

## Coaching jeugd

### Belangrijk om te doen tijdens het coachen:

- Stimuleren
- Motiveren
- Aanmoedigen
- Belonen

Speelplezier en succes is erg belangrijk, zeker bij de allerjongsten. Leg niet te veel druk op de kinderen (afhankelijk van het niveau).

### Voor de wedstrijd:

- Enthousiasme
- Benoemen wat het doel gaat zijn voor die wedstrijd. Een paar voorbeelden:
  - o Vandaag gaan we bij iedere bal 'los' of 'ik' roepen.
  - o Vandaag gaan we proberen de service van de tegenstander naar de midvoor/ spelverdeler te passen.
- Vooraf yellen met het hele team. Dit zorgt voor een goede teamspirit.

### Tijdens de wedstrijd/ time out:

- Concreet benoemen wat er goed gaat
- Juist niet benadrukken wat er niet goed gaat, dit eventueel doorgeven aan de trainer. Zo kan de trainer de trainingen hierop aanpassen.
- Benoemen dat plezier in volleybal belangrijk is en dat je hier samen voor zorgt.
- Samen punten vieren/ yellen
- Niet te veel bespreken tijdens een time out

### Wedstrijdrituelen:

- Zorg dat je 30 minuten voor aanvang wedstrijd aanwezig bent.
- Bij uitwedstrijden is het soms nodig om ballen mee te nemen, omdat de tegenstander hier niet voor zorgt. Ballen kunnen uit het VCO-rek worden gehaald, na afloop wel mee terug nemen en terugleggen! Zorg er ook voor dat je niet de allernieuwste ballen meeneemt (op alle ballen staat een jaartal)
- Op het veld:
  - o Inlopen
  - o Ingooien en in tweetallen inspelen
  - o Inslaan (als de spelers zelf nog niet goed kunnen set uppen, kun je als coach aangooien en zij aanvallen)
  - o Serveren (tijdens de wedstrijd onderhands serveren, tenzij iemand er echt aan toe is om bovenhands te serveren)
  - o Bij de C-jeugd wordt er na drie keer serveren doorgedraaid.
- Net voordat de wedstrijd begint geef iedereen de tegenstander een hand bij het net om elkaar succes te wensen. Na de wedstrijd bedank of feliciteer je de tegenstander.
- De aanvoerder vertegenwoordigt het team bij de scheidsrechter en heeft de volgende taken:
  - o De scheidsrechter en aanvoerder van de tegenpartij een hand geven
  - o Het uit spelende team mag kiezen of ze willen starten met opslag of het veld kiezen.
  - o Na de wedstrijd de scheidsrechter bedanken en de uitslag controleren.
- Het wedstrijdformulier is tegenwoordig digitaal en wordt via de NeVoBo-app ingevuld. Zorg wel altijd dat je de uitslag controleert!
- Iedereen is verplicht een NeVoBo-pasje (spelerskaart) bij zich te hebben! Mocht iemand die (nog) niet hebben, dan moet diegene een identiteitsbewijs kunnen tonen.

Het is handig om van alle pasjes een foto te maken, voor als het een keer voor komt dat ze vergeten zijn. Iedereen mag dan spelen met foto + identiteitsbewijs. Zet de foto's bijvoorbeeld in de groepsapp.

- We spelen altijd 4 sets, tenzij het 2-2 is, dan speel je ook nog een 5<sup>e</sup> set. De eerste 4 sets gaan tot de 25 punten, mits er twee punten verschil zijn. De vijfde set gaat tot de 15.

#### Opstelling:

- Iedereen speelt in principe evenveel. Na iedere set door wisselen, tijdens de set niet te veel wisselen (tenzij noodzakelijk, als het echt niet loopt of blessures). Voor degenen die op de bank zitten is het belangrijk dat ze hun team aanmoedigen en stimuleren.
- Per set mag je 6 keer wisselen, maar degene die eruit gehaald is moet er voor dezelfde persoon ook weer in.

#### Tellen bij thuiswedstrijden:

Het is verstandig om een schema te maken waarin er elke thuiswedstrijd twee ouders tellen. Het is gezelliger en makkelijker.