

Volleybalvereniging Albatros Amsterdam



Jeugd Informatie en Beleid

www.albatros-amsterdam.nl
2008-2009

Inhoudsopgave

Inleiding	4
De vereniging Albatros	5
De Training	6
Verenigingsbeleid	11
Jaarlijkse teamindeling	12
Competitie	14
Hygiëne, gezondheid en veiligheid	16
Wat nog resteert	18



Inleiding

De laatste tijd zien we binnen de volleybalvereniging Albatros een snelle groei van het aantal jeugdleden plaatsvinden. Voor de mensen die wekelijks te maken hebben met deze jeugdleden een reden om eens bij elkaar te gaan zitten en op te schrijven hoe we de nabije toekomst voor de vereniging zien. En hoe we de kennis die we nu opdoen met de huidige jeugdleden kunnen overdragen aan toekomstige beleidsmakers en beleidsuitvoerders.

Doel jeugd beleid Het jeugd beleid van Albatros is erop gericht om kinderen met plezier te laten sporten en hen daarbij de technieken van het volleybal en het samenspel in teamverband aan te leren. Door dit beleid uit te schrijven, is het mogelijk deze brochure uit te dragen en te delen met alle jeugdleden, hun ouders en andere direct betrokkenen bij Albatros en de volleybalsport.

Volleybal is een Teamsport Dat betekent dat de nadruk ligt op samen leren en samen resultaat en plezier beleven. Van de 3 P's in het volleybal – plezier, progressie en prestatie – komt het bij kinderen vooral aan op plezier hebben tijdens het sporten. Vaak staan vriendschappen en plezier op een hogere trede dan prestatie. Uit onderzoek blijkt dat kinderen in de tienerleeftijd op zoek gaan naar de sporten die bij hen passen. Dat betekent dat ze veel verschillende sporten beoefenen tot ze uiteindelijk vinden wat het best

bij hen past. Albatros sluit aan op dit onderzoek en daarom staat plezier voorop in de training. Daarna komt progressie oftewel het aanleren van technieken. Het tempo waarin een kind zich het volleybal eigen maakt zal per individu verschillen. Respect voor ieders persoonlijke ontwikkeling is dan ook een belangrijk thema. De jeugdtrainers en jeugdcoaches van Albatros benadrukken dat dan ook tijdens trainingen en wedstrijden. En tenslotte volgt de prestatie, de inspanning die tijdens de training geleverd wordt.

Omdat volleybal een teamsport is, is het van belang dat spelers gericht zijn op samenwerking. Albatros probeert kinderen te stimuleren door de positieve aspecten in het volleybal te benoemen, zijnde teamgeest, samenwerking en voorbeeldgedrag. Door middel van deze aanpak verwachten wij dat kinderen volleybal als hun ideale sport gaan ervaren.

Het allerbelangrijkste is plezier tijdens het sporten. Dat zorgt voor een goede sfeer en motiveert om te leren. Naast oefeningen in twee- of drietallen zijn ook oefeningen als één team erg belangrijk. Daarom worden tijdens de training niet alleen partijtjes met het hele team gespeeld, maar ook oefeningen gedaan waarbij het hele team is betrokken. Dat bevordert het teamgevoel en het samen spelen.

De vereniging Albatros

Historie/locatie

Volleybalvereniging Albatros Amsterdam, zoals we voluit heten, is opgericht in 1951. De oprichting vond plaats door 3 families die er na een zomer 'campingvolleybal' plezier in zagen om een heuse vereniging te starten. Aanvankelijk had de vereniging alleen dames- en heren teams. Vanaf 1975 kwamen daar jeugdteams bij.

De thuishal van de vereniging is de Nieuwe Wethouder Verheijhal aan de Polderweg 300 in Amsterdam Oost-Watergraafsmeer. Deze nieuwe hal is in gebruik genomen in mei 2008 en biedt ruimte aan 6 velden voor minivolleybal of 4 velden voor aspiranten en senioren volleybal. De vereniging is aangesloten bij de Nederlandse Volleybal Bond (NeVoBo) waardoor ze deel neemt aan de regionale competities.

In hoogtijdagen telde de vereniging zo'n 50 jeugdleden en 10 seniorenteams, zodat de trainingsruimte in de oude Verheijhal niet voldoende was en er zelfs ruimte in een lagere school in de buurt ingehuurd moest worden. Inmiddels is het aantal actieve

seniorenleden teruggelopen, zoals alle volleybalverenigingen hebben kunnen ervaren. Daarom is het des te meer bijzonder dat de jeugdafdeling een onverminderd hoge belangstelling kent van enthousiaste kinderen die deze sport graag wil beoefenen.

Jeugdcommissie Albatros Speciaal voor de jeugd, mini's en aspiranten, heeft Albatros een jeugdcommissie. Daarin zitten de voorzitter, de jeugdtrainers en de jeugdcoördinator.

Contributie Voor de betaling van de jaarlijkse contributie ontvangen alle jeugdleden thuis een acceptgiro. De jaarcontributie voor de mini's en de jeugdleden bedragen tussen de 60 en 100 euro; hierin is ook de verplichte NeVoBo contributie verwerkt. (bedragen seizoen 2009-2012)

Deze bedragen worden ineens geïnd. Wanneer een kind slechts een deel van het seizoen lid was bij Albatros, dan wordt de contributie voor dat seizoen naar rato aangepast (behalve het vaste NeVoBo gedeelte bij de aspiranten).



De Training

Vaste trainingsmiddag De vaste trainingsmiddag voor mini's en jeugdleden is op maandagmiddag. Van 16:30 tot 17:45 en van 17:45 tot 19:00. De oudere jeugd traint van 17 tot 19 uur. Nieuwe, geïnteresseerde jeugdleden zijn vrij om tijdens deze trainingen mee te komen doen, de sport te beleven en de sfeer te proeven. Als zij hun gymspullen meebrengen, dan kunnen ze direct meedoen. Nieuwe leden mogen 3 proeflessen meemaken, daarna vragen we ze te besluiten of ze wel of geen lid willen worden van Albatros.

Afmeldingen Wanneer een kind, om welke reden dan ook, niet komt trainen, dan meldt het kind zich altijd af bij de trainer (eventueel via een medespeler).

Trainingsopbouw De training bestaat uit een warming up, oefeningen waarbij techniek en beweging voorop staan en samenspel.

De warming up bestaat vaak uit een spel, met of zonder bal. Deze fase van de training is belangrijk om de spieren op te warmen en los te maken en zodoende blessures te helpen voorkomen. De warming up dient daarnaast ook om de groep te binden; de meeste kinderen hebben elkaar immers een week of langer niet gezien.

Tijdens de oefeningen zijn bewegen en balcontact heel belangrijk. Kinderen moeten zoveel mogelijk ballen aanraken om zo een wachtrij te voorkomen. Tweetallen met één bal is beter dan vijftallen met één bal: hoe meer

balcontact, hoe groter het plezier en de prestatiebeleving. Daarnaast is ook vooruitgang bij de spelers erg belangrijk. Bij het behalen van kleine uitdagingen (3x de bal omhoog opspelen) krijgt een kind een succesbeleving. Is bijvoorbeeld de onderhandse service vanaf de achterlijn nog te moeilijk, dan wordt het kind naar voren gehaald waardoor het spel gemakkelijker wordt gemaakt, zodat nog steeds sprake is van prestatie/succesbeleving, zowel voor het kind als voor het hele team.

Tot slot, samenspel is in feite waar het bij volleybal om gaat. Verliezen of winnen doe je alleen als team. De onderlinge afhankelijkheid bij het beleven van plezier in deze sport is dan ook groot. Dus worden goede afspraken gemaakt over 'waar moet ik staan?' of 'welke ballen zijn nou voor mij?'. Communicatie in het veld en de persoonlijke inzet van alle kinderen in het veld maken een wedstrijd tot een spannende en uitdagende gebeurtenis.

Technische sport Volleyballen is een technische sport. Bijvoorbeeld, goed bovenhands spelen leer je niet op één training. Wil je de bal technisch goed spelen, moeten veel dingen goed gaan: knieën (1) en armen buigen (2), driehoekje vormen (3), handen boven je voorhoofd houden (4), schouders voor je knieën (5) en knieën voor je tenen (6), breed staan (7), vingers spreiden (8) en dan heb je het nog niet eens alle bewegingen en krijg je nog een reeks acties als je de bal daadwerkelijk speelt. Een kind is niet in staat om zoveel bewegingen achter elkaar te onthouden of aan te leren. Bij het aanleren gaan de trainers dan ook uit van praatje-plaatje-daadje, oftewel: vertellen hoe

het moet/op welke accent je let - het laten zien (door jezelf of door een ander) - de kinderen het laten doen en hierop corrigeren.

Voor de mini's: CMV met leerdoelen per niveau Kinderen kunnen vanaf ongeveer 8 jaar starten met volleyballen (is afhankelijk van het kind). Om de ontwikkeling van het kind en het proces van aanleren goed op elkaar af te stemmen, is de NeVoBo enkele jaren geleden gestart met CMV: Circulatie Mini Volleybal. Daarin worden 6 niveaus onderscheiden, die samen een zeer doordachte opbouw vormen voor het leren spelen van volleybal. Niet alleen de spelregels, maar vooral ook de ontwikkeling van de volleybalvaardigheden staan hierbij cruciaal. Daarbij is het beheersen van een niveau een voorwaarde voor het spelen van het volgende. De spelers hebben hun oefen- en speeltijd op

elk niveau hard nodig: hoe meer, hoe beter.

Om vooral de verenigingen en hun trainers/begeleiders een goed houvast en een leidraad te bieden, zijn er voor elk niveau leerdoelen geformuleerd. In het spelend leren van volleybal beschrijven de leerdoelen niet alleen de technische aspecten (bijv. een bepaalde volleybaltechniek) van het betreffende niveau, in sommige gevallen zijn zij ook een voorbereiding op het volgende niveau. Spelers zullen een bepaald niveau spelen, maar gedurende het seizoen in hun ontwikkeling en beheersing van volleybal in het volgende niveau hun uitdaging vinden.

Leerdoelen en spelregels CMV

Niveau1 tot 8 jaar

Doel is om de gooi- en vangtechniek



te oefenen en de kinderen veel te laten bewegen.

Op dit niveau gooien de kinderen met een bovenhandse worp (voorbereiding op het bovenhands spelen) de bal over het net. Bewegen is bij volleybal heel belangrijk; daarom draaien de kinderen 1 positie door elke keer nadat de bal het net heeft gepasseerd.

Niveau 2 ongeveer 8 jaar

Doel is om de onderhandse techniek aan te leren.

De bal wordt nu bij de start van een rally vanaf elke plaats in het veld onderhands over het net gespeeld, daarna wordt steeds bovenhands geworpen. Kinderen mogen niet lopen met de bal. Gooit een tegenstander de bal in het andere veld op de grond, dan verlaat de speler van deze partij die het dichtste bijstond het veld; een speler kan weer worden terugverdiend door 3 goede vangballen.

Niveau 3 ongeveer 9 jaar

Doel is om de controle over de onderhands gespeelde ballen te laten toenemen.

Een speler wordt nu terugverdiend, wanneer een medespeler in het veld een door een andere speler in het veld onderhands gespeelde bal vangt. Of wanneer de laatst overgebleven speler de bal voor zichzelf opspeelt en vangt.

Niveau 4 ongeveer 10 jaar

Doel is het teamspel te bevorderen.

Het team moet de bal nu in drie keer spelen. Bij het eerste balcontact moet de bal bovenhands of onderhands worden gespeeld. Het tweede balcontact vindt plaats met een verplichte ononderbroken vanggooi- of vangstootbeweging. De derde bal wordt dan weer boven- of onderhands over het net gespeeld. Een speler mag maximaal 3 keer achter elkaar serveren. Elke fout levert nu een punt op voor de tegenstander.

Niveau 5 ongeveer 11 jaar

Doel is om de techniek verder uit te breiden.

Vangen/gooien is niet meer toegestaan, alle ballen worden bovenhands of onderhands gespeeld. Dat gebeurt in maximaal 3 keer. Drie keer spelen, de basis van het volleybalspel (bal 1: opvangen, bal 2: aangeven, bal 3: spelen/scoren), wordt echter beloond met een extra punt.

Niveau 6 ongeveer 12 jaar

Doel is om de spelers gereed te maken voor de overgang naar het aspirantenvolleybal.

Bovenhands en onderhands serveren zijn nu toegestaan, evenals smashen. Het verschil met het aspirantenniveau is dat op CMV niveau 6 nog 4 spelers in het veld staan tegen 6 bij de aspiranten.

Naast het letten op een goede indeling in CMV niveaus, selecteren we op lengte en leeftijd, zodat kinderen in dezelfde leeftijdscategorie en van ongeveer dezelfde lengte een team vormen. Uiteraard zien we dat de groeisprunten die kinderen soms doormaken doorslaggevend zijn voor hun verdere motorische ontwikkeling.

Bij het samenstellen van de trainingsgroepen wordt dezelfde CMV opbouw gehanteerd. Zo is er bij Albatros een groep startende kinderen op niveau 2 en 3 en doorgroei groepen op de niveaus 4 en 5. Niveau 6 wordt in de praktijk niet gehanteerd; bovenhands serveren en smashes zijn technieken die in de aspirantengroep worden aangeleerd.

Leerdoelen aspiranten Voor de aspiranten stellen we globaal de volgende doelen:

C Jeugd: 12-14 jaar

Wat moet een speler kunnen die 1 jaar in de C jeugd heeft gespeeld?

Serve: Goede onderhandse opslag kunnen uitvoeren, die op alle plaatsen in het veld geplaatst kan worden. Deze opslag moet worden uitgevoerd met een gesloten hand.

Onderhands: Een redelijke onderarmse techniek beheersen om zo een goede service- en rally pass af te leveren.

Set-Up: Op positie 2 en 4 kunnen

geven vanuit positie 3, zowel voor als achterover op 3de tempo.

Systeem: pass mid , 3-1-2 systeem met 5 passers in een w-vorm.

Wat moet een speler kunnen die 2 jaar in de C jeugd heeft gespeeld?

Serve: Oefenen met de bovenhandse tennis of floater serve.

Onderhands: een goede, ruime pass kunnen geven op positie 3 of 2/3 (pass rechts).

Set-Up: 2de + 3de tempo op positie 3 en 4

Systeem: 3-2-1, pass rechts met 4 passers in de stop opstelling.

Geen specialisatie, iedereen speelt op alle posities.

Blokkering: Goede handsetting en zijwaartse verplaatsing met aansluiting

Aanval: Beheersing van een goede aanloop en het slaan van een 3de en 2de tempo set-up.

Verdediging: Angstvrij een voorwaartse duik kunnen maken vanuit een lage verdedigingshouding. Tevens het aanleren van een lage verdedigingshouding en het altijd spelen met twee handen.

B Jeugd 14-16 jaar

Serve: Het beheersen van twee bovenhandse serve types, namelijk floater en tennis serve. Gericht

kunnen serveren.

Onderhands: Goede passtechniek, het kunnen inschatten van de moeilijkheidsgraad van een service (balbaan herkenning van de serve).

Set-up: 2de tempo op de posities 2, 3 en 4.

Systeem: 3-2-1, met pass rechts en twee spelverdelers (eventueel penetratie van rechts-achter).

Slechts specialisatie van meerdere spelverdelers, dus niet 2 per team!

Blokkering: Het kunnen zetten van een tweemansblok, het toepassen van een kruispas, aansluiting van het blok op positie 2 en 4.

Aanval: Gericht kunnen slaan op 2de en 3de tempo, gebruik maken van de snelheid van de aanloop en een goede timing hebben. Het oefenen van een drie-meteraanval en de 1e tempo-aanval.

Verdediging: Rol zijwaarts en pancake oefenen. Een duidelijke taakverdeling maken van de verdediging (zoneverdediging).

A Jeugd 16-18 jaar

Technieken: Alles wat nog niet helemaal goed gaat moet bijgeschaafd worden.

Serve: Tactisch serveren, zelf nadenken waar je het beste kan serveren. Aanleren van de sprongservice.



Set-up: Spelverdeler wordt spelbepaler in woord en gebaar, en moet gebruik kunnen maken van doortikballen, duidelijke specialisatie van spelverdeler.

Systeem: 1-5, met drie stoppers.

Specialisatie op alle posities.

Aanval: 1e tempo-aanval, de drie-meteraanval in de eerste instantie via de diagonaal en anders naar de buiten.

Tactisch scoren: onopvallend prikken, scoren via het blok.

Extra aandacht geven in alle leeftijden aan:

het aanleren van de service-pass want zonder service pass geen volleybalspel:

De uitgangspositie: Schrede spreidstand, met eventueel je linker- of rechtersvoet voor.

Het is belangrijk aan te leren om met beiden voeten uit te kunnen stappen.

Hoe ga je om met talenten:

Om talenten kans te geven zich volledig te ontwikkelen, hebben we de volgende mogelijkheden. Deze mogelijkheden worden gebruikt in overleg met betrokken trainers en

Verenigingsbeleid

ouders en het talent zelf:

- Mee laten trainen met hogere teams of betere groepen
- Sneller laten doorstromen dan de teamgenoten
- Moeilijkere opdrachten geven tijdens de training
- Vaker laten trainen (b.v. regio, senioren)
- Opgeven voor selectiedagen

Hoe ga je om met achterblijvers

- Kinderen die nog niet zo goed kunnen volleyballen, proberen we extra aandacht te geven. Dit kan bijvoorbeeld door middel van assistentie, een extra trainer die aan deze kinderen extra aandacht kan geven.
- Kinderen die niet willen, die er geen moeite voor doen, geef je geen extra aandacht maar probeer je te stimuleren wel haar/zijn best te gaan doen. Dit doe je in overleg met de ouders/verzorgers.

Het proberen te achterhalen wat de reden is van het niet-willen.

Laatste oplossing: dispensatie aanvragen, het kind een jaar langer op hetzelfde niveau laten volleyballen.

Hoe ga je om met doorstroming in de vereniging:

Het team waar een kind in komt te spelen is bijna altijd leeftijdsgebonden. Er zijn echter uitzonderingen die al in de vorige paragrafen besproken zijn.

Het aantal kinderen dat de vereniging telt, is ook van belang. Een team mag niet te klein zijn, maar ook niet te groot. Dit kan namelijk problemen geven met de opkomst bij een team of het speel plezier doen afnemen als er bijna niet gespeeld kan worden.

Wij streven er naar als vereniging om op elk competitieniveau een jeugdteam te hebben. Dit maakt de doorstroming van alle jeugd optimaal, omdat we zo ieder kind op zijn eigen leeftijd of niveau kunnen indelen.

De doelstelling is om vanaf de aspirantenleeftijd gescheiden jongens- en meisjesteams te maken. Reden is het fysieke verschil dat op die leeftijd tussen jongens en meisjes gaat ontstaan. Noodgedwongen kan het mogelijk zijn om met een gemengd jongens- meisjesteam te spelen, wanneer er geen voldoende jongens en meisjes zijn om 1 team te vormen.

Bij het naderen van de 18-jarige leeftijd of het ontstaan van de behoefte om een kind vanwege zijn/haar spelniveau sneller door te laten stromen naar de senioren (training/competitie), dan overlegt de jeugdcommissie met de technische commissie over deze doorstroming en volgt de jeugdcommissie de jeugd nog gedurende de eerstvolgende jaren.

Jaarlijkse teamindeling

Samenstelling De jeugdcommissie probeert kinderen zoveel mogelijk te laten spelen. Wij merken echter dat kinderen veelal meerdere sporten beoefenen, waardoor ze niet altijd aanwezig – kunnen – zijn op wedstrijden. Vandaar dat we een voorkeur hebben voor teams van 6 bij de mini's en teams van 8 bij de aspiranten. Elk jaar vergadert de jeugdcommissie twee keer speciaal over de teamsamenstellingen nl aan het begin van de najaarscompetitie en aan het begin van de voorjaarscompetitie. Uiteraard

houden we rekening met speciale wensen als vriendschappen en tijdstippen waarop gespeeld kan worden. Leidend principe blijft evenwel om zoveel mogelijk kinderen van hetzelfde niveau in hetzelfde team in te delen.

Groepsgrootte Ideale groepsgrootte bij de trainingsgroepen is 10 à 12 kinderen voor de mini's en 14 voor de aspiranten. Wat betreft deelname

aan de CMV wedstrijden: een mini-team heeft circa 6 spelers waarvan er 4 tegelijkertijd in het veld staan. Aspirantenteams spelen 6 tegen 6; elk team bestaat idealiter uit 8 spelers.

Trainers, hulptrainers en jeugdcoördinator Elke groep wordt getraind door een vaste trainer en bij voorkeur een hulptrainer. Een hulptrainer ondersteunt bij oefeningen die door de trainer zijn aangedragen en voorgedaan. Bij bijvoorbeeld een onderhandse oefening kan dat het aangooien van de bal zijn. De jeugdtrainers bij Albatros hebben allemaal de cursus jeugdtrainer van de NeVoBo met succes gevolgd.

Naast de jeugd- en hulptrainers heeft Albatros ook een jeugdcoördinator. Deze ontvangt kinderen (en ouders) bij aankomst tijdens hun eerste training, maar geeft gedurende het seizoen ook informatie door over aanmelding, contributie en de wedstrijddagen en -tijden. De coördinator houdt ook relevante gegevens bij van alle kinderen die



bij Albatros spelen en trainen, zoals adresgegevens, telefoonnummers en mailadressen.

De toewijzing van kinderen aan bepaalde trainingsgroepen (bij mini's per CMV niveau) is een gezamenlijke verantwoordelijkheid van de leden van de jeugdcommissie, waar o.a. alle jeugdtrainers en de coördinator aanwezig zijn.

Proeftrainingen en aanmelden nieuwe jeugdleden Na het volgen van 3 proeftrainingen kunnen nieuwe leden zich aanmelden als lid bij Albatros. Het aanmeldingsformulier staat op de website van Albatros: www.Albatros-Amsterdam.nl

en kan worden gemaïld naar de jeugdcoördinator (mailadres staat op het aanmeldingsformulier). Na aanmelding kan er in principe meteen worden getraind en gespeeld bij Albatros. **Materiaal** Bij de mini's wordt zowel tijdens de trainingen als tijdens CMV wedstrijden gespeeld met mini volleyballen. Deze ballen zijn goedgekeurd door de NeVoBo en lichter en kleiner dan de ballen waarmee de aspiranten en de senioren spelen; aspiranten spelen met seniorenballen.

De ballen worden door Albatros beschikbaar gesteld en na elke training en wedstrijd weer zorgvuldig opgeborgen.



Competitie

Volleybalteams Aan het begin van elk halfjaarlijks volleybalseizoen doet Albatros aan de NeVoBo een opgave van het aantal mini-jeugdteams dat namens Albatros uitkomt in de CMV competitie (inclusief het spelniveau van die teams) en het aantal aspirantenteams dat uitkomt in de reguliere NeVoBo-competitie. Vervolgens wordt elke team door de NeVoBo ingedeeld in een poule met andere teams van gelijk niveau. Daarbij wordt getracht te voorkomen dat teams van eenzelfde vereniging in eenzelfde poule en dus tegen elkaar spelen. Bij de opgave voor het CMV niveau wordt niet opgegeven welke kinderen in welke teams spelen. Daarmee hebben verenigingen, geheel volgens het CMV principe, de ruimte om kinderen tijdens het seizoen in een hoger CMV niveau te laten spelen op het moment dat een kind daaraan toe is. Bij de aspiranten is dit niet het geval. Aspiranten, kinderen in principe van 13 jaar en ouder, hebben een eigen NeVoBo spelerskaart en zijn gedurende de halfjaarlijkse competitie vast verbonden aan hun team.

Wedstrijden De CMV wedstrijden, 2 of 3 per keer, worden gespeeld op een aantal zaterdagochtenden in de perioden september/december en februari/mei en voor Albatros bijna altijd in de nieuwe Wethouder Verheijhal. Ook de aspiranten spelen veel wedstrijden op zaterdag en in deze sporthal, maar frequenter (10 wedstrijden per halfjaarlijks seizoen als bovengenoemd) en aan het begin

van de middag.

De speeldata en de locaties zijn redelijk vroeg bekend bij Albatros; voor de wedstrijden van de aspiranten geldt dat ook voor de speeltijden. Deze informatie is terug te vinden op de website van Albatros.

Wat de speeltijden van de CMV wedstrijden betreft, de verenigingen worden door de NeVoBo per wedstrijddag één week van tevoren geïnformeerd over de tijden. Zodra Albatros beschikt over deze informatie, wordt het gemaïld aan alle kinderen van de teams die die betreffende zaterdag spelen. In deze mail wordt alle kinderen gevraagd om eveneens via de mail aan te geven of zij wel of niet in de gelegenheid zijn om aan de wedstrijden op deze dag deel te nemen. Albatros hecht er groot belang aan dat aan- en afmeldingen tijdig worden doorgegeven, zowel voor de organisatie (zijn alle teams voldoende bemand), maar ook uit respect voor de coach en de andere spelers van het team.

Bij een tekort aan spelers tijdens de wedstrijden wordt in eerste instantie andere Albatros jeugdleden gevraagd om in te vallen; invallen kan alleen in een team dat een gelijk of hoger CMV niveau speelt. Als dat niet mogelijk is, dan worden kinderen van andere verenigingen gepolst als invaller.

Alle kinderen wordt gevraagd om zeker 20 minuten voor aanvang van de eerste wedstrijd omgekleed aanwezig te zijn. Dan is er nog tijd om samen in te spelen, de zogenaamde

warming up. Dat is goed voor het opwarmen van de spieren en de blessurekans te verkleinen. Maar het is ook goed voor de teamgeest als de kinderen en de coach zich samen voorbereiden op de wedstrijd.

Als een mini-speler, om welke reden dan ook, na aanvang van de wedstrijd in de sporthal arriveert, dan meldt hij zich bij de coach. Deze speler speelt dan in principe deze eerste set/wedstrijd niet mee. Hij wordt wel weer opgesteld voor de volgende set/wedstrijd. Ook aspirantleden zitten in soortgelijke situaties de eerste set aan de kant.

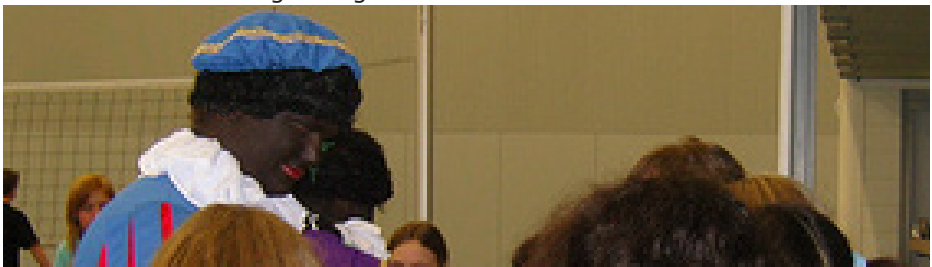
Elk team wordt tijdens de wedstrijden begeleid door een coach. Dit is in principe een vaste coach, in de meeste gevallen de trainer. De coach regelt voor elke wedstrijd de teamopstelling, het eventuele indraaien van spelers (bij mini's in geval van meer dan 4 spelers) en het wisselen van spelers (aspiranten). De coach ondersteunt het team tijdens de wedstrijd met aanmoedigingen en aanwijzingen, zorgt ervoor dat alle kinderen ongeveer evenveel aan spelen toekomen en zorgt voor een goede teamgeest.

Alle verenigingen worden door de NeVoBo gevraagd om

scheidsrechters te leveren. Meestal worden wedstrijden gefloten van andere verenigingen. Deze vraag om wedstrijden te fluiten wordt ingevuld door de coaches of trainers van Albatros. Voor het bijhouden van de tellerstand tijdens deze wedstrijden wordt veelal een beroep gedaan op een van de aanwezige kinderen van Albatros en een enkele keer op een ouder.

Albatros, de jeugd zelf maar ook de coaches en trainers, stellen belangstelling van de ouders tijdens wedstrijden erg op prijs. Hun aanwezigheid en aanmoedigingen vergroten het enthousiasme van de kinderen in het veld, die er trots op zijn om te kunnen laten zien welke vorderingen zij hebben gemaakt. Uiteraard geldt wat betreft de aanmoedigingen hetzelfde als voor de coaches: terughoudendheid, altijd positief en benadrukken wat goed ging.

Na afloop van een wedstrijd worden, als sportief gebaar, bij het net handen geschud van de tegenstanders. Daarna volgt een korte teambespreking. De kinderen geven aan wat ze goed vonden gaan en waar verbeteringen mogelijk zijn tijdens de volgende wedstrijd.



Hygiëne, gezondheid en veiligheid

Sportkleding Zowel trainers als spelers dragen tijdens de training sportkleding. Sportkleding geeft de flexibiliteit die nodig is om goed te kunnen bewegen. Wat betreft de jeugd betekent dat: gym/sport/volleybalschoenen, een korte broek/trainingsbroek en een sport/t-shirt.

Goede sportschoenen zijn nodig om de enkels optimaal te ondersteunen. De schoenen dienen witte zolen te hebben om de zaalvloer te ontzien. De schoenen mogen uiteraard niet buiten zijn gedragen om straatvuil uit de zaal te weren.

De overige kleding, broek en shirt, is niet hetgeen de kinderen overdag ook aan hebben gehad en zeker geen spijkerbroek. Uit hygiëne overwegingen kleden de kinderen zich voor en na elke training en wedstrijd om.

Er is in de sporthal gelegenheid om te douchen, zowel na de training als na de wedstrijden. Albatros laat het aan de ouders over om over het gebruik hiervan afspraken te maken met de kinderen.

Bij Sporthuis C. van den Bogaardt op de Pretoriusstraat is een Albatros shirt te koop (ca. € 20). Dat is een shirt in de clubkleuren blauw-wit met een witte Albatros, ons logo, als opdruk. Het dragen van een Albatros shirt met (vaste) spelersnummers is bij de aspiranten tijdens wedstrijden verplicht. Bij de mini's stelt de vereniging het erg op

prijs als de kinderen in het Albatros shirt deelnemen aan wedstrijden. De clubuitstraling, maar ook het teamgevoel bij de kinderen, varen er wel bij.

In de nieuwe Wethouder Verheijhal zijn de kleedkamers op de 1e verdieping, terwijl de sporthal op de 2e verdieping ligt. Dat betekent dat alle kinderen hun kleding en andere spullen, na het omkleden in de kleedkamers, meenemen naar de hal. Er is geen toezicht op hetgeen er in de kleedkamers gebeurt als wij boven trainen of wedstrijden spelen. Uiteraard dienen deze spullen goed aan de zijkant van het veld te worden gelegd waar wordt getraind of gespeeld. Rondslingerende spullen kunnen onaangename valpartijen veroorzaken of het sneller zoekraken bevorderen.

Sieraden Tijdens de trainingen en wedstrijden dragen de kinderen geen sieraden, dus geen horloges, armbanden, ringen, kettingen of oorbellen. Zij kunnen daarmee eenvoudig zichzelf of andere kinderen verwonden. Oorbellen kunnen gemakkelijk in het net blijven haken. En in geval van snel opkomende zwellingen bij kneuzingen is er veelal geen tijd meer om afknellende ringen, armbanden of horloges af te doen.

Water tijdens de pauze Het is in de nieuwe Wethouder Verheijhal verboden om in de hal limonade te drinken of te snoepen (koek, snoep, chips, etc.). En gelet op de

grootte van het gebouw, blijven de kinderen gedurende de korte pauze tijdens de training dan ook in de hal zelf. Dit betekent dat de kinderen wordt gevraagd om uitsluitend een waterfles mee te brengen, die ze dan voorafgaand aan de training in de kleedkamer vullen en in de hal klaarzetten om tijdens de pauze wat water te kunnen drinken.

Gewenst gedrag Albatros gaat uit van integer en respectvol gedrag van alle betrokkenen bij de volleybalsport. Daaronder verstaat de vereniging met name: we, de spelers, trainers en coaches,

luisteren naar elkaar, praten niet door elkaar heen

informereren elkaar tijdig en zorgvuldig, b.v. over afwezigheid tijdens de training of het niet kunnen deelnemen aan wedstrijden

formuleren zorgvuldig en gebruiken geen grof taalgebruik

Ongewenst gedrag zoals pesten, zowel lichamelijk als geestelijk, of

de trainers of (andere) kinderen op andere wijze onheus bejegenen, wordt door Albatros ten sterkste afgewezen. Mocht ongewenst gedrag voorkomen, dan hanteert Albatros het volgende beleid:

In geval het ongewenst gedrag van een kind betreft:

Eerst wordt het betreffende kind er door de trainer op aangesproken

Na enkele keren zonder effect worden de ouders geïnformeerd

In onverbeterbare en te hinderlijke gevallen (verstorend voor trainers, coaches en/of medespelers) wordt in overleg met de ouders het lidmaatschap van Albatros beëindigd

In geval het ongewenst gedrag van een trainer, coach of ouder betreft:

Eerst wordt de betreffende persoon erop aangesproken

In gevallen waarin de situatie naar de mening van de betrokkenen niet afdoende kan worden opgelost, beslist de jeugdcommissie.



Wat nog resteert

Communicatie De vereniging heeft een eigen website www.albatros-amsterdam.nl. Daarop is informatie te vinden over wie we zijn, over wedstrijdprogramma's en -uitslagen en een eigen weblog voor leden. Ook het aanmeldingsformulier staat op de website waardoor het eenvoudig mogelijk is om de kinderen via de mail aan te melden als nieuw lid.

Albatros werft ook actief nieuwe jeugdleden. Daarvoor worden posters opgehangen in de basisscholen in de Watergraafsmeer en in middelbare scholen in Oost-Watergraafsmeer en Amsterdam Zuid. Een belangrijke weg waarlangs nieuwe jeugdleden worden geworven is de mond-op-mond reclame door de jeugdleden zelf. Zij weten immers uit eigen ervaring hoe leuk de sport is en hoe gezellig het is om bij Albatros te trainen en wedstrijden te spelen.

Toernooien

Familietoernooi Aan het einde van het halfjaarlijkse volleybalseizoen in mei en december, organiseert Albatros traditiegetrouw het



Familietoernooi. Dat betekent dat elk kind familie en vriendjes mag uitnodigen om een volleybaltoernooi samen met hen te komen spelen in de Weth. Verheijhal. Er worden wedstrijdjes van 4 tegen 4 gespeeld op het niveau waarop de kinderen aan het einde van het seizoen ook hun wedstrijden hebben gespeeld. De spelregels worden voor eenieder van tevoren uitgelegd. Voor de kinderen is dit een groot feest.

Openbare volleybaltoernooien

Albatros schrijft haar jeugdteams in voor een aantal jeugdtoernooien. Het jaarlijkse US Grastoernooi dat buiten wordt gespeeld, is er een van. Andere mogelijkheden zijn inschrijving op beachvolleybaltoernooien. Voordat wordt ingeschreven wordt de belangstelling en beschikbaarheid bij de betreffende jeugdleden gepolst.

Volleybalvereniging Albatros

CLUBBLOG

D1

D2

D3

H1

H2

H3

H4

JV

J1

J2

MINI

