

# **Jeugdbeleidsplan Brabo Denderbelle 2023-2024**



## **1. Visie en doelstellingen jeugdwerking**

Met ingang van het seizoen 2023-2024 richt Brabo zich in hoofdzaak op het meisjes- en dameshandbal. Daarnaast richten we ons ook nog op fithandbal (voor dames en heren senioren) en Multimove (voor 3 t.e.m. 7-jarige jongens en meisjes).

Bedoeling is om het meisjes-en dameshandbal in onze regio gro(o)t(er) te maken!

Er wordt met onze meisjesjeugd voornamelijk in de sporthal van Lebbeke getraind. Enkele trainingen gaan ook door in de sporthal van Buggenhout en. De jeugdwedstrijden gaan normaal steeds door in Lebbeke.

Het verleden heeft ons geleerd dat er in het handbal niet veel geld circuleert. Hierdoor is het moeilijk of bijna onmogelijk om speelsters van een hoger niveau aan te trekken. Daarom wordt bewust gekozen om zelf zoveel mogelijk jeugd te rekruteren en op te leiden tot volwaardige (top)spelsters. Wij willen op een financieel gezonde manier met jeugd uit eigen streek een balans zoeken tussen vriendschap en sportieve ambitie.

In dit kader hebben we een jeugdbeleidsplan uitgewerkt, waarin we de lijnen uitzetten om te investeren in onze jeugdige speelsters. Ons doel is een kwalitatieve handbalopleiding aan te bieden (te realiseren via een gefaseerd opleidingsplan) opdat de meisjes zich doorheen onze jeugdopleiding ontwikkelen tot handbalsters die later de fakkel kunnen overnemen bij de dames en de club eventueel naar een hoger niveau kunnen brengen.

Onze eerste ploeg bestaat momenteel bijna volledig uit speelsters die al sinds hun jeugd bij Brabo/Elita spelen. De bedoeling is om ook in de toekomst steeds in hoofdzaak (en minimum 70%) speelsters uit eigen kweek in onze eerste ploeg te hebben.

Brabo Denderbelle is een handbalclub waar iedereen zich thuis mag en kan voelen. Onze meisjes moeten in een zo aangenaam mogelijk kader de handbalsport kunnen beoefenen. Elk lid, dankzij zijn talenten en eigenheden, is even belangrijk voor Brabo Denderbelle. We houden binnen de club sterk aan de regel "willen winnen, kunnen verliezen". We verlangen van onze jeugdtrainers- en begeleiders dat zij het resultaat ondergeschikt houden aan de ontwikkeling van zowel de groep als van het individu. Zij moeten op een enthousiaste en positieve manier hun kennis doorgeven aan de verschillende jeugdploegen. Bovendien dienen zij erover te waken dat iedere speler

voldoende spelgelegenheid krijgt. Spelers kunnen enkel verbeteren als ze ook effectief mogen deelnemen aan de wedstrijden.

Naast een degelijke sportopleiding (we streven er naar dat onze trainers 'minstens' een diploma aspirant of initiator hebben) stellen we ook een aantal waarden centraal in onze jeugdopleiding, onder meer samenhang, fairplay, teamgeest, respect voor éénieder.

### Opleiden volgens een plan

Binnen Brabo werken wij met 5 handbalpijlers die de basis zijn voor het opleiden van ieder individu. Aan de hand van deze pijlers is het opleidingsplan opgebouwd .

De vijf pijlers zijn:

Technisch	De technische vaardigheden van het spel.
Tactisch	Inzicht in het spel en samenspel met teamspeelsters in verschillende omstandigheden.
Fysiek	Handbal is een fysieke sport en je lichaam moet optimaal getraind zijn. Dit doen we door het ontwikkelen van motorische vaardigheden, core stability, coördinatie, looptechniek, uithoudingsvermogen en kracht.
Mentaal	Incasseringsvermogen, doorzettingsvermogen, je laten gelden, de wil om te winnen.
Emotioneel/ Sociaal	Denk aan het geven van je mening, kritiek geven en ontvangen, hoe sta je in de groep, hoe laat jij je coachen en hoe coach jij je medespeelsters.

Het opleidingsplan kent de volgende fasering:

- Fase 1:  
Leren spelen  
4-5-6-7 jarigen
- Fase 2:  
Leren bewegen  
4-5-6-7-8 jarigen

- Fase 3:  
Leren samenspelen  
8-9-10 jarigen
- Fase 4:  
Leren trainen  
9-10-11-12 jarigen
- Fase 5:  
Aanleren technieken  
vanaf 9 jaar
- Fase 6:  
Leren veel te trainen  
vanaf 12 jaar
- Fase 7:  
Leren handballen  
vanaf 14 jaar

## **2. Organisatie jeugd**

Bovenaan de hiërarchie van de jeugdwerking staat het bestuur, in die zin dat het bestuur de bakens uitzet en steeds de eindverantwoordelijkheid draagt. Onder supervisie van het bestuur werken o.a. de sporttechnische jeugdcoördinator, de administratieve jeugdcoördinator, de jeugdtrainers, de teamverantwoordelijken en de begeleider van de jeugdscheidsrechters.

### **Trainers en trainingsuren**

M8	Woensdag (14u30 tot 15u30) Sporthal Lebbeke	Trainer M8: Manno Cassiman (initiator handbal)
	Donderdag (17u30-18u30) Sporthal Lebbeke	Trainer M8:Manno Cassiman (initiator handbal)
	Zaterdag (MM 10u30-11u30 + 11u30 tot 12u30) Sporthal Lebbeke	Bemerking: Tijdens MM werken wij met zes trainers per uur gelet de grootte van de groepen en de jonge leeftijd van de

		deelnemers. Wij hebben een 'pool' van een 13-tal mensen die hieraan meewerken.
M10	Donderdag (18u30-19u30) Sporthal Lebbeke Lebbeke  Vrijdag (17u30-18u30) Sporthal Lebbeke	Trainsterer: Loptte Leunis (initiator handbal)  Trainster: Lotte Leunis (initiator handbal)
M12	Woensdag (17u-18u30) Sporthal Lebbeke Vrijdag (18u00-19u30) Sporthal Lebbeke	Trainer Dirk Van Goethem (initiator handbal) Trainer Dirk Van Goethem (initiator handbal) Trainers in opleiding: Hermien Hoofteer en Lotte Leunis
M14	Woensdag (17u00-18u30) Sporthal Lebbeke  Donderdag (18u30-20u00) Sporthal Buggenhout	Trainer: Lennart Van Damme*  Hulp-trainer: Kyara Van Der Meiren*
M16	Maandag (19u00-20u30) Sporthal Lebbeke Woensdag (18u30- 20u00) Sporthal Lebbeke	Trainer: Sven Van Der Elst (initiator handbal) Hulp-trainer: Flo Cassiman (initiator handbal)

\*Deze trainers zullen in de loop van het seizoen 2023-2024 de kans krijgen van de club om de Opleiding initiator handbal te volgen.

### **Sporttechnische jeugdcoördinator (STJC)**

De taak van sporttechnisch jeugdcoördinator zal worden uitgevoerd door Dirk Van Goethem, initiator handbal - en oud-scheidsrechter A2.

De taak omvat o.a.:

## Trainers

- Evaluaties trainers: wekelijks
  - Week 1 en 3: hulp en ondersteuning;
  - Week 2 en 4: evaluatie van de trainingen;
  - Eindevaluatie per maand.
- Jaarplan:
  - Per groep/ploeg opstellen;
  - Jaarplan bespreken per trainer.
- Maandplan per groep/ploeg opstellen:
  - Trainers dienen trainingen, opgesteld op papier, in op het einde van de maand;
  - Evaluatie op sportieve vergaderingen.
- Sportieve vergaderingen:
  - Maandelijks evalueren;
  - 2-maandelijks interne bijscholing.
- Op de eerste trainersvergadering van het seizoen herhalen we wat de club van de trainers verwacht op sportief vlak:
  - Zich engageren voor een heel jaar (van september tot eind mei);
  - Elke training schriftelijk voorbereiden, niet met losse hand training geven;
  - Een doel voor ogen houden op korte en lange termijn en daar naartoe werken;
  - Opwarming geven in functie van de kern;
  - Veel spelletjes inlassen, vooral bij de jongere categorieën;
  - Enthousiast training geven;
  - De spelers individueel en positief benaderen (aanmoedigen);
  - De matches coachen;
  - Creatief spel aanmoedigen, geen tactische dwang opleggen tijdens de matches;
  - De bijscholingen volgen, o.a. dag van de trainer;
  - Zorg dragen voor het clubmateriaal en het opruimen na iedere training;
  - Aandacht hebben voor problemen en vragen buiten het handbalgebeuren;
  - Geïnteresseerd zijn in opbouw en uitbouw van de club;
  - Naar de sportieve vergaderingen komen;
  - Voor en na iedere training de kleedkamers controleren op netheid;
  - Sporadisch de kleedkamer betreden om pestgedrag te vermijden;

- Iedere trainer krijgt een M-factorfiche om het motiverend coaching onder de knie te krijgen en te gebruiken;
- Volgens de leerlijnen van het VHV en het jeugdplan van Brabo werken.

### Bijscholingen met externe lesgever en interne bijscholingen

- Jaarlijks 1 externe bijscholing organiseren:  
De bijscholing zal in onderling overleg gebeuren met de jeugdcoördinator van de zusterclub Elita Buggenhout, Wim Van Hove. Beide clubs zullen deelnemen aan de respectievelijke bijscholingen
- Interne bijscholingen:  
De overeengekomen data zullen bij het begin van het nieuwe seizoen aan iedere trainer voorgelegd worden, zodat er maximale aanwezigheid mogelijk wordt.

### Trainersevaluaties

- Iedere trainer zal een jaarplan krijgen via de sporttechnisch jeugdcoördinator (STJC) en zal zelf een maandplan opstellen, eventueel met begeleiding van de STJC.
- Iedere maand zal elke trainer 1x worden begeleid en 1x geëvalueerd.
- Iedere training wordt op papier gezet en een kopie hiervan wordt aan het eind van iedere maand afgegeven aan de STJC.
- Tussentijdse evaluaties van de trainingen zijn mogelijk op vraag van de STJC of de trainer in kwestie zelf. Zo kan de uitvoering van het jaar/maandplan van nabij opgevolgd worden en kunnen - wanneer nodig - bijsturingen gebeuren.
- Er wordt een minimumaanwezigheid verwacht van 80% op de interne bijscholingen, om zo ook de trainer up-to-date te houden met de moderne manier van handballen.

### Administratief jeugdcoördinator (AJC)

De taak van AJC zal uitgevoerd worden door Ludo Callaerts. Hij zal instaan voor de opvolging van alle zaken die dienen uitgevoerd worden in het kader van het JSF (dit aan de hand van een jaarlijks op te stellen “TO DO -tabel”) en zal de nodige administratie hierrond verzorgen (o.a. doorzenden evaluaties), dit met medewerking van Dirk Van Goethem (die goed vertrouwd is met het JSF).

De AJC zal tevens de STJC op de hoogte houden van alle taken die deze dient uit te voeren in functie van het JSF.

De financiële verantwoording voor het JSF wordt opgevolgd en in orde gebracht door de penningmeester, Sarah Verhulst.

## Begeleider jeugdscheidsrechters

Kelley Kimberg, Dirk Van Goethem en Ludo Callaerts zullen instaan voor de begeleiding van de jeugdscheidsrechters.

Deze taak omvat:

- Jeugdscheidsrechters aanduiden en opvolgen van scheidsrechters op wedstrijd;
- Opmaak schema thuismatchen en aanduiden jeugdscheidsrechters, 1 maand op voorhand;
- Begeleiden per koppel op thuismatchen, plus evaluaties overmaken aan het JSF.

Dirk zal erop toezien dat alle M14-speelsters die in aanmerking komen om jeugdscheidsrechter te worden een cursus volgen. We vinden dit belangrijk omdat ze zich op deze manier leren inleven in de positie van een scheidsrechter op wedstrijden en om zo ook de reglementering (beter) te leren begrijpen en onder de knie te krijgen.

Momenteel hebben we een 4-tal jeugdscheidsrechters, die de cursus al volgden en nog actief zijn.

Zoals eerder vermeld krijgen deze jeugdscheidsrechters iedere maand een lijst van de thuiswedstrijden waarvoor ze aangeduid werden. Er wordt naar gestreefd dat ze minstens 80% van deze aanduidingen ook effectief fluiten.

Om de jeugdscheidsrechters meer vertrouwd te laten worden met de arbitrage, zal er op trainingen af en toe gevraagd worden om wedstrijdjes van het team te fluiten. Ook hier zal de begeleider periodiek aanwezig zijn voor begeleiding en raad. De speelsters zullen ook ruimte krijgen om over hun eigen perceptie te kunnen praten en leren aan zelfevaluatie te doen.



Als club zijn we steeds bereid te bekijken of we de mogelijkheid hebben om zelf een cursus voor jeugdscheidsrechters te organiseren, doch meestal hebben wij hiervoor geen zaal ter beschikking (gelet de hoge bezettingsgraad).

## **Teambegeleiders**

Ideaal zou zijn dat iedere ploeg en trainer een teambegeleider zou hebben. In de loop van het seizoen 2023-2024 werden door de STJC en de leden van het bestuur teambegeleiders gezocht en gevonden. Momenteel hebben wij teambegeleiders voor de M10, M12 en 16. Voor de M14 dienen wij de zoektocht nog verder te zetten.

Voor de M8 hebben wij geopteerd om de trainer van ELITA, Guido Moeyersoons, in te schakelen die zorgt voor de nodige ondersteuning. Guido is de trainer van de J8 van ELITA en de M8 en J8 trainen samen.

Op sportief vlak heeft dus elke ploeg een trainer (en eventueel een extra trainer) met daarnaast de nodige extra-sportieve omkadering/ ondersteuning van een teambegeleider.

De functies van de teambegeleider/trainer zijn de volgende:

- Nieuwe leden en ouders opvangen, clubinfo bezorgen, ...;
- Informatie doorspelen aan de secretaris;
- Voor de kledij, de was, netheid in de kleedkamer ... zorgen;
- Het vervoer naar de matches organiseren;
- Als tafelofficial optreden;
- De link zijn tussen de trainer en het bestuur.

Bij de M14 en M16 hebben we meerdere mensen die optreden als official.

## **3. Communicatie en verenigingsleven**

### **Intern**

De club en de meeste trainers maken actueel voornamelijk gebruik van moderne communicatiemiddelen (website [www.brabodenderbelle.be](http://www.brabodenderbelle.be),

playerplus app, e-mail, FB-pagina, sms, ...), de ‘papieren communicatie’ is bijna volledig verdwenen.

In de cafetaria van het sportcentrum te Lebbeke, waar we voornamelijk trainen en spelen, hangt een infobord van onze club. Dit vormt als het ware een ‘uithangbord’ van onze club en dit wordt vrij regelmatig gebruikt door onze promoverantwoordelijke om onder andere leuke foto’s te afficheren.

Daarnaast blijft de verbale communicatie uiteraard een prominente rol spelen, gelet dit toch veel meer gepersonaliseerd kan verlopen en gelet het belang van de intermenselijke relaties en betrokkenheid binnen de club.

Zo organiseren we ook jaarlijks aan het eind van het seizoen een algemene vergadering waarop alle (jeugd)spelers en hun ouders worden uitgenodigd. We blikken tijdens deze vergadering terug op het afgelopen seizoen en kijken nadien vooruit: ploegen, trainingsuren en trainers, enz. worden bekend gemaakt.

### **Extern**

In de externe communicatie van onze club spelen alle bestuursleden een rol (ieder op zijn gebied, o.a. promoverantwoordelijke en administratief jeugdcoördinator maken deel uit van het bestuur) als ook de sporttechnisch jeugdcoördinator. Vele contacten, zoals de communicatie met de gemeentelijke sportdienst, VHV, ... verlopen schriftelijk, via e-mail. Ook telefonische contacten en face-to-face-contact (zeker bij problemen) komen voor.

### **Verengingsleven**

Naast het sportieve gaan we als club uiteraard niet voorbij aan het sociale aspect van het clubleven. Brabo had in het verleden een zeer rijke traditie op dit vlak. Er worden een aantal extra-sportieve activiteiten georganiseerd om de club- en groepssfeer te bevorderen. Sommige zaken worden georganiseerd in samenwerking met Elita, maar we zijn er intussen van overtuigd geraakt dat het belangrijk is om als club onze eigen identiteit te vrijwaren en bestendigen waardoor we dus ook weer meer onze aandacht gaan richten op activiteiten specifiek voor Brabo.

#### 4. Voorkomen van drop-out

Door de verbondenheid van de jeugdspelers te vergroten met zowel club als sport wordt geprobeerd om drop-out te voorkomen of minstens te reduceren. Er worden nevenactiviteiten georganiseerd, zowel gebonden aan de sport 'an sich' als daarbuiten.

In 2024 zullen wij eind augustus in samenwerking met Elita een handbalstage/ kamp georganiseren. Waar deze zal doorgaan wordt nog bepaald.

De jeugdspelers kunnen steeds uitkijken naar zo'n stage wat de betrokkenheid op elkaar en de club vergroot.

Rond Kerst worden alle jeugdspelers uitgenodigd om samen schaatsplezier te beleven op de tijdelijke ijspiste in het dorpscentrum.

Door deze leuke vooruitzichten willen we de drop out over de seizoenen heen beperken.

Na nieuwjaar worden al onze leden en hun ouders uitgenodigd voor een nieuwjaardrink en een hapje, waar we nog een feestje 'aanbreien'. Onder meer via deze weg proberen we de betrokkenheid van de ouders bij de club extra te stimuleren.

Kinderen zullen eveneens gestimuleerd worden om deel te nemen aan handbalkampen van VHV of andere instanties tijdens de zomer, zodat ze niet "vergeten" hoe leuk handbal eigenlijk is.

Problemen die zich zouden stellen tijdens het seizoen, kunnen via de regelmatige aanwezigheid en opvolging van de STJC Dirk Van Gothem, tijdig opgemerkt worden en dan kan er naar een passende oplossing of reactie gezocht worden.

Door samenspraak en samen te zitten met de betrokken speelsters en ouders zou hiervoor een oplossing moeten verkregen worden.

Van trainers (en teambegeleiders) wordt er ook verwacht dat ze attent zijn voor gedrag dat wrevel of problemen kan veroorzaken.

Kleedkamerbezoeken voor en na iedere training, eerst om te begroeten, nadien om onder meer te verhinderen dat er rommel wordt achtergelaten en er gepest wordt. Deze taak is wel enkel weggelegd voor onze vrouwelijke trainers en medewerksters.

## 5. Ledenwerving

We werken met een promotieverantwoordelijke en een promotieplan waarbij één van de kerndoelstellingen uiteraard het bevorderen van de doorstroming van kinderen naar onze club is. Voor meer informatie hieromtrent verwijst ik naar ons promotieplan 2023-2024.

Hieronder gaan we iets dieper in op enkele promo-activiteiten:

### Promostand op avondmarkt Denderbelle

In augustus 2023 werd met een promostandje op de avondmarkt te Denderbelle handbal in de kijker gezet. Onze bedoeling was om jongeren in contact te brengen met onze sport. Via een zestal oefeningen werden de jongens/meisjes uitgedaagd om het diploma van scherpschutter te behalen. Alle deelnemers kregen een diploma als beloning.

### Initiaties op school

In September 2023 werden opnieuw een aantal scholen bezocht en initiaties gegeven bij aanvang van het nieuwe schooljaar, enkele nieuwe meisjes gingen hierdoor aan het handballen.

De groei van de club is de voornaamste reden voor deze initiaties en we trachten hierdoor ook bij te dragen aan het verhogen van de populariteit van de handbalsport.

Op vrijdagen 8, 15, 22 en 28 September 2023 werden door Guido Moeyersoons in de 4 Lebbeekse gemeentescholen initiaties gegeven. Per school werden er twee initiaties voorzien, één per maand in afspraak met de verantwoordelijke van iedere school. We richtten ons hier voornamelijk op de kinderen van het 4de, 5de en 6de leerjaar, daar ze op deze leeftijd kunnen starten met handballen en al van jongsaf een basis meekrijgen.

De scholen in de randgemeenten werden ook gecontacteerd en daar werden door Elita tevens initiaties voorzien door trainer Guido Moeyersoons.

In elke school werden clubflyers uitgedeeld.

Er zullen in samenwerking met de scholen en de Multi Move ook nog initiaties worden gegeven ifv het Hand2Girls project. Deze staat onder

begeleiding van VHV verantwoordelijke voor Oost Vlaanderen Dary Van Den Stock.

De meisjes zullen gestimuleerd worden om de stap naar het handbal gemakkelijker te zetten.

### Tornooien na de initiaties om ledenwerving te finaliseren

Er wordt zeker nog een terugkomdag georganiseerd in de sporthal te Lebbeke voor alle scholen waar initiaties plaats vonden.

Er zal in toernooivorm worden gespeeld, meisjes en jongens worden verdeeld per leeftijd/klas. Bedoeling is om de kinderen via deze weg extra te prikkelen om respectievelijk aan te sluiten bij Brabo of Elita.

Streefdoel is dat er uit ieder klasje een ploegje aanwezig zou zijn op het toernooi. De jeugdtrainers staan in voor de begeleiding tijdens de wedstrijdjjes.

Tijdens de initiatiedagen wordt er aan de LO-leerkracht gevraagd om tijdens het toernooi aanwezig te zijn, niet om te helpen maar om hun beter bekend te maken met het handbal. Zo kan er ook nadien handbal gegeven worden zonder dat er iemand aanwezig is op school van de club.

- Flyers uitdelen
- Trainers aanwezig van elke jeugd ploeg
- Diploma en medaille voor iedere deelnemer
- Beker voor elke school
- maand gratis trainen

### Opvolging van de initiaties en nazorg

Aan alle deelnemende scholen zal de kans gegeven worden om nog bijkomende initiaties aan te vragen doorheen het verdere schooljaar.

## **6. Visie over aantrekken en werken met meisjes**

Door de samenwerking van Elita en Brabo vanaf 2015-2016 kunnen we onze krachten bundelen en geven we initiaties samen, we vissen in dezelfde vijver maar naar andere vissen. Dit kadert in onze totaal-aanpak van promotie.

In het kader van het aantrekken en werven van handballertjes in het algemeen hopen we op termijn via Multimove ook een groter potentieel aan meisjes (en jongens) te hebben. De kinderen en hun ouders zijn al vertrouwd met de clubs en de stap naar handbal wordt dan misschien vlugger gezet. We zien nu al een aangroei bij de U8 waar veel kinderen uit Multimove overkomen (doordat we hen de kans geven gratis – lees enkel betaling lidgeld Multimove – aan de handbaltrainingen deel te nemen).

Heden trainen alle M-ploegen behalve de M8 uitsluitend met meisjes, wat eveneens de aantrekking naar meisjes toe zou moeten verhogen. ook de Multimove op zaterdag is nog gemengd.

## **7. Organiseren van of deelnemen aan binnen- en buitenlandse toernooien**

We bekijken telkens de mogelijkheden om deel te nemen aan een buitenlands toernooi. Momenteel hebben we nog geen uitsluitsel over al dan niet deelname. Verder overleg is nog nodig.

Wat de binnenlandse toernooien betreft, bekijken we welke opportuniteiten zich voordoen doorheen het seizoen en of we dan voldoende speelsters hebben voor een bepaald toernooi.

Deelname aan de toernooien geeft een mogelijkheid om te spelen tegen andere clubs dan in de reguliere competitie en geeft de ouders ook de mogelijkheid om intenser te genieten van hun dochters tijdens het handbal.

We organiseren geen eigen toernooi wegens gebrek aan een interessante datum en we willen geen concurrentie zijn voor een andere club.

## **8. Handbal Voor iedereen**

In Lebbeke krijgen minderbedeelden de kans om aan sport te doen via de uit-pas . Wij hebben als club ingetekend op dit aanbod, waardoor mensen die recht hebben op een voordeeltarief nog slechts 25% zelf van het lidgeld zullen moeten betalen. De resterende 75% zal gedragen worden door de club en voor een deel door de gemeente Lebbeke.

## **9. Bevorderen van fairplay**

De coach is de eerste die de regels van de fairplay dient te respecteren, diens gedrag zal uiteindelijk afgespiegeld worden op spelers en publiek.

Als clubs verwachten wij van onze trainers dan ook dat ze op gebied van fairplay een modelvoorbeeld zijn en dat ze hun spelertjes of ouders van... aanspreken indien er zich problemen stellen op dit vlak.

Desgevallend en wanneer nodig, zal het bestuur tussenkomen (vb. om supporters aan te manen een sportieve houding aan te nemen).

Het is dus een taak van iedereen binnen de club erop toe te zien dat de regels van de fairplay gerespecteerd worden.

Sinds 2015-2016 hebben we een huishoudelijk reglement. Hierin worden onze visie, waarden en normen vertaald naar regels die op alle (jeugd)leden van de club van toepassing zijn.

Zo zal het voor ieder (jeugd)lid duidelijk zijn wat zijn rechten zijn, maar ook zijn plichten en welke stappen er eventueel genomen kunnen worden bij het niet-naleven van zijn verplichtingen.

Onder andere de fairplay-gedachte, de Panathonverklaring (o.a. respect tonen voor elkaar, tegenstanders, scheidsrechters, trainers...) heeft een vertaling gekregen in dit clubreglement.

Dit clubreglement werd gepubliceerd op de website.

## **10. Aanspreekpunt Persoonlijke Integriteit**

Op dit moment hebben we geen API beschikbaar binnen de club. Er zal wel verder worden gezocht om in de toekomst deze belangrijke taak in te vullen.

Onze STJC is in tussentijd nog steeds beschikbaar mochten er problemen optreden rond de persoonlijke integriteit.

Hij komt als jeugdcoördinator frequent in aanraking met alle leden (op trainingen, wedstrijden en daarbuiten) en vormt voorlopig nog het eerste aanspreekpunt bij vragen, klachten of vermoedens van grensoverschrijdend gedrag.

## **11. Sporttechnisch opleidingsplan per leeftijdsgroep**

## Multimove

Basis motorische eigenschappen

Alles aanleren via spelvorm rekening houdend met grote bewegingsdrang, rijke fantasie en creativiteit.

1u training per week

Brede motorische basisopleiding:

- Lopen
- Springen
- Vallen
- Starten
- Stoppen
- Duwen
- Werpen
- Vangen
- Schuiven
- Hinken
- Achteruit lopen
- Kruipen

## M8

2x1u training per week (plus eventueel nog een derde training van een uur bij MM)

Sociale vaardigheden:

- Beleefdheid tegenover medespelers en trainer
- Functioneren tijdens training
- Afspraken naleven

Algemene balvaardigheid:

- Vangen
- Werpen
- Dribbelen



### Basis motorische eigenschappen:

- Alles aanleren via spelvorm rekening houdend met grote bewegingsdrang, rijke fantasie en creativiteit

### Brede motorische basisopleiding:

- Lopen
- Springen
- Vallen
- Starten
- Stoppen
- Duwen
- Werpen
- Vangen
- Schuiven
- Hinken
- Achteruit lopen
- Kruipen

### Tornooien:

- 3 + 1
- 6-tal tornooien: matchduur +- 8min.
- Spelvreugde → resultaat is ondergeschikt!!
- Iedereen speelt evenveel en op alle posities!
- **Positieve feedback**

## M10

2x 1u per week

### Sociale vaardigheden:

- Beleefdheid tegenover medespelers en trainer
- Functioneren tijdens training
- Afspraken naleven
- Eenvoudige spelregels

### Brede motorische basisopleiding:

- Lopen

- Springen
- Vallen
- Starten
- Stoppen
- Duwen
- Werpen
- Vangen
- Schuiven
- Hinken
- Achteruit lopen
- Kruipen

Bewegingsvaardigheden:

- Grote nadruk op coördinatieoefeningen: balvaardigheid, oog-handcoördinatie

Passen en werpen:

- Slagworp
- Sprongworp
- Valworp
- Pas boven het hoofd
- Gestrekte pas
- Botspas

Passen en vangen:

- In de loop
- Na enkelvoudige schijnbeweging (tweedejaars)
- Aan werparmzijde
- Aan tegenwerparmzijde

Werpen naar doel:

- Slagworp
- Sprongworp
- Vanuit dribbel - na pas
- Vanop verschillende posities
- Richten:
  - Hoog
  - Laag
  - Hoeken
- Laten botsen voor de keeper

## Dribbelen:

- In stilstand:
  - Hoog
  - Laag
- Bewegend:
  - Achter
  - Voor
  - Zijwaarts
- Bewegend:
  - Stappend
  - Lopend
  - Richtingsverandering
- In snelheid
- Onder druk
- Vanuit verschillende posities
  - Rechtopstaand
  - Gehurkt
  - Kniezit
  - Zittend
  - In buiklig
  - In ruglig
- Ruimte leren kennen: binnen bepaald speelveld
- Werken op tijdsgevoel
- Ritmegevoel

## Aanval:

- Vooral spelvormen en oefeningen aanbieden met aanvallend karakter. Verdedigingsoefeningen komen op latere leeftijd aan bod.
  - Stimuleert doelgericht werken
  - Succesbeleving
- Oefenen op:
  - Dubbelpas
  - Inlopen
  - Give-en-go
- Veel oefenen op vrijlopen:
  - Richtingsverandering
  - Snelheidsverandering (met bal / zonder bal)
- Wekelijks shottraining
- Iedereen vanuit alle posities

### Verdediging:

- Man-man verdediging
- Oefeningen op schuiven – lage houding – armen voorwaarts
- Bal onderscheppen

### Tornooien:

- 3+1
- 6-tal tornooien: match duurt 8 min
- Spelvreugde à resultaat is ondergeschikt!!
- Iedereen speelt evenveel en op alle posities!
- **Positieve feedback**

## M12

2x 1,5u per week

### Sociale vaardigheden:

- Beleefdheid tegenover medespelers en trainer
- Functioneren tijdens training
- Afspraken naleven
- Eenvoudige spelregels

### Brede motorische basisopleiding:

- Lopen
- Springen
- Vallen
- Starten
- Stoppen
- Duwen
- Werpen
- Vangen
- Schuiven
- Hinken
- Achteruit lopen
- Kruipe

### Bewegingsvaardigheden:

- Grote nadruk op coördinatieoefeningen: balvaardigheid, oog-handcoördinatie

#### Passen en werpen:

- Slagworp
- Sprongworp
- Valworp
- Pas boven het hoofd
- Gestrekte pas
- Botspas

#### Passen en vangen:

- In de loop
- Na enkelvoudige schijnbeweging
- Aan werparmzijde
- Aan tegenwerparmzijde

#### Werpen naar doel:

- Slagworp
- Sprongworp
- Vanuit dribbel - na pas
- Vanop verschillende posities
- Richten:
  - Hoog
  - Laag
  - Hoeken
- Laten botsen voor de keeper

#### Dribbelen:

- In stilstand:
  - Hoog
  - Laag
- Bewegend:
  - Achter
  - Voor
  - Zijwaarts
  - Stappend
  - Lopend
  - Richtingsverandering
- In snelheid

- Onder druk
- Vanuit verschillende posities
  - Rechtopstaand
  - Gehurkt
  - Kniezit
  - Zittend
  - In buiklig
  - In ruglig
- Ruimte leren kennen: binnen bepaald speelveld
- Werken op tijdsgevoel
- Ritmegevoel

#### Aanval:

- Bij deze groep vooral spelvormen en oefeningen aanbieden met aanvallend karakter. Verdedigingsoefeningen komen op latere leeftijd aan bod.
  - Stimuleert doelgericht werken
  - Succesbeleving
- Oefenen op:
  - Dubbelpas
  - Inlopen
  - Give-en-go
- Veel oefenen op vrijlopen:
  - Richtingsverandering
  - Snelheidsverandering (met bal / zonder bal)
- Wekelijks shottraining
- Iedereen vanuit alle posities

#### Verdediging:

- Man-man verdediging
- Oefeningen op schuiven – lage houding – armen voorwaarts
- Bal onderscheppen

#### Tornooien:

- 3+1
- 6-tal tornooien: match duurt 10 tot 12 min
- Spelvreugde en resultaat is ondergeschikt!!
- Iedereen speelt evenveel en op alle posities!

#### Match:

- Wekelijks
  - 3 x 15 min
  - 4 – 2 of 3 – 3 verdediging
- Geen vaste posities
- Gelijke speelkansen
- Resultaat (score) is ondergeschikt
- Inzet en motivatie is hoofdzaak
- **Positieve feedback**

## M14

2x 1,5u per week

Sociale vaardigheden:

- Beleefdheid tegenover medespelers en trainer
- Functioneren tijdens training
- Afspraken naleven
- Eenvoudige spelregels

Brede motorische basisopleiding:

- Lopen
- Springen
- Vallen
- Starten
- Stoppen
- Duwen
- Werpen
- Vangen
- Schuiven
- Hinken
- Achteruit lopen
- Kruipen

Bewegingsvaardigheden:

- Grote nadruk op coördinatieoefeningen: balvaardigheid, oog-handcoördinatie

Passen en werpen:

- Slagworp
- Sprongworp
- Valworp
- Pas boven het hoofd
- Gestrekte pas
- Botspas

Passen en vangen:

- In de loop
- Na enkelvoudige schijnbeweging (tweedejaars)
- Aan werparmzijde
- Aan tegenwerparmzijde

Werpen naar doel:

- Slagworp
- Sprongworp
- Vanuit dribbel - na pas
- Vanop verschillende posities
- Richten:
  - Hoog
  - Laag
  - Hoeken
- Laten botsen voor de keeper
- Hard-zacht
- Over block
- Met bots
- Met uitklinken: basis
- Na schijnbeweging (enkelvoudig en dubbel)
- Na pivoteren
- Na reverse

Dribbelen:

- In stilstand:
  - Hoog
  - Laag
- Bewegend:
  - Achter
  - Voor
  - Zijwaarts
- Bewegend:



- Stappend
- Lopend
- Richtingsverandering
- In snelheid
- Onder druk
- Vanuit verschillende posities
  - Rechtopstaand
  - Gehurkt
  - Kniezit
  - Zittend
  - In buiklig
  - In ruglig
- Ruimte leren kennen: binnen bepaald speelveld
- Werken op tijdsgevoel
- Ritmegevoel

#### Aanval:

- Bij deze groep vooral spelvormen en oefeningen aanbieden met aanvallend karakter. Verdedigingsoefeningen komen op latere leeftijd aan bod.
  - Stimuleert doelgericht werken
  - Succesbeleving
- Oefenen op:
  - Dubbelpas
  - Inlopen
  - Give-en-go
- Veel oefenen op vrijlopen:
  - Richtingsverandering
  - Snelheidsverandering (met bal / zonder bal)
- Wekelijks shottraining
- Iedereen vanuit alle posities
- Tegenaanval:
  - Alleen onder druk
  - Per twee bal opbrengen
  - Via lange bal
  - Via tussenstation
- Vrijlopen: richtingsverandering – snelheidsverandering (schijnbeweging zonder bal)
- Harmonica (basis)
- Overzicht bewaren

- Schijnbeweging met bal: enkelvoudige schijnbeweging

#### Verdediging:

- Man-man verdediging
- Oefeningen op schuiven – lage houding – armen voorwaarts
- Bal onderscheppen
- Block (basis)
- Contact → speler begeleiden

#### Match:

- Wekelijks
  - 3 x 15 min
  - 4 – 2 of 3 – 3 verdediging
- Geen vaste posities
- Gelijke speelkansen
- Resultaat (score) is ondergeschikt
- Inzet en motivatie is hoofdzaak
- Positieve feedback

## M16

2x 1,5u per week

#### Sociale vaardigheden:

- Beleefdheid tegenover medespelers en trainer
- Functioneren tijdens training
- Afspraken naleven
- Eenvoudige spelregels

#### Brede motorische basisopleiding:

- Lopen
- Springen
- Vallen
- Starten
- Stoppen
- Duwen
- Werpen
- Vangen
- Schuiven

- Hinken
- Achteruit lopen
- Kruipen

#### Bewegingsvaardigheden:

- Grote nadruk op coördinatieoefeningen: balvaardigheid, oog-handcoördinatie

#### Passen en werpen:

- Slagworp
- Sprongworp
- Valworp
- Pas boven het hoofd
- Gestrekte pas
- Botspas

#### Passen en vangen:

- In de loop
- Na enkelvoudige schijnbeweging (tweedejaars)
- Aan werparmzijde
- Aan tegenwerparmzijde

#### Werpen naar doel:

- Slagworp
- Sprongworp
- Vanuit dribbel - na pas
- Vanop verschillende posities
- Richten:
  - Hoog
  - Laag
  - Hoeken
- Laten botsen voor de keeper
- Hard-zacht
- Over Block
- Met bots
- Met uitklinken: basis
- Na schijnbeweging (enkelvoudig en dubbel)
- Na pivoteren
- Na reverse

## Dribbelen:

- In stilstand:
  - Hoog
  - Laag
- Bewegend:
  - Achter
  - Voor
  - Zijwaarts
- Bewegend:
  - Stappend
  - Lopend
  - Richtingsverandering
- In snelheid
- Onder druk
- Vanuit verschillende posities
  - Rechtopstaand
  - Gehurkt
  - Kniezit
  - Zittend
  - In buiklig
  - In ruglig
- Ruimte leren kennen: binnen bepaald speelveld
- Werken op tijdsgevoel
- Ritmegevoel

## Aanval:

- Bij deze groep vooral spelvormen en oefeningen aanbieden met aanvallend karakter. Verdedigingsoefeningen komen op latere leeftijd aan bod.
  - Stimuleert doelgericht werken
  - Succesbeleving
- Oefenen op:
  - Dubbelpas
  - Inlopen
  - Give-en-go
- Veel oefenen op vrijlopen:
  - Richtingsverandering
  - Snelheidsverandering (met bal / zonder bal)
- Wekelijks shottraining
- Iedereen vanuit alle posities

- Tegenaanval:
  - Alleen onder druk
  - Per twee bal opbrengen
  - Via lange bal
  - Via tussenstation
- Vrijlopen: richtingsverandering – snelheidsverandering (schijnbeweging zonder bal)
- Harmonica (basis)
- Overzicht bewaren
- Schijnbeweging met bal: enkelvoudige schijnbeweging

#### Verdediging:

- Man-man verdediging
- Oefeningen op schuiven – lage houding – armen voorwaarts
- Bal onderscheppen
- Block (basis)
- Contact → speler begeleiden

#### Match:

- Wekelijks
  - 2 x 25 min
  - 4 - 2, 3 - 3, 3-2-1 of offensieve 5 - 1 verdediging
- Beginnen met vaste posities
- Gelijke speelkansen
- Resultaat (score) is ondergeschikt
- Inzet en motivatie is hoofdzaak
- Positieve feedback

27 Nov. '23