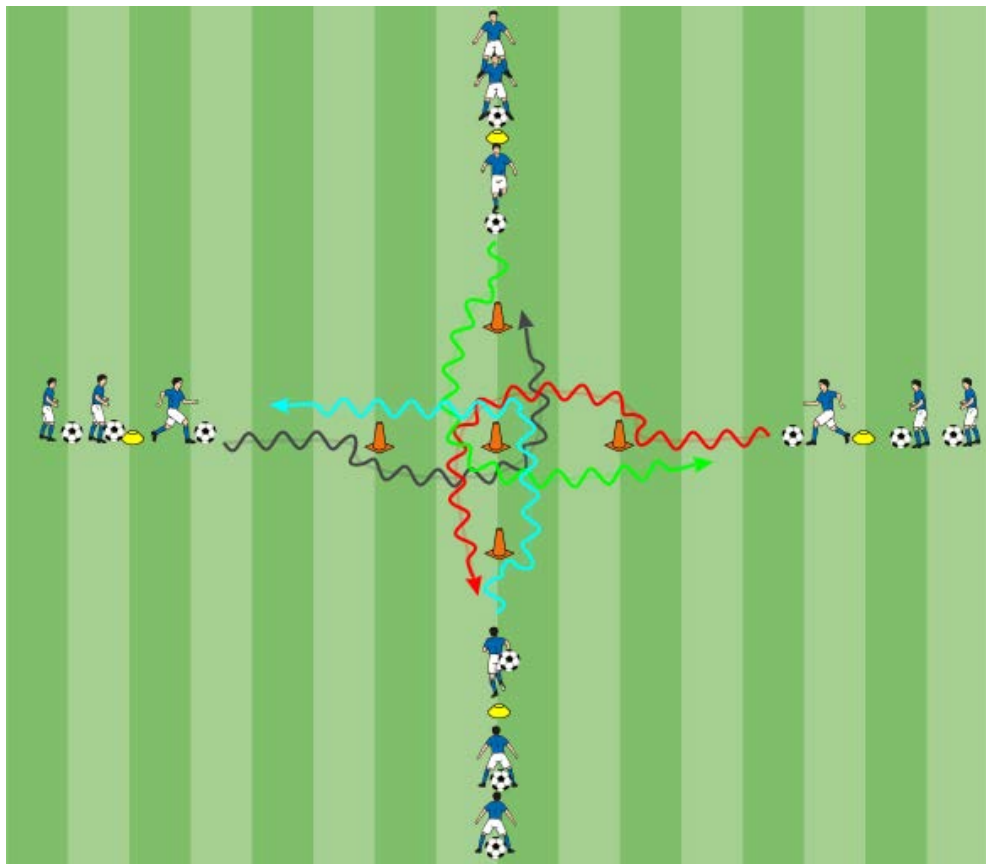
Verdeel de groep in 3 teams (bijvoorbeeld kleuren of voetbalclubs). Deze spelers moeten alleen een bepaalde handeling uitvoeren wanneer de naam van de club of kleur geroepen wordt.

Laat de teams ieder een andere handeling uitvoeren; bv: "groen - bal terughalen rechts", "rood - tussentikken bal", "blauw - voet op de bal".

Opmerking:

Veld groter - makkelijker - meer ruimte om zaken uit te voeren

Veld kleiner - moeilijker - veel meer rekening houden met elkaar.



Uitvoering:

Spelers staan tussen de pionnen opgesteld. In het midden staan 5 pionnen in een kruisvorm. Iedere eerste speler dribbelt op signaal van de trainer de eerste pion voorbij. Na het passeren van de tweede pion dribbelen zij naar de wachtende spelers van de volgende groep.

Variatie:

- Schijnbeweging laten maken bij eerste pion.
- De oefening de andere zijde om laten roteren. Spelers gaan dus rechtsaf.
- Wreefdribbel of buiten- binnenkantdribbel.

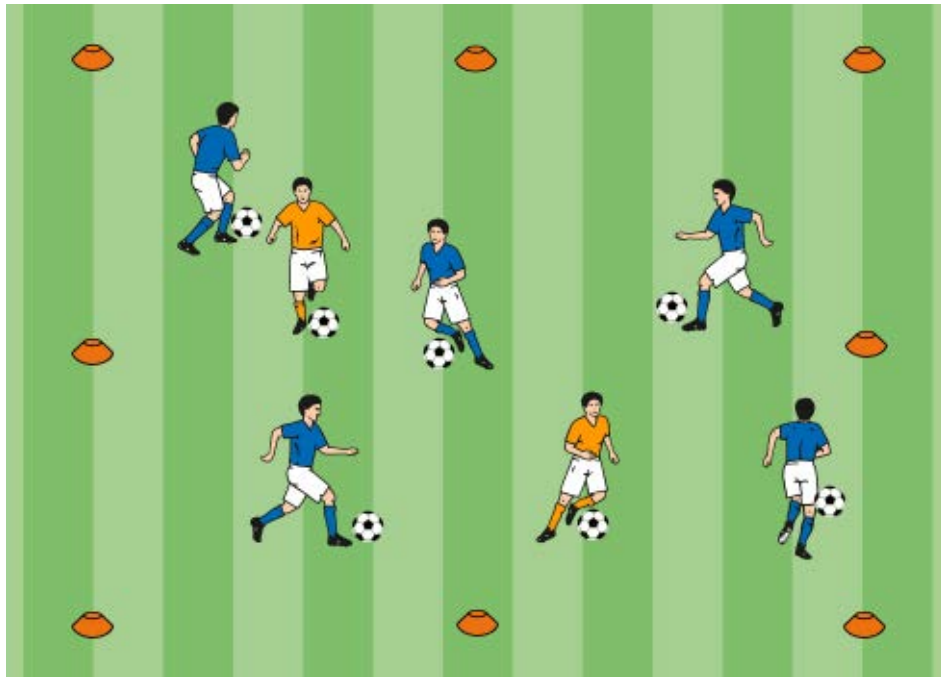
Spelelement:

Welke speler is het eerst bij het volgende hoedje (aantikken met bal!)?
Welke groep (bij gelijken aantallen) is als eerst bij het volgende hoedje?

Opmerkingen:

- Let altijd op de uitvoering. Doet men het goed? Tempo omhoog!
- In deze vorm is er sprake van 'weerstand'. Men moet nu namelijk de omgeving ook in de gaten houden daar er meerdere spelers zich in het pionnenveld bevinden. Spelers moeten nu meer 'over de bal' kijken om zo botsingen te voorkomen.

Periode 1 - Dribbeltikspel FWU1.4



Uitvoering:

Elke speler heeft een bal en dribbelen in het vak rond. 2 spelers met bal zijn tikker.

Zij moeten binnen 45 seconden zoveel mogelijk spelers zien te tikken. Hierbij mag hun eigen bal niet buiten het vak geraken anders begint de puntentelling opnieuw!

De tikker kan een punt verdienen bij het aantikken van de speler of dat de bal van de speler buiten het vak komt.

Voor de spelers is het dus van belang dat zij de bal onder controle houden en niet getikt worden. En voor de tikkers is het van belang dat zij zoveel mogelijk spelers aantikken waarbij men altijd controle houdt over de eigen bal.

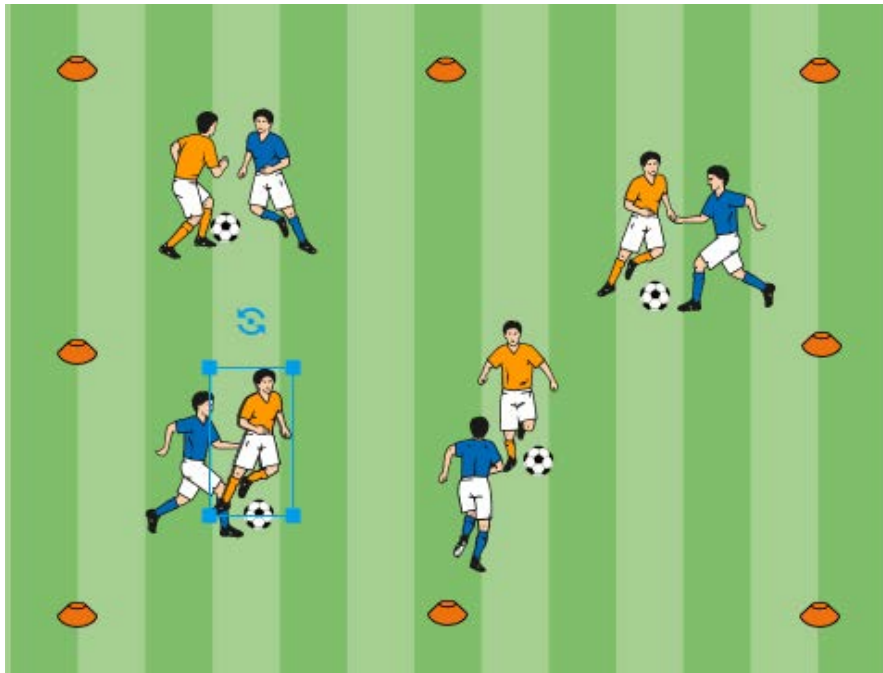
Variatie:

De aangetikte speler moet eerst om een pionnetje heen dribbelen voordat zij weer deel kunnen nemen aan het spel.

Spelelement:

Welke 2 tikkers weten het meesten punten te scoren binnen 45 seconden?

Periode 1 – Dribbelkoning FWU1.3



Uitvoering:

De helft van de spelers heeft een bal. De andere spelers moeten proberen deze te veroveren. Diegene die de bal na een bepaalde tijd (15, 30 of 45 seconden) nog in bezit heeft krijgt een punt.

Na het verlopen van die tijd begint de andere speler in balbezit.

Variatie:

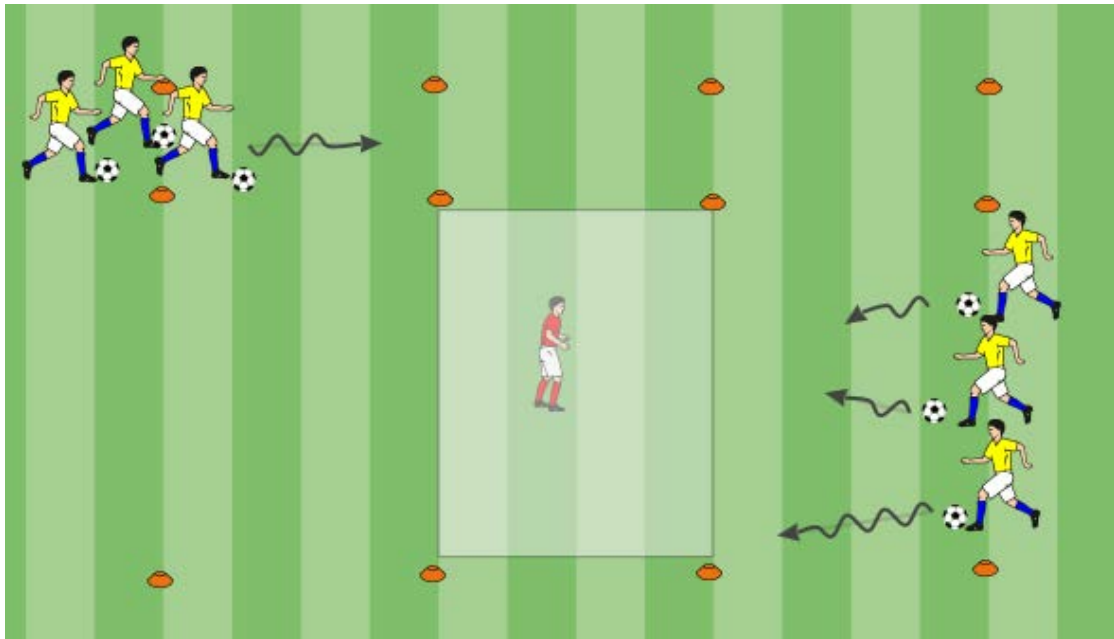
Diegene die met de bal buiten het veld dribbelt moet een ander gaan helpen om de bal aan te tikken.

Spelelement:

Welke speler verdient het meeste punten.

Opmerking:

Kies de tijdslimiet zodanig dat er ook punten verdient worden. Gaat het te gemakkelijk dan de tijd verlengen of variatie gebruiken.



Uitvoering:

In het met een vierkant aangegeven veld staat een verdediger opgesteld. De eerste helft van de spelersgroep moet proberen aan de overzijde te geraken zonder dat de verdediger aan de bal kan komen.

De andere helft van de spelersgroep start aan het begin van de 'goot' en dribbelen richting de startlijn. Deze groep mag pas beginnen met dribbelen door het veld wanneer de verdediger zich in het vierkant bevindt.

De speler met bal dient altijd controle te houden over de bal (dribbelen) en mag over gaan in het drijven om uit de handen te blijven van de verdediger.

Variatie:

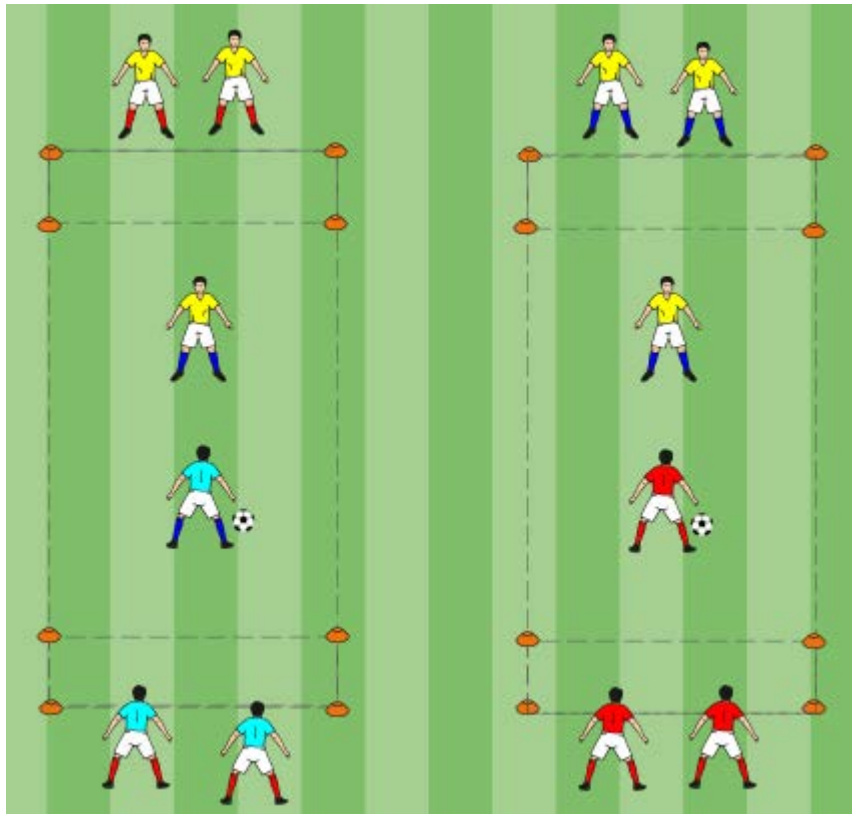
- 2 verdedigers FWU1.1V
- 1 verdediger met lijndoeltjes FWU1.2
- 2 verdedigers met lijndoeltjes FWU1.1
- Verdediger hoeft niet zich niet in het vierkant te bevinden voordat men mag oversteken.

Spelelement:

Wanneer de speler aan de overzijde komt verdient hij een punt. Kan de verdediger de bal aanraken gaat er een punt van het totaal af.

Opmerking:

- Regelmatig van verdediger wisselen.
- Laat de speler aan het eind van het veld de bal controleren door de voet op de bal te zetten. Dit ter voorbereiding op de partijvormen 'lijndribbel'.



Uitvoering:

De eerste speler van het eerste team dribbelt in het veld en neemt het op tegen de eerste speler van de tegenpartij. Het doel is om in het scoringsvak te dribbelen en daar de bal onder de voet stil te leggen.

De verdediger mag zelf niet in het scoringsvak komen.

Wanneer de bal 3x uit is geweest doordraaien. Bij uitbal over doellijn is de bal altijd voor de ander partij (uitbal).

Variatie:

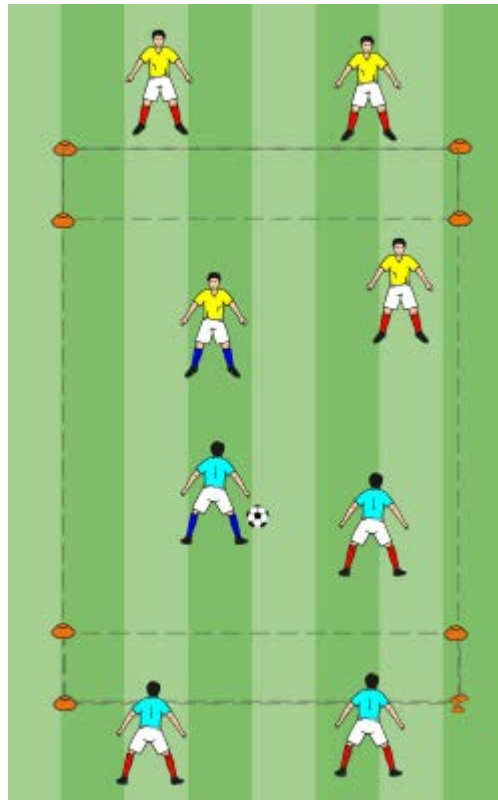
Winnende speler blijft staan (maximaal 3x).

Spelelement:

Welk team scoort de meeste doelpunten?

Opmerking:

Met 8 spelers is 1 organisatie genoeg. Intensieve oefening.



Uitvoering:

De eerste twee spelers van het eerste team dribbelen in het veld en neemt het op tegen de eerste speler van de tegenpartij. Het doel is om in het scoringsvak te dribbelen en daar de bal onder de voet stil te leggen.

De verdedigers mogen zelf niet in het scoringsvak komen.

Wanneer de bal 3x uit is geweest doordraaien. Bij uitbal over doellijn is de bal altijd voor de ander partij (uitbal).

Variatie:

Winnende spelers blijven staan (maximaal 3x).

Speler die de bal buiten het veld brengt wisselt gelijk met een speler van het eigen team. Deze dribbelt direct met een nieuwe bal het veld in.

Spelelement:

Welk team scoort de meeste doelpunten?

Opmerking:

Met 8 spelers is 1 organisatie genoeg. Intensieve oefening. Zeker wanneer men direct doordraait bij elke uitbal.



Uitvoering:

Op teken van de trainer dribbelt de speler met bal richting doel om daar te scoren. De verdediger probeert de bal af te pakken.

Gaat de bal buiten het veld start het volgende 2-tal. Scoort de speler met bal blijft de verdediger staan.

Krijgt de verdediger de bal in bezit dan moet hij zien te scoren door een lijndribbel in het laatste vak (voet op de bal!). Nu mag de aanvaller blijven staan.

Variatie:

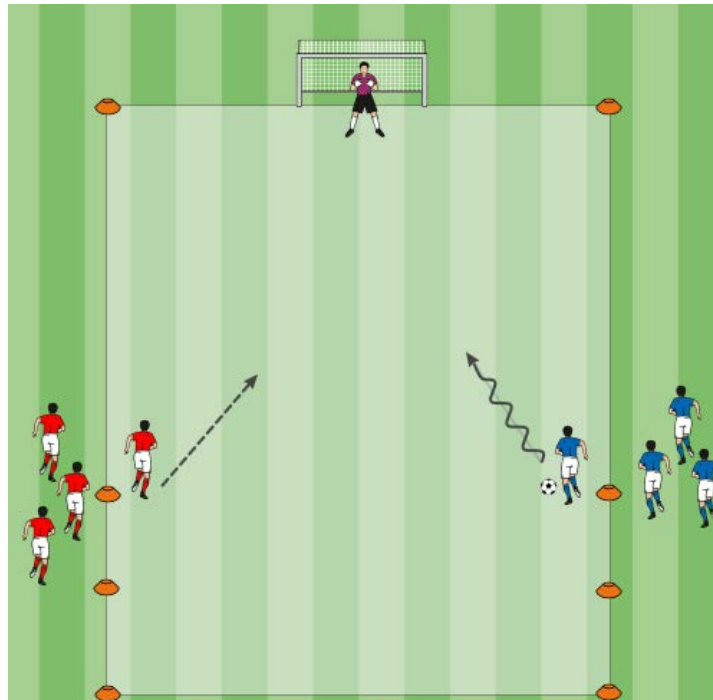
- Afstand tussen aanvaller/verdediger vergroten/verkleinen.
- Speler krijgt bal toegespeeld van trainer zodat hij hem ook moet controleren/meenemen (ander trainingsaspect).

Spelelement:

Welk team krijgt het meeste punten?

Opmerking:

Oefening is uit te bouwen door aan de andere zijde ook een keeper met doel op te stellen maar aangezien dribbelen hier het trainingsaspect is gekozen voor lijndribbel. Natuurlijk kan, bij gebrek aan keeper, het doel vervangen worden voor een lijndribbel.



Uitvoering:

Op teken van de trainer dribbelt de speler met bal richting doel om daar te scoren. Ook de verdediger start om de bal af te pakken.

Gaat de bal buiten het veld start het volgende 2-tal. Scoort de speler met bal blijft de verdediger staan.

Krijgt de verdediger de bal in bezit dan moet hij zien te scoren door een lijndribbel in het laatste vak (voet op de bal!). Nu mag de aanvaller blijven staan.

Variatie:

- Als de spelers te snel gaan schieten (om duel te vermijden) een schietlijn instellen door middel van twee pionnen.
- Afstand tussen aanvaller/verdediger vergroten/verkleinen.
- Speler krijgt bal toegespeeld van trainer zodat hij hem ook moet controleren/meenemen (ander trainingsaspect).

Spelelement:

Welk team krijgt het meeste punten?

Opmerking:

Oefening is uit te bouwen door aan de andere zijde ook een keeper met doel op te stellen maar aangezien dribbelen hier het trainingsaspect is gekozen voor lijndribbel. Natuurlijk kan, bij gebrek aan keeper, het doel vervangen worden voor een lijndribbel.



Uitvoering:

Op teken van de trainer dribbelt de speler met bal richting doel om daar te scoren. Ook de verdediger start om de bal af te pakken.

Gaat de bal buiten het veld start het volgende 2-tal. Scoort de speler met bal blijft de verdediger staan.

Krijgt de verdediger de bal in bezit dan moet hij zien te scoren door een lijndribbel in het laatste vak (voet op de bal!). Nu mag de aanvaller blijven staan.

Variatie:

- Als de spelers te snel gaan schieten (om duel te vermijden) een schietlijn instellen door middel van twee pionnen.
- Afstand tussen aanvaller/verdediger vergroten/verkleinen.
- Speler krijgt bal toegespeeld van trainer zodat hij hem ook moet controleren/meenemen (ander trainingsaspect).

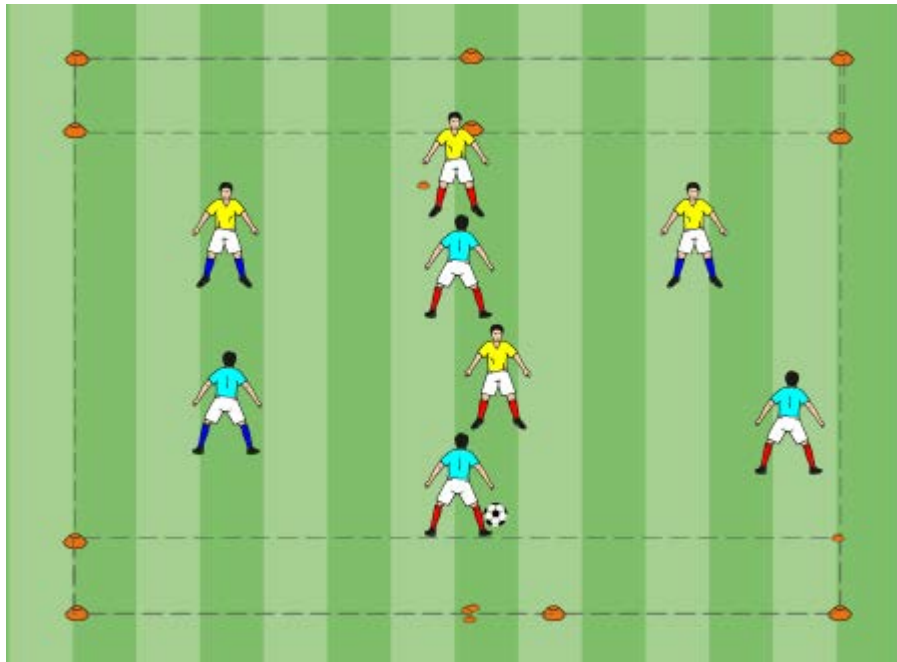
Spelelement:

Welk team krijgt het meeste punten?

Opmerking:

Oefening is uit te bouwen door aan de andere zijde ook een keeper met doel op te stellen maar aangezien dribbelen hier het trainingsaspect is gekozen voor lijndribbel. Natuurlijk kan, bij gebrek aan keeper, het doel vervangen worden voor een lijndribbel.

Periode 1 – Partijspel FP1A



Uitvoering:

Het doel is om in het scoringsvak te dribbelen en daar de bal onder de voet stil te leggen.

De verdedigers mogen zelf niet in het scoringsvak komen.

Bij elke uitbal mag het ander team de bal uitnemen door middel van de bal in het speelveld te schieten of te dribbelen.

Variatie:

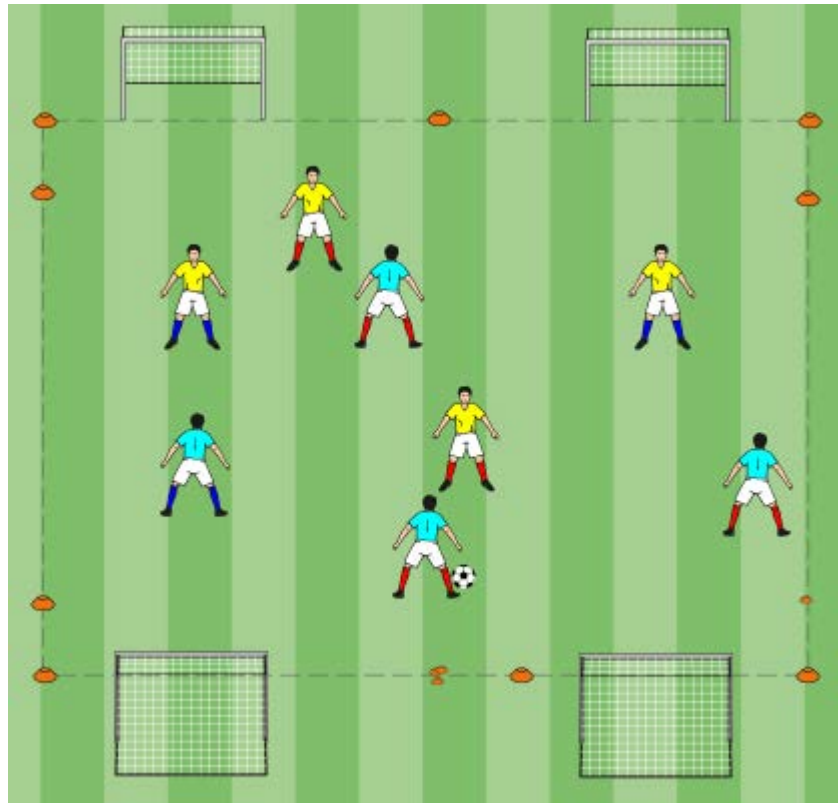
Wanneer er wisselers zijn deze in laten draaien bij elke uitbal en/of doelpunt.

Spelelement:

Welk team scoort de meeste doelpunten?

Opmerking:

Coachmomenten zijn de dribbels.



Uitvoering:

Het doel is om te scoren in een van de doeltjes van de tegenstander.

Bij elke uitbal mag het ander team de bal uitnemen door middel van de bal in het speelveld te schieten of te dribbelen.

Variatie:

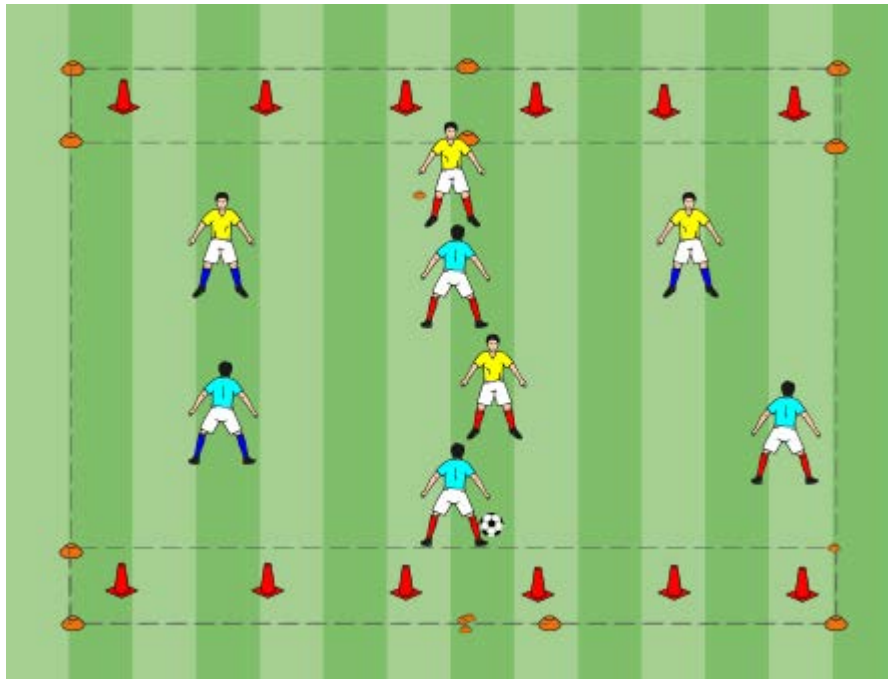
Wanneer er wisselers zijn deze in laten draaien bij elke uitbal en/of doelpunt.

Spelelement:

Welk team scoort de meeste doelpunten?

Opmerking:

Coachmomenten zijn de dribbels.



Uitvoering:

Het doel is om alle pionnen van de tegenstander om te hebben. Dit kan door met de bal in het scorevlak te dribbelen en de pion om te gooien met de bal. Maar er kan ook vanuit het veld gericht geschoten worden om de pion om te schieten.

De verdedigers mogen zelf niet in het scoringsvak komen.

Bij elke uitbal mag het ander team de bal uitnemen door middel van de bal in het speelveld te schieten of te dribbelen.

Variatie:

Wanneer er wisselers zijn deze in laten draaien bij elke uitbal en/of doelpunt. Elke omgeschoten pion om laten liggen. Alleen de om gedribbelde pionnen weer overeind zetten. Zo kan men meer punten verdienen.

Spelelement:

Welk team scoort de meeste doelpunten? Elke pion die om gedribbeld wordt is 2 punten (dribbelen is immers doelstelling). Elke pion die omgeschoten wordt is 1 punt.

Opmerking:

Coachmomenten zijn de dribbels.

Periode 1 – Het Trainingsplan.



Om tot een uniforme manier van opleiden te komen hebben we bij de JO8 en JO9 een programma vastgelegd. Op deze manier krijgen alle spelers de zelfde (basis)oefeningen om zo bij de O10 en O11 de volgende stap te kunnen maken.

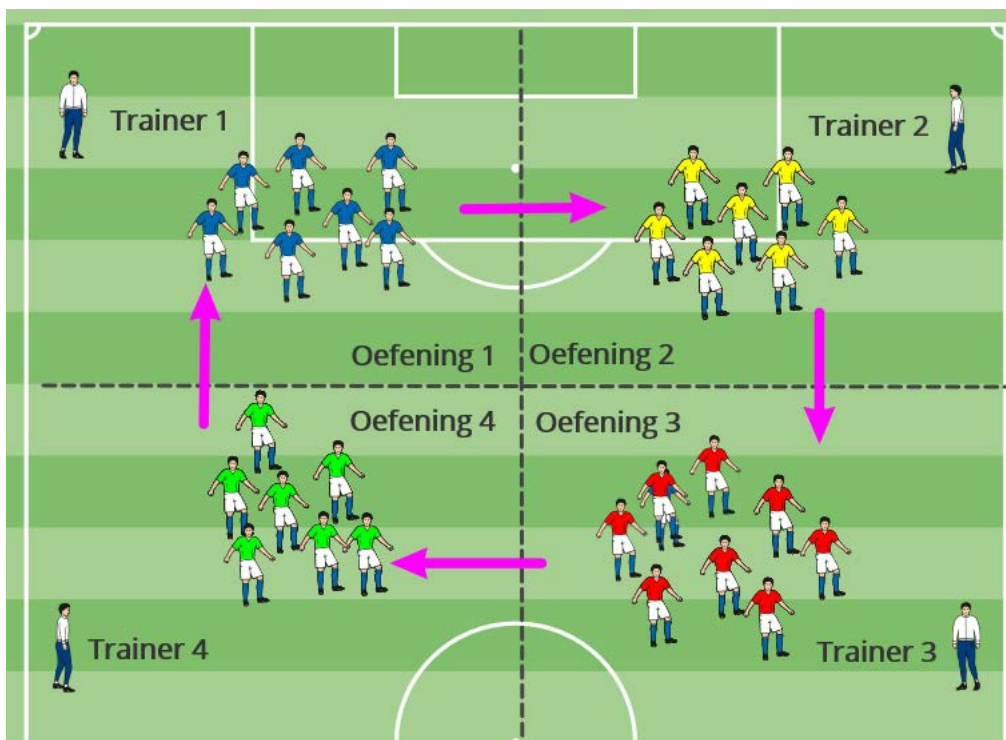
Deze oefenstof is vastgelegd in een planning en van iedere trainer wordt verwacht dat hij zich aan deze planning houdt. Het is gebaseerd op een vast item en heeft een behoorlijke mate van herhaling om zo de spelers kundig te maken in die vaste items.

Alle oefeningen zijn terug te vinden in dit document en enige aanvulling is te vinden op onze website:

<http://trainingsplan.webklik.nl/page/homepage>

We werken volgens diverse trainingsmodellen. De uiteindelijk keuze is mede afhankelijk van het aantal beschikbare trainers. We maken per training een keuze uit de drie volgende modellen:

1. Het circuittrainingsmodel. Elke trainer staat bij een oefening terwijl de groepen doordraaien.



Op deze manier hoeft elke trainer maximaal 2 oefeningen voor te bereiden.

2. Het team model. Er staan een aantal oefeningen opgesteld en de trainer draait door met de hele groep.

3. Gemengde training. Er worden groepen gevormd die bestaan uit spelers van alle teams óf iedereen doet gelijktijdig mee met één trainingsonderdeel. Dit hoeft niet gedurende de gehele training te zijn.

De trainingen worden wekelijks opgesteld door de Technisch Jeugd Coördinator. Hij benoemt voor die training de 'hoofdtrainer' van die dag en welke trainers welke onderdelen gaan uitvoeren. Op deze manier kan iedereen zich voorbereiden op de oefenstof die gegeven dient te worden. Mocht de trainer een keer verhinderd zijn zorgt hij er voor dat de training in bezit komt van zijn plaatsvervanger.

Het doel van dit plan is dat zowel de spelers als trainers zich ontwikkelen. De training moet uiteindelijk bestaan uit een stukje individuele techniektraining wat afgesloten wordt met een partijspel. Dat laatste blijft voor de spelers toch vaak het leukste dus dat moet ook de basis worden.

Om ook de trainers zelf te blijven prikkelen zijn er ook vrije trainingen in de planning opgenomen. De trainer mag dan zelf zijn oefenstof kiezen maar wel aan de hand van het gekozen trainingsitem! Deze wordt dan wel eerst doorgenomen met de Technisch Jeugd Coördinator. Ook dit stukje moet gezien worden als een onderdeel van 'train de trainer' cursus.

Trainingsplan PVC JJO8-pupillen - periode 1

In dit overzicht is te vinden wat voor training we op welke dag doen en welke onderdelen aan bod komen. De trainingen zelf worden door de Technisch Jeugd Coördinator opgesteld en toegezonden.

	Datum	Soort	Techniekcirkel	Opwarming 1 dribbel	Opwarming 2 dribbel-score	Opwarming 3 veld	Opwarming 4 kruis	FWU1.1 / FWU1.2 oversteek	FWU1.3 dribbelkoning	FWU1.4 dribbeltikkertje	F01.2 lijnvoetbal 2:2	F01.6 lijnvoetbal 1:1	FP1A 4:4 lijn voetbal	FP1B 4:4 kleine doeltjes	FP1C 4:4 pionnenvoetbal
1	06-09	Vrije teamtraining	De trainer is vrij om zijn oefeningen te kiezen. Let wel op trainingsitem dribbelen!												
2	13-09	Gemengde training	x	x	x							x	X		
3	20-09	Circuittraining				x	x	x	x					x	
4	27-09	Teamtraining		x		x		x		x		x			X
5	04-10	Gemengde training	x		x		x		x		x		X		
6	11-10	Circuittraining		x			x	x		x		x		X	
7	18-10	Vrije teamtraining	De trainer is vrij om zijn oefeningen te kiezen. Let wel op trainingsitem dribbelen!												
8	25-10	Gemengde training	x		x	x			x	x					x
9	1-11	4 tegen 4											x	x	x
TOTALE HERHALING				3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3

De eerste training is vrij. Mede om kennis te maken met elkaar en eigen trainer. Daarna volgen een aantal oefeningen die regelmatig herhaald worden; de herkenning wordt hierbij groter en daardoor wordt de tijd iets korter en kan een zesde oefening toegevoegd worden. Uitdaging hierbij is het om het uitdagend en intensief te maken/houden.

Alle oefeningen zijn uitgebreid terug te vinden op <http://trainingsplan.webklik.nl>

Trainingsplan PVC JJO9-pupillen - periode 1

In dit overzicht is te vinden wat voor training we op welke dag doen en welke onderdelen aan bod komen. De trainingen zelf worden door de Technisch Jeugd Coördinator opgesteld en toegezonden.

	Datum	Soort	Techniekcirkel	Opwarming 2 dribbel-score	Opwarming 3 veld	FWU1.1 / FWU1.2 oversteek	FWU 1.3 dribbelkoning	F01.2 lijnvoetbal 2:2	F01.6 lijnvoetbal 1:1	F01.11 Duel 1:1 voor	F01.12 zijwaarts	F01.13 achter	FP1A 4:4 lijn voetbal	FP1B 4:4 kleine doeltjes	FP1C 4:4 pionnenvoetbal
1	06-09	Vrije teamtraining	De trainer is vrij om zijn oefeningen te kiezen. Let wel op trainingsitem dribbelen!												
2	13-09	Gemengde training	x	x	x					x					x
3	20-09	Circuittraining			x	x		x			x		x		
4	27-09	Teamtraining				x	x		x			x		x	
5	04-10	Gemengde training	x	x		x		x		x					x
6	11-10	Circuittraining			x		x		x		x		x		
7	18-10	Vrije teamtraining	De trainer is vrij om zijn oefeningen te kiezen. Let wel op trainingsitem dribbelen!												
8	25-10	Gemengde training	x	x			x	x				x		x	
9	1-11	4 tegen 4											x	x	x
TOTALE HERHALING			3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3

De eerste training is vrij. Mede om kennis te maken met elkaar en eigen trainer. Daarna volgen een aantal oefeningen die regelmatig herhaald worden; de herkenning wordt hierbij groter en daardoor wordt de tijd iets korter en kan een zesde oefening toegevoegd worden. Uitdaging hierbij is het om het uitdagend en intensief te maken/houden.

Alle oefeningen zijn uitgebreid terug te vinden op <http://trainingsplan.webklik.nl>

Periode 1 – Waarneming van de trainer.

Al deze plannen hebben doel om het niveau van de spelers te verhogen. Voor de een zal deze hoger liggen als de anderen maar dat is niet erg. Iedere speler krijgt in ieder geval de kans om zich te ontwikkelen tot zijn eigen niveau.

Dat verwachten we eigenlijk ook van onze trainer(s). Door hen in het hele verhaal mee te nemen ontstaat er eigenlijk ook een eigen manier van opleiding maar ook veel meer inzicht op datgene wat wij belangrijk vinden bij een trainer.

Zo moet ook het formulier gezien worden wat we hebben samengesteld om naar de trainer te kijken, maar misschien nog veel belangrijker, hoe een trainer naar zichzelf moet kijken.

Het is de bedoeling dat de Technische Commissie regelmatig aanwezig is om ook een 'kritische blik' naar de trainer te kijken. Niets is handiger als men dan ook weet wat er verwacht wordt; en daarom is dit formulier toegevoegd. Het is de basis om een stukje ontwikkeling van de trainer te bewerkstelligen.

De basis is dan ook het formulier vanuit de pupillencursus. Wij als PVC hebben het iets meer afgestemd op datgene wat wij belangrijk vinden van een trainer. Dit is overigens ook terug te vinden in het Technisch Jeugdplan JO8-, JO9-pupillen.



Trainer waarneming formulier

Naam		
Datum		
	TRAINING	Opmerking
1	<p>Zet de organisatie uit. <i>Draagt zorg voor een snelle wisseling tussen de onderdelen.</i></p>	
2	<p>Roept de kinderen bij elkaar. <i>Even een kort praatje om de aandacht naar de training te trekken.</i> <i>Laat daarbij ook de kinderen aan het woord en geef hen de aandacht</i></p>	
3	<p>Legt vervolgens de oefening uit (en eventueel de spelregels). <i>Maak het niet te lang! Denk aan het concentratievermogen van de kinderen</i> Laat het voorbeeld zien. <i>Wanneer men het zelf niet kan; wijs een speler aan die het wel goed kan.</i></p>	
4	<p>Positieve motivatie. <i>Breng enthousiasme en stimuleer de spelers.</i></p>	
5	<p>Aanwijzingen. <i>Geef aanwijzingen gericht op de doelstelling dribbelen</i> <i>Legt het spel even stil wanneer het niet goed gaat en legt het nogmaals uit</i> <i>Spreekt daarbij de taal van de kinderen.</i></p>	
6	<p>Aanpassingen. <i>Doet een aanpassing aan de organisatie of trainingsvorm wanneer de situatie daar om vraagt.</i></p>	
7	<p>Tijdsduur oefeningen. <i>Hou de oefeningen leuk en uitdagend. Ze mogen niet te lang duren dat ze zich gaan vervelen.</i></p>	
8	<p>Afsluiting na de training. <i>Laat de spelers het trainingsmateriaal verzamelen</i> <i>Telt samen de ballen met de spelers en legt ook uit waarom</i> <i>Vraagt aan de spelers wat zij hebben geleerd en wat ze er van vonden.</i> <i>Geeft het sein dat ze naar de ouders kunnen.</i></p>	