



**Begeleider-coach handleiding
Jeugd (>12 jaar)
2022-2023**

Inhoud

Inleiding.....	3
Verklaring Omtrent Gedrag (VOG).....	3
Communicatie.....	3
Wedstrijden.....	3
Thuiswedstrijd.....	3
Digitale Wedstrijdformulier DWF.....	4
Rijschema.....	4
Wedstrijdballen.....	4
Algemene tips voor het coachen.....	4
A. Spelregels.....	5
B. Wedstrijd verloop.....	5
C. Time-Out.....	6
D. Na de wedstrijd.....	6
Invallers regelen.....	6
Niet genoeg spelers?.....	6
Wedstrijden verzetten.....	7
Hoe verzet je een wedstrijd?.....	7
Afstemming met trainer.....	7
Contactgegevens.....	7

Inleiding

Deze handleiding is geschreven voor ouders die een jeugdteam begeleiden als coach;

- om het team vertrouwen te geven tijdens een wedstrijd en te stimuleren, zodat zij het maximale uit zichzelf kunnen halen
- om het team te begeleiden voor, tijdens en na een wedstrijd
- om samen met de trainer de doelen van het team te verwezenlijken

Onze vereniging vindt het belangrijk dat alle teams worden begeleid door een coach. Coaches en begeleiders worden door het team zelf gekozen.

De handleiding is geschreven als richtlijn met als doel de verwachtingen helder te hebben en houvast te geven wanneer een coach of begeleider nog niet zoveel ervaring met volleybal heeft.

Verklaring Omtrent Gedrag (VOG)

AMVJ-Martinus heeft een [aannamebeleid voor vrijwilligers](#) en hanteert daarbij ook gedragsregels.

Als je benoemd bent tot coach of begeleider dan ontvang je van de secretaris van de vereniging een mail waarin je zelf gratis een VOG kunt aanvragen. Deze stuur je terug aan info@amvjmartinus.nl. AMVJ-Martinus houdt de VOG in haar bezit zolang jij je als vrijwilliger inzet in deze functie.

Communicatie

De coach zorgt dat er een whatsapp groep wordt aangemaakt. Als coach en begeleider ben je beheerder van deze groep en zorgt ervoor, dat alle spelers (en op verzoek ook ouders) én hun trainer onderdeel van de groep uitmaken. Deze groep is bedoeld voor communicatie over de wedstrijden en doeleinden die te maken hebben met AMVJ-Martinus. Probeer zoveel mogelijk niet-relevante onderwerpen buiten deze groep te houden. Wanneer er klachten of discussies zijn, los die niet op via de app, maar meld die bij de jeugdcommissie, zodat het gesprek aangegaan kan worden.

Wedstrijden

Het [wedstrijdschema van AMVJ-Martinus](#) is te vinden op onze website. Ook kun je de volleybal app voor op je telefoon raadplegen.

Aangeraden wordt om minimaal een half uur voor de wedstrijd aanwezig te zijn, zodat er voldoende tijd is voor het inspelen.

Thuiswedstrijd

Indien de coach (en ouders!) bij een thuiswedstrijd zelf het veld moet opzetten is het raadzaam een uur voor aanvang van de wedstrijd in de hal te zijn. Indien er geen volgende wedstrijd is gepland op het speelveld, dan moet het veld na de wedstrijd worden afgebroken. Wil je weten wanneer je zaaldienst hebt? [Het overzicht](#) vind je hier.

Bij een thuiswedstrijd dient de coach ook te zorgen voor een teller. Dat mag een wissel uit het eigen team zijn.

Wanneer het team een scheidsrechter moet leveren (vanaf B-jeugd) wordt in overleg tussen coach en het team per seizoen besloten wie zich hiervoor inzet. Bij voorkeur zijn minimaal 2 spelers per team gemachtigd om te fluiten. Meer informatie bij de scheidsrechterscommissie: .

Digitale Wedstrijdformulier DWF

Per 1 september 2022 is er een nieuw DWF in gebruik, die het gebruik van spelerspassen overbodig maakt. Waar je voorheen papieren spelerspassen van het team moest overleggen, zijn die nu digitaal beschikbaar. Zie voor meer informatie de [handleiding op de website van de Nevobo](#).

Naast competitiewedstrijden wordt het DWF ook ingezet op toernooidagen, zoals de Volleybaldirect Open, nationale beker en CMV-toernooien. Het vernieuwde DWF is te vinden op <https://dwf.nevobo.nl>. Inloggen doe je met je eigen volleybal account. Heb je geen account? Zorg dat je ruim van tevoren (minstens 2 weken) contact opneemt met de scheidsrechterscommissie: scheidsrechterscommissie@amvjmartinus.nl.

DWF invullen

Als er een wedstrijd gespeeld gaat worden dient het DWF2.0 ingevuld te worden. Stem af met je aanvoerder wie dit formulier invult. Dit kan dit thuis en het liefst de avond van tevoren, zodat dat weer tijd scheelt in de sporthal. De scheidsrechter kan dan sneller de teamopstellingen controleren en de wedstrijd kan hierdoor vaker op tijd starten. Onder andere zal de scheidsrechter controleren of:

- alle aanwezige spelers vermeld zijn in de teamopstelling van deze wedstrijd
- of de digitale pasfoto's kloppen met de daadwerkelijke personen
- zijn alle rugnummers juist ingevuld?
- Is de aanvoerder ingevuld?
- Is de eventuele libero ingevuld?

Controleer zelf of de scheidsrechter en de teller goed zijn ingevuld.

Rijschema

Voor de start van het seizoen kan een rijschema worden gemaakt door de coach c.q. begeleider voor met name de uitwedstrijden. Als een ouder niet kan, zorgt de betreffende ouder zelf voor vervanging. De begeleider-coach stuurt een herinnerings-email of appje, ongeveer 5 dagen voor de wedstrijd. Dit is dan tevens een reminder voor de ouders die moeten rijden. Het kan ook handig zijn om een verzamelplaats af te spreken, bijvoorbeeld de Nieuwe Bankrashal of een carpoolstrook.

Wedstrijdballen

De coach of aanvoerder is eindverantwoordelijk voor de wedstrijdballen. Bij elke wedstrijd gaat een set ballen mee in een tas. De begeleider-coach dient er ook op toe te zien dat de ballen na afloop van de wedstrijd weer worden meegenomen. Als er een bal verloren gaat, zal het team de kosten daarvan gezamenlijk moeten vergoeden.

Algemene tips voor het coachen

De vereniging heeft als uitgangspunt dat iedere (jeugd)speler zich naar vermogen technisch en tactisch moet kunnen ontwikkelen en zoveel mogelijk wedstrijdervaring moet kunnen opdoen. Volleybal is echter een teamsport en daarom hechten wij er als vereniging ook aan dat de jeugdspelers leren in teamverband met elkaar om te gaan en daarbij spelplezier en zelfvertrouwen (verder) ontwikkelen.

In de praktijk betekent dit dat een coach ernaar streeft om iedereen zoveel mogelijk gelijke speeltijd te geven. Vanzelfsprekend zijn er verklaarbare redenen, uitzonderingen, waardoor er afgeweken kan worden.

Een andere uitzondering zijn de lijnteams waar specifieke doelen gesteld zijn en waar bijvoorbeeld vanwege de functie van de spelers (spelverdeler, middenblokkeerder, buitenaanvaller, libero), het aantal aanwezige wisselers en het moment van de wedstrijd niet iedereen elke wedstrijd evenveel speeltijd krijgt.

Het is ook belangrijk om met de trainer en het team af te stemmen hoe de wedstrijd wordt begonnen en hoe het wisselbeleid eruit zou moeten zien. Zit iemand, die niet is komen trainen b.v. altijd de eerste set op de bank? Vinden trainer en team dat er moet worden gewonnen of gaat het om de ontwikkeling van de spelers? Als je niet komt of laat opzegt kan de coach hier consequenties aan verbinden voor volgende momenten.

A. Spelregels

Als begeleider of coach word je niet ingezet als scheidsrechter, maar het is noodzakelijk dat je op de hoogte bent van de **spelregels die gelden voor de jeugd**. De hoogtes van het net per leeftijd en de veldgrootte staan in **dit bestand**.

B. Wedstrijd verloop

Een wedstrijd bestaat uit 4+1 sets. Dit betekent dat in alle klassen voor jeugd er elke wedstrijd minstens 4 sets gespeeld worden en dat bij een 2-2 stand er een beslissende 5^e set gespeeld wordt (tot de 15 punten).

Een positieve manier van coachen werkt meestal het beste. Benadruk niet de fouten, maar geef de spelers aan hoe ze iets beter kunnen doen. Wanneer een goede actie tot resultaat leidt, geef dat dan ook duidelijk aan.

1e set: laat een team wennen aan de zaal, publiek, geluid enz., dus wissel zo weinig mogelijk. Gebruik de time-out goed, ook als deze door de tegenpartij is aangevraagd. Zoals al eerder aangegeven, zorg ervoor dat de spelers plezier in het spel blijven houden en geef de spelers vertrouwen. Bedenk dat wanneer je de eerste set verliest, de wedstrijd nog lang niet verloren is. Wanneer vraag je je eerste time-out aan? Het is geen wet van Meden en Perzen, maar het is aan te raden om dit in ieder geval te doen als je een achterstand van 4 of 5 punten hebt. Je hebt dan ook al meestal gezien welk verdedigingssysteem de tegenstander speelt, wat voor aanvallers ze in huis hebben en waar je eigen blok- en veldverdediging op dat moment zit. Of je probeert op die manier een sterke serveerder te ontregelen en het opvangen van de service en je verdediging iets beter te organiseren. Naarmate de set het einde nadert, kan een time-out bij een kleiner verschil (als je nog time-outs hebt).

2e set: wissel handig: niet tegelijk de „beste” spelers eruit, dit geeft vaak onrust in een team. Geef de wissels evt. een opdracht mee, bij voorkeur waar hun sterke punt ligt, bijvoorbeeld over waar een tactische bal geplaatst kan worden of waar te serveren (als ze geplaatst kunnen serveren).

3e set: indien de eerste 2 sets (redelijk eenvoudig) zijn gewonnen, dan is het in de derde set vaak moeilijker om de moed en concentratie vast te houden. Het is handig hierop in te spelen door nog gericht opdrachten mee te geven (bijv. iets meer risico bij serveren of in aanval meer proberen). Vaak is het alleen benoemen dat ze er nog niet zijn, niet voldoende. Indien nodig, zou in deze set ook tussentijds spelers gewisseld kunnen worden, om soms een verkeerd patroon (bijv. steeds blokkeerfout of opslagfout) te doorbreken. Deze aanpak geldt overigens ook wanneer de 1^{ste} en 2^{de} set verloren zijn. De kans is groot dat het team gemotiveerd aan de 3^{de} set begint. Ook hier het advies om kleine behapbare opdrachten mee te geven en daarop te coachen.

4e set: indien de 1e en/of 2e set is verloren en de derde gewonnen, dan is het team wellicht aan het groeien. Wissel indien mogelijk beperkt en niet de „dragende” spelers (de spelers die een grote bijdrage aan de set overwinning hebben geleverd bijv. door goed serveren, blokkeren of passen). Bij een 3-0 voorsprong kun je ervoor kiezen om een dragende speler even een setje aan de kant te houden, maar liever niet alle dragende spelers tegelijk. Dit is ook het moment om te experimenteren met bijv. een ander systeem (al wel getraind maar nog niet ingeslepen), aanvalsvariatie e.d. omdat het vertrouwen nu groot is. Als het niet lukt is er geen man over boord, zeker als er toch al niet veel op het spel staat.

Zijn de eerste twee sets gewonnen en is de laatste verloren? Dan kan het team een oppepper gebruiken. Aan jou de taak om toch het elan in het team te houden. Wat kan helpen is tactisch wisselen; het andere

team uit hun flow te halen, door een time-out en elk punt uitbundig te vieren om het vuur in het team op te laaien. En het wisselen van spelers. Maar houd hier ook rekening met het behouden van dragende spelers.

5^e set: een vijfde set speel je als de stand 2-2 is. Gebruik hiervoor dezelfde tactiek als in de 4^e set. De manier waarop de laatste sets zijn gespeeld zijn vaak bepalend voor de inzet van deze 5^{de}. Het is een korte set, dus wacht niet te lang met wisselen of een time-out nemen.

C. Time-Out

Een time-out duurt 30 seconden. Zeg nooit te veel in een time out, want de spelers nemen dat allemaal niet in zich op; één of twee raadgevingen of opdrachten zijn vaak voldoende. Zorg in ieder geval dat iedereen dicht om je heen staat tijdens de time-out en maak duidelijk dat het belangrijk is dat ze naar je luisteren. Laat ze niet praten wanneer je zelf het woord hebt, tenzij je zelf hebt aangegeven dat ze wat mogen zeggen. Maak in het laatste geval ook duidelijk dat ze naar elkaar moeten luisteren. En luister zelf naar het fluitje van de scheids dat de time-out voorbij is. Na elke time-out gezamenlijk, letterlijk en figuurlijk, de handen ineen slaan (yell).

D. Na de wedstrijd

Bespreek na afloop kort de wedstrijd; de beste onderdelen en de minste. **Zorg dat bij de nabespreking ook de spelers aan het woord komen en dat er naar hun mening geluisterd wordt.** Net als tijdens een time-out kunnen de spelers meestal niet heel veel informatie opnemen, dus besteed er niet teveel tijd aan. Blijf positief. Geef de belangrijkste onderdelen door aan de trainer, zodat die ook kan terugkomen op de wedstrijd de eerstvolgende training en bepaalde onderdelen extra aandacht kan geven.

Invallers regelen

Het advies is dat er elke wedstrijd minimaal 8 spelers aanwezig zijn. Is het team niet compleet dan kan er een invaller geregeld worden via de invallijst die verstrekt is door de jeugdcommissie. Zorg ervoor dat het spelersnummer en rugnummer van de invaller bekend zijn, anders kan het wedstrijdformulier niet correct worden ingevuld en volgt er achteraf een boete van de Nevobo. Raadpleeg bij vragen over de invallers de trainer.

In het kader van het voorkomen van verrassingen: zorg dat je ruim van tevoren weet wie er wel of niet beschikbaar is. Kijk minstens twee wedstrijden vooruit. Als het team niet tot voldoende aanwezige spelers heeft voor een wedstrijd volg dan de navolgende stappen:

- **Stap 1** Vraag bij de andere teams die op hetzelfde niveau spelen (indien van toepassing) of daarvan iemand kan invallen.
- **Stap 2** Vraag bij de naast lager spelende teams of daarvan iemand kan invallen. Je kunt geen spelers vragen om in te vallen die reglementair tot een hoger spelend team behoren.
- **Stap 3** Pas als de wedstrijd echt niet gespeeld kan worden en er niet genoeg invallers gevonden zijn, dan kun je bij het wedstrijdsecretariaat een verzoek indienen tot het verplaatsen van de wedstrijd. Zie paragraaf “Wedstrijden verzetten” voor meer informatie.

Niet genoeg spelers?

Wanneer een wedstrijd niet verzet is en een team toch niet in staat is om te spelen, omdat ze niet volledig is of niet komt opdagen, heeft dat de volgende maatregelen tot gevolg:

- (1) Het maximum bij een wedstrijd te behalen aantal punten wordt in mindering gebracht;
- (2) Een geldboete welke verhaald kan worden op het team;
- (3) De wedstrijd wordt opnieuw vastgesteld op een door de Nevobo aangegeven dag, plaats en tijd.

Wedstrijden verzetten

Het verzetten van een wedstrijd vergt een doorlooptijd om rekening mee te houden; naast dat de tegenstander het verzoek in behandeling gaat nemen, zal ook de NeVoBo de wijziging moeten goedkeuren. Een wijzigingsverzoek moet dan ook minstens **48 uur voor de aanvangstijd** van de oorspronkelijke wedstrijd, zijn ingediend bij het wedstrijdsecretariaat. Verzoeken die later binnen komen worden niet in behandeling genomen.

Verzoeken tot verplaatsing of afzeggingen die minder dan 24 uur van tevoren bij de tegenstander en NeVoBo bekend zijn, leveren zelfs een boete op. Het team zal deze boete zelf moeten betalen. Bedenk ook dat als een wedstrijd verzet wordt, er dus een nieuw speelveld gehuurd moet worden en een nieuwe scheidsrechter ingedeeld moet worden.

Als je vragen hebt met betrekking tot invallersbepalingen, kun je je wenden tot het wedstrijdsecretariaat. Zij kunnen jullie ook vertellen wie precies wel en wie niet mag invallen bij jouw team

Hoe verzet je een wedstrijd?

Verzoeken voor wedstrijdwijzigingen dienen zo snel mogelijk en uiterlijk 48-uur vóór de oorspronkelijke wedstrijd datum gemeld te worden bij het wedstrijdsecretariaat: via

wedstrijdsecretariaat@amvjmartinus.nl.

Geef in deze email het volgende door:

1. Oorspronkelijke datum en tijd van de wedstrijd
2. Thuisspelend en uit spelend team
3. Minstens twee alternatieve data met tijdstip voor de nieuwe wedstrijd. Controleer zelf vast of de tegenstander niet al een wedstrijd heeft op deze nieuw voor te stellen datum (of de dag ervoor of erna).

Alle correspondentie moet verlopen via het wedstrijdsecretariaat.

Afstemming met trainer

De trainer is degene die de lijnen binnen het team uitzet. De trainer bepaalt, in overleg met de Technische Commissie Jeugd, de doelstellingen voor het team.

Het is goed als de begeleider-coach geregeld contact heeft met de trainer over de ontwikkelingen en bijv. de opstelling(en) in de wedstrijd. Dit kan op een trainingsavond, per telefoon of per mail.

Bezoek als begeleider-coach af en toe (een deel van) de training van het team. Zo leer je als begeleider-coach het team en de trainingsaanpak kennen.

In overleg met de trainer kan eventueel een bepaald onderdeel (serveren, pass, blokkeren o.i.d.) door de begeleider-coach geturfd worden. Met deze wedstrijdanalyse kan de trainer weer gericht werken.

Contactgegevens

Jeugdcommissie;

Eric Booltink

Marc van Esch

Rob Meijer (advies)

Bereikbaar via: jeugdcommissie@amvjmartinus.nl