



JAARPLAN Juventus Schoonaarde SCHOLIEREN

Opgemaakt: April 2013

Door: Bart Verleyen (TVJO FCJ Schoonaarde)

ORGANISATIE

- Twee trainingen per week.

WERKPRINCIPE

- Opleidingsvisie van de KBVB
- Toepassing: vervolmaken en perfectioneren

MAAND AUGUSTUS

Basics / Teamtactics	B+ / B-	Beschrijving
Basics	B+	Vervolmaking via individuele training
Basics	B-	
Teamtactics	B+	Diagonale in & out passing naar de zwakke zone
Teamtactics	B-	Collectieve pressing bij kans op balre recuperatie

- ✓ Loop- en coördinatie training
- ✓ Ideale wedstrijdvormen voor de gestelde problemen
- ✓ Reactie- en startsnelheid in spelvorm
- ✓ Techniektraining
- ✓ Basistechnieken herhalen
- ✓ Voetbaltricks

MAAND SEPTEMBER

Herhaling maand augustus

Basics / Teamtactics	B+ / B-	Beschrijving
Basics	B+	Vervolmaking via individuele training
Basics	B-	
Teamtactics	B+	Een voorzet trappen die bruikbaar is voor doel
Teamtactics	B-	Efficiënte bezetting: 1ste, 2de paal en 11m

- ✓ Loop- en coördinatie training
- ✓ Ideale wedstrijdvormen voor de gestelde problemen
- ✓ Reactie- en startsnelheid in spelvorm
- ✓ Techniektraining
- ✓ Basistechnieken herhalen
- ✓ Voetbaltricks



MAAND OKTOBER

Herhaling maand september

Basics / Teamtactics	B+ / B-	Beschrijving
Basics	B+	Vervolmaking via individuele training
Basics	B-	
Teamtactics	B+	Efficiënte bezetting: 1ste, 2de paal en 11m
Teamtactics	B-	Kortere dekking in de waarheidszone (split vision)

- ✓ Loop- en coördinatie training
- ✓ Ideale wedstrijdvormen voor de gestelde problemen
- ✓ Reactie- en startsnelheid in spelvorm
- ✓ Techniektraining
- ✓ Basistechnieken herhalen
- ✓ Voetbaltricks

MAAND NOVEMBER

Herhaling maand oktober

Basics / Teamtactics	B+ / B-	Beschrijving
Basics	B+	Vervolmaking via individuele training
Basics	B-	
Teamtactics	B+	Strikte dekking ontvluchten: snel bewegen
Teamtactics	B-	Geen systematisch off-side door stap te zetten

- ✓ Loop- en coördinatie training
- ✓ Ideale wedstrijdvormen voor de gestelde problemen
- ✓ Reactie- en startsnelheid in spelvorm
- ✓ Techniektraining
- ✓ Basistechnieken herhalen
- ✓ Voetbaltricks

MAAND DECEMBER

- ✓ Globale herhaling van de maanden augustus, september, oktober, november.
- ✓ Loop- en coördinatie training
- ✓ Ideale wedstrijdvormen voor de gestelde problemen
- ✓ Reactie- en startsnelheid in spelvorm
- ✓ Techniektraining
- ✓ Basistechnieken herhalen
- ✓ Zaaltrainingen

MAAND JANUARI

Basics / Teamtactics	B+ / B-	Beschrijving
Basics	B+	Vervolmaking via individuele training
Basics	B-	



Teamtactics	B+	De verste spelers lopen zich vrij net voor balrecuperatie
Teamtactics	B-	Een hoge compacte T-vorm

- ✓ · Loop- en coördinatie training
- ✓ · Ideale wedstrijdvormen voor de gestelde problemen
- ✓ · Reactie- en startsnelheid in spelvorm
- ✓ · Techniektraining
- ✓ · Basistechnieken herhalen
- ✓ Voetbaltricks
- ✓ Zaaltraining:
 - ✚ Kap-, draai-, schijn- en passeerbeweging

MAAND FEBRUARI

Herhaling maand januari

Basics / Teamtactics	B+ / B-	Beschrijving
Basics	B+	Vervolmaking via individuele training
Basics	B-	
Teamtactics	B+	In blok spelers: enkelen infiltreren
Teamtactics	B-	tegenaanval afremmen

- ✓ Loop- en coördinatie training
- ✓ Ideale wedstrijdvormen voor de gestelde problemen
- ✓ Reactie- en startsnelheid in spelvorm
- ✓ Techniektraining
- ✓ Basistechnieken herhalen
- ✓ Voetbaltricks

MAAND MAART

Herhaling maand februari

Basics / Teamtactics	B+ / B-	Beschrijving
Basics	B+	Vervolmaking via individuele training
Basics	B-	
Teamtactics	B+	Diagonale in & out passing naar de zwakke zone
Teamtactics	B-	Niet T-vorm: zo snel mogelijk terug

- ✓ Loop- en coördinatie training
- ✓ Ideale wedstrijdvormen voor de gestelde problemen
- ✓ Reactie- en startsnelheid in spelvorm
- ✓ Techniektraining
- ✓ Basistechnieken herhalen
- ✓ Voetbaltricks



MAAND APRIL

Herhaling maand maart

Basics / Teamtactics	B+ / B-	Beschrijving
Basics	B+	Vervolmaking via individuele training
Basics	B-	
Teamtactics	B+	Een voorzet trappen die bruikbaar is voor doel
Teamtactics	B-	Efficiënte bezetting: 1ste, 2de paal en 11m

- ✓ Loop- en coördinatie training
- ✓ Ideale wedstrijdvormen voor de gestelde problemen
- ✓ Reactie- en startsnelheid in spelvorm
- ✓ Techniektraining
- ✓ Basistechnieken herhalen
- ✓ Voetbaltricks

MAAND MEI

Herhaling maand april

Basics / Teamtactics	B+ / B-	Beschrijving
Basics	B+	Vervolmaking via individuele training
Basics	B-	
Teamtactics	B+	Efficiënte bezetting: 1ste, 2de paal en 11m
Teamtactics	B-	Kortere dekking in de waarheidszone (split-vision)

- ✓ Loop- en coördinatie training
- ✓ Ideale wedstrijdvormen voor de gestelde problemen
- ✓ Reactie- en startsnelheid in spelvorm
- ✓ Techniektraining
- ✓ Basistechnieken herhalen
- ✓ Voetbaltricks

Naam:	Seizoen:
Datum:	Handtekening:
Dit jaarplan werd gelezen en goedgekeurd door de persoon die het moet verwerken in trainingen	