

# Gezonde ambitie



## Organisatie

**Jeugdbeleidsplan Vroomshoopse Boys**

**2010 - 2014**

**(geactualiseerd in 2010)**



## Voorwoord ( aanpassen )

Ambities mag je hebben. We willen hogerop met Vroomshoopse Boys en tegelijkertijd met een goede jeugdopleiding zorgen voor een flink stuk continuïteit.

Voor het opstellen van dit Jeugdbeleidsplan is dankbaar gebruik gemaakt van de "blauwdruk van een jeugdvoetbalbeleidsplan". Dit is een door de KNVB ontwikkelde leidraad bij het ontwikkelen van een jeugdbeleidsplan voor voetbalverenigingen. Het bevatte onder meer een uitgewerkte inhoudsopgave van een jeugdvoetbalbeleidsplan met onderwerpen die in een jeugdspecifiek jeugdvoetbalbeleidsplan behandeld zouden moeten worden. Het reeds bestaande Technisch Jeugdbeleidsplan "Gezonde Ambitie", dat in de jaren 1997-2002 binnen de vereniging is gebruikt was hier zeer goed in te passen.

Het voor ons liggende Jeugdbeleidsplan 2008-2010 moet voor een nog beter onderbouwde jeugdopleiding bij onze voetbalvereniging zorgen dat er uiteindelijk toe moet leiden het totale voetbal (recreatief en prestatief) van de Vroomshoopse Boys op een hoger niveau te brengen.

Veel zal daarbij afhangen van de personen die dit Jeugdbeleidsplan in de praktijk ten uitvoer moeten brengen, zoals bestuursleden, trainers, leiders, verzorgers, jeugdcoördinator etc.

Dit plan moet dan ook niet in de kast verdwijnen, maar zal constant als een soort leidraad gehanteerd moeten worden bij de vele aspecten van het jeugdwerk en zondig moeten worden bijgesteld.

De organisatorisch en voetbaltechnische zaken zijn bij de jeugd beter gescheiden. De lijnen zijn kort in de nieuwe opzet. Iedereen weet wat zijn of haar taken zijn en kan daarop worden aangesproken. Per leeftijdscategorie treedt er een betaalde trainer als coördinator en eindverantwoordelijke op (zogenaamd groepshoofd). Het Jeugdbeleidsplan is toegesneden op Vroomshoopse Boys, waar vrijwilligers van onschatbare waarde zijn.

Het Jeugdbeleidsplan is positief ontvangen binnen alle geledingen van de Vroomshoopse Boys. Zowel het hoofdbestuur als de jeugd- en technische commissie hebben hun goedkeuring aan dit plan gehecht.

In het voetbalseizoen 2007 – 2008 is 'Gezonde Ambitie' geactualiseerd door een werkgroep bestaande uit Pascal Weteringe (hoofdjeugdtrainer), Arrien Kuilder (scout), Hans Lukas (pupillencoördinator), Henk Oelen (juniorescoördinator) en René Elzinga (voorzitter).

Laat je vooral niet afschrikken door de omvang van het rapport. Het geheel is in principe opgezet voor alle mensen die op de één of andere manier de jeugd begeleiden. Geadviseerd wordt het gehele rapport te lezen en vooral datgene er uit te lichten wat voor je van belang is.

Vroomshoop, januari 2008

Namens hoofdbestuur,

Namens Technische Commissie ,

Harry Lantink :

\* voorzitter seizoen 2001-2002 / 2007-2008

Dick Netters

\* voorzitter vanaf seizoen 2008-2009

Pascal Weteringe

Voorzitter vanaf seizoen 2007-2008

NB: Ingaande het voetbalseizoen 2008-2010 geldt deze aangepaste en geactualiseerde versie, zoals die door de groepsleiders, de jeugdcoördinatoren, de jeugdcommissie, Technische Commissie en het hoofdbestuur van Vroomshoopse Boys is besproken en vastgesteld.



# Inhoudsopgave

## 1. Doelstelling Jeugdbeleidsplan.

1.1. Algemene doelstelling vereniging en jeugdafdeling.

1.2. Doelstellingen Jeugdbeleidsplan.

1.3. Ledenaantallen.

1.4. Organisatiestructuur.

## 2. Het Jeugdcommissie.

2.1. Visie, missie, doelstellingen en middelen.

2.2. Taken en verantwoordelijkheden leden jeugdcommissie.

2.2.1. Algemene leiding : voorzitter.

2.2.2. Secretariaat : secretaris.

2.2.3. Penningmeester.

2.2.4. Technische zaken.

(Technische jeugdcoördinator, Juniorencoördinator en Pupillencoördinator)

2.2.5. Wedstrijdsecretariaat

2.2.5.1. Senioren.

2.2.5.2. Junioren.

2.2.5.3. Pupillen.

2.2.6. Toernooizaken.

2.2.7. Scheidsrechterszaken.

2.2.8. Lid uitslagen.

2.2.9. Algemene Zaken.



- 3. Het begeleiden van kinderen en jongeren in de voetbalvereniging.**
  - 3.1. De speciale verantwoordelijkheid van de voetbalvereniging voor de jeugd.
  - 3.2. Dialoog met de jeugdleden.
  - 3.3. Begeleiding bij de overgang van junioren naar senioren.
  - 3.4. De lichamelijke gezondheid van de jeugdvoetballers.
    - 3.4.1. Preventieve maatregelen.
    - 3.4.2. Algemene adviezen t.a.v. de eerste hulp bij voetbalblessures.
    - 3.4.3. Sporthervatting na een blessure.
  - 3.5. Meisjes en Jongens.
  
- 4. Communicatie binnen de jeugdafdeling.**
  - 4.1. Overzicht van de overlegsituaties.
    - 4.1.1. Wekelijks.
    - 4.1.2. Eens in de zes weken.
    - 4.1.3. 2 - Maandelijks.
    - 4.1.4. 1 / 2 – Jaarlijks.
  - 4.2. Dialoog met de ouders.
  - 4.3. Informatievoorziening.
  - 4.4. Participatie van jeugdleden.
  
- 5. Aanbod activiteiten binnen de jeugdafdeling.**
  - 5.1. Trainingen en wedstrijden.
  - 5.2. Opleidingsactiviteiten voor jeugd en jeugdkader.
  - 5.3. Nevenactiviteiten voor jeugdleden.
  - 5.4. Activiteitencommissie.



**6. Randvoorwaarden uitvoering jeugdvoetbalbeleidsplan.**

**6.1. De financiële positie van de jeugdafdeling.**

**6.2. Materialen en accommodatie.**

**6.2.1. Accommodatie.**

**6.2.2. Materialen.**

**7. Het wervingsplan.**

**8. De F – league. ( zie ook 2.2.5.3. Pupillen)**



# **1. Doelstelling Jeugdbeleidsplan.**

## **1.1. Algemene doelstelling vereniging en jeugdafdeling.**

De algemene doelstelling van de vereniging, zoals vermeld staat in de statuten is het doen beoefenen en het bevorderen van de voetbalsport in al zijn verschijningsvormen, met uitzondering van de beroepsvoetbalsport. De vereniging tracht dit doel te bereiken door:

Het lidmaatschap van de Koninklijke Nederlandse Voetbalbond (KNVB).

Deel te nemen aan door de KNVB georganiseerde of goedgekeurde wedstrijden en evenementen.

Zelf evenementen op het gebied van de voetbalsport te organiseren.

De benodigde accommodatie tot stand te brengen.

De algemene doelstelling van de jeugdafdeling van de Vroomshoopse Boys is het realiseren van voorwaarden waardoor jeugdigen zich in het voetballen optimaal kunnen ontwikkelen met het oogmerk dat:

Er plezier aan wordt beleefd

Voetballen tot op latere leeftijd een plaats blijft houden (als speler, coach, scheidsrechter of bestuurslid)

Talentvolle spelers mogelijkheden krijgen om het voetballen prestatief uit te oefenen.

## **1.2. Doelstellingen Jeugdbeleidsplan.**

Het hoofddoel van dit Jeugdbeleidsplan is om een doorstroming te krijgen van voldoende getalenteerde spelers naar de senioren in de nabije en in de verdere toekomst. Het bovenstaande moet onder meer bereikt worden door een goede organisatie en een goed onderbouwde jeugdopleiding.

Naast het prestatieve aspect zal de leiding steeds oog moeten hebben voor de (jeugd)leden die puur recreatief bezig zijn. Iedereen moet bij de Vroomshoopse Boys kunnen voetballen op zijn eigen niveau qua kwaliteiten, beleving, motivatie etc. Deze personen zijn vaak van onschatbare waarde voor onze vereniging.

Een belangrijke doelstelling van dit Jeugdbeleidsplan dient ook te zijn dat het wervend zal werken voor een zo groot en breed mogelijke groep jongeren. Men moet graag lid willen worden en blijven van Vroomshoopse Boys, omdat men weet dat in die vereniging men de zaken goed aanpakt.

De eindverantwoordelijkheid voor de inhoud van dit plan ligt bij de Technische Commissie. De verantwoordelijkheid voor de uitvoering van dit plan ligt in eerste instantie bij de jeugdcommissie. Trainers, leiders en coördinatoren kunnen er veel aan doen het geheel praktisch gestalte te geven.

Het Jeugdbeleidsplan dient flexibel te zijn. Aan het einde van elk seizoen dient het binnen de Technische Commissie geëvalueerd te worden en waar nodig bijgesteld te worden, waarbij er op gelet moet worden dat de hoofdlijnen geen geweld worden aangedaan. Het beleid moet erop gericht zijn dat de standpunten, zeker met betrekking tot de jeugdopleiding, niet steeds aan veranderingen onderhevig zijn.



### 1.3. Jeugdledenaantallen.

De Vroomshoopse Boys heeft momenteel 48 donateurs en 595 leden, die bij de KNVB in het bestand staan. Van de 595 hebben we 303 jeugdleden en 142 senioren. De overig 150 leden bestaan uit vrijwilligers. Met name bij de jeugd zit de groei er nog steeds in. De spelende leden zijn als volgt over de verschillende 11-tallen en 7-tallen verdeeld (opname seizoen 2008-2009).

Categorie	Aantal Teams	Specificatie
Senioren	7	1, 2, 3, 4, 5, 6 en DA
Junioren	7	A1, A2, B1, B2, B3, C1, C2 en MA
Pupillen	16	D1, D2, D3, D4M, E1, E2, E3, E4, E5, E6, E7, F1, F2, F3, F4 (na winterstop), F-league.

### 1.4. Organisatiestructuur jeugdafdeling.

Sinds de herstructurering van de vereniging in 2008 ziet de vereniging er als volgt uit:

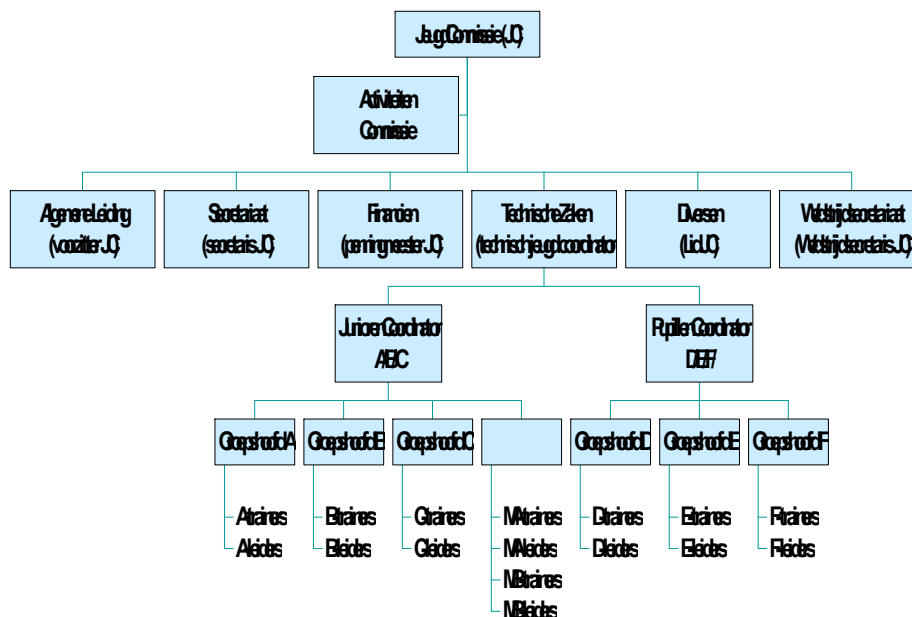


Fig. 3 Organogram jeugdcommissie VV Vroomshoopse Boys.



## **2. Het Jeugdcommissie.**

### **2.1. Visie, missie, doelstellingen en middelen.**

### **2.2. Taken en verantwoordelijkheden leden jeugdbestuur.**

#### **2.2.1. Algemene leiding : voorzitter jeugdcommissie.**

- Algehele coördinatie.
- Stimuleert andere leden van het kader.
- Bewaakt handhaving Technisch Jeugdbeleidsplan in afstemming met de Technische Jeugdcoördinator / Juniorencoördinator / Pupillencoördinator.
- Zit de vergadering voor van de jeugdcommissie.
- Aanspreekpunt richting hoofdbestuur.
- Lid hoofdbestuur.
- Betrokken bij benoemingsprocedures trainers samen met de Technische Jeugdcoördinator, de Juniorencoördinator en de Pupillencoördinator.
- Vergadert 2x per jaar met alle leiders en trainers. Onderwerpen zijn o.a.: indeling, elftallen, selecteren, ervaringen uitwisselen.

#### **2.2.2. Secretariaat : secretaris jeugdcommissie.**

- Verzorgen interne communicatie (b.v. via het clubblad) en administratie.
- Opstellen agenda en verslaglegging vergadering jeugdcommissie, in overleg met voorzitter.
- Regelen “zaterdagmorgen/middag man/vrouw” die optreedt als gastheer/gastvrouw voor scheidsrechters en bezoekende verenigingen.
- Verslaglegging/notulering van de vergaderingen.
- Notuleert vergadering van de groepshoofden.
- Notuleert vergadering leiders/trainers (2x per jaar).
- Onderhouden contacten met District Oost van de K.N.V.B. Beoordeelt alle inkomende informatie bedoeld om het jeugdvoetbal verder te ontwikkelen zorgvuldig en stelt dit binnen de vereniging van de orde door:
  - zelf actie te ondernemen ;
  - ervoor te zorgen dat de informatie bij de juiste personen terecht komt en
  - te informeren en adviseren van jeugdcommissie en bestuur.
- Regelt attenties of kaartjes bij bijzondere gelegenheden of gebeurtenissen.
- Lid van de financiële commissie.

#### **2.2.3. Penningmeester.**

- Verantwoordelijk voor de financiële zaken betreffende de jeugdafdeling; zorgt voor terugkoppeling met penningmeester hoofdbestuur.



## **2.2.4. Technische zaken.**

### **2.2.4.1. Technisch Jeugdcoördinator.**

Zie Technisch Jeugdplan.

### **2.2.4.2. Juniorencoördinator.**

Zie Technisch Jeugdplan.

### **2.2.4.3. Pupillencoördinator.**

Zie Technisch Jeugdplan.

## **2.2.5. Wedstrijdsecretariaat.**

### **2.2.5.1. Senioren.**

- Wekelijks programma maken voor de geplande wedstrijden (via de O.M.), dit doorgeven aan diverse personen (kleedkamer- veldindeling, kantine (drinken), consul, Boys site, uitslagenbriefje, wedstrijdsecretarissen junioren/pupillen, wedstrijdsecretaris Sportlust en scheidsrechterscoördinator).
- Schema maken m.b.t. indeling velden en aantal teams (elk seizoen opnieuw) met de aanvangstijden ( in overleg met de wedstrijd secretaris junioren).
- Regelen vriendschappelijke wedstrijden in overleg met trainers/leiders voor de winter- en zomerperiode.
- Contactpersoon KNVB m.b.t. seniorenteams (uitstel, of verplaatsing wedstrijden).
- Verwerken wedstrijdformulieren senioren en jeugd.
- Aansturen lid uitslagen.
- Lid technische commissie ( 1 keer vergaderen in de 6 weken ).
- Contactpersoon regelen lichtwedstrijden naar de Gemeente.
- Formulieren m.b.t. tot rode kaarten opsturen naar de KNVB en in laten vullen ( zowel senioren als jeugd).

### **2.2.5.2. Junioren.**

- Regelen vriendschappelijke wedstrijden in overleg met (hoofd) jeugdtrainers voor de winter- en zomerperiode.
- Competitie indelingen doorgeven aan alle jeugdteams.
- Contactpersoon KNVB m.b.t. jeugdteams (uitstel, of verplaatsing wedstrijden).
- Contactpersoon scheidsrechterszaken (junioren en D - pupillen).
- Bezoeken KNVB vergaderingen (in februari) over nieuwe zaken komend seizoen.
- Contactpersoon m.b.t. selectiewedstrijden KNVB.
- Contactpersoon wedstrijdsecretaris senioren.
- Regelen toernooien aan het eind van het seizoen voor de diverse teams in overleg met wedstrijdsecretaris pupillen en leiders/trainers.



### **2.2.5.3. Pupillen.**

- Regelen vriendschappelijke wedstrijden pupillen (D,E en F) winter- en zomerprogramma.
- Regelen toernooien in overleg met wedstrijdsecretaris junioren en leiders/trainers.
- Regelen pupil van de week thuiswedstrijden van het 1<sup>e</sup> elftal.
- Contactpersoon Sportdag voor de scholen ( 2 keepers en doel regelen ).
- Briefjes maken voor de E -en F - pupillen met 2 wekelijkse wedstrijden.

### **2.2.6. Toernooizaken.**

- Uitwerken van diverse toernooien binnen de vereniging.
- Versturen uitnodigingen V.O.C. toernooi (B - teams) 30 april, C - toernooi 3<sup>e</sup> of 4<sup>e</sup> zaterdag in mei (uitnodigingen versturen in oktober).
- Organisatie schoolvoetbal (1x per 3 jaar).
- Organisatie zaalvoetbal gezamenlijke voetbalverenigingen (1x per 3 jaar).
- Organisatie federatietoernooi pupillen (1x per 5 jaar).
- Organisatie Twenterandcup (1x per 6 jaar).
- Organisatie Kersttoernooi (jeugd en senioren).
- Familiedagtoernooi.
- Organisatie V.O.C. toernooi.
- Organisatie C-toernooi.
- Dit alles in samenwerking met het lid algemene zaken.

### **2.2.7. Scheidsrechterszaken.**

- Wekelijks regelen van clubscheidsrechters vanaf de D - jeugd voor alle thuiswedstrijden.
- Clubscheidsrechters op de hoogte houden van de spelregelwijzigingen.
- Werving binnen de vereniging van nieuwe scheidsrechters.

### **2.2.8. Lid uitslagen.**

- Wekelijks digitaal doorgeven uitslagen thuish spelende teams naar de KNVB.
- Uitslagen doorgeven van de door de week gespeelde wedstrijden (competitie en beker).

### **2.2.9. Algemene zaken.**

- Regelen pupillenscheidsrechters.
- Ledenbestand bijhouden jeugd (contact ledenadministratie).
- Samen met de secretaresse jeugdcommissie de formulieren invullen met de nieuwe teams en aanvangstijden (voor 1 juni, met de).
- Bezoeken federatievergadering Gemeente Twenterand 2 maal per jaar.
- Bezoeken indelingsvergadering pupillen 2 maal per jaar (december, voorjaarsreeks, juni, najaarsreeks) samen met pupillencoördinator.
- Contactpersoon toernooizaken.
- Contactpersoon wedstrijdsecretarissen.
- Contactpersoon schoolvoetbal.
- Contactpersoon spelerspassen.
- Contactpersoon gezamenlijke voetbalverenigingen.



### **3. Het begeleiden van kinderen en jongeren in de voetbalvereniging.**

#### **3.1. De speciale verantwoordelijkheid van de voetbalvereniging voor de jeugd.**

Naast het opleiden van de jeugdvoetballers in voetbaltechnische zin heeft het jeugdkader ook een zekere verantwoordelijkheid voor de brede ontwikkeling van kinderen en jongeren die lid zijn van de vereniging. Behalve het kader in technische zin, zoals de TC, trainers, eerste leiders etc., valt hier ook het kader in organisatorische zin onder, zoals jeugdcommissie, jeugdcoördinator, tweede leider etc. We hechten veel waarde aan normen en waarden. Respect voor iedereen, waarbij naast rechten ook plichten bestaan. Goed gedrag bij onze vereniging en als je bij andere verenigingen op bezoek bent. Aanspreken op verkeerd gedrag is soms ook nodig. Iedereen heeft de mogelijkheid om te trainen. Bij talenten van vooral de selectieteams wordt verwacht dat ze twee keer per week trainen. Als er problemen met huiswerk zijn om dit te volbrengen, dan is er altijd een oplossing te vinden. School gaat altijd voor. Als er thuis problemen zijn bij kinderen en dit is bekend bij de vereniging dan moet dit kind enigszins in bescherming genomen worden. Elk lid heeft dezelfde rechten en plichten.

#### **3.2. Dialoog met de jeugdleden**

De jeugdafdeling heeft persoonlijk contact via de trainers/leiders met de jeugdleden. De jeugdleden kunnen altijd bij de leiders/trainers terecht voor vragen en problemen. Er is binnen de vereniging geen jeugdraad. De kleinste jeugdleden kunnen via de ouders contact opnemen. Het groepshoofd is het eerste aanspreekpunt van de jeugdafdeling naar de ouders toe, met daarbij ook een rol voor de jeugdcoördinatoren, de technische jeugdcoördinator en de jeugdcommissie.

#### **3.3. Begeleiding bij de overgang van junioren naar senioren.**

In het laatste jaar dat de junior bij de jeugd (A) voetbalt moet de speler het gevoel krijgen dat de vereniging hem graag wil behouden en hem helpen bij de overstap naar de senioren. Deze overgang moet gecoördineerd worden door 1 persoon binnen de vereniging die bij voorkeur kennis heeft van de jeugd binnen de vereniging, de senioren afdeling en het vertrouwen heeft van de jongens waar het om gaat. Als deze functie nog niet is ingevuld, worden de individuele spelers besproken binnen de TC, waarbij ook de procedure wordt bewaakt.

##### **Tijdspad.**

1. Na de winterstop inventariseren welke spelers waarschijnlijk wel en welke zeker niet de overstap naar de senioren gaan maken (i.v.m werk/studie/anders).
2. In maart/april een avond beleggen voor jeugdspelers die overgaan naar de senioren, waarin o.a. de volgende zaken aan de orde komen:
  - Gaan ze wel / niet door.
  - Kunnen / willen ze wel / niet 2x in de week blijven trainen ?
  - In welk team/selectie denken ze **zelf** terecht te komen ?
  - Is er behoefte om met meerdere spelers naar hetzelfde team te gaan ?
3. De coördinator bespreekt de keuzes van de spelers met de leider/trainer van het betreffende A - team en kijkt of de wensen overeenkomen met de mogelijkheden. Als de wensen afwijken



- van de mogelijkheden een gesprek aangaan met speler/leider/trainer en eventueel ouders waarin beide partijen mogen proberen de "andere" partij te overtuigen van hun keuzes.
4. In april/mei contact opnemen met de persoon binnen de senioren commissie die verantwoordelijk is voor de teamindeling en hem/haar op de hoogte brengen van hoeveelheden + keuzes.
  5. Aan het begin van het seizoen controleren of alles loopt en de jongens aangeven dat ze bij eventuele problemen altijd contact op kunnen nemen.
  6. Na een maand in het nieuwe seizoen alle spelers uitnodigen om hun ervaringen te delen en de mogelijkheid te bieden om hun ongenoegen aan te geven.
  7. Deze sessie (punt 6) nog een keer herhalen direct na de winterstop.

### **3.4. De lichamelijke gezondheid van de jeugdvoetballers.**

"Voorkomen is beter dan genezen", zo luidt een bekend spreekwoord. Bij de gezondheidszorg in de sport neemt het begrip preventie dan ook een belangrijke plaats in. We kunnen echter niet voorkomen dat er, ondanks alle getroffen maatregelen, toch blessures ontstaan. In dat geval kunnen ook de jeugdspelers voor adviezen terecht bij de verzorgers binnen de vereniging. De jeugdspelers en hun ouders moeten daar ook op gewezen worden. Er zullen ook repressieve maatregelen genomen moeten worden, een beetje E.H.B.O. dus. Beiden zullen puntsgewijs behandeld en nader toegelicht worden. Er dient door de binnen de vereniging werkzame verzorgers een medische kaart van de behandelde spelers bijgehouden worden. Veel voorkomende blessures kunnen zo herkend worden. Ook wordt op deze wijze een goed medisch dossier van de spelers bijgehouden, die ook door nieuwe verzorgers kan worden benut.

#### **3.4.1. Preventieve maatregelen.**

Preventie is zeer belangrijk. Een groot deel van de verantwoordelijkheid voor de te nemen maatregelen ligt bij de sporter zelf. Uit Zweeds onderzoek onder een groot aantal voetballers is gebleken dat 42% van alle sportblessures door persoonsgebonden invloeden ontstaan. Verder 17% door slecht materiaal/uitrusting, 24% door slechte terreinomstandigheden en 17% door diverse factoren. De trainer/leider zal de nodige initiatieven moeten ontplooiën om te zorgen dat er de nodige preventieve maatregelen genomen worden. Preventieve maatregelen beginnen al bij de sporter thuis. Daarnaast kan een leider ook het nodige bijdragen. De volgende punten zijn van belang:

- goede nachtrust.
- verstandig eten.
- de sporter mag niet ziek zijn.
- doelmatige kleding en schoeisel.
- beschermende maatregelen.
- zorg voor een goede sfeer in de ploeg.
- zorg voor een goede wedstrijdvoorbereiding.

Een aantal van de bovengenoemde punten vallen zeker binnen de mogelijkheden om hier als trainer/leider iets aan te doen. Op een aantal andere punten kan geen directe invloed uitgeoefend worden. Indirect zijn er echter toch wel mogelijkheden. Bijvoorbeeld praten met een sporter over zijn eet-, slaap- en uitgaansgewoonten. Niet op een verbiedende of gebiedende toon, maar meer op een manier waardoor hij of zij zich bewust wordt van de dingen die gedaan of achterwege moeten worden gelaten. Preventie wordt steeds belangrijker, gezien het toenemende aantal sportongevallen. Geef hier dan ook voldoende aandacht aan.



## **De warming-up.**

Hoofdpunt van een goede wedstrijdvoorbereiding is natuurlijk een goede warming-up. Het doel van de warming-up is het voorbereiden op het leveren van een prestatie, zowel geestelijk als lichamelijk. Jaarlijks wordt door de verzorgers bezien of de warming-up methode ook bijstelling en/of aanpassing behoeft. In die gevallen wordt er informatie aan de spelers en leiders gegeven. Dat geldt ook voor andere onderdelen van de verzorging, zowel voor, tijdens en na de trainingen en wedstrijden. De informatie moet up to date blijven en de verzorgers zorgen daarvoor.

### **De geestelijke warming-up.**

De geestelijke warming-up bestaat uit het opvoeren van de wedstrijdconcentratie, maar ook een verkenning van het veld. Welke noppen moeten gebruikt worden, lengte en breedte van het veld, inschatting van de weersomstandigheden, lengte gras etc. Allemaal details die voor de wedstrijd belangrijk kunnen zijn. Voor de pupillen is dit in feite een stuk gewenning. Hoe hoger het niveau, hoe belangrijker de details worden.

### **De lichamelijke warming-up.**

Bij het sporten worden spieren, pezen en gewrichten intensief belast. Niets aan de hand; als je tenminste met een goede warming-up begint! Een goede warming-up zorgt ervoor dat je spieren warm en soepel worden. Je bereidt je zowel fysiek als mentaal voor op lichamelijke inspanning. Daardoor neemt de kans op blessures aanzienlijk af. Bovendien verbeteren de prestaties en vergroot het je sportplezier! Een goede warming-up is te verdelen in drie onderdelen:

1. Algemene losmakende, dynamische oefeningen.
2. Rekoefeningen.
3. Sportspecifieke oefeningen.

#### Ad 1. Algemene losmakende, dynamische oefeningen.

De eerste 5 tot 10 minuten van je warming-up begin je met losmakende, dynamische oefeningen. Begin met een rustige looppas (2-3 minuten). Wikkel je voeten goed af. Andere dynamische oefeningen zijn huppelen, joggen, knieheffen, hakken-billen, zijwaartse kruispassen en armzwaaien. Het is belangrijk om de oefeningen rustig uit te voeren en de intensiteit langzaam op te bouwen.

#### Ad 2. Rekoefeningen.

Als je spieren voldoende warm zijn ga je over tot de rekoefeningen. Rekoefeningen zijn bedoeld om vooraf een indruk te krijgen van de spanning in de spieren. Even 'luisteren' of je lichaam er klaar voor is. Een gezamenlijke uitvoering in teamvorm kan de teambuilding bevorderen. Het kan ook individueel uitgevoerd worden als rust- en concentratiemoment voorafgaand aan een wedstrijd of training.

Enkele aandachtspunten bij het rekken:

- Beweeg langzaam tot de uiterste grens; je voelt net geen pijn, wel spanning in de spieren.
- Houd de uiterste stand ongeveer 10 seconden vast.
- Ontspan daarna langzaam en schud de spieren los.
- Voer iedere oefening zowel links als rechts uit.
- Rekken mag geen pijn doen!

Rekoefeningen zijn eigenlijk pas nodig vanaf de C-junioren, maar dienen in het leerproces bij de pupillen wel te worden meegenomen. Eigenlijk zou je ook na de wedstrijd moeten rekken omdat dit het herstel van het lichaam bevordert. Dit wordt de cooling-down genoemd.



### Ad 3. Sportspecifieke oefeningen.

Na het inlopen en de rekoefeningen is het tijd om te gaan inspelen of 'insporten'. De nadruk ligt op de spieren en gewrichten die intensief worden gebruikt tijdens de training of wedstrijd. Tijdens het inspelen voer je, rustig beginnend, enkele basistechnieken uit. Zo kun je langzaam aan weer het gevoel van de sport vinden. Het inspelen laat je in intensiteit oplopen tot 100%. Na het inspelen of 'insporten' zit de warming-up erop en ben je helemaal klaar voor de training of wedstrijd.

Men dient ervoor te zorgen dat de doelverdediger ook een goede warming-up krijgt. Na zijn eigen warming-up moeten alle facetten van het keepen doorgenomen worden. De keeper moet het gevoel krijgen dat hij onverslaanbaar is (geestelijke warming-up).

Ballen die niet te pakken zijn, hebben geen enkele nut. Ook het slot van de warming-up is belangrijk voor de doelverdediger. Schakel voor de warming-up van de keeper goed geïnstrueerde wisselers in.

### **3.4.2. Algemene adviezen ten aanzien van de eerste hulp bij voetbalblessures.**

- Tracht tijdens een sportgebeuren uit eigen waarneming of bij de sporter zelf te achterhalen hoe een letsel is ontstaan. De ontstaanswijze kan aanwijzingen geven in welke richting een blessure en de ernst ervan moet worden gezocht en is van belang als overdracht van informatie naar deskundigen die er later bij komen.
- De mate van de inwerkende kracht kan een aanwijzing zijn voor de ernst van een letsel, maar de ernst kan evenzeer beïnvloed worden door de richting waarin de ontstaankracht op het lichaam inwerkt. Zo kan een op het oog vrij licht, onschuldig ongeval leiden tot grote beschadigingen.
- Vraag aan het slachtoffer zelf of aan omstanders of er een kraken geluid te horen is geweest of dat er een knappend gevoel is waargenomen. In beide gevallen is staken van de sportactiviteit het enig juiste advies.
- Pijn is geen absoluut betrouwbare informatie ten aanzien van de ernst van de blessure, maar zwelling is dat wel. De hoeveelheid zwelling maar vooral de snelheid waarmee de zwelling ontstaat is van belang voor een juiste inschatting van weefselbeschadiging. In het algemeen kun je stellen dat een sporter die op het veld ligt of naar de kant komt met een reeds zichtbaar gezwollen enkel of knie een behoorlijke beschadiging heeft opgelopen en de sportactiviteiten onmiddellijk dient te staken. Let wel, geen directe zwelling betekend niet dat er geen ernstig letsel is ontstaan.
- Beoordeel of een sporter na het ontstaan van een blessure nog "normaal" kan lopen. Iemand die na tien seconden "hinken" weer zonder problemen voluit sprint wekt soms enige verbazing en irritatie bij de omstanders maar het is geen onbekend verschijnsel. Iemand die na enkele minuten nog steeds voor een leek zichtbaar afwijkend loopt, kan men beter naar de kant halen. Doorgaan is op dat moment een risico op verdere beschadiging van een lichaamsdeel en een risico op andere blessures als gevolg van een veranderde manier van bewegen.
- Indien een speler een getroffen lichaamsdeel in het geheel niet meer kan bewegen of niet meer op een been kan staan, hoeft men het slachtoffer waarschijnlijk niet meer te adviseren te stoppen.
- Een mogelijk belangrijk gegeven in de beoordeling van de ernst van een blessure is of de optredende pijn als zeurend of als stekend/scherp wordt ervaren. Bij zeurende pijn kan het mogelijk zijn dat de activiteit wordt voortgezet; aanhoudende scherpe of stekende pijn



- betekend een prikkeling van zenuwen die weefselschade registreren. Staken van de activiteit is het enige advies.
- De stabiliteit van een gewricht is voor een leek niet te beoordelen. Men kan echter bij de sporter informeren of hij het gevoel heeft door de enkel of knie te gaan of dreigt te gaan. Deze onzekerheid ten aanzien van de controle over een deel van het lichaam is een indicatie dat de stabiliteit verminderd is en reden genoeg om een negatief advies te geven ten aanzien van doorsporten.
  - Indien men ondanks alle informatie en eigen kennis niet weet wat de ernst van een blessure is en wat men er mee moet doen, neem dan geen enkel risico. Blijf altijd rustig, stel het slachtoffer op zijn gemak, blijf met hem of haar praten, probeer afkoeling te voorkomen (leg niet alleen een jas of deken over maar vooral ook onder de persoon) en zorg dat zo snel mogelijk deskundige hulp ter plekke komt.

### Algemene opmerkingen

- Na de wedstrijd controleren op blessures en indien nodig actie nemen.
- Maak gebruik van alles wat voorhanden is (een shawl is ook te gebruiken voor een drukverband).
- Nooit warmte op een "verse" blessure, altijd kou! Gebruik nooit chemische middelen (Midalgan e.d.) bij blessures.
- Wees niet bang om naar een arts te gaan met iemand die een ongevalletje heeft gehad. Zeker is zeker. Laat een getroffene nooit alleen naar een arts gaan. Er kan iets gebeuren als gevolg van de verwonding die hij of zij heeft.
- Zorgvuldig handelen bij bloedende wonden.

### 3.4.3. Sporthervatting na een blessure

Veel sporters die net hersteld zijn van een sportblessure lopen een herhaling van een oude blessure op. Eén op de zeven blessures bij jongeren is zo'n herhaling van een oude blessure. Een deel van deze blessures had voorkomen kunnen worden als de geblesseerde sporter meer tijd had genomen om volledig te herstellen.

Wanneer je met een onvolledig herstelde blessure gaat sporten op het oude niveau, verhoogt dat de kans op een herhaling van de blessure. Als je enkele weken niet sport vanwege een blessure, gaat je fysieke fitheid al snel achteruit. Dus ook wanneer je blessure wel hersteld is, maar je nog niet fysiek fit bent, kan de blessure weer terugkomen. Daarnaast leidt een niet-volledig herstelde blessure snel tot nieuwe blessures op andere plaatsen in het lichaam. Gelukkig kan een geblesseerde sporter meestal zijn fitheid op peil houden door aangepaste training. Denk dan bijvoorbeeld aan aquajoggen en zwemmen, maar ook roeien, fietsen en fitness zijn vaak mogelijk. Ook het dragen van tape of een brace kan effectief zijn om herhaling van oude gewrichtsblessures te voorkomen. Dit geldt met name voor blessures aan de enkel.

Als sporter kun je pas weer volledig meedoen met de trainingen wanneer geen pijn of zwelling bij belasting ontstaat, het geblesseerde lichaamsdeel voldoende bewegingsmogelijkheden heeft en de algehele lichamelijke fitheid voldoende is. Een sporter is echter pas weer volledig wedstrijdgeschikt als hij zowel fysiek en mentaal volledig fit is!

Wanneer je herstellende bent van een blessure kun je ook alvast wat blessureherstel oefeningen gaan doen, waardoor je niet onnodig stil blijft staan en je sneller weer kunt gaan sporten. Doe ze wel in overleg met je behandelaar (sportarts, fysiotherapeut), want iedere sporter en iedere blessure is anders. Het is van belang dat de hersteltrainingen zijn afgestemd op de sporter.



Let er op dat je de oefeningen zorgvuldig uitvoert. Het is van groot belang om eerst goed van je blessure te herstellen om vervolgens verantwoord je sport te hervatten!

### **3.5. Meisjes en Jongens.**

Hoewel er bij de Vroomshoopse Boys enkele specifieke meisjes teams zijn, kan er niet worden ontkomen aan het feit dat meisjes en jongens samen in één team spelen. De belangrijkste reden om meisjes samen te laten spelen met jongens is het ontbreken van een specifiek meisjes team in des betreffende leeftijdscategorie.

Uitzondering hierop is dat bij uitzonderlijke kwaliteiten van een meisje, deze toch ingedeeld kan worden in een jongens team wanneer dit in overeenstemming is met de ambities van de speelster. De speelster kan het lichamelijk en mentaal aan en zal zich bij de jongens beter kunnen ontplooiën. Dit alles in onderling overleg (Trainers, ouders, en technisch jeugd coördinator). In geval van het samen in één team spelen dienen er aparte douche en kleedmogelijkheid zijn voor de meisjes.

### **7.3. Interne en externe opleidingsactiviteiten.**

In de hoofdstukken hieronder staat een opsomming van zowel interne als externe opleidingsactiviteiten die beschikbaar zijn om (nieuwe) jeugdkaderleden te scholen. Het is aan de jeugdcommissie, gehoord de jeugdcoördinator, om te bepalen of jeugdkaderleden mogen deelnemen aan een opleidingsactiviteit, ook met het oog op het budget als het gaat om externe opleidingsactiviteiten. In bepaalde gevallen kan men de voorwaarde stellen dat een kaderlid zich voor enkele jaren aan de vereniging verbindt, alvorens toegewezen te worden voor een bepaalde cursus. Bij een vroegtijdig vertrek bij Vroomshoopse Boys dienen de opleidingskosten (gedeeltelijk) terugbetaald te worden.

#### **7.3.1. Interne opleidingsactiviteiten.**

De vereniging kan haar kaderleden de volgende interne opleidingsactiviteiten beschikbaar stellen:

Thema-avond "voetbal - EHBO"	Clubscheidsrechtersavond
Looptraining	hartreanimatie
interne trainerscursus	interne leiderscursus
behandelen blessures	interne pupillen cursus
enzovoorts.	

Technisch jeugdcoördinator

Het kunnen coördineren van alle voetbaltechnische activiteiten binnen de jeugdafdeling.

Trainer - Coach III Jeugd  
(voorheen JVT)

Het leren trainen en coachen van jeugdvoetballers.



## **4. Communicatie binnen de jeugdafdeling.**

### **4.1. Overzicht van de overlegsituaties.**

Er dient tijdens het seizoen geregeld overleg plaats te vinden tussen de diverse mensen welke werkzaam zijn binnen het jeugdkader. Dit overleg kan o.a. dienen om eventuele knelpunten op te sporen en te verhelpen en het kan ook kwaliteitsverhogend werken. Bovendien kan het een bijdrage leveren om de betrokkenheid van het jeugdkader bij het totale jeugdgebeuren te bevorderen. De hieronder genoemde frequentie is een indicatie. Afhankelijk van de behoefte kan hier incidenteel van afgeweken worden. Overleg is geen doel op zich, maar een belangrijk middel en daarom moet het gestructureerd en frequent plaatsvinden.

#### **4.1.1. Wekelijks.**

Voor wat betreft de verschillende leeftijdscategorieën moet er, voor zover nodig, op de laatste trainingsavond van de week overleg zijn tussen de betreffende groepshoofden en leiders over:

- de elftalopstelling, wissels, overgang naar andere elftallen etc.;
- organisatie rond de komende wedstrijd;
- Uitwisseling op groepsniveau van gegevens omtrent wedstrijden, oefenstof of andere activiteiten;

#### **4.1.2. Eens in de zes weken.**

Onder leiding van de hoofdjeugdtrainer komen de technisch jeugdcoördinator, junioren coördinator, pupillen coördinator en alle groepshoofden om de zes weken bij elkaar, waarbij o.a. onderstaande zal worden besproken:

- controle uitvoering Technisch Jeugdbeleidsplan op voetbaltechnisch gebied;
- uitwisseling oefenstof;
- planning nevenactiviteiten/wedstrijden;
- overleg over spelers;
- voetbaltechnische onderwerpen.

#### **4.1.3. 2-Maandelijks.**

Onder leiding van de voorzitter komt de jeugdcommissie bij elkaar, waarbij o.a. onderstaande zal worden besproken:

- bewaken en zonodig bijstellen Technisch Jeugdbeleidsplan;
- materiaal nalopen;
- algemene zaken bespreken;
- samenstelling jeugdkader;
- zaken naar aanleiding van overleg groepshoofden;
- zaken vanuit c.q. voor hoofdbestuur;

#### **4.1.4. ½-Jaarlyks.**

Onder leiding van de TJC, JC en PC komen alle leiders en trainers samen met de groepshoofden bij elkaar, waarbij o.a. onderstaande zal worden besproken:



- indeling elftallen;
- selecteren;
- uitwisseling van ervaringen.

#### **4.2. Dialoog met de ouders**

De groepshoofden zijn het eerste aanspreek punt van de vereniging voor en naar de ouders toe en dienen dit zo zelfstandig mogelijk af te handelen. In bepaalde gevallen kan een beroep worden gedaan op de jeugdcommissie c.q. het hoofdbestuur. Er wordt getracht de ouders zoveel mogelijk bij het verenigingsgebeuren te betrekken. Vormen zijn ouderavonden, inschakelen bij de zaterdagmorgenopvang en –activiteiten, vermelding op de vervoersschema's bij uitwedstrijden, enquêtes, waarbij de mening over de jeugdopleiding kan worden gegeven etc.

#### **4.3. Informatievoorziening.**

De E, F krijgen elke 2 weken een overzicht met aanvang van de wedstrijden. De overige jeugdelftallen krijgen bij aanvang van de competitie en na de winterstop een vervoersschema waarop alle wedstrijden vermeld staat en wie van de ouders wanneer moet rijden. Veel van de informatie voor de jeugd en ouders gaat via het clubblad of de website van de vereniging.

#### **4.4. Participatie van jeugdleden.**

Met name de oudere jeugd tracht men bij de jongere jeugd te betrekken door ze in te zetten als jeugdleader, trainer en/of scheidsrechter. Dit wordt bevorderd door ze ook cursussen aan te bieden voor jeugdleader, trainer en pupillen scheidsrechter.



## **5. Aanbod activiteiten binnen de jeugdafdeling.**

### **5.1. Trainingen en wedstrijden.**

Alle selectie teams dienen 2 keer in de week te trainen. De niet-selectie teams krijgen de mogelijkheid om 1 keer in de week te trainen. In de voorbereiding van het seizoen en in de winterstop zal door de wedstrijdsecretaris naar behoefte oefenwedstrijden worden geregeld. Na afloop van het seizoen kunnen de meeste teams één of meerder toernooien spelen.

De organisatie rondom meisjesteams dient in dezelfde mate ter hand genomen te worden als bij de jongens. In voorkomende gevallen spelen jongens bij meisjes mee. Rondom trainingen en wedstrijden wordt daarmee rekening gehouden (denk aan aparte ruimtes in verband met douches en verkleeden).

### **5.2. Opleidingsactiviteiten voor jeugd en jeugdkader.**

De meeste opleidingsactiviteiten voor het jeugdkader zijn die zoals die aangegeven worden in hoofdstuk 7.3 Interne en externe opleidingsactiviteiten. Extra aandacht wordt besteed aan spelregelkennis en daarvoor kunnen speciale avonden belegd worden.

### **5.3. Nevenactiviteiten voor jeugdleden.**

Naast het feit dat een voetbalclub zijn leden in staat moet stellen zijn sportieve hobby te bedrijven, heeft de club ook nog een sociale functie. Immers in de kleedkamer, op het veld, in de kantine etc. worden vele sociale contacten gelegd. Naast het product voetbal dient een club het sociale aspect (het clubleven) d.m.v. andere impulsen te stimuleren. Hierbij kan gedacht worden aan:

Voorbereiding:

- Gezamenlijke trainingsdag.
- Toernooien.
- Voetbaltruc.

Competitie:

- Pupillen van de week.
- Voorwedstrijd bij een profclub.
- Ballenjongens bij een profclub.
- Bezoek aan een profclub.
- Uitnodigen van een trainer van een profclub.
- Penalty schieten met een doelman van een profclub.

Winterstop:

- Zaalvoetbal toernooi.
- Video avonden.
- Spelregelavonden.
- Huren overdekte accommodaties (gymnastieklokaal/sporthal).

Naseizoen:

- Toernooien.
- Uitstapje van meerdere dagen.
- Familiedag.

Er dient rekening gehouden te worden met overbelasting van de trainers, leiders en spelers en bovendien is een verdeling van de activiteiten over alle teams een vereiste. Het opstellen van een



jaarprogramma is daarbij een goed hulpmiddel. Opgemerkt moet worden dat deze nevenactiviteiten plaatsvinden naast het voetballen. Bij een voetbalvereniging zal altijd het voetballen voorop dienen te staan.

#### **5.4. Activiteitencommissie.**

Regelt de nevenactiviteiten als omschreven onder het hoofdstuk “Nevenactiviteiten voor jeugdleden”, alsmede de door de verschillende groepshoofden aan te geven nevenactiviteiten, een en ander in overleg met de jeugdcommissie. Hoofddoel van deze activiteiten is werving en behoud van leden.



## **6. Randvoorwaarden uitvoering jeugdvoetbalbeleidsplan.**

### **6.1. De financiële positie van de jeugdafdeling.**

De jeugdcommissie stelt jaarlijks een begroting op en legt deze ter goedkeuring voor aan het hoofdbestuur. Voorafgaand hieraan overlegt de penningmeester van de jeugdcommissie met de penningmeester van het hoofdbestuur. Uitgangspunt is dat het Technisch Jeugdbeleidsplan wordt uitgevoerd met behulp van vrijwilligers. De groepshoofden, waaraan speciale eisen worden gesteld, ontvangen een vergoeding.

### **6.2. Materialen en accommodatie.**

De penningmeester van het hoofdbestuur is verantwoordelijk voor het materiaalbeheer en kan daarom worden aangesproken over het materiaal. Hij wordt hierbij geassisteerd door de materiaalman.

Scheiding van materiaalgebruik voor diverse selecties is belangrijk om zodoende te voorkomen dat iedereen maar wat gebruikt.

Gedurende het gehele seizoen zal de toestand van aanwezig materiaal en accommodatie en eventuele wensen punt van bespreking zijn op de vergadering van de jeugdcommissie.

#### **6.2.1. Accommodatie.**

De trainingsvelden dienen met beleid gebruikt te worden. Met andere woorden voor doelen geen draai-, keer- en afzetoefeningen laten uitvoeren. Verplaats regelmatig de kleine doeltjes om niet onnodig kale plekken te krijgen. Bij keeperstraining ook regelmatig van plaats wisselen. Bij vele herhalingen van loopestafettes over hetzelfde gedeelte van het veld regelmatig van plek wisselen.

#### **6.2.2. Materialen.**

##### **6.2.2.1. Trainingsballen.**

De kwaliteit van de ballen dient goed te zijn, omdat dit het materiaal is waar alles om draait. De trainers wordt aanbevolen 5, 10 of 15 ballen mee te nemen naar het trainingsveld om zodoende een betere controle uit te kunnen voeren op het onnodig zoek raken. Misverstanden zijn dan uitgesloten omtrent het aantal ballen dat er moet zijn. Controleer ook na elke oefening waarbij het zoekraken mogelijk kan worden voorkomen.

##### **6.2.2.2. Tenues.**

Bij aanvang van het seizoen ontvangt de leider/trainer kleding c.a. van de penningmeester van het hoofdbestuurslid commerciële zaken. De leider/trainer is verantwoordelijk voor de kleding. Hij zorgt ervoor dat deze worden gewassen, bijvoorbeeld door de ouders. De leider/trainer dient erop toe te zien dat eventuele invallers uit andere teams voorzien worden van de juiste kleding. In geval van slijtage of kapotte kleding kan contact worden opgenomen met de penningmeester. Na afloop van het seizoen moet de leider/trainer de sportkleding schoongewassen bij de penningmeester inleveren.



### **6.2.2.3. Bidons, inspeelballen en EHBO tas.**

De bidons, inspeelballen en EHBO tas vallen onder de verantwoordelijkheid van de leider. Het is de bedoeling dat deze materialen na elke wedstrijd naar huis worden genomen. Bidons moeten van tijd tot tijd gereinigd worden.

### **6.2.2.4. Trainingspakken.**

Eventuele uitgereikte trainingspakken worden na elke wedstrijd uitgehangen in de kledingkamer. De leider dient er op toe te zien dat de pakken zonodig gereinigd/gewassen worden.

### **6.2.2.5. Leidersjassen.**

De uitgereikte leidersjassen zijn door de vereniging in bruikleen uitgegeven. Dit betekent dat de vereniging eigenaar van de jassen is en blijft. Het is de bedoeling dat de jassen alleen voor, tijdens en na de wedstrijd (dus in principe op de zaterdagen) gedragen worden. Het dragen van de jassen straalt de eenheid van onze vereniging uit.

## **7.1. Het wervingsplan.**

De gezonde ambitie van de Boys bevat ook een hoofdstuk over werving van (vrijwillig) kader. Ik vind dat echter summier omschreven en wat algemeen. In overleg met het jeugdbestuur heb ik gekozen om dit onderdeel uit het plan te tillen uit te werken.

Het hoofddoel is:

Jeugdleden laten ervaren wat het is om :

- een wedstrijd te leiden
- een team te begeleiden
- een training te geven
- een verenigingsactiviteit te organiseren

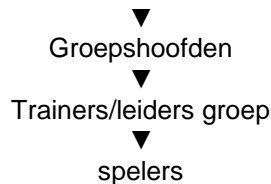
Als vereniging moet je ervoor zorgen dat je jeugdleden die ervaringen kan geven. Wanneer je dat lukt zal er ook meer binding zijn en als er bij bovenstaande sub - doelen sprake is van een goede begeleiding voorkom je ook dat mensen iets niet willen omdat ze niet weten wat het inhoudt.

Ik laat ouders buiten dit plan. Elke ouder krijgt bij inschrijving van een kind een vragenformulier waarbij wordt geïnventariseerd of er ambities zijn om iets binnen de club te doen. Hier is de vrijwilligerscommissie mee bezig.

Bij dit plan is er sprake van een verplichting richting jeugdspelers. Als club moet je dat ook kunnen verplichten. Aan het begin van elk seizoen zal er dus tekst en uitleg moeten worden gegeven aan de leeftijdsgroepen die dit aangaat. In schema moet de richting van die uitleg er zo uitzien :

Technisch Jeugd Coördinator





Op de volgende bladzijde staat wat van welke leeftijdsgroep wordt verlangd bij welke activiteit en welk doel daaraan gekoppeld is.

<b>Leeftijdsgroep</b>	<b>activiteit</b>	<b>doel</b>	<b>verantwoordelijke</b>
2e jaars A-junioren	Organiseren goalmaster voor de pupillen	Ervaring opdoen in het organiseren van een verenigingsactiviteit	TJC
1e jaars A-junioren	Trainen van een pupillenteam	Ervaring opdoen in het trainen van een pupillenteam	TJC
2e jaars B-junioren	Fluiten wedstrijden pupillen	Ervaring opdoen in het leiden van wedstrijden	scheidsrechterszaken
1e jaars B-junioren	Begeleiden team F-league	Ervaring opdoen in het begeleiden van een team	Verantwoordelijke van de F-league
2e jaars C-junioren	Fluiten wedstrijden F-league	Ervaring opdoen in het leiden van wedstrijden	Verantwoordelijke van de F-league

Taken van de verantwoordelijke mensen:

- benaderen van de betreffende groep en daar waar nodig ondersteunen
- samen met de betreffende groep de activiteiten evalueren
- inventariseren welke leden eventueel belangstelling hebben om verder te gaan binnen de club

