

 Beleidsplan Technische Commissie

 SPIKER

 2020 - 2025

Inhoudsopgave

Visie Technische Commissie .………………………………………………………………..2

Organisatie TC ………………………………………………………………………………………3

Technisch beleidsplan …………………………………………………………………………..4

Bijlage A. Termijnplan ………………………………………………………………………..7

Bijlage B. Definitie vakbekwame trainer …………………………………………….8

Bijlage C. Trainingsplannen ………………………………………………………………..9

Bijlage D. Technische Commissie Functies ………………………………………..19

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Visie Technische Commissie**

De visie van de Technische Commissie luidt:

 *Alle sporttechnische mogelijkheden en middelen beschikbaar hebben waardoor de*

 *leden in de competitie, ieder op zijn/haar eigen prestatieniveau, in staat zijn om*

 *op plezierige en competitieve wijze volleybal te kunnen spelen.*

Deze visie vertaalt zich in de volgende doelstellingen:

1. Het sporttechnische beleid vormt een integraal onderdeel van het Spiker

verenigingsbeleid. Het verenigingsbeleid is opgesteld door het bestuur en

geaccordeerd door de leden op de algemene ledenvergadering (ALV).

1. Een adequate TC organisatie dient de uitvoer van het TC beleid te waarborgen.
2. De TC is verantwoordelijk het sporttechnische beleid uit te werken in een beleidsplan

dat afgestemd dient te worden met de actualiteit van de vereniging met

betrekking tot onder meer de prestatieniveaus van de teams, ontwikkelingen in het

ledenaantal en de algemene verenigingsdoelstellingen.

1. De TC heeft als uitgangspositie dat spelers/speelsters verschillende prestatieniveaus

en behoeftes hebben.

1. Het TC beleid richt zich op het behouden van “speelplezier” voor alle leden van de

vereniging.

1. De TC is verantwoordelijk dat de competitie teams hun wedstrijden kunnen spelen

binnen de beschikbare mogelijkheden en conform de richtlijnen van de Nevobo.

1. Deze uitgangspositie dient herkenbaar en toetsbaar te zijn door spelers/speelsters in

te delen in een team waar hun behoeften en mogelijkheden het best tot hun recht

komen. Voor de één zal dat een meer prestatiegericht team zijn en voor de ander

een team waarbij spelbehoefte voorop staat.

1. Voor de competitieteams worden trainingsmiddelen en –mogelijkheden beschikbaar

gesteld in overeenstemming met het prestatieniveau.

1. Minimaal de lijnteams (teams die opleiden voor het eerste team) beschikken over

een gecertificeerde trainer voor dat niveau. Ook door de TC als vakbekwaam

aangemerkte trainer voldoen voor de lijnteams. Definitie vakbekwame trainer in

Bijlage B.

1. Minimaal de lijnteams trainen tweemaal per week. Waar mogelijk krijgen ook andere

teams de mogelijkheid om tweemaal per week te trainen.

1. De doelstelling is om alle trainers van Spiker te begeleiden. Zij krijgen trainersclinics aangeboden, hebben overleg in een trainersbijeenkomst c.q. trainerscafé en worden actief benaderd om een trainersopleiding te gaan volgen. In de opleiding van trainers en

het uitbreiden van hun kennis en vaardigheden wordt samengewerkt met andere

(volleybal)verenigingen.

1. Spiker evalueert na elke competitiehelft met alle trainers/coaches.
2. Het 1e damesteam van Spiker speelt (als doelstelling) regiodivisie. De daaropvolgende teams sluiten qua niveau aan bij het eerste team.

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Organisatie TC**

**Algemeen:**

De leden van de Technische Commissie zijn gezamenlijk verantwoordelijk voor het opstellen

en tot uitvoering brengen van het TC beleid zoals opgenomen in het technische beleidsplan.

Door regelmatig te vergaderen worden eventuele knelpunten besproken en waar mogelijk

opgelost en vinden eventuele bijsturingen plaats binnen het kader van het beleidsplan en in

directe zin, het korte termijn jaarplan.

In september van het competitiejaar vindt overleg plaats met de trainers/coaches

om de voortgang te evalueren en in februari in verband met het continueren van hun

taak/contract.

Aan het eind van het seizoen worden op basis van (selectie-)trainingen in overleg met de

trainers/coaches de voorlopige teamindelingen voor het komende seizoen opgesteld en

bekend gemaakt.

Jaarlijks wordt geëvalueerd in hoeverre het jaarlijkse plan wordt waargemaakt.

Hierbij wordt gekeken naar:

1. de invulling van de verschillende teams
2. de invulling van trainers
3. de behaalde resultaten
4. mutaties van trainers / spelers
5. de invulling op het technische vlak
6. de faciliteiten (materialen, trainingsuren, zalen)
7. meetrainen van jeugdspelers bij seniorenteams
8. meetrainen van senioren bij hogere seniorenteams

Een omschrijving van de functies binnen de TC is opgenomen in Bijlage D.

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Technisch beleidsplan**

Bij het opstellen en uitwerken van het technisch beleidsplan wordt gebruik gemaakt van

een termijnplan (zie Bijlage A). Dit plan bevat een aantal activiteiten en taken van de TC

welke ieder seizoen herhaald dienen te worden.

Het technisch beleidsplan omhelst de volgende hoofdpunten, welke hierna verder worden

uitgewerkt:

1. Teamindelingen
2. Talentontwikkeling
3. Trainers en coaches
4. Trainingsplannen
5. Facilitaire middelen
6. Additionele activiteiten

**1.Teamindelingen.**

 • Het beleidsplan richt zich op het onderkennen en faciliteren van talent en prestatie

 op al jonge leeftijd.

• Het beleidsplan stelt een “groeilijn” binnen de vereniging voor talenten. De teams

 die in deze groeilijn vallen worden lijnteams genoemd. Het doel is een logische

doorstroom te creëren naar de eerste teams. Qua visie voor de damesafdeling betekent dit de volgende groeilijn: Meisjes B1 – Dames 3 – Dames 1.

 • Jaarlijks vinden direct na de laatste competitieronde (selectie) trainingen plaats

 waarbij het prestatie niveau van het individu uitgangspunt is. Dit houdt in dat er dus

 jaarlijks een bepaalde verschuiving plaats kan vinden binnen de teams, om zo de

 continuïteit qua niveau vast te houden, en om de betrokken spelers/speelsters te

 laten zien dat er wel degelijk terugkerende mogelijkheden zijn om omhoog te komen,

 of om terug te vallen.

• De actuele situatie wordt meegenomen in de jaarlijkse teamindelingen:

 ○ Het behaalde resultaat van het afgelopen seizoen.

 ○ Kwaliteit en aanbod van competitiespelers voor het komende seizoen.

 ○ Resultaten van de selectietrainingen en consequenties voor de

 teamindelingen.

 ○ Plaatsingen van jeugdteams (C-B-A) naar aanleiding van het plaatsings-

 toernooi in mei/juni.

 ○ Regio.

 ○ 2e helft seizoen promotie / degradatie regio - hoofdklasse - topklasse.

 ○ Beschikbaarheid en kwaliteit van de trainers en coaches.

 ○ Indeling en beschikbaarheid van de trainingsuren.

 • Leeftijd speelt bij selectie in die mate een rol, dat jongere spelers/speelsters, bij

 vergelijkbaar niveau, voorrang verdienen.

* Oudere spelers/speelsters die in jaar x niet worden geselecteerd, kunnen dat jaar een

 dragende rol vervullen in een lager team. Het jaar erop zou diezelfde speler/speelster,

 door middel van selectietrainingen, weer kunnen terugkeren in het

 hogere team.

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

 • De jongste jeugd (niveau 1 t/m 6) wordt primair ingedeeld op basis van spelvreugde

 en sporttechnische ontwikkeling van de jeugdspeler. De niveau-leeftijdsindeling van

 de Nevobo wordt zoveel mogelijk toegepast.

* Door middel van (selectie)trainingen zal bij de C t/m A jeugd duidelijk moeten worden

 waar talent aanwezig en/of in ontwikkeling is en zullen in overeenstemming hiermee

 de teamindelingen plaatsvinden.

* Senioren opleidingsteam(s) op promotieklasse tot 2e klasse niveau waarin jeugd

 opgeleid kan worden voor de selectieteams.

* Rekening houdend met de verschillende ontwikkelingsniveaus van de jeugdleden zal

 de TC de jeugdleden regelmatig de mogelijkheid bieden om zich te bekwamen en te

 ontwikkelen door hen onder meer mee te laten trainen en eventueel in te laten

 vallen in andere, hogere teams. Dit vindt plaats na overleg met trainer/coach van het

 jeugdteam en de trainer/coach van het hogere team.

**2.Talentontwikkeling**

 • Deelname aan regiotrainingen van Spiker jeugdleden.

* Beschikbaar stellen van additionele, techniek en specifieke trainingen.

**3.Trainers en coaches**

 • Minimaal de lijnteams (teams die opleiden voor het eerste team) beschikken over

 een gecertificeerde trainer voor dat niveau.

* Zoveel mogelijk zullen voor alle teams goed opgeleide/ervaren en vakbekwame

 trainers/coaches beschikbaar worden gesteld.

* De doelstelling is om alle trainers van Spiker te begeleiden. Zij krijgen trainersclinics

 aangeboden, hebben overleg in een trainersbijeenkomst c.q. trainerscafé en worden

 actief benaderd om een trainersopleiding te volgen. In de opleiding van trainers en het

 uitbreiden van hun kennis en vaardigheden wordt samengewerkt met andere

 (volleybal)verenigingen.

* Na elke competitiehelft vindt een evaluatie plaats met de individuele

 trainers/coaches waarbij in elk geval de volgende zaken besproken worden:

 ○ doelstellingen wel / niet gehaald

 ○ continuering taak / contract

 ○ wijzigingen in team indelingen

 • Gebruikmaken van de aanwezige kennis en ervaring binnen de vereniging door

inzetten van huidige trainers, spelers/speelsters uit de senioren topteams als trainers/coaches.

**4.Trainingsplannen**

 • De trainingsplannen dienen onder andere tot doel te hebben een goede

 doorstroming te realiseren voor talentvolle spelers/speelsters vanuit de jongste

 jeugd naar de selectieteams bij de senioren.

* Talentvolle jeugd traint mee bij hogere groepen en voor de jeugd worden extra

 trainingen georganiseerd.

 • Talentvolle jeugd kan, na overleg met de jeugdcoördinator, door de ouders zelf worden

 Ingeschreven voor de regiotrainingen van de Nevobo.

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

* Bij niveau 1 t/m 6 wordt al begonnen met het trainen op techniek zonder de

 spelvreugde uit het oog te verliezen.

* Bij de C-B-A jeugd wordt al begonnen met het trainen op techniek, spelsystemen

 en op vaste posities.

* Naast de teamtraining voor de jeugd, wordt een technische training opgezet waarbij

 ook aandacht wordt geschonken aan specialisatie.

* Van de spelers/speelsters in de selectieteams zal een aantal zaken verwacht worden,

 die het team, samen met de trainers, als doel moeten hebben om uiteindelijk op een

 zo hoog mogelijk niveau te eindigen:

 ○ het nakomen van trainingsverplichtingen

 ○ beschikbaar zijn als invaller / reservespeler/-ster bij hogere teams

 ○ deelname aan (oefen-)toernooien

**5.Facilitaire middelen**

• Trainingsmogelijkheden en –faciliteiten worden geboden voor alle teams waarbij

 zoveel mogelijk afstemming plaatsvindt met de behoefte en (on-)mogelijkheden

 van de spelers/speelsters.

* Trainingen dienen zoveel mogelijk plaats te vinden in Sporthal “de Bhoele”.
* Spiker zorgt voor een trainingsschema waarin elke speler/speelster de mogelijkheid

 heeft om tweemaal te trainen en waarbij een zo gunstig mogelijke trainingstijd

 geboden wordt.

 • Kwalitatief goed materiaal beschikbaar stellen aan de teams voor de wedstrijden en

 tijdens de trainingen. Teams dienen gedurende het seizoen op verantwoordelijke

 wijze met dit materiaal om te gaan.

**6.Additionele activiteiten**

 • Participatie jeugdteams Open Club wedstrijden.

* Participatie Seniorenselectie aan de bekerwedstrijden.
* Mede organiseren van interne toernooien.
* Mensen en middelen beschikbaar stellen bij extern georganiseerde sportactiviteiten.
* Participatie in wervingsactiviteiten van de vereniging in het bijzonder om

 jongensjeugd te werven.

* Organiseren “vriendjes-trainingen”.
* Organiseren ouder/kind toernooien.
* Organiseren scholentoernooi.

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Bijlage A. Termijnplan**

Het termijnplan bevat een aantal activiteiten en taken van de TC welke ieder seizoen

herhaald dienen te worden.

September:

* Opstellen jaarplanning TC met daarin uiterste data evaluatiegesprekken trainers

en spelers.

* Trainersoverleg.

November:

* Coördinator bezoekt teams.
* Introducé-trainingen organiseren waarbij jeugdspelers per team zelf mensen

uitnodigen voor hun training.

* Trainersoverleg.

December:

* Terugkoppeling gesprekken met teams.

Januari:

* Inventarisatie welke trainers (niveau/aantal) Spiker nodig heeft.

Februari:

* Coördinator bezoekt teams.
* Uitdelen en innemen van evaluatieformulieren tijdens bezoek aan teams.
* Inventarisatie van de trainers aanwezig binnen Spiker die in aanmerking komen

voor een trainersopleiding.

* Trainersoverleg.

Maart:

* Inventariseren materiaalbehoefte binnen Spiker (ballen, kleding, e.d.).
* Trainersvergadering voor nieuwe teamindeling.
* Voorlopige teamindeling opstellen.

April / Mei:

* Bekendmaking teamindeling voor nieuwe seizoen.

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Bijlage B. Definitie vakbekwame trainer**

* De train(st)er kan aantonen dat hij of zij opgeleid is tot train(st)er of hiervoor

relevante cursussen heeft gevolgd, dan wel aan het volgen is;

* De train(st)er heeft minimaal 2 jaar trainen gegeven op een minimaal gelijkwaardig

niveau als van het team van deze vacature;

* De train(st)er heeft aantoonbare affiniteit met volleybal;
* De train(st)er is bereid een bijdrage te leveren aan vrijwilligerswerk binnen onze

vereniging;

* De train(st)er is zich bewust van zijn voorbeeldpositie binnen zijn/haar team en

vereniging;

* De train(st)er stelt een VOG (Verklaring Omtrent Gedrag) ter beschikking aan de vereniging.

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Bijlage C. Trainingsplannen**

De trainingsplannen voor de mini / CMV zijn gebaseerd op de vaardigheidskaarten

van de Nevobo.

**Vaardigheidskaart Niveau 1:**

**Trainingsdoelen**: **Trainingsthema’s:**

**Hoofddoel**: **Grondvormen van bewegen**:

* Kinderen plezier laten beleven tijdens • Lopen (voorwaarts, achterwaarts) hardlopen

de training en de wedstrijden (vooruit), springen, rollen, dragen, balanceren,

**Subdoelen**: kruipen, huppelen, klimmen, zwaaien,

* Beheersen van de grondvormen van bewegen trekken, duwen
* Algemene balvaardigheid

**Tactische doelen**: **Algemene balvaardigheid**:

* Goede verdeling over het HELE veld • gooien en vangen met 2 handen
* Tijdig doordraaien • onderhands gooien met 1 hand, als

 voorbereiding op de opslag

• dribbelen, rollen, gooien en vangen met

 één 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**: **Verplaatsingstechnieken**:

* Het spel start met twee spelers voor en • Voorwaarts

twee spelers achter • Achterwaarts

* Bij 3 spelers, staan de spelers in een driehoek, • Zijwaarts

één speler voor en twee achter

* Bij 2 spelers, staan beide spelers naast elkaar.

**Algemene en sociale doelen**: **Mentale doelen**:

* Spelend leren • De bal bij de tegenstander op de grond
* Teamspirit: team aanmoedigen zien te krijgen. Tegenstander kan de bal niet
* Yellen vangen of onderarms spelen.
* Fairplay: handen schudden • Gaan voor elke bal.

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Vaardigheidskaart Niveau 2:**

**Trainingsdoelen**: **Trainingsthema’s:**

**Hoofddoel**: **Grondvormen van bewegen**:

• kinderen plezier laten beleven tijdens de training • Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen

 en de wedstrijden (vooruit), springen, rollen, dragen, balanceren,

**Subdoelen**: kruipen, huppelen, klimmen, zwaaien, trekken,

• Beheersen van de grondvormen van bewegen duwen

• Algemene balvaardigheid

• Stimuleren op een volleybalspecifieke manier

 gooien en vangen

• Beheersen van onderhandse opslag

**Service:**  **Algemene balvaardigheid**:

• De onderhandse opslag technisch goed • Dribbelen, rollen, gooien en vangen met één of

 Kunnen uitvoeren 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**: **Tactische doelen**:

• Stimuleren de bal met gestrekte armen te • mikken; gooien op open plaatsen

 vangen en gooien • goede verdeling over het HELE veld

• Onderarms de bal spelen (controleren) • tijdig doordraaien

**Bovenhands spelen**: **Verplaatsingstechnieken**:

• Stimuleren de bal op een volleybal specifieke • Voorwaarts

 manier te vangen en gooien (stoten) • Achterwaarts

 • Zijwaarts

**Aanva**l: **Mentale doelen**:

• Stimuleren de bal op een volleybal specifieke • Durf onderarms te spelen

 manier te vangen en gooien • De bal bij de tegenstander op de grond zien

 te krijgen

 • Initiatief tonen; IK roepen

 • Leren omgaan met verlies

 • Gaan voor elke bal

**Opstelling en manier van doordraaien**: **Algemene en sociale doelen**:

• Het spel start met twee spelers voor en twee • spelend leren

 spelers achter • elkaar helpen en stimuleren

• Bij 3 spelers, staan de spelers in een driehoek, • teamspirit; team aanmoedigen

 één speler voor en twee achter • yellen

• Bij 2 spelers, staan beide spelers naast elkaar • Fairplay; handen schudden

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Vaardigheidskaart Niveau 3:**

**Trainingsdoelen**: **Trainingsthema’s:**

**Hoofddoel**: **Grondvormen van bewegen**:

• kinderen plezier laten beleven tijdens de • Lopen (voorwaarts, achterwaarts),

 training en de wedstrijden hardlopen (vooruit), springen, hinkelen, rollen,

**Subdoelen**: dragen, balanceren, kruipen, huppelen,

• beheersen van de grondvormen van bewegen klimmen, zwaaien, trekken, duwen, tijgeren

• Volleybalspecifiek kunnen vangen en gooien

• Onderarms spelen: controleren en richten

**Service**: **Algemene balvaardigheid**:

• De onderhandse service goed en gericht • Dribbelen, rollen, gooien, vangen met één of

 kunnen uitvoeren 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 de balbaan

**Onderarms spelen**: **Verplaatsingstechnieken**:

• d.m.v. toetsen (repeterend spelen) d.m.v. • Voorwaarts

 controleren • Achterwaarts

• d.m.v. lopen en brengen • Zijwaarts

• d.m.v. jongleren • Diagonaal voor- en achterwaarts verplaatsen

• d.m.v. richten (shuffle)

• combinatie van bovenstaande • Verplaatsingen ook in sprong

**Bovenhands spelen**:

• De bal op een volleybal specifieke manier

 gooien en vangen (stoten)

**Aanval**: **Mentale doelen**:

• Stimuleren de bal op een volleybal specifieke • de bal bij de tegenstander op de grond zien te

 manier te vangen en gooien krijgen

 • door middel van het onderarms spelen van de

 1e bal, de rally te laten beginnen

**Opstelling en manier van doordraaien**: **Algemene en sociale doelen**:

• Het spel start met twee spelers voor en twee • spelend leren

 spelers achter • leren samenwerken

• Bij 3 spelers, staan de spelers in een driehoek, één • normen en waarden rond sporten

 speler voor en twee achter

• Bij 2 spelers, staan beide spelers naast elkaar

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Vaardigheidskaart Niveau 4:**

**Trainingsdoelen**: **Trainingsthema’s:**

**Hoofddoel**: **Grondvormen van bewegen**:

• kinderen plezier laten beleven tijdens de • Lopen (voorwaarts, achterwaarts),

 training en de wedstrijden hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen,

**Subdoelen**: balanceren, kruipen, klimmen, zwaaien,

• beheersen van de grondvormen van bewegen trekken, duwen, coördinatie

• redelijk CMV kunnen spelen op niveau 4 • volleybaleigen bewegingen

**Service**: **Algemene en specifieke volleybalvaardigheid**

• De onderhandse opslag technisch goed kunnen • Dribbelen, rollen, gooien, vangen met één of

 kunnen uitvoeren twee handen

• Vanggooibeweging voorwaarts en achterwaarts • Gooien en vangen van ballen met diverse

 kunnen uitvoeren maten en gewichten

 • Het vangen van de bal in verschillende

 houdingen

 • Gooien en vangen met verschillende hoogtes

 van balbaan

**Onderarms spelen**: **Volleybalspecifieke verplaatsingstechnieken**

• De onderarmse pass redelijk kunnen uitvoeren **Shuffle, sidestepps etc**.

 • Voorwaarts

**Bovenhands spelen**: • Achterwaarts

• De bovenhandse techniek, frontaal, dient • Zijwaarts

 Redelijk beheerst te worden • Verplaatsing ook in sprong

 • Duiken

**Aanval**: • Rollen

• de bal op een volleybal specifieke manier over

 het net spelen

**Opstelling**: **Mentale doelen**:

Er wordt een bewuste keuze gemaakt tussen: • De bal bij de tegenstander op de grond zien te

• de vierkantopstelling krijgen. Risico durven nemen.

• de ruitopstelling • Leren samenspelen

 • Scoren

 • Communiceren, UIT roepen als de bal uitgaat en

 de bal dan ook niet pakken, maar ook LOS

 roepen als je de bal gaat spelen.

 • Anticiperen: van te voren weten waar de 2e bal

**Algemene en sociale doelen**: naar toe moet.

• Leren spelen – nadruk op leren • Concentreren: rust voor het spelen van elke

• Leren samenwerken bal. Tijd nemen voor de opslag maar ook op tijd

• Blij zijn met goede acties, yell zijn om UGH2 in te nemen.

• High-five

• Sfeer en enthousiasme – yellen

• Werk met haalbare doelen

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Vaardigheidskaart Niveau 5:**

**Trainingsdoelen**: **Trainingsthema’s:**

**Hoofddoel**: **Grondvormen van bewegen**:

• kinderen plezier laten beleven tijdens de • Lopen (voorwaarts, achterwaarts),

 training en de wedstrijden hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen,

**Subdoelen**: balanceren, kruipen, klimmen, zwaaien,

• beheersen van de grondvormen van bewegen trekken, duwen, coördinatie

• redelijk CMV kunnen spelen op niveau 5 • alle volleybaleigen bewegingen kunnen

• game-like trainen uitvoeren

**Service**: **Verplaatsingstechnieken**:

• De onderhandse opslag technisch goed kunnen • Voorwaarts

 uitvoeren. • Achterwaarts

• Gericht kunnen uitvoeren (tactisch) • Zijwaarts

• Bovenhandse opslag aanleren • Verplaatsingen ook in sprong • Volleybaleigen beweging.

**Onderarms spelen**: **Strategie**:

• De onderarmse pass, naar links, als ook naar • de juiste techniek op het juiste moment

 rechts en recht vooruit wordt redelijk beheerst. toepassen.

**Bovenhands spelen**: **Mentale doelen**:

• De bovenhandse techniek, frontaal, dient redelijk • De bal bij de tegenstander op de grond zien

 beheerst te worden. te krijgen

• De bovenhandse techniek achterover wordt • Kunnen samenwerken – in 3x samenspelen

 redelijk beheerst. • Communiceren. UIT roepen als de bal uit gaat

• De bovenhandse techniek, onder een hoek, wordt en dan de bal ook niet pakken

 redelijk beheerst. • Leren concentreren voor de serve, hoe en

 wanneer

**Aanval**: • De 2e bal veelal bovenhands spelen

• Bal uit stand over net kunnen slaan. • De 2e bal gericht af kunnen spelen (onderarms/

• Bal met één hand over net kunnen spelen. bovenhands) om eigen rally aanvallend te

• Aanleren aanlooppas. kunnen beëindigen

• Heel veel initiatief tonen – gaan voor elke bal

**Opstelling:**

Er wordt een keuze gemaakt tussen:

• de vierkant opstellen

• de ruit opstelling **Algemene en sociale doelen**:

 • Leren spelen – nadruk op leren

 • In drieën kunnen samenspelen

 • Blij zijn met goede acties – yellen, high five

 • Sfeer en enthousiasme

 • Werken aan zelfvertrouwen, het is altijd goed,

 maar kan ook altijd beter.

 • Werk met haalbare doelen.

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Vaardigheidskaart Niveau 6:**

**Trainingsdoelen**: **Trainingsthema’s:**

**Hoofddoel**: **Grondvormen van bewegen**:

• kinderen plezier laten beleven tijdens de • Lopen (voorwaarts, achterwaarts),

 training en de wedstrijden hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen,

**Subdoelen**: balanceren, kruipen, klimmen, zwaaien,

• beheersen van de grondvormen van bewegen trekken, duwen

• redelijk CMV kunnen spelen op niveau 6

• game-like trainen

**Service**: **Algemene balvaardigheid**:

• De onderhandse opslag technisch goed kunnen • Dribbelen, rollen, gooien, vangen met één

 uitvoeren. of twee handen

• De bovenhandse serve wordt redelijk beheerst. • Gooien en vangen van ballen met diverse

 maten en gewichten

**Onderarms spelen**: • Het vangen van de bal in verschillende

• De onderarmse pass, naar links, als ook naar houdingen

 rechts, wordt redelijk beheerst. • Gooien en vangen met verschillende

• De onderarmse techniek na verplaatsing wordt hoogtes van de balbaan

 redelijk beheerst.

**Bovenhands spelen**: **Strategie**:

• De bovenhandse techniek, frontaal, dient redelijk • de juiste techniek op het juiste moment

 beheerst te worden. toepassen.

• De bovenhandse techniek achterover wordt

 redelijk beheerst. **Volleybaleigen verplaatsingstechnieken**:

• De bovenhandse techniek, onder een hoek, wordt • Voorwaarts

 redelijk beheerst. • Achterwaarts

• Bovenhands na verplaatsen. • Zijwaarts

 • Verplaatsingen ook in sprong

**Aanva**l:

• De slagtechniek – afzet en timing wordt redelijk **Mentale doelen**:

 beheerst. • De bal bij de tegenstander op de grond zien te

• De tip of pushbal wordt redelijk beheerst. krijgen. • Kunnen samenwerken, in 3x samenspelen.

**Opstelling**: • Communiceren. UIT roepen als de bal uit gaat

Er wordt een keuze gemaakt tussen: en dan de bal ook niet pakken.

• De vierkant opstelling (er wordt zelden achterwaarts • Leren concentreren voor de serve, hoe en

 gespeeld). wanneer.

• De ruit opstelling • De 2e bal wordt veelal bovenhands gespeeld.

• De anker opstelling • Heel veel initiatief tonen, gaan voor de bal -

 niet opgeven.

 • Durf aan te vallen.

**Algemene en sociale doelen**:

• Leren spelen – nadruk op leren

• In drieën kunnen samenspelen

• Blij zijn met goede acties, yellen, high five

• Sfeer en enthousiasme, yellen

• De kinderen zelfvertrouwen geven, het is altijd goed

 en het kan altijd beter – willen leren

• Werk met haalbare doelen

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**JEUGD C** :

1e jaars:

 ● gecontroleerde en geplaatste onderhandse opslag

 ● aanleren bovenhandse opslag (2e helft gecontroleerde bovenhandse opslag)

 ● gecontroleerde onderhandse en bovenhandse pass naar pos. 2/3

 ● set-up vanaf pos. 2/3 (tussen rechts- en midvoor)

 ● set-ups naar midden en buiten (2e helft ook achterover)

 ● aanleren gecontroleerde aanvalsaanloop

 ● gecontroleerde aanval

 ● op alle netposities een 1-mans blok, vrije netspelers lopen af en gaan onder blok zitten

 ● blok staat diagonaal

 ● pass rechts

 ● veldverdediging 3-2-1

 ● penetratie spelverdeler vanaf rechtsachter (2e helft)

 ● duiken / rollen

 ● game-like trainen

 ● aanleren veldposities

2e jaars:

 ● geplaatste onderhandse opslag

 ● gecontroleerde en geplaatste bovenhandse opslag

 ● gecontroleerde onderhandse en bovenhandse pass naar pos. 2/3

 ● set-up vanaf pos. 2/3 (tussen rechts- en midvoor)

 ● set-ups naar midden, buiten en achterover

 ● gecontroleerde aanvalsaanloop

 ● gecontroleerde aanval

 ● aanleren gecontroleerde prikballen

 ● op links- en rechtsvoor staat een 2-mans blok, midvoor een 1-mans blok, vrije netspelers lopen af en gaan onder het blok zitten

 ● blok staat diagonaal

 ● verdediging achterin: de midachter schuift door in de diagonale aanvalslijn

 ● veldverdediging 3-2-1

 ● aanleren 2-4 met vaste spelverdelers (2e helft: spelen met 2-4 met allemaal eigen posities)

 ● duiken / rollen

 ● game-like trainen

 ● aanleren veldposities

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**JEUGD B** :

1e jaars:

 ● geplaatste onderhandse opslag

 ● gecontroleerde en geplaatste bovenhandse opslag

 ● gecontroleerde onderhandse en bovenhandse pass naar pos. 2/3

 ● set-up vanaf pos. 2/3

 ● set-ups naar midden, buiten en achterover

 ● gecontroleerde aanvalsaanloop

 ● gecontroleerde en geplaatste aanval

 ● gecontroleerde prikballen (2e helft: geplaatste prikballen)

 ● op links- en rechtsvoor staat een 2-mans blok, midvoor een 1-mans blok, vrije netspelers lopen af en gaan onder het blok zitten

 ● blok staat diagonaal

 ● verdediging achterin: de midachter schuift door in de diagonale aanvalslijn

 ● verdediging 3-2-1, penetratie spelverdeler vanaf rechtsachter

 ● spelen 2-4, allemaal eigen posities (2e helft aanleren/spelen 1-5 allemaal eigen posities

 ● duiken / rollen 2 kanten

 ● hoge verdediging

 ● ontwikkeling van variatie rechtdoor/diagonaal in de aanval (incl. schijnaanval)

2e jaars:

 ● geplaatste onderhandse opslag

 ● gecontroleerde en geplaatste bovenhandse opslag, floater

 ● gecontroleerde onderhandse en bovenhandse pass naar pos. 2/3

 ● set-up vanaf pos. 2/3

 ● set-ups naar midden (kort bij de spelverdeler), buiten en achterover, tempo ballen

 ● aanleren 3-meter aanval mid- en linksachter

 ● gecontroleerde aanvalsaanloop

 ● gecontroleerde en geplaatste aanval

 ● gecontroleerde en geplaatste prikballen

 ● op links- en rechtsvoor staat een 2-mans blok, midvoor een 1-mans blok, vrije netspelers lopen af en gaan onder het blok zitten

 ● blok staat diagonaal of rechtdoor, bewuste keuze maken

 ● verdediging achterin: de midachter schuift door in de diagonale aanvalslijn

 ● veldverdediging 3-2-1, penetratie spelverdeler vanaf rechtsachter

 ● spelen 1-5, allemaal eigen posities

 ● duiken / rollen 2 kanten

 ● hoge verdediging

 ● ontwikkeling van variatie rechtdoor/diagonaal in de aanval (incl. schijnaanval)

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**JEUGD A** :

1e jaars:

 ● geplaatste onderhandse opslag

 ● gecontroleerde en geplaatste bovenhandse opslag, floater

 ● gecontroleerde onderhandse en bovenhandse pass naar pos. 2/3

 ● set-up vanaf pos. 2/3

 ● set-ups naar midden (kort bij spelverdeler), buiten en achterover, tempo ballen

 ● 3-meter aanval (midachter, linksachter en rechtsachter)

 ● gecontroleerde aanvalsaanloop

 ● gecontroleerde en geplaatste aanval

 ● gecontroleerde en geplaatste prikballen

 ● op links- en rechtsvoor staat een 2-mans blok, midvoor een 1-mans blok, vrije netspelers lopen af en gaan onder het blok zitten

 ● blok staat diagonaal of rechtdoor, bewuste keuze maken

 ● verdediging achterin: de midachter schuift door in de diagonale aanvalslijn

 ● veldverdediging 3-2-1, penetratie spelverdeler vanaf rechtsachter

 ● spelen 1-5, allemaal eigen posities

 ● duiken / rollen 2 kanten

 ● hoge verdediging

2e jaars:

 ● geplaatste onderhandse opslag

 ● gecontroleerde en geplaatste bovenhandse opslag, floater

 ● gecontroleerde onderhandse en bovenhandse pass naar pos. 2/3

 ● set-up vanaf pos. 2/3

 ● set-ups naar midden (kort bij spelverdeler) buiten en achterover, tempo ballen

 ● 3-meter aanval (midachter, linksachter en rechtsachter), tempo ballen

 ● gecontroleerde aanvalsaanloop

 ● gecontroleerde en geplaatste aanval

 ● gecontroleerde en geplaatste prikballen

 ● op links- en rechtsvoor een 2-mans blok, midvoor een 1-mans blok, vrije netspelers lopen af en gaan onder het blok zitten

 ● blok staat diagonaal of rechtdoor, bewuste keuze maken

 ● verdediging achterin: de midachter schuift door in de diagonale aanvalslijn

 ● verdediging 3-2-1, penetratie spelverdeler vanaf rechtsachter

 ● spelen 1-5, allemaal eigen posities

 ● duiken / rollen 2 kanten

 ● hoge verdediging

 ● aandacht voor sprongservice

 ● set-up achterover, doortikken

 ● spelverdelers: aandacht voor positionering en het maken van keuzes

 ● kennismaking sprong set-up

 ● aandacht voor libero (ervaren wat het inhoudt)

 ● lichte krachttraining

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**SENIOREN** :

 ● gecontroleerde en geplaatste bovenhandse opslag

 ● serveren met opdrachten

 ● onderhandse en bovenhandse pass

 ● systeem 1-5

 ● set-up vanaf pos. 2/3

 ● verdediging 3-2-1, penetratie spelverdeler vanaf rechtsachter

 ● hoge verdediging

 ● 3-meter aanval (3e tempo) als volwaardige aanval (2e helft)

 ● 1 op 1 blokkering en zone blokkering

 ● set-upper wordt spelverdeler, keuzes maken m.b.t. aanvallers en blokkering

 ● set-up achterover, doortikken

 ● duiken / rollen 2 kanten

 ● gericht prikken

**VOOR TOPTEAMS, EXTRA** :

 ● invoering 1e tempo voor (stijg/steek), achter (stijg), 2e tempo buiten en achterover,

 3e tempo 3-meter aanval rechtsachter/midachter

 ● kennismaking combinaties (staffel, kruis, omloopbal)

 ● spelverdelers: aandacht positionering en het maken van keuzes

 ● invoering specialisten m.b.t. sprongservice

 ● invoering passers / niet passers

 ● libero

 ● sprongset-up

 ● krachttraining

 ● mentale ontwikkeling en veerkracht

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Bijlage D. Functies Technische Commissie**

Inclusief de taken, bevoegdheden en verantwoordelijkheden.

**Voorzitter :**

● Afstemming met en deelname in het algemene Spiker bestuur.

 ● Algemene coördinatie en aanspreekpunt commissieleden.

 ● Voorzitten TC vergaderingen.

 ● Uitvoering (doen) geven aan TC beleid.

 ● Budget bewaken.

**Secretaris :**

 ● Notuleren tijdens TC vergaderingen.

 ● Opstellen agenda volgende vergadering.

 ● Bewaken actiepuntenlijst.

**Wedstrijdsecretariaat :**

 ● Contactpersoon Nevobo.

 ● Verzorgt de inschrijving van de teams in de competitie.

 ● Verzorgt de teamopgaven en de eventuele wijzigingen daarin.

 ● Opstellen wedstrijdschema’s van de thuiswedstrijden.

 ● Verzorgt de administratie van wedstrijdformulieren (digitaal).

 **●** Verzorgt de distributie van de wedstrijdprogramma’s aan de leden en begeleiders.

 ● Geeft de wedstrijdwijzigingen door.

 ● Verzorgt het zaalwachtrooster (en eventuele lijnrechters).

 ● Verzorgt het competitiemateriaal.

 ● Verzorgt de inschrijvingen voor toernooien in overleg met Technische Commissie.

 ● Speelt relevante informatie door aan de website.

 ● Verzorgt de inhuur van de sporthal (trainings- en wedstrijddagen).

**Coördinator Scheidsrechters :**

 ● Is het aanspreekpunt binnen zijn vereniging m.b.t. scheidsrechterszaken voor

 zowel de scheidsrechteraanwijzer als de regiocoördinator.

 ● Is verantwoordelijk voor de aanwijzing van de scheidsrechters in de 1e t/m 4e klasse

 en de scheidsrechters in de top B en top C-jeugd, alsmede in de regio jeugdklassen.

 ● Is verantwoordelijk voor de bevordering van scheidsrechters met code R3, V4 en V6.

 ● Begeleidt verenigingsscheidsrechters.

 ● Meldt de regiocoördinator welke scheidsrechter van zijn vereniging begeleiding

 behoeft.

 ● Regelt de ”eigen” scheidsrechters.

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Coördinator Senioren :**

 ● Concept teamindelingen opstellen.

 ● Communicatie met teams en trainers / coaches.

 ● Organiseren van bijeenkomsten trainers / coaches.

 ● Bezoeken van wedstrijden en trainingen van teams binnen het aandachtsgebied

 van de coördinator.

**Coördinator Jeugd :**

 **●** Concept teamindelingen opstellen.

 ● Communicatie met teams en trainers / coaches.

 ● Organiseren van bijeenkomsten trainers / coaches.

 ● Bezoeken van wedstrijden en trainingen van teams binnen het aandachtsgebied

 van de coördinator.

 ● Voorstel selectie Jeugd voor deelname aan regiotrainingen.

**Materiaalbeheer :**

 ● Is verantwoordelijk voor alle sport- en spelmaterialen.

 ● Controleert de voorraden en de staat van materialen.

 ● Communicatie met betrokkenen aangaande het spelmateriaal van de sporthal.

 ● Zorgt voor de administratie van de uitgereikte materialen.

 ● Beheer en onderhoud van de reclameborden.

 ● Beheer sponsorkleding.

 ● Is verantwoordelijk voor de aanschaf van clubsportkleding, voor de uitreiking ervan en houdt er toezicht op.

 ● In overleg met de PR-coördinator en de technische commissie de teams die aan de competitie deelnemen aan het begin van de competitie van verenigingsshirts voorzien.

 ● Bijhouden hoeveel shirts, onder vermelding van maten en nummers, aan welk team zijn verstrekt.

 ● Aan het einde van de competitie zorgdragen dat de teams waaraan verenigingsshirts zijn verstrekt deze bij hem inleveren.

 ● Het controleren van de shirts op bruikbaarheid voor het volgende seizoen.

 ● In overleg met de PR-coördinator en de penningmeester aanschaffen van verenigingsshirts.

 ● Beheert en verkoopt de Spiker mini shirts.

Beleidsplan Technische Commissie Spiker 2020 – 2025.

**Wedstrijdsecretariaat CMV :**

 ● Verzorgt de inschrijving van de teams in de competitie.

 ● Verzorgt de teamopgaven en de eventuele wijzigingen daarin.

 ● Verzorgt de administratie van wedstrijdformulieren voor de mini-ochtenden

 in de Bhoele en de verzending daarvan naar de verantwoordelijke instantie.

 ● Verzorgt de distributie van de wedstrijdprogramma’s aan de mini’s en de

 begeleiders.

 ● Geeft de wedstrijdwijzigingen door aan mini’s en coaches.

 ● Verzorgt een aantal (meestal 4 keer per seizoen) mini ochtenden in de Bhoele.

 ● Regelt voldoende scheidsrechters en tellers voor de mini ochtenden in de Bhoele.

 ● Verzorgt de inschrijvingen voor toernooien in overleg met de Technische Commissie.

 ● Speelt relevante informatie door aan de website.

 ● Regelt het vervoer van mini’s.

 ● Geeft aan het begin van de competitie een wedstrijdprogramma aan de mini’s en

 ouders/verzorgers, waarin alle relevante informatie staat.

**Coördinator CMV:**

 ● Opstellen van de seizoens-/activiteitenkalender.

 ● Draagt zorg voor de organisatie rond trainingen.

 ● Stelt teams samen.

 ● Draagt zorg voor de begeleiding van trainers en coaches.

 ● Draagt zorg voor de begeleiding van miniteams.

 ● Signaleert en lost knelpunten op binnen teams en trainingsgroepen.

 ● Is aanspreekpunt voor mini’s en ouders.

 ● Organiseert ouderinformatie avonden.

 ● Speelt relevante informatie door aan de website.

 ● Verstrekt volleybalhandleidingen aan coaches.