

Technisch Beleidsplan

Volleybalvereniging HaVoC

(Versie 1.7, d.d. 22 augustus 2015)

Inhoud

1. Inleiding.....	4
1.1 Algemene informatie	4
1.2 Ontwikkeling vereniging.....	4
1.3 Waarom een technisch beleidsplan?	4
1.4 “Een levend document”	4
2. Doelstellingen.....	5
2.1 Algemeen.....	5
2.2 Specifiek	5
2.3 Per Categorie	5
2.3.1 Cool Moves Volley (6/7 jaar)	5
2.3.2 Cool Moves Volley (7/8 jaar)	6
2.3.4 Cool Moves Volley (8/12 jaar)	6
2.3.5 Aspiranten C (12/13 jaar)	7
2.3.6 Aspiranten B (13/15 jaar)	7
2.3.7 Senioren	7
2.3.7.1 Dames 1 en Heren 1	8
2.3.7.2 Opleidingsteams	8
2.3.8 Recreanten	8
3. Opleidingsmodel HaVoC	9
3.1 Algemene uitgangspunten.....	9
3.2 Meerjaren Opleidingsplan.....	9
3.3 Talentherkenning.....	10
3.4 Talent, en hoe nu verder?	10
3.5 Extra trainingen met als doel talentontwikkeling	11
4. Instroom nieuwe leden	12
4.1 Werving CMV-leden	12
4.2 CMV niveau 1-2-3	12
4.3 CMV niveau 4-5-6	12
4.4 Vriendjes/Vriendinnetjes-trainingen	12
4.5 Smashbal.....	12
4.6 Speeltuingroep.....	12
4.7 Werving Senioren.....	13
5. Beleid omtrent Trainingsuren.....	14
5.1 Algemene uitgangspunten.....	14
5.2 Trainingen en zaalhuur.....	14
6. Beker –en NOJK wedstrijden.....	15
6.1 Beleid TC omtrent Bekerwedstrijden en NOJK	15
6.2 Nationale Open Jeugd Kampioenschappen (NOJK) - Asics Open.....	15
6.3 Regiobekerwedstrijden	15

7. Nevobo selectie-trainingen	16
7.1 Regionaal Talenten Centrum (RTC)	16
7.1.1 Algemeen.....	16
7.1.2 Beleid HaVoC omtrent RTC-trainingen.....	16
7.2 Regio-trainingen.....	16
7.2.1 Algemeen.....	16
7.2.2 Beleid HaVoC omtrent Regio-trainingen.....	16
8. TC	17
8.1 Overlegstructuur TC	17
8.1.1 Vergadering	17
8.1.2 Overleg met hoofdbestuur.....	17
8.1.3 Communicatie naar leden en ouders/verzorgers	18
8.2 Totstandkoming teamsamenstellingen	18
8.3 Trainers en praktijkbegeleiding.....	19
8.3.1 Overleg met trainers/coaches.....	19
8.3.2 Trainers kwalificaties per categorie	19
8.3.3 Trainersondersteuning & kennisdeling	20
8.3.4 Praktijkbegeleiding.....	20
Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 1	21
Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 2	22
Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 3	23
Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 4	24
Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 5	25
Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 6	26
Bijlage: Vaardigheidskaart Aspiranten C.....	27
Bijlage: Vaardigheidskaart Aspiranten B.....	29

1. Inleiding

1.1 Algemene informatie

Volleybalvereniging HaVoC is gelegen in het dorp Haps, nabij Cuijk en Boxmeer. Haps heeft ongeveer 3.000 inwoners. HaVoC is een bruisende vereniging met ongeveer 165 actieve leden, waarvan veel jeugdleden. Per 1 september 2015 bestaat de vereniging uit: vijf damesteams, drie herenteams, vier aspirantenteams, drie recreantenteams (waarvan er twee teams competitie spelen) en drie CMV-groepen. Het eerste damesteam komt uit in de 2^e divisie. Het eerste herenteam speelt in de 1^e klasse. Binnen de vereniging staat “plezier” hoog in het vaandel. Daarnaast is het streven om iedereen volleybal aan te bieden op zijn/haar niveau. De thuiswedstrijden worden gespeeld op zaterdag in sporthal “De Stappert” te Haps. Daar vinden ook de meeste trainingen van HaVoC plaats. De wedstrijden van CMV zijn altijd op zondag.

1.2 Ontwikkeling vereniging

In een tijdsbestek van 10 jaar is volleybalvereniging HaVoC gegroeid van twee naar vijf damesteams. Het 1^e damesteam is binnen zes jaar tijd, 4 keer gepromoveerd, van de 2^e klasse naar de 2^e divisie.

1.3 Waarom een Technisch Beleidsplan?

HaVoC wil de leden “volleybal op maat” bieden. Dat kan variëren van gewoon lekker één keer per week een balletje slaan tot het zo intensief mogelijk trainen en prestatiegericht spelen om sportief de top te bereiken, en alles wat daar tussenin zit.

De TC (Technische Commissie) is hier verantwoordelijk voor. Het Technisch Beleidsplan is erop gericht om via een gestructureerde opleiding en begeleiding te komen tot een kwalitatief hoogwaardige senioren- en jeugdafdeling en dit ook te behouden. Het is erop gericht dat er een goede doorstroming van jeugdspelers naar de diverse senioren selectieteams kan plaatsvinden. Uitgangspunten hierbij zijn de afspraken die gemaakt zijn in dit Technisch Beleidsplan. Aan deze afspraken zullen zowel trainers, coaches als spelers zich moeten conformeren.

HaVoC streeft ernaar om voor al haar trainingsgroepen ervaren en gediplomeerde trainers te hebben, die het niveau van de individuele spelers en het team beter kunnen maken. We willen niet alleen in onze 1^e teams investeren, maar dat de rest van de vereniging ook de nodige kwaliteit heeft om als vereniging op niveau te kunnen blijven spelen.

De recreantenteams van HaVoC trainen wekelijks, twee damesteams spelen competitie. De teams welke competitie spelen trainen wekelijks onder begeleiding van een trainer. Het mix-recreantenteam traint op eigen verzoek zonder trainer.

1.4 “Een levend document”

Het Technisch Beleidsplan is een levend document, en zal jaarlijks aan het begin van het seizoen worden geëvalueerd. Worden tijdens de uitvoering van het plan verbeteringen geconstateerd door trainers, coaches, spelers en overige betrokkenen, dan zullen de aangedragen verbeteringen besproken worden in de TC en zal dit beleidsplan waar noodzakelijk aangepast worden. Dit beleidsplan wordt jaarlijks in het bestuur goedgekeurd.

In het Technisch Beleidsplan zullen we steeds spreken van spelers, maar hiermee bedoelen we zowel spelers als speelsters.

2. Doelstellingen

2.1 Algemeen

De algemene doelstellingen van het Technisch Beleid binnen HaVoC:

- Aanbieden van volleybal, waarbij **plezier en sportiviteit** belangrijke factoren zijn.
- Volleybal aanbieden **op ieders niveau**.
- **Stimuleren talentontwikkeling**.
- Aanbieden **kwalitatief goed volleybal**; gediplomeerde trainers op alle jeugdteams, opleidingsteams en standaard 1^e teams.
- Ieder seizoen worden door de TC per team de **doelstellingen geïnventariseerd** bij de trainer/coach (handhaven/promoveren en persoonlijke doelstellingen per speler).
- Alle senioren en aspirantenteams maken aan het begin van het seizoen doelstellingen en afspraken. De trainer/coach legt deze **doelstellingen en afspraken** vast. Het initiatief ligt hiervoor bij de trainer en coach. Deze vastlegging zal ook doorgegeven worden aan de team coördinator zodat de TC op de hoogte is van de gemaakte afspraken. Deze vastlegging zal geschieden uiterlijk per 1 oktober. De trainer houdt verder wekelijks de gegevens bij van opkomst trainingen en wedstrijden.
- Van ieder seniorenteam, zowel dames als heren, is er een **contactpersoon** welke het eerste aanspreekpunt voor de TC zal zijn. Deze contactpersoon hoeft niet de aanvoerder van het team te zijn.
- Namens de TC zal er voor ieder team een teamcoördinator beschikbaar zijn. Deze teamcoördinator is de contactpersoon voor het team en de trainer en zal meerdere keren per seizoen een teamgesprek organiseren en jaarlijks één keer individuele gesprekken. Daarnaast zal de team coördinator ook gesprekken met de trainer hebben.

2.2 Specifiek

- Standaard 1^e teams spelen op representatief niveau.
Dames 1: 2^e divisie, streven=seizoen 2015/2016 in top 5 te eindigen.
Heren 1: 1^e klasse, streven=seizoen 2015/2016 in middenmoot te eindigen.
- In de standaard 1^e teams spelen de spelers waarmee het beste resultaat behaald kan worden.
- Om de eigen identiteit te waarborgen is het streven om minimaal 75% HaVoC-spelers in de standaard 1^e teams te hebben. Een HaVoC-speler is een zelf opgeleide speler, een speler die woonachtig is in Haps of een speler die minimaal 3 jaar bij HaVoC heeft gespeeld.
- Streven is om zelf opgeleide spelers zo lang mogelijk voor de vereniging te behouden.

2.3 Per Categorie

2.3.1 Cool Moves Volley (6/7 jaar)

Doelen:

- Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden.
- Beheersen van de grondvormen van bewegen.
- Algemene balvaardigheid.
- **Zie vaardigheidskaart in bijlagen.**

Trainingsintensiteit:

- 1 uur per week.

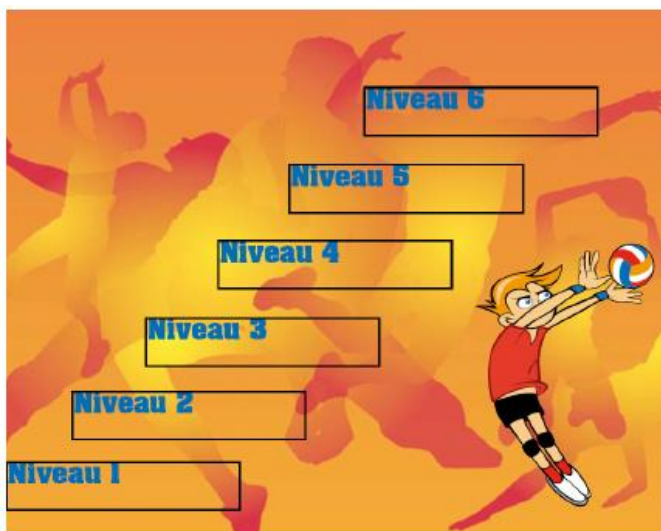
2.3.2 Cool Moves Volley (7/8 jaar)

Doelen:

- Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden.
- Beheersen van de grondvormen van bewegen.
- Volleybalspecifiek kunnen vangen en gooien.
- Onderhands serveren.
- Onderarms spelen: controleren en richten.
- **Zie vaardigheidskaart in bijlagen.**

Trainingsintensiteit:

- 1 uur per week.



2.3.4 Cool Moves Volley (8/12 jaar)

Doelen:

- Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden.
- Beheersen van de grondvormen van bewegen.
- Vloeiend onderarms en bovenhands kunnen spelen.
- Bovenhands serveren.
- Aanval.
- Redelijk kunnen spelen op niveau 4-5-6.
- **Zie vaardigheidskaart in bijlagen.**

Trainingsintensiteit:

- 2 x 1 uur per week.

2.3.5 Aspiranten C (12/13 jaar)

Doelen:

- Kinderen plezier laten beleven in volleybal training en wedstrijd.
- Niet specialiseren, zo breed mogelijk opleiden.
- 6-6 aanvalssysteem, iedereen is spelverdeler vanaf positie 3, set-ups zowel voor- als achterover.
- Streven naar 6-6 aanvalssysteem met penetratie, door iedereen, vanaf positie 1 zowel in side-out als rally.
- Verbeteren basistechnieken.
- Balbaan-herkenning.
- Leren spelen met 6 tegen 6.
- Leren dat volleybal is: bewegen – actie – vervolgactie.
- **Zie vaardigheidskaart in bijlagen.**

Trainingsintensiteit:

- 1 x 1,5 uur en 1 x 1 uur per week.

2.3.6 Aspiranten B (13/15 jaar)

Doelen:

- Kinderen plezier laten beleven in volleybal training en wedstrijd.
- Niet specialiseren, zo breed mogelijk opleiden.
- 6-6 aanvalssysteem met penetratie, door iedereen, vanaf positie 1.
- Streven naar 3-6 aanvalssysteem met penetratie in side-out vanaf positie 1 of 6, in rally vanaf positie 1.
- Dynamisch volleybal spelen.
- Verbeteren basistechnieken.
- Leren samenspelen met 6 tegen 6 in veld van 9 bij 9.
- Leren spelen in het systeem.
- Wil om te presteren – winnen.
- **Zie vaardigheidskaart in bijlagen.**

Trainingsintensiteit:

- 2 x 1,5 uur per week

2.3.7 Senioren

Doelen:

- Spelers plezier laten beleven in volleybal training en wedstrijd.
- Dynamisch volleybal spelen.
- Verbeteren basistechnieken.
- Leren spelen in het systeem.

Trainingsintensiteit:

- 2 x 1,5 uur per week

2.3.7.1 Dames 1 en Heren 1

Doelen:

- Adolescenten plezier laten beleven in volleybal training en wedstrijd.
- Dynamisch volleybal spelen.
- Verbeteren individuele kwaliteiten (technisch, mentaal en fysiek).
- Verbeteren basistechnieken.
- Leren spelen in het systeem.
- Wil om te presteren – winnen.

Trainingsintensiteit:

- Dames 2 x 2 uur en Heren 2 x 1,5 uur per week

2.3.7.2 Opleidingsteam(s) (per seizoen zullen deze teams bepaald worden.)

Doelen:

- Adolescenten plezier laten beleven in volleybal training en wedstrijd.
- Dynamisch volleybal spelen.
- Verbeteren individuele kwaliteiten (technisch, mentaal en fysiek).
- Verbeteren basistechnieken.
- Leren spelen in het systeem.
- Wil om te presteren – winnen.
- Door kunnen stromen naar 1^e teams

Trainingsintensiteit:

- 2 x 2 uur per week.

2.3.8 Recreanten

Doel:

- Spelers plezier laten beleven in volleybal training en wedstrijd.

Trainingsintensiteit:

- 1,5 uur per week

3. Opleidingsmodel HaVoC

3.1 Algemene uitgangspunten

- De vaardigheidskaarten (zie bijlagen) dienen als uitgangspunt voor het aanleren van volleybaltechnieken.
- Doel bij HaVoC is om spelers individueel beter te maken (technisch, fysiek en mentaal).
- Vanaf de seniorenteams worden spelers in principe in functie opgeleid (spelverdeler, libero, middenaanvaller, passerloper of diagonaal);
- In overleg met trainer en TC wordt het juiste doorstroom-pad gekozen (bijvoorbeeld extra trainingen).

3.2 Meerjaren Opleidingsplan

Het Long Term Athlete Development model (LTAD) is de basis voor het Meerjaren Opleidingsplan binnen volleybalvereniging HaVoC. In dit model staat per leeftijdscategorie aangegeven waar de nadruk op wordt gelegd.

V	M		
18+ jr.	19+ jr.	Trainen om te winnen	Train to win Maximaliseren fysieke training, specifieke vaardigheden (onderdeel, positie) en internationaal podium.
15-21 jr.	16-23 jr.	Trainen voor hoog niveau	Train to compete De motor optimaliseren en sporttak / onderdeel / positie specifieke vaardigheden
11-15 jr.	12-16 jr.	Trainen voor omvang	Train to train De motor opbouwen en sporttak specifieke vaardigheden ontwikkelen
8-11 jr.	9-12 jr.	Leren trainen	Learning to train Basis sporttechnische vaardigheden en fysieke trainingsvormen
6-8 jr.	6-9 jr.	Oriëntatie	FUNDament + basis bewegings vaardigheden één of meer sporttakken
0-6 jr.	0-6 jr.	Spel	FUNDament Gymnastiek Zwemmen Lopen Fietsen

LTAD-model

3.3 Talenterkenning

Het doel van talenterkenning en -ontwikkeling is de meer dan gemiddelde volleybaleigenschappen van het talent tot ontplooiing te brengen.

Binnen HaVoC worden de volgende criteria gehanteerd.

- Bewegelijkheid en coördinatie (atletisch vermogen in zijn algemeen).
- Lengte.
- Motivatie.
- Volleyballeeftijd.

Beweeglijkheid en coördinatie

De jeugdspeler beweegt goed (snel, handig). De basisvormen van bewegen o.a. lopen, gooien, vangen en springen gaan gemakkelijk. De handelingen verlopen gecoördineerd. Er is een goede afstemming tussen ogen en handen, armen en benen. Hierbij wordt ook wel het begrip “balgevoel” gebruikt, de afstemming van de handelingen in de tijd en de ruimte is bovengemiddeld.

Lengte

Een meer dan gemiddelde lengte is voor een volleyballer van groot belang. Het is niet altijd gemakkelijk om hierin een voorspelling te maken voor de lange termijn. Zaken als groeisprint en erfelijkheid spelen hierbij ook een rol.

Motivatie

Hierbij zijn de volgende aspecten van groot belang:

- Grote gedrevenheid.
- Bereidheid veel te trainen.
- Trainbaarheid.

Volleyballeeftijd

Is het niveau van de uitvoering van de basistechnieken zeer laag, maar voldoet de speler aan belangrijke randvoorwaarden (lengte, beweeglijkheid en coördinatie) en volleybalt hij nog maar kort, dan bezit de betrokkene grotere mogelijkheden dan op het eerste gezicht verondersteld zou worden.

Er hoeft niet persé aan alle criteria te worden voldaan. Een speler met een gemiddelde lengte, maar met een goede beweeglijkheid en coördinatie kan ook een talent zijn. Dit geldt ook voor in verhouding lange spelers die qua coördinatie minder zijn of lijken.

3.4 Talent, en hoe nu verder?

- Wanneer een trainer of coach talent in een speler herkent, zal de TC hierover worden ingelicht.
- De TC zal zich dan beramen, en in overleg met betrokken speler, ouders en trainers een leerroute uitstippelen. Denk hierbij aan extra trainingen (indien mogelijk), selectietrainingen bij de NeVoBo.

3.5 Extra trainingen met als doel talentontwikkeling

- Het streven is om talentvolle spelers 1x extra te laten trainen buiten de eigen trainingen
- Trainers adviseren de TC of een speler in aanmerking komt voor een extra training en in gezamenlijk overleg wordt bekeken wat de mogelijkheden hiervoor zijn
- Er vindt 2 keer per jaar een evaluatiemoment plaats (november en februari) waarin door de TC aan alle trainers advies wordt gevraagd over het wel of niet aanbieden van extra trainen van spelers. In gezamenlijk overleg wordt bepaald of spelers kunnen afvallen of andere spelers kunnen worden toegevoegd.
- De trainingen van het eigen team hebben altijd 1^e prioriteit! (teambelang gaat voor individueel belang)

4. Instroom nieuwe leden

4.1 Werving CMV-leden

“Wie de jeugd heeft, heeft de toekomst, dat geldt ook voor HaVoC”.

- Kinderen al op jonge leeftijd kennis te laten maken met volleybal
- Na het behalen van de zwemdiploma's wordt een volgende sport gekozen.
- Belangrijk om voldoende aandacht aan deze doelgroep te geven.

Voor het werven van nieuwe CMV-leden worden er jaarlijks meerdere activiteiten georganiseerd.

4.2 CMV niveau 1-2-3

- Jaarlijks in mei/juni gedurende 3 weken gratis inloop-volleyballessen aanbieden aan kinderen van schoolgroep 2 van basisschool de Bongerd.
- Doel kinderen al op jonge leeftijd lid te laten worden van onze vereniging.
- Informatie verspreiden via de Bongerd en publiceren in de Schakel.
- Wekelijks een uitnodiging meegeven aan een speler van CMV 1-2-3 door trainer om voor de volgende training een vriendje/vriendinnetje mee te nemen.
- Jaarlijks in mei/juni inlooplessen organiseren voor kinderen uit groepen 3-4-5.
- Inlooplessen herhalen in augustus/september.
- Kinderen die interesse hebben mogen 3x gratis meetrainen met leeftijdgenootjes.
- Trainer zal aangeven op welk niveau nieuwe lid wordt ingedeeld.

4.3 CMV niveau 4-5-6

- Jaarlijks in mei/juni gratis inlooplessen houden voor kinderen uit groepen 6-7-8.
- Inlooplessen herhalen in augustus/september.
- Kinderen die interesse hebben mogen 3x gratis meetrainen met leeftijdgenootjes.
- Trainer zal aangeven op welk niveau nieuwe lid wordt ingedeeld.

4.4 Vriendjes/Vriendinnetjes-trainingen

- Jaarlijks in mei mag iedere CMV-speler een vriendje/vriendinnetje meenemen naar de training om zo het volleybal bij de alle leeftijdsgroepen binnen het CMV onder de aandacht te blijven houden.

4.5 Smashbal

- Inventariseren of er behoefte is aan het opzetten deze tak van volleybal.
- Vooral gericht op jongens in de leeftijd van 6 t/m 12 jaar.
- Nieuwe spelvorm om volleybal aantrekkelijker te maken.
- Bal mag 1x stuiteren.
- Officiële competitie voor deze doelgroep.
- Uiteindelijke doel is meer aanwas van jongens binnen de vereniging.

4.6 Speeltuigroep

- Inventariseren of er behoefte is aan het opzetten deze tak van volleybal.
- Vooral gericht op kinderen in de leeftijd van 4 en 5 jaar.
- Spelenderwijs kennis laten maken met bewegen, balvaardigheid en volleybal.
- Goede doorstroming mogelijk maken naar CMV-niveau 1.

4.7 Werving Senioren

- HaVoC Mixtoernooi waarbij spelers een introduc e mogen meenemen (december en april)
- HaVoC Midzomeravondtoernooi (mei/juni)
- Opstarten beginnersgroep volwassenen

5. Beleid omtrent trainingsuren

5.1 Algemene uitgangspunten

- Het beleid omtrent trainingsuren wordt bepaald door de **doelstellingen per team**, **beschikbare financiën** en **beschikbaarheid van trainers en zaalruimte**.
- Teamenquôte kan mede bepalend zijn voor het aantal trainingsuren.
- Een goede opleiding kost veel tijd. En daarom is het streven om alle jeugdleden vanaf CMV niveau 4 per week 2 x 1 uur te laten trainen.
- Trainingsintensiteit mag nooit ten koste gaan van “plezier”.
- Een extra training is niet vanzelfsprekend en alleen bedoeld voor talentvolle spelers.
- Bij tekort aan zaalruimte in Haps zal worden uitgeweken naar een andere sporthal.
- In het seizoen 2015-2016 lopen de reguliere trainingen van 31 augustus 2015 t/m 27 mei 2016. De CMV-groepen trainen NIET gedurende de vakanties van het basisonderwijs. Alle overige teams trainen gedurende de schoolvakanties wel, behalve tijdens de kerstvakantie, de carnavalsvakantie en de meivakantie, dan wordt er door geen enkel team van HaVoC getraind. De recreantenteams en H3 trainen niet meer in de maand mei 2016.
- Wanneer een trainer door omstandigheden een training niet kan verzorgen, en er geen vervanger geregeld kan worden, zullen de trainingen van CMV en aspiranten afgelast worden. De trainer zal de betreffende team coördinator hiervan op de hoogte brengen.

5.2 Trainingen en zaalinhuur

<i>Team</i>	<i>Huidig aantal trainingsuren per week (2015/2016)</i>
Dames 1	2 + 2
Dames 2 (opleiding)	2 + 2
Dames 3	1,5 + 1,5
Dames 4	1,5 + 1,5
Dames 5	1,5
Heren 1	1,5 + 1,5
Heren 2	1,5 + 1,5
Heren 3	1
Meisjes A1	1,5 + 1,5
Meisjes B1	1,5 + 1,5
Meisjes C1	1 + 1,5
Jongens C1	1,5 + 1,5
Speeltingroep	1
Trainingsgroep CMV 1/2/3	1
Trainingsgroep CMV 4/5	1 + 1
Trainingsgroep CMV 5/6	1 + 1
Dames Recreanten 1	1,5
Dames Recreanten 2	1,5
Recreanten Mix	1,5

6. Beker- en NOJK wedstrijden

6.1 Beleid TC omtrent Bekerwedstrijden en NOJK

- TC selecteert per leeftijdscategorie in overleg met de trainers de beste spelers en stelt het uiteindelijke team samen. Uitgangspunt is teams te vormen per leeftijdscategorie. Indien dit niet mogelijk is, zal er bekeken worden of samenstelling van een team mogelijk is met spelers uit verschillende leeftijdscategorieën.
- Doel is om een zo hoog mogelijk resultaat te behalen.
- Coach maakt de keuze welke spelers ook daadwerkelijk zullen spelen.
- Ook reservespelers zijn belangrijk, iedereen maakt deel uit van het team.
- TC verzorgt de opgave en coördineert de Bekerwedstrijden en NOJK.
- Wanneer een team is uitgeschakeld kunnen spelers uit dit team toegevoegd worden aan een hoger team.
- Trainingsuren voor de 1^e ronde van de Bekerwedstrijden zijn maximaal 2 uur per team. (oktober)

6.2 Nationale Open Jeugd Kampioenschappen (NOJK) - Asics Open

- Het belangrijkste jeugdtoernooi georganiseerd door de NeVoBo.
- Deelname staat open voor alle verenigingen.
- Inschrijven voor dit landelijke kampioenschap kan met jeugdspelers die voldoen aan de leeftijdscategorie A-, B-, C- en D jeugd. (=CMV niveau 5/6).
- Door iedere vereniging mag per leeftijdscategorie met maximaal 1 team worden ingeschreven.
- Het niveau waarop in de competitie wordt gespeeld telt hier niet bij. Er mogen meisjes/jongens meespelen die in de competitie bij de senioren spelen.
- De wedstrijden zijn altijd op een zaterdag waarop geen reguliere competitie plaats vindt. Meestal vindt de 1e ronde in de kerstvakantie plaats, de halve finale in de carnavalsvakantie en de finale in de meivakantie. www.asicsopen.nl

6.3 Regiobekerwedstrijden

- Georganiseerd door de RSC (Regionale Sector Competitie) van de regio Zuid-Oost.
- Deelname door iedere vereniging in iedere jeugdklasse (A, B en C) met maximaal één team per jeugdklasse. (zowel jongens- als meisjesteams mogen deelnemen)
- Ook deelname aan de bekerwedstrijden toegestaan met maximaal één team in zowel de dames en heren klasse, afhankelijk van klassen waarin teams in regiocompetitie deelnemen.
- Inschrijven met jeugdspelers die voldoen aan de leeftijdscategorie A-, B- en C-jeugd.
- Het niveau waarop in de competitie gespeeld wordt telt daarbij niet.
- Door iedere vereniging mag in iedere jeugdklasse met maximaal één team worden ingeschreven.
- Wedstrijden worden middels loting bepaald.
- Streven is bij de jeugdteams dat 2 teams elkaar voor de finales slechts éénmaal treffen.
- De regiobekerwedstrijden worden op zondagen gespeeld en uitgangspunt is een zo goed mogelijke spreiding over het seizoen.
- Per klasse een wisselbeker voor de winnaar en bij de jeugdteams is er een aandenken voor de spelers van beide finalisten.
<http://regios.nevobo.nl/index2.php?taalkeuze=1&pid=331>

7. NeVoBo selectie-trainingen

7.1 Regionaal Talenten Centrum (RTC)

7.1.1 Algemeen

- De RTC-trainingen zijn bedoeld voor spelers van de verenigingen binnen Nederland met bovengemiddelde aanleg en motivatie. Doel is toptalenten opleiden tot professioneel volleyballer.
- Uiteindelijk doel: 1^e / 2^e divisie of A / B –league.
- Voor meer info: <http://www.nevobo.nl>

7.1.2 Beleid Havoc omtrent RTC-trainingen

- De trainers van HaVoC doen een voorstel voor opgave aan de TC.
- De TC verzorgt de opgave bij de NeVoBo.
- Bij een eventuele selectie zal HaVoC proberen om zich te conformeren aan de richtlijnen van de Nevobo. (extra trainingsuren, begeleiding e.d.)

7.2 Regio/Rayon-trainingen

7.2.1 Algemeen

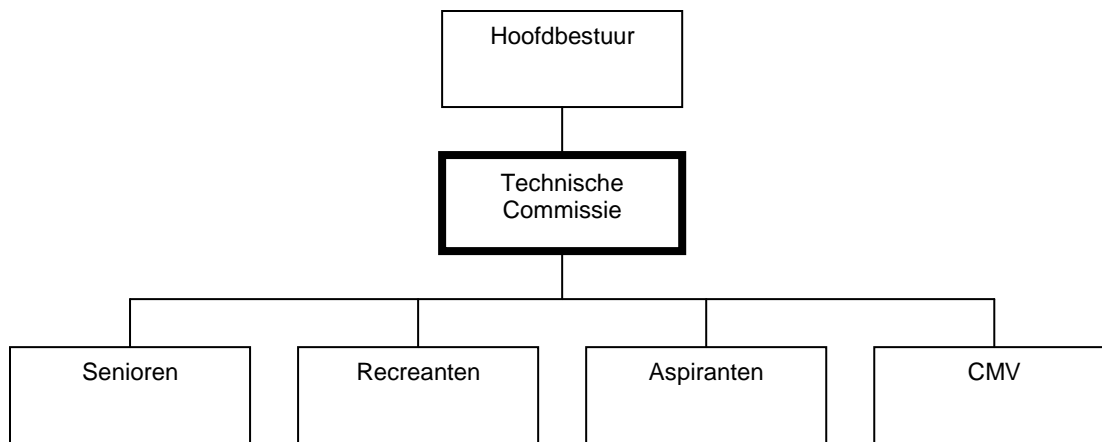
- De Regio/Rayon-trainingen zijn bedoeld voor spelers van de verenigingen binnen de regio met bovengemiddelde aanleg en motivatie en vormen een aanvulling op de trainingen van de club.
- Uiteindelijk doel: Promotieklasse / Regio-divisie
- Voor meer info: <http://zuid-oost.nevobo.nl>

7.2.2 Beleid HaVoC omtrent Regio/Rayon-trainingen

- De trainers van HaVoC doen een voorstel voor opgave aan de TC
- De TC verzorgt de opgave bij de NeVoBo.

8. Technische Commissie

8.1 Overlegstructuur TC



8.1.1 -Vergadering

- De TC bestaat uit een voorzitter en 4 commissieleden.
- In de periode van augustus t/m begin juli is er om de 4 weken overleg.
- Aan de hand van een vaste agenda wordt de vergadering afgewikkeld.
- Van elke vergadering worden de notulen vastgelegd en gearchiveerd.
- Er wordt gewerkt met korte lijnen (door middel van teamcoördinatoren die zitting hebben in de TC).
- Er wordt zeer zorgvuldig omgegaan met vertrouwelijke informatie.

8.1.2 Overleg met hoofdbestuur

- Het hoofdbestuur bestaat uit een voorzitter, penningmeester en secretaris, aangevuld met een aantal commissievoorzitters en bestuursleden.
- De voorzitter TC maakt normaliter ook deel uit van het hoofdbestuur. Hierop is echter een uitzondering gemaakt, waarbij de huidige voorzitter van de TC geen deel uitmaakt van het hoofdbestuur. Zij zal wel aanschuiven bij bestuursvergaderingen indien daar behoefte aan is. Vanuit de TC heeft wel minimaal 1 lid zitting in het bestuur.
- Belangrijke beslissingen worden door de TC altijd in goed overleg met het hoofdbestuur genomen.
- Het bestuur vergadert om de 5 a 6 weken in de periode van augustus t/m begin juli.
- De algemene ledenvergadering wordt aan het einde van het seizoen gehouden.

8.1.3 Communicatie naar leden en ouders/verzorgers

- In zijn algemeenheid geldt dat communicatie naar leden en ouders zoveel mogelijk per e-mail zal plaatsvinden.
- Wanneer het algemene informatie betreft vanuit de TC dan zal dit meestal gedaan worden door de secretaris van HaVoC. Deze informatie zal dan ook terug te lezen zijn op onze website www.vc-havoc.com.
- Wanneer het informatie betreft wat alleen voor een bepaald team van toepassing is dan zal dit meestal gedaan worden door de teamcoördinator.
- Mocht het een persoonlijke aangelegenheid zijn dan kan er ook telefonisch contact met het betreffende lid en/of ouders worden opgenomen door de teamcoördinator of iemand anders van de TC.

8.2 Totstandkoming teamsamenstellingen

De TC hanteert de volgende procedure in 5 stappen om tot de teamsamenstelling voor het nieuwe seizoen te komen:

1. februari/maart: advies van de trainers over elke speler.
2. maart/april: voorlopige teamsamenstelling door de TC.
3. half april: advies van de trainers over deze voorlopige teamsamenstelling.
4. eind mei (streefdatum) : definitieve teamsamenstelling door de TC welke door de secretaris van HaVoC naar alle leden gecommuniceerd zal worden.

Indelingscriteria

Bij de indeling hanteert de TC de volgende criteria:

1. Wat willen de spelers ? De wens om op een lager niveau te gaan spelen wordt in principe altijd gehonoreerd. Of we ook aan andere wensen tegemoet kunnen komen, is afhankelijk van de volgende criteria:
2. Advies van de trainers.
3. Het huidige spelniveau van de spelers.
4. Het spelniveau dat in de loop van het seizoen verwacht kan worden.
5. (Jeugd)spelers moeten zoveel mogelijk kunnen spelen.
6. Posities in het veld (spelverdeler, middenaanvaller, passer/loper, diagonaal en libero)
7. Instelling van de spelers (opkomst en inzet bij trainingen, inzet en beleving bij wedstrijden).
8. Sociale verbondenheid in teams (leeftijd, omgang met elkaar).
9. Evenwichtige teams (in sportief en sociaal opzicht).

Als de indeling van de teams eenmaal tot stand gekomen is op de manier zoals hierboven is beschreven, dan is deze teamsamenstelling dus ook definitief. Alleen in zeer bijzondere gevallen kan de TC als noch besluiten om een wijziging aan te brengen. Het gaat daarbij dus NIET om situaties waarin jij of je ouders/verzorgers vinden dat je te laag bent ingedeeld of dat je bent ingedeeld in een team dat je niet zo leuk lijkt. Die situaties vinden wij oprecht jammer, maar zijn voor ons géén reden om de indeling alsnog aan te passen. Dat geldt ook voor spelers die alsnog bij een vriend(in) in het team willen spelen.

Hierbij willen we graag duidelijk maken dat het organisatorisch onmogelijk is om daarmee rekening te houden. Volleybal is een teamsport waarbij je vrienden maakt! Zoals je hierboven bij de criteria kunt lezen, houden we wel rekening met de “sociale verbondenheid” in de teams zodat iedereen zich er snel op z’n gemak kan voelen. Mocht er sprake zijn van bijzondere persoonlijke omstandigheden, neem dan a.u.b. contact op met de TC. In veruit de meeste gevallen kunnen de wensen van spelers en de adviezen van de trainers gehonoreerd worden, maar helaas is het onmogelijk om altijd aan alle wensen te voldoen. De TC moet keuzes maken. Dit gebeurt op een uiterst zorgvuldige en eerlijke manier.

Er gelden immers meerdere belangen en tussen die belangen moet een afweging gemaakt worden en daardoor wordt het maken van een teamsamenstelling nog gecompliceerder.

Voor de TC is de volgorde van belangrijkheid van de belangen als volgt:

- a) Verenigingsbelang
- b) Teambelang
- c) Individueel belang

Zodra de teamsamenstelling en trainingstijden voor het nieuwe seizoen bekend zijn, worden alle leden hierover tegelijkertijd via email geïnformeerd door de secretaris van HaVoC. Er wordt extra zorgvuldig omgegaan met spelers die naar een lager team worden gezet. Voordat de teamsamenstelling bekend gemaakt wordt, zal de speler die in een lager team wordt ingedeeld, altijd worden geïnformeerd door de eigen/huidige trainer en een commissielid van de TC.

8.3 Trainers en praktijkbegeleiding

8.3.1 Overleg met trainers/coaches

- Door de teamcoördinator zal 2x per jaar een gesprek gehouden worden met de trainer. De trainer heeft de mogelijkheid om spelers gerelateerde zaken met de teamcoördinator te bespreken. In dit gesprek worden ervaringen gedeeld. Problemen worden besproken en er wordt gezamenlijk over een oplossing gedacht. Daarnaast wordt de progressie van de individuele spelers besproken. Van dit gesprek zullen notulen worden opgemaakt.
- De teamcoördinator zal minimaal 2x per jaar een training observeren (oktober en januari). Het doel is geen technische boordeling maar een sociale en organisatorische observatie. De teamcoördinator zal zijn bevindingen bespreken met de trainer en met de TC.

8.3.2 Trainers kwalificaties per categorie

HaVoC wil haar leden kwalitatief goede trainingen aanbieden. Daar hoort bij dat de vereniging een bepaald minimaal niveau nastreeft van haar trainers:

- Standaard eerste teams: VT3-VT4
- Opleidingsteams: VT3-VT4
- Senioren overigen: VT2-VT3
- Aspiranten: VT2-VT3
- CMV niveau 4-6: VT2-VT3
- CMV niveau 1-3: VT2

Streven is om zoveel mogelijk eigen leden een trainerscursus te laten volgen. Jaarlijks zal de TC in januari inventariseren welke trainers in aanmerking kunnen/willen komen voor een trainerscursus.

8.3.3 Trainersondersteuning & kennisdeling

- Bij aanvang van het nieuwe volleybalseizoen zal er door de TC een algehele trainersbijeenkomst georganiseerd worden op zondagochtend. Hierin zullen alle belangrijke items voor het nieuwe seizoen besproken worden, het technisch beleidsplan, de technische leerlijn van HaVoC, en kennismaking met elkaar. Daarnaast zal er – gedurende het jaar - een trainersbijeenkomst worden georganiseerd door de TC om zaken bij te sturen en de koers verder te bepalen. Bij deze bijeenkomsten is de technische leerlijn van HaVoC het uitgangspunt.
- Jaarlijks zullen er twee bijeenkomsten worden georganiseerd door de TC voor het jeugdbeleid en wel in oktober en in januari. Deze bijeenkomsten zijn speciaal voor de jeugdtrainers (CMV en Aspiranten). De jeugdtrainers kunnen hier met volleybal technische vragen terecht.

8.3.4 Praktijkbegeleiding

- HaVoC streeft er naar haar trainers in opleiding “actief” te begeleiden
- Dit houdt in dat in ieder geval de minder ervaren trainers en de trainers in opleiding een praktijkbegeleider krijgen toegewezen. Deze praktijkbegeleider is een vraagbaak, en zal minimaal 2x per jaar een training observeren. Na afloop volgt er altijd een gesprek tussen trainer en praktijkbegeleider.

Vaardigheidskaart CMV Niveau 1 (6/7 jaar)

	Veldgrootte: 6 x 4,5 meter Net: 2 meter
Trainingsdoelen:	Trainingsthema's:
Hoofddoel: <ul style="list-style-type: none"> • Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden Subdoelen: <ul style="list-style-type: none"> • Beheersen van de grondvormen van bewegen • Algemene balvaardigheid • Leren inschatten van de balbaan 	Grondvormen van bewegen: <ul style="list-style-type: none"> • Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, huppelen, klimmen, zwaaien, trekken, duwen
Tactische doelen: <ul style="list-style-type: none"> • Goede verdeling over het HELE veld • Tijdig doordraaien (Tip: degene die de bal gooit roept zelf draaien) 	Algemene balvaardigheid: <ul style="list-style-type: none"> • Gooien en vangen met 2 handen • Dribbelen, rollen, gooien en vangen met een of twee handen. • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen van de bal in verschillende houdingen • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan
Opstelling en manier van doordraaien: <ul style="list-style-type: none"> • Het spel start met twee spelers voor en twee spelers achter (vierkant) • Bij 3 spelers, staan de spelers in een driehoek, één speler voor en twee achter • Bij 2 spelers, staan beide spelers naast elkaar 	Verplaatsingentechnieken: <ul style="list-style-type: none"> • Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts
Algemene en sociale doelen <ul style="list-style-type: none"> • Spelend leren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels HaVoC + eigen regels m.b.t. het team) 	Mentale doelen <ul style="list-style-type: none"> • De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen, de tegenstander kan de bal niet vangen • Gaan voor elke bal

Vaardigheidskaart CMV Niveau 2 (7/8 jaar)

	Veldgrootte: 6 x 4,5 meter Net: 2 meter
Trainingsdoelen:	Trainingsthema's:
Hoofddoel: <ul style="list-style-type: none"> • Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden Subdoelen: <ul style="list-style-type: none"> • Beheersen van de grondvormen van bewegen • Algemene balvaardigheid • Inschatten van de balbaan • Leren verplaatsen in de balbaan • Stimuleren op een volleybalspecifieke manier gooien en vangen (onderhands en bovenhands) • <u>Beheersen van onderhandse opslag</u> 	Grondvormen van bewegen: <ul style="list-style-type: none"> • Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, huppelen, klimmen, zwaaien, trekken, duwen
Service: <ul style="list-style-type: none"> • De onderhandse opslag kunnen uitvoeren 	Algemene balvaardigheid: <ul style="list-style-type: none"> • Dribbelen, rollen, gooien en vangen met een of twee handen (mikken) • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen van de bal in verschillende houdingen (jongleren) • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan
Onderarms spelen: <ul style="list-style-type: none"> • Stimuleren de bal met gestrekte armen te vangen en gooien • Onderarms de bal spelen (controleren) → Tip: club van 100 oefeningen 	Tactische doelen: <ul style="list-style-type: none"> • <u>Mikken</u>; gooien op open plaatsen • Goede verdeling over het HELE veld • Tijdig doordraaien (Tip: degene die de bal gooit roept zelf draaien)
Bovenhands gooien: <ul style="list-style-type: none"> • Stimuleren de bal op een volleybal specifieke manier te vangen en gooien (stoten) 	Verplaatsingentechnieken: <ul style="list-style-type: none"> • Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts
Opstelling en manier van doordraaien: <ul style="list-style-type: none"> • Het spel start met twee spelers voor en twee spelers achter (vierkant) • Bij 3 spelers, staan de spelers in een driehoek, een speler voor en twee achter • Bij 2 spelers, staan beide spelers naast elkaar 	Mentale doelen <ul style="list-style-type: none"> • <u>Durf onderarms te spelen</u> (de coach bepaald wie er uit gaat als de bal onderarms gespeeld wordt, maar niet wordt gevangen door de ander) • De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen. • <u>Initiatief tonen; ik roepen</u> • Leren omgaan met verlies • Gaan voor elke bal
	Algemene en sociale doelen <ul style="list-style-type: none"> • Spelend leren • Elkaar helpen en stimuleren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels HaVoC + eigen regels m.b.t. het team)

Vaardigheidskaart CMV Niveau 3 (8/9 jaar)

	Veldgrootte: 6 x 4,5 meter Net: 2 meter
Trainingsdoelen:	Trainingsthema's:
Hoofddoel: <ul style="list-style-type: none"> • Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden Subdoelen: <ul style="list-style-type: none"> • Beheersen van de grondvormen van bewegen • Volleybalspecifiek kunnen vangen en gooien (onderhands en bovenhands) • Inschatten van de balbaan • Verplaatsen in de balbaan • De gericht bovenhands kunnen gooien • <u>Onderarms spelen: controleren en richten</u> • <u>Gericht serveren</u> 	Grondvormen van bewegen: <ul style="list-style-type: none"> • Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit), springen, hinkelen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, huppelen, klimmen, zwaaien, trekken, duwen, tijgeren
Service: <ul style="list-style-type: none"> • De onderhandse service gericht kunnen uitvoeren 	Algemene balvaardigheid: <ul style="list-style-type: none"> • Dribbelen, rollen, gooien, gooien, vangen met een of twee handen • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen/onderhands controleren van de bal in verschillende houdingen • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan
Onderarms spelen: <ul style="list-style-type: none"> • D.m.v. toetsen (repetierend spelen) • D.m.v. controleren • D.m.v. lopen en brengen • D.m.v. jongleren • D.m.v. richten • Combinatie van bovenstaande 	Bovenhands gooien: <ul style="list-style-type: none"> • De bal <u>gericht</u> en op een volleybal specifieke manier gooien en vangen (stoten)
Verplaatsingstechnieken: <ul style="list-style-type: none"> • Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts • <u>Diagonaal voor- en achterwaarts verplaatsen (shuffle)</u> 	Aanval: <ul style="list-style-type: none"> • Stimuleren de bal op een volleybal specifieke manier te vangen en gooien (bovenhandse strekworp)
Opstelling en manier van doordraaien: <ul style="list-style-type: none"> • Het spel start met twee spelers voor en twee spelers achter (vierkant) • Bij 3 spelers, staan de spelers in een driehoek, één speler voor en twee achter • Bij 2 spelers, staan beide spelers naast elkaar 	Algemene en sociale doelen <ul style="list-style-type: none"> • Spelend leren • Elkaar helpen en stimuleren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels HaVoC + eigen regels m.b.t. het team)
Tactische doelen: <ul style="list-style-type: none"> • Mikken; gooien op open plaatsen • Goede verdeling over het HELE veld • Tijdig doordraaien (Tip: degene die de bal gooit roept zelf draaien) 	<ul style="list-style-type: none"> • Mentale doelen • De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen • <u>Door middel van het onderarms spelen van de 1^e bal, de rally laten beginnen</u>

Vaardigheidskaart CMV Niveau 4 (9/10 jaar)

	Veldgrootte: 6 x 4,5 meter Net: 2 meter
Trainingsdoelen:	Trainingsthema's:
Hoofddoel: <ul style="list-style-type: none"> • Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden Subdoelen: <ul style="list-style-type: none"> • Beheersen van de grondvormen van bewegen • Inschatten van de balbaan • Verplaatsen in de balbaan • Onderarms spelen: controleren en richten • Gericht serveren • <u>De vanggooibeweging voorwaarts uit kunnen voeren</u> • <u>Bovenhands frontaal spelen</u> 	Grondvormen van bewegen: <ul style="list-style-type: none"> • Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, klimmen, zwaaien, trekken, duwen, coördinatie.
Onderarms spelen: <ul style="list-style-type: none"> • De onderarmse pass naar het net kunnen sturen • De onderarmse techniek na verplaatsing wordt redelijk beheerst 	Bovenhands spelen: <ul style="list-style-type: none"> • De bovenhandse techniek, <u>frontaal</u>, dient redelijk beheerst te worden
Service: <ul style="list-style-type: none"> • De onderhandse opslag technisch goed en gericht kunnen uitvoeren 	Vanggooibeweging: <ul style="list-style-type: none"> • De vanggooibeweging voorwaarts kunnen uitvoeren, met juiste uitstap. Na de 1^e helft van het seizoen kan deze beweging ook achterwaarts aangeleerd worden.
Aanval: <ul style="list-style-type: none"> • De bal op een volleybal specifieke manier over het net gooien (bovenhandse strekwerp) 	Algemene en specifieke volleybalbalvaardigheid: <ul style="list-style-type: none"> • Dribbelen, rollen, gooien, gooien, vangen met een of twee handen • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen van de bal in verschillende houdingen • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan
Volleybalspecifieke verplaatsingentechnieken: <ul style="list-style-type: none"> • Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts • Shuffle • <u>Duiken</u> 	Opstelling: <ul style="list-style-type: none"> • Er wordt vanaf niveau 4 gespeeld met de <u>ruitopstelling</u>
Mentale doelen <ul style="list-style-type: none"> • De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen. • Risico durven nemen • Leren samenspelen • Scoren • <u>Communiceren</u>, uit roepen als de bal uitgaat en de bal dan ook niet pakken, maar ook "ik" roepen als je de bal gaat spelen. Belangrijk om aan te leren om de 2^e bal op te eisen. • <u>Anticiperen</u>: van te voren weten waar de 2^e bal naar toe moet • Concentreren: rust voor het spelen van elke bal • Leren omgaan met verlies 	Algemene en sociale doelen <ul style="list-style-type: none"> • Spelend leren • Elkaar helpen en stimuleren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels HaVoC + eigen regels m.b.t. het team) • <u>Werk met haalbare doelen</u>

Vaardigheidskaart CMV Niveau 5 (10/11 jaar)

	Veldgrootte: 6 x 6 meter Net: 2 meter
Trainingsdoelen:	Trainingsthema's:
Hoofddoel: <ul style="list-style-type: none"> • Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden Subdoelen: <ul style="list-style-type: none"> • Beheersen van de grondvormen van bewegen • Inschatten van de balbaan • Verplaatsen in de balbaan • <u>Bovenhands set-up geven</u> • Onderarms spelen: een hoge pass naar het net kunnen sturen • <u>Spelen op een groter veld</u> • Aanval: uit stand en met 1 hand pushen 	Grondvormen van bewegen: <ul style="list-style-type: none"> • Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, klimmen, zwaaien, trekken, duwen, coördinatie
Onderarms spelen: <ul style="list-style-type: none"> • De onderarmse pass, naar links, als ook naar rechts en recht vooruit wordt redelijk beheerst • De onderarmse techniek na verplaatsing wordt redelijk beheerst 	Bovenhands spelen: <ul style="list-style-type: none"> • De bovenhandse techniek, frontaal, dient redelijk beheerst te worden • <u>De bovenhandse techniek, onder een hoek, wordt redelijk beheerst</u> (set up kunnen geven)
Aanval: <ul style="list-style-type: none"> • Bal uit stand over net kunnen slaan • Bal met 1 hand over net kunnen spelen (pushen) 	Service: <ul style="list-style-type: none"> • De onderhandse opslag technisch goed en gericht kunnen uitvoeren (tactisch)
Opstelling: <ul style="list-style-type: none"> • Er wordt gespeeld met een ruitopstelling 	Strategie: <ul style="list-style-type: none"> • De juiste techniek op het juiste moment toepassen → 1^e bal oh, 2^e bal bh, 3^e bal bh of smash • <u>In 3 keer spelen is een bonuspunt!!</u>
Algemene balvaardigheid: <ul style="list-style-type: none"> • Dribbelen, rollen, gooien, gooien, vangen met een of twee handen • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen van de bal in verschillende houdingen • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan 	Verplaatsingentechnieken: <ul style="list-style-type: none"> • Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts • Shuffle • Duiken • <u>Rollen</u>
Algemene en sociale doelen <ul style="list-style-type: none"> • Spelend leren • Elkaar helpen en stimuleren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels HaVoC + eigen regels m.b.t. het team) • <u>Werk met haalbare doelen</u> 	Mentale doelen <ul style="list-style-type: none"> • De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen • <u>Kunnen samenwerken – in 3x samenspelen</u> • Communiceren, uit roepen, als de bal uit gaat en dan de bal ook niet pakken. • De 2^e bal opeisen (ik roepen) • Leren concentreren voor de serve, hoe en wanneer • <u>De 2^e bal veelal bovenhands spelen</u> • De 2^e bal gericht af kunnen spelen (onderarms of bovenhands) om eigen rally aanvallend te kunnen beëindigen • Heel veel initiatief tonen (gaan voor elke bal)

Vaardigheidskaart CMV Niveau 6 (11/12 jaar)

Veldgrootte: 6 x 6 meter Net: 2 meter	
Trainingsdoelen:	Trainingsthema's:
<p>Hoofddoel:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden <p>Subdoelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beheersen van de grondvormen van bewegen • Inschatten van de balbaan • Verplaatsen in de balbaan • <u>Serveren bovenhands</u> • <u>Aanleren aanvalspas</u> • Set-up, onder een hoek, gericht kunnen spelen • Onderarms spelen: een hoge pass gericht naar het net kunnen sturen 	<p>Grondvormen van bewegen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, klimmen, zwaaien, trekken, duwen
<p>Onderarms spelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De onderarmse pass, naar links, als ook naar rechts, wordt redelijk beheerst • De onderarmse techniek na verplaatsing wordt redelijk beheerst 	<p>Bovenhands spelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De bovenhandse techniek, frontaal, dient redelijk beheerst te worden. • De bovenhandse techniek <u>achterover</u> wordt redelijk beheerst • De bovenhandse techniek, onder een hoek, wordt redelijk beheerst • <u>Bovenhands na verplaatsen</u> (inlopen en een set-up leren geven)
<p>Service:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De onderhandse opslag technisch goed kunnen uitvoeren • <u>De bovenhandse serve wordt redelijk beheerst</u> 	<p>Algemene balvaardigheid:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dribbelen, rollen, gooien, gooien, vangen met een of twee handen • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen van de bal in verschillende houdingen • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan
<p>Aanval:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De slagtechniek – afzet en timing wordt redelijk beheerst • Aanleren van de aanvalspas • De tip of pushbal wordt redelijk beheerst 	<p>Strategie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De juiste techniek op het juiste moment toepassen → 1^e bal oh, <u>2^e bal bh</u>, 3^e bal bh of smash
<p>Opstelling:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Er wordt gespeeld met een ruitopstelling, evt. met een ankeropstelling 	<p>Volleybaleigen verplaatsingstechnieken.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts • Shuffle • Duiken • Rollen
<p>Algemene en sociale doelen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spelend leren • Elkaar helpen en stimuleren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels HaVoC + eigen regels m.b.t. het team) • <u>Werk met haalbare doelen</u> 	<p>Mentale doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen • <u>Kunnen samenwerken – in 3x samenspelen</u> • Communiceren, uit roepen, als de bal uit gaat en dan de bal ook niet pakken. • De 2^e bal opeisen (ik roepen) • Leren concentreren voor de serve, hoe en wanneer • <u>De 2^e bal veelal bovenhands spelen</u> • De 2^e bal gericht af kunnen spelen (onderarms of bovenhands) om eigen rally aanvallend te kunnen beëindigen • Heel veel initiatief tonen – gaan voor elke bal • <u>Durf aan te vallen!</u>

Vaardigheidskaart Aspiranten C

	Veldgrootte: 7 x 9 meter Net: 2,05 meter
Trainingsdoelen:	Trainingsthema's:
Hoofddoel: <ul style="list-style-type: none"> • Kinderen plezier laten beleven in volleybal training en wedstrijd • Verbeteren basistechnieken • Leren spelen met 6 tegen 6 Subdoelen: <ul style="list-style-type: none"> • Leren dat volleybal is: bewegen – actie – vervolgactie. • Balbaanherkenning 	Leren volleyballen: <ul style="list-style-type: none"> • Aandacht voor individuele techniekverbetering • Spelen na verplaatsing
Technische trainingsdoelen: Bovenhands spelen/ spelverdelen: <ul style="list-style-type: none"> • Hoog spelen • (Heup) Onder de bal • Boven & voor hoofd • Weinig hoekverandering in ellebogen • Bal kort en snel in en uit handen (soft touch) • Nastrekken (armen en kuiten) • <u>Verplaatsen naar het net</u> • Spelen na verplaatsing • Voeten naar doel (indraaien) • Voor- en achterwaarts spelen • Set ups naar pos 2, 3 en 4 Onderarms spelen / passen: <ul style="list-style-type: none"> • Schouders omhoog en naar voren • Ellebogen strekken polsen naar beneden drukken • Bal zowel voor als buiten de romp leren spelen • Bal sturen met de schouders • Verplaatsen achter de bal (shuffle) Aanval (slaan en springen) Slaan <ul style="list-style-type: none"> • Bal hoog en vroeg raken • Elleboog hoog • Snelheid in rotatie • Soepele snelle polsbeweging als stuur Springen <ul style="list-style-type: none"> • Snelheid in aanloop • Afzet met kort contact • Aanloop (L-R-L of R-L-R) Ritme – timing Service (slaan) <ul style="list-style-type: none"> • Bovenhandse spin Verdediging <ul style="list-style-type: none"> • Actief staan (voorkomen dat de bal de grond raakt) • Durven vliegen, duiken, vallen en weer opstaan Blokkeren individueel <ul style="list-style-type: none"> • Handen meteen over net steken • Springen waar bal over net gaat 	Tips voor de trainer: <ul style="list-style-type: none"> • Maak het spel dynamisch • Technieken laten uitvoeren voor en na verplaatsing • Individuele techniektraining (werk daarbij met keywords) • <u>Differentiëren:</u> probeer elke speler op zijn of haar eigen niveau te laten trainen en presteren • Werk met haalbare doelen • De kinderen <u>plezier en zelfvertrouwen geven door positieve feedback te geven</u>, zie www.positiefcoachen.nl • Aandacht voor vervolgactie (2 acties) • Posities in het veld leren kennen • Opstellingen leren kennen • Denk niet te snel dat kinderen iets niet kunnen • Stimuleer het aanvallen

<p>Opstelling en systeem:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Starten in de C met pass naar positie 3 (midden) en iedereen laten spelverdelen. Als dit goed loopt, kun je het stapje voor stapje uit gaan breiden, bijvoorbeeld: • Elke speler op pos. 1 penetreert en geeft set up • Penetratie ook in rally • Verdediging 3-1-2 	<p>Allround opleiden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leidt de spelers in de aspirantenteams zoveel mogelijk allround op en ga niet te snel specialiseren. Houdt hier rekening mee in het systeem waar je voor kiest om mee te spelen!
<p>Algemene en sociale doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leren samen spelen. Blij zijn met goede acties, yellen, high-five. • Sfeer en enthousiasme, yellen • Betrokkenheid creëren • Laten kijken bij andere wedstrijden • Activiteiten buiten volleybal • Discipline en verantwoordelijkheid • Teamregels opstellen (standaard regels HaVoC + eigen regels m.b.t. het team) • <u>Werk met haalbare doelen</u> 	<p>Mentale doelen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Plezier hebben • Doorzetten • Willen leren • Fouten durven (en mogen) maken

Seizoen 2013-2014

In het seizoen 2013-2014 heeft de Nevobo ervoor gekozen om te gaan werken met een nieuwe structuur voor de jeugdcompetitie. Hierin wordt uitgegaan van de volgende punten:

1. Kwaliteit van het speelniveau: zoveel mogelijk volwaardige tegenstanders
2. Aantal wedstrijden: elk team dient minimaal 10 wedstrijden te spelen per seizoenshelft
3. Reisafstand: de reisafstand dient zo klein mogelijk te worden gehouden (hoe hoger de klasse, des te groter de reisafstand zal zijn)

Vanuit deze visie is een nieuw piramidemodel ontstaan. Bovenaan de top staat de Topklasse. De eerste helft van het seizoen is er nog geen Topklasse. Deze ontstaat de 2^e helft van het seizoen, doordat de beste uit de Hoofdklasse (voorheen Hoog) doorschuiven naar de Topklasse. De Topklasse bestaat uiteindelijk uit 1 poule. De klasse die voorheen Laag werd genoemd, is nu Eerste klasse geworden.

Verschillen in nethoogtes en veldgroottes

C-jeugd Topklasse	2,15 m (J)	2,15 m (M)	18x9 meter
C-jeugd Hoofdklasse	2,15 m (J)	2,15 m (M)	18x9 meter
C-jeugd Eerste klasse	2,05 m (J)	2,05 m (M)	14x9 meter

- Topklasse: niet doordraaien na 3 keer serveren, geen enkele speler mag dispensatie speler zijn.
- Hoofdklasse: niet doordraaien na 3 keer serveren, 2 spelers mogen dispensatiespeler zijn. Er mag alleen **niet** gepromoveerd worden naar de Topklasse met dispensatiespelers.
- Eerste klasse: wel doordraaien na 3 keer serveren, 2 spelers mogen dispensatiespeler zijn. Er mag dan **wel** gepromoveerd worden naar de Hoofdklasse met dispensatiespelers.

Vaardigheidskaart Aspiranten B

	Veldgrootte: 9 x 9 meter Net: meiden 2,15/ jongens 2,24 meter
Trainingsdoelen: Hoofddoel: Hoofddoel: <ul style="list-style-type: none"> • Kinderen plezier laten beleven in volleybal training en wedstrijd • Leren spelen met 6 tegen 6 <u>op een groot veld</u> Subdoelen: <ul style="list-style-type: none"> • Leren dat volleybal is: bewegen – actie – vervolgactie • Leren volleyballen vanuit een systeem (dynamisch spel) 	Trainingsthema's: Leren volleyballen: <ul style="list-style-type: none"> • Aandacht voor individuele techniekverbetering • Spelen na verplaatsing • Volleybal is een leuke en dynamische sport
Technische trainingsdoelen Bovenhands spelen / spelverdelen: <ul style="list-style-type: none"> • Verplaatsen naar het net en zo nodig weer uit het het • Rechtop onder de bal • Bal zo hoog mogelijk spelen • Set ups naar pos 2, 3 en 4 Onderarms spelen / passen: <ul style="list-style-type: none"> • Schouders omhoog en naar voren • Ellebogen strekken polsen naar beneden drukke. • Bal buiten de romp tussen heup en knie raken • Bal sturen met de schouders • Verplaatsen achter de bal (shuffle) Aanval <ul style="list-style-type: none"> • Snelheid en ritme in aanloop (L-R-L of R-L-R) • Bal hoog en vroeg raken • Hard willen en durven slaan Service gericht <ul style="list-style-type: none"> • Bovenhandse spin • <u>Bovenhandse float</u> Verdediging <ul style="list-style-type: none"> • Actieve houding (voorkomen dat de bal de grond raakt) • Gewicht naar voren • Durven vliegen, duiken, vallen en weer opstaan. • Naar de bal gaan, de bal aanvallen in de verdediging Blokken individueel + 2mans blokkade <ul style="list-style-type: none"> • Hands meteen over net steken • Springen waar bal over net gaat 	Tips voor de trainer: <ul style="list-style-type: none"> • Maak het spel dynamisch • Technieken laten uitvoeren voor en na verplaatsing • Individuele techniek training (werk met keywords) • <u>Specialiseer niet te snel!!</u> • Aandacht voor vervolgactie (2 acties) • Posities in het veld leren kennen • Opstellingen leren kennen • Werk met haalbare doelen • <u>Differentiëren:</u> probeer elke speler op zijn of haar eigen niveau te laten trainen en presteren • De kinderen <u>plezier en zelfvertrouwen geven door positieve feedback te geven</u>, zie www.positiefcoachen.nl

<p>Opstelling en systeem:</p> <ul style="list-style-type: none"> Voor het systeem zijn drie mogelijkheden (afhankelijk van de spelers in het team): 1) Elke speler op pos. 1 penetreert en geeft set up 2) 3 SV – 6 aanvallers 3) 2 SV – 6 aanvallers Iedereen valt aan Penetratie ook in rally Vier of drie passers Verdediging 3-2-1 	<p>Allround opleiden</p> <p>Leidt de spelers in de aspirantenteams zoveel mogelijk allround op en ga niet te snel specialiseren. Houdt hier rekening mee in het systeem waar je voor kiest om mee te spelen!</p>
<p>Algemene en sociale doelen:</p> <ul style="list-style-type: none"> Leren samen spelen. Blij zijn met goede acties, yellen, high-five. Sfeer en enthousiasme, yellen Betrokkenheid creëren Laten kijken bij andere wedstrijden Activiteiten buiten volleybal Discipline en verantwoordelijkheid Teamregels opstellen (standaard regels HaVoC + eigen regels m.b.t. het team) <u>Werk met haalbare doelen</u> 	<p>Mentale doelen</p> <ul style="list-style-type: none"> Plezier hebben Doorzetten Willen leren Fouten durven (en mogen) maken

Seizoen 2014-2015

In het seizoen 2014-2015 heeft de Nevobo ervoor gekozen om te gaan werken met een nieuwe structuur voor de jeugdcompetitie. Hierin wordt uitgegaan van de volgende punten:

- Kwaliteit van het speelniveau: zoveel mogelijk volwaardige tegenstanders
- Aantal wedstrijden: elk team dient minimaal 10 wedstrijden te spelen per seizoenshelft
- Reisafstand: de reisafstand dient zo klein mogelijk te worden gehouden (hoe hoger de klasse, des te groter de reisafstand zal zijn)

Vanuit deze visie is een nieuw piramidemodel ontstaan. Bovenaan de top staat de Topklasse. De eerste helft van het seizoen is er nog geen Topklasse. Deze ontstaat de 2^e helft van het seizoen, doordat de beste uit de Hoofdklasse (voorheen Hoog) doorschuiven naar de Topklasse. De Topklasse bestaat uiteindelijk uit 1 poule. De klasse die voorheen Laag werd genoemd, is nu Eerste klasse geworden.

Verschillen in nethoogtes en veldgroottes

B-jeugd Topklasse	2,30 m (J)	2,24 m (M)	18x9 meter
B-jeugd Hoofdklasse	2,30 m (J)	2,24 m (M)	18x9 meter
B-jeugd Eerste klasse	2,24 m (J)	2,15 m (M)	18x9 meter

- Topklasse: geen enkele speler mag dispensatie speler zijn, dus geen dispensatieteams of teams buiten mededinging.
- Hoofdklasse: maximaal 2 spelers mogen dispensatiespeler zijn. Mag wel kampioen worden maar er mag alleen **niet** gepromoveerd worden naar de Topklasse met dispensatiespelers. Bij meer dan twee dispensatiespelers speelt het team buiten mededinging mee, kan geen kampioen worden en niet promoveren.
- Eerste klasse: 2 spelers mogen dispensatiespeler zijn. Er mag dan **wel** gepromoveerd worden naar de hoofdklasse met dispensatiespelers. Bij meer dan 2 dispensatiespelers speelt het team buiten mededinging mee en kan geen kampioen worden en niet promoveren.