

# VV Wijster



## Handleiding voor de jeugdleader

Datum: 30-07-2017

Auteur: Jeugdcommissie VV Wijster

## Introductie

We vinden het geweldig dat je bereid bent om een jeugdteam te gaan begeleiden. We weten allemaal dat dit niet altijd even gemakkelijk is en daarom proberen we door middel van deze handleiding je wat handvatten aan te reiken.

VV Wijster is een levendige vereniging die draait dankzij heel veel enthousiaste vrijwilligers. De leden komen voornamelijk uit de dorpen Drijber, Spier en Wijster en ondanks dat dit een relatief kleine gemeenschap is, hebben we een groot aantal jeugdspelers en speelt VV Wijster daarmee een cruciale maatschappelijke-, en sportieve rol.

VV Wijster maakt gebruik van de prachtige accommodatie "Sportpark De Meer" met twee voetbalvelden, een trainingsveld plus nog een trainingsveldje voor de allerkleinsten. Gedurende de wintermaanden staat de sporthal ons ter beschikking. Dit maakt het mogelijk dat onze jeugdleden gedurende het hele seizoen actief bezig kunnen zijn.

Naast het voetbal wordt er bij VV Wijster heel veel georganiseerd. Te denken valt aan bingo's, toernooien en uiteraard het jaarlijkse Pingel-es-in. Het organiseren van dit soort activiteiten draagt bij aan een grotere betrokkenheid van de jeugdleden, en dit draagt weer bij aan het plezier wat de kinderen beleven.

*'Plezier hebben in het spelletje'*, dat is waar het om draait.

Om dit zo goed mogelijk te bereiken proberen we als Jeugdcommissie en vrijwilligers jou op allerlei gebieden ondersteuning te bieden. Bij vragen kun je altijd contact opnemen met een van de commissieleden.

We wensen je een plezierige en sportieve tijd als leider/ster van één van de jeugdteams van VV Wijster.

Jan Kamman (Voorzitter Jeugdcommissie)

## Inhoudsopgave

Introductie .....	2
Taken jeugdleider/ster algemeen .....	4
Thuiswedstrijden.....	4
Uitwedstrijden (extra taken t.a.v. thuiswedstrijden) .....	5
Achtergrond informatie .....	5
Hoe maakt je een opstelling bij de pupillen? .....	5
Effectieve afspraken maken met je spelers .....	6
Tips hoe je omgaat met de scheidsrechter .....	7
Voorbeeldrol na afloop van de wedstrijd .....	8
Ken je rol als leider bij pestgedrag .....	8

## Taken jeugtleider/ster algemeen

Coachen en begeleiden van het team. We streven naar het hebben van twee leiders per team zodat de taken verdeeld kunnen worden. De taken van een leider zijn o.a.:

- Controleren en ook zelf naleven van de door VV Wijster omarmde normen en waarden, 'gedragsregels'.
- Zorg dat je op de hoogte bent van de spelregels die gelden voor het jeugdteam dat je begeleidt. Deze zijn te vinden op de website van VV Wijster.
- Beheer van de materialen die aan het begin van het seizoen zijn verstrekt.
- Contact onderhouden met ouders, trainers en jeugdcoördinatoren.
- Coördinatie van het wassen van de teamkleding.
- Besef dat je een voorbeeldrol vervult.

## Thuiswedstrijden

Welke basisregels helpen je een goed leider te zijn?

- Jijzelf en de spelers zijn een half uur voor het begin van de wedstrijd aanwezig.
- Ontvang het bezoekende team en biedt de leider(s) een kopje koffie/thee aan.
- Wijs het bezoekende team de weg naar de kleedruimte en het juiste veld
- Wijs het bezoekende team er ook op dat we een prachtig trainingsveld ter beschikking hebben om de warming up op te kunnen doen.
- Ontvang de scheidsrechter (meestal clubscheidsrechter) en biedt een kopje koffie/thee aan.
- Informeer de scheidsrechter op welk veld er gespeeld wordt en of er eventuele bijzonderheden zijn.
- Je zorgt dat jouw team gezamenlijk een warming up doet.
- De wisselspeler schiet de keeper in.
- De leider rookt niet langs het veld. (slecht voorbeeld doet slecht volgen)
- Je staat langs de zijlijn, vanaf JO11 sta je bij de dug-out.
- Je zorgt voor een grensrechter. Bij oudere teams laat je zo veel mogelijk de reservespelers vlaggen. Hierdoor krijgen ze nog beter spelinzicht. Hierbij begeleidt je ze actief en positief.
- Tijdens het wisselen van de spelers tijdens de wedstrijd geef je aandacht voor gelijke speeltijd voor iedereen.
- Coachen van de spelers doe je op een positieve manier.
- Aanspreken van ouders/verzorgers die op een 'verkeerde' manier aanmoedigen.
- Na de wedstrijd worden er penalty's genomen. Daarbij gaan alle spelers netjes in de rij staan.
- Na het nemen van de penalty pakt de speler de bal en brengt die terug naar de penalty stip. Vervolgens sluit de speler weer achteraan in de rij.
- Na de wedstrijd en het nemen van de penalty's zorg je dat alle spelers de tegenstander en de scheidsrechter een hand geven en bedanken voor de wedstrijd.
- Jijzelf geeft de leider van de tegenpartij en de scheidsrechter een hand en bedankt hen voor de prettige wedstrijd.
- In de kleedruimte complimenteer je alle spelers op de positieve punten die je hebt waargenomen tijdens de wedstrijd.

- Je zorgt dat de uitslag van de wedstrijd wordt ingevuld op het DWF formulier.
- Streven dat de spelers na het sporten douchen en toezien op ordelijkheid. Bij meisjes eventueel laten begeleiden door een vrouw/moeder.
- Na afloop van een wedstrijd controleren of alle spullen uit de kleedruimte zijn meegenomen en de kleedkamer netjes is achtergelaten (aangeveegd, douche droog gemaakt).
- Voor vertrek bedank je de begeleider van de bezoekende club voor zijn/haar inzet.

### ***Uitwedstrijden (extra taken t.a.v. thuiswedstrijden)***

Tijdens uitwedstrijden gelden uiteraard dezelfde basisregels als tijdens thuiswedstrijden. Er zijn echter nog een paar extra zaken waar je op moet letten, te weten:

- Je coördineert en ziet erop toe dat de ouders/verzorgers op tijd aanwezig zijn als ze staan ingedeeld voor vervoer.
- Voor vertrek controleren of het team compleet is. Spelers moeten zich bij verhindering uiterlijk twee dagen voor de wedstrijd afmelden.
- Je zorgt zelf en ziet erop toe dat alle ouders/verzorgers op een verkeersveilige, ordentelijke manier vervoer verzorgen (het is geen wedstrijd wie het eerst op plaats van bestemming is).
- Bij aankomst op het bezoekende sportcomplex zoek je de contactpersoon/leider van de ontvangende vereniging op.
- Je zorgt dat de spelers de juiste kleedruimte en het juiste warming-up veld gebruiken.
- Voor vertrek controleer je of iedereen aanwezig is.
- Voor vertrek bedank je de begeleider van de ontvangende club voor zijn/haar inzet.
- Bij terugkomst bedank je de ouders/verzorgers voor de geboden hulp.

### ***Achtergrond informatie***

Hieronder volgt een diepgaandere uitleg van een aantal specifieke situaties waarmee je te maken (kunt) krijgen. Lees dit goed door en gebruik dit tijdens je functie als leider/ster.

#### ***Hoe maakt je een opstelling bij de pupillen?***

**Aan de opstelling schenken coaches graag veel aandacht. Maar zo vlak voor de wedstrijd kun je het bij de jongere jeugd beter kort houden – de concentratie is beperkt.**

Op andere momenten kun je ze er meer bij betrekken en hun mening vragen. Zo krijg je gaande het seizoen een opstelling waarbij iedereen zich prettig voelt.

#### **Opstelling met pasfotootjes**

Maak de opstelling niet pas op het laatste moment, neem er de tijd voor. Doe dit altijd bij de start van de korte wedstrijdbespreking vooraf. Hecht er niet teveel belang aan. Rouleer de spelers liever langs posities. Toon de opstelling op een magneetbord, dan ziet iedereen zijn plek. Met pasfotootjes van de spelers op ronde magneetjes gaat de opstelling pas echt leven. Bekertjes op de vloer kunnen ook. Op deze leeftijd is het heel belangrijk dat de spelers alle posities in het veld leren kennen. Zorg er daarom ook voor dat ze gedurende het seizoen afwisselend voorin en achterin spelen, en dat ze een keer op doel staan.

### **Maak het niet te belangrijk**

Accepteer dat je deze opstelling alleen aan het begin van de wedstrijd en direct na de rust zult herkennen. Maak het vooral niet te belangrijk. Zeg er wel bij: verdedigers doen altijd mee met het aanvallen – en aanvallers helpen altijd mee met het verdedigen.

### **Advies:**

Pupillen spelen op kleine velden zonder keeper, de rol van keeper komt pas aan bod van JO8. Het verdelen van de veldspelers over het speelveld laat kinderen van deze leeftijd het aanvallen en verdedigen optimaal ervaren. Het beste is dan ook om altijd met het door de KNVB voorgestelde aantal te spelen. Bij extreme kou of regen kun je met de tegenpartij afspreken één speler meer in het veld te zetten. Houd er rekening mee dat de krappe ruimtes het voetballeerproces niet ten goede komen. Eén of twee extra spelers op het veld maken het spel alleen maar complexer en chaotischer. Beter is om tijdens kou vaker te wisselen zodat de spelers die even wissel staan niet koud worden.

### **Drie verdedigers, drie aanvallers**

De logische veldbezetting is die van twee linies. Een keeper (vanaf JO8), verdedigers, en aanvallers. Maak je niet druk om 'kommetjes' die ze moeten vormen of 'in een punt moeten spelen'. Roep ook niet dat ze het veld 'klein' of 'groot' moeten houden. Richt liever hun aandacht bij het verdedigen op het afpakken van de bal en het voorkomen van doelpunten. Laat ze bij het aanvallen aannemen, dribbelen en schieten richting doel van de tegenpartij.

### **Simpele veldbezetting**

Sommige tweedeaars JO9 'passen' al gericht. Krijgen ze een kans om op doel te schieten, dan moet jij dat stimuleren. Sommige coaches kiezen er voor om in drie linies te spelen. Maar het spelen in twee linies is vaak al complex genoeg. In een simpele veldbezetting leren ze het spel sneller. Het spelen in steeds dezelfde formatie verschaft ze houvast.

### ***Effectieve afspraken maken met je spelers***

#### **De leider maakt met zijn spelers voetbalafspraken. Hoe spelen we voetbal? Houden we het veld bij de opbouw 'groot'? Noemen we de naam van een medespeler als je hem aanspeelt?**

Zo kan ook de leider het zichzelf gemakkelijk maken. Samen met de trainer en de spelers maakt hij afspraken over zaken buiten de lijnen. Deze bevorderen de discipline in het team. Om op tijd te kunnen komen en om zich op tijd af te melden, zijn JO11 soms nog afhankelijk van hun ouders. Maak daarom ook met ouders/verzorgers die afspraken. Spreek hen erop aan bij het niet nakomen van die afspraken.

#### **Voetbalafspraken, praktische regels én gedragsregels**

Naast deze voetbalafspraken en praktische regels zijn er gedragsregels. Om een team optimaal te laten functioneren, kan geen enkele coach zonder zulke afspraken. Gedragsregels gelden zowel binnen als buiten de lijnen. Hoe gaan we met elkaar om, met de coach, met de tegenstander, met de scheidsrechter? Kijken we naar de wedstrijd als we wissel staan?

Hoe duidelijker die afspraken zijn, hoe makkelijker je later ongewenst gedrag bijstuurt. Neem bij het maken van afspraken de richtlijnen uit deze handleiding van VV Wijster als uitgangspunt en vertaal ze naar jouw eigen team. Naast expliciete regels kunnen ongeschreven regels gelden: de clubcultuur. Een yell voor de wedstrijd? Na de wedstrijd nog even in de kantine bij elkaar komen?

#### **Simpel en begrijpelijk**

Elke afspraak moet simpel en begrijpelijk zijn. Bij wie meldt je je af wanneer je niet kunt trainen? Zijn we stil als de coach praat? Jij moet zelf achter elke afspraak staan, anders is het lastig je spelers erop aan te spreken. Mocht je behoefte hebben aan het hanteren van specifieke afspraken bespreek die

dan met één van de leden van de jeugdcommissie. Bij goedkeuring kan VV Wijster de nieuwe afspraken opnemen in haar beleid. Motiveer afspraken als het even kan vanuit het voetbal – alles in het voetbal doe je samen.

### **Wat doen we wel, wat niet?**

Verdeel afspraken in 'wat doen we wel' en 'wat doen we niet'. Wat doen we wel? Op tijd komen! Wat doen we niet? Schelden op elkaar, de tegenstander, de scheidsrechter. Laat spelers meedenken. Ze kunnen vaak al heel goed benoemen wat wel en wat niet kan. Wat verstaan we eigenlijk onder 'respect'? Wanneer wordt dollen pesten? Is het leuk als je steeds zegt dat de ander niet kan voetballen?

### **Wie speelt wanneer?**

Basisregel is dat iedereen zoveel mogelijk evenveel speelt. Het is heel verleidelijk om de beste spelers meer te laten spelen en de wat minder getalenteerde spelers langer aan de kant te laten ten behoeve van het teamresultaat. Besef dat dit zeer negatieve invloed kan hebben op het plezier van de spelers. Het is jou taak om 'juist' de spelers die een iets minder niveau hebben het plezier in voetbal niet te laten verliezen. Natuurlijk kun je niet met een stopwatch bij het veld gaan staan om dit exact bij te houden. Maar iedereen is gelijk en iedereen heeft recht op evenveel voetbalplezier!

### **Tot slot: pas op voor te veel afspraken**

Afspraken zijn een middel, geen doel. Hoe meer afspraken jij maakt, hoe meer je er moet handhaven.

### *Tips hoe je omgaat met de scheidsrechter*

**Je hebt als leider te maken met veel andere betrokkenen bij een wedstrijd dan alleen je spelers. Hoe werk je het beste samen met de (verschillende soorten) scheidsrechters?**

- 1. Denk aan je voorbeeldrol.** Jouw houding is belangrijk voor het team. Zorg voor een positieve, ontspannen uitstraling, heb contact met de spelers. Aan jou is af te lezen hoe spelers bij omstreden beslissingen zullen reageren;
- 2. Maak afspraken.** De scheidsrechter heeft altijd gelijk, ook als hij geen gelijk heeft. Geen discussie, accepteren! Bespreek met je team wat je doet bij ongewenst gedrag; de scheidsrechter ziet niet alles.
- 3. Ken de spelregels.** Spelers accepteren beslissingen soms moeilijk omdat ze de spelregels niet goed kennen. Neem deze met hen door. Voor eerstejaars JO13 is er heel veel nieuw want ze gaan immers voor het eerst op een volledig veld voetballen. Laat de belangrijkste veranderingen aan de orde komen tijdens wedstrijdbesprekingen: buitenspel, terugspeelbal, enz. De Jeugdcommissie kan eventueel een spelregelwedstrijd organiseren, zodat ze spelenderwijs leren;
- 4. Kweek begrip.** Leg uit hoe moeilijk het is om scheidsrechter te zijn en dat hij, net als spelers, ook fouten mag maken.
- 5. Laat je niet gek maken.** Hoe onterecht een beslissing soms ook is, concentreer je op het voetballen van je spelers, negeer de scheids. Niets mooier om hem na afloop een vriendelijke (geen triomfantelijke) hand te geven en te bedanken voor de leuke wedstrijd;
- 6. Strategische positie.** Sta aan dezelfde kant van het veld als de begeleiders van de tegenpartij. Zo heb je snel contact als dat nodig is;
- 7. Thuisfluiters?** De scheidsrechter is bij de jongere teams soms een junior, ouder of coach van de tegenpartij die de spelregels op eigen wijze interpreteert. Soms ten gunste van de thuisspelende club. 'Thuisfluiters' is al snel het beeld. Leg uit: niet elke clubscheidsrechter is

een thuisfluitier. Voor kinderen moet duidelijk zijn dat de scheidsrechter de spelregels bewaakt en dat ze zijn beslissingen accepteren;

- 8. Een echte thuisfluitier.** Spreek in de rust de scheidsrechter aan, op een respectvolle manier. Gaat hij er na de rust mee door, dien dan na afloop een klacht in bij de bestuurskamer. Of er wat mee gedaan wordt, hangt af van de vereniging. Afhankelijk van de ernst speel je het aan de Jeugdcoördinator van VV Wijster door. Het is aan hem of een signaal aan de KNVB wordt gegeven.

### *Voorbeeldrol na afloop van de wedstrijd*

**Na de wedstrijd 'verwacht' je alle spelers bij elkaar voor een gezamenlijke afsluiting. Deze informele nabespreking is goed om de wedstrijd met een prettig gevoel af te ronden.**

Voorals er is verloren. Voor de teamspirit is het hoe dan ook goed. Bespreek geen technische details, daarvoor staan de oren niet meer open. De volgende training is er weer volop tijd en aandacht voor. Dit is wél het moment waarop je bijzondere inzet kunt belonen met een man of the match-verkiezing (elke week een andere) of een versnapering.

### **Gezondheid en hygiëne**

Zakjes paprikachips en roze koeken rond lunchtijd – of toch maar een broodje ei of kaas? Wees hierin ook weer het goede voorbeeld. Rook en drink als leider niet in het bijzijn van kinderen. Wijs de spelers op het belang van een goede sporthygiëne (schone kleding, douchen, slippers dragen), gezonde voeding, nachtrust, lichaamsverzorging en het poetsen van de schoenen.

### **Teamprestatie**

Benadruk aan de kantine tafel de positieve momenten en de teamprestatie. Zorg ervoor dat in het eventuele wedstrijdverslag niet alleen de doelpuntenmakers worden genoemd. Dik verloren en weinig inzet gezien? Vraag je af wat presteren voor jou betekent. Misschien is dat niet winnen of hoog eindigen op de ranglijst, maar met je team voortgang boeken en samen leuk bezig zijn. Luister daarom weer goed naar hen.

### **Informatie via je spelers**

Stel je spelers vragen die jou informatie geven én hen aan het denken zetten. De verleiding is groot na een paar vragen alsnog het woord te nemen en te vertellen hoe jij de ochtend hebt beleefd, hoe het volgens jou de volgende week moet. Praat niet over de scheids die niet goed heeft gefloten. Beginnen de spelers er zelf over? Relatieveer het. Nu hadden zij het voordeel, de volgende keer wij weer...

### *Ken je rol als leider bij pestgedrag*

**Veel mensen zijn wel eens betrokken geweest bij pestgedrag of de gevolgen daarvan. Dit kan zijn als slachtoffer, dader, maar ook als getuige. Als leider heb je een nadrukkelijke rol bij het voorkomen van pestgedrag binnen een ploeg.**

De basis hiervoor wordt mogelijk gevormd door regels, maar zeker ook door de omgang van de trainer met zijn of haar pupillen. En pesten is niet alleen iets wat voorkomt bij kinderen, maar ook bij volwassenen.

### **Probeer het te signaleren**

Het eerste wat een voetballeider moet doen, is het pesten signaleren. Is iemand een buitenbeentje in de groep, dan is dat tijdens trainingen en wedstrijden niet altijd te merken. Vaak ligt de oorzaak in



de voetbalkwaliteiten van het slachtoffer; als die beduidend minder zijn dan die van de rest heeft dat zijn weerslag op de positie van het slachtoffer. In een wedstrijd zal hij niet snel betrokken worden in het spel, en bij het bepalen van teams voor een training wil niemand graag met hem in een groepje zitten.

### **Sta boven het pestgedrag**

Iemand die gepest wordt, komt al vrij snel in een vicieuze cirkel terecht. Daar is het moeilijk uit ontsnappen, omdat een slachtoffer meestal niet begrijpt dat het zelf onbewust pestgedrag oproept. Daarom moet de oplossing van buitenaf komen. Voor het functioneren van een voetbalteam is het dus van groot belang dat een leider boven het pestgedrag staat.

### **Vaak dezelfde, verstrekkende gevolgen**

Het slachtoffer van pesterijen zal nooit op zijn werkelijke niveau kunnen presteren. Pesten kent namelijk vrijwel altijd dezelfde gevolgen:

- Het slachtoffer stopt veel energie in het probleem en kan zich niet concentreren;
- Er komen psychosomatische klachten zoals hoofd-, en buikpijn;
- Het slachtoffer voelt zich bedreigd en wordt onzeker;
- Er ontstaat een negatief zelfbeeld met alle gevolgen van dien.

### **Zoek de oplossing niet bij het slachtoffer**

Omdat de oorzaak van het pestgedrag vaak is terug te voeren op het slachtoffer zelf, ligt het vaak voor de hand om daar de oplossing te zoeken. Dat is echter de verkeerde gedachte. Een leider moet in zijn ploeg namelijk zorgen voor emotionele veiligheid. Door zichzelf respectvol op te stellen naar alle spelers, ook diegenen die over minder voetbalkwaliteiten beschikken of anderszins buiten de groep dreigen te vallen, ontstaat een betere onderlinge sfeer.

### **Verantwoordelijkheid ook naast het veld**

Wordt er eenmaal gepest, dan is het van belang de pester op zijn gedrag aan te spreken. Dat moet niet alleen op het veld gebeuren, maar ook daarbuiten. De verantwoordelijkheid ligt dus niet alleen bij een leider, maar ook bij de vereniging, de ouders en andere betrokkenen.

***‘Plezier hebben in het spelletje’,  
dat is waar het om draait.***