



## Volleyteam Brugge

### Jeugdbeleidsplan

#### **Algemene doelstellingen :**

- ♥ Vooreerst willen we een brede basis creëren, m.a.w. zoveel mogelijk leden werven leeftijd 3<sup>de</sup> kleuter – 1<sup>ste</sup> leerjaar. Daarvoor ...
  - contacteren we alle nabijgelegen scholen en bezorgen we er flyers,
  - geven we flyers mee om uit te delen aan vriend(innet)jes,
  - nemen we deel aan de dag van de sportclub,
  - nemen we deel aan volley@school,
  - nemen we deel aan de vriendjesdag,
  - ...
  
- ♥ Het sociaal aspect binnen een ploegsport is pertinent aanwezig. Sommige jeugdspelers blijken soms amper nog vriend(innet)jes te hebben buiten de volleybalclub. Als sportclub wensen we daaraan een verlengstuk te breien.
  - Trainen voor jezelf ok, maar ook voor de ploeg. Iedereen is een schakel van de ketting.
  - Fair-play onderling, en ook naar tegenstanders toe.
  - De verwachtingen van de club naar o.a. de leden toe staan beschreven in het jeugdcharter.
  
- ♥ Niveau primeert op leeftijd. Tijdens diverse vergaderingen van het sportief bestuur wordt er gewaakt over de evolutie van de jeugdspeler. Zowel wat trainingen als wedstrijden betreft, pogen we een aangepast niveau aan te bieden. Op het einde van elk seizoen wordt vervolgens bepaald wie hoger kan mikken, wie op eenzelfde niveau verder evolueert, en wie met een achterstand kampt. Tweedejaars kunnen b.v. nog een jaar wachten om de overstap (b.v. van U13 naar U15) te maken zodat basistechnieken de

nodige aandacht krijgen. Anderzijds kunnen eerstejaars al eerder de overstap wagen.

- ♥ VTB wenst respectvol gedrag aan te treffen bij de jeugdspelers :
  - t.a.v. elkaar (elkaar aanvaarden zoals men is, zowel op persoonlijk als sportief vlak),
  - t.a.v. alle personen die zich belangloos inzetten voor de club,
  - t.a.v. trainers/coaches alsook scheidsrechters,
  - t.a.v. de accommodatie en het materiaal (bv zaal netjes achterlaten, gebruikt materiaal keurig opbergen, ...)
  -
- ♥ Niet iedereen beschikt over evenveel talent, is even groot enz... Als club hebben we de ambitie speelsters te begeleiden waardoor zij het maximum van hun kunnen bereiken. We beschikken over damesploegen op diverse niveaus, wat ideaal is om een doel aan te bieden.

### **Specifieke doelstellingen :**

- ♥ Om over een fit lichaam te kunnen spreken, moet eenieder, naar verluidt, dagelijks minstens een uur matig tot intensief bewegen. Met (minstens) 2 trainingen (vanaf U13 de meeste 3) per week en een wedstrijd komen we al snel aan een vijftal uren. Door deel te nemen aan een extra wedstrijd of training komen we aan die norm.
- ♥ Spelers moeten zichzelf kunnen inschatten/evalueren. Maar ook zichzelf trainen, en werk maken van aandachtspunten die door de trainer worden aangereikt. Niet zelden wordt gevraagd thuis te oefenen op diverse specifieke bewegingen (aanvalsaanloop b.v.).
- ♥ Door te willen winnen probeert elke speelster het beste van zich te geven, en zullen vreugde en ontgoocheling elkaar aflossen. De speelsters voelen dan dat de ploeg collectieve doelstellingen nastreeft, en vergroot de kans dat allen voor elkaar opkomen. Betreffende winst : Een puike wedstrijd verliezen tegen een betere tegenstander is op zich ook al een vorm van overwinning.
- ♥ Spelers moeten leren aanvaarden dat zij fouten maken. Emotie valt niet uit het spel te bannen, maar die mag niet de overhand krijgen, vooral niet wanneer het even wat minder gaat. De andere spelers spelen ook hierbij een rol : aanmoedigen, relativeren, de spanning proberen weg te nemen, ...
- ♥ Belangrijk is, naarmate de spelers ouder worden, te leren observeren, informatie over de tegenstander op te slaan, en keuzes te maken. I.p.v. constant op automatische piloot te spelen, kan de coach/trainer met

opdrachten werken, maar het is de bedoeling dat de speler op den duur zelf initiatief durft nemen (b.v. : opslagrichting, een freeball tactisch overspelen, ...)

- ♥ We kiezen ervoor jeugdspelers niet te snel in een keurslijf te dwingen, m.a.w. het specialiseren lang genoeg uitstellen. Zeker t.e.m. U13 is dit het geval, maar ook de U15 worden hiermee lang geconfronteerd. Van zodra blijkt wie wel/niet als spelverdeler in de wieg is gelegd, wordt enige specialisatie doorgevoerd. Maar een minder 'getalenteerde' receptiespeler zal toch nog geruime tijd met deze prikkel blijven omgaan.
- ♥ Van kleins af aan leren we de kinderen ook te (blijven) spelen zonder bal. Het principe voor-tijdens-na wordt heel vlug geïntegreerd in de trainingsoefenstof. Dit vergt betrokkenheid, aandacht, ...
- ♥ Trainen in stilte is uit den boze. Het stemgebruik is niet voor iedereen evident. Aanvankelijk kan een speler aandachtspunten verwoorden tijdens het uitvoeren van een opdracht. Dit evolueert dan verder naar communicatie binnen het team. Dit komt trouwens de beleving van de sport ten goede, wat motiverend werkt voor de medespelers.
- ♥ Als bestuur kijk je uiteraard van beneden naar boven, en hebben we de ambitie zoveel mogelijk spelers 'van eigen kweek' te doen doorstromen naar het hoogste niveau binnen de club. Spelers van andere clubs aantrekken gebeurt enkel uit noodzaak. Wanneer blijkt dat de toevoer van uit de eigen jeugd ontoereikend is om een bepaald niveau (eerste ploeg) te ondersteunen, dan kan het in stand houden van die ploeg in vraag worden gesteld.

## **Concrete doelstellingen :**

- ♥ Sinds 2018-2019 kiezen alle speelsters U13-15-17 om op vaste basis 2x of 3x te trainen (dubbel traject). De 3<sup>de</sup> training kan worden gegeven door een aparte trainer, en gaat het telkens om thematrainingen. Het aantal trainingsuren wordt hierdoor van 3 uren naar 5 uren getild. De meeste jeugdspeelsters kiezen ondertussen voor 3x.
- ♥ Vanaf het niveau volleytour t.e.m. U17 treden we aan op diverse niveaus : 2.0/2b, en vervolgens vanaf U13 telkens regionaal en provinciaal (dit jaar geen U15 regionaal). En dat is een mooie verwezenlijking van onze trainers. Zo hopen we de eerstvolgende jaren alsmear meer eigen jeugdspeelsters in te zetten bij onze damesploegen.

- ♥ Behalve VTB is ook OLVA (heren) volleybalambassadeur te Brugge. Beide clubs werken samen op volgende niveaus :
  - volleybalschool
  - 2.0
  - U13

Telkens 2 trainingen per week (U13 1 training) waarbij beide clubs trainers leveren. Voor de jongens die nu al (geruime tijd) bij VTB worden opgeleid, verkleint de drempel om vanaf U13 over te stappen naar OLVA.

- ♥ Vanaf U13 tot U17 volgen we eenzelfde leerlijn, zowel qua techniek als ploegorganisatie, en dat in functie van de seniorenploegen. Het statisch spelen wordt hiermee tegengegaan.
- ♥ Wie de overstap maakt van de volleybalschool naar 2.0 of 2.b moet al kunnen toetsen, en is al vertrouwd met het onderhands spelen. Daarna wordt extra aandacht verleend aan stabiliteit (preventie + ook stabiliteit tijdens het spelen na het stopmoment).
- ♥ Bij volleybal denken we 'van laag naar hoog' : zonder degelijk voetenwerk is efficiënt volleyballen een utopie. Het bewust correct bewegen moet constant gestimuleerd worden.
- ♥ Via volley@school en andere recruteringsacties hebben we dit seizoen nogal wat nieuwe spelers ingeschreven. Door het inschakelen van hulptrainers, krijgen de nieuwkomers extra aandacht, en kunnen zij op een aanvaardbaar tempo de kloof dichten met de meer ervaren spelers. Om aan wedstrijden te mogen deelnemen moeten zij eerst een minimumniveau bereiken (eerst technisch, vervolgens ook tactisch).
- ♥ Tijdens de kerstvakantie is er een tweedaagse stage, waarbij ook andere clubs aansluiten. Dit jaar alweer een mooi succes met 170 deelnemers voor een twintigtal trainers.
- ♥ Na afloop van de competitie starten we een nieuw proefproject, namelijk volleybal voor mensen met een beperking.

(Opmaak : Serge Stroobandt)