

Van pupil E naar D...

Van 7-tal... 2 * 25 min

Knippen??



huitenspel??

Diep gaan??

...naar 11-tal...

rechtsvoeten??

...wat moet ik daar mee?



Een kennismaking voor (toekomstige) D pupillen

2 * 30 min

Opbouwen??

Inhoudsopgave

Voorwoord	2
Het speelveld	3
Wat zijn de Hoofdmomenten?	4
Echte Voetbaltermen.....	5
Spelregelwijzigingen.....	6
Buitenspel.....	<u>7</u>
Grondregel buitenspel	<u>7</u>
Strafbaar en niet-strafbaar buitenspel.....	<u>8</u>
<u>Spelsysteem SC Joure</u>	
De basisformatie.....	<u>9</u>
Taken die aan de verschillende posities zijn verbonden	<u>10/11/12</u>
Uitgangspunten voor goed voetbal.....	<u>13</u>
<u>Gedragsregels en omgaan met materiaal.....</u>	<u>14</u>
Voor de ouders.....	<u>15</u>
Tot slot	<u>16</u>



een SC Joure 11-tal...?

Voorwoord

Beste voetballer (en -ster natuurlijk),

Hier ligt dan een boekje voor je met de titel "Van pupil E naar D... wat moet ik daar mee?" Als je dat wil weten moet je dit boekje eigenlijk eerst maar eens doorlezen. Er verandert namelijk nogal wat als je van de E-pupillen naar de D-pupillen gaat en daarom leek het ons handig om een boekje uit te brengen waarin we alvast een aantal dingen vertellen en laten zien wat er zo allemaal verandert bij de D-pupillen. Wat dacht je bijvoorbeeld van een klein naar groot veld, of nieuwe spelregels, een team van 11 spelers in plaats van 7 spelers, buitenspel enzovoort.

Nu moet je niet denken dat als je dit boekje hebt gelezen, je ook alles al weet. Wel nee, maar we hopen dat je wel een beetje het idee hebt wat er zo allemaal bij komt kijken in de D-pupillen.

Voetbal doe je namelijk niet alleen maar met je voeten en benen maar ook met je hoofd. Je moet namelijk best het een en andere weten en soms ook goed nadenken om goed te kunnen voetballen.



Maar het allerbelangrijkste blijft natuurlijk wat je allemaal met die bal kan en dat kan je op de training oefenen maar natuurlijk kan je zelf ook op straat heel veel aan je techniek doen, door gewoon een bal te pakken en lekker aan de slag te gaan. Ga maar een balletje hoog houden, scharen oefenen, kappen, tegen een muurtje schieten etc., maar ook met je vriendjes gewoon lekker een partijtje spelen. Veel goede topvoetballers hebben het voetbal op straat geleerd en dat blijft natuurlijk een hele goede leerschool.

Enne... laat je papa en/of mama ook maar alvast wat lezen, dat is handig als ze straks langs de kant staan en ze horen een coach bijvoorbeeld roepen dat je moet knijpen, zodat ze snappen dat ze dan echt niet boos hoeven te worden!

We hopen dat je het volgend seizoen een heel leuk jaar hebt bij de D-pupillen!

We wensen je veel leesplezier en hopelijk heb je er wat aan!

Met vriendelijke sportgroet van
Technische Staf Pupillen SC JOURE

Het speelveld

Hier is het speelveld: een besluit van het bestuur van de KNVB geeft aan dat de lengte maximaal 105 en minimaal 100 meter moet zijn. Voor de breedte geldt maximaal 69 en minimaal 64 meter.

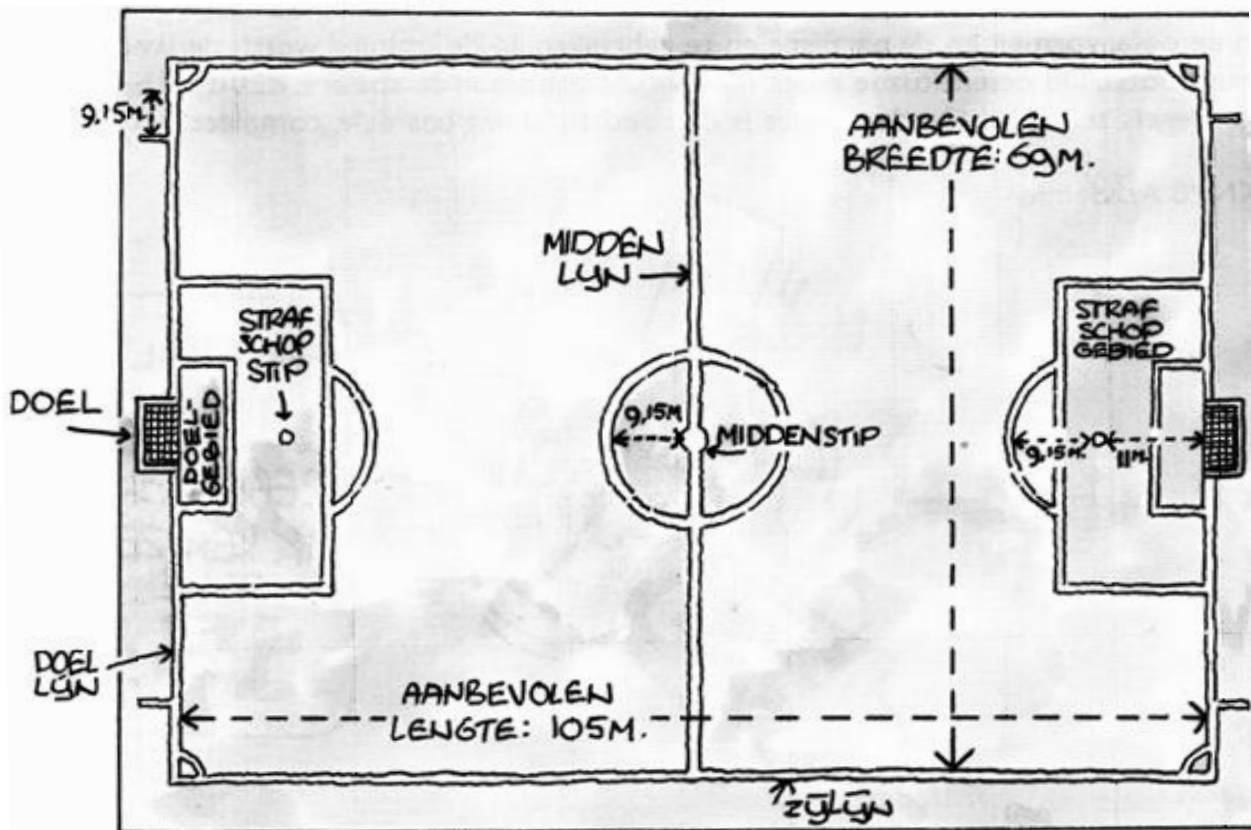
De doelen (7,32 meter breed bij 2,44 hoog) staan op het midden van de doellijnen.

Afmetingen doelgebied: 18,32 meter bij 5,50 meter. Afmetingen strafschopgebied: 40,32 meter bij 16,5 meter. De lijn die het strafschopgebied begrenst en evenwijdig aan de doellijn loop, wordt 16-meterlijn genoemd.

Het strafschoppunt bevindt zich tegenover het midden van de doellijn op een afstand van 11 meter van die lijn. Straal middencirkel: 9,15 meter.

De vier hoekschopgebieden hebben elk een straal van 1 meter (100 cm).

Op de hoekpunten staat een hoekvlaggenstok die boven de grond niet korter dan 1,50 meter mag zijn en niet in een punt mag eindigen. Tijdens de wedstrijd moeten deze vlaggen op hun plaats blijven.



Let op! Dit is uit een spelregelboek van de KNVB gehaald en misschien staan er nog een beetje moeilijke termen in zoals bijvoorbeeld "een straal van een meter" en woorden als "evenwijdig" enzo. Als je het niet begrijpt vraag je het gewoon effies aan je vader of aan de juffrouw of meester op school. Zo zie je dat voetbal niet voor domme jongens is, maar je eigenlijk best wel moet opletten op school want anders snap je ook niks van de voetbalregels.

Wat zijn de Hoofdmomenten?

Wat zijn nou weer **Hoofdmomenten**? Heeft dat iets met koppen te maken? Is dat een moment in het voetbal dat je iets met je Hoofd moet doen?

Nee, het heeft niets met koppen te maken! Met hoofdmomenten bedoelen we in het voetbal de belangrijkste momenten. Maar wat zijn nou de belangrijkste momenten, dus de **Hoofdmomenten**?



.....Is dit nou eer
"HOOFDMOMENT"

Een belangrijke moment is natuurlijk als jouw ploeg de bal heeft want dan kan je gaan proberen een doelpunt te gaan maken en te gaan aanvallen.

Dat moment noemen we in voetbaltermen:

BALBEZIT, de afkorting hiervoor is **BB**.

Maar een ander belangrijk moment is natuurlijk ook als de tegenstander de bal heeft want dan moet je proberen te voorkomen dat ze een doelpunt maken en dan moet je proberen de bal weer te krijgen. Dat moment noemen we in voetbaltermen:

BALBEZIT TEGENSTANDER, de afkorting hiervoor is: **BBT**.

En als dat lukt hebben we gelijk nog een belangrijk moment namelijk het moment dat de tegenstander de bal heeft en jouw ploeg hem weer veroverd, maar natuurlijk ook andersom als jouw team de bal heeft en hem weer krijgt raakt. Die twee momenten noemen we met een duur woord: **OMSCHAKELING**.

SC JOURE

Echte voetbaltermen

Diep	In richting van het doel tegenstander.
Breed	Naar de zijkant of in de breedte richting van het veld. Let op! Je kan breed en diep spelen maar ook lopen.
As van het veld	Lengte as van het veld waar nummers 3, 4, 10 en 9 spelen. Teken in gedachte een lijn van penalty-stip naar de andere penalty-stip en je hebt de as.
Knijpen	Naar de as lopen als de bal aan de andere kant van het veld is verdedigende term.
Coachen	De trainer coacht natuurlijk maar ook spelers kunnen (nee: moeten!) elkaar coachen en dan bedoelen we dat ze in de wedstrijd praten met elkaar, dus elkaar helpen.
Groot maken	Ver uit elkaar spelen, om meer ruimte voor de aanval te krijgen.
Klein maken	Dicht bij elkaar spelen, zodat het verdedigen makkelijker wordt.
Pass	Het spelen van de bal.
Rust	Tussen de 1 ^e en de 2 ^e helft hebben we natuurlijk rust, maar als dit wordt geroepen door de trainer of medespelers betekent het vaak dat je de tijd hebt en niet gehaast moet spelen.

Nou dit waren er dus een paar maar als je er één tegenkomt en je weet niet wat het betekent, vraag het dan aan je trainer of aan iemand anders, die het misschien wel weet.

Nog een voetbal term: positioneel dekken:



Spelregel wijzigingen

Bij de overgang van de E pupillen naar de D pupillen komen ook een aantal spelregelwijzigingen om de hoek kijken. Eigenlijk is het een grote stap voorwaarts, naar het hele echte voetbal. Dus, nu gaan we spelen op een groot veld, met echt buitenspel, keepers die de bal na een terugspeelbal niet meer in hun handen mogen pakken, etc. etc. Hier zetten we in het kort de belangrijkste wijzigingen op een rijtje. In het volgende hoofdstuk gaan we uitgebreid in op buitenspel, een van de interessantste, maar ook moeilijkste spelregels van het voetbal...niet alleen voor de spelers en scheidsrechters, maar ook voor de toeschouwers (dus laat dat hoofdstuk zeker aan je ouders lezen!).

Enne...scheids/grensrechters hebben altijd gelijk met buitenspel, ook al hebben ze dat niet...

D-pupillen

Aantal spelers in het veld	11 per team, met max. 5 wisselerspelers
Speelveld	Normale grootte
Duur wedstrijden	2 maal 30 minuten
Buitenspel	Ja
Directe vrije trappen	ja (net als indirecte vrije trappen)
Spelhervatting keeper (doeltrap)	Van de rand van het 16 meter gebied
Wisselerspelers	onbeperkt doorwisselen
Straffen	5 minutenregeling
Terugspelen op de keeper?	niet in de handen nemen!, m.u.v. een kopbal b.v.
6 seconderegeling keeper	ja
Aanvoerder	ja
Grensrechters	Ja
Uitzonderingen	Geen hele corners (10.15m vanaf cornervlag)



Buitenspel

Grondregel buitenspel

Een speler staat buitenspel als hij dichterbij de doellijn van de tegenpartij is dan de bal. Op deze grondregels zijn een aantal uitzonderingen:

- ❑ Het is nooit buitenspel als een speler op zijn eigen speelhelft staat;
- ❑ Het is nooit buitenspel als een speler niet dichterbij de doellijn van de tegenpartij staat dan de voorlaatste tegenstander.
- ❑ Een speler staat eveneens NIET strafbaar buitenspel indien hij de bal RECHTSTREEKS ontvangt uit een doelschop, hoekschop of inworp.

Als er sprake is van strafbaar buitenspel, onderbreekt de scheidsrechter het spel en laat een speler van de andere partij een indirecte vrije trap nemen. Tot het moment waarop de indirecte vrije trap genomen is, houdt de scheidsrechter een arm omhoog. Hij houdt de arm omhoog, tot het moment waarop de bal door een andere speler (tegenpartij of teamgenoot) wordt aangeraakt of tot het moment waarop de bal het speelveld verlaat. Als je gelijk staat met de voorlaatste verdediger kan je nooit buitenspel staan.

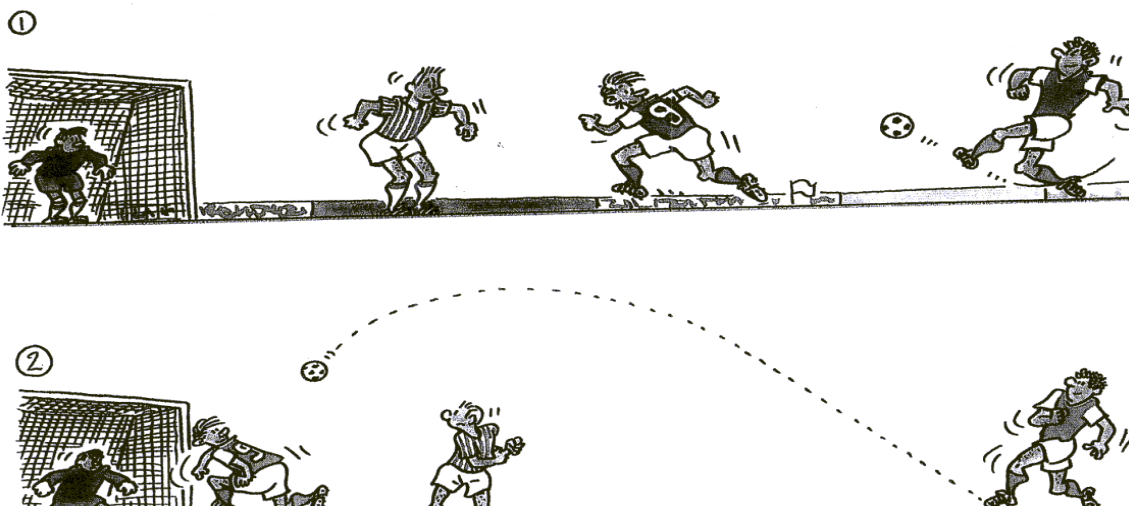
Strafbaar en niet-strafbaar buitenspel

a. Men onderscheidt strafbaar en niet-strafbaar buitenspel.

Een speler wordt alleen voor zijn buitenspelpositie bestraft indien hij, op het moment dat de bal wordt geraakt of gespeeld door een medespeler, naar het oordeel van de scheidsrechter, actief bij het spel is betrokken door:

- ❑ in te grijpen in het spel of
- ❑ een tegenstander in diens spel te beïnvloeden of
- ❑ voordeel te trekken uit zijn buitenspelpositie.

b. Het moment waarop de scheidsrechter de situatie van een aanvaller beoordeelt is, dus het moment waarop één van zijn medespelers de bal speelt (1) of aanraakt en niet het moment waarop de aanvaller de bal ontvangt (2).



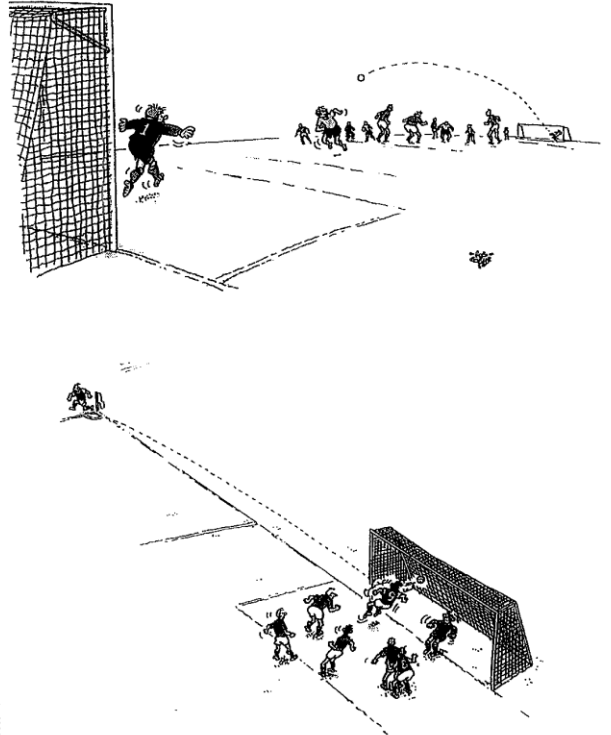
.....nog meer **BUITENSPEL**

Buitenspel III

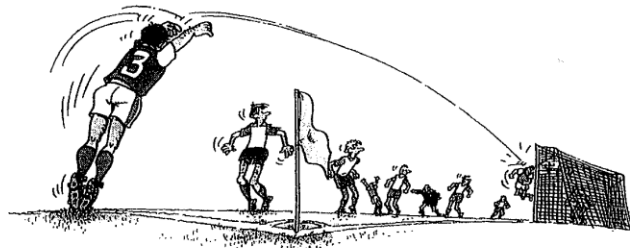
a. Een speler staat wel buitenspel maar is om die reden niet strafbaar; als hij niet ingrijpt in het spel of het spel van de tegenstander niet beïnvloed of anderszins geen voordeel trekt uit zijn positie. Men zegt dan ook wel: als hij niet actief bij het spel is betrokken.



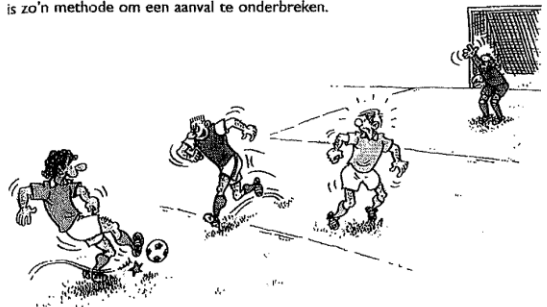
b. Een speler staat eveneens niet strafbaar buitenspel indien hij de bal rechtstreeks ontvangt uit een doelschop, hoekschop of inworp.



Inworp dus geen buitenspel



"Het stapje vooruit" op het juiste moment door de achterste verdedigingslinie gedaan, is zo'n methode om een aanval te onderbreken.



Buitenspel IV

a. "Buitenspel zetten" hoort bij het verdedigen.



b. Dat gaat niet op voor de verdediger die achter de doellijn gaat staan om op die manier de tegenpartij buitenspel te zetten. De verdediger die dat bewust doet, maar ook de verdediger die per ongeluk achter de doellijn terecht komt zonder de bedoeling te hebben de tegenpartij buitenspel te zetten, wordt in beide gevallen geacht zich binnen de lijnen te bevinden. Dit is dus niet de goede manier om je tegenstanders door buitenspel uit te schakelen.



Let op! Dit is natuurlijk best wel een moeilijke spelregel en ga maar eens met je vader en/of moeder doornemen wat nou wel en wat nou weer niet buitenspel is.

.....

SC JOURE spelsysteem; algemeen uitgangspunt

Uitgangspunt voor de D-pupillen is het 1-4-3-3 spelsysteem.

Het 1-4-3-3 spelsysteem is belangrijk bij voetbalvereniging SC JOURE.

De basisformatie

Deze formatie is 1-4-3-3, 1 keeper, vier verdedigers (de vrije man schuift door), drie middenvelders en drie aanvallers. Binnen deze drie linies zijn weer specifieke posities. Voor elke positie is in principe een speler nodig die daarvoor kwaliteiten heeft. Voorbeeld: vleugelspitsen om het spel breed te houden en ruimte te creëren in het centrum.

Algemene spelopvatting gehele team bij balbezit

- vrijlopen;
- veld groot maken, in de breedte en in de lengte;
- eerste bedoeling is scoren en niet het voorkomen van doelpunten;
- spelen op de helft van de tegenstander;
- verzorgt voetbal van achteruit, niet alleen de lange bal.

Algemene spelopvatting gehele team bij balverlies

- veld klein maken, in de lengte en in de breedte;
- bij balverlies z.s.m. de bal weer veroveren, daar waar je hem verliest, hem weer veroveren;
- vooruit verdedigen, bij balverlies niet achteruit lopen;
- verdedigen begint in de voorhoede;



SC JOURE

Taken die aan de verschillende posities zijn verbonden

Voetbal is een teamsport. Het is daarom niet alleen belangrijk dat je weet wat je op je eigen positie moet doen bij BB (balbezit) of BBT (balbezit tegenstander), het is dus ook van belang dat je begrijpt welke taken je medespelers hebben.

	VERDEDIGEND	OPBOUWEND	AANVALLEND
Doelverdediger 1	<ul style="list-style-type: none"> - positiekiezen t.o.v. de bal (constant meedoen bij een aanval van de tegenpartij.) - organiseren en leiden van de verdediging - duidelijk en tijdig aangeven wanneer wordt uitgelopen en wanneer een verdediger moet ingrijpen. 	<ul style="list-style-type: none"> - juiste voortzetting bij balbezit (rollen, werpen of trappen) - leiden van de verdediging (laten aansluiten e.d.) 	
Vleugelverdediger 2, 5	<ul style="list-style-type: none"> - dekken van de vleugelaanvaller van de tegenpartij. - geven van rugdekking aan het centrum bij een aanval over de andere vleugel (knijpen). - indien gepasseerd dan herstellen naar het centrum 	<ul style="list-style-type: none"> - vrijlopen om aanspeelbaar te zijn voor doelverdediger, centrale verdediger, middenvelder en vleugelaanvaller. - in combinatie spelen met bovengenoemde medespelers 	<ul style="list-style-type: none"> - op het juiste moment inschakelen wanneer er voldoende ruimte is. - zo lang mogelijk met de bal doorgaan wanneer er een vrij veld is, dus niet van grote afstand "gedekte" aanvaller bedienen.
Centrale verdediger (vrijeman) 4	<ul style="list-style-type: none"> - geven van rugdekking aan de overige (vleugelverdediger - voorstopper) - afstoppen van opkomende middenveldspelers - afstoppen van doorgebroken vleugelaanvallers - en centrale aanvaller - leiden en organiseren van de verdediging - het klein houden van het speelveld (spelen op buitenspel) - goed samenwerken met de 10 	<ul style="list-style-type: none"> - vrijlopen (bij voorkeur in voorwaartse richting) om voor de vleugelverdedigers de doelverdediger en middenveldspelers aanspeelbaar te zijn - leiding geven aan de verdediging (laten aansluiten bij doeltrap e.d.) - goed samenwerken met de 10 	<ul style="list-style-type: none"> - inschakelen bij balbezit op middenveld - indien mogelijk inschakelen bij hoekschoppen op doel van de tegenpartij - bij een "vrij" veld zolang mogelijk doorgaan, creëren van een numerieke meerderheid - goed samenwerken met de 10

SC JOURE

<p>Centrale verdediger (voorstopper)</p> <p>3</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dekken van de centrumspits van de tegenpartij - ophouden van de aanval bij een numerieke overmacht van de tegenpartij (geen aanval op de bal doen) 	<ul style="list-style-type: none"> - vrijlopen om voor directe omgeving makkelijk aanspelbaar te zijn - indien mogelijk inschakelen bij combinatie van middenveld 	<ul style="list-style-type: none"> - inschakelen bij vrije trappen of hoekschoppen in overleg met de laatste man
<p>Middenvelder</p> <p>6, 8</p>	<ul style="list-style-type: none"> - dekken van een middenveldspeler van de tegenpartij die het dichtst in de eigen uitgangspositie speelt - rugdekking geven aan middenveldspeler van de andere kant van het speelveld (knijpen) - ruimtedekking toepassen bij numerieke overmacht (dus geen aanval op de bal doen, maar aanval ophouden) - zorgen zo lang mogelijk de tegenstander voor je te houden 	<ul style="list-style-type: none"> - vrijlopen om voor verdedigers en doelvrededigers aanspelbaar te zijn - ruimte creëren om combinatiespel gemakkelijk te maken (vrijlopen naar zijkanten van het veld en vooral ook in voorwaartse richting) 	<ul style="list-style-type: none"> - inschakelen in de aanval (het benutten van de ruimte die wordt gecreëerd door de aanvallers) - slechts één middenvelder tegelijk in de aanval, dus goed onderling overleg - afspeelmogelijkheden creëren voor aanvallers (terugpass)
<p>Middenvelder (mid-mid)</p> <p>10</p>	<ul style="list-style-type: none"> - goed samenwerken met 9 om het verdedigingscentrum van de tegenstander op te vangen - goed samenwerken met 4 - ruimtedekking toepassen bij numerieke overmacht (dus geen aanval op de bal doen, maar aanval ophouden) - zorgen zo lang mogelijk de tegenstander voor je te houden 	<ul style="list-style-type: none"> - goed samenwerken met 4 - alles gericht op behoud balbezit (bv bal naar de vleugels) en bij voorkeur creëren van doelmogelijkheden (bv diepten/ of steekballen op spits of vleugelspelers) 	<ul style="list-style-type: none"> - goed samenwerken met 4 - bij diepe ballen aansluiting zoeken bij de voorhoede spelers - goed samenwerken met 9 - afmaken van doelmogelijkheden (schieten en/of individuele actie op het doel)

SC JOURE

Vleugelaanvaller 7, 11	<ul style="list-style-type: none"> - afdekken van de vleugelverdediger - het "storen" van de opbouw van de tegenpartij (in nauwe samenwerking met de andere aanvallers) - tegenstander aan de buitenkant dwingen (centrum-kortste weg naar het doel- afschermen) - bij een hoekschop van de tegenpartij op 9.15m meeverdedigen 	<ul style="list-style-type: none"> - ruimte creëren t.b.v. de opbouw van de aanval, dus tegenstander naar eigen helft dringen 	<ul style="list-style-type: none"> - trachten zo snel mogelijk met de bal tot de doellijn te komen door combinatiespel of individuele actie - kortste weg naar het doel en oogcontact houden met opkomende medespelers
Centrumaanvaller 9	<ul style="list-style-type: none"> - afdekken van een eventuele opkomende centrale verdediger - het "storen" van de opbouw van de tegenpartij in samenwerking met de beide vleugelaanvallers - voorkomen van passes in de lengterichting van het veld van de centrale verdedigers - "ophouden" van het spel van de tegenstander 	<ul style="list-style-type: none"> - creëren van ruimte in de lengterichting van het veld (naar het doel van de tegenstander toe) t.b.v. een makkelijkere opbouw van de aanval - beide centrale verdedigers "binden" door steeds de achterste man op te wachten 	<ul style="list-style-type: none"> - d.m.v. individuele acties of combinatiespel komen tot scoringskansen - creëren van ruimte voor opkomende medespelers door "terugvallen" op het middenveld - het benutten van de ruimte die een terugblijvende vleugelaanvaller heeft gecreëerd (het sprinten in de gaten) - goed samenwerken met 10

Linksbuiten
11

Spits
9

Rechtsbuiten
7

Linkshalf
8

Mid-Mid
10

Rechtshalf
6

Vorstopper

Linksback

5

3

Rechtsback

Libero/Laatste man
4

2

Doelman

1

Uitgangspunten voor goed voetbal

De uitgangspunten die voor alle spelers van het team gelden zijn ondermeer uit te drukken in de volgende aspecten.

Voetbal om te winnen

Denk in teamverband, steun elkaar en moedig elkaar vooral aan

Elkaar op fouten wijzen is OK, maar ga verder met voetballen

Straal zelfvertrouwen en overtuiging uit

Sta boven je tegenstander, maar sportief en met respect

Accepteer een beslissing van de scheidsrechter en GEEN "ja, maar"

Speel in een organisatie en houd je eigen positie aan

Laat je medespeler merken (ZIEN) wat je van plan bent

Elkaar coachen (HELPEN) is erg belangrijk

Eigen spel en tempo bepalen

Gebruik de ruimte op het veld en voorkom kluitvorming

Let op veld- en weersomstandigheden

Werk aan zelfkritiek (Accepteer opbouwende coaching en blijf voetballen)

Gedragsregels

Als je bij SC JOURE voetbalt, vinden we ook dat je ervoor moet zorgen dat wij als voetbalclub onze goede naam houden. Je moet je ook altijd goed gedragen als je te gast bent bij een andere club, maar dat geldt natuurlijk ook bij en rondom Sportpark Hege Simmerdyk. Je maakt geen troep en vernielen van kleding, spullen en/of materiaal zullen wij dan ook niet toestaan en wordt hard aangepakt. Ook willen wij geen gevloek en/of grof taalgebruik op de sportvelden. Daarnaast is het natuurlijk vanzelfsprekend dat je je ook behoorlijk gedraagt in het voetbalveld tegenover de scheidsrechter, medespelers en tegenstanders. En als een voetbalmaatje van je een keer zijn beheersing kwijtraakt, probeer hem dan te helpen, zodat hij geen dingen doet of roept waar hij later spijt van kan krijgen. Ook willen wij jullie verzoeken om zuinig te zijn op de spullen die op de training en wedstrijden door de club beschikbaar worden gesteld (denk aan ballen, hesjes, doeltjes e.d.). Dus als je op de training een bal kwijt bent, zoek hem dan even na de training met het hele team op. Een bal kost immers heel veel geld en het is zonde als we dat zoekmaken.

SC JOURE

Voor de ouders

Wat voor de spelers geldt, is natuurlijk ook van toepassing op de ouders. Ook van de ouders verwachten wij dat ze zich naar behoren gedragen en SC JOURE op een positieve wijze uitdragen. Maar ook als supporter (vaak van je eigen zoon/dochter, kleinzoon/dochter, broer/zus of vriend(in)) is het leuk en belangrijk als je het betreffende SC JOURE-team positief aanmoedigt. Er komt dan vaak een positieve en gezellige sfeer langs de lijn en dat bevordert het voetbalplezier van een ieder. Ook ligt er natuurlijk een belangrijke rol als ouder als het gaat om het gedrag van uw zoon/dochter. Natuurlijk kunt u het ergens wel eens niet mee eens zijn. In dat geval zouden wij het op prijs stellen dat u dit dan bespreekt met de desbetreffende trainer/leider of indien nodig de betreffende coördinatoren van de afdeling. Vaak berust het een en ander op misverstanden en deze zijn er om zo snel mogelijk uit de wereld geruimd te worden. Een stukje begrip van beide kanten werkt in de meeste gevallen tot een snelle oplossing. Overigens zullen er in de selectieteams wat meer regels zijn dan bij de niet selectieteams. Als u en uw zoon/dochter hier moeite mee hebben, om wat voor reden dan ook, laat u dit dan ook zo snel mogelijk weten. Wellicht dat wij dan gezamenlijk een oplossing kunnen vinden.

SC JOURE

Tot slot

Wij hopen dat we jullie met dit boekje een beetje op weg hebben kunnen helpen als je als D-pupil gaat voetballen. We hebben natuurlijk maar een heel klein beetje kunnen vertellen en waarschijnlijk heb je nog best veel meer vragen. En als je vragen hebt dan moet je die gewoon altijd aan iemand stellen. En aan wie? Dat kan natuurlijk aan een heleboel mensen, want SC JOURE is een grote club met een heleboel hele aardige mensen.

Wij wensen je verder nog heel veel jaren voetbalplezier bij SC JOURE.