

A faded, light-colored background image of a pair of soccer cleats. One cleat is on the left, and the other is on the right, both showing the studs on the sole. The text 'Charter' and 'trainers' is overlaid in a dark blue, bold, sans-serif font. 'Charter' is underlined with a dark blue horizontal bar, and 'trainers' is also underlined with a dark blue horizontal bar.

# **Charter**

# **trainers**

Bloekstraat 31 – 3740 Mopertingen

## 1 ALGEMEENHEDEN

### 1.1 ALGEMENE AFSPRAKEN OVER DE CLUBWERKING

#### 1.1.1 TRAININGSDUUR:

De trainingen vangen steeds aan op het voorziene uur en worden ook beëindigd op het voorziene uur.

#### 1.1.2 NA DE TRAININGSSESSIE:

De bijzetdoeltjes en gebruikte materiaal terug zetten. NIETS mag blijven staan op de oefenvelden, enkel na uitdrukkelijk verzoek van de trainer die het terreingedeelte overneemt.

#### 1.1.3 GEBRUIK EN VERLATEN VAN DE TERREINEN:

De trainer traint steeds op het voor hem aangewezen oefengedeelte en palmt geen extra stukken in.....! De trainer verlaat steeds als laatste van zijn groep de terreinen en controleert op deze manier of alle materialen werden mee genomen. Dit geldt ook voor de wedstrijden op zaterdag of zondag. Doeltjes moeten op hun oorspronkelijke plaats worden terug gestald.

**Loopoefeningen** (sprints.....) op natuurgras worden steeds uitgevoerd **NAAST** het terrein! Het is evident dat dit ook geldt voor bepaalde opwarmingsoefeningen, wijs de tegenpartij (voor de wedstrijd) hier ook op.

Waak erover dat spelers **GEEN** kauwgom in hun mond hebben, zuiver schoeisel.....bij het betreden van het KUNSTGRAS.

#### 1.1.4 ONDERHOUD KLEEDKAMERS:

De trainers stellen een beurtrol op voor het kuisen van de kleedkamers, indien betrokken speler niet aanwezig is, schuift zijn beurt op en wordt er een andere speler aangeduid. Speler die het verzuimt zijn taak naar behoren te vervullen, wordt volgende competitiewedstrijd niet opgesteld! Afval (lege flesjes, bekertjes) hoort thuis in de vuilbak. Trainers vertrekken **NIET** naar huis alvorens **ALLE** spelers de kleedkamer hebben verlaten, indien dit onmogelijk is (in uitzonderlijke gevallen) wordt aan de afgevaardigde gevraagd deze taak te vervullen. Dit zal de trainers ook aansporen om de spelers **SNELLER** te laten douchen en de kleedkamers tijdig te verlaten. Trainers die steeds de 2<sup>de</sup> sessie trainen (einde 20u30), waken er over dat de **VERWARMING** en **VERLICHTING** overal is uitgeschakeld.

Waak erover dat de kleedkamers ook op **VERPLAATSING** zuiver worden achter gelaten, zodat wij als club onze goede naam uitdragen!

#### 1.1.5 VERVANGING BIJ BELET:

Indien een trainer verlet moet geven probeert hij steeds een collega trainer te contacteren maar verwittigt **STEEDS** de jeugdcoördinator. Het verplaatsen of afgelasten van een training gebeurt alleen in **UITZONDERLIJKE** gevallen en steeds in samenspraak met en **NA** **GOEDKEURING** van de jeugdcoördinator.

---

**1.1.6 GEBRUIK ALCOHOLISCHE DRANKEN:**

Voor de wedstrijden (trainingen – kantine niet geopend) worden er door de trainers GEEN alcoholische dranken genuttigd in de kantine. Na de wedstrijd kan dit wel, rekening houdend met de voorbeeldfunctie t.o.v. jeugdspelers.

---

**1.1.7 CONTACT MET OUDERS:**

Gesprekken met ouders beperken tot nuttige informatie verstrekking, probeer NIET te verbreederen aan de 'toog'! Ouders hebben wel recht op informatie indien ze hierom vragen, maar tracht dit zo weinig mogelijk te doen NA een wedstrijd, maar maak een afspraak voor of na een trainingssessie.

---

**1.1.8 AFSPRAKEN MET AFGEVAARDIGDE:**

In het belang van de club is een goede samenwerking met de afgevaardigde essentieel. Maak in het begin van het seizoen duidelijk afspraken, wat jij toelaat en niet toelaat in de kleedkamer, wie wat doet.....zodat zowel trainer als afgevaardigde tevreden en in volste vertrouwen kunnen samenwerken.

---

**1.1.9 NEGATIEVE KRITIEKEN:**

Een kritische geest is een meerwaarde en houdt een organisatie scherp, maar negatieve kritiek op bestuur, werking, collega trainers in het openbaar wordt NIET aanvaard. Probeer onenigheden binnenskamers op te lossen. Vermijd dat ouders, spelers of derden lucht krijgen van kleine problemen of discussiepunten!

---

**1.1.10 VERPLICHTING VOOR SPELERS:**

De trainer waakt er over dat de spelers tijdens wedstrijddagen (competitie EN vriendschappelijk) steeds UNIFORM zijn en allemaal de uitgangstraining aan hebben. Spelers die niet in orde zijn, starten als reserve, bij recidive wordt betrokken speler niet opgesteld.

Spelers moeten worden verplicht SCHEENBESCHERMERS te dragen tijdens trainingen! 15' VOOR training aanwezig zijn.

Spelers gaan als TEAM na de wedstrijd naar de kantine, samen met de trainer

---

**1.1.11 AANWEZIGHEDEN TRAINERSVERGADERINGEN:**

Trainers worden geacht, aanwezig te zijn op de aangekondigde trainersvergaderingen en in dit verband hun emailverkeer regelmatig te controleren. Indien een bevestiging wordt gevraagd hierover, moet ze worden uitgevoerd.

---

**1.1.12 AANWEZIGHEDEN OP ACTIVITEITEN GEORGANISEERD DOOR DE CLUB**

Restaurantdagen (mosselen, brunch...Q-party...)zijn uitstekende gelegenheden om in teamverband aan deel te nemen en er een groepsactiviteit van te maken. Er wordt jaarlijks een groot tornooi georganiseerd, hier wordt ook verwacht dat iedere trainer zijn steentje bijdraagt.

## 1.2 GEBRUIK SOCCERONLINE

### 1.2.1 INVULLEN EVALUATIES

ALLE trainers (met uitzondering van U6 + U7) vullen via SOCCERONLINE de evaluaties in EN voeren het bijhorende evaluatiegesprek met speler (en eventueel ouders bij jongere categorie). Er zijn TWEE evaluatieperiodes (Kerstmis + begin april).

### 1.2.2 INVULLEN SPELERGEGEVENS

ALLE trainers vullen de aanwezigheden in. Dit is zeer belangrijk als parameter tijdens gesprekken met ouders.

IEDERE trainer is er ook voor verantwoordelijk om de spelerslijsten verder aan te vullen, gegevens medische steekkaart.....invulling (na voorbereiding) tot welke ploeg speler x zal behoren (hoofploeg, andere ploeg)

### 1.2.3 WEDSTRIJDVOORBEREIDINGEN EN VERSLAGEN

Via socceronline moeten de opstellingen worden ingevuld en zal er een kort wedstrijdverslag worden opgemaakt. Dit neemt max. 10' in beslag en is een prima naslagwerk in de loop van het seizoen.

## 2 WEDSTRIJD COACHING – EN BEGELEIDING



# **FairPlay**

- 1 1 uur voor aanvang wedstrijd aanwezig zijn (U8 tot en met U13) 1u15' (U15 –U17)
- 2 Opwarming volgens vast stramien
- 3 Spelers willen winnen, trainers willen spelers beter maken!
- 4 Vervul een voorbeeldfunctie (tijdig aanwezig zijn, kledij uitgangstraining wedstrijden..)
- 5 Vermijd alle kritiek naar scheidsrechter en collega trainer tegenstanders
- 6 Iedere speler heeft recht op hetzelfde aantal speelminuten (uitzondering disciplinaire maatregelen)
- 7 Gebruik aangepaste coachingstaal (knijpen, omschakelen, negatieve pressing, kantelen....)

## 3 UNIFORME COACHINGSTAAL

B+ INDIVIDUEEL BIJSTUREN	
COACHINGSWOORD	OMSCHRIJVING
AANBIEDEN-STEUNEN	Speler moet bewust uit de dekking van de tegenstander komen en aanspeelbaar zijn voor zijn medespeler door op een juiste manier naar de bal toe te bewegen. Eventueel vooractie maken
AANNEMEN	De bal onder controle brengen. Er is geen direct gevaar om de bal te verliezen.
ACTIE	De betrokken speler dient een individuele actie (naar doel) te doen.
ACHTERLIJN HALEN	De balbezittende speler gaat naar de achterlijn en geeft een voorzet naar 1 <sup>e</sup> of 2 <sup>e</sup> paal, 16 meter. Opheffen van buitenspel (bij oudere cat).
AFHAKEN	De speler komt naar de bal toe, de tegenstander heeft dan geen kans om de bal te onderscheppen.
ALLEEN – TIJD	De betrokken speler staat zodanig vrij dat hij de bal kan controleren en zelf kan beslissen hoe hij wil verder spelen. Er is geen direct gevaar voor balverlies.
BIJHOUDEN	De balbezitter moet de bal bijhouden, afschermen en wachten op steun.
BUITENOM	Achter de rug van de balbezittende medespeler om, de ruimte in sprinten die aan de buitenkant vrij is.
CONTROLE	De bal aannemen (opengedraaid staan, buitenste voet, georiënteerde controle).
DIEP	Speler loopt de ruimte in richting doel van de tegenstander en wil dat de bal voor hem wordt uitgespeeld.
DRAAI DOOR	De aangespeelde speler moet de bal zo aan –en meenemen dat hij een groot gedeelte van het veld overziet en ook de pass naar zo veel mogelijk richtingen kan geven. De vrij ruimte opzoeken dmv dribbel of pass.
DRIBBEL – ZOEK OP	Speler met bal zoekt tegenstander op en probeert deze uit te schakelen. De speler dient een individuele actie (naar doel) te ondernemen als de scoringskans reëel is (1 tegen 1 situaties).
KAATSEN	De bal direct terugspelen naar de speler die jou de bal aanspeelt. Juiste balsnelheid en richting, over de grond en op de juiste voet.
LEIDEN – DRIJVEN	Probeer zo snel mogelijk met bal aan de voet richting doel van de tegenpartij te gaan. Probeer zo snel mogelijk terreinwinst te boeken.
LICHAAM	Je lichaam tussen de bal en de tegenstander brengen zodat deze niet aan de bal kan. Eventueel voorafgaand de tegenstander een lichte schouderduw geven.
LOS	De betrokken speler mag de bal niet meer aanraken zodanig dat de doelman de bal zelf kan spelen.
NAAR BINNEN	Speler loopt/sprint van de zijkant naar binnen om ruimte te maken voor opkomende medespeler.
RUG	De speler moet opletten want er komt iemand in zijn rug
SCHERM (BAL)AF	Je lichaam tussen de bal en de tegenstander brengen. De tegenstander kan niet bij de bal.
SPEEL	De bal direct naar een vrijstaande medespeler spelen als die er om vraagt
STEUNEN	De betrokken speler moet achter de medespeler komen en hem steunen, zeker wanneer deze in moeilijkheden zit.

VERANDER	De speler dient het spel te verleggen naar de andere zijde van het veld
VOET	Speler vraagt om de bal in de voet aangespeeld te krijgen
VRIJLOPEN	Zoek de vrije ruimte (plaats waar noch een tegenspeler, noch een medespeler staat) op als je niet aanspeelbaar opgesteld staat. Laat je horen als je vrijstaat. Probeer bij het vrijlopen steeds correct ingedraaid te staan zodat je maximaal zicht houdt op het speelveld.
WEG	De bal onmiddellijk ontzetten
ZAKKEN	De betrokken speler dient te zakken om de verdedigende taak over te nemen van een medespeler die ingeschoven is

B+ COLLECTIEF BIJSTUREN	
COACHINGSWOORD	OMSCHRIJVING
BREED – OPEN	De spelers dienen ruimte te creëren door de onderlinge afstanden zo groot mogelijk te maken. Het speelveld zo groot/breed mogelijk maken
OMSCHAKELEN	Het SNEL veranderen van de voetbalbedoeling, van verdedigen naar aanvallen bij veroveren van de bal
VOORUIT	Als de bal naar voor wordt gespeeld dient de verdediging naar voor te schuiven en naar de bal toe (wordt bevolen door de doelman of een centrale verdediger)

B- INDIVIDUEEL BIJSTUREN	
COACHINGSWOORD	OMSCHRIJVING
DEKKEN (KORT)	Je dicht bij jouw directe tegenstander opstellen (in de 16m-zone voor doel). Als de bal in zijn richting wordt gespeeld, heb jij een grote kans om deze te onderscheppen.
DEKKING	De betrokken speler dient de speler in duel dekking te geven
DRUK	De dichtstbijzijnde speler valt de balbezitter aan
DUEL	Probeer de bal te veroveren van je rechtstreekse tegenstander
KORTER	De betrokken speler dient korter bij de tegenstrever in zijn zone te staan
LOS	De betrokken speler mag de bal niet meer aanraken zodanig dat de doelman de bal zelf kan spelen
POSITIE	De betrokken speler loopt niet in zijn positie en dient zich onmiddellijk te corrigeren
REMMEND WIJKEN – NIET HAPPEN	Duel met tegenstander aangaan. Tegenstander voor je houden en opvangen. Tegenstander proberen naar de buitenkant te drijven, weg van doel
RUGDEKKING	Geef rugdekking aan dichtstbijzijnde medespeler die in duel gaat en maak de afstand klein genoeg waardoor je de speler aan de bal snel onder druk kan zetten wanneer die jouw medespeler heeft uitgeschakeld
VOORZET BLOKKEN	Speler tracht door een goede opstelling te verhinderen dat de bal vanaf de flank of de achterlijn voor doel wordt gebracht
ZAKKEN	De betrokken speler dient te zakken langs de kant waar de bal niet is om de nodige dekking te geven

B- COLLECTIEF BIJSTUREN	
COACHINGSWOORD	OMSCHRIJVING
DRUK ZETTEN	Elke speler zoekt zijn eigen of de dichtstbijzijnde tegenstander op zodat deze geen mogelijkheid heeft om de bal te spelen of te ontvangen. Man met bal aanpakken (niet happen)als die in jouw zone komt. Tegenstanders die aangespeeld kunnen worden, kort dekken. Druk zetten nateken of na loopactie van bvb speler 9 naar de tegenspeler in balbezit
KANTELEN – KNIJPEN	De tegenstander een bepaalde richting in dwingen door met het hele team in BLOK naar de bal te schuiven. Rugdekking geven naar de kant waar de tegenstander balbezit heeft. Spelers moeten de onderlinge afstanden verkleinen.
OMSCHAKELEN	Het SNEL veranderen van de voetbalbedoeling, van aanvallen naar verdedigen bij verlies van balbezit
POSITIE	Iedere speler dient onmiddellijk in positie te komen
SCHUIVEN	Alle spelers dienen in blok naar de bal te schuiven
SLUITEN	De ploeg dient de onderlinge afstanden te verkleinen
VOORUIT SCHUIVEN	Als de bal naar voor wordt gespeeld, dient de verdediging naar voor te schuiven. Wordt bevolen door de doelman of een centrale verdediger
ZAKKEN	Bij balverlies direct achter de bal komen en verdedigende positie innemen. De ploeg of een bepaalde linie moet zich lager opstellen om een snelle opbouw van de tegenpartij te verhinderen en jouw team verdedigend te versterken