Jeugdbeleidsplan

2027 - 2030





Revisietabel

Versie	Omschrijving	Datum	Auteur
1.0	Jeugdbeleidsplan 2023-2026	09-6-2023	Jeugdbestuur
1.1	Door ontwikkeling Jeugdbeleidsplan 2027-2030: • Wisselbeleid • Rollen en verantwoordelijkheden	25-07-2026	Jeugdbestuur
1.2	Tekstueel controle, aanpassing G-voetbal naar Voetbal+, eind controle voor vrijgave	6-9-2026	MK



Inleiding 5
Jeugdopleiding FC Vlotbrug 6
Missie 7
Visie 7
Kernwaarden 7
Ambities 8
Organigram jeugd FC Vlotbrug 9
Toelichting op het organigram 10
Rollen en functies binnen de jeugdopleiding 11
Kleding 13
Persoonlijke ontwikkeling jeugdleden 13
Verbinding 14
Een veilig Vlotbrug 15
Normen en waarden 15
Maatregelen en sancties 15
Gelijke Kansen 16
Veilige omgeving 17
Pestgedrag 17
Diversiteit 18
Kleedkamerbeleid 19
Toegang van ouders 19
Privacy en omkleden 19
Aanvullende afspraken bij meiden- en gemengde teams 19
Rol van de ouders 20
Communicatie in TeamApps 21
Technisch jeugdbeleid 22
Algemeen 22
Intensiveren trainersbegeleiding 23



Gedrag van de trainer / coachgedrag 24
Speelwijze 25
Meidenvoetbal 27
Voetbal+ (passend voetbalaanbod) 27
Toernooien 28
Leeftijdsindeling en tussenjaren 28
Seizoenstart 30
Aantal spelers per team 30
Trainingsopbouw 31
Sturctuur training 33
Warming-up en blessurepreventie 33
Praktische uitgangspunten bij de training 34
Carousseltrainingen 34
A-categorie 35
Wisselbeleid 36
Teambeleid en indeling 37
Procedure teamindeling 39
Uitgangspunten bij teamindeling 40
Bijlage – Warming-up 43
Doel van de warming-up 43
Uitgangspunten 43
Opbouw van de warming-up 43
Warming-up per leeftijdsfase 44
Onderbouw (O7 t/m O12) 44
Bovenbouw (O13 t/m O19) 45
Relatie met blessurepreventie 46



Inleiding

In dit jeugdbeleidsplan zijn de visie, doelstellingen, kaders en uitgangspunten van de jeugdopleiding van FC Vlotbrug vastgelegd voor de beleidsperiode 2027–2030. Het plan geeft richting aan de verdere ontwikkeling van de jeugdafdeling en vormt het gezamenlijke kader voor spelers, trainers, begeleiders, het jeugdbestuur en overige betrokkenen binnen de vereniging.

FC Vlotbrug wil jeugdleden een positieve, veilige en herkenbare voetbalomgeving bieden, waarin plezier, ontwikkeling en betrokkenheid centraal staan. De jeugdopleiding richt zich op de ontwikkeling van alle spelers. Daarbij sluiten we aan bij de individuele mogelijkheden, ambities en beleving van het voetbal zodat iedere speler zich op zijn/ haar niveau kan ontwikkelen. Binnen deze aanpak bieden we zowel een prestatief als een recreatief voetbalaanbod waarbij voor iedere speler een passende ontwikkelomgeving centraal staat.

Dit jeugdbeleidsplan rust op twee hoofdpijlers: de organisatie van de jeugdafdeling en het technisch jeugdbeleid. Samen vormen deze pijlers de basis voor een gestructureerde en toekomstgerichte jeugdopleiding, waarin duidelijkheid bestaat over de manier van werken, de verantwoordelijkheden binnen de vereniging en de ontwikkeling van spelers en teams.

Het jeugdbeleidsplan is een dynamisch document. Dat betekent dat het periodiek wordt geëvalueerd en waar nodig wordt bijgesteld op basis van de praktijk, nieuwe inzichten en de ontwikkeling van de vereniging. Op die manier blijft het plan aansluiten bij de ambities van FC Vlotbrug en bij de behoeften van de jeugdleden en de club als geheel.



Jeugdopleiding FC Vlotbrug

De jeugdafdeling is de grootste en nog altijd groeiende geleding binnen FC Vlotbrug. Met dit jeugdbeleidsplan kiest de vereniging bewust voor een gestructureerde, herkenbare en toekomstgerichte inrichting van de jeugdopleiding, passend bij het ambitieniveau van de club en de sportieve doelstellingen van de vereniging.

De jeugdopleiding staat niet op zichzelf, maar vormt een wezenlijk onderdeel van de identiteit van FC Vlotbrug. Vanuit de missie en visie van de vereniging wil FC Vlotbrug jeugdleden een omgeving bieden waarin zij met plezier kunnen voetballen, zich sociaal kunnen ontwikkelen en zich duurzaam verbonden voelen met de club. De jeugdopleiding richt zich daarom niet alleen op de ontwikkeling van spelers als voetballer, maar ook op hun vorming als teamspeler, verenigingslid en persoon.

FC Vlotbrug streeft ernaar iedere jeugdspeler een passend ontwikkeltraject te bieden. Daarbij is ruimte voor spelers die zich op sportief vlak extra willen uitdagen, maar ook voor spelers die vooral met plezier willen voetballen op een niveau dat aansluit bij hun mogelijkheden, motivatie en beleving. De vereniging vindt het belangrijk dat iedere jeugdspeler zich gezien voelt en de kans krijgt om zich binnen een veilige en positieve omgeving optimaal te ontwikkelen.

Met deze aanpak wil FC Vlotbrug het algemene niveau van de jeugdopleiding verder versterken en de aansluiting tussen jeugd en senioren verbeteren. Op langere termijn draagt dit bij aan een sterke, herkenbare en toekomstbestendige vereniging, waarin eigen opgeleide spelers een belangrijke rol kunnen vervullen.



Missie

FC Vlotbrug vervult naast een sportieve ook een maatschappelijke rol binnen de wijk en de directe omgeving. De vereniging wil jeugdleden een veilige, uitdagende en positieve omgeving bieden waarin zij kunnen sporten, bewegen en zich sociaal kunnen ontwikkelen. Sport, spel, plezier en saamhorigheid vormen daarbij de basis. De ontwikkeling van het kind staat centraal. FC Vlotbrug wil ieder lid met plezier laten voetballen en een passende opleiding bieden, verzorgd door competente, betrokken en positief stimulerende trainers.

Visie

De visie van FC Vlotbrug op de jeugdopleiding is dat iedere speler zich met plezier, op het eigen niveau en binnen een veilige omgeving optimaal moet kunnen ontwikkelen. De vereniging vindt het belangrijk dat jeugdleden niet alleen plezier beleven aan het voetbal, maar zich ook betrokken voelen bij het verenigingsleven en zich kunnen ontwikkelen als sporter en als persoon.

Binnen deze visie is ruimte voor zowel pleziergericht als prestatiegericht jeugdvoetbal. Voor ieder niveau blijft gelden dat de ontwikkeling van de individuele speler centraal staat. FC Vlotbrug is ervan overtuigd dat goed opgeleide en goed begeleide trainers leiden tot betere trainingen. Betere trainingen dragen direct bij aan de ontwikkeling van spelers en daarmee aan de kwaliteit, continuïteit en uitstraling van de jeugdopleiding.

Kernwaarden

De jeugdopleiding van FC Vlotbrug is gebaseerd op de volgende kernwaarden:

1. **Plezier in de voetbalsport**

Binnen FC Vlotbrug staat plezier in het voetballen centraal, zowel tijdens trainingen als tijdens wedstrijden.

2. **Ontwikkeling op eigen niveau**

Iedere speler krijgt de ruimte om zich te ontwikkelen op een niveau dat past bij zijn of haar mogelijkheden, motivatie en beleving.

3. **Normen en waarden**

Van spelers, trainers, begeleiders, ouders en vrijwilligers wordt verwacht dat zij de normen en waarden van de vereniging respecteren en naleven.

4. **Betrokkenheid bij de club**

FC Vlotbrug stimuleert jeugdspelers om zich verbonden te voelen met de vereniging en actief betrokken te zijn bij het verenigingsleven, zowel binnen als buiten het veld.

5. **Een veilige en verantwoorde jeugdopleiding**

FC Vlotbrug biedt jeugdspelers een goede, veilige en verantwoorde voetbalopleiding. Iedereen die binnen de vereniging betrokken is bij jeugdactiviteiten dient te beschikken over een Verklaring Omtrent het Gedrag (VOG).



Ambities

FC Vlotbrug hanteert binnen de jeugdopleiding de volgende ambities:

1. **Sportieve ontwikkeling van de eerste teams**

FC Vlotbrug streeft ernaar dat alle eerste teams op een zo hoog mogelijk niveau uitkomen en sportief concurrerend zijn ten opzichte van omliggende verenigingen.

2. **Een kwalitatief sterk trainerskader**

FC Vlotbrug streeft ernaar om binnen de jeugdopleiding te werken met gekwalificeerde en bij voorkeur KNVB-gediplomeerde trainers. De vereniging zet actief in op het opleiden en begeleiden van eigen trainers, zodat zoveel mogelijk kader vanuit de eigen club kan doorstromen. Wanneer binnen de vereniging onvoldoende gekwalificeerde trainers beschikbaar zijn, kan aanvullende expertise van buitenaf worden ingezet.

3. **Betere doorstroming naar het seniorenvoetbal**

FC Vlotbrug wil de doorstroming van jeugdspelers naar het seniorenvoetbal structureel verbeteren. De vereniging heeft als doel om met het eerste elftal stabiel op een passend competitieniveau te presteren met een groep waarin eigen opgeleide spelers een belangrijke rol vervullen. Omdat FC Vlotbrug ervoor kiest spelers niet te betalen, vraagt deze ambitie om een sterke jeugdopleiding en een goede aansluiting tussen jeugd en senioren. Daarom is het van belang dat prestatief ingestelde en talentvolle jeugdspelers tijdig kennismaken met het niveau en de werkwijze van de seniorenafdeling, onder meer door mee te trainen en waar passend aan te sluiten bij oefen- en wedstrijdmomenten.

4. **Versterken van de overgang van jeugd naar senioren**

FC Vlotbrug wil de overgang van de jeugdopleiding naar het seniorenvoetbal verder versterken. De O23 vervult hierin een belangrijke brugfunctie tussen O19 en de senioren. De verdere uitwerking van de doelstelling, organisatie en werkwijze van de O23 is opgenomen in het addendum bij dit jeugdbeleidsplan.

5. **Aandacht voor persoonlijke ontwikkeling en ondersteuning**

FC Vlotbrug vindt het belangrijk dat jeugdleden zich niet alleen als voetballer, maar ook als persoon kunnen ontwikkelen. Aan de jeugdleden vanaf de O13 wordt daarom ook de mogelijkheid geboden en gestimuleerd om zich te ontwikkelen in een andere rol binnen het verenigingsleven, zoals het opleiden tot assistent-trainer of scheidsrechter maar ook het organiseren van activiteiten.



6. **Versterken van de verbinding tussen jeugd en senioren**

FC Vlotbrug wil de relatie tussen jeugdopleiding en seniorenafdeling verder versterken. Jeugdteams worden daarom periodiek betrokken bij het eerste elftal en andere seniorenteams, onder meer via een team van de week, gezamenlijke wedstrijdbezoeken, clubmomenten en trainingen of clinics door seniorenspelers.
Zo maken jeugdleden op een natuurlijke manier kennis met het prestatieve seniorenniveau en wordt de doorlopende opleidingslijn binnen de vereniging verstevigd.

7. **Groei passend voetbalaanbod**

FC Vlotbrug wil dat ook jeugdleden die gebaat zijn bij een passend of aangepast voetbalaanbod met plezier kunnen voetballen en zich binnen een veilige, positieve omgeving kunnen ontwikkelen. In de komende beleidsperiode onderzoekt de vereniging hoe dit aanbod verder kan worden uitgebreid en versterkt, binnen de mogelijkheden van de club. Daarbij staan toegankelijkheid, spelplezier, veiligheid, passende begeleiding en ontwikkeling centraal.

Organigram jeugd FC Vlotbrug

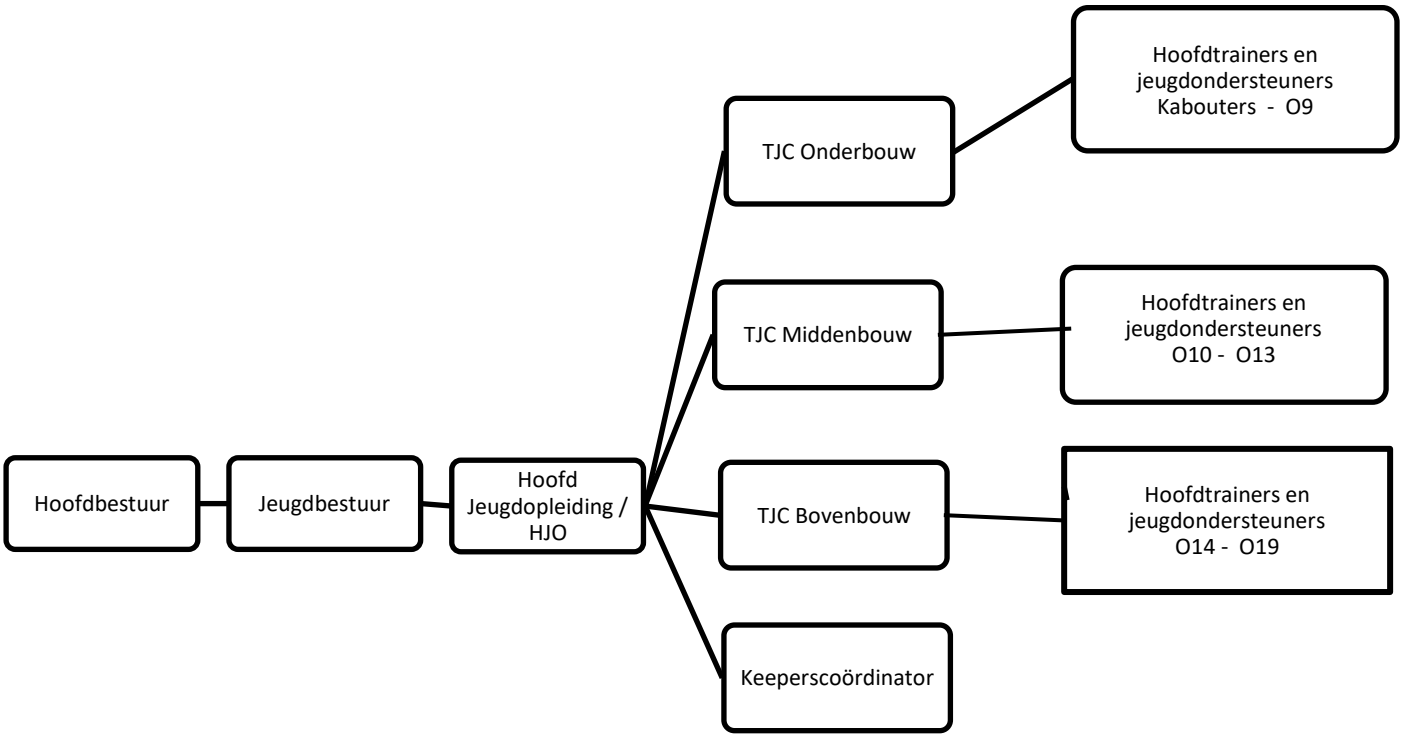
Het jeugdbestuur is verantwoordelijk voor het scheppen van de randvoorwaarden waarbinnen jeugdleden bij FC Vlotbrug op een veilige, plezierige en goed georganiseerde manier kunnen voetballen. Daarbij worden de normen en waarden van de vereniging, zoals sportiviteit, respect en betrokkenheid, actief uitgedragen en bevorderd. De primaire taak van het jeugdbestuur is het goed laten functioneren van de jeugdafdeling in organisatorische zin en het ondersteunen van de voorwaarden die nodig zijn voor een sterke jeugdopleiding.

Daarnaast adviseert het jeugdbestuur het hoofdbestuur over onderwerpen die betrekking hebben op het jeugdbeleid. De jeugdafdeling is binnen het bestuur vertegenwoordigd door het bestuurslid jeugdzaken. De voetbaltechnische aansturing van de jeugdopleiding is afzonderlijk georganiseerd.

Deze verantwoordelijkheid ligt bij de Technische Commissie (TC), het Hoofd Jeugdopleiding / Hoofd Opleidingen (HJO), de Technisch Jeugdcoördinatoren Onder-, Midden- en Bovenbouw en de hoofdtrainers per lichting. Daarmee sluit de organisatiestructuur aan op zowel de bestuurlijke als de voetbalinhoudelijke behoeften van de vereniging.



Onderstaand organogram laat zien hoe de jeugdopleiding van FC Vlotbrug organisatorisch is ingericht.



Toelichting op het organigram

Binnen FC Vlotbrug wordt onderscheid gemaakt tussen bestuurlijke verantwoordelijkheid, voetbaltechnische aansturing en de dagelijkse begeleiding van teams. Deze verdeling zorgt voor duidelijkheid in taken, verantwoordelijkheden en aanspreekpunten binnen de jeugdopleiding. De bestuurlijke verantwoordelijkheid voor de jeugd ligt bij het jeugdbestuur. De voetbaltechnische lijn wordt bewaakt door het Hoofd Jeugdopleiding / Hoofd Opleidingen, de Technisch Jeugdcoördinatoren Onder-, Midden- en Bovenbouw en de hoofdtrainers per lichting. Op teamniveau wordt deze structuur ondersteund door de trainer, assistent-trainer, teammanager en assistent-scheidsrechter.



Rollen en functies binnen de jeugdopleiding

Bestuurslid jeugdzaken

Het bestuurslid jeugdzaken vertegenwoordigt de jeugdafdeling binnen het hoofdbestuur en vormt de bestuurlijke schakel tussen het jeugdbestuur en het hoofdbestuur. Het bestuurslid jeugdzaken bewaakt de belangen van de jeugdopleiding op bestuurlijk niveau en ziet erop toe dat het jeugdbeleid past binnen de koers van de vereniging.

Jeugdbestuur

Het jeugdbestuur is verantwoordelijk voor alle randvoorwaarden van de jeugdafdeling. Het jeugdbestuur ondersteunt het functioneren van de jeugdteams, stimuleert de naleving van de normen en waarden van de vereniging en draagt zorg voor een goede organisatorische basis binnen de jeugdopleiding.

Hoofd Jeugdopleiding / Hoofd Opleidingen (HJO)

Het HJO is verantwoordelijk voor de dagelijkse voetbaltechnische aansturing van de jeugdopleiding. Het HJO bewaakt de opleidingsvisie, de doorlopende leerlijn binnen de verschillende leeftijdsgroepen, de begeleiding van trainers en de kwaliteit van de uitvoering van het technisch beleid.

Technisch Jeugdcoördinator Onder-, Midden- en Bovenbouw

De TJC Onder-, Midden- en Bovenbouw ondersteunen het HJO bij het bewaken van de voetbalinhoudelijke lijn binnen hun eigen leeftijdsgebied. Daarnaast begeleiden zij trainers, ondersteunen zij bij de ontwikkeling van teams en spelers en zorgen zij voor afstemming tussen de verschillende leeftijdsgroepen.

Jeugdondersteuner

Iedere O-lichting heeft een eigen jeugdondersteuner. De jeugdondersteuner is het eerste aanspreekpunt binnen de leeftijdsgroep voor niet voetbaltechnische zaken en zorgt voor afstemming tussen trainers, begeleiders, spelers en ouders. Daarnaast bewaakt de jeugondersteuner de uitvoering van het jeugdbeleid binnen de eigen lichting en stemt hij of zij af met de TJC en het HJO.



Hoofdtrainer

De hoofdtrainer vervult binnen FC Vlotbrug een overstijgende voetbalinhoudelijke rol. De hoofdtrainer draagt t.b.v. de gehele leeftijdscategorie bij aan het verder uitwerken, bewaken en uitdragen van het voetbaltechnische beleid binnen de jeugdopleiding. Daarbij ligt de nadruk op inhoud, ontwikkellijn, speelwijze en begeleiding van trainers en teams. De hoofdtrainer is op technisch vlak het eerste aanspreekpunt binnen de leeftijdscategorie.

Trainer

De trainer is verantwoordelijk voor het verzorgen van de trainingen en het begeleiden en coachen van het team tijdens wedstrijden. De trainer werkt volgens de uitgangspunten van het jeugdbeleidsplan en draagt zorg voor een positieve, veilige en leerzame voetbalomgeving. Daarnaast stimuleert de trainer de ontwikkeling van spelers op technisch, tactisch, mentaal en sociaal vlak.

De trainer:

- verzorgt trainingen conform het jeugdbeleidsplan;
- begeleidt en coacht het team tijdens wedstrijden;
- ziet toe op discipline en naleving van de normen en waarden van de vereniging;
- signaleert de ontwikkeling van spelers en koppelt dit terug aan de hoofdtrainer/TJC;
- neemt, waar nodig en mogelijk, deel aan opleidingen en begeleidingsmomenten;
- is verantwoordelijk voor een zorgvuldige omgang met de gebruikte trainingsmaterialen.

Assistent-trainer

De assistent-trainer ondersteunt de trainer bij de voorbereiding en uitvoering van trainingen en wedstrijden. De assistent-trainer draagt bij aan een goede organisatie, individuele begeleiding van spelers en de uitvoering van de gekozen speelwijze en trainingsdoelen.

Teammanager

De teammanager is verantwoordelijk voor de organisatorische en niet-voetbaltechnische begeleiding van het team. De teammanager ondersteunt de trainer en zorgt ervoor dat praktische zaken rondom trainingen, wedstrijden en communicatie goed verlopen.

De teammanager:

- is aanspreekpunt voor niet-voetbaltechnische aangelegenheden;
- verzorgt de communicatie over praktische teamzaken;
- coördineert ondersteunende taken, zoals spelbegeleiding, vlaggen en vervoer;
- ondersteunt bij de planning en organisatie rondom wedstrijden;
- draagt bij aan een goede afstemming tussen team, ouders en vereniging.



Assistent-scheidsrechter

De assistent-scheidsrechter ondersteunt het team tijdens wedstrijden door de scheidsrechter te assisteren overeenkomstig de spelregels. Binnen FC Vlotbrug wordt van de assistent-scheidsrechter verwacht dat deze rol op een sportieve, respectvolle en neutrale manier wordt uitgevoerd.

Kleding

Tijdens wedstrijden is het dragen van het officiële wedstrijdtenue van FC Vlotbrug, bestaande uit shirt, broekje en sokken, verplicht. Het wedstrijdtenue is verkrijgbaar via de webshop van FC Vlotbrug en wordt geleverd door een externe leverancier. Daarnaast is via de webshop, op vrijwillige basis, ook trainingskleding verkrijgbaar.
Ieder spelend lid is zelf verantwoordelijk voor het beschikken over een compleet en correct wedstrijdtenue en de verplichte persoonlijke uitrusting. Het dragen van scheenbeschermers is verplicht tijdens zowel trainingen als wedstrijden.
Voor trainers en staf stelt FC Vlotbrug, waar van toepassing en binnen de mogelijkheden van de vereniging, representatieve clubkleding of een trainingspak beschikbaar.

Persoonlijke ontwikkeling jeugdleden

Naast de voetbalontwikkeling vindt FC Vlotbrug het belangrijk dat jeugdleden zich ook persoonlijk kunnen ontwikkelen binnen de vereniging. Sport, spel en plezier vormen daarbij de basis, maar de club wil jeugdleden daarnaast stimuleren om zich breder te ontwikkelen en actief betrokken te zijn bij het verenigingsleven.

Jeugdleden krijgen daarom, passend bij hun leeftijd, interesse en ontwikkelfase, de mogelijkheid om ervaring op te doen in andere rollen binnen de club. Daarbij kan worden gedacht aan het ondersteunen van trainingen, het begeleiden van activiteiten of het vervullen van een rol als (assistent-)scheidsrechter. Op deze manier leren jeugdleden verantwoordelijkheid nemen, samenwerken en bijdragen aan de vereniging.

FC Vlotbrug wil jeugdleden op een positieve manier stimuleren om actief iets voor de club te betekenen. Met name in de bovenbouw kan hier nadrukkelijk aandacht aan worden besteed, bijvoorbeeld door spelers te betrekken bij trainingen, toernooien, voetbaldagen en andere jeugdactiviteiten. Daarmee wordt niet alleen hun eigen ontwikkeling bevorderd, maar ook hun betrokkenheid bij de vereniging versterkt.



Verbinding

FC Vlotbrug vindt het belangrijk om de onderlinge verbinding binnen teams en tussen de verschillende geledingen van de vereniging te versterken. Een hechte teamcultuur en een sterke clubbinding dragen bij aan plezier, betrokkenheid en het behoud van jeugdleden.

Bij kampioenschappen (vanaf de O11) wordt de clubbinding actief versterkt door het betreffende team in het zonnetje te zetten door een van de (jeugd)bestuursleden, bij voorkeur op de zaterdag waarop het kampioenschap is behaald. Ter waardering voor de sportieve prestatie wordt het team vervolgens getrakteerd op patat.

Om de verbinding binnen teams te bevorderen, wordt per leeftijdscategorie gestimuleerd om periodiek carrouseltrainingen te organiseren. Daarnaast worden teams gestimuleerd om ook buiten het voetbal samen activiteiten te ondernemen. De teammanager vervult hierin, samen met het team en waar nodig de ouders, een stimulerende en organiserende rol. Om het seizoen positief en eensluidend af te sluiten, wordt er aan het einde van het seizoen een afsluitende week georganiseerd waarin alle teams op patat worden getrakteerd.

Ook de verbinding tussen de jeugdopleiding en de seniorenafdeling verdient nadrukkelijke aandacht. FC Vlotbrug wil deze verbinding versterken door jeugdteams periodiek actief te betrekken bij het eerste elftal en andere seniorenteams. Daarbij kan worden gedacht aan een team van de week, het bezoeken van wedstrijden, gezamenlijke clubmomenten en het verzorgen van trainingen of clinics door seniorenspelers voor de jeugd. Op die manier worden jongere spelers zichtbaar verbonden met de prestatieve lijn binnen de vereniging en wordt de doorlopende opleidingslijn binnen de club versterkt.



Een veilig Vlotbrug

Normen en waarden

Binnen FC Vlotbrug gelden zeven gouden regels. Deze regels zijn afgeleid van het document Normen en Waarden van FC Vlotbrug. Van alle leden en betrokkenen bij de vereniging wordt verwacht dat zij deze regels respecteren en naleven. Wanneer sprake is van ongepast gedrag, is het bestuur gerechtigd corrigerende maatregelen te nemen.
De zeven gouden regels van FC Vlotbrug luiden als volgt:

1. Wij hebben respect voor spelers, toeschouwers, bezoekers, scheidsrechters, trainers, leiders en vrijwilligers. Respect vormt de basis van de omgang met elkaar binnen de vereniging.
2. Wij zijn zuinig op de spullen van FC Vlotbrug.
3. Na trainingen en wedstrijden draagt iedereen bij aan een schoon en verzorgd sportcomplex door eigen rommel op te ruimen.
4. Tijdens trainingen en wedstrijden wordt niet gerookt en geen alcohol gedronken op of rond de velden, zowel op het eigen sportcomplex als bij andere verenigingen.
5. Iedereen stelt zich, waar mogelijk, beschikbaar om de club of het eigen team te ondersteunen. Als vereniging doen wij het samen.
6. Wij spreken elkaar op een constructieve en respectvolle manier aan op ongepast gedrag. Vloeken, schelden, gillen of beledigen past niet binnen FC Vlotbrug.
7. Samen houden wij ons aan de gemaakte afspraken.

Maatregelen en sancties

Voor de afhandeling van overtredingen, grensoverschrijdend gedrag en andere situaties waarin normen, waarden of verenigingsregels worden overschreden, werkt FC Vlotbrug met een afzonderlijk maatregelen- en sanctieprotocol. Dit protocol wordt toegepast in samenhang met het huishoudelijk reglement, het beleid Een veilig Vlotbrug, het vrijwilligersbeleid en overige vastgestelde gedragsregels van de vereniging.



Gelijke Kansen

FC Vlotbrug vindt het belangrijk dat iedere jeugdspeler gelijke kansen krijgt om zich te ontwikkelen. Dat betekent dat ieder lid recht heeft op goede begeleiding, passende aandacht en een veilige leeromgeving. Gelijke kansen beginnen daarbij met gelijke basisvoorwaarden. Binnen de jeugdopleiding streeft FC Vlotbrug er daarom naar dat ieder team in beginsel beschikt over dezelfde middelen om zich te ontwikkelen.
Onder deze basisvoorwaarden verstaat FC Vlotbrug onder meer:

- toegang tot trainingen en wedstrijden;
- passende trainingsfaciliteiten;
- begeleiding door trainers die worden ondersteund en opgeleid;
- aandacht voor ontwikkeling, plezier en veiligheid;
- een herkenbare opleidingslijn binnen de vereniging.

Gelijke kansen betekenen echter niet dat iedere speler hetzelfde traject doorloopt of zich op dezelfde manier ontwikkelt. De ontwikkeling van kinderen verloopt verschillend en is niet volledig voorspelbaar. Daarom wordt steeds gekeken naar wat een speler nodig heeft om zich zo goed mogelijk te ontwikkelen. De ene speler heeft vooral behoefte aan plezier, vertrouwen en stabiliteit, terwijl een andere speler juist meer uitdaging, hogere weerstand of extra begeleiding nodig heeft.

Binnen FC Vlotbrug betekent gelijke kansen dan ook dat iedere jeugdspeler de mogelijkheid krijgt om zich te ontwikkelen vanuit gelijke basisvoorwaarden, met ruimte voor een passend ontwikkeltraject dat aansluit bij niveau, motivatie, beleving en potentieel. De vereniging maakt daarbij bewust onderscheid tussen gelijke kansen en gelijke uitkomsten: niet iedere speler ontwikkelt zich hetzelfde, maar iedere speler moet wel de kans krijgen om het beste uit zichzelf te halen.



Veilige omgeving

FC Vlotbrug wil een veilige voetbalvereniging zijn, waar iedereen met plezier kan voetballen en zich thuis voelt binnen de club. De vereniging zet zich actief in om grensoverschrijdend gedrag, zoals pesten, conflicten, discriminatie en (seksuele) intimidatie, zoveel mogelijk te voorkomen. Het doel is een positief, respectvol en veilig sportklimaat voor alle leden, vrijwilligers en betrokkenen.
Tegelijkertijd erkent FC Vlotbrug dat ongewenst gedrag, ondanks alle inspanningen, niet altijd volledig kan worden voorkomen. Daarom is binnen de vereniging beleid vastgesteld om dergelijke situaties zoveel mogelijk te voorkomen, tijdig te signaleren en waar nodig zorgvuldig op te volgen. Binnen dit beleid zijn onder meer de volgende maatregelen opgenomen:

- er zijn vertrouwenspersonen aangesteld;
- er zijn interne pestcoördinatoren aangewezen;
- aan begeleiders van jeugdleden, zoals trainers, leiders, scheidsrechters en commissieleden, wordt een Verklaring Omtrent het Gedrag (VOG) gevraagd;
- er is een aannamebeleid vastgesteld;
- er zijn gedragsregels opgesteld voor begeleiders.

Het volledige beleid ten aanzien van sociale veiligheid is opgenomen in het document Een veilig Vlotbrug en is te raadplegen via de website van FC Vlotbrug.

Pestgedrag

FC Vlotbrug wil haar leden een omgeving bieden waarin zij zich op een prettige, veilige en positieve manier kunnen ontwikkelen. Pestgedrag past daar niet in en wordt binnen de vereniging niet geaccepteerd. Pesten raakt niet alleen de speler die direct wordt getroffen, maar heeft ook invloed op de sfeer, veiligheid en het functioneren van het hele team.
Trainers en begeleiders spelen een belangrijke rol in het voorkomen en signaleren van pestgedrag. Zij zijn medebepalend voor de sfeer en het klimaat binnen een team en dragen de verantwoordelijkheid om een omgeving te creëren waarin spelers zich veilig voelen.



Om pesten zoveel mogelijk te voorkomen en waar nodig aan te pakken, hanteert FC Vlotbrug de volgende uitgangspunten:

- Pestgedrag wordt gezien als een probleem dat de hele vereniging raakt, waaronder spelers, trainers, begeleiders, ouders en het team als geheel.
- FC Vlotbrug heeft de inspanningsverplichting om pestgedrag te voorkomen en actief aan te pakken door een veilig klimaat te creëren waarin pesten als ongewenst gedrag wordt beschouwd en niet wordt geaccepteerd.
- Trainers en begeleiders moeten alert zijn op signalen van pestgedrag en, wanneer dit zich voordoet, duidelijk en tijdig optreden.
- Wanneer pestgedrag ondanks alle inspanningen toch voorkomt, wordt gehandeld volgens de vastgestelde procedure.

Wanneer sprake is van pestgedrag, is de trainer van het team het eerste aanspreekpunt. Daarnaast kunnen spelers en ouders zich altijd wenden tot het jeugdbestuur en/of de vertrouwenspersonen. Binnen de jeugdafdeling zijn bovendien contactpersonen aangewezen voor het oppakken en begeleiden van signalen rondom pestgedrag.
Het volledige beleid is te raadplegen in het document Pestbeleid en Protocol op de website van FC Vlotbrug.

Diversiteit

FC Vlotbrug staat voor een vereniging waarin iedereen zich welkom, veilig en gerespecteerd voelt. Of iemand nu speler, vrijwilliger, supporter of op een andere manier betrokken is bij de club, binnen FC Vlotbrug moet ruimte zijn voor iedereen. Voetbal is van en voor iedereen.
Tegelijkertijd staat ook de voetbalsport niet los van maatschappelijke ontwikkelingen. Discriminatie, racisme en andere kwetsende of uitsluitende uitingen komen helaas ook in de samenleving voor en horen nadrukkelijk niet thuis binnen onze vereniging. FC Vlotbrug vindt het belangrijk dat ieder lid, ongeacht afkomst, huidskleur, geloof, geslacht of seksuele gerichtheid, met respect wordt behandeld en zichzelf kan zijn binnen de club.

Van iedereen binnen FC Vlotbrug wordt verwacht dat respect wordt getoond voor anderen en dat actief wordt bijgedragen aan een open, veilige en positieve verenigingscultuur. Om die reden heeft FC Vlotbrug beleid opgesteld op het gebied van anti-discriminatie en anti-racisme.
Het volledige beleid is te raadplegen in het document Anti-discriminatie op de website van FC Vlotbrug.



Kleedkamerbeleid

De kleedkamer moet altijd een veilige, respectvolle en verzorgde omgeving zijn voor alle spelers. Binnen FC Vlotbrug gelden daarom duidelijke afspraken over wie toegang heeft tot de kleedkamers en hoe binnen deze ruimte met elkaar wordt omgegaan. Daarbij staan de normen en waarden van de vereniging centraal, evenals respect voor ieders privacy.

Alleen spelers, trainers en begeleiders die direct betrokken zijn bij een team hebben toegang tot de kleedkamer. Personen die geen directe rol hebben binnen het team, hebben geen toegang tot de kleedkamers. Dit geldt zowel voor volwassenen als voor spelers van andere teams. Het maken van foto's, video's of andere opnames in de kleedkamer is niet toegestaan. Van iedereen die gebruikmaakt van de kleedkamer wordt verwacht dat de ruimte netjes, schoon en ordelijk wordt achtergelaten.

Toegang van ouders

Bij teams vanaf O10 komen ouders niet ongevraagd in de kleedkamer. Indien toezicht of ondersteuning nodig is, kan een ouder hier op verzoek van de begeleiding tijdelijk bij aanwezig zijn. Hierbij wordt altijd zorgvuldig omgegaan met de privacy van spelers.

Privacy en omkleden

Binnen FC Vlotbrug geldt dat bij het omkleden en douchen altijd zorgvuldig wordt omgegaan met privacy. Wanneer de samenstelling van een team of de situatie daarom vraagt, worden hierover vooraf duidelijke afspraken gemaakt. Waar nodig en mogelijk wordt gezorgd voor passende oplossingen rondom omkleden en douchen, zodat spelers in een veilige en vertrouwde omgeving gebruik kunnen maken van de kleedkamers.

Aanvullende afspraken bij meiden- en gemengde teams

Bij meiden- en gemengde teams worden aanvullende afspraken gemaakt wanneer dit nodig is om privacy en veiligheid goed te waarborgen. Daarbij geldt dat tijdens het omkleden en douchen zorgvuldig wordt gekeken naar wie aanwezig is in de kleedkamer en welke praktische voorzieningen beschikbaar zijn. Waar mogelijk wordt voorzien in een passende en afzonderlijke gelegenheid om zich om te kleden en te douchen.



Rol van de ouders

Ouders spelen een belangrijke rol in de sportbeleving en ontwikkeling van hun kind, zowel thuis als rondom trainingen en wedstrijden. Een ouder is niet alleen supporter en toeschouwer, maar ook opvoeder en daarmee van grote invloed op het plezier, het gedrag en de motivatie van het kind.
FC Vlotbrug hecht veel waarde aan positieve betrokkenheid van ouders. Die betrokkenheid beperkt zich niet alleen tot het eigen kind of team, maar strekt zich ook uit tot de vereniging als geheel. Ouders leveren op verschillende manieren een waardevolle bijdrage aan het verenigingsleven, bijvoorbeeld als vrijwilliger, trainer, commissielid of bestuurder. Zonder deze inzet is het niet mogelijk om het voetbal binnen de vereniging op een goede en georganiseerde manier vorm te geven. Van ouders wordt daarom verwacht dat zij, waar mogelijk, een bijdrage leveren aan de club. De afspraken, verwachtingen en kaders die daarbij gelden, zijn vastgelegd in het document Vrijwilligersbeleid FC Vlotbrug.

Voor alle ouders geldt dat zij bijdragen aan een positieve en veilige sportomgeving, waarin kinderen met plezier kunnen voetballen en zich optimaal kunnen ontwikkelen. Ouders hebben grote invloed op de manier waarop kinderen sport beleven. Daarom is het van belang dat ouders het plezier, het zelfvertrouwen en de ontwikkeling van hun kind ondersteunen, zonder onnodige druk te leggen op prestaties of resultaten.
Van ouders wordt tijdens wedstrijden verwacht dat zij zich op de volgende manier opstellen:

- zij moedigen spelers op een positieve manier aan;
- zij laten spelers ruimte om zelf keuzes te maken;
- zij bemoeien zich niet met het coachen van het team, de opstelling, de coach of de scheidsrechter;
- zij blijven tijdens de wedstrijd buiten het speelveld en achter de boarding of afrastering;
- zij leggen geen nadruk op winnen of verliezen;
- zij dragen bij aan een plezierige en sportieve sfeer voor alle spelers.



Communicatie in TeamApps

Aan het begin van ieder seizoen wordt per team een TeamApp-groep ingericht voor ouders. Deze groepsapp is bedoeld voor het delen van informatie namens FC Vlotbrug die direct verband houdt met het team en de vereniging, zoals afgelastingen, wedstrijden, trainingen en andere relevante clubinformatie.
De TeamApp is nadrukkelijk niet bedoeld voor niet-voetbalgerelateerde berichten, uitgebreide discussies of losse reacties. Om de communicatie overzichtelijk en prettig te houden, wordt van alle deelnemers verwacht dat zij de app uitsluitend gebruiken waarvoor deze is bedoeld.

De trainer en, waar van toepassing, de teammanager beheren de TeamApp. De trainer mag ervan uitgaan dat spelers aanwezig zijn, tenzij zij vooraf zijn afgemeld. Bij ongepast gebruik of storend gedrag kan een deelnemer, na waarschuwing, tijdelijk of blijvend uit de groepsapp worden verwijderd.
Vanaf de bovenbouw kan er, indien wenselijk, aanvullend een aparte groepsapp worden aangemaakt voor trainers en spelers. De inrichting hiervan kan per team verschillen. Wedstrijdinformatie en andere formele teamcommunicatie blijven in beginsel via de oudergroep verlopen.



Technisch jeugdbeleid

Algemeen

FC Vlotbrug is een ambitieuze, maar bovenal gezellige en eerlijke familievereniging. Binnen de jeugdopleiding wil de vereniging op een gestructureerde, herkenbare en professionele manier werken aan de ontwikkeling van spelers, trainers en teams. Daarbij biedt FC Vlotbrug zowel ambitieuze spelers als recreatieve jeugdleden de mogelijkheid om de voetbalsport te beoefenen op een niveau dat past bij hun mogelijkheden, motivatie en beleving.

Binnen het technisch jeugdbeleid staat de ontwikkeling van iedere speler centraal. Tegelijkertijd erkent FC Vlotbrug dat niet iedere speler dezelfde ambitie, belastbaarheid of ontwikkelsnelheid heeft. Daarom wordt binnen de jeugdopleiding gewerkt met verschillende ontwikkelaccenten. Voor sommige teams en spelers ligt het accent meer op plezier, vertrouwen en ontwikkeling op het eigen niveau. Voor andere teams en spelers ligt het accent sterker op prestatie, hogere weerstand en voorbereiding op een volgend niveau binnen de vereniging. In alle gevallen blijven plezier, veiligheid en ontwikkeling de basis.

FC Vlotbrug is van mening dat plezier en prestatie elkaar niet uitsluiten, maar juist kunnen versterken. Spelers ontwikkelen zich het best in een omgeving waarin zij worden uitgedaagd, fouten mogen maken, zelf leren nadenken en met vertrouwen kunnen handelen. Daarom richt de vereniging zich niet alleen op resultaat, maar vooral op het scheppen van voorwaarden waarbinnen spelers zich duurzaam kunnen ontwikkelen. Deze lijn sluit aan bij de trainersinput waarin leren, spelplezier, eigen keuzes maken, positieve coaching en verantwoordelijkheid geven centraal staan.

De voetbaltechnische aansturing van de jeugdopleiding ligt bij het Hoofd Jeugdopleiding / Hoofd Opleidingen (HJO), in samenwerking met de Technisch Jeugdcoördinatoren Onder-, Midden- en Bovenbouw en de hoofdtrainers per lichting. Samen bewaken zij de opleidingsvisie, de doorlopende leerlijn, de kwaliteit van trainingen en de ontwikkeling van spelers en teams. Daarbij wordt gestuurd op inhoud, observatie en onderbouwde keuzes, en niet uitsluitend op gevoel of momentopname.

Binnen het technisch jeugdbeleid wordt gewerkt vanuit een herkenbare voetbalvisie, duidelijke ontwikkeldoelen per leeftijdsfase en een gestructureerde begeleiding van trainers. De KNVB-uitgangspunten vormen daarbij een belangrijke basis, onder meer op het gebied van leeftijdsspecifieke kenmerken, teamfuncties, teamtaken, voetbalhandelingen en de vier gouden trainingsprincipes. Ook hulpmiddelen zoals KNVB Rinus en interne trainersbegeleiding ondersteunen deze werkwijze.



Intensiveren trainersbegeleiding

FC Vlotbrug is ervan overtuigd dat betere trainers leiden tot betere trainingen en daarmee tot een betere ontwikkeling van spelers. Vanuit die visie zet de vereniging structureel in op het intensiveren van trainersbegeleiding binnen de jeugdopleiding. Het doel hiervan is om trainers niet alleen te ondersteunen in de uitvoering van hun rol, maar ook om hen inhoudelijk verder te ontwikkelen, zodat binnen de gehele jeugdopleiding een herkenbare en kwalitatief sterke werkwijze ontstaat.

De begeleiding van trainers ligt primair bij het Hoofd Jeugdopleiding / Hoofd Opleidingen (HJO), in nauwe samenwerking met de Technisch Jeugdcoördinatoren Onder-, Midden- en Bovenbouw. Samen ondersteunen zij trainers op het gebied van trainingsopbouw, coaching, omgang met spelers, leeftijdsspecifieke kenmerken, teamtaken en de vertaling van de speelwijze naar de praktijk. Daarmee wordt de begeleiding van trainers niet gezien als een los moment, maar als een vast onderdeel van de jeugdopleiding.

FC Vlotbrug werkt daarbij vanuit de KNVB-uitgangspunten voor opleiden. De vier gouden trainingsprincipes vormen hierin een belangrijke basis: voetbalecht trainen, veel prikkels en plezier, coaching en organisatie, en afstemming op leeftijd, niveau en beleving. Daarnaast sluit de vereniging aan bij de vier kwaliteiten van de succesvolle trainer-coach: structuur bieden, stimuleren, individuele aandacht geven en verantwoordelijkheid geven. Deze uitgangspunten helpen trainers om een veilig, positief en leerzaam sportklimaat te creëren.

Binnen de trainersbegeleiding is niet alleen aandacht voor de inhoud van de training, maar ook voor het gedrag van de trainer. Van trainers wordt verwacht dat zij kort en duidelijk communiceren, positief coachen en spelers stimuleren om zelf na te denken en keuzes te maken. Daarbij past dat trainers vragen stellen, spelers laten leren van situaties en niet voortdurend alles voorzeggen. Op die manier ontwikkelen spelers niet alleen hun voetbalvaardigheden, maar ook spelinzicht, zelfvertrouwen en eigenaarschap over hun eigen ontwikkeling.

Om trainers zo goed mogelijk toe te rusten in hun rol, faciliteert FC Vlotbrug met regelmaat interne en externe scholingsmomenten. Waar mogelijk worden KNVB-opleidingen en andere relevante cursussen gestimuleerd en door de vereniging vergoed. Ook hulpmiddelen zoals KNVB Rinus, praktische trainersavonden, onderlinge afstemming en begeleiding op het veld maken deel uit van deze aanpak. De vereniging wil hiermee bereiken dat trainers zich blijven ontwikkelen, dat de kwaliteit van trainingen toeneemt en dat leden duurzaam betrokken blijven als trainer of begeleider binnen FC Vlotbrug.



Gedrag van de trainer / coachgedrag

Binnen FC Vlotbrug wordt van iedere trainer verwacht dat hij of zij op een positieve, duidelijke en ontwikkelingsgerichte manier handelt. De trainer heeft een voorbeeldfunctie binnen de vereniging en draagt met zijn of haar houding, communicatie en gedrag direct bij aan het leerklimaat, het spelplezier en de ontwikkeling van spelers. Daarbij past dat een trainer niet alleen instructie geeft, maar ook rust, structuur en vertrouwen uitstraalt.

Van trainers wordt verwacht dat zij kort en bondig communiceren, positief coachen en werken vanuit een herkenbare en gestructureerde aanpak. Daarbij geldt het principe van **praatje, plaatje, daadje**: een korte uitleg, het voordoen van de bedoeling en vervolgens het laten uitvoeren in de praktijk. Deze manier van werken helpt spelers om beter te begrijpen wat van hen gevraagd wordt en zorgt voor duidelijkheid binnen de training en wedstrijdbegeleiding.

FC Vlotbrug vindt het belangrijk dat trainers spelers stimuleren om zelf na te denken en eigen keuzes te maken. Daarom past binnen de jeugdopleiding een coachstijl waarbij vragen stellen belangrijker is dan voortdurend voorzeggen. Een trainer helpt spelers door situaties bespreekbaar te maken, spelers te laten reflecteren op hun handelen en hen uit te dagen om zelf oplossingen te vinden. Daarmee wordt niet alleen het voetbalvermogen ontwikkeld, maar ook spelinzicht, zelfvertrouwen en eigenaarschap over de eigen ontwikkeling.

Daarnaast wordt van trainers verwacht dat zij opbouwend omgaan met fouten. Wanneer een speler iets goed doet, wordt dat benoemd en bekrachtigd. Wanneer een speler een fout maakt, is het niet de bedoeling om direct negatief of emotioneel te reageren. Pas wanneer bepaald gedrag of een handeling zich herhaalt, grijpt de trainer gericht en opbouwend in. Het doel van coaching is immers niet om af te rekenen, maar om spelers te helpen het de volgende keer anders of beter te doen.

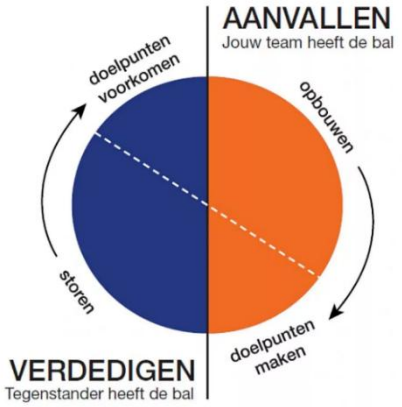
Negatieve coaching past niet binnen de visie van FC Vlotbrug. Trainers worden geacht zich bewust te zijn van hun toon, uitstraling en voorbeeldgedrag. Emotionele of afkeurende reacties maken spelers onzeker en dragen niet bij aan hun ontwikkeling. Van trainers wordt daarom verwacht dat zij ook in lastige of spannende situaties rustig blijven, respect tonen en op een sportieve manier omgaan met spelers, scheidsrechters, tegenstanders, collega-trainers en ouders. Deze gedragslijn sluit aan bij de vier kwaliteiten van de succesvolle trainer-coach en de vier gouden trainingsprincipes, zoals ook binnen de KNVB-uitgangspunten worden benoemd. Structuur bieden, stimuleren, individuele aandacht geven en verantwoordelijkheid geven vormen daarbij een belangrijk fundament. Hetzelfde geldt voor voetbalecht trainen, veel prikkels en plezier, coaching en organisatie en afstemming op leeftijd, niveau en beleving. FC Vlotbrug gebruikt deze uitgangspunten als belangrijke basis binnen de begeleiding en ontwikkeling van trainers.



Speelwijze

FC Vlotbrug kiest binnen de jeugdopleiding voor een herkenbare speelwijze die aansluit bij de opleidingsvisie van de vereniging. Daarbij geldt dat een speelwijze altijd moet passen bij de leeftijd, het niveau en het beschikbare spelersmateriaal. Tegelijkertijd vindt FC Vlotbrug het belangrijk om spelers al vroeg vertrouwd te maken met vaste uitgangspunten in het spel, zodat binnen de jeugdopleiding een duidelijke en doorlopende voetbalinhoudelijke lijn ontstaat.

De speelwijze van FC Vlotbrug is gebaseerd op de drie kerntaken van het voetbal: **aanvallen, verdedigen en omschakelen**. Deze kerntaken vormen de rode draad binnen trainingen, wedstrijdbegeleiding en de ontwikkeling van spelers. Daarbij wordt steeds gewerkt vanuit teamfuncties, teamtaken en voetbalhandelingen, passend bij de leeftijd en ontwikkelfase van de speler. De KNVB-uitgangspunten en hulpmiddelen, zoals de Rinus-app en de beschikbare trainersinformatie, ondersteunen deze werkwijze.



Binnen FC Vlotbrug geldt **4-3-3 als uitgangspunt** voor de opleidingslijn vanaf het moment dat de veldbezetting en leeftijd dat toelaten. Deze speelwijze wordt gezien als een logische en herkenbare basis om spelers op te leiden in veldbezetting, positiespel, driehoekjes maken, vrijlopen, het benutten van de vrije man en het denken in teamtaken. Daarbij geldt wel dat de vereniging niet dogmatisch met systemen omgaat. De gekozen veldbezetting moet altijd dienstbaar zijn aan de ontwikkeling van spelers en kan, afhankelijk van leeftijd, spelvorm of tegenstander, variëren.



Team /Leeftijd	Spelvorm
O7	4 tegen 4
O8, O9, O10	6 tegen 6
O11, O12	8 tegen 8
O13 t/m O23 & senioren	11 tegen 11

In de **kabouterleeftijd en O7** ligt de nadruk op alle speelvormen met een bal. In deze fase gaat het vooral om balgevoel, bewegen met de bal, plezier, teamtaken, teamfunctie en voetbalhandelingen in eenvoudige en speelse vormen. De speler leert hier vooral het spel ontdekken.

In **O8 tot en met O10** wordt gewerkt vanuit een eenvoudige en herkenbare veldbezetting, zoals de zogenoemde dobbelsteen 5. In deze fase leren spelers het centrum en de zijkanten benutten, driehoekjes maken, spelen in kleine overtal- en ondertalsituaties en druk zetten op de bal. Verdedigen begint hierbij al bij de aanvaller. De nadruk ligt op veel balcontacten, eenvoudige keuzes en het herkennen van ruimte.

In **O11 en O12** wordt verder gebouwd aan veldbezetting en samenwerking, bijvoorbeeld vanuit een kerstboom-opstelling of vergelijkbare herkenbare structuur. In deze fase leren spelers beter gebruik te maken van backposities, vrijlopen, kaatsen, het inspelen van de vrije man en het handelen in grotere spelsituaties, zoals 4 tegen 3. Verdedigers leren mee aan te vallen, middenvelders leren zowel aanvallende als verdedigende taken uit te voeren en het team leert compacter samen te spelen. In de onderbouw en middenbouw geldt bovendien dat spelers op meerdere posities ervaring opdoen, zodat zij het spel breed leren begrijpen en zich veelzijdig ontwikkelen.

In **O13 tot en met O16** wordt toegewerkt naar de Nederlandse voetbalschool in **4-3-3**. In deze fase wordt de veldbezetting logischer en duidelijker gekoppeld aan teamtaken, linietaken en positiespecifiek handelen. Verdedigers leren ook aan te vallen, middenvelders leren beide richtingen van het spel beheersen en aanvallers zijn de eerste verdedigers bij balverlies. Spelers leren driehoekjes creëren, de vrije man inspelen, kaatsen, vrijlopen en hoog druk zetten. Daarmee groeit het team stap voor stap naar een meer complete en wedstrijdgerichte manier van spelen.

In **O17 en richting O23** verschuift het accent steeds meer naar aansluiting op het seniorenvoetbal. In deze fase wordt de speelwijze afgestemd in overleg met de trainers van de selectie, O23 en het HJO, zodat spelers leren functioneren binnen de eisen en uitgangspunten van het voetbal op seniorenniveau. Daarbij blijft gelden dat ontwikkeling centraal staat, maar dat de nadruk toeneemt op wedstrijdgericht handelen, intensiteit, verantwoordelijkheid en het uitvoeren van teamtaken op hoger niveau.



Het bewaken en verder ontwikkelen van de speelwijze is een gezamenlijke verantwoordelijkheid van alle betrokkenen bij de voetbalinhoudelijke kant van de jeugdopleiding. Het HJO, de TJC Onder-, Midden- en Bovenbouw en de hoofdtrainers zien erop toe dat de speelwijze op een passende en gedoseerde manier wordt toegepast binnen de verschillende leeftijdsgroepen en teams.

Meidenvoetbal

FC Vlotbrug vindt het belangrijk dat meiden op een plezierige, veilige en passende manier kunnen voetballen en zich binnen de club kunnen ontwikkelen op een niveau dat aansluit bij hun mogelijkheden, motivatie en beleving. Tot en met de O12 spelen meiden gemengd; vanaf de bovenbouw wordt per speelster gekeken welke plek het beste aansluit bij haar ontwikkeling. De vereniging streeft ernaar om in deze leeftijdsgroepen passende mogelijkheden te bieden, maar is daarbij afhankelijk van de beschikbare teamopbouw en capaciteit. Hierdoor kan het voorkomen dat niet in alle gevallen een volledig passende plek gerealiseerd kan worden. FC Vlotbrug staat open voor verdere groei van het meidenvoetbal, maar formuleert op korte termijn geen concrete uitbreidingsdoelstellingen.

De vereniging hecht eraan dat meiden kunnen voetballen in een veilige en vertrouwde omgeving. Waar nodig en mogelijk wordt daarom rekening gehouden met passende faciliteiten en praktische afspraken, onder meer op het gebied van privacy, omkleden en douchen.
Wanneer de omvang van het meidenvoetbal daar aanleiding toe geeft, kan binnen de jeugdopleiding worden gewerkt met een meidencoördinator of een vast aanspreekpunt. Deze functionaris kan een rol vervullen in de begeleiding, afstemming en verdere ontwikkeling van het meidenvoetbal binnen FC Vlotbrug.

Voetbal+ (passend voetbalaanbod)

FC Vlotbrug vindt het belangrijk dat ook jeugdleden die gebaat zijn bij een passend of aangepast voetbalaanbod de mogelijkheid krijgen om met plezier te voetballen en zich binnen een veilige en positieve omgeving te ontwikkelen.
De vereniging wil in de komende beleidsperiode onderzoeken op welke wijze hier, binnen de mogelijkheden van FC Vlotbrug, verder invulling aan kan worden gegeven. Daarbij staan toegankelijkheid, spelplezier, veiligheid, passende begeleiding en ontwikkeling centraal.

Wanneer de vraag, de organisatie en het beschikbare kader daartoe aanleiding geven, kan een passend voetbalaanbod binnen de vereniging verder worden opgebouwd en uitgewerkt. Daarbij blijft het uitgangspunt dat voor ieder jeugdlid wordt gezocht naar een vorm van voetbal die zo goed mogelijk aansluit bij de mogelijkheden, beleving en ontwikkelbehoefte van de speler.



Toernooien

Deelname aan toernooien vormt een waardevol onderdeel van de jeugdopleiding en het verenigingsleven. Toernooien bieden spelers de mogelijkheid om extra wedstrijdervaring op te doen, zich in een andere setting te meten met andere teams en als team gezamenlijke ervaringen op te bouwen. Daarnaast dragen zij bij aan spelplezier, teamvorming en de betrokkenheid bij de vereniging.

Uitgangspunt binnen de jeugdopleiding is dat ieder jeugdteam gedurende het seizoen deelneemt aan ten minste één uittoernooi. Voor de onderbouw en middenbouw wordt daarnaast gestreefd naar deelname aan een thuistoernooi op het eigen sportcomplex. In de bovenbouw is een thuistoernooi geen vast onderdeel, maar kan deelname afhankelijk zijn van de planning, beschikbaarheid en sportieve invulling van het seizoen.

Om deelname aan toernooien te stimuleren, stelt de vereniging per team een bijdrage beschikbaar voor een betaald toernooi. Daarbij geldt dat een maximumbedrag van € 85,- per team wordt vergoed ten behoeve van de inschrijving. Voor de eerste teams vanaf O9 die uitkomen op ten minste tweede klasse niveau geldt daarnaast dat zij worden ingeschreven voor de Rijnmond Cup. Daarmee krijgen deze teams de mogelijkheid om zich ook buiten de reguliere competitie te meten in een extra prestatieve omgeving.

Bij deelname aan toernooien blijft steeds gelden dat het belang van de speler en het team centraal staat. Toernooien moeten bijdragen aan ontwikkeling, spelplezier en teambeleving en passen binnen de bredere uitgangspunten van de jeugdopleiding.

Leeftijdsindeling en tussenjaren

De indeling van spelers in de juiste leeftijdscategorie vindt plaats op basis van geboortejaar en de per seizoen geldende KNVB-richtlijnen. Uitgangspunt is dat spelers worden ingedeeld in de leeftijdsgroep die hoort bij hun geboortejaar. Wanneer dit in het belang van de ontwikkeling van de speler wenselijk is, kan worden gekeken naar deelname in een hogere leeftijdscategorie. Indeling in een lagere leeftijdscategorie is in beginsel niet het uitgangspunt en vindt alleen plaats wanneer de geldende regelgeving en de belangen van de speler daartoe aanleiding geven. Voor meiden in gemengde competities vanaf O10 geldt de mogelijkheid van automatische dispensatie van één jaar.



Binnen de jeugdopleiding wordt gewerkt met een staffel per seizoen, gebaseerd op geboortejaar en de geldende KNVB-indeling. Deze staffel vormt een hulpmiddel bij teamindeling, doorstroom en het beoordelen van de opbouw van de jeugdopleiding. In de onderbouw is het uitgangspunt dat in principe alle leeftijdscategorieën worden ingevuld. In de bovenbouw is dit mede afhankelijk van het aantal beschikbare spelers, de teambalans en de fysieke ontwikkeling van de groep. Wanneer een volledige bovenbouwlichting qua omvang, belastbaarheid of fysieke ontwikkeling nog niet goed aansluit op de volgende stap binnen de opleidingslijn, kan een tussenjaar worden overwogen. Een tussenjaar is geen doel op zich, maar een organisatorische en ontwikkelingsgerichte keuze die alleen wordt gemaakt wanneer dit aantoonbaar in het belang is van de spelers en de opbouw van de jeugdopleiding. De afweging hiervoor wordt gemaakt door het HJO, de TJC en de betrokken hoofdtrainers, op basis van inhoudelijke observaties, teamvorming en de ontwikkeling van de betreffende groep.

Staffel leeftijdsgroepen per seizoen

Leeftijdsgroep	2026–2027	2027–2028	2028–2029	2029–2030
Onder 7	2020	2021	2022	2023
Onder 8	2019	2020	2021	2022
Onder 9	2018	2019	2020	2021
Onder 10	2017	2018	2019	2020
Onder 11	2016	2017	2018	2019
Onder 12	2015	2016	2017	2018
Onder 13	2014	2015	2016	2017
Onder 14	2013	2014	2015	2016
Onder 15	2012	2013	2014	2015
Onder 16	2011	2012	2013	2014
Onder 17	2010	2011	2012	2013
Onder 19	2009/08	2009/10	2010/11	2011/12



Seizoenstart

Ieder seizoen start binnen de jeugdopleiding met een gezamenlijke kick-off voor trainers en begeleiders. Deze bijeenkomst markeert de start van het nieuwe seizoen en heeft als doel om alle betrokkenen vanuit een gezamenlijke lijn, duidelijke afspraken en herkenbare uitgangspunten aan het seizoen te laten beginnen.
De seizoensstart bestaat uit twee onderdelen. Het eerste deel is gericht op nieuwe trainers en begeleiders. In dit deel wordt aandacht besteed aan praktische zaken, de organisatie binnen de vereniging, de rolverdeling binnen teams, communicatielijnen en de belangrijkste uitgangspunten van het jeugdbeleidsplan.

In het tweede deel sluiten ook de overige trainers en begeleiders aan. Tijdens dit gezamenlijke gedeelte worden onder meer de doelen, verwachtingen, thema's en aandachtspunten voor het nieuwe seizoen besproken. Daarbij is ruimte voor toelichting op de opleidingsvisie, de voetbalinhoudelijke lijn, de begeleiding van trainers en de samenwerking tussen de verschillende lagen binnen de jeugdopleiding.

De kick-off wordt georganiseerd in samenwerking tussen het jeugdbestuur, het Hoofd Jeugdopleiding / Hoofd Opleidingen, de TJC's en de hoofdtrainers. Op die manier wordt vanaf het begin van het seizoen gewerkt vanuit een gedeelde verantwoordelijkheid en een herkenbare verenigingsbrede aanpak

Aantal spelers per team

Bij de samenstelling van teams wordt gestreefd naar een evenwichtige groepsgrootte die past bij de leeftijdscategorie, de spelvorm en de kwaliteit van begeleiding. Een passende teamgrootte draagt bij aan spelplezier, voldoende speelminuten, overzicht tijdens trainingen en een goede ontwikkeling van spelers. Uitgangspunt is daarom dat teams zodanig worden ingedeeld dat zowel trainingen als wedstrijden op een verantwoorde en werkbare manier kunnen worden georganiseerd.

Nieuwe leden die zich na 1 juli aanmelden, worden ingedeeld op basis van beschikbaarheid, leeftijd, niveau en de opbouw van de betreffende leeftijdsgroep. Wanneer het maximum aantal spelers binnen een passend team is bereikt, kunnen nieuwe leden in eerste instantie meetrainen (met een maximum van 2) totdat er ruimte ontstaat om ook wedstrijden te spelen. De plaatsing van nieuwe leden vindt plaats in afstemming met het HJO, de TJC en, waar nodig, de betrokken hoofdtrainer. Daarmee wordt geborgd dat ook latere instroom zorgvuldig en onderbouwd plaatsvindt.
De onderstaande richtlijnen worden gehanteerd bij de teamgrootte per leeftijdscategorie:



Leeftijdscategorie	Minimaal	Maximaal
O7	6	7
O8	8	9
O9	8	9
O10	8	9
O11	10	12
O12	10	12
O13	14	16
O14	14	16
O15	14	16
O16	14	16
O17	14	16
O19	14	16

Bij het formeren van teams aan het begin van het seizoen kan gemotiveerd van deze richtlijnen worden afgeweken, bijvoorbeeld wanneer dit nodig is voor een evenwichtige teamindeling, de opbouw van de leeftijdsgroep of de doorlopende lijn binnen de jeugdopleiding. Daarbij blijft steeds gelden dat het belang van de speler, het team en de vereniging als geheel zorgvuldig tegen elkaar wordt afgewogen. Het uitgangspunt blijft dat spelers worden ingedeeld in een team en omgeving waarin zij met plezier kunnen voetballen en zich zo goed mogelijk kunnen ontwikkelen. Een goede teamgrootte is daarbij geen doel op zich, maar een middel om te zorgen voor passende begeleiding, voldoende wedstrijddeelname en een gezonde balans binnen de jeugdopleiding.

Trainingsopbouw

Binnen de jeugdopleiding wordt bewust gewerkt met trainingen die gestructureerd, herkenbaar en leeftijdsgericht zijn opgebouwd. Een goede training biedt duidelijkheid, zorgt voor veel betrokkenheid en helpt spelers om zich op technisch, tactisch, motorisch en mentaal vlak te ontwikkelen. Daarbij staat steeds centraal dat spelers leren door te voetballen, zelf keuzes te maken en in een veilige en positieve omgeving herhaling en succeservaring op te doen. De KNVB-uitgangspunten en de interne trainerslijn vormen hierbij een belangrijke basis.

Bij het opbouwen van een training wordt gewerkt vanuit de vier gouden trainingsprincipes:

- voetbalecht trainen,
- veel prikkels en plezier,
- coaching en organisatie en afstemming op leeftijd,
- niveau en beleving.

Deze uitgangspunten helpen trainers om trainingen vorm te geven die zowel leerzaam als aantrekkelijk zijn voor spelers. Daarbij geldt dat de inhoud van de training altijd moet passen bij de leeftijdsfase, het niveau van het team en het doel van de training.



Van trainers wordt verwacht dat zij hun training bewust voorbereiden. Dat betekent dat vooraf wordt nagedacht over het trainingsdoel, de gekozen oefen- en partijvormen, de organisatie op het veld en de mate waarin alle spelers actief betrokken zijn. Oefenvormen moeten niet alleen aansluiten bij het doel van de training, maar ook zo worden ingericht dat spelers veel herhalingen krijgen, weinig stilstaan en voldoende succeservaring opdoen. Een training staat daarom bij voorkeur vooraf klaar, zodat rust, tempo en overzicht behouden blijven. In de interne trainersinput wordt dit nadrukkelijk benoemd als onderdeel van goed trainerschap.
De trainers staan vrij in het gebruiken van tools om hun trainingen voor te bereiden, voorbeelden zijn onder andere Rinus [KNVB Rinus | De online assistent-trainer]



Sturctuur training

Binnen FC Vlotbrug wordt gewerkt met een herkenbare trainingsstructuur. Die structuur biedt houvast aan trainers en spelers en zorgt ervoor dat trainingen in opbouw en intensiteit logisch verlopen. In de basis bestaat een training uit de volgende onderdelen:

1. warming-up;
2. oefenvorm 1;
3. oefenvorm 2;
4. oefenvorm 3;
5. partijvorm. (voetbaleigen)

Deze opbouw maakt het voor spelers herkenbaar en helpt trainers om doelgericht te werken. Daarbij geldt dat de warming-up niet als los onderdeel wordt gezien, maar als een functionele voorbereiding op de training of wedstrijd. In de partijvorm komt het geleerde vervolgens zoveel mogelijk terug in een spelrealistische setting.

Warming-up en blessurepreventie

Een goede warming-up vormt een vast en essentieel onderdeel van iedere training en wedstrijd. Binnen de jeugdopleiding wordt daarbij gewerkt vanuit de uitgangspunten van de FIFA 11+ blessurepreventieprogramma's, passend bij leeftijd, belastbaarheid en ontwikkelfase. Voor oudere spelers kan daarbij worden aangesloten op FIFA 11+, terwijl voor jongere spelers eerder wordt gewerkt vanuit de principes van FIFA 11+ Kids of vergelijkbare leeftijdsgerichte varianten. FIFA beschrijft 11+ als een volledig warming-upprogramma om blessures te verminderen bij spelers van 14 jaar en ouder; voor jongere spelers is afzonderlijk 11+ Kids ontwikkeld.

De warming-up is gericht op een verantwoorde voorbereiding van het lichaam op inspanning. Daarbij kan worden gedacht aan rustig inlopen, dynamische mobiliteit, coördinatie- en balansoefeningen, lichte kracht- en loopvormen en, afhankelijk van leeftijd en trainingsdoel, een functionele overgang naar spel- of partijvormen. In de praktische trainersinput binnen de vereniging wordt voor de onderbouw bijvoorbeeld gewerkt met voetenwerk, laddervormen, dribbelen met bal en speelse 1-tegen-1-vormen, terwijl in de bovenbouw ook rondo's, versnellen, dynamische rekoefeningen, motorische vormen en wedstrijdgerichte activering worden gebruikt.

Naast de directe voorbereiding op inspanning draagt de warming-up ook bij aan blessurepreventie. Binnen de jeugdopleiding is aandacht voor trainingsbelasting, motorische ontwikkeling, rompstabiliteit, coördinatie, balans



en het tijdig signaleren van lichamelijke klachten. Trainers, begeleiders, spelers en ouders hebben hierin een gezamenlijke verantwoordelijkheid. Van spelers wordt verwacht dat zij lichamelijke klachten tijdig melden, terwijl van trainers en begeleiders wordt verwacht dat zij alert zijn op signalen van overbelasting en waar nodig rust, aanpassing of doorverwijzing stimuleren.

Voor voorbeelden en praktische uitwerkingen van warming-upvormen per leeftijdscategorie wordt verwezen naar de bijlage Warming-up. voo gewerkt vanuit de uitgangspunten van het FIFA 11 blessurepreventieprogramma, passend gemaakt naar leeftijd en belastbaarheid.

Praktische uitgangspunten bij de training

Binnen de vereniging gelden daarnaast een aantal praktische uitgangspunten die bijdragen aan de kwaliteit van de training:

- spelers moeten zoveel mogelijk actief bezig zijn;
- wachtrijen worden zoveel mogelijk voorkomen;
- oefenvormen worden waar mogelijk speels en voetbalecht ingericht;
- herhaling wordt bewust ingezet, zodat spelers kunnen leren en ontwikkelen;
- de intensiteit blijft voldoende hoog, zodat de focus op het voetballen behouden blijft;
- de trainer sluit aan bij leeftijd, niveau en beleving van de groep.

Deze uitgangspunten sluiten aan bij de bredere visie van de jeugdopleiding, waarin ontwikkeling, spelplezier, veiligheid en herkenbaarheid met elkaar verbonden zijn.

Carousseltrainingen

Binnen de jeugdopleiding wordt gewerkt met carrouseltrainingen als aanvullend instrument voor ontwikkeling, observatie en teamafstemming. Carrouseltrainingen maken het mogelijk om spelers binnen hun eigen leeftijdsbouw in een bredere context te bekijken dan alleen binnen het vaste team. Daarmee leveren zij een waardevolle bijdrage aan de kwaliteit van de opleiding en aan een zorgvuldige onderbouwing van teamindeling, doorstroom en begeleiding.

Uitgangspunt is dat binnen iedere leeftijdsbouw periodiek een carrouseltraining wordt georganiseerd. Deze trainingen worden begeleid door het hoofdtrainer, in samenwerking met de HJO/TJC en de betrokken trainers. Waar mogelijk sluiten O-lichtingen qua trainingstijd en organisatie op elkaar aan, zodat spelers binnen hun eigen bouw op een logische en werkbare manier gezamenlijk kunnen worden bekeken en begeleid.



Carrouseltrainingen kunnen themagericht worden ingericht. Afhankelijk van de fase van het seizoen en de opleidingsbehoefte kan daarbij bijvoorbeeld worden gewerkt vanuit teamfuncties, teamtaken, voetbalhandelingen, positiespel, omschakeling of wedstrijdgericht handelen. Ook kan ervoor worden gekozen om binnen de leeftijdsgroep oefenvormen en onderlinge wedstrijdvormen te organiseren, zodat spelers niet alleen in trainingssituaties maar ook in spelrealistische contexten kunnen worden beoordeeld. Deze werkwijze sluit aan bij de bredere trainerslijn binnen de vereniging, waarin leren, intensiteit, herhaling en voetbalechte vormen centraal staan.

Een belangrijk doel van de carrouseltraining is het signaleren of spelers op dat moment voldoende uitdaging ervaren in hun huidige teamomgeving. Daarbij kan blijken dat een speler mogelijk te hoog of juist te laag is ingedeeld, of dat extra begeleiding of een andere ontwikkelprikkel gewenst is. Daarnaast versterken carrouseltrainingen de binding tussen spelers uit dezelfde leeftijdsgroep en bieden zij trainers de mogelijkheid om gezamenlijk naar de ontwikkeling van spelers te kijken.

De bevindingen uit carrouseltrainingen worden niet uitsluitend op gevoel beoordeeld, maar waar mogelijk vastgelegd in observaties. Deze observaties kunnen worden meegenomen in gesprekken tussen HJO, TJC, hoofdtrainers en trainers en vormen daarmee een aanvullend hulpmiddel bij teamindeling, tussentijdse bijsturing en de beoordeling van doorstroommogelijkheden. Carrouseltrainingen zijn daarmee geen los trainingsmoment, maar een structureel onderdeel van de manier waarop binnen de jeugdopleiding naar spelersontwikkeling wordt gekeken.

A-categorie

Wanneer een jeugdteam promoveert vanuit de 1e klasse in categorie B naar de hoofdklasse en daarmee binnen de betreffende leeftijdscategorie in categorie A uitkomt, verandert ook de context waarin het team opereert. In die omgeving gelden andere wedstrijduitgangspunten en neemt de nadruk op prestatiegericht voetbal toe. Ook in die situatie blijft echter gelden dat de ontwikkeling van spelers centraal staat en dat prestatie voortkomt uit goed opleiden, duidelijke teamtaken en passende begeleiding.

De staf is verantwoordelijk voor het opstellen en uitvoeren van individuele ontwikkelingsplannen voor elke speler in overleg met de HO. Ze creëren ook de randvoorwaarden tijdens wekelijkse trainingen en wedstrijden, zodat de selectiespelers zich zowel individueel als in teamverband verder kunnen ontwikkelen. Naast tactische en technische trainingen zorgt de staf ervoor dat spelers inzicht krijgen in spelbedoelingen en algemene uitgangspunten, zoals balbezit/opbouwen, balbezit van de tegenstander en omschakeling. Daarnaast is het



ontwikkelen van een sterke en evenwichtige persoonlijkheid van de spelers een belangrijk aspect, met als doel groei naar zelfstandigheid, het opbouwen van mentale weerbaarheid en het tonen van winnaarsmentaliteit, verantwoordelijkheid, initiatief, sociaal gedrag in de groep, het verwerken van teleurstellingen en tegenslagen, sportiviteit en respect. Na de winterstop kunnen spelers van de lagere selectie of nieuwe spelers uit de regio worden uitgenodigd voor een stage/meetrainen bij de selectie op basis van aanbeveling van de HO en de betreffende hoofdtrainers.

Wisselbeleid

Bij teams die uitkomen in categorie B geldt als uitgangspunt dat spelers op wedstrijddagen zoveel mogelijk gelijk worden behandeld. Om die reden wordt gewerkt met een wisselschema, waarbij spelers gemiddeld over alle wedstrijden binnen een fase zo evenwichtig mogelijk speelminuten maken. Binnen deze teams staat ontwikkeling in brede zin centraal en is het van belang dat spelers wedstrijdritme opdoen, ervaring op verschillende posities kunnen opbouwen en met plezier blijven voetballen.

In de onderbouw en middenbouw wordt binnen dit wisselbeleid niet alleen gekeken naar speelminuten, maar ook naar veelzijdige ontwikkeling. Dat betekent dat spelers, waar passend, op meerdere posities ervaring kunnen opdoen. Dit geldt in beginsel ook voor de keeper wanneer daar vanuit speler, team en begeleiding aanleiding toe is. Het doel hiervan is om spelers het spel beter te leren begrijpen en hun ontwikkeling niet te vroeg vast te zetten op één rol of positie.

Bij teams die uitkomen in categorie A ligt het accent anders. Ook daar blijft ontwikkeling leidend, maar kan de trainer in de wedstrijdbegeleiding meer rekening houden met belastbaarheid, wedstrijdverloop, teamtaken, leerdoelen en de sportieve context van het moment. Dat betekent niet dat spelers willekeurig of structureel ongelijk worden behandeld, maar wel dat het wisselen in deze teams minder strak volgens een vast schema hoeft te verlopen en sterker kan worden afgestemd op het doel van de wedstrijd en de ontwikkelbehoefte van het team.



Uitgangspunten

Wedstrijden worden in principe met de eigen spelers gespeeld. Alleen wanneer een team onvoldoende fitte spelers beschikbaar heeft, kan een leenspeler worden ingezet. Zodra het minimale aantal fitte spelers is bereikt, worden geen extra leenspelers toegevoegd. De minimale aantallen zijn:

- O8 t/m O10: 8 fitte spelers
- O11 en O12: 10 fitte spelers
- O13 t/m O19: 14 fitte spelers

Bij het inzetten van leenspelers gelden de volgende uitgangspunten:
Leenspelers sluiten zoveel mogelijk aan bij het niveau van het team waarin zij worden ingezet.
De speeltijd van eigen spelers blijft leidend en mag niet worden beperkt door de inzet van leenspelers.
Leenspelers krijgen altijd speelminuten wanneer zij worden ingezet.
Wanneer de beschikbaarheid van spelers of de wedstrijdsituatie daarom vraagt, kan hiervan op incidentele basis gemotiveerd worden afgeweken. In alle gevallen geldt dat keuzes uitlegbaar moeten zijn en passen binnen de uitgangspunten van de jeugdopleiding.

Teambeleid en indeling

De teamindeling komt tot stand op basis van een zorgvuldige, objectieve en zo transparant mogelijke procedure. Het doel daarvan is om iedere jeugdspeler in een team en omgeving te plaatsen waarin hij of zij met plezier kan voetballen en zich optimaal kan ontwikkelen. De teamindeling is daarmee geen eenmalige administratieve handeling, maar een wezenlijk onderdeel van de bredere opleidingsvisie van de vereniging.

Bij teamindeling wordt niet uitsluitend gekeken naar technische, tactische of fysieke kwaliteiten. Ook houding, leerbaarheid, motivatie, discipline, sociaal gedrag en de mate waarin een speler past binnen de teamdynamiek en ontwikkelomgeving worden meegewogen. Een speler die qua voetbalniveau toe lijkt te zijn aan een volgende stap, wordt daarom niet automatisch in een hoger team geplaatst wanneer gedrag, houding of groepsfit daar op dat moment nog onvoldoende bij aansluiten. In dat geval blijft ontwikkeling leidend en kan ervoor worden gekozen eerst te werken aan gedrag, verantwoordelijkheid en teamgeschiktheid.

Bij het opstellen van de teamindeling wordt rekening gehouden met meerdere factoren, waaronder geboortejaar, niveau, ontwikkelpotentieel, fysieke belastbaarheid, motivatie, teambalans, dispensatieregels en, waar passend,



sociale of praktische omstandigheden. Het uitgangspunt blijft steeds dat spelers worden ingedeeld op een niveau waarop zij succeservaringen kunnen opdoen en zich verder kunnen ontwikkelen. Voetballen op een passend niveau is in de regel leerzamer en plezieriger dan structureel onder of boven het eigen niveau spelen.

Binnen deze procedure wordt gebruikgemaakt van verschillende informatiebronnen. Trainersbeoordelingen, observaties tijdens trainingen en wedstrijden, carrouseltrainingen, oefenwedstrijden, toernooien en, waar van toepassing, tussentijdse gesprekken met spelers en ouders helpen om keuzes beter te onderbouwen. Daarmee wordt gestreefd naar een teamindeling gebaseerd op een breed en inhoudelijk beeld van de ontwikkeling van de speler.

Dispensatie

FC Vlotbrug hanteert leeftijdsdispensatie met zorgvuldigheid en terughoudendheid. Het uitgangspunt binnen de vereniging is dat iedere speler in principe in zijn of haar eigen leeftijdscategorie speelt. Dit draagt bij aan een transparante teamstructuur, een pedagogisch verantwoord sportklimaat en een gebalanceerde opbouw van de jeugdopleiding.

Wanneer dispensatie wordt overwogen, wordt altijd gekeken naar de fysieke ontwikkeling, motorische ontwikkeling en sociale ontwikkeling van de speler, evenals naar de teamopbouw en de pedagogische uitgangspunten van de vereniging. Dispensatie wordt alleen toegepast wanneer dit aantoonbaar bijdraagt aan een passende en veilige ontwikkelomgeving.

Daarnaast wordt steeds een zorgvuldige afweging gemaakt tussen het verenigingsbelang, het teambelang en het individueel belang. Deze belangen kunnen soms verschillend wegen, en het is niet altijd mogelijk om alle drie volledig te dienen. Daarom wordt per situatie bekeken welke keuze het meest recht doet aan een gezonde teamstructuur, een positief verenigingsklimaat en de ontwikkeling van de speler, binnen de mogelijkheden van de vereniging. Elk dispensatiegeval wordt jaarlijks met het proces van de teamindeling opnieuw beoordeeld.

Op deze manier zorgt FC Vlotbrug ervoor dat dispensatie nooit automatisch wordt toegepast, maar altijd het resultaat is van een brede, weloverwogen afweging waarin het uitgangspunt van spelen in de eigen leeftijdscategorie leidend blijft.



Procedure teamindeling

Stap 1 – februari

Op basis van het jeugdledenoverzicht per leeftijdscategorie maakt het jeugdbestuur in februari een voorstel voor het aantal teams per leeftijdsgroep. Daarbij wordt gestreefd naar een zo zuiver mogelijke indeling binnen de passende leeftijdscategorie. Het overzicht per geboortejaar vormt hierbij een belangrijke basis.

Stap 2 – maart en april

Op basis van beoordelingen van trainers en begeleiders wordt door het HJO, in afstemming met TJC en betrokken hoofdtrainers, een eerste concept-teamindeling opgesteld. Daarbij wordt rekening gehouden met onder meer geboortejaar, niveau, aantal beschikbare spelers, dispensatieregels, teambalans, wensen en overige relevante omstandigheden. De eerste conceptindeling wordt besproken in trainersoverleg per leeftijdsgroep.

Stap 3 – mei en juni

In mei en juni wordt de conceptindeling getoetst aan de hand van verschillende instrumenten, waaronder trainingen, carrouseltrainingen, oefenwedstrijden en toernooien. Op basis van deze observaties kunnen trainers hun bevindingen terugkoppelen en kan het HJO, samen met TJC en betrokken trainers, wijzigingen aanbrengen in de conceptindeling. In deze fase wordt t.b.v. de onderbouw bepaald welk team in welke KNVB-klasse wordt opgegeven. Bij de bovenbouw vindt de indeling plaats op basis van de teamindex.

Stap 4 – juli

De voorlopige teamindeling wordt in juli vastgesteld en openbaar gemaakt. INa publicatie is er ruimte voor vragen, toelichting en het zorgvuldig bespreken van teleurstellingen. Daarbij geldt dat duidelijkheid en zorgvuldige communicatie richting spelers en ouders belangrijk zijn.

Stap 5 – eerste fase van het seizoen

Op basis van eventuele opzeggingen en nieuwe aanmeldingen in de zomerperiode wordt de teamindeling waar nodig bijgesteld in de eerste fase van het seizoen. Uitgangspunt blijft dat spelers in principe niet lager worden ingedeeld dan in de voorlopige teamindeling, tenzij de vereniging daartoe organisatorisch wordt gedwongen, bijvoorbeeld door het vervallen van een team. Voor spelers die zich na 1 juli aanmelden of later instromen, wordt een passende plaats gezocht in afstemming met HJO en TJC.

Stap 6 – winterstop



In de winterstop wordt beoordeeld of de bestaande teamindeling nog passend is. Op basis van beoordelingen van trainers, hoofdtrainers, HJO en TJC kan worden besloten om aanpassingen door te voeren. Daarbij wordt terughoudend gehandeld: wijzigingen in de winterstop zijn geen doel op zich, maar uitsluitend bedoeld om grote verschillen of duidelijke ontwikkelbelemmeringen op te lossen. Voorafgaand aan een wijziging worden de betreffende spelers en, waar nodig, ouders zorgvuldig geïnformeerd.

Uitgangspunten bij teamindeling

Bij de teamindeling gelden de volgende uitgangspunten:

- iedere jeugdspeler moet de mogelijkheid krijgen om op zijn of haar spelniveau succes te ervaren en zich verder te ontwikkelen;
- voetbal op een passend niveau is in de regel leerzamer en plezieriger dan structureel onder of boven het eigen niveau spelen;
- spelers die zich tijdens het seizoen sterk ontwikkelen, kunnen extra uitdaging krijgen in een hoger team of hogere omgeving, mits dit aantoonbaar in het belang is van hun ontwikkeling;
- dispensatie en uitzonderingen worden niet lichtvaardig toegepast, maar zorgvuldig beoordeeld in relatie tot regelgeving, individuele ontwikkeling speler en teamopbouw;
- keuzes rond teamindeling moeten uitlegbaar en onderbouwd zijn, mede op basis van observaties, trainersinput en vaste beoordelingsmomenten.



Actiepunt	Gewenst resultaat	Wie pakt het op	Wanneer gereed	Benodigde middelen
Overzicht jeugdleden per geboortejaar opstellen	Actueel overzicht per leeftijdsgroep en geboortejaar	Jeugdsecretaris, in afstemming met HJO	Februari	Sportlink
Voorstel aantal teams per leeftijdsgroep opstellen	Eerste organisatorische basis voor teamindeling	Jeugdbestuur, HJO, TJC Onder-, Midden- en Bovenbouw	Februari	Sportlink, ledenoverzicht
Eerste concept-teamindeling voorbereiden	Conceptindeling per leeftijdsgroep	HJO, TJC, hoodtrainers per lichting	Maart	Trainersinput, observaties, spelersoverzicht
Trainersoverleg per leeftijdsgroep organiseren	Afstemming over spelers, niveau, teambalans en aandachtspunten	HJO, TJC, hoofdtrainers	Maart / april	Spelersbeoordelingen, observaties
Eerste conceptindeling bespreken	Inhoudelijke toetsing van de conceptindeling	HJO, TJC, hoofdtrainers betrokken trainers	Uiterlijk eind april	Spelersbeoordelingen, trainersinput
Carrouseltrainingen & observatiemomenten inzetten	Extra onderbouwing voor indeling, doorstroom en ontwikkelbehoefte	HJO, TJC, hoofdtrainers trainers	April / mei / juni	Observatieformulieren, trainingsplanning
Oefenwedstrijden en toernooien benutten als toetsmoment	Praktische beoordeling in wedstrijdcontext	HJO, TJC, hoodtrainers, trainers	Mei / juni	Wedstrijdplanning, observaties
KNVB-klasse per team bepalen	Passende competitie-inschrijving per team	HJO, TJC, hoofdtrainers	Mei / juni	Observaties, teamindeling, KNVB-richtlijnen
Voorlopige teamindeling vaststellen	Definitieve conceptindeling voor publicatie	HJO, TJC, jeugdbestuur	Juni	Alle toetsmomenten, spelersoverzicht
Voorlopige indeling publiceren	Duidelijkheid richting spelers, ouders en kader	Jeugdbestuur, jeugdsecretaris	Juli	Website, communicatiekanalen



Vragen- en toelichtingsmoment organiseren	Zorgvuldige afhandeling van vragen en teleurstellingen	Bestuurslid jeugdzaken, HJO, hoofdtrainers	Juli	Spelersdossiers, beoordelingsinput
Nieuwe leden en aspirant-leden na 1 juli plaatsen	Zorgvuldige latere instroom in passend team	HJO, TJC, betrokken hoofdtrainers	Zomer / eerste fase seizoen	Beschikbare plekken, observatie, proeftraining
Definitieve teamindeling eerste fase seizoen bevestigen	Werkbare indeling na mutaties in zomerperiode	HJO, TJC, jeugdbestuur	Eerste fase seizoen	Opzeggingen, nieuwe aanmeldingen
Tussentijdse evaluatie in winterstop	Bijstellen bij grote verschillen of duidelijke ontwikkelbelemmering	HJO, TJC, hoofdtrainers trainers	Winterstop	Trainersinput, observaties, gesprekken
Wijzigingen zorgvuldig communiceren	Duidelijkheid richting spelers, ouders en kader	JHoofdtrainerr, HJO	Voor hervatting competitie	Gespreksverslagen, teamindeling
Procedure jaarlijks evalueren	Verbeterde werkwijze voor volgend seizoen	Bestuurslid jeugdzaken, jeugdbestuur, HJO, TJC	Einde seizoen	Evaluatie, ervaringen uit praktijk



Bijlage – Warming-up

Doel van de warming-up

Een goede warming-up vormt een vast onderdeel van iedere training en wedstrijd binnen de jeugdopleiding van FC Vlotbrug. Het doel van de warming-up is om spelers zowel fysiek als mentaal voor te bereiden op inspanning, de overgang naar de training of wedstrijd geleidelijk te laten verlopen en het risico op blessures zoveel mogelijk te beperken.

Binnen FC Vlotbrug wordt de warming-up niet gezien als een los beginmoment, maar als een functioneel onderdeel van de totale trainingsopbouw. De warming-up sluit aan bij de leeftijd, belastbaarheid, ontwikkelfase en het doel van de training of wedstrijd.

Uitgangspunten

Bij het uitvoeren van de warming-up gelden de volgende uitgangspunten:

- Iedere training en wedstrijd start met een warming-up;
- De warming-up is afgestemd op leeftijd, niveau en belastbaarheid;
- De warming-up richt zich op activatie, mobiliteit, coördinatie en voorbereiding op voetbalhandelingen;
- De warming-up draagt bij aan blessurepreventie;
- De warming-up sluit aan op het trainings- of wedstrijddoel.

Binnen de jeugdopleiding wordt gewerkt volgens de uitgangspunten van het FIFA 11+ blessurepreventieprogramma, passend gemaakt aan de leeftijd en belastbaarheid van spelers. Bij jongere spelers ligt de nadruk op speelse activatie, motoriek, coördinatie en balgevoel. Naarmate spelers ouder worden, verschuift de focus naar mobiliteit, rompstabiliteit, kracht, balans, loopvormen en wedstrijdgerichte voorbereiding.

Opbouw van de warming-up

Afhankelijk van leeftijd en trainingsdoel bestaat de warming-up uit een combinatie van onderstaande onderdelen:

- Algemene activatie (rustig inlopen of bewegen);
- Dynamische mobiliteitsoefeningen;
- Coördinatie- en balansoefeningen;
- Lichte kracht- en stabiliteitsoefeningen;
- Loopvormen, versnellen en wenden/keren;
- Voetbalgerichte balvormen;
- Een spel- of partijgerichte overgang naar de kern van de training.

De warming-up is doelgericht, maar blijft aantrekkelijk en uitdagend. Met name in de onderbouw staan plezier, veel beweging en betrokkenheid centraal.



Warming-up per leeftijdsfase

Onderbouw (O7 t/m O12)

Binnen de onderbouw ligt de nadruk op plezier, motorische ontwikkeling en bewegen met en zonder bal.

Voorbeelden:

- Dribbelen en bewegen met bal;
- Voetenwerk en eenvoudige coördinatievormen;
- Laddervormen, pionnen, ringen en richtingsveranderingen;
- Eenvoudige 1-tegen-1-vormen;
- Reactie- en tikspelen;
- Lichte balansoefeningen.

Uitgangspunt is dat spelers veel in beweging blijven en op speelse wijze voorbereid worden op de training.

Voorbeeldschema warming-up Onderbouw (O7 t/m O12)

VOORBEELD WARMING-UP ONDERBOUW (JO7 T/M JO12)

DOEL: plezier, activatie, motorische ontwikkeling en voorbereiding op voetbalactiviteiten

DUUR: ± 10–15 MINUTEN

ONDERDEEL	OEFENING	TIJD	DOEL
1	Dribbelen door vak	2 MINUTEN	Activatie, balgevoel en oriëntatie
2	Reactiespel (kleur-, richting- of signaalspel)	2 MINUTEN	Coördinatie, reactiesnelheid en concentratie
3	Laddervorm of bewegingsparcours	2 MINUTEN	Voetenwerk, motoriek en lichaamscontrole
4	Balansoefening (staan op één been met bal)	2 MINUTEN	Balans, stabiliteit en lichaamsbewustzijn
5	1-tegen-1 of klein partijspel	3–4 MINUTEN	Wedstrijdgerichte activatie en spelplezier

AANDACHTSPUNTEN TRAINER

- Zorg voor veel beweging en weinig wachttijd
- Stimuleer plezier en succeservaringen
- Geef korte en duidelijke instructies
- Laat spelers bewegen met én zonder bal
- Bouw intensiteit geleidelijk op richting training of wedstrijd

UITGANGSPUNT: in de onderbouw staat niet de fysieke belasting centraal, maar het ontwikkelen van beweegvaardigheid, coördinatie en spelplezier als basis voor blessurepreventie en voetbalontwikkeling.



Bovenbouw (O13 t/m O19)

Binnen de bovenbouw wordt de warming-up meer gericht op fysieke voorbereiding en blessurepreventie.

Voorbeelden:

- Rustig inlopen en dynamische mobiliteit;
- Coördinatie- en loopvormen;
- Rompstabiliteit en lichte krachtvormen;
- Sprint-, rem- en wendvormen;
- Balansoefeningen;
- Rondo's en voetbalgerichte activatievormen;
- Wedstrijdgerichte voorbereidingsvormen.

Binnen deze leeftijdsfase wordt extra aandacht besteed aan controle, stabiliteit en verantwoord opbouwen van trainingsbelasting.

Voorbeeldschema warming up bovenbouw (O13 t/m O19)

VOORBEELD WARMING-UP
BOVENBOUW (JO13 T/M JO19)

DOEL: blessurepreventie, fysieke voorbereiding en wedstrijdactivatie — **DUUR:** ± 15–20 MINUTEN

ONDERDEEL	OEFENING	TIJD	DOEL
1	Rustig inlopen + dynamische mobiliteit	3 MINUTEN	Algemene opwarming, doorbloeding en mobiliteit
2	Knieheffen, hakken-billen, zijwaarts lopen, carioca	3 MINUTEN	Mobiliteit, coördinatie en activatie
3	Core & stabiliteit (plank, zijplank, squats)	4 MINUTEN	Rompstabiliteit, controle en blessurepreventie
4	Versnellen, sprinten en remmen (acceleratie & deceleratie)	4 MINUTEN	Explosiviteit, controle en krachtopbouw
5	Wenden/keren & richtingveranderingen (pionnen- of reactievorm)	2–3 MINUTEN	Wendbaarheid, balans en controle
6	Balansoefeningen (1 been, landing control, sprongen)	2–3 MINUTEN	Enkel-, kniecontrole en stabiliteit
7	Rondo of positiespel (wedstrijdgerichte activatie)	4–5 MINUTEN	Voetbalspecifieke activatie en wedstrijdvoorbereiding

AANDACHTSPUNTEN TRAINER

- Kwaliteit van bewegen boven snelheid
- Knie boven voet bij landen en draaien
- Geleidelijke opbouw van intensiteit
- Stimuleer controle, niet alleen snelheid
- Sluit aan op het doel van de training of wedstrijd

UITGANGSPUNT: de warming-up is een vast onderdeel van iedere training en wedstrijd en draagt bij aan prestaties, ontwikkeling en blessurepreventie.

Trainers kunnen binnen deze kaders variëren in oefenvormen, mits de uitgangspunten van activatie, blessurepreventie en leeftijdsgericht trainen behouden blijven.



Relatie met blessurepreventie

De warming-up maakt onderdeel uit van het bredere beleid rondom blessurepreventie binnen FC Vlotbrug. Naast de warming-up wordt ook gekeken naar:

- Trainingsbelasting en herstel;
- Fysieke ontwikkeling;
- Signalering van klachten;
- Materiaalgebruik;
- Bewustwording bij trainers, spelers en ouders.

Van trainers en begeleiders wordt verwacht dat zij alert zijn op signalen van overbelasting, verminderde belastbaarheid of lichamelijke klachten. Spelers en ouders/verzorgers worden gestimuleerd om klachten tijdig te melden. Uitgangspunt binnen FC Vlotbrug is dat er bij terugkerende of aanhoudende pijnklachten niet wordt doorgelopen of doorgespeeld zonder passende beoordeling of herstelmoment.

Materialen en uitvoering

Voor het uitvoeren van de warming-up kunnen onder andere worden gebruikt:

- Pionnen;
- Loopladders;
- Ringen;
- Ballen;
- Hoedjes;
- Passmaterialen;
- Elastieken of andere eenvoudige hulpmiddelen voor activatie.

Daarnaast geldt dat spelers zelf verantwoordelijk zijn voor het dragen van geschikte sportkleding en voetbalschoenen die passen bij de ondergrond. Het dragen van scheenbeschermers is verplicht. Bij koud weer wordt getraind in passende, warme kleding.

Verantwoordelijkheid

Een goede warming-up is een gezamenlijke verantwoordelijkheid van trainers, begeleiders en spelers.(Hoofd)trainers zorgen voor een passende voorbereiding; spelers nemen actief deel en melden lichamelijke klachten tijdig bij de hoofdtrainer.

Doorontwikkeling

De warming-up wordt periodiek geëvalueerd en waar nodig aangepast op basis van nieuwe inzichten, ervaringen en ontwikkelingen binnen het technisch beleid van FC Vlotbrug.