

JEUGDWERKING K. LUTLOMMEL V.V.

POP/PAP PROCEDURE



PERSOONLIJK ONTWIKKELINGSPLAN

PERSOONLIJK ACTIEPLAN

DOEL

=> Naast de bestaande evaluaties van de spelers wordt er dieper ingegaan op de beoordeling en persoonlijke begeleiding van de basiscompetenties, vertrekkende vanuit zelfreflectie van de speler vanaf U12.

=> Betere ontwikkeling van talenten, betere samenwerking tussen beloften en jeugd op individueel vlak.

=> Spelers beter voorbereiden en afleveren aan B- en A-kern.

=> Spelers iets aanbieden waardoor ze voor K. Lutlommel VV (blijven) kiezen.

BASISCOMPETENTIES:

1. Winnaarsmentaliteit
2. Présence
3. Emotionele stabiliteit
4. Spelinzicht
5. Explosiviteit
6. Lichaams-en balbeheersing

JEUGDWERKING K. LUTLOMMEL V.V.

POP/PAP PROCEDURE

Winnaarsmentaliteit

Wat?

=> De speler toont in alle wedstrijden de absolute drang om te winnen (hoge intrinsieke motivatie).

Hoe herkennen op het veld?

De speler:

- => Toont beleving en spelvreugde
- => Moedigt aan
- => Wil een achterstand goed maken en een voorsprong verdedigen
- => Is altijd gemotiveerd
- => Gaat voluit
- => Is strijdlustig
- => Zet zich in voor andere spelers
- => Herstelt fout van andere spelers
- => Geeft nooit op, is onvermoeibaar



Présence

Wat?

De speler:

- => Straalt zelfvertrouwen uit op het veld, toont lef
- => Is spelbepalend
- => Vertoont leiderschapskenmerken
- => Is teamgericht
- => Naast het veld vertoont hij de juiste (top)sportmentaliteit (lifestyle)

Hoe herkennen op het veld?

De speler:

- => Stuur medespelers door een actieve coaching
- => Durft acties te ondernemen
- => Vraagt om de bal te krijgen
- => Herstelt op positieve wijze een fout
- => Is een voorbeeld voor de andere spelers

JEUGDWERKING K. LUTLOMMEL V.V.

POP/PAP PROCEDURE

Emotionele stabiliteit

Wat?

De speler:

- => Laat zich niet negatief beïnvloeden door externe storende omstandigheden zoals mede-en tegenstander, scheidsrechter, publiek,...
- => Behoud maximale controle (beheersing) over zijn eigen handelen.

Hoe herkennen op het veld?

De speler:

- => Ergert zich niet aan mislukte acties van zichzelf en van medespeler
- => geraakt niet gefrustreerd door wat er rond hem gebeurt
- => Blijft gefocust op het spel
- => Behoudt controle
- => Panikeert niet na fout
- => Wordt niet agressief tegen een speler
- => Reageert niet tegen scheids- en lijnrechter
- => Wordt niet agressief tegen de coach en publiek
- => Vertoont steeds hetzelfde gedrag ongeacht de stand



Spelinzicht

Wat?

De speler:

- => Kan onder druk zeer snel de juiste beslissing (met en zonder bal) op het juiste moment nemen, rekening houdend met de aard van de spelsituatie die bepaald wordt door de positie van de bal, de aard van de balbaan en het gedrag van de mede-en tegenspeler (vista)
- => Denkt één fase verder, heeft oog voor de omgeving (mede-en tegenspelers) heeft de oplossing al vooraf klaar maar kan in extremis zijn beslissing nog bijsturen

Hoe herkennen op het veld?

De speler:

- => De bal: speler kijkt zelden naar de bal, neemt juiste keuzes (dribbel, pass of trap), voert een georiënteerde balcontrole uit.
- => Zonder bal: intercepteert de bal, blijft niet staan na het geven van een pass (bv give en go), zet de speelhoeken naar gevaarlijke tegenstander af, duikt op het juiste moment in de rug van de tegenstander

JEUGDWERKING K. LUTLOMMEL V.V.

POP/PAP PROCEDURE

Explosiviteit

Wat?

De speler:

- => Zet zijn beweging zeer snel in en verplaatst zich zeer snel in alle mogelijke richtingen (vooruit, achteruit, zijwaarts, opwaarts)
- => Voert zijn bewegingen zeer snel uit

Hoe herkennen op het veld?

De speler:

- => Start zeer snel, reageert zeer snel
- => Is zeer snel tijdens de eerste meters
- => Verandert zeer snel van richting, staat snel op
- => Voert zijn bewegingen snel uit
- => Springt hoog
- => Toont dat hij sneller is dan de meeste spelers op het veld
- => Kan zijn rechtstreekse tegenstander tijdens zijn eerste meters reeds van zich afschudden



Lichaams- en balbeheersing

_ Wat?

De speler:

- => Heeft onder druk altijd controle over bal en lichaam, hij is één met de bal, hij is meester van de bal

Hoe herkennen op het veld?

De speler:

- => De speler heeft een goede balaanname
- => De bal is onder druk niet los van zijn lichaam
- => De speler voert zijn bewegingen uit in evenwicht
- => De speler beweegt sierlijk op het veld, is een stylist

Opgelet: tijdens de groeisprint krijgen we een verstoorde harmonische lichaamsgroei waardoor de lichaamscontrole vermindert (beeld van de lange slungel). Na de groeisprint keert de harmonische lichaamsbouw terug.

JEUGDWERKING K. LUTLOMMEL V.V.

POP/PAP PROCEDURE



PERSOONLIJK ONTWIKKELINGSPLAN:

2 maal per seizoen wordt het POP ingevuld en/of bijgewerkt door trainer en speler(/ouder) Wat staat er in dit POP?

- Wat wil ik bereiken? (korte, middellange, lange termijn)
- Waar ben ik goed in?
- Waar wil ik (nog) beter in worden
- Wat zal ervoor zorgen dat ik mijn doelstellingen ga bereiken
- Wat zal ervoor zorgen dat ik mijn doelstellingen niet ga halen (valkuilen)
- Hoe zijn mijn wedstrijden geweest de afgelopen periode
- Hoe scoor ik op de taken die verwacht worden binnen mijn positie?

PERSOONLIJK ACTIEPLAN:

Opsomming van de acties waar er eerst aan moet gewerkt worden.

- Eigen keuze in samenspraak met team-en trajecttrainer/JC/TVJO
- Op zelf gekozen momenten
- Maandelijks tot 2 maandelijkse opvolging en bijstellen van acties door trainer

Wat staat er in het PAP?

- Waar wil je aan werken?
- Hoe ga je dat doen?
- Wanneer ga je dat doen?
- Wie en wat heb je daarvoor nodig?

JEUGDWERKING K. LUTLOMMEL V.V.

POP/PAP PROCEDURE



PRAKTIJK

- => Leren werken met POP en PAP en de periodieke opvolging ervan door trainers, JC en TVJO
- => Aanleren zelf evalueren d.m.v. zelfreflectie
- => Het POP/PAP formulier is beschikbaar op de website van de club of wordt aangeleverd door de trainer
- => Voor de spelers onderbouw (U6-U9) wordt dit document beheerd door de trainer, eventueel besproken met de ouders tijdens contactmomenten. (optioneel)
- => Voor de spelers middenbouw en bovenbouw: downloaded document of bezorgd via trainer. Invullen zelfevaluatie en bespreking met trainer 2x per seizoen.
- => Bepalen van spelersprofiel
- => Ontwikkelen leiderscapaciteiten -> kapitein -> hiërarchie
- => BE PART OF THE CLUB -> engagement tonen naar de club door scheidsrechter te zijn, wedstrijd eerste ploeg bij te wonen,...

Sportieve Cel Lutlommel VV