



Handleiding jeugdleiders en jeugdtrainers

Jeugdleiders instructie Juliana'31

Om een stukje uniformiteit binnen onze vereniging te creëren, is een handleiding opgesteld. Een groot voordeel van deze uniforme aanpak is vooral: dat eenieder weet waar hij/zij aan toe is. De handleiding geeft weer hoe de leider en trainer van een recreatief jeugdzevental of jeugdelftal het meest optimaal zijn of haar team kan begeleiden. Deze handleiding is een richtlijn, maar is niet uitputtend en in vele gevallen is zal de leider/trainer zelf creatief moeten zijn in zijn of haar handelen. Wel is het belangrijk om twee hoofdpunten naar voren te halen.

Het eerste is dat al het handelen van de leider altijd in het belang moet zijn van de voetballers. Het toverwoord hierin is PLEZIER. Uiteraard geldt dit plezier ook voor de leider en de trainer zelf.

Het tweede is dat de leider en trainer medeverantwoordelijk zijn voor de gehele gang van zaken van zijn team. Dat betekent dat hij/zij het team begeleidt bij de (oefen)wedstrijden en toernooien. Bij afwezigheid zorgt de leider en/of trainer voor een goede vervanger.

A. Regels, adviezen en goede gewoonten:

- De wedstrijden worden doorgaans op zaterdag gespeeld voor de jeugd. Waar, tegen wie en wanneer? Om daarop antwoord te krijgen dient men zelf wekelijks het programma op de website van en in het clubhuis van sv Juliana '31 en de KNVB-website (www.voetbal.nl) te raadplegen. Dat kan vanaf ongeveer 10 dagen voor de wedstrijd.
- **Geef het goede voorbeeld als leider**, gedraag je altijd sportief, en wees consequent.
- Als je als scheidsrechter/grensrechter fungeert, vlag/fluit dan eerlijk.
- Onthoud je van commentaar op de leiding, concentreer je op je team en niet op het publiek.
- Als vertegenwoordiger van sv Juliana '31 zorg je altijd voor een goed en correct gedrag en taalgebruik van jezelf en van de groep.
- Blijf steeds zoveel mogelijk bij het elftal, ook na de trainingen!
- Gebruik de kleedkamers zoals het hoort: laat ze altijd heel en schoon achter. Meld eventuele defecten direct bij de terreinmeester of bij de wedstrijdcoördinator.
- Gebruik materialen waar ze voor bedoeld zijn en lever ze na afloop weer in bij de terreinmeester.
- Sluit de kleedkamer goed af en zorg ervoor dat alle voorwerpen van waarde niet onbeheerd worden achtergelaten.
- Verlang van de spelers tijdige afmeldingen voor wedstrijd of training en controleer dit zonodig.
- Niet opgekomen D, E en F spelers: neem zo spoedig mogelijk contact op met de ouders. Bij de A, B en C junioren: na een aantal keren melden bij de groepscoördinator, waarna in overleg mogelijk wordt besloten tot disciplinaire maatregelen.



Handleiding jeugdleiders en jeugdtrainers

- Bij afwezigheid zorgt de leider en/of trainer voor een goede vervanger. Instrueer hem of haar goed.
- Regel een (vaste) grensrechter bij wedstrijden en zorg bij verhindering zelf voor een vervanger.
- Houd zoveel mogelijk contact met de elftaltrainer over de vorderingen van het team en de individuele spelers.
- De leider is zo mogelijk aanwezig bij de trainingen.
- De leider en trainer stimuleert de deelname aan de Grote Clubactie en de DEF-dag, een spelletjes-dag voor de D-,E- en F-pupillen.

B. Begeleiding algemeen

- Voer een goede wedstrijdadministratie, denk aan de wisselerspelers.
- Zorg ervoor dat je altijd met voldoende spelers aan kunt treden. Aanvulling van je team kan geschieden vanuit een lager team of een jongere leeftijdsgroep in overleg met de desbetreffende trainer/leider/ster.
- Zorg ervoor dat je voldoende vervoer regelt bij uitwedstrijden. Breng de chauffeurs (ouders) op de hoogte. Indien bij een team weinig ouders komen kijken, maak dan een rittenboekje, waarin de ouders komen te staan die om beurten rijden.
- Vang de spelers na afloop van de wedstrijd op en eventueel tijdens de wedstrijd (b.v. bij veldverwijdering). Laat ze nooit alleen, maar begeleid ze naar de kleedkamer!
- Meld je aan/af bij de wedstrijdcoördinator zowel bij uit- als thuiswedstrijden.
- Zorg voor het correct invullen van het digitale wedstrijdformulier (vanaf de D) en evt. (digitale) strafformulier. Voor de E en F geef de uitslag door aan de wedstrijdcoördinator.
- Licht spelers tijdig in over eventuele wijzigingen (bv. ad-hoc wijzigingen).
- Stimuleer je spelers om deel te nemen aan bijzondere activiteiten van de vereniging en geef zelf het goede voorbeeld.
- Licht bij teamactiviteiten de betreffende groepscoördinator tijdig in.
- Bezoek de leidersvergaderingen en blijf zodoende op de hoogte van alle ontwikkelingen. Houd contact met je collega leiders/hoofdtrainer/coördinator.
- Kijk regelmatig in het postvak.
- Onderhoud goed contact met de ouders van jeugdspelers.
- Bezoek (langdurig) zieke of geblesseerde spelers en meld deze bij de betreffende cie. die evt. na overleg actie kan ondernemen.
- Ongevallen bij een sv Juliana '31-activiteit binnen 24 uur melden bij de secretaris.
- Voor vragen over de contributie verwijzen naar de coördinator, daarna zo nodig naar de ledenadministratie.
- Voor vragen over aanmelden, verwijzen naar de ledenadministratie.
- Voor vragen over afmelden: dit moet liefst voor 1 mei schriftelijk bij de ledenadministratie gebeuren.



Handleiding jeugdleiders en jeugdtrainers

- Gevonden en/of verloren voorwerpen: afgeven en/of opvragen bij de terreinmeester.
- Zijn er problemen op de wedstrijddag, meldt die dan direct bij de wedstrijdcoördinator of bij een lid van de betreffende commissie.

C. Begeleiding voor de wedstrijd

- Verzamelen van de spelers minstens een half uur voor de thuiswedstrijd en minstens een uur voor een uitwedstrijd (afhankelijk van de reistijd). Waarom?
 - Spelers komen nu van te voren in contact met elkaar.
 - Spelers in de sfeer van de wedstrijd brengen.
 - Spelers meer in het verenigingsleven betrekken.
 - Ruimte voor eventuele individuele gesprekken.
- Het geven van technische en tactische aanwijzingen.
- Let op of het tenue gedragen wordt zoals het hoort o.a. kousen omhoog, shirt in de broek.
- Zorg er voor dat iedere speler een spelersspas heeft (met uitzondering van de E en F-pupillen) en zorg er voor dat je deze bij je hebt.
- Enkele tips waar je rekening mee moet houden:
 - o Bij tekort aan spelers, contact opnemen met een medeleider van een ander team waaruit de speler of spelers geleend kunnen worden. De speler(s) die na overleg meegaan, moeten het niveau zoveel mogelijk aankunnen. Let op dat je de spelersspas van de invallende speler hebt (niet van toepassing op E en F-pupillen).
 - o Indien het niet anders kan, vraag de wedstrijdsecretaris minimaal 10 dagen van te voren om de wedstrijd te verzetten.
 - o Vul het wedstrijdformulier in bij een kopje koffie bij de wedstrijdcoördinator in de bestuurskamer.
 - o Bij een thuiswedstrijd: ontvang de begeleiding van de tegenstander, biedt hen een kopje koffie aan en laat hen tevens het wedstrijdformulier verder invullen. Ontvang de scheidsrechter op dezelfde wijze. Zorg na afloop van de wedstrijd dat het DWF wordt ingevuld of de stand wordt doorgegeven aan de wedstrijdcoördinator.
 - o Speel je thuis tegen een team met een weinig afwijkende kleur tenues, dan zijn reserveshirts te verkrijgen bij de terreinmeester. De leider brengt de shirts daar ook weer terug.
 - o Scheidsrechter (indien nodig) regelen of anders zelf fluiten. Zorg ook voor iemand die vlagt (indien nodig).
 - o Zorg goed voor de teamuitrusting (intrapballen, waterzak, spons, bidon) en lever alles aan het eind van het seizoen weer in.
 - o Opstelling maken, wisselbeurten bijhouden. Laat iedereen spelen.
 - o Omkleden. 30 minuten van te voren (afhankelijk van leeftijdsgroep en duur warming-up). Wachten totdat iedereen klaar is met het omkleden, dan pas ga je met de gehele groep tegelijk naar buiten. Waarom? Dit doe je in het belang van de teamgeest, tevens eis je dan een stuk discipline van de groep. Ook is het voor



Handleiding jeugdleiders en jeugdtrainers

jezelf als trainer/leider gemakkelijker om controle op de groep te houden omdat je nu niet op twee plaatsen tegelijk hoeft te zijn. Controle op het niet dragen van sieraden, horloge is van belang. Piercings af laten plakken. Scheenbeschermers verplicht.

- Sleutel van de kleedkamer bij de terreinmeester afgeven (of anders in overleg).
- Houd altijd toezicht in de kleedkamer, bij voorkeur met 2 volwassenen.
- Sluit bij voorkeur persoonlijk de kleedkamer al als iedereen naar het veld is.
- De tactische bespreking (afhankelijk van leeftijdsgroep). Deze duurt 5 tot 10 minuten. Hierin vertel je kort en zakelijk wat er gaat gebeuren uitgaande van je eigen kwaliteiten. Bij de uitvoering van de bespreking maken we een onderscheid omdat iedere leeftijdsgroep een andere bespreking nodig heeft.

C. Begeleiding tijdens de rust

- Rustperiode d.w.z. laat ze eerst de consumptie gebruiken, tijdens dit nuttigen kunnen ze de eerste helft verwerken. Dus de leider moet niet direct losbarsten.
- Daarna ben je als trainer/leider alleen aan het woord en eis je dus van de groep discipline.
- Kort weergeven van wat er de eerste helft goed of fout is gegaan. Dit alles vertel je in de belevingswereld van de groep. Dus aanpassen aan de groep zodat ze het ook snappen.
- Kort en krachtig de opdracht voor de tweede helft meegeven.
- Niet langer praten dan nodig is.
- Gezamenlijk weer naar buiten (teamgeest).

D. Begeleiding na de wedstrijd

- De spelers de tegenstanders een hand laten geven (uitstraling/goede naam sv Juliana '31 hoog houden).
- Eventueel de doeltjes/ cornervlaggen opruimen. De terreinmeester kan aangeven welk team de doeltjes opruimt. Laat je niet verrassen en regel dit van te voren met een aantal ouders.
- We komen de kleedkamer weer in en drinken wat indien van toepassing.
- Handel na de wedstrijd de volledige invulling van het wedstrijdformulier af met de scheidsrechter en begeleiding van de tegenstander en wissel de papieren uit. Als trainer/leider geef je eventueel een korte opmerking over de gespeelde wedstrijd.
- Na de wedstrijd douchen (hygiëne). Zorg dat ze er geen puinhoop van maken en laat de kleedkamer schoon achter (geef daartoe opdracht bij toerbeurt). Doe dit ook bij uitwedstrijden en laat altijd buiten de voetbalschoenen uitkloppen.



Handleiding jeugdleiders en jeugdtrainers

- Zorg er voor dat tijdens het douchen minimaal 2 volwassenen aanwezig zijn om toezicht te houden.
- Controleer na afloop de kleedkamer en verlaat deze als laatste.
- Lever de sleutel in bij de terreinmeester.
- Het wedstrijdformulier wordt bij de wedstrijdcoördinator ingeleverd.
- Ga bij voorkeur na het omkleden niet direct naar huis, maar stimuleer het samenzijn in de kantine. Dit bevordert de groeps sfeer voor zowel ouders/begeleiders en spelers (meer betrokkenheid bij het verenigingsleven).
- LET OP: vanaf het moment dat je voor de wedstrijd de kleedkamer ingaat tot en met het verlaten van de kleedkamer na de wedstrijd zijn alleen de spelers/trainer/leider in de kleedkamer. Alleen bij de F-pupillen mogen ouders eventueel ook in de kleedkamer zijn.

E. Begeleiding tijdens de training

- Aanleren van technische en tactische vaardigheden, afgestemd op het niveau van de groep.
- Duidelijk zijn in wat ze moeten doen. Hoe ze het moeten doen en waar ze het moeten doen.
- De spelers stimuleren en coachen tijdens de oefeningen.
- De spelers niet alleen vertellen dat ze iets fout doen, maar ook aangeven waarom ze het fout doen. Tevens aan geven hoe ze het dan wel moeten doen.
- Ervoor zorgen dat de oefenstof is voorbereid en dat het uitdagend is.
- Na de training moet er de mogelijkheid zijn dat de spelers kort samen kunnen zijn. Dit bevordert de samenhang van de groep.

F. Overige informatie

- In het algemeen wordt de leider bij een afgelasting van een wedstrijd persoonlijk opgebeld. Vooral als er geen sprake is van een algehele afgelasting.
- Bij (algehele) afgelastingen wordt dit op de site van sv Juliana'31 vermeld. Daarnaast wordt zo mogelijk de leider zo snel mogelijk op de hoogte gesteld.
- Ook de afgelasting van trainingen wordt op de website vermeld. Een trainer heeft de mogelijkheid zich aan te melden voor een mailinglist over de afgelasting van trainingen.
- Bij afgelasting op het laatste moment, kan een telefooncirkel uitkomst bieden. Deze kunt u zelf maken en aan de spelers/ouders uitreiken. Zorg er wel voor dat een opgestart bericht ook gecontroleerd kan worden (bijv. zet jezelf onderaan de lijst en je zult als laatste het bericht weer horen). Je kunt ook zelf iedereen opbellen.