

COACHBOEK JEUGDTEAMS

VC WEERT

Toelichting bij het coachboek september 2011

Beste coaches,

Het is weer tijd voor een nieuwe versie van ons coachboek, de vorige versie was van oktober 2004. De grote lijnen zijn ongewijzigd, uiteraard zijn de wijzigingen in de spelregels hier wel in verwerkt. Wij hopen dat dit coachboek jullie voldoende informatie geeft, maar mochten er nog opmerkingen of aanvullingen zijn dan horen wij dit uiteraard graag zodat wij dit een volgende versie aan kunnen passen. Dit coachboek is overigens ook terug te vinden op www.vcweert.nl

Namens het bestuur van VC Weert

Simone Kuypers

0495-533532

JEUGDVOLLEYBAL BIJ VC WEERT

Bij VC Weert wordt er actief gewerkt om de jeugdafdeling op een hoog peil te brengen. Om dit te realiseren wordt er vanaf CMV niveau 4 tweemaal per week getraind onder leiding van ervaren en gekwalificeerde trainers. Uiteindelijk moet dit resulteren in een overstap naar de senioren waarbij de instromende jeugd al op een hoog niveau mee kan spelen.

Voor de jeugdcoaches is in dit jeugdplan een belangrijke rol weggelegd. Enkele belangrijke punten daarbij zijn:

- A) Iedere jeugdspeler moet in elke wedstrijd kunnen spelen
- B) Winnen is leuk, maar goed spelen is net zo belangrijk
- C) Je moet er trots op zijn voor VC Weert te spelen, want die naam betekent wat in de regio
- D) Houd spelers niet tegen in hun ontwikkeling

Ad A)

Het is de bedoeling dat iedere speler speeltijd krijgt. Het resultaat mag daarbij soms minder belangrijk worden. Volleybal leer je namelijk niet alleen met trainen maar ook door veel wedstrijden te spelen. Bij het CMV wordt gewoon ingedraaid op de opslagplaats, dus speelt iedereen evenveel, maar bij de C-, B- en A-jeugd is veel spelen net zo belangrijk. Bij de A/B-jeugd wordt er al veel meer op resultaat gespeeld. Daar mag dus gerust meer vanuit een sterke opstelling worden gespeeld. In overleg met de trainer kan een slechte trainingsinzet of niet aanwezig zijn op een training meegewogen worden bij het opstellen van het team. Geef in zo'n geval wel heel duidelijk uitleg aan de betreffende speler.

Ad B)

CMV niveau 5/6 en C-jeugd heeft soms de neiging om de bal in 1 keer terug te spelen over het net. Je wint hierdoor misschien een punt of misschien wel de wedstrijd maar toch wordt bij VC Weert het driemaal spelen heel belangrijk gevonden. In het begin is dit erg moeilijk (in drie keer spelen zitten ook drie kansen op fouten) maar op den duur geeft het veel meer spelvreugde dan alles in een keer over het net terug te knallen. Stimuleer het in drie keer spelen door luid mee te tellen 1....2....3....!!

Ad C)

Met trots wordt bedoeld dat je speelt voor jezelf, je team maar ook voor vele anderen in de vereniging. Zo zijn er coaches, trainers, ouders, tellers, scheidsrechters, vrijwilligers die steeds weer vrije tijd in de vereniging steken. Voor al deze mensen speel je ook. Je speelt zodoende bij een grote club. Dat VC Weert ook nog een beroemde en bekende club is, komt er nog bij. Belangrijk is dat alle teamleden daar ook voor spelen... je mag dus trots zijn dat je voor VC Weert speelt.

De coach mag dat best extra benadrukken maar wel op een positieve manier:

- allemaal in hetzelfde tenue, voorschrift ook vanuit de Nevobo
- kleedlokalen netjes achterlaten
- geen onfatsoenlijk taalgebruik
- geen commentaar op de scheidsrechter leveren
- als een team aankomen en ook weer als een team verstrekken
- op tijd komen
- met z'n allen een warming up doen
- na een goede actie mag er best enthousiast gereageerd worden
- douchen na elke wedstrijd, ook bij thuiswedstrijden (en na elke training)

Probeer als coach bij wachttijden tussen de wedstrijden door de kinderen bij elkaar te houden. Dit is best moeilijk maar het voorkomt gerotzooi met materialen, tegenstanders en zaalbeheerders. Kijk bijvoorbeeld gezamenlijk naar de volgende tegenstander. Een stukje opvoeding zit hier ook bij de coachtaak.

Ad D)

Als spelers tijdens een wedstrijd een techniek willen toepassen die ze geleerd hebben tijdens de training, moet dat toegestaan worden. Dit mag zelfs gestimuleerd worden, ongeacht het wedstrijdverloop. Spelers voelen meestal zelf wel aan of het in de wedstrijd kan. Het verbieden hiervan zou averechts werken; dan durven de spelers die techniek niet meer toe te passen en blijft het achter bij de andere technieken. Een voorbeeld is hierbij de serveertechniek. Zo ook de aanvalstechniek smash; slaan als je dat kunt doen.

SPELREGELS

Voor de spelregels verwijzen wij naar de bijgevoegde handleiding coaching jeugdteams van de Nevobo en de spelregels CMV

WEDSTRIJDFORMULIER

Voor elke wedstrijd moet de coach het wedstrijdformulier invullen (m.u.v. CMV niveau 1 t/m 3). Zie de bijlagen met voorbeeldformulieren. De organiserende vereniging zorgt ervoor dat deze formulieren aanwezig zijn. Het formulier voor de oudere jeugd is met invulinstructie. Voor de CMV teams geldt onderstaande instructie:

De organiserende vereniging vult het bovenste gedeelte van het formulier in. Onder de verenigingsnaam moet de naam van de coach en de namen van de spelers en hun relatiecode genoteerd worden. De namen van de spelers moeten in alfabetische volgorde vermeld worden. Na afloop van de wedstrijd moeten de coaches samen met de teller en de scheidsrechter het formulier ondertekenen.

Voor niveau 1 t/m 3 zijn aparte opgaveformulieren, deze moet de coach zelf meenemen naar de wedstrijd en daar ingevuld inleveren. Zie bijlage. Deze is ook terug te vinden op onze site.

Bij thuiswedstrijden moeten de volledig ingevulde en ondertekende wedstrijdformulieren zo spoedig mogelijk bij het wedstrijdsecretariaat ingeleverd worden, de uitslagen moeten namelijk binnen 1 uur na de laatste wedstrijd van die dag op de site van de Nevobo staan. (Peter Heijmans, Paulinestraat 17)

TIME-OUTS

Elke set mag een coach twee time-outs aanvragen van elk 30 seconden behalve bij de wedstrijden van CMV omdat deze op tijd gaan. De coach vraagt deze aan binnen de aanvalszone door met zijn handen een hoofdletter T te vormen. Als de scheidsrechter dit niet ziet, helpt een beschaafde schreeuw wel eens.

Vraag de time-out op tijd aan; heeft de scheidsrechter al gefloten voor de opslag kan er geen time-out meer aangevraagd worden.

Neem tijdig een time-out. Bij een achterstand van 24-8 heeft een time-out geen zin meer. Die had al veel eerder aangevraagd moeten worden.

Als bij een serveerbeurt enkele punten zijn gemaakt door de tegenstander kan dat reden zijn voor een time-out. Dit werkt beter dan aanwijzingen de zaal in te slingeren waar ze vaak verloren gaan in het tumult.

Time-outs kunnen ook voor een breekpunt bij een tegenstander zorgen. Bijvoorbeeld een tactische time-out bij een sterke serveerder voordat die gaat opslaan.

Geef aan het team als geheel niet meer dan 1 aanwijzing of algemene opmerking. Meerdere gaan vaak het ene oor in en nog sneller het andere oor uit. Wel is mogelijk na een teamopmerking een individuele speler een persoonlijke aanwijzing te geven. Houd het dan wel positief (of in ieder geval zo positief mogelijk). Bij de prestatiejeugd mag er ook best wel een kritische of harde opmerking gemaakt worden.

Spreek zo nodig met je team af dat je time-outs gaat aanvragen. Zodoende zijn ze zelf niet de dupe van een verrassende time-outaanvraag.

Maan de spelers tot spoed bij het verzamelen: je hebt maar 30 seconden.

Blijf met water buiten de lijnen! (soms stoort het drinken alleen maar).

TIPS UIT DE PRAKTIJK

Probeer regelmatig contact te hebben met de trainer van je team. Het is erg belangrijk te weten waar de groep mee bezig is. Problemen kunnen besproken of zelfs voorkomen worden. Mail de trainer na afloop van de wedstrijd een verslagje zodat hij hier tijdens de volgende training rekening mee kan houden.

Ouders van volleyballende kinderen zijn natuurlijk betrokken bij het wel en wee van hun kind. Zij volgen de ontwikkelingen van hun kind tijdens wedstrijden en trainingen. Sommige ouders zijn zeer gevoelig voor beslissingen van trainers en coaches. Voorbeeld: zeer nauwkeurig bijhouden hoeveel speelminuten hun kind krijgt ten opzichte van teamgenoten. Goede communicatie met ouders voorkomt onduidelijkheden en frustratie. Het verdient aanbeveling om hierover met de trainer na te denken. Een suggestie is om bij de start van het seizoen met de ouders de doelstellingen van het seizoen te bespreken en die communicatie gedurende het seizoen met hen open te houden.

Als coach ontwikkel je een band met je spelers; logisch. Zorg dat je daarin transparant optreedt en nooit de schijn tegen krijgt. Probeer situaties te vermijden als: als coach alleen met een speler in een kleedkamer of meedoen met gezamenlijk douchen. Zie hiervoor ook de bijgevoegde leidraad ongewenst gedrag van de Nevobo. Wij hebben binnen de vereniging een vertrouwenscontactpersoon, Elly Misdom. Zij is te bereiken onder vcp@vcweert.nl

Stimuleer het douchen na de wedstrijd en de trainingen. Los van de hygiënische noodzaak, zorgt dit ook voor een sterk teamgevoel. Na de eerste gêne overwonnen te hebben, beleven de kinderen vaak veel plezier onder de douche en kan er nog wat nagepraat worden.

De coach dient er voor te zorgen dat iedereen op de hoogte is van de wedstrijddata en tijden. Spreek duidelijk een plaats en tijdstip van vertrek af. Zorg dat je een half uur voor aanvang van de wedstrijd aanwezig bent.

Als je niet kunt coachen moet je zelf een vervanger regelen.

Maak afspraken met de ouders over het wassen van de kleding

Ouders kunnen een goede ondersteuning van het coachwerk verrichten door een gerichte observatie uit te voeren en daarvan de coach tijdens de wisseling van veld of na de wedstrijd op te hoogte te brengen. Je kunt dan denken aan het turven van goede en foute opslagen/passen en van wie die waren, noteren spelsysteem, opstellingen, sterke/zwakke plaatsen tegenstander, turven van de plaats waar de set-ups heen gaan, turven waar de meeste ballen op de grond kwamen.

Als je team over te weinig spelers beschikt en je kunt iemand van een lager genummerd team laten invallen moet je dat zelf regelen. Ook de spelerskaart moet door de coach geregeld worden. Laat de kinderen die taak niet uitvoeren, maar houd het zelf in de hand. Bezorg de gebruikte spelerskaart dus ook weer zelf bij de coach terug. Let op, een speler kan alleen van laag naar hoog invallen, echter niet meer dan 2 keer per kalendermaand en niet meer dan 10 keer in totaal. Bij CMV teams mag men ook

horizontaal invallen. Zie voor een uitgebreide toelichting bijgevoegd Wedstrijdreglement-Zuid van de Nevobo en CMV reglement.

Uitstel van wedstrijden is mogelijk, zie hiervoor ook het Wedstrijdreglement-Zuid en CMV reglement. Niet verschijnen levert minpunten en een boete op. Voor vragen kun je terecht bij het wedstrijdsecretariaat (Peter Heijmans): wedstrijdsecretaris@vcweert.nl

Het competitieprogramma en de stand kun je ook terug vinden op de site van de Nevobo: <http://competitie.nevobo.nl/nationaal/vereniging/7177#> Deze is ook beschikbaar via de site van VC Weert

Na afloop van de laatste thuiswedstrijd a.u.b. meehelpen met het opruimen van de zaal en controleren van de kleedruimten.

Laat de spelers na de wedstrijd de tegenstander een hand geven waarbij men hen bedankt voor de wedstrijd of feliciteert met de overwinning.

Bedank na afloop van de wedstrijd de scheidsrechter en de teller.

Om een team te vormen is het een goed idee om na de wedstrijd nog even samen met de ouders wat te drinken in de kantine. Ook het gezamenlijk bezoeken van wedstrijden van Dames 1 en het gezamenlijk afsluiten van het seizoen kan hiertoe bijdragen.

Een inzittendenverzekering kan van belang zijn bij het vervoer van kinderen van het team.

VOORKOM BOETES

Er zijn nogal wat boetes te “verkrijgen” bijvoorbeeld voor:

Niet kunnen tonen van een spelerskaart: € 10, =

Opstellen ongerechtigde speler: € 50, =

Onvolledig invullen wedstrijdformulier: € 10, =

Niet verschijnen: € 50, = (jeugd) € 25, = (CMV)

In dit kader verwijzen wij ook nog naar de bijgevoegde leidraad weer- en verkeersalarm van de Nevobo.

Bijlagen:

- Handleiding coaching jeugdteams
- Spelregels CMV
- Instructie invullen wedstrijdformulier
- Wedstrijdformulier CMV niveau 4 tm 6
- Opgaveformulier CMV niveau 1 tm 3
- Leidraad ongewenst gedrag
- Wedstrijdreglement-Zuid
- CMV reglement
- Leidraad weer- en verkeersalarm