



Hoofdopleidingen Cock van Dijk van BVV Barendrecht is al vele jaren bezig met het trainen van jeugdspelers. Na diverse jaren te hebben gewerkt bij onder meer CVV, TOGB, Feyenoord en DHC is hij nu bezig aan zijn tweede periode bij BVV Barendrecht. Van Dijk staat vooral bekend als een grote fan van de Coerver methode. Zelf heeft hij onlangs ook een DVD uitgebracht waarop de Coerver methode is aangepast en uitgebreid. Alle jeugdspelers bij BVV hebben nu te maken met deze techniektraining met als doelstelling om zoveel mogelijk spelers uit de eigen jeugd te laten doorstromen naar de hoofdmacht.

### **Kunt u allereerst eens iets over uzelf vertellen en over uw carrière als speler/trainer tot nu toe?**

Voetballer:

Ik ben als 15-jarige in het eerste elftal Bloemhof gedebuteerd. Door verhuizing naar Vlaardingen een aantal jaren bij de Hollandiaan en VFC gespeeld en geëindigd op 37-jarige leeftijd in de eerste klasse bij HION.

Trainer:

- Jeugdtrainer bij CVV (toen nog hoofdklasser)
- Jeugdtrainer, technisch jeugdcoördinator en hoofdtrainer (1e elftal) bij TOGB in Berkel en Rodenrijs
- Technisch coördinator bij BVV Barendrecht
- Trainer C1 Feyenoord
- Technisch jeugdcoördinator DHC Delft
- Hoofd Jeugdopleiding BVV Barendrecht (full time).

### **U bent hoofdopleidingen bij BVV Barendrecht. Wat houdt uw functie precies in?**

Ik ben verantwoordelijk voor het technisch beleid van de gehele jeugd van de BVV Barendrecht. Ik bewaak de uitvoering van het technisch beleidsplan. Dit plan heb ik geschreven in mijn 1ste periode bij de BVV. Daarin staat beschreven hoe we binnen de BVV kinderen trainen, begeleiden bij wedstrijden op voetbalinhoudelijk gebied



en ook in de sociale omgang met andere kinderen. Op dit moment schrijf ik een opleidingsplan voor de selectieteams. Hierin wordt uitgebreid beschreven hoe selectiespelers getraind en begeleid tijdens wedstrijden dienen te worden vanuit de visie van de BVV. Techniektraining neemt een centrale plaats in.

De BVV heeft rond de 800 jeugdleden (in totaal telt de club 1950 leden) verdeeld over 74 teams. De kinderen worden getraind door zo'n 125 trainers. Hoofdtrainers met diploma's en "vrijwilligers" die voor een deel inmiddels een interne trainerscursus hebben gevolgd. De technische staf bestaat verder uit 2 technisch coördinatoren, 1 voor de pupillen en 1 voor de junioren.

**U staat bekend als een groot fan van Wiel Coerver. Wat trekt u zo aan in deze man en zijn werkwijze?**

Als mens trekt mij in hem aan dat hij staat voor zijn ideeën en werkwijze. Hij deed en doet dat nog steeds met volle overtuiging, ondanks veel tegenwerking van met name de KNVB.

Over zijn werkwijze kan ik kort zijn. Die werkt! Zelf ondervonden als voetballer op latere leeftijd en als trainer de afgelopen 23 jaar heel veel resultaat gezien bij jeugdspelers die ik heb getraind.

**U hekelt een heleboel mensen die ook de nadruk op de techniektraining leggen. Waarom vindt u dat uw methode wel werkt en functioneel is en die van bepaalde andere personen niet?**

Ik heb nooit bedoeld mensen te "hekelen", maar heb ervaren dat "techniektrainers", zelfs van voetbalscholen technieken en bewegingen niet voldoende beheersen. Trouwens, natuurlijk zijn er meer wegen die naar Rome leiden. Ik zal de laatste zijn die beweert dat er ook op een andere wijze geen resultaten behaald kunnen worden.

**U heeft zelf ook een DVD uitgebracht waarop u de oefenstof van Coerver heeft aangepast en uitgebreid. Wat is precies het verschil tussen de oefenstof van Coerver en uw oefenstof?**

Het antwoord zit in de vraag. Aangepast en uitgebreid. Gedurende de afgelopen 23 jaar heb ik altijd gewerkt met de Coerver oefenstof. Ik heb met name voor de verschillende leeftijdsgroepen bewegingen aangepast en nieuwe ontwikkeld. Verder is heel belangrijk dat de opbouw van de weerstanden in orde is.

**Kunt u iets meer vertellen over de DVD?**

De DVD geeft een goed beeld van wat er door jeugdtrainers gedaan kan worden met oefenstof volgens de Coerver methode. Met name voor de jeugdtrainer van



de gemiddelde amateur vereniging is goed te zien hoe met de oefenstof gewerkt kan worden. Het belangrijkste is dat trainers zich door middel van de DVD de bewegingen zelf eigen kunnen maken. Nogmaals, het zelf beheersen van de oefenstof is belangrijk. Kinderen willen nadoen en het juiste voorbeeld is dus heel belangrijk. De DVD was trouwens in eerste instantie uitsluitend bedoeld voor de jeugdtrainers van de BVV. Door vragen van trainers van andere clubs is besloten de DVD ook voor hen beschikbaar te stellen.

De DVD is te bestellen via de BVV Barendrecht website [www.bvvbarendrecht.nl](http://www.bvvbarendrecht.nl) (rechts bovenin).

### **Barendrecht heeft een erg grote jeugdafdeling. Maken alleen de eerste elftallen gebruik van uw methodes?**

Nee, de gehele jeugdafdeling werkt met deze methode. Vanaf de F-leeftijdsgroep krijgen alle kinderen te maken met de oefenstof. Een en ander wordt natuurlijk wel aangepast aan de leeftijd en het niveau van de spelers.

### **Merkt u al verregaande verbeteringen onder de jeugd sinds zij werken volgens uw methodes?**

Als kinderen 2 a 3 keer per week volgens deze methode trainen is de vooruitgang bij kinderen groot en soms spectaculair. Het gemiddelde kind bij een amateur vereniging is niet een groot talent. Juist bij deze kinderen kan snel verregaande verbeteringen worden verkregen.

Een voorbeeld van hoe in de loop van jaren kinderen zich kunnen ontwikkelen volgens de BVV methode is het volgende. Zes spelers van het A1 dat afgelopen seizoen promoveerde naar de landelijke 1ste divisie heb ik als spelers van de E1 getraind volgens mijn methode. Het geeft trouwens ook aan dat jeugdspelers bij de BVV "honkvast" zijn.

### **Werkt ook de selectie van Barendrecht specifiek aan hun techniek?**

Nee, op dit moment wordt alleen bij de jeugd met deze oefenstof gewerkt.

### **Barendrecht is een van de grootste amateurverenigingen van Nederland. Naar welk niveau wilt u met de jeugd doorgroeien?**

De jeugd van de BVV speelt op dit moment al op hoog niveau. A1 speelt 1ste divisie landelijk in een competitie met alleen BVO's en B1 speelt 2de divisie landelijk. Dit is het niveau waarop we ons willen handhaven.

### **Wanneer bent u een tevreden man bij Barendrecht?**

Ik ben op dit moment al heel tevreden. De jeugdafdeling van de BVV Barendrecht is goed georganiseerd en groeit nog steeds. Er zijn en blijven 2 doelstellingen. Ten eerste zoveel als mogelijk spelers uit de eigen opleiding naar het 1ste elftal laten doorstromen. Op dit moment maken 6 spelers van 18 en 19 jaar uit de eigen opleiding deel uit van de selectie van het 1ste elftal.

Ten tweede is het voor de BVV Barendrecht belangrijk een jeugdafdeling te hebben die naast een goede voetbalopleiding zorgt voor veel voetbalplezier voor heel veel kinderen. Alle kinderen (ook van de lagere teams) hebben de mogelijkheid om 2 keer per week te trainen met enthousiaste trainers. Verder moeten de kinderen zo goed mogelijk worden begeleid bij hun wedstrijden. Tot op heden lukt een en ander goed en het is een uitdaging om dat verder uit te bouwen, ook als er nog meer teams bijkomen. Als dat lukt ben ik een tevreden