

Jeugdopleidingsplan KFC Putte

versie augustus 2026

Opgesteld conform de Opleidingsvisie van Voetbal Vlaanderen en de aanbevelingen uit het auditrapport Double Pass (voorjaar 2025).

Inhoud

1. Inleiding & leeswijzer
2. Missie, visie & prioriteiten
3. Het kader van Voetbal Vlaanderen
4. Organisatie van de jeugdopleiding
5. Voetbalvisie & spelconcept
6. Leerplan: basics & teamtactics
7. Curriculum per leeftijdsgroep
8. Keepersopleiding
9. Trainingsmethodologie
10. Periodisering & jaarplanning
11. De wedstrijd
12. Coachingsvocabularium
13. Evaluatie & individuele opvolging
14. Gezondheid & fysieke ontwikkeling
15. Implementatie & borging
16. Documentenregister

Versiegeschiedenis

1. Inleiding & leeswijzer

Het jeugdopleidingsplan (OP1) beschrijft het jeugdplan en -beleid van KFC Putte en is opgesteld om meerdere seizoenen mee te gaan. Het wordt jaarlijks gecontroleerd en, waar nodig, op enkele punten bijgestuurd, maar de kern blijft stabiel. Uit dit document vloeien de seizoensspecifieke documenten voort. Het jeugdopleidingsplan bevat dus geen seizoensgebonden informatie. Buiten dit document blijven onder meer:

Bij tegenstrijdigheid geldt steeds dit jeugdopleidingsplan. Het plan is een levend document: het wordt elk seizoen geëvalueerd en bijgestuurd op basis van de spelersevaluaties en de werking van het voorbije seizoen.

2. Missie, visie & prioriteiten

2.1 Wie we zijn

KFC Putte is een warme, gezellige en nuchtere club met een familiaal karakter, waar iedereen welkom is. Onze waarden — groepsgeest, respect, ambitie en engagement — zijn uitgeschreven in de Waarden, missie en visie KFC Putte (CM1) en gelden onverkort voor de jeugdopleiding.

2.2 Missie van de jeugdopleiding

Elk kind dat wil voetballen, kan bij KFC Putte voetballen — op zijn of haar niveau, in een aangename en veilige omgeving. We geven elke jeugdspeler een kwalitatieve basisopleiding zodat hij of zij voetbal leert spelen én zijn of haar talent maximaal ontwikkelt, met als einddoel de doorstroming van eigen jeugd naar onze seniorenploegen.

2.3 Drie prioriteiten

Deze drie prioriteiten zijn de basis voor elke sportieve beslissing in de jeugdopleiding:

1. **Spelplezier staat altijd op één.**

Een kind dat met plezier traint, leert sneller en blijft langer voetballen. Fun is geen bijproduct van de opleiding, het is een kerndoelstelling — in elke leeftijdsgroep, ook bij de oudsten.

2. **Eerst techniek, dan tactiek.**

We leren eerst de basics (technische en individueel-tactische basisvaardigheden) aan en bouwen daarop pas de teamtactics. Een speler die de bal niet beheerst, kan geen tactisch plan uitvoeren. De gouden leeftijd voor techniekontwikkeling ligt tussen 7 en 13 jaar; daar ligt dan ook ons technisch zwaartepunt.

3. **Iedereen welkom, iedereen speelt op zijn/haar eigen niveau**

Wedstrijden spelen hoort bij een jeugdopleiding: een speler leert voetballen door te voetballen, en de wedstrijd is daarvan het hoogtepunt. Daarom moet elke speler effectief wedstrijden kunnen spelen op een niveau dat bij hem of haar past — uitdagend genoeg om te groeien, haalbaar genoeg om plezier te beleven en succeservaringen op te doen.

We delen ploegen in vanuit wat het beste is voor de ontwikkeling van de speler (voetballeeftijd, niet kalenderleeftijd), en we garanderen gelijke speel- én startkansen: tot en met U17 speelt elke speler minstens 50% van de wedstrijdminuten. Niemand zit structureel op de bank — iedereen start en speelt evenveel.

Het wedstrijdresultaat staat daarbij in dienst van de ontwikkeling. Tot en met U15 is het wedstrijdresultaat ondergeschikt aan de ontwikkeling: de wedstrijd is de toets van wat getraind werd, niet meer en niet minder. Vanaf U17 leren we spelers presteren met het resultaat als doel; bij U21 is leren winnen een kernopdracht ter voorbereiding op de senioren.

2.4 Ons pedagogisch kader: voetbal vormt mensen

Voetbal is bij KFC Putte meer dan een spel: het is een krachtig middel om jonge mensen te vormen. Naast voetbalvaardigheden verwerven onze jeugdspelers via het spel menselijke waarden: respect voor anderen (trainer, medespeler, tegenstander, scheidsrechter en begeleiders) en voor materiaal en infrastructuur. We leren spelers neen zeggen tegen racisme en geweld (Football for all), spelen om te winnen maar leren verliezen, de spelregels naleven, zelfdiscipline verwerven en samenleven en samenwerken.

Plezier is daarbij de motor.

Een speler die met plezier traint en speelt, leert sneller en blijft langer voetballen. We zijn ons bewust van de redenen waarom kinderen met voetbal stoppen, en we werken die actief tegen:

Reden om te stoppen	Aanpak KFC Putte
Het is niet langer leuk	wij houden plezier op 1, in elke leeftijdsgroep
Ze zijn niet meer zelf verantwoordelijk voor hun spel	wij laten spelers zelf ontdekken en beslissen.
Ze krijgen te weinig speeltijd	wij garanderen gelijke speel- en startkansen
Ze zijn bang om fouten te maken	bij ons mag fouten maken, dat is leren
Ze voelen zich niet gerespecteerd	wij behandelen elke speler gelijkwaardig en met respect
Ze zijn het verwachtingspatroon moe	wij stellen de ontwikkeling centraal, niet het resultaat
Ze houden niet van de begeleiding	wij investeren in een positieve, spelergerichte trainersaanpak

Zo zorgen we ervoor dat onze spelers niet alleen betere voetballers worden, maar ook graag bij de club blijven - als speler en, later, mogelijk als trainer, scheidsrechter of vrijwilliger.

3. Het kader van Voetbal Vlaanderen

In dit document: Voetbalvisie & spelconcept.

3.1 De vier krijtlijnen

KFC Putte engageert zich tot de vier krijtlijnen van het jeugdsportbeleid van Voetbal Vlaanderen, en vult ze als volgt in:

1. Iedereen start en speelt evenveel.

Elke speler tot en met U17 (veldspelers en keepers) speelt minimaal 50% van de beschikbare wedstrijdminuten, gemeten per maand. Trainers registreren alle speelminuten in ProSoccerData (PSD); de TVJO monitort maandelijks en spreekt trainers aan bij structurele afwijkingen.

Uitzonderingen kunnen enkel bij blessure of ziekte, of bij onverantwoord trainingsgedrag — steeds in overleg met de TVJO en gecommuniceerd aan de ouders.

2. Iedereen op zijn/haar niveau.

De ploegindeling vertrekt van wat het beste is voor de ontwikkeling van de speler (zie 4.3). Voetballeeftijd, niet kalenderleeftijd, is de leidraad.

3. Fun & Formation voor iedereen.

FUN betekent al spelend leren: elke speler speelt bijna de hele tijd voetbal, komt vaak aan de bal, krijgt veel scoringskansen, mag vrij spelen, wordt aangemoedigd door de coach en gesteund door de ouders.

FORMATION betekent procesgericht leren: gericht op het einddoel (wat moet de speler kunnen op het einde van de opleiding), wedstrijdgericht (wedstrijdvormen als het kan, tussenvormen als het moet), methodisch opgebouwd (wet van de geleidelijkheid en wet van de herhaling) en afgestemd op leeftijdskenmerken.

4. Een gekwalificeerde jeugdopleider voor iedereen.

We streven ernaar dat elke ploeg minstens één gediplomeerde trainer heeft. De club stimuleert en vergoedt opleidingen. (afspraken via TVJO).

3.2 Het voetbalontwikkelingsmodel

Leren voetballen is een continu en cumulatief proces: verworven vaardigheden vormen de basis voor nieuwe. Het model van Voetbal Vlaanderen kent drie ontwikkelingsfasen en een opbouw in spelformats:

Fase	Leeftijd	Format	Kern
Exploratiefase	Speeltuin (U4-U5)	Multimove, 1v1	Spontaan leren en ontdekken
Exploratie → ontwikkeling	U6-U7	2v2 / 3v3	Ik en de bal
Ontwikkelingsfase	U8-U9	5v5	Collectief spel dichtbij
Ontwikkelingsfase	U10-U11	8v8	Collectief spel 2de graad
Ontwikkelingsfase	U12-U13	8v8	Collectief spel 2de graad — verdieping
Ontwikkelingsfase	U14-U17	11v11	Collectief spel veraf — volledige vorming
Postformatie	U21	11v11	Geïndividualiseerd leren & doorstroom

Bij de overgang tussen formats wordt op het einde van elk seizoen geïnitieerd in het volgende format (bv. U9 maakt in mei kennis met 8v8).

3.2bis Overgangen tussen de spelformats begeleiden

Elke vergroting van het format (2v2 → 3v3 → 5v5 → 8v8 → 11v11) is een leerstap op zich. We begeleiden die overgangen bewust, volgens vaste principes:

- **Tijdig initiëren:** in de laatste periode van het seizoen (eind april-mei) maakt elke groep al kennis met het volgende format in trainings- en wedstrijdvormen (bv. U13 speelt af en toe 11v11), zodat september geen koude sprong is.
- **Het grote vereenvoudigen tot het kleine:** we leren het nieuwe, grotere spel begrijpen door het terug te brengen tot herkenbare deelproblemen (bv. 11v11 lezen vanuit 1v1- en linie-situaties). Het format wordt groter, de basisprincipes blijven dezelfde.
- **Posities en taken vertalen:** we tonen expliciet hoe de positie en taken van een speler meeschuiven naar het nieuwe format, met de 1-4-3-3 als eindbeeld.
- **Geduld met het resultaat:** na een formatovergang valt het spelniveau tijdelijk terug; dat is normaal en mag het wedstrijdresultaat niet tot maatstaf maken (conform onze prioriteiten).
- **Warme overdracht:** bij elke overgang bespreekt de nieuwe trainer de evaluatiefiches met de coördinator, zodat de begeleiding naadloos verloopt.

4. Organisatie van de jeugdopleiding

In dit document: Het kader van Voetbal Vlaanderen, Trainingsmethodologie, Evaluatie & individuele opvolging.

4.1 Leeftijdsgroepen en omkadering

De jeugdopleiding is opgedeeld in onderbouw (Speeltuin t.e.m. U9), middenbouw (U10 t.e.m. U13) en bovenbouw (U14 t.e.m. U21), elk met een coördinator. Taakomschrijvingen van TVJO en coördinatoren staan in de functieomschrijvingen (CM12 en CM13). Elke ploeg heeft een hoofdtrainer en een afgevaardigde; we streven naar maximaal 8 spelers per trainer op training.

4.2 Speelgelegenheid

Zie ook: beleid speelgelegenheid per ontwikkelingsfase (V07).

Het principe van minimaal 50% speelminuten per maand t.e.m. U17 is bindend en wordt geregistreerd in PSD. Er heeft nog nooit iemand leren voetballen door niet te voetballen. Bij U21 primeert de voorbereiding op de senioren: de coach selecteert vrijer in functie van prestatie, maar bewaakt dat elke speler voldoende wedstrijdritme houdt.

4.3 Ploegindeling

Spelers worden ingedeeld op basis van leeftijd, aangevuld met voetballeeftheid: fysieke en mentale rijpheid en individueel ontwikkelingsperspectief. Kalenderleeftijd en biologische leeftijd kunnen jaren verschillen (geboortemaandeffect); we houden daar bewust rekening mee, ook in de beoordeling van laatmature spelers. Een speler vervroegd laten aansluiten bij een oudere groep kan enkel na overleg tussen trainer, coördinator, TVJO en ouders.

4.4 Doorstroming

Het opleidingstraject loopt van de Voetbalspeeltuin tot de senioren: Speeltuin → U6-U7 → U8-U9 → U10-U11 → U12-U13 → U14-U17 → U21 → senioren (B-ploeg/A-ploeg).

De sportieve cel (CM8) bewaakt de kwaliteit van de doorstroming en begeleidt elke overgang. Het einddoel van de opleiding: een speler die op zijn 17de alle vaardigheden beheerst om in het 11v11-spelconcept van de club te presteren, en die via U21 klaargestoomd wordt voor de seniorenkern.

4.5 Overleg

Per ontwikkelingsfase (onder-, midden-, bovenbouw) organiseert de coördinator tweemaandelijks een voetbalinhoudelijk overleg met zijn trainers: thema's uit dit plan, observaties uit trainingen en wedstrijden, en input van de trainers zelf. Daarnaast zijn er 2 algemene trainersvergaderingen per seizoen en individuele gesprekken in februari-maart als voorbereiding op het nieuwe seizoen.

4.6 Profiel en gedragscode van de jeugdopleider

De jeugdopleider staat het dichtst bij de speler en heeft de grootste impact op diens plezier en ontwikkeling. Kinderen stoppen zelden met voetballen door het voetbal zelf, en vaak door de begeleiding. Daarom verwachten we van elke trainer bij KFC Putte dat hij of zij drie rollen vervult.

Een voorbeeld.

- Is tijdig aanwezig, bereidt training en wedstrijd voor en zet het materiaal klaar (first in, last out).
- Coacht altijd positief en constructief, in woord en daad, ook bij een achterstand.
- Heeft elke training en wedstrijd individuele aandacht voor elke speler: maakt oogcontact, spreekt op ooghoogte, stelt vragen, moedigt aan.
- Laat een speler nooit in de steek en behandelt elke speler gelijkwaardig (geen A- of B-kinderen).

Een leermachine.

- Behandelt een thema per training en kadert dat thema bij begin en einde.
- Traint het team en leert elke speler individueel; differentieert, varieert en bouwt op in moeilijkheid.
- Laat spelers spelproblemen zelf oplossen en coacht niet voor.
- Stelt zichzelf voortdurend in vraag: wat ging goed, wat kan beter? Blijft zelf bijleren.

Een activator.

- Organiseert actieve, plezierige trainingen en wedstrijden voor alle spelers, zonder wachtrijen.
- Betrekt spelers bij voorbereiding, thema en reflectie.
- Past zich aan niveau, motivatie en omstandigheden aan en grijpt in bij te grote niveauverschillen.
- Weet dat wangedrag van spelers vaak voortkomt uit een gebrek aan activiteit, plezier of leren - en dus vaak door de begeleiding zelf wordt veroorzaakt.

We beoordelen een goede jeugdopleider niet aan scores of klassementen, maar aan de spelvreugde en de progressie van de spelers - en aan het feit dat spelers graag blijven en op het einde van het seizoen talrijker zijn dan bij de start.

4.7 Interne en externe scouting

De ontwikkeling en opvolging van onze eigen spelers staan altijd voorop. Interne scouting - het systematisch evalueren, opvolgen en begeleiden van de eigen jeugdspelers - gaat steeds voor op externe scouting. Externe scouting is enkel zinvol als de interne opvolging op punt staat, en is nooit bedoeld om louter spelersaantallen aan te vullen; dat werkt sportief en menselijk averechts.

Het welbevinden van de speler staat in elke beslissing centraal, en communicatie met alle betrokkenen is essentieel. KFC Putte onderschrijft het charter voor ethisch verantwoord scouten:

Elk kind heeft het recht te voetballen op zijn of haar niveau; we respecteren dat recht.

De overstap van een eigen speler naar een club van een hoger niveau beschouwen we als een pluim voor onze jeugdwerking.

Externe scouting is slechts zinvol bij een goede interne opvolging van de eigen spelers.

Een overgang moet voor de speler en de club een meerwaarde zijn.

We communiceren als club voor, tijdens en na een overgang open en correct met alle partijen.

4.8 Talentherkenning en talentontwikkeling

Talent is bij KFC Putte geen momentopname maar een ontwikkelingstraject. We herkennen en ontwikkelen talent binnen onze breedtewerking, zonder kinderen vroeg te etiketteren of af te schrijven. Onze uitgangspunten:

Ontwikkelen vóór selecteren.

Tot en met de middenbouw ligt de klemtoon op het ontwikkelen van álle spelers, niet op het selecteren van enkelen. Talent toont zich pas betrouwbaar na de groeispurt; te vroeg selecteren kost meer talent dan het oplevert.

De biologische leeftijd objectiveren (geen laatmature talenten verliezen).

Kalenderleeftijd, biologische leeftijd en voetballeeftijd kunnen jaren verschillen. Vroegmature spelers lijken beter door lengte en kracht; laatmature spelers worden onderschat en haken af (het geboortemaand- of relatieve-leeftijdseffect). We houden hier bewust rekening mee door biologische rijpheid in te schatten (bv. via lengtegroei en het inschatten van de groeifase) en door laatmature spelers extra kansen en geduld te geven. Een speler beoordelen we tegenover zijn eigen ontwikkeling, niet tegenover de toevallig rijpere ploeggenoot.

Talent is meer dan techniek.

We kijken breed: technische en tactische vaardigheid, maar ook leervermogen, inzet, wedstrijdinzicht, mentaliteit en de wil om te trainen. Een “trainbare” speler met drive haalt vaak de vroege uitblikker in.

Talent uitdagen binnen de club.

Spelers die meer aankunnen, dagen we uit met extra weerstand: differentiatie binnen de ploeg, occasioneel meetrainen of -spelen met een oudere groep (enkel na overleg trainer-coördinator-TVJO-ouders), en individuele werkpunten. Het welbevinden van de speler blijft daarbij leidend.

Ethisch en transparant.

Onze talentwerking is verbonden met ons scoutingcharter: de overstap van een eigen talent naar een hogere club is een pluim voor onze opleiding, en we communiceren daarover open met speler en ouders. Interne talentopvolging gaat altijd vóór externe aanwerving.

4.9 Meisjesvoetbal en inclusie

Onze missie geldt voor élk kind. We voeren daarom een bewust beleid rond meisjes en rond spelers met een beperking of bijzondere nood.

Meisjes in onze jeugdwerking.

- Meisjes zijn welkom en spelen in de jongere leeftijdsgroepen volwaardig mee in de gemengde ploegen; voetballeeftijd en niveau bepalen de indeling, niet het geslacht.
- We zijn alert voor een veilige en respectvolle omgeving (kleedkamers, communicatie, omgangsvormen) en betrekken waar mogelijk vrouwelijke begeleiding.
- Bij voldoende instroom onderzoekt de sportieve cel de opstart van eigen meisjesploegen, als groeipad binnen de clubwerking.

Inclusie.

We staan open voor spelers met een beperking of bijzondere ondersteuningsnood en zoeken, binnen onze mogelijkheden en samen met de ouders, een passende plek — bv. in een aangepaste of ondersteunde context (zoals G-voetbal), in lijn met onze waarden (CM1) en de veilige leefomgeving.

4.10 Veilige leefomgeving & integriteit

Een veilige omgeving voor elk kind

KFC Putte wil voor elke jeugdspeler een veilige fysieke, mentale en sociale omgeving zijn. Spelers leren en ontwikkelen pas optimaal wanneer ze zich welkom, gewaardeerd en veilig voelen. Wie zich niet veilig voelt, haakt af of vertoont tegengedrag. Een veilige omgeving is daarom geen randvoorwaarde maar een kernopdracht van de jeugdopleiding, in lijn met onze waarden (CM1) en de Panathlonverklaring over de rechten van het kind in de sport, die de club onderschrijft.

Vijf vormen van grensoverschrijdend gedrag

We benoemen en herkennen vijf vormen van onveilig, grensoverschrijdend gedrag. Ze kunnen uitgaan van trainers, spelers, ouders of andere betrokkenen:

- Fysiek geweld - bijvoorbeeld een speler dwingen te spelen met een blessure, of een fysieke straf opleggen.
- Psychisch geweld - bijvoorbeeld spelers afblaffen, uitschelden of vernederen, of blijven doorduwen tegen een zwakkere tegenstander.
- Seksueel geweld - bijvoorbeeld het versturen van seksueel getinte berichten of beelden, of ongepast lichamelijk contact.
- Verwaarlozing - bijvoorbeeld betere spelers meer kansen en aandacht geven, of een geblesseerde speler aan zijn lot overlaten.
- Pesten - bijvoorbeeld een speler bewust negeren of uitsluiten, of structureel benadelen om iets waar hij of zij niets aan kan doen.

Aanspreekpunt Integriteit (API) en meldprocedure

De club duidt een Aanspreekpunt Integriteit (API) aan. De API is het laagdrempelige eerste contactpunt voor spelers, ouders, trainers en medewerkers met een vraag, een zorg of een melding over grensoverschrijdend gedrag of welbevinden. De API luistert, schat in, verwijst door en bewaakt de opvolging; de API lost niet zelf alles op, maar zorgt dat een melding correct en discreet wordt behandeld.

Iedereen kan een situatie melden bij de trainer, de coordinator, de TVJO of rechtstreeks bij de API. Meldingen worden met de nodige discretie behandeld en, waar nodig, in overleg met de sportieve cel en het bestuur opgevolgd. Voor ernstige of complexe situaties kan de club beroep doen op externe expertise (zoals het Centrum Ethiek in de Sport en de federatie). De contactgegevens van de API worden jaarlijks gecommuniceerd via de oudercommunicatie en zichtbaar gemaakt in de club.

Wat we van iedereen verwachten

Trainers, spelers, ouders en medewerkers gaan respectvol met elkaar om, op en naast het veld. Trainers zijn zich bewust van hun voorbeeldrol en van het machtsverschil met jeugdspelers. Bij twijfel of bij een vermoeden van grensoverschrijdend gedrag geldt: bespreekbaar maken, niet weggijken. Door hier als club open over te communiceren, vergroten we de kans dat problemen tijdig gesignaleerd en aangepakt worden.

4.11 Kaderbeleid: werving, opleiding & begeleiding van jeugdtrainers

Zie ook: werving (CM15), trainersevaluatie (CM16), POP/PAP trainers (CM17), intern opleidingsprogramma (CM18).

Waarom een kaderbeleid

De trainer heeft de grootste impact op het plezier en de ontwikkeling van onze spelers. Een opleidingsplan is maar zo sterk als de trainers die het op het veld brengen. Daarom investeren we structureel in de werving, opleiding, begeleiding en waardering van ons kader.

Werving en instroom

- We werven trainers in de eerste plaats uit eigen jeugd en ouders: oud-spelers, U17/U21-spelers als assistent trainer bij de jongsten, en gemotiveerde ouders.
- Bij elke trainer staat de juiste ingesteldheid (spelergericht, positief, leergierig) voorop; een diploma is wenselijk maar volgt vaak na de start.
- Elke nieuwe trainer krijgt het jeugdopleidingsplan en een onthaalmoment met de coördinator.

Opleiding en bijscholing

- De club stimuleert en vergoedt de trainersopleidingen van Voetbal Vlaanderen (Initiator C & Instructeur B), in overleg met de TVJO. De cursus wordt terugbetaald aan de trainer na het behalen van de cursus, gespreid over 3 seizoenen.
- We streven ernaar dat elke ploeg minstens één gediplomeerde trainer heeft en bouwen dat aandeel jaarlijks op.
- Naast externe opleidingen organiseren we interne bijscholing: clinics, gezamenlijke trainingen en kennisdeling rond thema's uit dit plan.

Begeleiding en opvolging op het veld

Trainers ontwikkelen, net als spelers, het meest door te doen en gerichte feedback te krijgen. De coördinator van elke ontwikkelingsfase volgt zijn trainers daarom actief op:

- **Veldbezoeken:** de coördinator bezoekt elke trainer minstens enkele keren per seizoen op training en wedstrijd, en geeft nadien constructieve feedback.
- **Trainingsvoorbereiding:** de coördinator gebruikt de digitale voorbereidingen in PSD als basis voor begeleiding en oefenstofuitwisseling.
- **Intervisie:** op het tweemaandelijks fase-overleg delen trainers ervaringen en lossen ze samen casussen op.
- **Mentorschap:** startende of jonge trainers worden gekoppeld aan een ervaren trainer of coördinator.
- **Trainersevaluatie:** in het individueel voorbereidingsgesprek (februari-maart) bespreken trainer en coördinator wederzijds wat goed liep en wat beter kan, met groeidoelen voor het volgende seizoen.

Waardering en binding

We waarderen onze trainers expliciet, betrekken hen bij beslissingen die hun ploeg aangaan, en bewaken een werkbaar belasting (afgevaardigde per ploeg, maximaal 8 spelers per trainer op training). Een trainer die zich gesteund en gewaardeerd voelt, blijft — en draagt de clubvisie verder uit.

4.12 Ouders als partner in de opleiding

Zie ook: onepager voor ouders & supporters (OP5).

Ouders zijn onmisbare partners in de ontwikkeling en het plezier van hun kind. KFC Putte verwacht van ouders dat ze de spelende kinderen steunen en de opleidingsgerichte aanpak van de club mee uitdragen. Concreet vragen we, in de geest van de Panathlonverklaring:

- Moedig altijd positief aan, voor alle kinderen, en juich elke poging en elke geslaagde actie toe.
- Laat het coachen aan de trainer: geef geen tegengestelde instructies langs de lijn, zodat het kind zelf leert beslissen.
- Toon respect voor de scheidsrechter, de tegenstander, hun ouders en de begeleiders - ook bij een nederlaag of een discutabele beslissing.
- Plaats het welbevinden en het plezier van het kind boven het resultaat; het is hun wedstrijd.
- Bespreek vragen of zorgen rechtstreeks met de trainer of coordinator, op een geschikt moment, niet tijdens de wedstrijd.

De club informeert ouders bij de seizoensstart via een infomoment per leeftijdsgroep en via de onepager voor ouders (OP5), en houdt een laagdrempelig aanspreekpunt beschikbaar.

5. Voetbalvisie & spelconcept

Zie ook: speelstijl eerste elftal (VO1) en spelersprofielen (VO2). In dit document: Keepersopleiding, Implementatie & borging.

5.1 Speelstijl

KFC Putte kiest voor aanvallend en aantrekkelijk combinatievoetbal vanuit zonevoetbal, met als einddoel een 1-4-3-3-veldbezetting bij 11v11. Elke opstelling in de jongere formats staat in functie van deze eindopstelling. Onze uitgangspunten, in elke leeftijdsgroep:

- Iedereen valt aan en iedereen verdedigt.
- Balbezit is heilig: we willen de bal, en bij balverlies heroveren we hem zo snel mogelijk.
- Verzorgde opbouw van achteruit, vertrekkend bij de doelman.
- Lef, creativiteit en inzet zijn sleutelbegrippen; fouten maken mag, niet durven is erger.
- Zoneverdediging, geen individuele mandekking.

5.2 Spelprincipes per spelmoment

Balbezit (B+): ruimte groot maken (openen breed en diep), opbouwen van achteruit met het juiste tempo en zonder dom balverlies, driehoekspel en aanspeelbaarheid, progressie zoeken naar de zwakke zone van de tegenstander, infiltratie met en zonder bal op het juiste moment, kwalitatieve voorzet met efficiënte bezetting voor doel, afwerken bij elke werkelijke doelkans.

Balverlies (B-): compact blok vormen, positieve pressing op de baldrager, dekking door de dichtste medespeler, speelhoeken en centrum afsluiten, gevaarlijke dieptepass verhinderen, voorzet beletten of afblokken, duel enkel aangaan bij 100% zekerheid, bal recupereren door interceptie, meeschuivende doelman.

Omschakeling B- → B+: eerste actie is dieptegericht — onmiddellijk diep denken en spelen (met of zonder bal) na balrecuperatie.

Omschakeling B+ → B-: onmiddellijke counterpressing om snel diep spel te vermijden, defensieve anticipatie, indien nodig fall-back in sprint.

5.3 Veldbezetting per format

Format	Groepen	Opstelling	Accent
2v2 / 3v3	U6-U7	vrij (geen vaste doelman)	duel, dribbel, scoren
5v5	U8-U9	K + ruit (1-2-1)	Basics
8v8	U10-U13	K + dubbele ruit (1-3-3-1)	Basics + basis teamtactics
11v11	U14-U21	1-4-3-3	volledige teamtactics

5.3bis Speldimensies en spelregels per format (conform Voetbal Vlaanderen)

Format	2v2 (U6)	3v3 (U7)	5v5 (U8-U9)	8v8 (U10-U13)	11v11 (U14+)
Veld (b x l)	12,5 x 18 m	15 x 25 m	25 x 35 m	30-45 x 40-60 m	60 x 100 m
Doel	1,5 x 3 m	1,5 x 3 m	2 x 5 m	2 x 5 m	2,44 x 7,32 m
Doelzone	1/3 terrein	1/3 terrein	halve cirkel r 8 m	halve cirkel r 8 m	strafschopgebied
Balmaat	3	3	3	4	4 / 5 (U16+)
Speeltijd	max. 6 x 2x3min	max. 4 x 2x5min	4 x 15min	4 x 15- 20min	4 x 20min / 2 x 45min
Buitenspel	neen	neen	neen	neen	ja
Koppen	niet toegestaan	niet toegestaan	niet toegestaan	niet (U10- 11)/wel (U12-13)	toegestaan
Rangschikking	geen	geen	geen	geen	vanaf competitie
Wissels	doorlopend	doorlopend	doorlopend, iedereen start	doorlopend, iedereen start	volgens reglement
Terugspeelbal	n.v.t.	n.v.t.	van toepassing	van toepassing	van toepassing
Inworp	Indribbelen	Indribbelen	Indribbelen	Inworp	Inworp

Aanvullend principe: tot en met U9 is er geen vaste doelman - elke speler leert elke positie kennen, ook die in doel. Vanaf U10 start de specifieke keeperswerking.

5.4 Het gamemodel 11v11: tien teamtactische principes

Voor de bovenbouw vertalen we de speelstijl in tien principes (naar het gamemodel van Voetbal Vlaanderen/RBFA):

1. Progressief balbezit: opbouw van achteruit met het juiste tempo en zonder dom balverlies, gevolgd door een snelle pass naar de zwakke zone (1v0/1v1/2v1) van de tegenpartij.
2. Infiltratie door de flankverdediger of centrale verdediger bij ruimte en op het juiste moment (challenge/overload, durven doorinfiltreren).
3. Met de juiste timing (geen buitenspel) door de laatste lijn duiken, gevolgd door een subtiele dieptepass.
4. Kwaliteit van de voorzet + juiste timing bij het in- of teruglopen naar de juiste zones (eerste paal, tweede paal, 11m, 16m) + agressiviteit (eerste op de bal).
5. Vanuit een zo hoog mogelijk compact blok agressief en proactief druk zetten (in sprint, vooruit verdedigen).
6. Agressieve negatieve pressing door de aanvallende spelers na balverlies (verdedigend werk van 7-8-9-10-11).
7. Centrum dichthouden + druk op de baldrager om de gevaarlijke dieptepass te vermijden, anticiperen op de dieplopende speler of fall-back.
8. De voorzet beletten of afblokken + T-vorm voor doel + (change) marking in de box + agressiviteit (eerste op de bal).
9. Gevaarlijke tegenaanval opzetten (omschakeling balverlies naar balbezit): eerst offensieve anticipatie - onmiddellijk diep denken en diep spelen na balrecuperatie. Lukt de directe tegenaanval niet, dan valt het team terug op de principes van progressief balbezit (principes 1 tot 4).
10. Gevaarlijke tegenaanval beletten (omschakeling balbezit naar balverlies): eerst direct doelgevaar afblokken en snelle tegendruk (counterpressing) uitoefenen om de diepte te beletten en de bal te heroveren; daarna remmend wijken. Lukt de onmiddellijke recuperatie niet, dan valt het team terug op de verdedigende principes (principes 5 tot 8).

5.5 Positiespecifieke taken 1-4-3-3

Positie	Balbezit	Balverlies	Omschakeling
1 (doelman)	start de opbouw, biedt zich aan als extra man, verzorgde distributie kort/halflang/lang	hoge positie, dekt de ruimte achter de laatste lijn, coacht de verdediging	snelle uitworp/dieptepass bij recuperatie; bij balverlies onmiddellijk positie corrigeren
2/5 (flankverdedigers)	bieden breedte in de opbouw, infiltreren bij ruimte op het juiste moment, verzorgen de voorzet	verdedigen de flank 1v1, knijpen naar binnen bij spel op de andere flank, beletten de voorzet	na recuperatie onmiddellijk diep kijken; na balverlies in sprint terug in het blok
3/4 (centrale verdedigers)	eerste opbouwers, durven inspelen tussen de linies, challenge bij ruimte	leiden het blok, korte dekking op de spits, winnen kopduels, dekken de diepte	lanceren de omschakeling met een verticale pass; bij balverlies diepte afschermen
6 (verdedigende middenvelder)	draaischijf, vraagt de bal van de verdediging, verlegt het spel, speelt tussen de linies in	schermt de zone voor de verdediging af, sluit het centrum, onderschept	eerste aanspeelpunt bij recuperatie; bij balverlies onmiddellijk counterpressing organiseren
8/10 (middenvelders)	infiltreren met en zonder bal (give & go), spelen tussen de linies, bezetten de 16m bij voorzet	negatieve pressing, vooruit verdedigen, nemen de infiltrerende tegenstander over	diep denken na recuperatie; in sprint terug bij balverlies
7/11 (flankaanvallers)	houden het veld breed, zoeken de 1v1 (challenge), trappen bruikbare voorzetten, snijden in naar de tweede paal	negatieve pressing op de flankverdediger, beletten de opbouw langs hun flank	eerste optie in de diepte bij counter; counterpressing na eigen balverlies
9 (diepe spits)	biedt diepte, duikt door de laatste lijn, eerste aan de bal in de box, afwerken	eerste verdediger: stuurt de opbouw van de tegenstander, positieve pressing op de centrale verdedigers	onmiddellijk diep lopen bij recuperatie; druk op de eerste pass bij balverlies

5.5a Positietaken 5v5 (enkele ruit, U8-U9)

In 5v5 leert elke speler elke positie kennen en roteren de spelers, ook in doel. Onderstaande taken zijn de basistaken per positie.

1 - Doelman

- Probeer aanspeelbaar te zijn.
- Doe vooral mee met de voeten.
- Voetbal mee: doorschuiven als vliegende keeper.

3 - Centrale verdediger

- Wees aanspeelbaar als de keeper de bal heeft.
- Maak de pass terug mogelijk voor andere spelers.
- Speel eerst diep en dan breed.
- Schuif in (laat je positie overnemen).

2/7 en 5/11 - Flankspelers

- Sta open aan de zijlijn, met je rug naar de zijlijn.
- Zorg dat de 9 de bal kan terugspelen.
- Je kan dribbelen, kaatsen of een een-twee doen.
- Als vanop de andere flank wordt voorgezet, kom je voor doel.
- Wees aanspeelbaar als de keeper de bal heeft.
- Je kan in de voet en in de diepte worden aangespeeld.
- Als je kan, mag je een actie maken; wissel van positie.

9 - Centrumspits

- Blijf goed diep, maak ruimte voor je medespelers en kom niet te snel naar de bal.
- Je kan de bal in de voet vragen en in de diepte.
- Je kan de tegenstander verrassen met een vooractie.
- Je kan aannemen, dribbelen, kaatsen of de bal vasthouden.
- Probeer aanspeelbaar te zijn voor doel.
- Blijf weg / maak ruimte als de flankspeler opkomt met de bal.
- Wees aanspeelbaar als de keeper de bal heeft; als je kan, mag je een actie maken.

5.5b Positietaken 8v8 (dubbele ruit, U10-U13) - balbezit en balverlies

Doelverdediger (1)

Balbezit

- Positie kiezen t.o.v. de verdedigers.
- Voortzetting via rollen, werpen, passen of trappen.
- Fungeren als centrale opbouwer (vliegende keeper).

Balverlies

- Doelpunten voorkomen.
- Positie kiezen t.o.v. de bal, tegenstander(s) en medespeler(s).

Vleugelverdedigers (2, 5)

Balbezit

- Positie kiezen (uit elkaar, veld groot maken).
- Aanspelen van de middenvelder en aanvallers.
- Bij ruimte zelf met de bal naar voren dribbelen/drijven.
- Meedoen met de aanval.

Balverlies

- Niet laten uitspelen, doelpunten voorkomen.
- Dekken van de aanvallers van de tegenpartij.
- Teammaten helpen (rugdekking).
- Bal afpakken.

Centrale verdediger (3)

Balbezit

- Positie kiezen (achter de vleugelverdedigers).
- Aanspelen van aanvallers of mee-opkomende verdedigers.
- Bij ruimte zelf met de bal naar voren dribbelen/drijven.
- Meedoen met de aanval; doelpogingen indien de gelegenheid zich voordoet.

Balverlies

- Niet laten uitspelen, doelpunten voorkomen.
- Dekken van de centrumaanvaller.
- Teammaten helpen (rugdekking).
- Veld klein maken; bal afpakken.

Centrale middenvelder (10)

Balbezit

- Positie kiezen (aanspeelbaar t.o.v. de balbezitter).
- Spel verleggen en zorgen voor snelle omschakeling naar voren.
- Aanspelen van aanvallers of mee-opkomende verdedigers.
- Bij ruimte zelf met de bal naar voren; doelpogingen indien mogelijk.

Balverlies

- Niet laten uitspelen.
- Rugdekking bij balverlies van de aanvallers.
- Coaching van medespelers.
- Veld klein maken; bal afpakken.

Vleugelaanvallers (7, 11)

Balbezit

- Positie kiezen t.o.v. de verdedigers (veld groot maken).
- Met de bal zo snel mogelijk richting doel: alleen (individuele actie) of een teammaat met vrije baan aanspelen.
- Zelf voor doel positie kiezen (aanspeelbaar om te scoren).
- Doelpogingen.

Balverlies

- Niet laten uitspelen.
- Storen van de opbouw van de tegenstander.
- Teammaten helpen (rugdekking).
- Veld klein maken; bal afpakken.

Centrale aanvaller (9)

Balbezit

- Zo diep mogelijk positie kiezen (veld lang maken, bereikbaar blijven met een pass).
- Doelpogingen (individuele acties of via combinatie met teammaten).
- Doelgericht zijn.

Balverlies

- Niet laten uitspelen.
- Dekken van de centrale verdediger van de tegenpartij.
- Storen van de opbouw, de dieptepass voorkomen.
- Bal afpakken; teammaten helpen; veld klein maken.

Jaarlijkse check en borging in de afgeleide documenten

Bij de jaarlijkse cyclus hoort een controle of de afgeleide documenten de inhoud van dit jeugdopleidingsplan volledig en correct weergeven. Doorverwijzen mag, maar de inhoud mag niet verloren gaan. Drie aandachtspunten:

- Het themadocument basics & teamtactics moet de volledige beschrijving van elke basic en elke teamtactic bevatten - wat houdt het in, hoe coach je het, accenten per leeftijd - inclusief de uitwerking die in eerdere versies van het opleidingsplan stond.
- De evaluatieprocedure en -fiche moet de volledige evaluatieparameters bevatten voor zowel veldspelers als keepers.
- De jaarplanningen vertalen de periodisering en weekthema's van dit plan naar het concrete seizoen.

Concrete jaarlijkse controlepunten:

Zijn de spelersevaluaties van het voorbije seizoen verwerkt in de jaarplanningen?

Zijn er wijzigingen in de Opleidingsvisie van Voetbal Vlaanderen of in de spelvormen die een aanpassing van dit plan vragen?

Geven het themadocument (OP2) en de evaluatieprocedure (VO14/15) de inhoud van dit jeugdopleidingsplan nog volledig weer?

Zijn de functiehouders, het Aanspreekpunt Integriteit en de contactgegevens voor het nieuwe seizoen geactualiseerd in de seizoensdocumenten (niet in dit plan)?

Zijn de interne verwijzingen tussen de delen nog correct na eventuele toevoegingen?

6. Leerplan: basics & teamtactics

Zie ook: themadocument basics & teamtactics (OP2), de jaarplanningen (JPU6–JPU17) en de evaluatiefiche (VO14/15). In dit document: Het kader van Voetbal Vlaanderen, Evaluatie & individuele opvolging, Gezondheid & fysieke ontwikkeling.

6.1 Definities

Basics zijn het geheel van technische en individueel-tactische basisvaardigheden die een speler nodig heeft om, na het nemen van een goede beslissing, de juiste actie uit te voeren in de wedstrijd — met als finaliteit een goede uitvoering in 11v11, ongeacht spelsysteem of spelconcept.

Teamtactics zijn het geheel van handelingen om als individu binnen een team zo goed mogelijk te functioneren, gebruikmakend van de basics en de fysieke en mentale vaardigheden.

De leerplanfase waarin een basic of teamtactic wordt aangeleerd is de startfase: elke vaardigheid wordt in latere fasen verder ontwikkeld en herhaald. Leren is cumulatief.

Drie lagen: basisvaardigheden, basics en teamtactics

Om de spelfases en teamprincipes te kunnen toepassen, bouwt de opleiding op drie opeenvolgende lagen die op elkaar voortbouwen:

- **Basisvaardigheden:** technische uitvoering en lichaams- en balcontrole (trappen, aannemen, passen, vrijlopen, leiden, dribbelen; intercepteren, druk zetten, afweren, 1v1, ruimtes verkleinen). Functioneel en individueel.
- **Basics:** het geheel van technische én individueel-tactische basiscompetenties die een speler nodig heeft om na een goede beslissing de juiste actie uit te voeren — finaliteit 11v11. Basics zijn de voorwaarde om naar teamtactics te gaan.
- **Teamtactics:** het geheel van handelingen om als individu binnen het team zo goed mogelijk te functioneren, ongeacht spelsysteem of -concept, gebruikmakend van de basics en de fysieke en mentale vaardigheden. Complex decision making mét het team.

Kort: basisvaardigheid + individuele decision making = basic; daarbovenop teambeslissingen = teamtactic. De leeftijd 7–13 jaar geldt als de “gouden leeftijd” om lichaams- en balbeheersing te ontwikkelen.

Bron: Voetbal Vlaanderen (RBFA), Opleidingsvisie, hfst. 08 — definities; Formafoot, “Opmaak van een leerplan en de toepassing in de praktijk”.

6.2 Opbouw van het leerplan

Wordt aangeleerd vanaf	Basics	Teamtactics
U6-U7 (2v2/3v3)	leiden, dribbelen, trappen op doel, balaanname, duel 1v1	— (nog niet aan de orde)
U8-U9 (5v5)	korte passing, controle lage bal, doelpoging tot 10m, vrij & ingedraaid staan, druk zetten, korte dekking, interceptie korte pass	openen breed/diep, infiltratie met bal (challenge), doelkans via individuele actie, snel afwerken, positieve pressing, duel nooit verliezen, doelpoging afblokken
U10-U11 (8v8)	half lange passing, controle halfhoge bal, doelpoging 15-20m, vrijlopen, steunen, speelhoeken afsluiten, corner & indirecte vrije trap	ruimte creëren voor zichzelf, efficiënte balcirculatie, diagonale passing, infiltratie met bal bij ruimte, voorzet over de grond, sluiten, negatieve pressing, dekking, meeschuivende doelman, interceptie
U12-U13 (8v8)	verdieping & perfectionering	driehoekspel, ruimte creëren voor medespeler, balcirculatie zonder risico & met hoge balsnelheid, lijn overslaan (passing 2de graad), give & go, voorzet in de lucht, bezetting voor doel (2-3 spelers), diepgerichte eerste actie, voorzet beletten, defensieve T-vorm, counterpressing
U14-U17 (11v11)	lange passing, controle hoge bal, kopspel (aanvallend & verdedigend), doelpoging vanaf 20m, afwerken op hoge voorzet, tackle/blokkage	de tien teamtactische principes van het gamemodel (5.4), positiespecifieke taken, stilstaande fases
U21	perfectionering onder wedstrijddruk	gamemanagement: omgaan met scenario's, tempo bepalen, resultaatgericht toepassen van het gamemodel

De volledige beschrijving van elke basic (per thema) en elke teamtactic (per teamprincipe), met een overzicht van welke basics en teamtactics per leeftijdsgroep nieuw worden aangeleerd (de startfase), staat verderop in dit hoofdstuk. De jaarplanning per leeftijdsgroep staat in de trainersfiches (OP10–OP16).

6.3 Van beweger naar voetballer

Onze opleiding volgt het ontwikkelingsmodel van Voetbal Vlaanderen: van het aanleren van algemene beweeg- en balvaardigheid naar het presteren in teamverband. De speler evolueert van individueel naast elkaar spelen (de jongsten), over individueel tegen elkaar (exploratie), naar samenspelen en uiteindelijk spelen in teamverband met gedifferentieerde opdrachten.

Een betere beweger wordt een betere - en blessurevrijere - voetballer. Daarom blijft het werken aan algemene bewegings- en balvaardigheid niet beperkt tot de onderbouw: ook in de midden- en bovenbouw blijven we, geïntegreerd in de training, aandacht geven aan motoriek, coordinatie en lichaamsbeheersing. Onze opleiding is holistisch: elke trainer heeft tegelijk aandacht voor de technische, tactische, fysieke, mentale en sociale ontwikkeling van de individuele speler, en voor diens leefstijl. Jeugdopleiding gaat om het individueel ontwikkelen van spelers in teamverband, om op latere leeftijd tot teamprestaties te komen.

Aanvulling: de doelen van Multi-Skillz/Multimove (evenwicht, rollen, springen, landen, werpen, vangen, richtingveranderingen) worden niet enkel in de onderbouw geïntegreerd, maar als rode draad door de hele opleiding onderhouden, telkens aangepast aan de leeftijd.

6.4 Uitleg per basic (per thema)

Hieronder volgt per basic thema een korte beschrijving en een overzicht van de bijhorende leerlijnen met hun startfase (de eerste aanleerleeftijd). Alle leerlijnen blijven daarna onderhouden tot en met U17.

In balbezit (B+) — de basics

Vrijlopen en steunen

Vrijlopen en steunen gaat over positiekeuze en beweging zonder bal: zich aanspeelbaar opstellen ten opzichte van de baldrager, bewegen zodat een medespeler aanspeelbaar wordt, de derde man die zich aanbiedt, en steun bieden (lager dan de bal) wanneer diep of breed niet kan. Het is de motor achter het driehoekspel en het “open” spelen in breedte en diepte. Hogerop komen het duiken in de rug van de laatste lijn (zonder buitenspel) en het ontvluchten van de strikte dekking voor doel erbij.

Basic	Aanleren vanaf
zich aanspeelbaar opstellen t.o.v. de speler aan de bal met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U8
zich zodanig verplaatsen waardoor een medespeler aanspeelbaar wordt met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U12
de dichtstbijzijnde speler kan zich lager dan de de speler aan de bal aanspeelbaar opstellen (= steunen) als deze niet diep of breed kan spelen	U12
bij kans op voorzet de strikte dekking vóór doel ontvluchten met het oog op scoren	U12
zich als 3de man zodanig verplaatsen t.o.v. de 2de man met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U14
bij kans op subtiele dieptepas op het juiste ogenblik in de rug van de laatste lijn duiken (geen buitenspel) met het oog op scoren	U14

Passing

Passing combineert de juiste keuze (naar wie en wanneer) met de technische uitvoering (juiste voet, snelheid, hoogte en moment). De leerlijn loopt van de korte opbouwpas, via de halflange en lange pas, tot de subtiele dieptepas en de voorzet. De passlengte volgt het format: kort bij 5v5, halflang bij 8v8, lang bij 11v11.

Basic	Aanleren vanaf
een korte opbouwpas spelen zodat de ontvanger in de meest gunstige omstandigheden verder kan spelen (juiste voet/snelheid/hoogte/moment)	U8
de juiste keuze maken naar welke medespeler hij de opbouwpas geeft (= in de meest gunstige positie staat en binnen de eigen mogelijkheden) met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U10
een halflange opbouwpas spelen zodat de ontvanger in de meest gunstige omstandigheden verder kan spelen (juiste voet/snelheid/hoogte/moment)	U10
een voorzet trappen waardoor vanuit de meest gunstige situatie kan afgewerkt worden	U12
een lange opbouwpas spelen zodat de ontvanger in de meest gunstige omstandigheden verder kan spelen (juiste voet/snelheid/hoogte/moment)	U14
een subtiele dieptepas trappen/koppen waardoor vanuit de meest gunstige situatie kan afgewerkt worden	U14

Balaanname

Balaanname gaat over het gericht aannemen van de bal met het oog op de meest gunstige vervolgactie: eerder dan de tegenstander aan de bal komen en de lage, halfhoge en hoge bal in de juiste richting controleren. Een goede, richtinggevendende aanname (oriëntatie en eerste contact weg van de druk) is de opstap naar snelle balcirculatie.

Basic	Aanleren vanaf
eerder dan de tegenstander in balbezit komen met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U8
de lage bal gericht aannemen met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U8
zich draaien met de bal aan de voet met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U10
de halfhoge bal gericht aannemen met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U12
de hoge bal gericht aannemen met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U14

Doordraaien

Doordraaien is het zich draaien met de bal aan de voet om van richting te veranderen en de aanval te openen of voort te zetten. Het is nauw verbonden met balaanname (de oriëntatie) en met leiden/dribbelen (de vervolgactie).

Basic	Aanleren vanaf
zich draaien met de bal aan de voet met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U10

Leiden en dribbelen

Leiden is met de bal terreinwinst boeken; dribbelen is een tegenstander uitschakelen via een individuele actie. Beide dienen de meest gunstige vervolgactie en het creëren van doelkansen. De juiste keuze tussen leiden, dribbelen en passen is een rode draad doorheen de hele opleiding.

Basic	Aanleren vanaf
de juiste aanvallende keuze maken met het oog op scoren of de meest gunstige vervolgactie (= leiden/dribbel OF pas	U8
Een doelkans creëren via een individuele actie	U8
bij het leiden zoveel mogelijk terreinwinst boeken met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U8
bij het dribbelen een tegenspeler uitschakelen met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U8
zich draaien met de bal aan de voet met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U10

Afwerken

Afwerken is de finaliteit van balbezit: scoren. De leerlijn bouwt op van dichtbij (tot 11m), via halfver (11–20m), tot ver (>20m), met de juiste keuze tussen in één tijd afwerken of eerst aannemen. Koppen en het verre schot komen logischerwijs pas later.

Basic	Aanleren vanaf
van dichtbij met de voet (tot 11m) scoren	U8
de juiste keuze maken tussen 1 tijd of na een balaanname scoren	U10
van halfver met de voet of het hoofd (tussen 11m en 20m) scoren	U10
van dichtbij met het hoofd (tot 11m) scoren	U14
van ver (>20m) met de voet scoren	U14

In balverlies (B-) — de basics

Druk zetten, duel en remmend wijken (1v1)

Dit thema bundelt het individuele verdedigen: de juiste verdedigende keuze maken (afnemen/afweren, het duel aangaan of remmend wijken), de baldrager proactief en agressief onder druk zetten, het duel over de grond en in de lucht winnen, en de baldrager afremmen zodat medespelers kunnen terugkeren. Het leerplan benoemt deze leerlijnen zowel algemeen als specifiek voor de rechtstreekse tegenstander van de baldrager.

Basic	Aanleren vanaf
de juiste verdedigende keuze maken met het oog op scoren beletten (= afweren) of de meest gunstige vervolgactie (= remmend wijken of de bal afnemen/afweren in duel of door interceptie)	U8
het duel (= 1v1) zodanig aangaan dat hij de speler aan de bal belet om naar doel te trappen	U8
het duel (= 1v1) over de grond winnen met het oog op een gunstige vervolgactie	U8
de juiste keuze maken tussen remmend wijken of het duel aangaan	U8
de tegenspeler aan de bal afremmen waardoor medespeler(s) kunnen terugkeren met het oog op het beletten van een doelkans	U10
de tegenstander aan de bal in zijn zone in de juiste lichaamshouding proactief en agressief onder druk zetten (= 1v1) zodat de meest gunstige vervolgactie (opbouwpas of dribbel) belet wordt	U12
het duel (= 1v1) zodanig aangaan dat hij de speler aan de bal belet om een voorzet te trappen	U12
de juiste keuze maken tussen agressief en proactief druk zetten of defensief in het blok komen	U14
het duel (= 1v1) zodanig aangaan dat hij de speler aan de bal belet om een subtiele dieptepas te trappen	U14
het duel (= 1v1) in de lucht winnen met het oog op een gunstige vervolgactie	U14
aan de dichtste medespeler zodanig rugdekking geven waardoor hij de speler aan de bal snel onder druk kan zetten wanneer zijn medespeler uitgeschakeld is	U14

Interceptie en afweren

Interceptie gaat over het lezen van het spel: de juiste keuze om wel of niet te onderscheppen, en de opbouwpas, dieptepas of voorzet onderscheppen met het oog op een gunstige vervolgactie. Afweren is de bal of doelpoging wegwerken naar een voor de tegenpartij ongunstige plaats wanneer onderscheppen niet kan.

Basic	Aanleren vanaf
de juiste keuze maken tussen het wel of niet intercepteren	U10
de opbouwpas, subtiele dieptepas of voorzet intercepteren met het oog op de meest gunstige vervolgactie	U10
de subtiele dieptepas, voorzet of doelpoging afweren naar een voor de tegenpartij ongunstige plaats	U12

Speelhoek afsluiten, strikte dekking en rugdekking

Dit thema gaat over positioneel verdedigen: de speelhoeken naar de rechtstreekse tegenstander afsluiten (zowel opbouwpas als dieptepas), via strikte dekking beletten dat hij aanspeelbaar wordt, en de dichtste medespeler rugdekking geven zodat die snel druk kan zetten als zijn ploegmaat wordt uitgeschakeld. Het is de brug tussen het individuele 1v1 en de collectieve teamorganisatie.

Basic	Aanleren vanaf
door strikte dekking beletten dat zijn rechtstreekse tegenstander aangespeeld wordt of in gunstige omstandigheden zijn vervolgactie kan uitvoeren	U10
de speelhoeken naar zijn rechtstreekse tegenstander zo goed mogelijk afsluiten met het oog op het beletten van de meest gunstige opbouwpas	U12
de speelhoeken naar zijn rechtstreekse tegenstander zo goed mogelijk afsluiten met het oog op het beletten van de subtiele dieptepas	U14
aan de dichtste medespeler zodanig rugdekking geven waardoor hij de speler aan de bal snel onder druk kan zetten wanneer zijn medespeler uitgeschakeld is	U14

Bij omschakeling — de basics

Omschakeling B+ → B- (reactie na balverlies)

Onmiddellijk na balverlies de juiste verdedigende taak uitvoeren: na verlies van de dichtste medespeler de meest gunstige vervolgactie van de tegenstander beletten, na persoonlijk balverlies of verlies van een verdere medespeler een gevaarlijke tegenaanval voorkomen. De individuele vertaling van counterpressing (principe 10).

Basic	Aanleren vanaf
onmiddellijk na persoonlijk balverlies de juiste verdedigende taak uitvoeren met het oog op het beletten van een gevaarlijke tegenaanval	U10
onmiddellijk na balverlies van de dichtste medespeler de meest gunstige vervolgactie (dribbel, opbouwpas, subtiele eindpas, voorzet, afwerken) van de tegenstander aan de bal beletten	U12
onmiddellijk na balverlies van de niet-dichtste medespeler de juiste verdedigende taak uitvoeren met het oog op het beletten van een gevaarlijke tegenaanval	U14

Omschakeling B- → B+ (reactie na balrecuperatie)

Onmiddellijk na balrecuperatie de juiste keuze maken tussen een aanvallende of verdedigende taak, en bij persoonlijke recuperatie meteen de meest gunstige vervolgactie kiezen (scoren, leiden, counterpas, subtiele eindpas, voorzet of opbouwpas). De individuele vertaling van de offensieve omschakeling (principe 9).

Basic	Aanleren vanaf
onmiddellijk na persoonlijke balrecuperatie de meest gunstige vervolgactie (scoren, leiden, counterpas, subtiele eindpas, voorzet, opbouwpas) uitvoeren	U10

onmiddellijk na balrecuperatie van een medespeler de juiste keuze maken tussen een aanvallende of verdedigende taak met het oog op de gevaarlijke tegenaanval of het beletten van een gevaarlijke counter	U14
---	-----

Teamtactics per teamprincipe (leerlijn-tabellen)

Teamtactics zijn de collectieve handelingen waarmee meerdere spelers of linies samen een teamprincipe uitvoeren. Ze bouwen voort op de basics en vragen complex decision making mét het team. Hieronder zijn ze geordend per teamprincipe.

TP 1 — Opbouw van achteruit

De collectieve uitvoering van de opbouw: breed en diep openen, driehoekspel en aanspeelbaarheid, ruimte creëren en benutten, en efficiënte balcirculatie (progressie, nauwkeurig en snel doorspelen, hoge balsnelheid, diagonale/verticale passing, een lijn overslaan).

Teamtactic	Aanleren vanaf
Openen: breed	U8
Openen: diep	U8
Ruimte creëren voor zichzelf en het benutten ervan	U11
Efficiënte balcirculatie: Progressie nastreven (richting: ruit 1 --> ruit 2: passing 1ste graad)	U11
Efficiënte balcirculatie: Nauwkeurig doorspelen van de bal	U11
Diagonale/verticale passing: in functie van aanspeelbaarheid	U11
Ruimte creëren voor een medespeler en het benutten ervan	U12
Efficiënte balcirculatie: zo snel mogelijk nauwkeurig doorspelen van de bal	U12
Efficiënte balcirculatie: een zo hoog mogelijke balsnelheid ontwikkelen	U12
Een lijn overslaan bij passing diep (passing 2de graad)	U12
Driehoekspel: aanspeelbaarheid (vanuit opgelegde spelposities)	U14
Driehoekspel: Aanspeelbaarheid met aandacht voor wisselende posities	U14
Efficiënte balcirculatie: progressie nastreven (diepte voor breedte voor terug) zonder risico op dom balverlies	U14
Diagonale/verticale passing: snelle pas naar de zwakke zone (= 1v0/1v1/2v1) van de tegenpartij	U14
Strikte dekking ontvluchten: snel bewegen	U14
Snel en diep blijven spelen	U14

TP 2 — Infiltraties van verdedigers naar de waarheidszone

De collectieve infiltratie vanuit de opbouwzone: ruimte creëren en benutten, efficiënte infiltratie met en zonder bal (give & go, overload), en infiltratie met bal als challenge.

Teamtactic	Aanleren vanaf
Openen: diep	U8

Ruimte creëren voor zichzelf en het benutten ervan	U11
Efficiënte infiltratie met bal op het juiste moment: bij ruimte (opzoeken van 2v1/1v1)	U11
Infiltratie met bal (leiden of dribbelen) challenge	U11
Ruimte creëren voor een medespeler en het benutten ervan	U12
Efficiënte infiltratie zonder bal na een pas: Give & Go	U12
Efficiënte infiltratie zonder bal op het juiste moment: bij ruimte om overload te creëren	U12
Strikte dekking ontvluchten: snel bewegen	U14
Spelers in het blok: meerderen infiltreren zonder bal naar de juiste zones (sprint)	U16

TP 3 — Doelkans creëren en scoren na dieptepas of individuele actie

Het collectief creëren en benutten van diepte: door de laatste lijn duiken op het juiste moment, de subtiele eindpas in de diepte, snel en diep blijven spelen en zo snel mogelijk afwerken bij een echte doelkans.

Teamtactic	Aanleren vanaf
Openen: diep	U8
Zo snel mogelijk afwerken bij een werkelijke doelkans	U8
Efficiënte infiltratie met bal op het juiste moment: bij ruimte (opzoeken van 2v1/1v1)	U11
Infiltratie met bal (leiden of dribbelen) challenge	U11
Efficiënte infiltratie zonder bal na een pas: Give & Go	U12
Efficiënte infiltratie zonder bal op het juiste moment: bij ruimte om overload te creëren	U12
Een subtiele eindpas (laag en hoog) in de diepte trappen naar speler die in de rug van de laatste lijn duikt	U14
Strikte dekking ontvluchten: snel bewegen	U14
Snel en diep blijven spelen	U14
Op het juiste moment door de laatste lijn van de verdediging duiken maar opgelet off side	U16
Spelers in het blok: meerderen infiltreren zonder bal naar de juiste zones (sprint)	U16

TP 4 — Doelkans creëren en scoren na voorzet

Het collectief afwerken na voorzet: een kwaliteitsvolle voorzet (over de grond en in de lucht), efficiënte bezetting voor doel (twee/drie spelers, of minstens vier: 1ste-2de paal, 11m en 16m) en snel afwerken.

Teamtactic	Aanleren vanaf
Openen: breed	U8

Zo snel mogelijk afwerken bij een werkelijke doelkans	U8
Infiltratie met bal (leiden of dribbelen) challenge	U11
Een kwaliteitsvolle voorzet trappen over de grond die bruikbaar is voor doel	U11
Een kwaliteitsvolle voorzet trappen in de lucht die bruikbaar is voor doel	U12
Efficiënte bezetting voor doel door twee of drie spelers	U12
Efficiënte bezetting voor doel bij voorzet door minstens 4 spelers: 1ste – 2de paal, 11m en 16m	U14

TP 5 — Opbouw van achteruit beletten

Het collectief verstoren van de opbouw: een zo hoog mogelijk compact blok (W-vorm, 35x35m), evenredige afstanden, positieve proactieve pressing, collectief W-pressen, snel vooruit schuiven en kantelen, off-sideliijn bepalen en een meeschuivende doelman.

Teamtactic	Aanleren vanaf
Sluiten: Speelruimtes beperken	U8
Positieve proactieve pressing op de baldrager	U11
Een meeschuivende doelman (hoge positie)	U11
Evenredige onderlinge afstanden	U12
Dekking door dichtste medespeler	U12
Sluiten: Speelruimtes beperken: compact blok (in lengte en breedte) van 35m op 35m	U14
Zo hoog mogelijk compact blok (in W-vorm)	U14
Centrale verdediger dichtst bij het duel bepaalt off sideliijn	U14
Geen kruisbeweging met naburige speler	U14
Het snel vooruit schuiven en snel kantelen van het blok	U14
Collectieve W pressing bij compact blok	U14

TP 6 — Infiltraties beletten en overtal verhinderen

Het beperken van ruimte en beletten van overtal: negatieve pressing op de baldrager, het duel nooit verliezen en de bal recupereren door interceptie.

Teamtactic	Aanleren vanaf
Negatieve pressing op de baldrager	U11
Het duel nooit verliezen: zich nooit laten uitschakelen	U11
Het duel proberen winnen bij 100% zekerheid	U11
De bal recupereren door interceptie	U11

TP 7 — Doelkans en scoren na dieptepas of individuele actie beletten

Het collectief sluiten van het centrum: dekking door de dichtste medespeler, de subtiële eindpas beletten (centrum sluiten + druk), al dan niet anticiperen op de diep lopende speler en de doelpoging afblokken.

Teamtactic	Aanleren vanaf
Doelpoging afblokken	U8
Het duel nooit verliezen: zich nooit laten uitschakelen	U11
Het duel proberen winnen bij 100% zekerheid	U11
De bal recupereren door interceptie	U11
Dekking door dichtste medespeler	U12
Een subtiele eindpas in de diepte beletten: centrum sluiten en druk op de baldrager	U14
Kortere dekking in de waarheidszone: (change) marking en split vision	U16
Al dan niet anticiperen op de diep lopende speler/fall back: geen systematische off side door stap te zetten	U16

TP 8 — Doelkans en scoren na voorzet beletten

Het collectief beletten van scoren na voorzet: zich niet laten uitschakelen in de waarheidszone, de voorzet beletten/afblokken, efficiënte (T-vorm) bezetting voor doel, kortere/change marking en agressiviteit om eerste op de bal te zijn.

Teamtactic	Aanleren vanaf
Zich niet laten uitschakelen door een individuele actie in de waarheidszone	U8
Doelpoging afblokken	U8
Een voorzet beletten/afblokken	U11
Efficiënte bezetting voor doel bij voorzet: defensieve T-vorm (2+1)	U12
Efficiënte bezetting voor doel bij voorzet: defensieve T-vorm (3+1)	U14
19b agressiviteit om 1ste op de bal bij voorzet te zijn : anticiperen op lopende speler	U16

TP 9 — Omschakeling naar balbezit (tegenaanval)

De collectieve offensieve omschakeling: offensieve anticipatie (hoogste spelers haken los/diep/breed net vóór recuperatie) en een dieptegeoriënteerde eerste actie na balrecuperatie.

Teamtactic	Aanleren vanaf
Balrecuperatie: 1ste actie is dieptegeoriënteerd	U12
Offensieve anticipatie: de hoogst opgestelde spelers staan of lopen zich vrij net vóór balrecuperatie (loshaken/diep/breed)	U16

TP 10 — Omschakeling naar balverlies (tegenaanval beletten)

Het collectief beletten van de tegenaanval: een hoge compacte T-vorm (restverdediging + offensive marking), onmiddellijk counterpressing na balverlies, en de tegenaanval afremmen door fall back of snel terug in het blok komen.

Teamtactic	Aanleren vanaf
Onmiddellijk na balverlies druk zetten (= counterpressing) om snel diep spel te verhinderen	U12
T-vorm: tegenaanval afremmen door fall back	U14
Een hoge compacte T-vorm: restverdediging + offensive marking	U16
Niet T-vorm: zo snel mogelijk terug in het blok komen (sprint)	U16

6.6 Leerlijnen per leeftijdsgroep: wat wordt nieuw aangeleerd

De onderstaande overzichten geven per leeftijdsgroep aan welke basics en teamtactics nieuw op het programma komen (de startfase). Eerder gestarte leerlijnen blijven in alle latere leeftijdsgroepen onderhouden met opklimmende eisen (tempo, weerstand, ruimte). Dit overzicht is de directe input voor de jaarplanningen en de evaluatiefiche (VO14/15).

U8-U9 (5v5)

Basics — nieuw aan te leren (13)

Thema	Leerlijn
Vrijlopen en steunen	zich aanspeelbaar opstellen t.o.v. de speler aan de bal
Passing	een korte opbouwpas spelen
Balaanname	eerder dan de tegenstander in balbezit komen
Balaanname	de lage bal gericht aannemen
Leiden en dribbelen	de juiste aanvallende keuze maken (leiden/dribbel of pas)
Leiden en dribbelen	een doelkans creëren via een individuele actie
Leiden en dribbelen	bij het leiden terreinwinst boeken
Leiden en dribbelen	bij het dribbelen een tegenspeler uitschakelen
Afwerken	van dichtbij (tot 11m) scoren
1-1: druk/duel/remmen	de juiste verdedigende keuze maken
1-1: druk/duel/remmen	het duel aangaan: beletten om naar doel te trappen
1-1: druk/duel/remmen	het duel over de grond winnen
1-1: druk/duel/remmen	keuze tussen remmend wijken of duel aangaan

Teamtactics — nieuw aan te leren (6)

Teamprincipe	Leerlijn
TP 1: Opbouw van achteruit / TP 4: Scoren na voorzet	Openen: breed
TP 1: Opbouw van achteruit / TP 2: Infiltraties naar de waarheidszone / TP 3: Scoren na dieptepas of actie	Openen: diep

TP 3: Scoren na dieptepas of actie / TP 4: Scoren na voorzet	Zo snel mogelijk afwerken bij werkelijke doelmans
TP 5: Opbouw beletten (pressing)	Sluiten: speelruimtes beperken
TP 7: Dieptepas/actie beletten / TP 8: Voorzet beletten	Doelpoging afblokken
TP 8: Voorzet beletten	Niet laten uitschakelen door individuele actie

U10-U11 (8v8)

Basics — nieuw aan te leren (11)

Thema	Leerlijn
Passing	juiste keuze naar welke medespeler de opbouwpas
Passing	een halflange opbouwpas spelen
Balaanname/Doordraaien	zich draaien met de bal aan de voet (doordraaien)
Afwerken	keuze tussen 1 tijd of na balaanname scoren
Afwerken	van halfver (11-20m) scoren
1-1: druk/duel/remmen	tegenspeler afremmen zodat medespelers terugkeren
Interceptie en afweren	keuze wel of niet intercepteren
Interceptie en afweren	opbouwpas/dieptepas/voorzet intercepteren
Speelhoek/dekking	strikte dekking: beletten dat tegenstander aangespeeld wordt
B+ naar B-	na persoonlijk balverlies juiste verdedigende taak
B- naar B+	na persoonlijke balrecuperatie meest gunstige vervolgactie

Teamtactics — nieuw aan te leren (14)

Teamprincipe	Leerlijn
TP 1: Opbouw van achteruit / TP 2: Infiltraties naar de waarheidszone	Ruimte creëren voor zichzelf en benutten
TP 1: Opbouw van achteruit	Balcirculatie: progressie ruit 1 naar ruit 2
TP 1: Opbouw van achteruit	Balcirculatie: nauwkeurig doorspelen

TP 1: Opbouw van achteruit	Diagonale/verticale passing: aanspeelbaarheid
TP 2: Infiltraties naar de waarheidszone / TP 3: Scoren na dieptepas of actie	Infiltratie met bal bij ruimte (2v1/1v1)
TP 2: Infiltraties naar de waarheidszone / TP 3: Scoren na dieptepas of actie / TP 4: Scoren na voorzet	Infiltratie met bal: challenge
TP 4: Scoren na voorzet	Voorzet over de grond bruikbaar voor doel
TP 5: Opbouw beletten (pressing)	Positieve proactieve pressing op baldrager
TP 5: Opbouw beletten (pressing)	Meeschuivende doelman (hoge positie)
TP 6: Infiltraties beletten	Negatieve pressing op baldrager
TP 6: Infiltraties beletten / TP 7: Dieptepas/actie beletten	Het duel nooit verliezen
TP 6: Infiltraties beletten / TP 7: Dieptepas/actie beletten	Het duel proberen winnen bij 100% zekerheid
TP 6: Infiltraties beletten / TP 7: Dieptepas/actie beletten	Bal recupereren door interceptie
TP 8: Voorzet beletten	Voorzet beletten/afblokken

U12-U13 (8v8)

Basics — nieuw aan te leren (10)

Thema	Leerlijn
Vrijlopen en steunen	verplaatsen waardoor medespeler aanspeelbaar wordt
Vrijlopen en steunen	steunen (lager dan de bal aanspeelbaar opstellen)
Vrijlopen en steunen	bij voorzet strikte dekking ontvluchten
Passing	een voorzet trappen/koppen bruikbaar voor doel
Balaanname	de halfhoge bal gericht aannemen

1-1: druk/duel/remmen	proactief en agressief druk zetten in 1v1
1-1: druk/duel/remmen	duel aangaan: beletten voorzet te trappen
Interceptie en afweren	dieptepas/voorzet/doelpoging afweren
Speelhoek/dekking	speelhoeken afsluiten (opbouwpas beletten)
B+ naar B-	na balverlies dichtste medespeler: vervolgactie tegenstander beletten

Teamtactics — nieuw aan te leren (13)

Teamprincipe	Leerlijn
TP 1: Opbouw van achteruit / TP 2: Infiltraties naar de waarheidszone	Ruimte creëren voor medespeler en benutten
TP 1: Opbouw van achteruit	Balcirculatie: zo snel mogelijk nauwkeurig doorspelen
TP 1: Opbouw van achteruit	Balcirculatie: zo hoog mogelijke balsnelheid
TP 1: Opbouw van achteruit	Lijn overslaan bij passing diep (2de graad)
TP 2: Infiltraties naar de waarheidszone / TP 3: Scoren na dieptepas of actie	Infiltratie zonder bal na pas: Give & Go
TP 2: Infiltraties naar de waarheidszone / TP 3: Scoren na dieptepas of actie	Infiltratie zonder bal bij ruimte (overload)
TP 4: Scoren na voorzet	Voorzet in de lucht bruikbaar voor doel
TP 4: Scoren na voorzet	Bezetting voor doel door 2 of 3 spelers
TP 5: Opbouw beletten (pressing)	Evenredige onderlinge afstanden
TP 5: Opbouw beletten (pressing) / TP 7: Dieptepas/actie beletten	Dekking door dichtste medespeler
TP 8: Voorzet beletten	Bezetting voor doel bij voorzet: T-vorm (2+1)
TP 9: Omschakeling B- naar B+	Balrecuperatie: 1ste actie is dieptegericht
TP 10: Omschakeling B+ naar B-	Na balverlies counterpressing: diep spel verhinderen

U14-U15 (11v11)

Basics — nieuw aan te leren (13)

Thema	Leerlijn
Vrijlopen en steunen	als 3de man verplaatsen t.o.v. de 2de man
Vrijlopen en steunen	in de rug van de laatste lijn duiken (dieptepas)
Passing	een lange opbouwpas spelen
Passing	een subtiele dieptepas trappen/koppen
Balaanname	de hoge bal gericht aannemen
Afwerken	van ver (>20m) scoren
1-1: druk/duel/remmen	keuze agressief druk zetten of defensief in blok
1-1: druk/duel/remmen	duel aangaan: subtiele dieptepas beletten
1-1: druk/duel/remmen	duel in de lucht winnen
1-1/Speelhoek	rugdekking geven zodat medespeler druk kan zetten
Speelhoek/dekking	speelhoeken afsluiten (dieptepas beletten)
B+ naar B-	na balverlies niet-dichtste: tegenaanval beletten
B- naar B+	na balrecuperatie medespeler: keuze aanvallend/verdedigend

Teamtactics — nieuw aan te leren (17)

Teamprincipe	Leerlijn
TP 1: Opbouw van achteruit	Driehoekspel: aanspeelbaarheid (opgelegde posities)
TP 1: Opbouw van achteruit	Driehoekspel: aanspeelbaarheid met wisselende posities
TP 1: Opbouw van achteruit	Balcirculatie: progressie zonder risico op balverlies
TP 1: Opbouw van achteruit	Diagonale/verticale passing: snelle pas naar zwakke zone
TP 1: Opbouw van achteruit / TP 2: Infiltraties naar de waarheidszone / TP 3: Scoren na dieptepas of actie	Strikte dekking ontvluchten: snel bewegen

TP 1: Opbouw van achteruit / TP 3: Scoren na dieptepas of actie	Snel en diep blijven spelen
TP 3: Scoren na dieptepas of actie	Subtiele eindpas in de diepte
TP 4: Scoren na voorzet	Bezetting voor doel bij voorzet door 4+ spelers
TP 5: Opbouw beletten (pressing)	Compact blok 35m x 35m
TP 5: Opbouw beletten (pressing)	Zo hoog mogelijk compact blok (W-vorm)
TP 5: Opbouw beletten (pressing)	Off-sidelijn bepalen (centrale verdediger)
TP 5: Opbouw beletten (pressing)	Geen kruisbeweging met naburige speler
TP 5: Opbouw beletten (pressing)	Snel vooruit schuiven en kantelen van het blok
TP 5: Opbouw beletten (pressing)	Collectieve W pressing bij compact blok
TP 7: Dieptepas/actie beletten	Subtiele eindpas beletten: centrum sluiten + druk
TP 8: Voorzet beletten	Bezetting voor doel bij voorzet: T-vorm (3+1)
TP 10: Omschakeling B+ naar B-	T-vorm: tegenaanval afremmen door fall back

U16-U17 (11v11)

Bij U16-U17 komen er geen nieuwe basics bij; alle basics worden onderhouden met maximale eisen. Enkel nieuwe teamtactics worden aangeleerd.

Teamtactics — nieuw aan te leren (8)

Teamprincipe	Leerlijn
TP 2: Infiltraties naar de waarheidszone / TP 3: Scoren na dieptepas of actie	Meerderden infiltreren zonder bal naar juiste zones
TP 3: Scoren na dieptepas of actie	Door laatste lijn duiken (opgelet off-side)
TP 7: Dieptepas/actie beletten	Kortere dekking: (change) marking en split vision

TP 7: Dieptepas/actie beletten	Anticiperen op diep lopende speler / fall back
TP 8: Voorzet beletten	Agressiviteit 1ste op bal bij voorzet
TP 9: Omschakeling B- naar B+	Offensieve anticipatie: losshaken/diep/breed
TP 10: Omschakeling B+ naar B-	Hoge compacte T-vorm: restverdediging + offensive marking
TP 10: Omschakeling B+ naar B-	Niet T-vorm: snel terug in het blok (sprint)

Aandachtspunten

Format-logica bewaken: bij elke formatwijziging (5v5 → 8v8 → 11v11) komt een nieuwe lichterleerdoelen erbij. Begeleid die overgang bewust.

Onderhoud inplannen: leerdoelen verdwijnen niet na het aanleren. Plan onderhoud met opklimmende eisen in de jaarplanning (OP10–OP16).

Koppel aan evaluatie: vertaal de startfase-codering naar de individuele spelervolgkaart: “in startfase” vs. “in onderhoud” geeft trainers houvast bij evaluatie.

7. Curriculum per leeftijdsgroep

In dit document: Leerplan: basics & teamtactics, Keepersopleiding, Evaluatie & individuele opvolging, Gezondheid & fysieke ontwikkeling.

7.1 Voetbalspeeltuim (U4-U5)

Kenmerken. Speels, grote bewegingsdrang, snel afgeleid, zwak balgevoel, weinig lichaamsbeheersing en evenwichtsgevoel, sterk op zichzelf gericht.

Focus. 100% spelplezier. Bewegen, ontdekken, baas worden over de bal. Geen prestatiedoelen, geen tactiek, geen wedstrijddruk.

Leerdoelen. Algemene lichaams- en balvaardigheden via Multimove/Multi-Skillz: lopen, springen, rollen, klimmen, werpen, vangen, trappen. Oog-hand- en oog-voetcoördinatie. Eerste balgewenning met de voet.

Richtlijnen. Trainen in beeldspraak en fantasiewerelden. Veel materiaal, veel ballen, korte opdrachten, geen wachtrijen. De trainer doet voor in plaats van uit te leggen. Ouders worden positief betrokken aan de zijlijn.

Winnen? Niet van toepassing.

7.2 U6-U7 — Ik en de bal (2v2/3v3)

Kenmerken. Voetbal is avontuur. Sterk ik-gericht, gehecht aan de trainer en bootst hem na. Grote lenigheid, snel moe maar snel gerecupereerd, concentratie kort.

Focus. Dribbelen, duel en scoren. De bal is van mij.

Leerdoelen. B+: balgewenning met de voet — leiden, dribbelen, trappen op doel (stilliggende en rollende bal), eerste passeer- en schijnbewegingen, balaanname binnenkant voet, duel 1v1 en 2v2. Bij U7 komt met 3v3 de eerste echte keuze (decision making): dribbelen of passen. B-: de bal afnemen, de bal onderscheppen, het scoren beletten. Tweevoetigheid vanaf dag één.

Richtlijnen training. Maximale balcontacten, elke speler een bal, korte en gevarieerde vormen, afwisseling tussen oefenmodules en dribbelwedstrijdjes, geen toertjes lopen, geen wachtrijen, demo in plaats van uitleg, differentiëren bij niveauverschillen. Geen vaste doelman: iedereen leert elke positie kennen.

Richtlijnen wedstrijd. Let them play. Geen voorcoaching — laat spelers spelproblemen zelf ontdekken en oplossen. Wees enthousiast bij elke gelukke dribbel of doelpunt. De aandacht gaat naar de dribbel; passing is van ondergeschikt belang.

Winnen? Onbestaand als doel. Niemand houdt de stand bij, behalve de kinderen zelf.

7.3 U8-U9 — Collectief spel dichtbij (5v5)

Kenmerken. Nog steeds speels, maar leergierig en stilaan bereid om deel uit te maken van een team (egocentrisme overheerst nog). Meest gunstige periode voor lenigheid. Concentratie neemt toe.

Focus. Basics, basics, basics. Dynamische balbeheersing: controle verwerven en behouden over de bal, duel 1v1 en 2v2, eerste passeer- en schijnbewegingen, voetig worden (Coerver, mikken, dribbelen).

Leerdoelen. Alle basics en teamtactics 5v5: korte passing, controle lage bal, doelpoging tot 10m, vrij en ingedraaid staan, vrijlopen in vrije ruimte; druk zetten of remmend wijken, opstelling tussen tegenspeler en doel, korte dekking, interceptie. Teamtactics beperkt en speels: openen breed en diep, challenge, snel afwerken, positieve pressing, duel nooit verliezen.

Richtlijnen. Opstelling K + ruit. Iedereen roteert over alle posities, ook in doel. Veel kleine wedstrijdvormen (1v1 tot 3v2) met veel scoringskansen. Vraag- en demotechnieken (questioning, demo/freeze) in plaats van monoloog.

Winnen? Geen doel. Het resultaat wordt niet besproken; de uitvoering van het weekthema wel.

7.4 U10-U11 — Collectief spel 2de graad (8v8)

Kenmerken. Meer sociaal gedrag, taakbesef, grote leergevoeligheid voor balgevoel ('gouden leeftijd'), wil zich meten met anderen, kritisch voor eigen prestatie en die van anderen.

Focus. Basics blijven centraal staan; het belang van teamtactics neemt geleidelijk toe. Optimalisatie van passeer- en schijnbewegingen.

Leerdoelen. Nieuwe basics vanaf U10: halflange passing, controle halfhoge bal, doelpoging 15-20m, doelpoging op halfhoge voorzet, vrijlopen om aanspeelbaar te zijn, steunen, corner en indirecte vrije trap; speelhoeken afsluiten, korte dekking en interceptie op halflange pass. Nieuwe teamtactics vanaf U11: ruimte creëren voor zichzelf en benutten, efficiënte balcirculatie (progressie ruit 1 naar ruit 2, nauwkeurig doorspelen), diagonale passing, infiltratie met bal bij ruimte, voorzet over de grond; sluiten, negatieve pressing, dekking door dichtste medespeler, meeschuivende doelman, duel winnen bij 100% zekerheid, interceptie.

Richtlijnen. Opstelling K + dubbele ruit. Wedstrijdvormen als het kan, tussenvormen als het moet. Bilateraal werken (oefeningen langs beide zijden starten). Stop-help-methode gebruiken om spelinzicht te ontwikkelen. Vanaf U10 start de specifieke keeperswerking en de formele individuele evaluatie.

Winnen? Geen doel. Het resultaat wordt niet besproken; de uitvoering van het weekthema wel.

7.5 U12-U13 — Collectief spel 2de graad, verdieping (8v8)

Kenmerken. Harmonieus gebouwd, goede coördinatie, toenemende kracht, grote en snelle leergierigheid, groepsbewust, prestatievergelijkend denken, navolging van idolen. Laatste fase vóór de groeispuurt: techniek moet nu vloeiend worden.

Focus. Basics moeten vloeiend uitgevoerd worden en blijven herhaald; het belang van teamtactics is groot. Perfectioneren van passeer- en schijnbewegingen en techniek (Coerver).

Leerdoelen. Nieuwe teamtactics vanaf U12: driehoekspel en aanspeelbaarheid, ruimte creëren voor een medespeler, balcirculatie zonder risico op balverlies, zo snel mogelijk nauwkeurig doorspelen, hoge balsnelheid, lijn overslaan (passing 2de graad), give & go, infiltratie zonder bal bij ruimte, voorzet in de lucht, bezetting voor doel met twee of drie spelers, diepgerichte eerste actie na recuperatie; voorzet beletten, defensieve T-vorm (2+1), counterpressing na balverlies.

Richtlijnen. Speelwijze volledig in functie van de overstap naar 11v11: positieospel, onderlinge coaching en teamspirit krijgen aandacht. Einde seizoen U13: initiatie 11v11.

Winnen? Geen doel. Het resultaat wordt niet besproken; de uitvoering van het weekthema wel.

7.6 U14-U17 — Volledige vorming (11v11)

Kenmerken. Groeispuurt en puberteit: tijdelijke disharmonie in coördinatie, grote onderlinge verschillen in biologische leeftijd, gevoelig voor blessures (groeipijnen), zoekt identiteit en autonomie, gevoelig voor (on)rechtvaardigheid, kritisch tegenover gezag. Mentale begeleiding is even belangrijk als voetbalinhoud.

Focus. De volledige teamtactische vorming binnen het gamemodel (5.4) in de 1-4-3-3, op een fundament van blijvend technisch onderhoud. Positiespecifieke ontwikkeling start: spelers krijgen een eerste positieprofiel, maar blijven op meerdere posities spelen.

Leerdoelen technisch (nieuwe basics). Lange passing, controle op hoge bal, kopspel aanvallend en verdedigend, doelpoging vanaf 20m, afwerken op hoge voorzet, tackle en blokkage.

Leerdoelen tactisch. De tien teamtactische principes, stap voor stap: U14-U15 leggen de nadruk op principes 1, 4, 5, 7 en 8 (opbouw, voorzet & boxbezetting, hoog blok, centrum dicht, voorzet beletten); U16-U17 vervolledigen met 2, 3, 6, 9 en 10 (infiltraties, dieptepass achter de laatste lijn, negatieve pressing, omschakelprincipes). Stilstaande fases (corner, vrije trap, inworp) worden vast onderdeel van de wedstrijdvoorbereiding.

Leerdoelen fysiek. Tijdens en na de groeispuurt geïndividualiseerd: looptechniek en coördinatie her-aanleren, core stability, vanaf U15 geleidelijke opbouw van kracht- en conditietraining met eigen lichaamsgewicht, geïntegreerde blessurepreventie.

Leerdoelen mentaal. Eigenaarschap over de eigen ontwikkeling (zelfevaluatie), omgaan met feedback, communicatie op het veld, omgaan met winst en verlies.

Winnen? Bij U14-U15 blijft het resultaat ondergeschikt: we spelen om te leren winnen, niet om gewonnen te hebben. **Vanaf U16-U17 wordt winnen écht een doel:** spelers leren presteren onder druk, omgaan met een wedstrijdplan en het gamemodel resultaatgericht toepassen. De 50%-speelgelegenheidsregel blijft ook bij U17 gelden.

7.7 U21 — Postformatie & doorstroom (11v11)

Kenmerken. Fysiek bijna volgroeid, grote verschillen in maturiteit en ambitie. De groep combineert spelers die doorgroeien naar de seniorenkern met spelers die recreatiever willen voetballen — beiden verdienen een plek en een plan.

Focus. Geïndividualiseerd leren na screening: elke speler heeft een individueel ontwikkelingsplan (IDP) met twee à drie werkpunten, opgesteld met de trainer en de coördinator bovenbouw. Voorbereiding op het seniorenvoetbal staat centraal: fysieke maturiteit, gamemanagement en mentale weerbaarheid.

Leerdoelen. Perfectioneren van positiespecifieke vaardigheden onder wedstrijddruk; gamemanagement (tempo bepalen, omgaan met scenario's en spelhervattingen, slim verdedigen van een voorsprong); volwaardige kracht- en conditietraining; leiderschap en communicatie.

Doorstroom. De sportieve cel evalueert tweemaal per jaar welke spelers aansluiten bij trainingen of selecties van de senioren. Beloftevolle spelers trainen structureel mee met de seniorenkern. Voor elke vertrekkende of stoppende speler is er een exitgesprek.

Winnen? Belangrijk. Leren winnen is hier een opdracht: de stap naar senioren vraagt spelers die een wedstrijd kunnen lezen én beslissen.

7.8 Spelinzicht en wedstrijdbeelden in de bovenbouw

Vanaf de bovenbouw (U14-U21) ontwikkelen we, naast het handelen op het veld, ook het kijken en begrijpen van het spel. We houden dit bewust eenvoudig en haalbaar voor een provinciale werking:

- **Kort en thematisch:** we tonen af en toe enkele korte fragmenten (bv. van de eigen wedstrijd) rond het lopende weekthema — niet de volledige match. Tien minuten gerichte beelden zegt meer dan een uur kijken.
- **Vragen in plaats van vertellen:** bij de beelden stellen we vragen (“wat zie je hier? welke keuze had gekund?”), zodat de speler zelf leert lezen — “voetbal studeren in plaats van kijken”.
- **Koppeling met het gamemodel:** we analyseren door de bril van onze tien teamtactische principes (5.4), zodat beeld en training dezelfde taal spreken.
- **Individueel inzicht:** in functie van het IDP (U21) kan een speler enkele eigen fragmenten met een werkpunt meekrijgen.
- **Eenvoudige middelen:** een smartphone-opname of gratis beeldtool volstaat; dit vraagt geen dure infrastructuur, wel een trainer die het beheerst (zie kaderbeleid, toevoeging 5).

7.9 Kindvriendelijke toernooien

Tornooien zijn een meerwaarde voor onze jeugdspelers, op voorwaarde dat ze opleidingsgericht en kindvriendelijk worden ingevuld. KFC Putte hanteert daarvoor de volgende principes, zowel bij eigen toernooien als bij deelname elders:

- Veel speelkansen voor elk kind: we selecteren alle spelers (eventueel met een beurtsysteem), laten niemand thuis en garanderen evenveel speelminuten.
- Opleidingsgericht coachen, niet resultaatgericht: het gaat om spelen, leren en plezier, niet om winnen ten koste van alles. Championitis werkt contraproductief.
- In de juiste formats spelen: we spelen niet in een hoger format dan voorzien voor de leeftijd (een U7-team speelt 3v3, geen 5v5).
- Niveauverschillen beperken en de sfeer rond de velden vriendschappelijk en plezierig houden; geen roepende begeleiders of supporters.
- Kies bij voorkeur korte, lokale toernooien: vaak leuker, kindvriendelijker en duurzamer dan verre, grote toernooien.
- Erkenning voor iedereen: alle spelers krijgen hetzelfde aandenken, en we loven vooral fair play en inzet.

8. Keepersopleiding

Zie ook: keepersopleidingsplan (OP3) en de keepersfiche (VO14/15). In dit document: De wedstrijd, Evaluatie & individuele opvolging.

8.1 Visie

Tot en met U9 is er geen vaste doelman: iedereen roteert, ook in doel. Vanaf U10 kiezen spelers bewust (mee) voor het keeperschap en start de specifieke keeperswerking met een wekelijkse keeperstraining, naast de teamtraining. De keeper is bij KFC Putte een meevoetballende doelman: hij is de eerste aanvaller bij balbezit en de laatste verdediger met een hoge positie bij balverlies — volledig in lijn met ons spelconcept.

8.2 Leerdoelen per fase

U10-U11. Uitgangshouding en verplaatsen; vangen onderhands en bovenhands; oprapen; vallen en duiken zijwaarts (laag); positiekeuze tussen bal en doel; verwerken van de terugspeelbal; distributie kort (rollen, werpen, korte pass); meevoetballen in de opbouw.

U12-U13. Duiken laag en halfhoog; de hoek verkleinen in 1v1; hoge ballen vangen in de kleine ruimte; positie spel bij voorzet; distributie halflang (uittrap, dieptepass op de helft); coachen van de eigen verdediging (basisvocabularium); gedrag bij corner en vrije trap.

U14-U17. Hoge ballen onder druk (vangen, boksen, tippen); 1v1 uitkomen en blokken; reflex- en reactiewerk; hoge positie en meeschuiven met het blok, ruimtedekking achter de laatste lijn; distributie lang en gevarieerd; organisatie en leiding van de defensie en de muur bij stilstaande fases; strafschoepen.

U21. Wedstrijdspecifieke perfectionering, gamemanagement (tijdsbeheer, keuzes bij uitvoetballen onder druk), fysieke ontwikkeling (sprongkracht, explosiviteit), mentale weerbaarheid na een fout.

8.3 Organisatie

Elke keeper vanaf U10 krijgt minimaal één specifieke keeperstraining per week. Daarnaast wordt de keeper actief betrokken in de teamtraining: bij afwerk- en wedstrijdvormen krijgt hij realistische taken (voldoende hersteltijd tussen doelpogingen, voorzetten uit reële zones). Op wedstrijddagen volgt de keeper een eigen warming-up. De langetermijnplanning van keeperleerdoelen per twee leeftijdsgroepen (maand- en weekthema's) staat in het keepersopleidingsplan (OP3). De keeperstrainers rapporteren aan de TVJO en nemen deel aan de evaluatieprocedure met een keepersspecifieke fiche.

9. Trainingsmethodologie

9.1 Uitgangspunten

- **Wedstrijdvormen als het kan, tussenvormen als het moet** (wet van de transfer). Elke training bevat minstens één wedstrijdvorm.
- **Wet van de geleidelijkheid en van de herhaling:** thema's worden opgebouwd van eenvoudig naar complex en keren doorheen het seizoen terug.
- **De speler lost het op:** we stimuleren zelfstandige beslissingen. Voorcoachen is een rem op de ontwikkeling.
- **Differentiëren:** doelstellingen, opdrachten, coaching en appreciatie verschillen per speler. Voor de ene is een geslaagde flankvoorzet over de grond het doel, voor de andere de voorzet in de lucht. Maturiteit, niveau en geslacht zijn factoren waar de trainer logisch rekening mee houdt — in functie van alle kinderen.

9.2 Opbouw van een training

Op welk thema wordt er getraind? Definieer dit zo nauwkeurig mogelijk door middel van de 4 W's:

- **Wie?** Welke spelers ga ik trainen?

Vb. Bij het thema “een voorzet trappen over de grond die bruikbaar is voor doel”, train je de spelers 7 en 11.

- **Wat?** Wat ga ik trainen?

Is quasi altijd gelijk aan het thema.

- **Waar?** Waar op het veld speelt zich dit af?

Vb. bij bovenstaand thema zal dit op de helft van de tegenstander in de waarheidszone zijn. Zorg dus dat je trainingsveld vooral breed is, en niet lang en smal.

- **Wanneer?** Wanneer speelt dit zich af?

Opnieuw bovenstaand voorbeeld: in de aanval.

Opwarming – kern – cooling down

Bij de opwarming heeft iedereen, of toch zoveel mogelijk spelers, een bal. Doelloos toeren lopen zonder bal zijn al lang niet meer van deze tijd. Hier leert niemand van voetballen.

Zorg dat je in de opwarming de spelers al mee hebt. Zorg dat ze bezig zijn, geen wachtrijen, dit is alleen nefast voor de concentratie gedurende de rest van de training.

De opwarming hoeft niet langer dan 10 minuten te duren.

De kern bestaat uit wedstrijdvormen en tussenvormen.

Minstens 50% van de training zijn wedstrijdvormen.

In de eerste wedstrijdvorm speel je de meest complexe vorm (bv. 4v4). Hierin moet meteen het thema duidelijk gemaakt worden. Vervolgens gebruik je tussenvormen en wedstrijdvormen (met progressieve opbouw (bv. 2v1 – 3v2 – 3v3)) om te eindigen bij, opnieuw, de meest complexe vorm (4v4).

De eindwedstrijd niet in een golfvorm, bij voorkeur in gelijkheid.

Wedstrijdvormen nooit méér dan de echte wedstrijdvorm (vb 6v6 bij U8).

De cooling down is heel gevarieerd. Hierin kan je kiezen voor bv. een penalty trappen, samen opruimen, de training even samenvatten,...

Cooling down duurt niet langer dan 5 minuten.

Pas de regel van 6 toe in een wedstrijdvorm

Een wedstrijdvorm is alleen een wedstrijdvorm wanneer deze voldoet aan volgende 6 punten:

- Afgebakend terrein met doel(en) op de doellijn
- 1 bal
- Speler(s) bij ploeg in balbezit
- Speler(s) bij ploeg in balverlies
- Minstens 1 keeper in groot centraal doel
- Echte wedstrijdreglementen

Door tijdens de training vaardigheden aan te leren in herkenbare situaties, zullen de spelers deze vaardigheden sneller toepassen in de echte wedstrijd.

Gebruik tussenvormen om bepaalde vaardigheden aan te leren

Tussenvormen zijn trainingsvormen waar 1 of meerdere elementen uit de regel van 6 ontbreken:

- Positiespelen – spelvormen
- Afwerkingsoefeningen
- Technische oefeningen
- Collectieve looppatronen
- Conditionele oefenvorm (al dan niet met bal)
- Rustpauzes: tactische besprekingen/tactische simulaties

Vaardigheden die aangeleerd worden tijdens de tussenvormen helpt de spelers om deze later in de wedstrijdvorm toe te passen.

9.3 Trainingsvoorbereiding

Elke trainer maakt voor elke training een digitale voorbereiding in PSD, met:

het thema (uit het jaarplan), de doelstellingen en coachingswoorden per oefening, tekening of schema, het verwachte aantal spelers, het benodigde materiaal en de timing per oefening.

De coördinatoren zien de voorbereidingen in PSD en gebruiken ze als basis voor hun begeleiding. De oefenstofbibliotheek in PSD wordt per thema aangevuld zodat trainers herbruikbare, club-eigen oefenstof vinden.

9.4 Coachingstechnieken

Demo in plaats van monoloog

questioning (vragen stellen in plaats van oplossingen geven)

demo/freeze en de stop-help-methode bij wedstrijdvormen om spelinzicht interactief te ontwikkelen

positief coachen met inhoudelijke feedback (“goede keuze om diep te spelen” in plaats van enkel “goed zo”).

Wet van de transfer

- Train in de wedstrijdrichting
- Geen afwerkingsoefening naar je eigen doel, geen opbouw naar je eigen doel
- Gebruik echte posities (3, 2/7, 5/11,9 voor 5v5 en 2,3,5,10,7,11,9 voor 8v8)
- Zorg steeds voor omkeerbaarheid (tegenstanders/verdedigers moeten ook kunnen scoren, vb. in kleine doeltjes)
- Gebruik de echte afstanden
- Zorg dat spelers veel/altijd kunnen scoren op een doel met keeper
- Speel zoveel mogelijk met de echte regels

9.5 Ons leerklimaat: hoe spelers bij ons leren

Onze trainingsmethodologie vertrekt van één overtuiging: spelers leren voetballen door te voetballen. We maken daarom expliciet welke leerprincipes onze trainers hanteren, zodat het leerklimaat in elke ploeg herkenbaar is.

Spelend en impliciet leren.

Het grootste deel van wat een speler leert, leert hij al spelend, zonder lange uitleg. De trainer ontwerpt daarom spel- en wedstrijdvormen waarin de gewenste actie vanzelf veel voorkomt, in plaats van die actie voortdurend te verwoorden. De speler ontdekt de oplossing zelf; de trainer stuurt bij met een goed gekozen vraag, een korte demo of een aanpassing van de vorm.

Sturen via de spelvorm (de oefening coacht).

Door bewust te spelen met veld, aantal spelers, doelen, regels en tijd, lokt de trainer het gewenste gedrag uit. Wil je dat spelers de diepte zoeken? Maak het veld lang en smal en beloon dieptepasses. Wil je snelle balcirculatie? Werk met een beperkt aantal balcontacten. Zo komt het leeraccent uit de vorm zelf, niet uit voortdurend ingrijpen langs de lijn.

Keuzes laten maken (beslissingsgericht trainen).

Voetbal is een keuzesport. We trainen daarom niet alleen de uitvoering van een actie, maar ook de beslissing eraan voorafgaand. Vanaf de eerste echte keuzemomenten (3v3 bij U7) bevatten oefeningen steeds een tegenstander en een keuze: dribbelen of passen, diep of breed, druk zetten of remmend wijken. Geïsoleerde techniek zonder beslissing blijft beperkt tot een korte opwarmings- of inslijpfase.

Variatie en herhaling zonder herhaling.

We herhalen leerdoelen vaak, maar zelden in exact dezelfde vorm. Variatie in afstand, tempo, hoek en weerstand maakt de vaardigheid robuust en breed inzetbaar in de wedstrijd. Dit sluit aan bij de wet van de herhaling én de wet van de transfer.

Een veilige foutencultuur.

Leren gebeurt door te proberen. Fouten zijn bij ons informatie, geen mislukking. De trainer reageert op een mislukte poging met aanmoediging en een leervraag, niet met correctie of afkeuring. “Niet durven” is erger dan “verkeerd kiezen”. Dit principe geldt in elke leeftijdsgroep en versterkt onze prioriteit spelplezier.

Uitdaging op maat (differentiëren).

Een speler leert het meest net boven zijn huidige niveau: moeilijk genoeg om te boeien, haalbaar genoeg om te slagen. De trainer differentieert binnen dezelfde oefening — andere afstand, andere opdracht, andere tegenstand — zodat zowel de sterkste als de zwakste speler wordt uitgedaagd. Niemand verveelt zich, niemand haakt af.

10. Periodisering & jaarplanning

Binnen elk blok werken we met **weekthema's**: één thema (basic/teamtactic uit het leerplan) staat een week centraal. De trainingen van die week zijn dus op dit thema, en de wedstrijd in het weekend is de toets van het thema. De coaching tijdens de wedstrijd is gebaseerd op de leerdoelen van de voorbije trainingsweken — niet op het resultaat.

Bij de bovenbouw (U14-U21) komt daarbovenop een fysieke periodisering: een intensievere training in het midden van de week (duel- en loopvolume, balbezit onder druk) en een rustigere, snelheids- en afwerkingsgerichte training het dichtst bij de wedstrijd, met aandacht voor stilstaande fases.

De concrete jaarplanning per leeftijdsgroep — alle weekthema's per blok — staat in de jaarplanningen per leeftijd en wordt elk seizoen geactualiseerd op basis van de spelersevaluaties van het voorbije seizoen.

11. De wedstrijd

Zie ook: opwarmingsmodel wedstrijd (VO18). In dit document: Het kader van Voetbal Vlaanderen, Periodisering & jaarplanning, Evaluatie & individuele opvolging.

11.1 Warming up methodologie

Een vast, leeftijdsgebonden model zodat elke ploeg herkenbaar en verantwoord aan de wedstrijd start.

Onderbouw (U6-U9) — 15 à 20 minuten.

Geen looprondjes.

Balgewenning (leiden, dribbelen, passen), een speelse dribbel- of tikvorm, afwerken op doel in twee rijen zonder wachttijd. Laat de spelers zelf afleggen bij afwerkvormen.

Doel: veel balcontacten en plezier, lichaam warm.

Middenbouw (U10-U13) — 20 à 25 minuten.

Balcirculatie in ruit of vierkant

dynamische rek- en loopvormen (skippings, hielaanslag, zijwaarts, versnellingen)

korte positiespelvorm (4v1/5v2/5v5).

pass- en trapvorm met aanname en doelpoging.

Keeper start apart met de keeperstrainer of afgevaardigde: vangen, vallen, plaatsen, uittrap.

Bovenbouw (U14-U21) — 25 à 30 minuten, RAMP-structuur.

Raise: looppas en balcirculatie.

Activate & Mobilise: dynamische mobiliteit, core-activatie, blessurepreventieve oefeningen (hamstrings, liezen, enkels).

Potentiate: pass- en trapvormen op wedstrijdtempo, positiespel 5v2/6v3, sprints en explosieve acties als afsluiter.

Keeper volgt het eigen keepersprotocol.

11.2 Coachen op de wedstrijddag

De wedstrijd is de toets van wat getraind werd. Het coachgedrag op wedstrijddag is daarom gericht op leren en plezier, niet op het sturen van het resultaat. We werken met een vast ritme in drie fasen.

Vóór de wedstrijd.

- De boodschap is kort en positief en knoopt aan bij het weekthema: “waar gaan we vandaag op letten”, niet “we moeten winnen”.
- Elke speler weet vooraf op welke positie(s) hij speelt en wanneer hij wisselt; de speelminutenregel is vooraf geregeld, niet improvisatie tijdens de match.
- De opwarming verloopt volgens het leeftijdsgebonden model; de keeper volgt zijn eigen protocol.

Tijdens de wedstrijd.

- We coachen positief en spaarzaam. Geen voortdurende instructies (“afstandsbediening”): spelers moeten zelf leren lezen en beslissen.
- Coaching gaat over de leerdoelen van de voorbije trainingsweken, niet over elke fout of de stand.
- Wissels gebeuren in functie van speeltijd en ontwikkeling, niet om een voorsprong veilig te stellen tot en met U15; vanaf U16-U17 mag de coach vrijer sturen in functie van prestatie (rekening houdend dat elke speler wel 50% moet spelen).
- De trainer blijft kalm en respectvol tegenover spelers, scheidsrechter en tegenstander — hij is het voorbeeld.

Na de wedstrijd.

- Eerst een positieve, korte afsluiting met de groep: wat ging goed op het weekthema?
- De inhoudelijke nabespreking gaat over uitvoering en keuzes, niet over winst of verlies. Bij de jongsten blijft dit heel kort en speels.
- Observaties van de wedstrijd voeden de individuele opvolging en de keuze van het volgende weekthema.
- Naar ouders communiceren we in dezelfde geest: ontwikkeling en plezier boven resultaat.

12. Coachingsvocabularium

Zie ook: coachingsvocabularium per ontwikkelingsfase (VO20).

Eén taal door de hele opleiding: elke trainer gebruikt dezelfde termen, zodat spelers bij elke overgang dezelfde woorden horen. Het vocabularium groeit mee met de fase.

Onderbouw (Speeltuin-U9): vooral aanmoedigen

Durf	Lef en vertrouwen hebben om een keuze te maken
Kijk	Kijk en neem een beslissing
Druk	Bal veroveren van de tegenstander
Plaats	Iedereen zoekt waar zijn plaats is

Middenbouw (U10-U13): de basistaal komt erbij.

Term	Betekenis
Alleen	je hebt tijd en ruimte, draai open
Rug	tegenstander komt achter jou
Open	maak het veld breed/diep
Diep	zoek de pass of loopactie in de diepte
Steun	bied je aan achter de baldrager
Kaats	speel in één tijd terug
Vraag	maak je aanspeelbaar
Dek	neem de dekking op de dichtste tegenspeler
Sluit	beperk de speelruimte, knijp naar binnen
Rem	wijk remmend, win tijd, ga niet in duel

Bovenbouw (U14-U21): de volledige taal. Aanvullend op de middenbouw:

Challenge	zoek de 1v1 of lok de tegenstander uit positie
Schuif/Kantel	verschuif het blok naar de balzijde
Counterpress	onmiddellijk druk na balverlies
Zakken	laat het blok zakken
Schuif op	schuif het blok op
Eerste bal	agressiviteit bij voorzet of tweede bal
Diepgang	loop in de rug van de verdediging
Tijd/Rust	behoud balbezit, beheer het tempo

13. Evaluatie & individuele opvolging

Zie ook: individuele opvolging, evaluatie & POP-PAP en de evaluatiefiche (VO14/15). In dit document: Curriculum per leeftijdsgroep.

13.1 Procedure

- **Speeltuín-U9:** geen formele scores. De trainer geeft doorlopend mondelinge feedback en houdt aan het einde van het seizoen een kort, informeel oudercontact over de ontwikkeling en het plezier van het kind.
- **Vanaf U10, tweemaal per seizoen** (december en april-mei): elke speler krijgt een formele individuele progressiebeoordeling in een gesprek met de trainer; de speler is aanwezig, ouders zijn welkom indien gewenst. De ingevulde evaluatiefiche (VO14/15) wordt vooraf in PSD bewaard en is de leidraad van het gesprek.
- **Vanaf U14** formuleert elke speler bij de eerste evaluatie ook een zelfevaluatie; bij U21 wordt het gesprek gekoppeld aan het individueel ontwikkelingsplan (IDP).
- **Keepers** worden mee geëvalueerd door de keeperstrainer met de keepersspecifieke fiche.

13.2 Wat we evalueren

De fiche volgt het leerplan van de eigen leeftijdsgroep:

basics (technisch), teamtactics/spelinzicht (tactisch), fysiek (motoriek, snelheid, uithouding — leeftijdsgebonden), mentaal en attitude (inzet op training, coachbaarheid, fairplay, omgang met medespelers).

We vergelijken de speler met zichzelf van zes maanden geleden, niet met zijn ploeggenoten. Elke evaluatie eindigt met maximaal drie concrete werkpunten — input voor de volgende periode én voor de jaarplanning van volgend seizoen.

13.3 Overgangs- en exitgesprekken

Bij elke overgang naar een nieuwe leeftijdsgroep of nieuw format bespreekt de (nieuwe) trainer de fiche met de coördinator: zo gaat geen informatie verloren.

Voor spelers die de club verlaten of stoppen (vooral bovenbouw) voert de coördinator een exitgesprek: waarom vertrekt de speler, wat nemen we mee als les voor de werking? De bevindingen gaan naar de TVJO.

13.4 De individuele leerlijn als rode draad

Naast het teamleerplan heeft elke speler bij ons een individuele leerlijn die met hem meegroeit. We bouwen ze geleidelijk op, zodat het IDP bij U21 geen breuk maar een logische voortzetting is:

- **Middenbouw (U10-U13):** de maximaal drie werkpunten uit elke evaluatie worden expliciet meegegeven aan de speler in begrijpelijke taal, en de trainer verwerkt ze zichtbaar in differentiatie op training. De werkpunten verhuizen mee bij elke overgang via de evaluatiefiche.
- **Bovenbouw (U14-U16):** de speler formuleert vanaf U14 een zelfevaluatie (reeds in OP1) en kiest mee twee à drie persoonlijke ontwikkeldoelen, gekoppeld aan zijn positieprofiel.
- **Postformatie (U17-U21):** de werkpunten groeien uit tot een volwaardig individueel ontwikkelplan (IDP) met meetbare doelen, zoals eerder voorzien.

Zo ervaart elke speler dat de club met zijn ontwikkeling bezig is. Dit versterkt zowel de kwaliteit van de opleiding als de retentie.

14. Gezondheid & fysieke ontwikkeling

Onderbouw: breed motorisch fundament.

Multi-Skillz/Multimove-doelen worden geïntegreerd in elke training van Speeltuin t.e.m. U9: evenwicht, rollen, springen, landen, werpen, vangen, richtingveranderingen. Een breed bewegend kind wordt een betere én blessurevrijere voetballer.

Middenbouw: snelheid en coördinatie.

Loopscholing en reactiesnelheid via spelvormen; lenigheid onderhouden; start van lichte core-oefeningen als gewoontevorming.

Bovenbouw: preventie en opbouw.

Blessurepreventie (gebaseerd op oefenstof uit gevalideerde programma's zoals FIFA 11+) is vast onderdeel van elke warming-up vanaf U14. Tijdens de groeispurt wordt de belasting individueel gedoseerd; trainers zijn alert voor groeigerelateerde klachten (Osgood-Schlatter, Sever) en melden ze aan ouders en coördinator. Vanaf U15 geleidelijke kracht- en conditieopbouw met eigen lichaamsgewicht, bij U17-U21 uitgebreid naar volwaardige fysieke training.

Blessureprocedure.

Bij elke blessure:

- aangifteformulier (via de gerechtigde correspondent) binnen de week
- behandeling via arts of kinesist
- Return-to-play: een speler hervat pas na groen licht van arts of kinesist
- bij hoofdletsels geldt nultolerantie — nooit verder spelen bij een vermoeden van hersenschudding.

Gezonde levensstijl (voeding, slaap, hydratatie) komt jaarlijks aan bod in de oudercommunicatie.

15. Implementatie & borging

Zie ook: het documentenregister (deel 16) voor alle codes en namen.

Jaarlijkse cyclus.

Mei: spelersevaluaties (tweede evaluatieronde) + trainersevaluatie van het jeugdplan.

Juni: sportieve cel actualiseert dit plan en de jaarplanningen; ploegindelingen.

Augustus: trainersvergadering — toelichting plan en jaarplanning; infomoment voor ouders per leeftijdsgroep.

Doorheen het seizoen: tweemaandelijks overleg per ontwikkelingsfase; maandelijkse monitoring speelminuten door TVJO; december en april-mei: evaluatierondes.

Bij de jaarlijkse cyclus hoort een controle of de afgeleide documenten de inhoud van dit jeugdopleidingsplan volledig en correct weergeven. Doorverwijzen mag, maar de inhoud mag niet verloren gaan. Drie aandachtspunten:

- Het themadocument basics & teamtactics moet de volledige beschrijving van elke basic en elke teamtactic bevatten - wat houdt het in, hoe coach je het, accenten per leeftijd - inclusief de uitwerking die in eerdere versies van het opleidingsplan stond.
- De evaluatieprocedure en -fiche moet de volledige evaluatieparameters bevatten voor zowel veldspelers als keepers.
- De jaarplanningen vertalen de periodisering en weekthema's van dit plan naar het concrete seizoen.

Concrete jaarlijkse controlepunten:

- Zijn de spelersevaluaties van het voorbije seizoen verwerkt in de jaarplanningen?
- Zijn er wijzigingen in de Opleidingsvisie van Voetbal Vlaanderen of in de spelvormen die een aanpassing van dit plan vragen?
- Geven de afgeleide bestanden nog dezelfde inhoud als het jeugdopleidingsplan?
- Zijn de functiehouders, het Aanspreekpunt Integriteit en de contactgegevens voor het nieuwe seizoen geactualiseerd in de seizoensdocumenten (niet in dit plan)?
- Zijn de interne verwijzingen tussen de delen nog correct na eventuele toevoegingen?

Verantwoordelijkheden.

De Sportief Verantwoordelijke is eigenaar van dit document en bewaakt de uitvoering.

De coördinatoren vertalen het plan naar hun ontwikkelingsfase en begeleiden de trainers. De sportieve cel (CM8) beslist over wijzigingen.

KPI's voor de jeugdopleiding (doorstroming, retentie, diplomagraad trainers) staan in de KPI-rapportage (CM2/CM3) en worden jaarlijks gerapporteerd aan het bestuur.

16. Documentenregister

Dit register is de enige plek waar codes aan documentnamen worden gekoppeld. Verwijs in de lopende tekst naar de naam van een document (met de code tussen haakjes); wordt een document hernoemd, dan volstaat een aanpassing hier. Documenten voor omkadering, ondersteuning, effectiviteit en datamanagement worden toegevoegd zodra ze beschikbaar zijn.

Code	Document	Doelgroep
OP1	Jeugdopleidingsplan	Sportieve cel, coördinatoren, TVJO
OP2	Leerlijnen: beschrijving & implementatie (basics & teamtactics)	Trainers
OP3	Keepersopleidingsplan	Keeperstrainers
OP5	Onepager ouders & supporters	Ouders, supporters
JPU6-JPU17	Trainersfiche & jaarplanning per leeftijdsgroep	Trainers per groep
CM1	Waarden, missie en visie	Bestuur, sportieve cel
CM2-3	KPI's van club en jeugdopleiding	Bestuur, sportieve cel
CM4	SWOT-analyse jeugdopleiding	Sportieve cel
CM5	Strategische en operationele doelstellingen	Sportieve cel
CM8	Sportieve cel	Sportieve cel
CM9-10-11	Bestuur, organigram en jeugdbestuur	Bestuur
CM12	Functieomschrijving TVJO en AVJO	Bestuur, TVJO/AVJO
CM13	Taakomschrijvingen jeugdcoördinatoren	Coördinatoren
CM15	Rekruterings- en selectieprocedure nieuwe medewerkers	Bestuur, sportieve cel
CM16	Trainersevaluatie en competentiekader	TVJO, coördinatoren
CM17	Persoonlijk ontwikkelingsplan voor trainers (POP-PAP)	Trainers, coördinatoren
CM18	Intern opleidingsprogramma voor trainers	Trainers

CM19	Staff manual — handleiding voor trainers en begeleiders	Trainers, begeleiders
V01	Gewenste speelstijl eerste elftal	Sportieve cel, trainers
V02	Spelersprofielen eerste elftal	Sportieve cel, trainers
V07	Beleid speelgelegenheid per ontwikkelingsfase	Trainers, coördinatoren
V014/15	Individuele opvolging, evaluatie & POP-PAP + evaluatiefiche	Trainers, coördinatoren
V018	Gestandaardiseerd opwarmingsmodel wedstrijd	Trainers
V020	Coachingsvocabularium per ontwikkelingsfase	Trainers
V021	Voetbalhuiswerk per ontwikkelingsfase	Trainers, spelers, ouders
V022	Protocol gesprekken A-ploeg, B-ploeg en Reserven	Coördinatoren, trainers

Versiegeschiedenis

Versie	Datum	Bewerker	Wijziging
1.0	13/06/2026	Jarno Ribbens	Initiële versie