

vv Bargeres

Coachen van wedstrijden van E-pupillen

- **Algemene opleidingsdoelstelling: Leren samen doelgericht te handelen met bal.**

E-pupillen moeten binnen het aanvallen, omschakelen en verdedigen, naast het verder ontwikkelen van het doelgericht handelen met bal, leren samen te werken (handelen) in 'eenvoudige' voetbalsituaties. Anders gesteld: ze moeten leren samen te voetballen en nog beter leren doelgericht te handelen met bal.

Onderstaande doelstellingen geven hier verder richting aan.

1. Binnen het aanvallen (opbouwen en scoren):
 - het (verder) ontwikkelen van het positie spel in de opbouw om kansen te creëren (vrijlopen, dribbelen, drijven, passen, aannemen);
 - het (verder) ontwikkelen van het op de juiste momenten diep spelen in de opbouw om kansen te creëren (vrijlopen, aanbieden, passen, aannemen);
 - het (verder) ontwikkelen van het uitspelen van de één tegen één situatie (dribbelen, drijven, kappen en draaien);
 - het verbeteren van het scoren, het benutten van kansen (schieten, mikken, koppen).
2. Binnen het omschakelen van aanvallen naar verdedigen - moment van balverlies:
 - het (verder) ontwikkelen van het snel onder druk zetten van de tegenstander die de bal heeft om te voorkomen dat er een kans gecreëerd wordt of gescoord wordt (snel positie kiezen, doel afschermen, schot blokkeren, duel om de bal, bal afpakken);
 - het (verder) ontwikkelen van het positie kiezen ten opzichte van de bal, de medespeler die het duel aangaat en de tegenstander om te voorkomen er een kans gecreëerd wordt of gescoord wordt (positie kiezen, mandekking, rugdekking en ruimtedekking geven, bal onderscheppen).
3. Binnen het verdedigen (storen en voorkomen van doelpunten):
 - het (verder) ontwikkelen van het storen van de opbouw van de tegenpartij en het op het juiste moment veroveren van de bal (positie kiezen, dekken, pressen);
 - het (verder) ontwikkelen van het voorkomen van dieptespel in de opbouw van de tegenpartij en het beter verdedigen nadat de bal door de tegenpartij diep is gespeeld (positie kiezen, dekken);
 - het (verder) ontwikkelen van het verdedigen in de één tegen één situatie en het op het juiste moment veroveren van de bal (tackelen, sliding, blokkeren, koppen);
 - het (verder) ontwikkelen van het voorkomen van doelpunten (blokkeren, koppen).
4. Binnen het omschakelen van verdedigen naar aanvallen - moment van balverovering:
 - het (verder) ontwikkelen van het snel kansen creëren en/of scoren door de speler die de bal veroverd heeft (diepspelen, dribbelen, kappen, draaien, passeren, schieten);
 - het (verder) ontwikkelen van het snel creëren van kansen door de spelers die de bal niet hebben (positie kiezen, vrijlopen, aanbieden, verdedigend denken).

Voor de coach is de uitdaging om de E-pupillen voor, tijdens en na wedstrijden planmatig (volgens de seizoensplanning voor de E-pupillen) op bovenstaande te coachen.

Op de volgende bladzijden is beschreven hoe dat ingevuld kan worden.

Moment	Tijdsduur	Toelichting	Eisen/Tips/Aandachtspunten
Voorbereiding thuis		<p>Doel: Doelstelling/accent voor de wedstrijd formuleren en plan van aanpak voor wedstrijdbespreking, 1^e helft, rust en 2^e helft) opstellen om doelstelling zo optimaal mogelijk te realiseren.</p> <p>Nadenken over een tweede doelstelling/ accent die/dat relevant kan worden als de wedstrijd zodanig verloopt dat de situatie zoals gewenst bij de eerste doelstelling zich niet/te weinig voordoet. Die tweede doelstelling ligt dan bijna altijd binnen een ander moment (aanvallen, verdedigen of omschakelen).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aan-/afwezigheid van spelers • Trainingsbezoek • Blessures/herstel/mogelijke speeltijd • Organisatorische afspraken (tijden, vervoer, kleding, assistent-scheidsrechter enz.) • Opstelling • Wisselbeleid <ul style="list-style-type: none"> • Afstemmen op leeftijdscategorie. • Afstemmen op team. • Overeenkomstig de doelstellingen zoals vermeld in de seizoensplanning voor de E-pupillen. • Aansluiten bij doelstelling/accent vorige wedstrijd en trainingen. • Bijdragen aan algemene doelstellingen jeugdopleiding. <p>Zie hierna voor verdere uitwerking.</p>
Omkleden	15 minuten	<p>Doel: Gereed maken om deel te kunnen gaan nemen aan de wedstrijdbespreking en aan de aansluitende warming-up te kunnen gaan beginnen.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Rustig omkleden. • Aandacht voor gedrag en taalgebruik. • Aandacht voor individuele spelers. • Kleding aan de kapstok. • Schoenen en tassen onder de bank. • Geen ouders in de kleedkamer. • Coach bereidt wedstrijdbespreking voor: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Plaats voor de hulpmiddelen (bord/flap). Moet voor alle spelers goed zichtbaar zijn.

Moment	Tijdsduur	Toelichting	Eisen/Tips/Aandachtspunten
Wedstrijd-bespreking	10 minuten	<p>Doel: Duidelijk maken waar voor het team en de individuele spelers binnen de wedstrijd de grootste uitdaging ligt: het accent.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Is het binnen het aanvallen, het verdedigen, het omschakelen naar aanvallen of het omschakelen naar verdedigen? • Speelt het zich af op eigen helft, rond de middenlijn of op de helft van de tegenstander? • Welke spelers/posities zijn er bij betrokken? • Wat zijn de gewenste concrete acties van die spelers? • Welke rol kan de tegenstander spelen? 	<ul style="list-style-type: none"> • Organisatie: <ul style="list-style-type: none"> • Spelers zijn omgekleed. • Spelerstassen/teamtassen onder bank. • Kleding aan kapstokken. • Plassen is gebeurd. • Spelers zitten en hebben zicht op coach en bord/flap. • Coach heeft zicht op alle spelers. • Teambegeleider zit tussen spelers. • Structuur/Volgorde/Inhoud: <ol style="list-style-type: none"> 1. Terugblik afgelopen trainingen/wedstrijd. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bevragen of aangeven. <ul style="list-style-type: none"> “Wat ging er goed?”, “Waar zijn we mee bezig geweest?”, “Wat was belangrijk?” 2. Opstelling aangeven en uitleggen waar de wisselers ingezet gaan worden. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Daarmee wordt duidelijk wat de rollen van alle spelers kunnen worden. Voor, achter, overal, ... ▪ Opstelling (met tegenstander) op bord/flap tekenen. ▪ Zodanig tekenen dat het accent goed duidelijk gemaakt kan worden. 3. Doelstelling/Accent bespreken. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Aangeven of het binnen het aanvallen (als wij de bal hebben) of het verdedigen (als de tegenpartij de bal heeft) ligt. Teken de bal daar waar hij (vaak) is binnen het accent. ▪ Schets (via de tekening en het bevragen of benoemen) waar de geaccentueerde situatie zich op het veld afspeelt. ▪ Bevraag/benoem welke spelers/posities de belangrijkste rol spelen binnen het accent? ▪ Bevraag/laat spelers aanwijzen wat deze spelers/ posities precies moeten doen. Wat zouden de andere spelers/posities kunnen/moeten doen. “Wat (keuze) kun je doen?”, “Wat (keuze) betekent dat voor jou?”, “Wat (keuze) ga jij doen?”, “Hoe (uitvoering) kun je dat het beste doen?” ▪ Eventueel kan besproken worden wat de gevolgen kunnen zijn van een speelwijze van de tegenpartij en aangeven/ bevragen wat dat voor het gekozen accent en de acties van de eigen spelers betekent. 4. In het algemeen/op hoofdlijnen kort ingaan op de speelwijze binnen de andere (vandaag minder belangrijke) momenten en spelherhalingen. 5. Gelegenheid geven om vragen te stellen. 6. Korte samenvatting vragen/geven van de doelstelling/het accent voor de wedstrijd. 7. Aangeven hoe de warming-up er uitziet, waar het is en dat we daar als team naartoe gaan.

Moment	Tijdsduur	Toelichting	Eisen/Tips/Aandachtspunten
Warming-up	15 minuten	<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Spelers gelegenheid geven 'uit te razen'/topje van de aanwezige energie kwijt te raken. ▪ De doelstelling/het accent terug laten komen/herhalen in een passende voetbalsituatie. ▪ Voorbereiden op de wedstrijd. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Organisatie: <ul style="list-style-type: none"> • Eén speelhelpt, één doel, ballen, dopjes en hesjes beschikbaar. ▪ Structuur/Volgorde/Inhoud: <ol style="list-style-type: none"> 1. Techniekvorm (individueel/2-tallen) of voetbalspelletje in afgebakende ruimte waar veel actie, uitdaging en plezier in zit. Bekende vormen en snel te organiseren. 2. Partijspel waarin gewenste voetbalsituatie voorkomt. Op de helft van de beschikbare tijd eventueel wisselen van speelrichting of posities. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Alle spelers doen mee. Keeper in het doel. ▪ Alle spelers komen in de situatie waarin de doelstelling/het accent (zo wedstrijdrecht mogelijk) naar voren komt. ▪ Alle spelers ervaren wat besproken is. ▪ De coach kan die situaties verduidelijken. ▪ De coach kan spelers coachen binnen die situaties door ze te bevragen op hun acties (keuze en uitvoering), te complimenteren, na te laten spelen, een voorbeeld te (laten) geven en uitleg te geven. 3. Korte nabespreking warming-up/herhaling (vragen) van het accent. 4. Gereed maken voor de wedstrijd.
1 ^e helft	25 minuten	<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spelers het spel met veel plezier laten spelen. • Spelers het spel steeds beter leren spelen door ze te laten spelen. • Spelers helpen steeds beter te leren handelen (keuzes maken en uitvoeren) binnen de gekozen doelstelling/het accent. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Structuur/Volgorde/Inhoud: <ol style="list-style-type: none"> 1. Observeren. <p>Kijken hoe het spel verloopt. Waar speelt het spel zich af? Op welk speelveldgedeelte? Wat zie ik zoal gebeuren? Hoe wordt het speelveld gebruikt? Welk team heeft vooral de bal?</p> 2. Analyseren. <p>Komt de situatie die centraal staat (doelstelling/accent) regelmatig voor? Zijn er andere situaties die veel/vaker voorkomen?</p> 3. Beoordelen. <p>Wat gaat er t.a.v. de doelstelling/het accent goed en minder goed? Wat doen ze daarbinnen als team/linie goed en minder goed? Wat doen ze daarbinnen als individu goed en minder goed?</p> 4. Coachen. <ul style="list-style-type: none"> ▪ In eerste instantie datgene coachen wat het team/de linie nodig heeft. ▪ In tweede instantie de individuele spelers coachen. <p>Coachen (met mate) tijdens het voetballen d.m.v.:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ complimenteren ▪ korte algemene vragen aan het team ▪ korte algemene vragen aan een speler ▪ korte concrete vragen aan een speler ▪ korte concrete tips geven ▪ het begeleiden van acties ▪ het voorzeggen (om spelers het positieve effect te laten ervaren/het juiste moment te leren kiezen) ▪ vragen stellen aan/gesprek met wisselspeler ▪ ...

Moment	Tijdsduur	Toelichting	Eisen/Tips/Aandachtspunten
Rust	15 minuten	<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Uitrusten. ▪ Evalueren eerste helft. ▪ Doelstelling/accnt voor de tweede helft bespreken. 	<ul style="list-style-type: none"> • Structuur/Volgorde/Inhoud: <ol style="list-style-type: none"> 1. Drinken. 2. Bekers verzamelen en in prullenbak doen. 3. Plassen. 4. Terugblik eerste helft in het algemeen. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bevragen en heel kort op reageren. "Hoe ging het?", "Wat ging er goed?" 5. Terugblik eerst helft t.a.v. doelstelling/accnt. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bevragen en doorvragen. "Wat vonden we vandaag belangrijk?", "Wat hadden we besproken?", "Is dat aantal keren gelukt?", "Hoe ging dat?", "Hoe komt dat?", "Hoe hadden we dat anders kunnen doen?" ▪ Tekenen en laten tekenen. 6. Eventueel, vanuit het wedstrijdbeeld en/of de mate van tevredenheid, kan het handelen in een andere voetbalsituatie als doelstelling/ accnt voor de tweede helft benoemd en uitgelegd worden. Zie ook "Vorbereiding thuis". 7. In het algemeen/op hoofdlijnen kort ingaan op de speelwijze binnen de andere (minder belangrijke) momenten en spelhervattingen. 8. Gelegenheid geven om vragen te stellen. 9. Korte samenvatting vragen/geven van de doelstelling/het accnt voor de wedstrijd. 10. Opstelling aangeven. 11. Naar het veld. • Focus op proces (ontwikkeling) i.p.v. resultaat.
2 ^e helft	25 minuten	<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spelers het spel met veel plezier laten spelen. • Spelers het spel steeds beter leren spelen door ze te laten spelen. • Spelers helpen steeds beter te leren handelen (keuzes maken en uitvoeren) binnen de gekozen doelstelling/het accnt. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Structuur/Volgorde/Inhoud: <ol style="list-style-type: none"> 1. Observeren. <p>Kijken hoe het spel verloopt. Waar speelt het spel zich af? Op welk speelveldgedeelte? Wat zie ik zoal gebeuren? Hoe wordt het speelveld gebruikt? Welk team heeft vooral de bal?</p> 2. Analyseren. <p>Komt de situatie die centraal staat (doelstelling/accnt) regelmatig voor? Zijn er andere situaties die veel/vaker voorkomen?</p> 3. Beoordelen. <p>Wat gaat er t.a.v. de doelstelling/het accnt goed en minder goed? Wat doen ze daarbinnen als team/linie goed en minder goed? Wat doen ze daarbinnen als individu goed en minder goed?</p> 4. Coachen. <ul style="list-style-type: none"> ▪ In eerste instantie datgene coachen wat het team/de linie nodig heeft. ▪ In tweede instantie de individuele spelers coachen. <p>Coachen (met mate) tijdens het voetballen d.m.v.:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ complimenteren ▪ korte algemene vragen aan het team ▪ korte algemene vragen aan een speler ▪ korte concrete vragen aan een speler ▪ korte concrete tips geven ▪ het begeleiden van acties ▪ het voorzeggen (om spelers het positieve effect te laten ervaren/het juiste moment te leren kiezen) ▪ vragen stellen aan/gesprek met wisselspeler

Moment	Tijdsduur	Toelichting	Eisen/Tips/Aandachtspunten
Na-bespreking met spelers	5 minuten	<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Eventuele eerste emotie delen/ opvangen. ▪ Polsen hoe de wedstrijd beleefd is. ▪ Nabespreken wat er goed gegaan is t.a.v. de doelstelling/het accent? ▪ Wat ging er verder nog goed? ▪ Link naar komende activiteit/training. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Direct na de penalty's op het veld of in de kleedkamer. ▪ Door vragen te stellen, daarmee vooral de kinderen laten vertellen en daar eventueel op aansluiten. "Hoe was de wedstrijd?" "Wat hebben we goed gedaan?" "Wat deden we goed?" "Waar was jij tevreden over Piet?" "Wat was jouw mooiste actie Kim?" ▪ Door vragen te stellen die betrekking hebben op de doelstelling/het accent van de tweede helft. "Wie kan nog iets vertellen over ...?" "Wat vond jij daar goed in gaan Jan?" ▪ Algemeen: Complimenten geven/laten geven.
Evaluatie wedstrijd door de coach		<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Vaststellen wat de resultaten t.a.v. de ontwikkeling van de spelers binnen de doelstelling(en)/ accent(en) waren. "Wat ging er in relatie tot de doelstellingen/ accenten goed?", "In hoeverre is wat ik wilde bereiken gelukt?", "Waar zou binnen de doelstellingen/ accenten een volgende keer nog aandacht aan besteed moeten worden?" 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Als het doel (Wat wil ik deze wedstrijd bereiken?) scherp/concreet is, is het gemakkelijker om het resultaat vast te stellen.
Zelfreflectie door de coach		<p>Doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Vaststellen wat de rol van de coach geweest is voor, tijdens en na de wedstrijd en in relatie tot de doelstellingen/ accenten? "Wat is het effect van mijn aanpak geweest, waar ben ik tevreden over en waarom?" "Waar ben ik minder tevreden om, waarom en hoe kan ik dat een volgende keer nog beter doen?" 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Als de aanpak tijdens de verschillende momenten (wedstrijdbespreking, warming-up enz.) vooraf goed doordacht en uitgewerkt is, is het gemakkelijker het effect daarvan vast te stellen en te bepalen waar je tevreden over bent en een volgende keer eventueel aanpassingen moet doen.

