



oudercoach

Handleiding

2010-2011

Inhoud

Inleiding	3
Afstemming met trainer-coach	3
Rijschema	4
Wedstrijdballen	4
Spelerskaarten	4
Opstellingsbriefjes	4
Wedstrijdformulier	5
Hoe een boete voorkomen	5
Algemene tips voor het coachen	6
Contactgegevens	7

Bijlagen

1. Wedstrijdanalyse turflijst	8
2. Spelerslijst	9
3. Opstellingsbriefjes	10
4. Wedstrijdformulier	11

Inleiding

Dit jaar is het sportcentrum gestart. Doel is de jeugdspelers van Gemini-S een nog betere volleybalopleiding te bieden. Met deze intensieve begeleiding komt de wens naar voren ouders meer te betrekken bij de begeleiding van de(jeugd) teams in de rol van coach (ouder-coach). Met name de uitwedstrijden.

Volleybalvereniging Gemini-S heeft wel trainers die ook coachen (trainer-coach), maar het grootste deel van deze trainers speelt zelf ook wedstrijden. Het gevolg is, dat zij vaak niet bij (uit)wedstrijden aanwezig kunnen zijn.

Dit is geen nieuws onder de zon tot dusver; menig ouder heeft al een of meerdere wedstrijden gecoacht. Zonder richtlijnen, of taakverdeling die bij de rol als coach horen is dit een lastige klus. Vandaar dit document.

In kleine hoofdstukjes leggen we een en ander uit en geven we toelichting. Deze handleiding is een richtlijn, geen wet. Het onderlinge overleg tussen trainer-coach en ouder-coach is bepalend hoe een en ander wordt afgestemd.

Afstemming met trainer-coach

De trainer-coach is degene, die de lijnen binnen het team uitzet. Hij/zij (hierna geldt waar 'hij' staat, ook 'zij' gelezen kan worden) bepaalt, meestal in overleg met de Hoofdcommissie, de doelstellingen voor het team.

Het is goed, als de ouder-coach geregeld contact heeft met de trainer-coach. Een richtlijn is, om 1 keer per week even contact te hebben, over de ontwikkelingen en bijv. de opstelling(en) in de wedstrijd. Dit kan op een trainingsavond en/of per telefoon/mail.

Bezoek als ouder-coach af en toe (een deel van) de training van het team. Zo leert de ouder-coach het team en de trainingsaanpak kennen.

Dit geldt ook voor het bezoeken van een thuiswedstrijd. In overleg met de trainer-coach kan dan een bepaald onderdeel (serveren, pass, blokkeren o.i.d.) door de ouder-coach geturft worden (bijlage 1). Met deze wedstrijdanalyse kan de trainer-coach weer gericht werken.

In het contactmoment kan de ouder-coach de belangrijkste (3) pluspunten en de belangrijkste (3) minpunten van het team en/of de spelers noteren en bespreken met de trainer/coach. Dit helpt met het aanpassen/verbeteren van de training en helpt de ouder-coach bij de uitwedstrijden.

Rijschema

Voor de start van het seizoen is het rijschema gemaakt; wie rijdt wanneer, bij welke uitwedstrijd. Als een ouder niet kan, zoekt de ouder zelf vervanging. De ouder-coach stuurt een herinnerings-email, 5 dagen voor de wedstrijd naar de ouders de moeten rijden volgens het rijschema. De oudercoach heeft hier contact over met de trainer-coach.

Wedstrijdballen

Bij elke wedstrijd gaat een set ballen mee in een tas of net. Checken even wie deze meeneemt en **vooral, ook mee terugneemt!** Ook dit is een kwestie van afstemmen, uiteindelijk is de aanvoerder eindverantwoordelijk.

Spelerskaarten

Bij elke wedstrijd moeten de spelerskaarten mee. De aanvoerder neemt deze mee, let daar als ouder-coach op. De spelerskaarten zitten op volgorde van shirtnummer in het mapje. Om het invullen van het wedstrijdformulier te vergemakkelijken is het handig een lijstje erbij te hebben, waarop de spelers op volgorde van shirtnummer staan met de relatiecode (Nevobo-lidnummer) erachter (zie bijlage 2). Dit is makkelijk bij het invullen van het wedstrijdformulier. De ouder-coach en aanvoerder zijn ook verantwoordelijk voor het weer mee terug nemen van de spelerskaarten en eventueel weer afgeven bij de trainer-coach.

Opstellingsbriefjes

De opstelling van het team op het wedstrijdformulier, is vanaf de serveerpositie tegen de klok in. Het is handig met een opstellingsbriefje dit van te voren in te vullen. In bijlage 2 kan dit worden ingevuld. In bijlage 3 staan voorbeelden van officiële NEVOBO opstellingsbriefjes.

Wedstrijdformulier

Op de hieronder genoemde website is een uitleg over het invullen van een wedstrijdformulier te vinden. In bijlage 4 staat deze ook afgedrukt.

[http://regios.nevobo.nl/include/files//groepen//West//downloads/competitie/Invullen wedstrijdformulier.pdf](http://regios.nevobo.nl/include/files//groepen//West//downloads/competitie/Invullen%20wedstrijdformulier.pdf)

Indien nog nooit een wedstrijdformulier is ingevuld, is het goed eerst een keer mee te kijken bij de trainer-coach.

Voor het niet juist invullen van het wedstrijdformulier staat **een boete** voor de vereniging! Vooral bij uitwedstrijden gaat het soms fout, omdat daar geen tussencontrole plaatsvindt (alle thuiswedstrijdformulieren worden eerst gecontroleerd of alles goed is ingevuld en daarna pas naar de Bond opgestuurd).

Hoe een boete voorkomen

De Nevobi deelt boetes uit als de reglementen niet worden nagekomen. Hier een aantal tips om een boete te voorkomen.

Het wedstrijdformulier moet compleet zijn ingevuld, met handtekeningen.

- De naam van de (ouder)coach in de kolom boven de namen van de spelers.
- Namen van de spelers en de Nevobo nummers moeten kloppen.
LET OP: ALLE SPELERS DIE GAAN MEEDOEN INVULLEN OP HET FORMULIER ! De speler die niet in één van de opstellingen op het wedstrijdformulier staat, heeft formeel ook niet gespeeld.
- De eindstand moet kloppen.
- Handtekeningen van de aanvoerder en de (ouder)coach moeten (2x) vooraf en na de wedstrijd worden ingevuld.
- Verzoeken voor wedstrijdwijzigingen dienen **uiterlijk 10 dagen** vóór de oorspronkelijke wedstrijddatum gemeld te worden. Op dat moment moeten ook beide verenigingen akkoord zijn gegaan met het verzoek tot wedstrijdwijziging. In het vorig seizoen was dit 24 uur vóór de wedstrijddatum.
- Afmelden van een wedstrijd of niet volledig opkomen van een team heeft de volgende maatregelen tot gevolg voor alle klassen;
 1. Het maximum bij een wedstrijd te behalen aantal punten in mindering;
 2. Een boete;
 3. De wedstrijd wordt opnieuw vastgesteld.
- In het vorig seizoen werd vanaf de 2^e klasse en lager en jeugdklassen een reglementaire uitslag vastgesteld.

Algemene tips voor het coachen

Stem goed af met de trainer-coach, hoe de wedstrijd wordt begonnen en hoe het beleid is t.a.v. wisselen. De vereniging heeft als uitgangspunt bij de jeugd, dat iedere speler naar vermogen zich ontwikkeld. Wedstrijdervaring dient zoveel mogelijk door iedereen te worden opgedaan. Maar afhankelijk van een aantal zaken zullen daar toch wat verschillen in kunnen ontstaan. Bijvoorbeeld door het aantal wisselers, positie van spelers (spelverdeler, libero), moment van de wedstrijd.

Als ouder-coach kan je andere "Gemini-S ouders" er op wijzen, dat zij geen commentaar leveren op de wedstrijdleiding en / of de tegenpartij. We willen het voor Gemini-S graag sportief houden.

Voor de wedstrijd

Zorg dat een team een half uur tot een uur voor de aanvang van de wedstrijd in de sporthal aanwezig is. Er kan dan rustig een kopje koffie gedronken worden, de sportverzorging kan in alle rust plaats vinden en als je lang in een auto gezeten hebt, is het fijn om eerst rustig te acclimatiseren en je rustig om te kleden.

Time-Out

Zeg nooit te veel in een time out, want de spelers nemen dat allemaal niet in zich op; hooguit één of twee raadgevingen of opdrachten zijn voldoende.. Eis van de spelers dat ze naar je luisteren en zorg in ieder geval dat iedereen dicht om je heen staat. Laat ze niet praten, of er moet door jou om gevraagd zijn.

Na elke time out gezamenlijk, letterlijk en figuurlijk, de handen ineen slaan (yell).

Wedstrijd verloop

1^e set:

Laat een team wennen aan de zaal, publiek, geluid enz., dus wissel zo weinig mogelijk. Wel de time out gebruiken, maar geef de spelers het zelfvertrouwen. Bedenk dat wanneer je de eerste set verliest, de wedstrijd nog lang niet verloren is. Wanneer vraag je een time out aan? Als je snel tegen een 4 of 5 - 0 achterstand aankijkt. Je hebt dan ook al meestal gezien welk verdedigingssysteem de tegenstander speelt en wat voor aanvallers ze in huis hebben en waar je eigen blok- en veldverdediging op dat moment zit. Of ze hebben een sterke serveerder en die probeer je op die manier te ontregelen en je verdediging iets beter op af te stemmen.

2^e set:

Wissel handig: niet tegelijk de 'beste' spelers eruit, dit geeft vaak onrust in een team. Geef de wissels evt. een opdracht mee, bijvoorbeeld over waar een

tactische bal geplaatst kan worden of waar te serveren (als ze geplaatst kunnen serveren) .

3^e set:

Indien de eerste 2 sets (redelijk eenvoudig) zijn gewonnen, dan is het in de derde set vaak moeilijker om de concentratie vast te houden. Het is handig hierop in te spelen door nog gericht opdrachten mee te geven (bijv. iets meer risico bij serveren of in aanval meer proberen). Vaak is het alleen benoemen dat ze er nog niet zijn, niet voldoende. Als deze set wordt verloren, wordt de vierde set een stuk lastiger. Indien nodig, zou in deze set ook tussentijds spelers gewisseld kunnen worden, om soms een verkeerd patroon (bijv. steeds blokkeerfout of opslagfout) te doorbreken.

4^e set:

indien de 1^e en/of 2^e set is verloren en de derde gewonnen, dan is het team aan het groeien. Wissel indien mogelijk beperkt en niet de 'dragende' spelers (de spelers die veel bijdrage aan overwinning hebben geleverd bijv. door goed serveren, blokkeren of passen). Bij een 3-0 voorsprong is dit het moment om te experimenteren met bijv. een ander (al wel getraind maar nog niet ingeslepen) systeem, aanvalsvariatie e.d. omdat het vertrouwen nu groot is. Als het niet lukt is er geen man overboord. Het kost wel een punt maar dat kan meestal geen kwaad.

Na de wedstrijd

Bespreek na afloop kort de wedstrijd; de (3) beste onderdelen en de (3) minste. Zorg, dat bij de nabespreking ook de spelers aan het woord komen en dat er naar hun mening geluisterd wordt. Geef de belangrijkste onderdelen ook door aan de trainer-coach, zodat hij ook kan terugkomen op de wedstrijd de eerstvolgende training en bepaalde onderdelen extra aandacht kan geven.

Contactgegevens

Alec Dijkshoorn	alec.dijkshoorn@planet.nl	0622 790 799
Marieke Innemee	m.innemee@hetnet.nl	
Ben ten Voorde	bj.voorde@gmail.com	0623192424

BIJLAGE 1 - Wedstrijdanalyse turflijst

Serveren

naam	goed	voldoende	matig	slecht
Speler 1				
Speler 2				
Speler 3				
Speler 4				
Speler 5				
Speler 6				

Goed pass tegenstander niet haalbaar voor SV of Ace (A) of wegkaatsen (W)

Voldoende SV tegenstander moet zich verplaatsen, SU niet op midden mogelijk

Matig pass in buurt van SV, kan met verplaatsen alle posities kiezen

Slecht pass in handen SV, kan alle posities aanspelen

Passen

naam	goed	voldoende	matig	slecht
Speler 1				
Speler 2				
Speler 3				
Speler 4				
Speler 5				
Speler 6				

Goed Pass in handen spelverdeler

Voldoende SV kan met paar passen SU op alle posities brengen

Matig SV kan alleen nog SU naar buiten/3m geven

Slecht SV kan er niet bij

BIJLAGE 2 - Spelerslijst



Spelerslijst

Gemini (team)

Datum _____ Locatie _____

Team Gemini _____ Team anderen _____

Shirt nummer	Speler	Nevobonummer

1e set

4	3	2
5	6	1

stand:

2e set

4	3	2
5	6	1


stand:


3e set


4	3	2
5	6	1


stand


BIJLAGE 3 – NEVOBO opstellingsbriefjes


SET	1	2	3	4	5
TEAM A of B	OPSTELLINGS- BRIEFJE van :		Libero No		
IV	III	II			
V	VI	I			
		SERVICE			
 PARAARF COACH _____					

SET	1	2	3	4	5
TEAM A of B	OPSTELLINGS- BRIEFJE van :		Libero No		
IV	III	II			
V	VI	I			
		SERVICE			
 PARAARF COACH _____					

SET	1	2	3	4	5
TEAM A of B	OPSTELLINGS- BRIEFJE van :		Libero No		
IV	III	II			
V	VI	I			
		SERVICE			
 PARAARF COACH _____					

SET	1	2	3	4	5
TEAM A of B	OPSTELLINGS- BRIEFJE van :		Libero No		
IV	III	II			
V	VI	I			
		SERVICE			
 PARAARF COACH _____					

SET	1	2	3	4	5
TEAM A of B	OPSTELLINGS- BRIEFJE van :		Libero No		
IV	III	II			
V	VI	I			
		SERVICE			
 PARAARF COACH _____					

SET	1	2	3	4	5
TEAM A of B	OPSTELLINGS- BRIEFJE van :		Libero No		
IV	III	II			
V	VI	I			
		SERVICE			
 PARAARF COACH _____					

BIJLAGE 3 – Wedstrijdformulier

Instructie invullen wedstrijdformulier

- Invullen vóór de wedstrijd door wedstrijdsecretaris, zaalwacht of aanvoerder regionaal**
- Klasse (bv. 1e klasse) en categorie van de wedstrijd (doorstrepen wat niet van toepassing is)
 - Zaal (afkorting of zaalnummer), plaatsnaam en veldnummer
 - Speeldatum en aanvangstijd volgens het competitieprogramma
 - Wedstrijdcode (bij voorbeeld D1A AB)

- Invullen vóór de wedstrijd door aanvoerders en coaches**
- Coach en relatiecode
 - Alle spelers en relatiecodes op volgorde van rugnummer
 - Het rugnummer van de aanvoerder omcirkelen
 - Een libero moet zowel in het lijstje, als op de aparte regel ingevuld worden
 - Aanvoerder en coach tekenen vóór aanvang voor correctheid van de teamregistratie

- Invullen vóór de wedstrijd door de scheidsrechter**
- De niet-gebruikte regels worden door het plaatsen van een 'Z' onbruikbaar gemaakt

- Invullen vóór iedere set door de teller**
- Omcirkel in de linker kolom de letter van het team links van de tellertafel, rechts voor het team rechts van de tellertafel
 - Vul de basisopstelling van het team in volgens de aanduiding in de linker kolom

- Invullen tijdens de wedstrijd door de teller**
- Tel de punten van beide teams door bij ieder gemaakt punt het een cijfer bij het betreffende team door te strepen
 - In de vijfde set wordt begonnen met strepen in de linker en middelste kolom. Bij het wisselen van veld wordt gestopt met strepen in de linker kolom en verder gegaan in de rechter kolom
 - Wanneer een wissel plaatsvindt het rugnummer van de wisselspeler noteren in het bovenste vakje achter het nummer van de speler die het veld verlaat. Bij 'stand' noteer je de stand: links de punten van het aanvragende team, rechts de punten van het andere team
 - Bij een time-out wordt de stand onder het kopje 'Time-out' bij de betreffende team genoteerd: links de punten van het aanvragende team, rechts de punten van het andere team
 - Aan het eind van de set wordt een horizontale streep onder het laatste behaalde punt gezet, vervolgens worden de overige punten met een verticale streep doorgehaald.

- Invullen vóór de wedstrijd door de teller**
- Daadwerkelijke aanvangstijd

- Invullen na de wedstrijd door de teller**
- Eindtijd van de wedstrijd
 - Uitslag van de gespeelde sets
 - Optelling punten per team
 - Teamnaam van de winnaar
 - Eindstand in sets

- Invullen vóór de wedstrijd door de officials**
- Naam, relatiecode en vereniging
 - Aangegeven of ingevallen (doorstrepen)

- Invullen na de wedstrijd door de officials en aanvoerders**
- Handtekening voor akkoord voor het gehele ingevulde formulier

- Verdeling exemplaren**
- Wit: insturen naar Nevobo
 - Groen: insturen naar Nevobo
 - Geel: exemplaar voor team B
 - Roze: exemplaar voor team A