

*Een complete
voetbalopleiding
in je broekzak*





VTON

Handleiding

Inleiding



Beste Hoofd Jeugd Opleiding / Jeugd Coördinator,

Bij het maken van deze handleiding hebben wij het doel voor ogen dat de HJO en/of coördinator van de vereniging de VTON methodiek en toepassing daarvan kan toelichten aan de trainers.

Het gebruik van het programma snel door heeft en er vliegensvlug mee kan gaan werken. Deze handleiding beschrijft de stappen die nodig zijn om het seizoen goed te kunnen starten.

Vriendelijke groet,

VTON Team

Basisvoorwaarden



Er zijn een aantal basisvoorwaarden om de methodiek toe te passen.

Dat zijn o.a:

- De ruimte (afmetingen)
- Het materiaal
- Ondersteuning (bijlage 1)

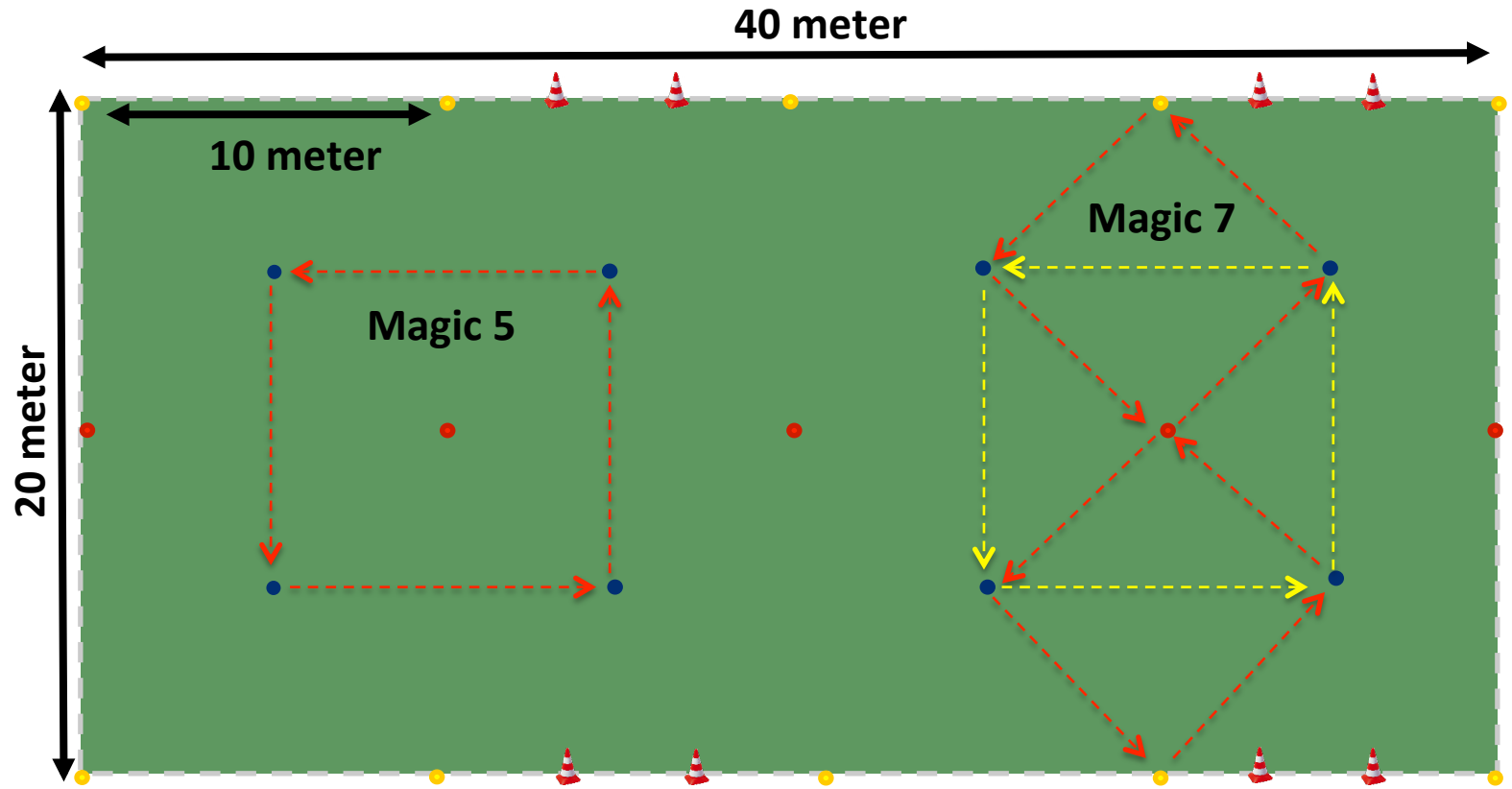
Afmetingen

De minimale afmetingen voor 7 tallen is 40 – 20 meter.

De materialen voor 7- tallen zijn:

- 30 hoedjes in 3 kleuren van 10
- 10 hesjes in 2 kleuren van 5
- Voor iedere speler een bal
- 8 grote pionnen

Organisatie



Organisatie



Veel verenigingen hebben er al voor gekozen om teams gelijktijdig te trainen.

Voordelen gelijktijdig trainen:

- Overzichtelijk voor HJO / Coördinator
- Aansturen van trainers
- Optimale veldbezetting
- Trainers kunnen van elkaar leren

Organisatie meerdere teams



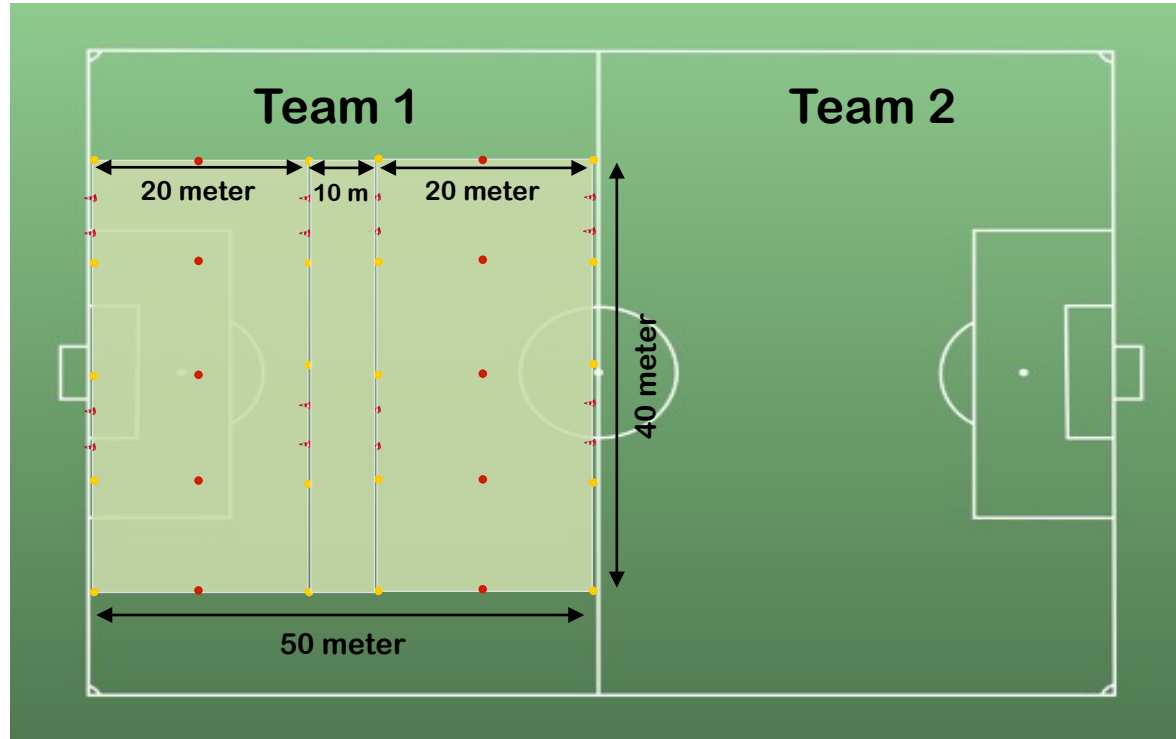
Afmetingen

De meest ideale afmetingen voor 11 tallen is een half speelveld.

De materialen voor 11- tallen zijn:

- 40 hoedjes in 4 kleuren van 10
- 16 hesjes in 2 kleuren van 8
- Voor iedere speler een bal
- 16 grote pionnen

Organisatie groot veld





Bijlage 1

Beste Hoofd Jeugd Opleiding / Jeugd Coördinator,

Een middel om alle trainers voor te bereiden, op een goede start van het seizoen, is het organiseren van een bijeenkomst. Het aantal bijeenkomsten hangt af van het aantal trainers. Bijeenkomsten kunnen per leeftijd, per bouw of voor alle jeugdtrainers georganiseerd worden.

Vriendelijke groet,

VTON Team

Trainers bijeenkomst



De bijeenkomst bestaat uit:

Theorie:

- Toelichten waarom vereniging gebruik maakt van de visie VTON
- Toelichten van het gebruik van de app/ leerlijn

Materialen: Presentatie VTON, Beamer, Computer, Scherm en geschikte ruimte.

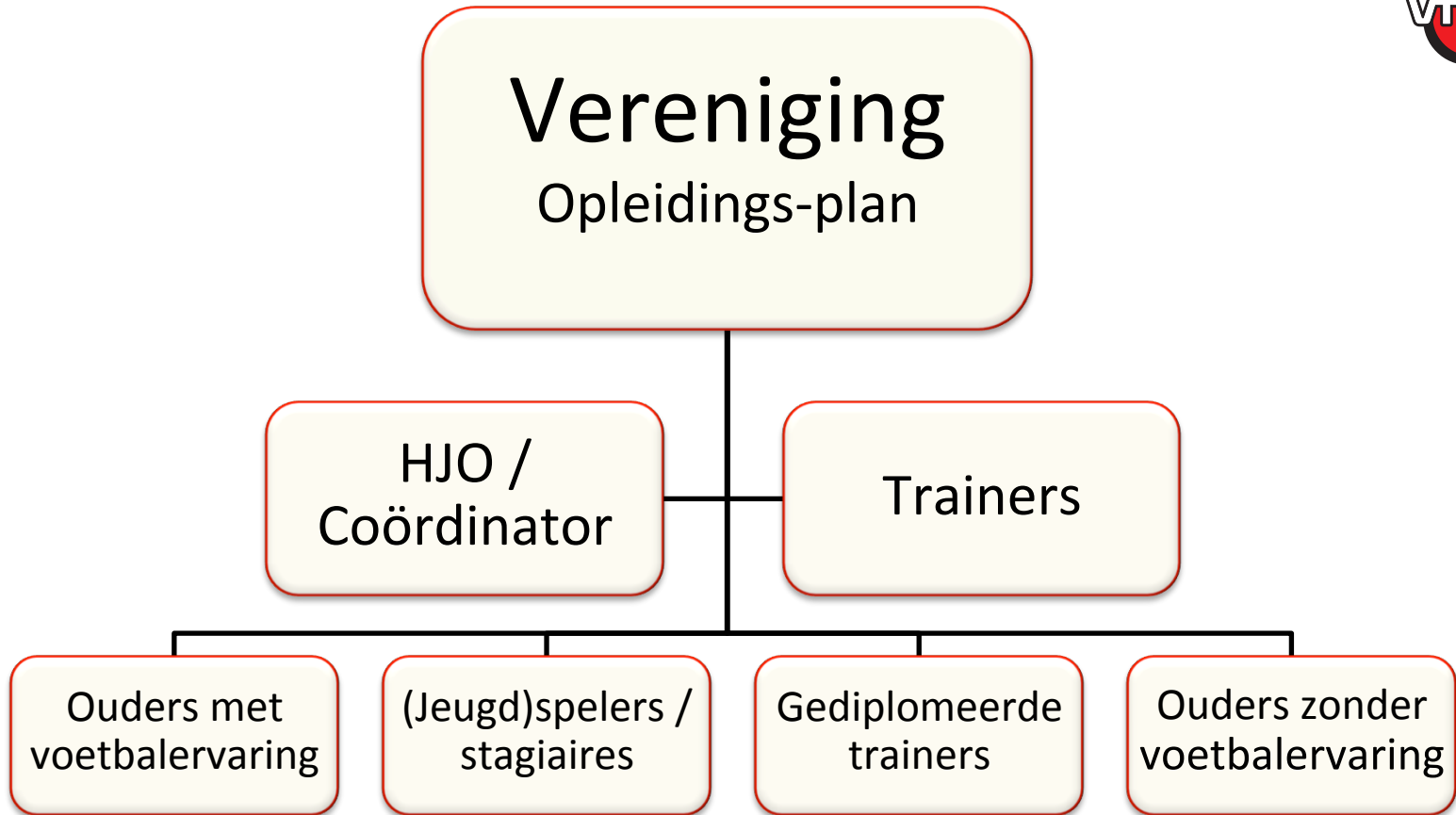
Praktijk:

- Uitleggen organisatie op het veld
- Toepassen van verschillende oefenvormen

Materialen: Ballen, Dopjes, Hesjes, Half speelveld.



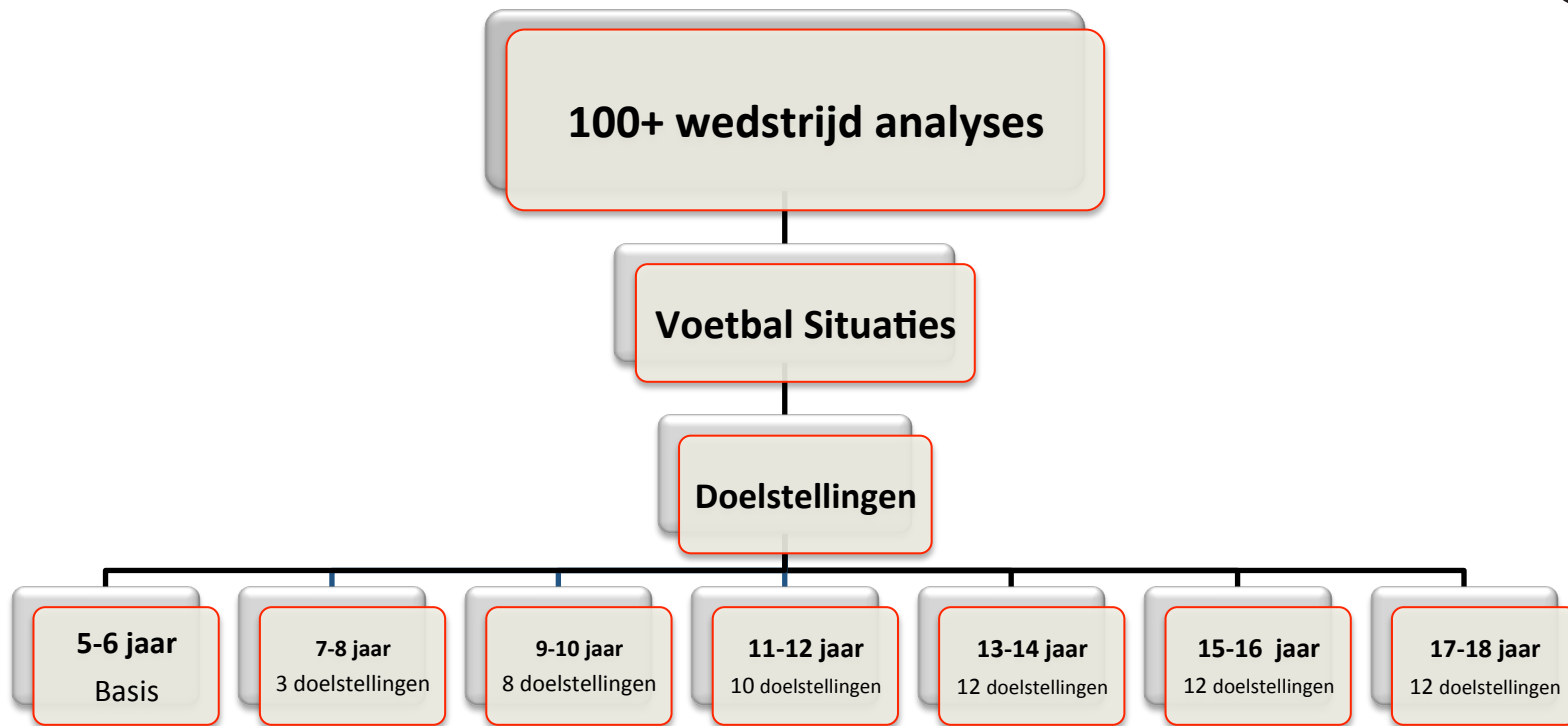
PRESENTATIE



Doelstelling

- Eenduidige aanpak van trainingen
- Systematisch opleiden van jeugdspelers
- Objectieve meting opleidingsniveau
- Leeftijd gerichte training

Leerlijn



Leerlijn



- Voetbal Situaties
 - Doelstellingen
 - Voetbalhandelingen
- Trainingen
 - Jaarplanning
 - Doelstellingen
 - Zelf samenstellen.



Leerlijn



- Trainingen samengesteld aan de hand van doelstellingen per leeftijdscategorie.
- Iedere trainer binnen de vereniging weet op welke doelstellingen er getraind wordt.
- De complete Leerlijn biedt de club structuur in de jeugdopleiding. Rode draad door de vereniging heen.
- Najaar en voorjaarscyclus waarin alle doelstelling aan bod komen.
- Trainer bekijkt in zijn/haar account de training en gaat voorbereid het veld op.
- Groot voordeel is dat Hoofd Opleidingen/coördinator zich niet druk hoeft te maken over de inhoud van de training, hij/zij kan zich meer focussen op coaching en begeleiding van de trainer (didactisch).





01

Leerlijn

02

Trainingen / Oefeningen

03

Animatie Oefenvormen

04

Video Techniek

05

Coach Opmerkingen

06

Methodische Stappen



Windows
Store

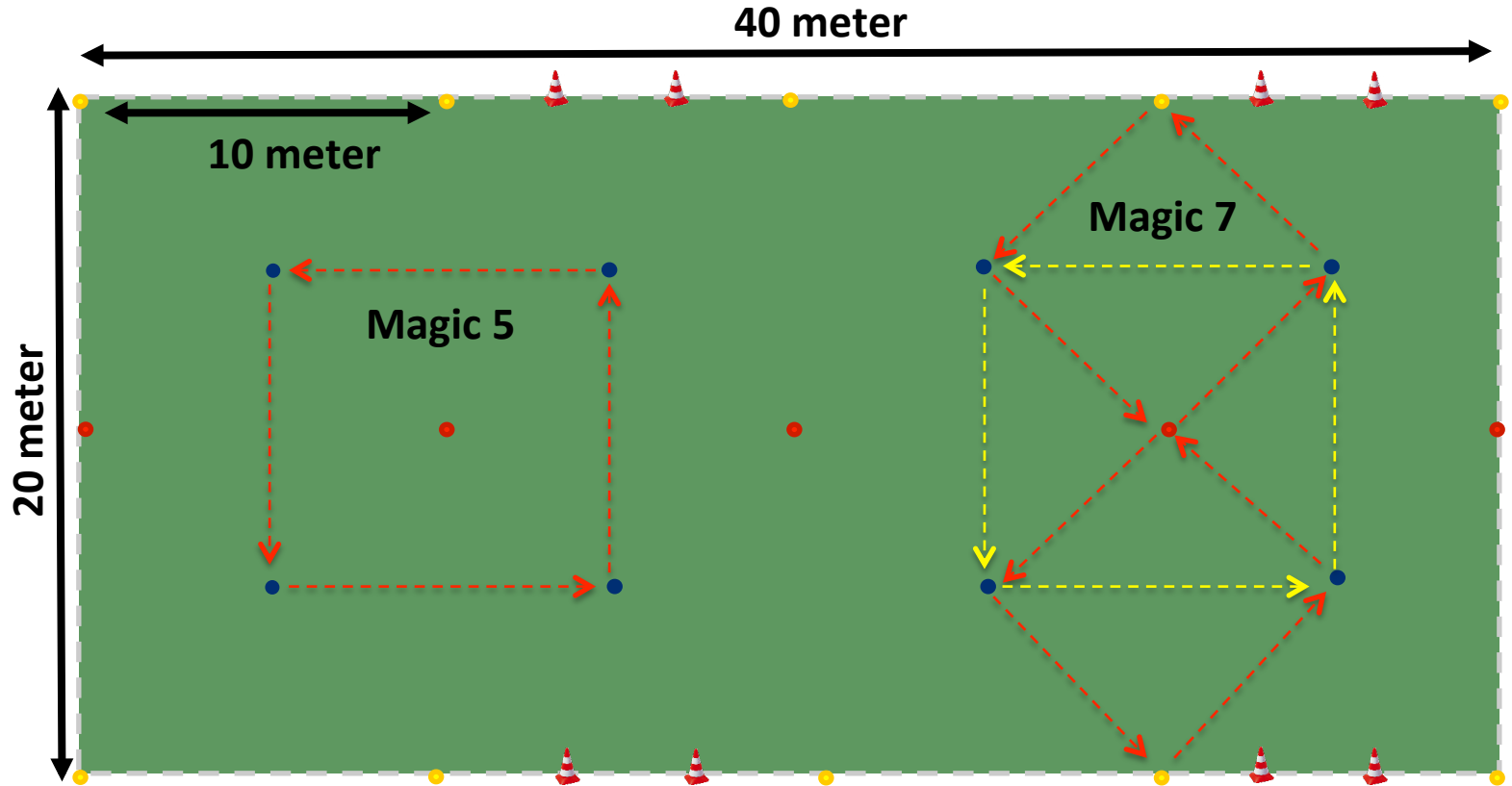


Download on the
App Store

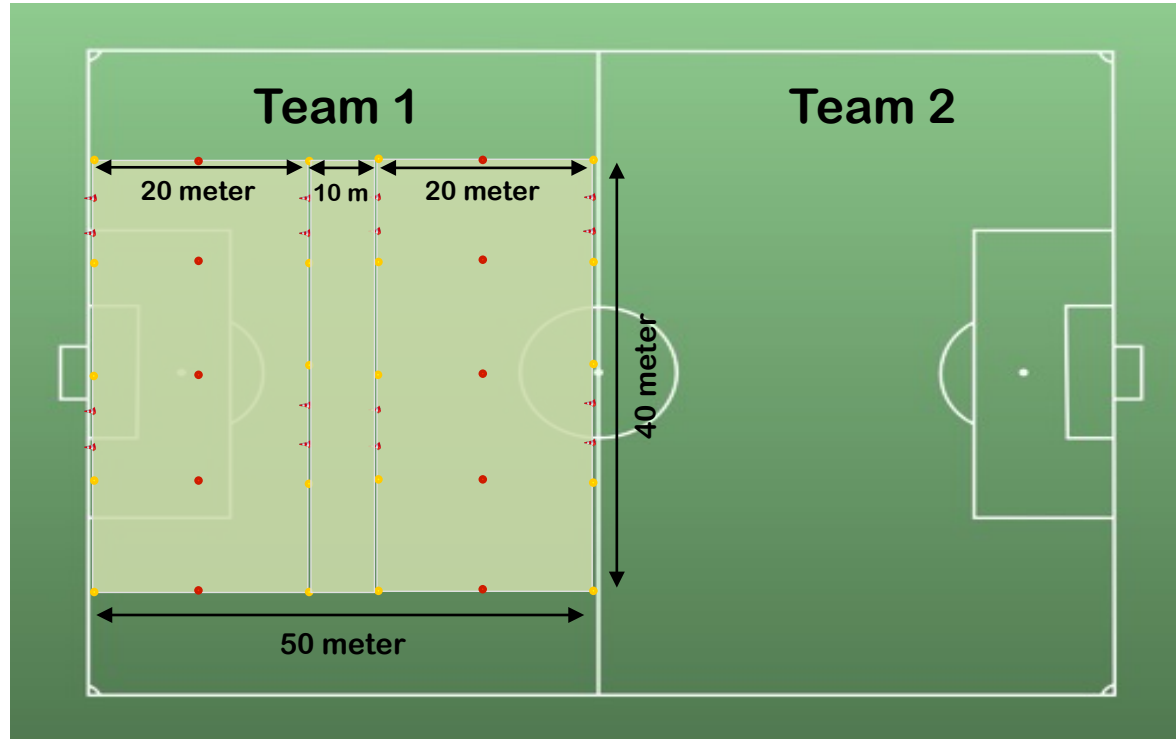


ANDROID APP ON
Google play

Organisatie (7 tallen)



Organisatie (11 tallen)



Vertaling naar de training



- **Doel** : We weten we wat we willen trainen gerelateerd aan leeftijd en niveau.
- **Uitdaging** : In elke training zit een nieuwe uitdaging om beter te worden.
- **Plezier** : Spelers ervaren succes waardoor er met plezier getraind wordt.
- **Kwaliteit en** : Deze twee aspecten zitten aan elkaar gekoppeld en heeft alles te maken met wat je traint, welke leeftijd en welk niveau.
- **Intensiteit**

Vertaling naar de training



- Herhalen is de basis van elke vaardigheid
- Individueel
- Groepstraining
- Spelvormen
- Kleine partijspelen

Partijspelen 4 tegen 4

Met keepers



Met 2 kleine goaltjes



Met 4 kleine goaltjes



Lijndribbel



Voordelen 4 tegen 4 (t.o.v. 7 tegen 7)



- Aantal passes – vermeerderd met **135%**
- Aantal 1 tegen 1 duels – **225%**
- Aantal bewegingen (Skills) – **280%**
- Aantal doelpunten – met **500%**



Opleidingsmodel

