



## **TECHNISCH BELEIDSPLAN 2020 - 2025**

*Technisch Beleidsplan SV Ommoord Technische Commissie*



# Technisch Beleidsplan SV Ommoord

## INHOUDSOPGAVE

INHOUDSOPGAVE .....	1
INLEIDING .....	3
Aanleiding.....	3
Doel van het plan .....	3
Doelgroep.....	3
ORGANISATIE.....	4
Samenstelling TC .....	4
Communicatie .....	4
Missie .....	5
Normen en Waarden.....	5
Voetbalvisie .....	5
Focus op Techniek.....	5
Speelstijl SV Ommoord:.....	6
Systemen .....	6
Selectieteams .....	6
Trainers en trainingen .....	6
Leiders/trainers en het coachen .....	7
Spelers .....	7
Ouders .....	7
Teamsamenstelling en selectie .....	7
Gebruik andere spelers uit andere teams.....	8
Kleding.....	8
Wedstrijden en trainingen .....	8
Douchen na de wedstrijd en trainingen.....	8
Persoonlijk Ontwikkelings Plan .....	9
Bijlage 1 .....	10
Hoofdlijnen trainingsplan per groepering.....	10
JO7 (6-7jarigen) .....	10
JO9 (8-9 jarigen) .....	10
JO11 (10-11 jarigen) .....	10
JO13 (12-13 jarigen) .....	11
JO15 (13-14-15 jarigen).....	11



## Technisch Beleidsplan SV Ommoord

JO17 (15-16-17 jarigen) .....	12
JO19 (17-18-19 jarigen) .....	12
Keepersopleiding .....	12



# Technisch Beleidsplan SV Ommoord

## INLEIDING

### Aanleiding

Terugkijkend op de afgelopen jaren is het tijd onze visie en strategie door middel van dit plan vast te leggen. Deze taak hebben we als Technische Commissie (hierna te noemen TC) vol overgave op ons genomen en dit plan is hiervan het resultaat.

### Doel van het plan

Doel van dit plan is randvoorwaarden te creëren, waarmee ons eerste zaterdag team een stabiele derde klasser wordt en kan presteren op een wijze die aansluit bij onze ambitie: met het beschikbare spelersmateriaal in een goede sfeer zo hoog mogelijk voetballen. Hierbij is het onze intentie om ons eerste team voornamelijk te laten bestaan uit zelf opgeleide spelers. Voor dit doel zullen de jeugdspelers moeten worden opgeleid, zodat zij uiteindelijk op een sportief passende maar tevens plezierige wijze de overstap naar de senioren kunnen maken. Tevens willen we er als voetbalvereniging voor zorgen dat jeugdspelers die niet de selectie halen zich eveneens ontwikkelen als voetballer. Daarbij zijn de normen en waarden van SV Ommoord van belang in hun proces naar volwassenheid.

### Doelgroep

Het Technisch Beleidsplan dient als handleiding voor de TC, de trainers van de teams, de begeleiders en alle anderen die betrokken (willen) zijn bij de ontwikkeling van SV Ommoord.



# Technisch Beleidsplan SV Ommoord

## ORGANISATIE

De TC acteert onder verantwoording van het hoofdbestuur.

De TC heeft de volgende taken:

- Het uitstippelen en bijstellen van het technisch beleid van SV Ommoord, met hierbij nadrukkelijke aandacht voor de voetbaltechnische en -tactische zaken.
- Het opstellen en hanteren van de jaarplanning.
- Het adviseren van het bestuur aangaande het aanstellen van selectietrainers senioren.
- Het bewaken van de opleidingsgraad van de jeugd.
- Het aanstellen en begeleiden van de jeugdtrainers.
- Het (samen met de trainers) zorg dragen voor de nieuwe indeling van alle teams.
- Het coördineren van de (interne) scouting.
- Het zorgdragen voor het eventueel vervroegd doorstromen van spelers.

## Samenstelling TC

- technisch coördinator Senioren
- 2 technisch coördinatoren jeugd
- gedelegeerd lid vanuit het hoofdbestuur.

## Communicatie

- Trainers regelmatig spreken (overleg) en tijdens trainingen aanspreken/bespreken wat er minder goed gaat, maar vooral benoemen wat goed gaat.
- Technische (jeugd) coördinatoren zijn vaker bij trainingen en wedstrijden aanwezig.
- 1x per seizoen wordt het persoonlijk ontwikkelingsplan met ouders van de spelers besproken
- Iedere laatste donderdag van de maand bespreken de technische jeugd coördinatoren de bevindingen en vooruitgang met Han Boelhouwers



# Technisch Beleidsplan SV Ommoord

## Missie

SV Ommoord is een vereniging waarbij plezier, spelvreugde en vooral ontwikkeling centraal staan. Spelers van SV Ommoord moeten op alle niveaus genieten van het voetballen en het verenigingsleven. Er zal er dan ook vanaf de allerjongste jeugd een kwalitatief goede jeugdopleiding moeten worden aangeboden, waardoor eigen opgeleide spelers voor de vereniging blijven behouden en een grotere instroom van eigen jeugd in de selectieteams senioren garandeert.

Met alle jeugd selectieteams willen we binnen 4 jaar minimaal 2<sup>e</sup> klasse of zelfs 1<sup>e</sup> klasse gaan spelen. Het eerste zaterdagteam moet een stabiele derde klassteam worden.

## Normen en Waarden

In dit voetbalbeleidsplan wordt aandacht besteed aan normen en waarden omdat ze een belangrijke rol spelen binnen de vereniging. SV Ommoord wil zich niet alleen onderscheiden door middel van een kwalitatief uitstekende jeugdopleiding maar ook door middel van normen en waarden. Het streven hierbij is om een aantal gedragsregels te formuleren. Dit zijn regels die een ieder binnen de vereniging nastreeft zich hier aan te houden.

1. We hebben respect voor elkaar, voor de accommodatie en de materialen van de vereniging
2. Sportiviteit; SV Ommoord heeft sportiviteit hoog in het vaandel staan.
3. We staan open voor alle groepen (ongeacht religie, huidskleur of seksuele voorkeur).
4. Met elkaar zorgen we voor een plezierig en veilig sportklimaat.
5. We zijn een goed gastheer voor bezoekers.
6. We spreken elkaar aan op ongewenst gedrag.

## Voetbalvisie

SV Ommoord wil het opleiden van spelers van het laagste team tot selectie centraal stellen, waarbij de selectieteams prestatiegericht gaan voetballen.

Bij de niet selectie teams zal de nadruk minder op presteren liggen, maar meer op plezier. Alle teams hanteren wanneer mogelijk dezelfde speelstijl .

- Techniek hoort bij de basisonderdelen van het voetbal, dus beginnen wij bij de jongste jeugd JO-07 tot de jeugd onder de 17 jaar. D.m.v. techniektrainingen krijgen de jonge voetballers de kans om de technische vaardigheden te ontwikkelen. Hierbij komen balgevoel, balsnelheid en behendigheid aan de orde. Bij de reguliere trainingen zal aandacht besteed worden aan techniek trainen.
- Uithoudingsvermogen is essentieel om een voetbalwedstrijd te kunnen spelen. Op iedere training wordt het conditionele aspect van het voetballen niet overgeslagen. Spelers van Ommoord zijn conditioneel en fysiek sterk, waardoor de kans op blessures wordt verminderd.

## Focus op Techniek

Zoals gezegd staat binnen de jeugdopleiding van SV Ommoord de techniek centraal.

Binnen SV Ommoord hebben we per leeftijdscategorie leerdoelen gesteld. In Bijlage 1 staan de hoofdlijnen van het trainingsplan per leeftijdscategorie.



# Technisch Beleidsplan SV Ommoord

## Speelstijl SV Ommoord:

We willen bij SV Ommoord met een herkenbaar systeem spelen en daar ook gericht op trainen. De speelstijl is gebaseerd op INITIATIEF nemen, zowel **AANVALLEND** als **VERDEDIGEND**.

### AANVALLEND:

Op de training wordt, naast techniek, ook geoefend op het positiespel, met als doel het creëren van kansen en scoren.

### VERDEDIGEND:

Bij balverlies zetten we direct druk op de bal waar dan ook op het veld, met de intentie de bal te veroveren. Er wordt geoefend op gestructureerd verdedigen: ophouden – positioneren – afjagen – veroveren.

## Systemen

SV Ommoord speelt het 1:2:2:1 systeem bij teams die op een kwart veld spelen, 1:3:3:1 systeem bij teams die op een half veld spelen en 1:4:3:3 systeem bij teams die op het hele veld spelen.

## Selectieteams

Voor alle selectieteams wordt gezocht naar kwalitatief goede trainers, een teamleider en een grensrechter. Voor de selectietrainers wordt een hoger niveau nagestreefd om SV Ommoord naar het gewenste niveau te krijgen. Om dit te kunnen bewerkstelligen zullen we op een gegeven moment moeten investeren. Dit kan betekenen dat we trainers een KNVB trainingscursus aanbieden, dan wel naar vergoedingen voor (reeds) gediplomeerde trainers moeten gaan kijken. (Budget?)

## Trainers en trainingen

- De trainers moeten zorgen voor leuke en leerzame trainingen. Waar nodig zorgt de TC ervoor dat de trainers de juiste oefenstof krijgt. Dit is leeftijdsgroep afhankelijk.
- De TC zorgt eventueel ervoor dat zoveel mogelijk kinderen de juiste (techniek) training krijgen d.m.v. het opleiden van trainers. Dit is ook de rode draad in onze vereniging.
- De trainer is verantwoordelijk voor de keeper(s) binnen zijn team. Keeperstrainer kan advies geven aan de trainer en andersom.
- De trainer houdt toezicht op gebruik kleedkamers op wedstrijd- en trainingsdagen of delegeert dit toezicht naar leider of assistent-trainer.
- De trainer is eindverantwoordelijk voor zijn team
- De trainer is eindverantwoordelijk voor het materiaal dat nodig is om een training te kunnen geven, dit houdt o.a. in dat de doeltjes na gebruik netjes worden terug gezet op de plaats waar zijn horen te staan. De ballen netjes worden opgeborgen in de kast, welke bestemd is voor de juiste team.
- De trainer dient tweemaal per week een training te verzorgen en aanwezig te zijn op de wedstrijddag.
- De trainer dient bij afwezigheid zelf tijdig voor vervanging te zorgen.
- De trainer dient bij trainersvergaderingen met TC aanwezig te zijn.



# Technisch Beleidsplan SV Ommoord

- De spelers ruimen na de training alle spullen op. De trainer ziet hier samen met de leider of assistent-trainers op toe.

## Leiders/trainers en het coachen

- Tijdens wedstrijden proberen van achteruit op te bouwen. Dit tijdens trainingen ook leren.
- Trainers/leiders moeten op een prettige en leerzame manier coachen. Schelden is taboe.
- Indien er in de wedstrijd zaken niet goed gaan, dit bespreken in de rust, wissel of na de wedstrijd.
- Val nooit spelertjes persoonlijk aan op hun fouten.
- Trainers/leiders moeten ook regelmatig complimenten geven. Liever te veel dan te weinig.
- Alle kinderen moeten zoveel mogelijk speelminuten krijgen. Indien bij bepaalde teams uitzonderingen zijn, moet dit aan het begin van het seizoen duidelijk gemaakt worden.
- Spelers mogen geen hele wedstrijd wissel staan, behalve als daar een zeer goede reden voor is, bijvoorbeeld bij blessure of schorsing.
- Bij de JO8 t/m de JO11 spelers zoveel mogelijk laten rouleren van positie.
- Na de wedstrijd moeten de spelers de tegenstanders een hand geven. Sportief gedrag hebben we hoog in het vaandel staan.
- Na de wedstrijd bij de leider/coach verzamelen. Bespreken wat fout ging, maar nadruk leggen op wat goed ging (daarmee de bespreking beëindigen). Daarna als team naar de kleedkamer.

## Spelers

- Ieder kind moet het naar zijn zin hebben. Zoals gezegd staat spelplezier voorop. Normen en waarden hebben we hoog staan.
- Keepers proberen zoveel mogelijk de keeperstrainingen te volgen. Indien bij de teamtrainingen keepers nodig zijn, moeten de keepers zich bij het team melden. Dit kan voorkomen bij tactisch trainen of afwerk oefeningen.
- Proberen om bij de JO11 te stimuleren om vaste keeper te worden. Anders krijgen we vanaf de JO12-13 problemen. Het blijft bij stimuleren. Spelers die keeper willen worden krijgen de voorkeur om te keepen.
- Indien er wissels nodig zijn bij de senioren, eerst kiezen voor JO19 i.p.v. JO17.

## Ouders

- We waarderen het als ouders hun kinderen aanmoedigen. Het coachen van de kinderen is echter een taak van de trainer/coach.
- Het is goed om complimenten aan de kinderen te geven. Het is hun sport en zij moeten op dat moment plezier hebben. Daarnaast zorgt het voor een beter zelfvertrouwen bij de kinderen.
- Ook bij de ouders moet duidelijk zijn dat plezier en ontwikkelen bovenaan staan. Winnen is minder belangrijk.

## Teamsamenstelling en selectie

- Het tussentijds spelers wisselen van teams zullen we tot een minimum beperken. We streven ernaar om dit alleen in de winterstop in goed overleg met de ouders te doen.





## Technisch Beleidsplan SV Ommoord

- Het is de bedoeling om aan het eind van het seizoen voorlopige teams in te delen. Vaak is het al voor 90 % zeker in welk team een speler terecht komt. Voordeel hiervan, is dat je al in een vroeg stadium op zoek kan gaan naar leiders en teamcoördinatoren. Dit zorgt bij zowel ouders als spelers al in een vroeg stadium voor duidelijkheid.
- Als er een speler gevraagd wordt om bij een ander team in te vallen, wordt dit gevraagd aan de TCC. Dit geldt ook voor JO19/JO17 spelers naar de senioren.
- Selectiecriteria voor spelers. Dit is een verantwoordelijkheid van de trainer in overleg met de TC, waarbij gelet moet worden op plezier en ontwikkeling. Bij de JO7 t/m JO11 is spelen met vriendjes nog erg belangrijk. Voor deze leeftijdsgroepen proberen we de teams zoveel mogelijk intact te houden, behalve als spelers niet mee kunnen komen of veel te goed zijn. De TC zal dit bewaken.

### Gebruik andere spelers uit andere teams

De TC is de eindverantwoordelijk voor gebruik spelers uit andere teams. Dit gaat te allen tijde in overleg met de trainer van het desbetreffende team (het uitlenende team). We gaan ervan uit dat de trainers hieraan mee zullen werken. Indien voor de gevraagde speler geen toestemming door de trainer wordt gegeven, zal de betreffende trainer dit moeten beargumenteren. Indien de trainers er niet uitkomen, zal de TC hierin bemiddelen en eventueel een beslissing nemen.

### Kleding

Bij de s.v. Ommoord lopen alle jeugdtrainers in een gesponsord trainingspak. Het is verplicht deze outfit te dragen op wedstrijd- en trainingdagen. Aan het begin van het seizoen wordt deze outfit aan iedere trainer uitgereikt en aan het eind van het seizoen weer ingenomen. Een ieder is gedurende het seizoen verantwoordelijk voor zijn eigen outfit. Indien er kledingstukken zoekraken, kapot gaan of gewoonweg op zijn dient dit direct gemeld te worden aan de TC.

### Wedstrijden en trainingen

- Spelers dienen op tijd bij wedstrijden en trainingen te zijn. Dit in overleg met trainer/coaches. Indien een speler voor een wedstrijd of training verhinderd is, dient hij/zij dit tijdig bij de trainer/begeleider te melden. AFMELDEN IS VERPLICHT.
- Bij uitwedstrijden moeten de ouders om toerbeurten rijden. De teamcoördinator zorgt voor planning.
- Vanaf de tweedejaars E-pupillen zal er een gerichte warming-up gedaan worden. Er zal een standaard warming-up als een rode draad door de verschillende jeugdgroepen lopen. Dit zal door de hoofdtrainers in samenwerking met de TC bij leiders en coaches bekend gemaakt worden.
- Het is goed om na de wedstrijd/training het team bij elkaar te halen en de wedstrijd/training te evalueren en eventueel samen naar de kleedkamer te gaan.

### Douchen na de wedstrijd en trainingen

We willen douchen niet verplichten, maar stimuleren het wel sterk. Ook voor de ouders is hier een belangrijke rol weggelegd.



# Technisch Beleidsplan SV Ommoord

## Persoonlijk Ontwikkelings Plan

De trainer(s) dienen minimaal 2x per jaar een P.O.P. (persoonlijk ontwikkeling plan speler) in te vullen. Hierin dient de ontwikkeling van de speler bijgehouden te worden, dit wordt in een dossier vorm (liefst digitaal) bijgehouden en besproken met de speler (+ ouders) en Technisch jeugd coördinatoren.



# Technisch Beleidsplan SV Ommoord

## Bijlage 1

### Hoofdpijnen trainingsplan per groepering

#### JO7 (6-7jarigen)

##### Hoofdpijnen trainingsplan

- Nadruk op wennen aan de bal, medespeler en tegenstander via kleine partijspelen
- Veel speelse oefeningen
- Veel laten bewegen, veel met de bal, alleen en samen met een ander
- Veel ruimte laten voor zelf ontdekken
- Veel laten scoren; doeltjes niet te klein (succes beleven)
- Veel balcontacten, zorgen voor kleine partijen (2x2 en 4x4)
- Trainingen bestaan uit passvorm, dribbelvorm, partijvorm

##### Mentale opbouw

- Plezier in het voetbalspel
- Concentratie is nog niet belangrijk
- Geen eisen aan het voetballen
- Individueel actief zijn is prima • Samenspelen is nog niet belangrijk
- Zelfvertrouwen geven
- Durven te voetballen
- Eigen initiatief bevorderen, pingelen mag

#### JO9 (8-9 jarigen)

##### Hoofdpijnen trainingsplan

- Veel laten bewegen, veel met de bal, alleen en samen met een ander
- Veel ruimte laten voor zelf ontdekken
- Veel laten scoren; doeltjes niet te klein (succes beleven)
- Wennen aan de bal, medespeler en tegenstander via kleine partijspelen
- Veel balcontacten, zorgen voor kleine partijen (2x2 en 4x4)
- Pingelvormen

##### Mentale opbouw

- Plezier in het voetbalspel
- Concentratie is nog niet belangrijk
- Geen eisen aan het voetballen
- Individueel actief zijn is prima
- Samenspelen is nog niet belangrijk
- Zelfvertrouwen geven
- Durven te voetballen
- Eigen initiatief bevorderen, pingelen mag

#### JO11 (10-11 jarigen)

##### Hoofdpijnen trainingsplan

- Motorisch leren
- Veel op techniek trainen • Veel balcontact • Veel spel- en wedstrijdvormen. Kleine partijen (2x2 en 4x4)
- Kleine partijspelen en eenvoudige positiespellen
- Mikken / scoren en pingelvormen
- Basisvaardigheden leren moet centraal staan



## Technisch Beleidsplan SV Ommoord

- Leren samenspelen
- Technische vorming onder weerstand, dus in wedstrijd situaties

### Mentale opbouw

- Sportieve wedstrijd houding
- Leren omgaan met leiding
- Leren omgaan met medespelers
- Zelfvertrouwen
- Durven voetballen
- Eigen initiatief bevorderen, pingelen mag

### **JO13 (12-13 jarigen)**

#### Hoofdpijnen trainingsplan

- Veel op techniek trainen
- Veel balcontact
- Alle technische oefeningen uitvoeren
- Technische vorming onder weerstand, dus in wedstrijd situaties
- Positie- en partijspelen (2x2 en 4x4)
- Begrippen als vrijlopen en dekken echt oefenen
- Veel spelsituaties trainen (opbouw van achteruit) • Aandacht voor handelingsnelheid.
- Positiespellen (4x1, 3x1 en 4x2)
- Winnaar mentaliteit kweken
- Initiatief nemen en coachen
- Taakgericht kunnen werken
- Accepteren van positieve kritiek
- Aandacht voor individuele problemen

### Mentale opbouw

- Omgaan met winst en verlies
- Accepteren van wedstrijdleiding
- Accepteren van instructies van trainers/leiders
- Accepteren van correcties van trainers/leiders
- Zelfvertrouwen
- Durven te voetballen

### **JO15 (13-14-15 jarigen)**

#### Hoofdpijnen trainingsplan

- Technische vaardigheden trainen onder weerstand
- Aandacht voor handelingsnelheid
- Balhandelingsnelheid. Positie spelen 3x1 en 4x2
- Wedstrijdtactiek. Taken per linie
- Geen krachttraining Mentale opbouw
- Gezonde lichaamsverzorging
- Controle over emotie
- Winnaar mentaliteit kweken
- Winnen wordt belangrijker
- Initiatief nemen en coachen
- Zelfvertrouwen stimuleren
- Taakgericht kunnen werken
- Accepteren van positieve kritiek
- Aandacht voor individuele problemen
- Durven voetballen.



# Technisch Beleidsplan SV Ommoord

## JO17 (15-16-17 jarigen)

### Hoofdpijnen trainingsplan

- Wedstrijdsituaties met veel weerstand en in hoog tempo trainen
- Trainen op snelheid en duur
- Wedstrijdtactiek
- Taken binnen het team
- Tactische aspecten trainen met de hele groep of met linies
- Leren inspelen op sterke en zwakke punten tegenstander
- Balhandelingsnelheid. Positie spelen 1x3, 4x2, 3x2 en 5x2

### Mentale opbouw

- Inzicht in mentaliteit tegenstanders
- Zelfkritiek
- Prestatie bewust zijn
- Accepteren correctie medespelers
- Zelfstandigheid
- Groepsgericht kunnen werken
- Winnaar mentaliteit kweken
- Winnen wordt belangrijker

## JO19 (17-18-19 jarigen)

### Hoofdpijnen trainingsplan

- Alle technische facetten van het spel onder hoogste weerstand leren beheersen
- Spelherhvattingen, eventueel ook individueel
- Wedstrijdtactiek
- Wedstrijdgerichte trainingen
- Conditie optimaal in orde brengen
- Balhandelingsnelheid. Positie spelen 1x3, 4x2, 3x2 en 5x2

### Mentale opbouw

- Prestaties kunnen leveren
- Inzicht in realistische verwachtingen t.a.v. voetballoopbaan
- Perfectionisme t.a.v. techniek, tactiek, mentaliteit en conditie
- Winnaar mentaliteit kweken
- Winnen wordt belangrijker
- Zelfvertrouwen

## Keepersopleiding

De spelers die de mogelijkheden hebben en/of graag willen keepen, worden uitgenodigd op de keeperstraining. Bij de F- en E- groep ligt tijdens de training de nadruk op de basisoefeningen bij het keepen, zoals:

- Het vangen van de bal
- Het stompen van de bal
- Hoe beweegt de keeper in zijn doel
- Het leren duiken naar de bal
- Spelherhvattingen zoals uittrappen en uitgooien van de bal
- Het bijbrengen van technische / tactische vaardigheden i.v.m. het meevoetballen.

Vanaf de D-groep gaat de arbeidsintensiteit van een keeper op de keeperstraining omhoog. Naast het herhalen van de hierboven vermelde basisoefeningen worden voor de D-, C-, B- en A-keepers de volgende oefeningen toegevoegd:

- Het onderscheppen van hoge voorzetten (zowel passief als actief onder druk)
- Het leren coachen van de medespelers
- Zichzelf beschermen tegen de aanvallers
- Het vergroten van de sprongkracht



# Technisch Beleidsplan SV Ommoord