

Hoe ga ik om met D-pupillen

Na één wedstrijd hebben ouders langs de lijn zich een beeld gevormd van de 'betere' spelers en zij die erbij hangen. Ga hier niet in mee. Kijk naar wat spelers al kunnen en daag ze uit hierin nog beter te worden.

De D-pupil stop je gemakkelijk in een hokje. Als persoon én als speler. Tenslotte spreekt hij zelf ook al duidelijk een voorkeur uit voor een positie. Het is verleidelijk daarin mee te gaan. Bijna elke coach bezwijkt voor de verleiding om in stilte kinderen op te delen in 'spelmakers' en 'dienende' spelers. In 'belangrijke' spelers op de as van het veld en 'misbare' spelers op de vleugels. In balvaardige spelers voorin en spelers met een flinke trap achterin. De laatrijpe speler heeft alleen wat moeite met de grotere afstanden, maar wordt genegeerd. Hij moet het maar ergens op het middenveld uitzoeken.

Als trainer-coach heb je – bewust of onbewust – een doel voor ogen. Tegen het eind van het seizoen moet er een goed functionerend elftal staan. Iedere speler vervult zijn taak goed. Spelers vullen elkaars kwaliteiten aan, compenseren elkaars zwakke punten. Als het aan jou ligt, spelen ze straks als mini-volwassenen. Jouw sterspelers zijn wat dat betreft al een eind op weg. Maar is het niet de werkelijke kunst van het coachen om van elke speler de kwaliteiten te ontdekken en deze verder te ontwikkelen? Vaak blijkt een laatrijpe speler bij goede begeleiding na twee jaar één van de betere spelers te zijn, terwijl de vroegrijpe stagneert. Zeven op de tien voetballers in de juniorenleeftijd stopt met voetbal. Puberteit, verkering, andere hobby's – of omdat het plezier in voetbal is vergaan? Is het ook een beetje jouw verantwoordelijkheid hem zolang mogelijk in zijn leven van voetbal te laten genieten?

Dan zijn er de diverse persoonlijkheidsjes. De praatjesmaker die in de kleedkamer het hoogste woord heeft en zijn grenzen verkennt. De afwachter die zijn plekje op het veld en in de kleedkamer nog moet vinden. Elke speler is anders, elke speler verdient de aandacht die bij hem of haar past. Maar hoe ver moet die aandacht gaan? Biedt het houvast als je kinderen in hokjes stopt? Je kunt eens beginnen met wie jij als coach eigenlijk bent. Ben jij geduldig of ongeduldig? Emotioneel of juist meer analytisch? Geef jij veel instructies of vraag je aan spelers om met oplossingen te komen? Door welke bril kijk jij eigenlijk naar hen? Was jijzelf vroeger een 'typische' taakbewuste verdediger – en ben je nu allergisch voor spitsen die nooit mee'vededigen? Hoe sterk sommige kenmerken van kinderen ook in het oog springen, de relatie met wat ze in de kleedkamer en op het veld laten zien is niet altijd duidelijk. Gedrag kan namelijk net zo goed het gevolg zijn van achtergrond, cultuur, religie, situatie thuis, woonomgeving, school, economische status en medische zaken. Of het is gewoon Suikerfeest of Sinterklaastijd – en heerst de opwindende alom.

Het leiden van een team D-pupillen is maatwerk. Maar complimenten werken voor iedereen – van een schouderklopje raakte nog nooit iemand geblesseerd. Dat is de basis. Hier bovenop kun je elke speler meer op maat begeleiden. Zoek naar persoonlijke drijfveren. De één is gaan voetballen omdat vader of moeder dit zo leuk vond. Hij twijfelt nu of hij verder zal gaan. De ander heeft zich voorgenomen profvoetballer te worden. Hij hoopt te worden ontdekt door scouts van een profclub of de KNVB. Beiden verdienen jouw aandacht.

Tip: Leer je spelers kennen

1. **Voornaam.** Spreek elkaar aan bij de voornaam;
2. **Voetbalwensen.** Vraag wat elke speler verwacht van het komend seizoen. Willen ze naast winnen misschien specifieke dingen oefenen?
3. **Positiewensen.** Waar wil men het liefst staan? Bij de D-pupillen wordt steeds duidelijker wie voorkeur en aanleg heeft voor welke positie;
4. **Aanvoerder.** Laat iedereen ervaren hoe het is om aanvoerder te zijn. Laat na de winter het team zelf de aanvoerder kiezen. Wat zijn diens taken? Kan hij ze aan en voert hij ze uit? Bij tweedeaars D-pupillen wordt het tijd een vaste aanvoerder aan te wijzen;
5. **Uitjes.** Ga na een wedstrijd of training een keer samen iets anders doen of organiseer een activiteit: naar het strand, een wedstrijdje tegen de ouders, een spelregelquiz, een goalmaster, pupillenkamp of een 4 tegen 4 toernooi. Goed voor het teamgevoel.

Wat kunnen ze al?

Hoe om te gaan met D-pupillen? Wat kunnen ze al? Wat kun je ze leren en waar heb je rekening mee te houden? Wat onderscheidt hen van de E-pupillen?

Als tweedejaars E-pupillen (10 en 11 jaar) kregen ze hun bewegen al goed onder controle, maar eerstejaars D-pupillen (11 en 12 jaar) beheersen volledig hun bewegen. Ze hebben de ideale lichaamsverhoudingen. Dat geeft hen een probleemloze coördinatie op het veld en vaak een bijzonder goede balcontrole. Anders wordt dit voor sommige meisjes onder de eerstejaars D-pupillen en sommige jongens onder de tweedejaars D-pupillen. Zij kunnen al te maken krijgen met de groeisput – een snelle lengtegroei in relatief korte tijd. Ze kunnen daardoor plots wat houterig bewegen en minder belastbaar zijn.

In het samenspel van je voormalige E-pupillen op het halve veld zag je het laatste seizoen een ontluikend begrip van dekken en vrijlopen, een evenwichtige veldbezetting, de eerste vloeiende combinaties. Het halve veld kende steeds minder geheimen voor ze. Maar dit jaar, op het plots twee keer zo grote speelveld, lijken eerstejaars D-pupillen jaren te zijn teruggeworpen in hun ontwikkeling. Veel energie gaat op aan zaken die hen eerder zo gemakkelijk afgingen. Ze moeten langere afstanden overbruggen, rennend, dribbelend of passend. Dit te midden van niet dertien spelers maar een woud van eenentwintig spelers. Komen de nieuwe spelregels bij – buitenspel, terugspeelbal, doelschop, strafschoot, indirecte en directe vrije trap. Het spelen in een opstelling van niet twee maar drie linies. Grotere doelen, zwaardere ballen, langere wedstrijden. Eerstejaars D-pupillen overleven.

Elf tegen elf: volgens velen is dit het 'echte' voetballen. Er zijn clubs die dit 'echte' grote-mensenvoetbal als de maat van alle dingen zien. Het liefst halen ze ook de E-pupillen uit hun vertrouwde 7 tegen 7-spel – en laten ze hen alvast spelen in 11 tegen 11. Die kunnen niet snel genoeg aan een groot veld wennen. De KNVB vindt dat te vroeg. Voor E-pupillen zeker, maar soms ook voor eerstejaars D-pupillen. Een vroege stap naar 11 tegen 11 kost meer dan dat het ze oplevert. Het duurt vaak maanden voordat ze de afstanden en onderlinge verhoudingen goed inschatten en overbruggen en zich weer optimaal op het veld manifesteren. En dit terwijl ze juist nu een belangrijke, nieuwe stap in hun voetballeerproces moeten zetten: het spelen vanuit een vaste positie in het veld en het kennen van de taken die daarbij horen als het gaat om aanvallen, verdedigen en omschakelen.

Teveel, in een seizoenshelft waarin alles nieuw voor ze is? Een oplossing is eerstejaars D-pupillen wedstrijden 9 tegen 9 te laten spelen. Op ingekorte, grote velden, waarbij de halfgrote doelen van E-pupillen op de rand van het zestienmetergebied zijn geplaatst. Zolang in zaterdagcompetities nog gewoon 11 tegen 11 wordt gespeeld, is het zaak dat jij je spelers de tijd gunt om aan de nieuwe situatie te wennen.