

Beleidsplan Jeugd

[HB Sint-Truiden]



November 2023

Versie 16.0

Seizoen 2023-2024

Inhoud

Inhoud	2
Update Geschiedenis	4
A. GLOBAAL BELEIDSPLAN.....	7
1. Missie	7
1.1.1 Waarden	7
2. Visie.....	8
2.1 Doelgroepen	8
2.2 Doelstellingen	9
2.2.1 Korte en lange termijn	9
2.2.2. Strategie.....	9
2.2.3. Tactiek.....	10
3. Gezondheidsplan	12
3.1. Structureel	12
3.2. Regulering.....	13
3.3. Educatie	14
4. Jeugdorganigram	16
.....	16
4.1 Technische staf en de ondersteuning ervan.....	16
4.2 Jeugd ploegen en trainingsgelegenheid.....	21
5. Analyse DESTEP-factoren	22
6. SWOT-analyse.....	23
7. Tornado	25
8. Bijscholingen.....	25
9. Recrutering & Drop-out.....	25
11. Cursussen jeugdscheidsrechter	26
12. Begeleiden jeugdscheidsrechter.....	26
13. Communicatie en verenigingsleven	26
14. Bevorderen fairplay.....	27
B. SPORTTECHNISCH BELEIDSPLAN.....	28
1. Sporttechnische hoofddoelstellingen/accenten per team.....	28
1.1 JM8 – JM10 – JM12	28
1.2 JM14	32
1.3 JM16	34

1.4 J18 – M19.....	36
BIJLAGE I.....	37
Handbalclub HB Sint Truiden: CLUBREGLEMENT	37
BIJLAGE II.....	39
BIJLAGE III.....	40
BIJLAGE IV.....	41

Update Geschiedenis

Datum	Versie	Auteurs	Commentaar
Juni-2007	0.1	Martijn Stassen	Initiële Versie
Sep-2007	1.0	Martijn Stassen Stephen Martens	Finale versie voor seizoen 2007-2008
April-2008	2.0	Martijn Stassen Stephen Martens	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Update van de doelstellingen ▪ Weaknesses en strengths up to date gebracht aan huidige situatie ▪ Sectie “Ploegbegeleiders” toegevoegd ▪ Seizoen 2008-2009
Mei-2008	2.1	Stephen Martens Martijn Stassen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Toevoegen van informatie vereist door het IQ-project van de V.H.V.
Maart-2009	3.0	Martijn Stassen Stephen Martens	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Vertalen van huidige doelstellingen naar de 3 luiken voor het vernieuwde JSF. ▪ Updaten van de DESTEP en SWOT aan huidige situatie
Maart-2009	3.1	Stephen Martens	Verbeteringen na feedback V.H.V.
Nov-2009	4.0	Martijn Stassen Stephen Martens	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Seizoen 2009-2010 ▪ Naamswijziging STHVJM → HB Sint-Truiden ▪ Werking rond centrale waarden ▪ Toevoeging Gezondheidsplan ▪ Update SWOT analyse
Nov-2010	5.0	Stephen Martens Katrien De Backer	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Opvolging en beoordeling vorig seizoen ▪ Seizoen 2010-2011 ▪ Instroom nieuwelingen: Begeleiding door trainer Initiatie Handbal
Jan-2011	5.1	Angelo Verdonck	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gedragscode voor de ouders

Mei-2011	5.2	Marijn Peters Katrien De Backer	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Doorlichting beleidsplan ▪ Toevoeging sporttechnisch gedeelte
Aug-2011	5.3	Katrien De Backer	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Seizoen 2011-2012
Nov-2011	5.4	Katrien De Backer	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Seizoen 2011-2012: Algemene aanpassingen
Nov-2012	6.1	Katrien De Backer	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Seizoen 2012-2013: Algemene aanpassingen ▪ Uitbreiding sporttechnische structuur JM12 en JM10
Sept-2013	7.0	Johan Helsen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Seizoen 2013-2014: Algemene aanpassingen ▪ Update Organisatie medewerkers (4.1.1)
November '13	7.1	Stephen Martens	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Revision
December '14	7.2	Stephen Martens	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Update seizoen
Februari '15	7.3	Stephen Martens	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Update ploegbenamingen ▪ Toevoeging Beleid damesrecruterings
December '15	8.0	Stephen Martens Maarten De Backer	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Update seizoen ▪ Update nieuwe look & slogan ▪ Uitbreiding sportieve leerlijn
Oktober '15	8.01	Stephen Martens Daniel Driljeux Johan Helsen Dirk Mommen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Update seizoen 2016-2017
Oktober '16	9.01	Stephen Martens Daniel Driljeux Johan Helsen Dirk Mommen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Update seizoen 2017-2018
Oktober '17	10.01	Stephen Martens Daniel Driljeux	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Update seizoen 2017-2018

Oktober 2018	11.0	Daniel Driljeux Stephen Martens	▪ Update seizoen 2018-2019
November 2019	12.0	Daniel Driljeux Jeroen De Beule Stephen Martens	▪ Update seizoen 2019-2020
December 2020	13.0	Daniel Driljeux Stephen Martens	▪ Update seizoen 2020-2021
November 2021	14.0	Jo Delpire Stephen Martens	▪ Update seizoen 2021-2022
November 2022	15.0	Stephen Martens Jo Delpire	▪ Update seizoen 2022-2023
November 2023	16.0	Stephen Martens	▪ Update seizoen 2023-2024

A. GLOBAAL BELEIDSPLAN

1. Missie

De jeugdafdeling van HB Sint-Truiden wil zoveel mogelijk kinderen kennis laten maken met de handbalsport. Het wil daarbij ook jongeren van 3-18 jaar opleiden en begeleiden in functie van doorstroming naar de eerste ploeg. De jongeren die uit onze jeugdwerking komen zullen blijk geven van een kwalitatief sterke handbalopleiding en dragen waarden zoals Inzet en Respect hoog in het vaandel.

1.1.1 Waarden

Centrale waarden

- Inzet
- Respect & Beleving

Ondersteunende waarden

- Vriendschap
- Teamspirit
- Samenwerken
- Gedrevenheid
- Passie
- Hygiëne
- ...

In 2015-2016 werd ook een nieuw logo van HB Sint-Truiden geïntroduceerd met een slagzin die deze waarden vertegenwoordigt:



Sinds 2016-2017 werd de instapleeftijd van 5 naar 3 jaar verlaagd, dankzij het opstarten van een bewegingsschool (vroegere Multimove) om zo kinderen nog jonger aan het bewegen te krijgen!

In het seizoen 2022-2023 gaan we experimenteren met mini-handbal (2-2 variant op miniveld) op initiatief van Hubo Handbal. Wij vinden dit een heel interessant concept en gaan dit ook uitproberen.

2. Visie

Om te slagen in zijn missie wil de club erkend worden als een club die behoort tot de grootste en kwalitatief sterkste jeugdopleidingen, waar de jeugd zich thuis voelt met inzet en respect als centraal thema en met een effectieve doorstroming van eigen jeugd naar de 1e ploeg. Om dit te bereiken zal de club kwalitatief hoogstaande trainingen aanbieden op maat van de individuele speler tussen 3 en 18 jaar, rekening houdend met de leerlijnen opgesteld per leeftijdscategorie door de Vlaamse Handbalvereniging (VHV). Om de kinderen belangrijke waarden als Inzet en Respect mee te geven in hun algemene vorming zal er gewerkt worden rond een centrale slogan waar de hele jeugdwerking telkens op kan terugvallen: **Respect in Beleving!**

2.1 Doelgroepen

Primair

- Speler(tjes)
- Ouders
- Trainers
- Begeleiders
- Bestuursleden
- Jongeren/kinderen (3-18j) uit Groot-Sint-Truiden
- ...

Secundair

- Provincie Limburg
- Vlaamse jongeren (3-18)
- Leveranciers
- RS Gingelom (oprichting nieuwe jeugdkern),...

2.2 Doelstellingen

2.2.1 Korte en lange termijn

A. *Kwaliteitsvolle basiswerking*

- De kwaliteit systematisch verhogen door de trainingsarbeid te verhogen en gediplomeerde trainers in te zetten, te begeleiden, bij te scholen en gepast te vergoeden.
- De jeugdspelers laten doorstromen waardoor binnen 9 jaar 50% van de eerste ploegen uit spelers bestaan, komende uit de eigen jeugdopleiding.
- Binnen 3 jaar jaarlijks minstens 1 jeugdspeler laten doorstromen naar zowel de eerste ploeg dames als heren.
- De jeugdspelers een basis bijbrengen van de centrale waarden van de club: respect en inzet in het kader van fairplay.

B. *Structurele kwaliteitsverhoging*

- Structurele jeugdwerking laten uitstippelen door hooggediplomeerde jeugdcoördinator.
- Facet “Jeugdscheidsrechters” oprichten binnen de jeugdwerking met eigen coördinator.
- Jeugd-SR's opleiden en actief begeleiden met als doel om elke 5 jaar 1 koppel te laten doorstromen als volwaardig scheidsrechterkoppel
- Jeugdafdeling helpt mee het internationale tornooi van de club te ondersteunen tijdens het paasweekend.

C. *Bevorderen van sportparticipatie van de jeugd*

- Jaarlijks 25 nieuwe spelers aantrekken van onder de 13 jaar oud, waarvan er minimaal 15 ook effectief aansluiten bij de club
- Drop-out voorkomen op alle leeftijden (met nog extra specifieke aandacht op J18leeftijd).

2.2.2. Strategie

- Het aantrekken van nieuwe jeugdspelers dient vooral te gebeuren door wervingsacties in de scholen. Deze worden 2-jaarlijks gepland door onze promotieverantwoordelijke.
- De kwaliteit van de trainingen wordt verhoogd door de begeleiding en inzet van gediplomeerde trainers.
- Nauw opvolgen van de doelstellingen en tijdig bijsturen.
- Drop-out voorkomen door de betrokkenheid tot de club en het handbal te vergroten.

2.2.3. Tactiek

A. Kwaliteitsvolle basiswerking

- De trainers worden jaarlijks bijgeschoold.
- Minimale vereisten voor de jeugdtrainers:
 - Bewegingsschool: Enthousiaste kinderbegeleider
 - JM8: Enthousiaste kinderbegeleider (aspirant initiator)
 - JM10: Initiator: Speler met ervaring (basis wordt hier gelegd)
 - JM12: Initiator: Speler met ervaring (basis wordt hier gelegd)
 - JM14: Jeugdinitiator
 - JM16: Jeugdinitiator (liefst Trainer B)
 - J18: Trainer B
- Pas beginnende trainers krijgen zeker ook hun kans, onder begeleiding van meer ervaren trainers. Zij worden ook gestimuleerd om na hun eerste seizoen de initiatorcursus te volgen.
- VHV leerlijn wordt door de trainers gevolgd

- Voldoende trainingsarbeid
 - Bewegingsschool: 1 x per week
 - JM08/10: 2 x per week
 - JM12, JM14, JM16 & J18: 3 x per week (sinds 2019 gaat JM12 naar 3x/w)
 - In 2020 gaan we over naar ploeg-overschrijdende trainingen. De 3^e training per week wordt aangeboden bij een hogere groep waar dit mogelijk is.
- Verder worden de kinderen ook gestimuleerd om hierbuiten nog 1 extra sportieve activiteit uit te oefenen (vb: zwemmen, fietsen,...)
- Fairplay: respect en inzet zijn de centrale waarden
- De club wil een uithangbord zijn en borg staan voor deze waarden. Dit zal ook ouders vertrouwen geven in onze werking.
- Er is een intern clubreglement (bijlage I) opgesteld waaraan leden zich moeten houden. Ook hier komen de waarden opnieuw naar voor. Alle leden krijgen jaarlijks het clubreglement samen met hun afrekening voor het lidgeld. Dit clubreglement is ook te raadplegen via de clubwebsite.
- De ouders van de jeugdspelers ondertekenen in het begin van het seizoen de gedragscode van sportieve sportouder (zie bijlage II).

B. Structurele kwaliteitsverhoging

- Het aantrekken van 2 jeugdcoördinatoren (administratief en sporttechnisch). De sporttechnisch jeugdcoördinator krijgt de taak de trainers te begeleiden, te helpen. Dit zal ook zijn taak zijn wat betreft de begeleiders van de ploegen.
- Hij dient over de jeugdwerking te waken en een plan op te stellen om op binnen de 9 jaar een continue doorstroom te verkrijgen van jeugdspelers naar de 1^e ploeg.
- Hij heeft controle over de inhoud van de trainingen:
 - VHV leerlijn moet gevolgd worden
 - 2-jaarlijks wordt een individuele en collectieve analyse gemaakt: huidig niveau t.o.v. geplande leerlijn.
 - De individuele analyses worden uitgezet in een vooruitgangsgrafiek. Hiermee kan zowel de vooruitgang van de speler individueel gevolgd worden als zijn vooruitgang t.o.v. het opgestelde leerplan van de V.H.V. 2-jaarlijks zal de jeugdcoördinator in samenspraak met de trainers de vooruitgangsgrafieken beoordelen en te ondernemen acties afspreken.
- Het opgestelde jeugdbeleidsplan zal bij elke jeugdvergadering getoetst worden aan zijn opvolging. Jaarlijks zal dit beleidsplan een herziening krijgen.
- Naast de jeugdcompetities, zal er deelgenomen worden aan minimaal 3 kwalitatief sterke jeugdturnoeien (waarvan 1 internationaal indien mogelijk).
- Volledige jeugdploegen zullen deelnemen aan een Jeugdscheidsrechtercursus (kwaliteit van de spelers verbetert ook door betere spelregelkennis). De vrijwilligers worden ingezet en actief begeleid in eigen jeugdwedstrijden door de JSR-verantwoordelijke (met actieve scheidsrechterervaring).

C. Bevordering van de sportparticipatie van de jeugd

(zie Recruitering (9) en Voorkomen van dropout (10))

Opstarten van G-Handbal (sinds seizoen 2018-2019)

3. Gezondheidsplan

De club heeft een grote verantwoordelijkheid als het gaat om de gezondheid van jongeren. Zowel aan de effectieve gezondheid/conditie maar ook aan het bewust zijn van goede verzorging wil de club aandacht schenken in onze jeugdwerking. Daarom werd dit gezondheidsplan opgesteld. Om een succesvol gezondheidsbeleid te voeren in de club, zal het geïntegreerd moeten worden op de verschillende niveaus van de club. Zowel tijdens de trainingen als op bestuursniveau moet dit gezondheidsplan zichtbaar worden.

3.1. Structureel

De club zorgt voor een goede omkadering zodat er een gezonde en veilige sportomgeving gecreëerd kan worden. Daarnaast zorgt de club voor medische begeleiding.

Allereerst wordt er met gediplomeerde trainers gewerkt. Trainers die ook de risico's kennen van sportende kinderen en materialen die tijdens trainingen gebruikt kunnen worden.

In elke sporthal is een EHBO kamer met het vereiste EHBO materiaal aanwezig. Vooraleer een training begonnen wordt, kijkt de trainer na of alle doelen verankerd zijn, ander storend materiaal aan de kant staat. Het didactisch materiaal dat door de trainers gebruikt wordt, moet in goede staat zijn en mag geen veiligheidsgevaar vormen voor de spelers. Er wordt tevens ook gezorgd dat in elke sporthal steeds gekoeld ijs.

De club heeft een medisch kader aangesteld. Voor elke seniorenploeg is er een aparte kinesiste die elke wedstrijd begeleidt. De kinesiste is ook het eerste aanspreekpunt indien er iets op training gebeurt. De kinesiste kan de gekwetste speler doorverwijzen naar de clubarts. Gegevens van clubarts en clubkine staan vermeld op de clubwebsite.

Wanneer een speler terug uit blessure komt, mag hij of zij pas terug deelnemen aan de sportactiviteiten wanneer de kinesiste hier goedkeuring voor geeft. Bij zwaardere blessures moet de clubarts een genezingsattest afgeven.

Elke aangesloten speler van de club valt onder de sportverzekering van de VHV. Hun bijdrage wordt mee opgenomen in de berekening van het lidgeld. Voor nieuwe spelers die bij promotie-activiteiten kennismaken met de handbalsport is er een speciale sportpromotionele verzekeringspolis afgesloten.

Jaarlijks zal de clubarts of de clubkinesiste ook een thema-avond houden in functie van de medische begeleiding van onze jeugdspelers. Het onderwerp van deze avond zal gekozen worden in overleg met de jeugdtrainers in functie van de noodzaak die geacht wordt.

3.2. Regulering

De club heeft de Panathlon Verklaring over ethiek in de jeugdsport ondertekend (zie bijlage III). HandBal Sint-Truiden erkent hier en aanvaardt het feit dat sport ook negatieve effecten kan veroorzaken en dat er preventieve gezonde maatregelen nodig zijn om kinderen te beschermen. HandBal Sint-Truiden erkent hier ook het volgende:

- Alle kinderen hebben het recht:
- Sport te beoefenen
- Zich te vermaken en te spelen
- In een gezonde omgeving te leven
- Waardig behandeld te worden
- Getraind en begeleid te worden door competente mensen
- Deel te nemen aan training die aangepast is aan hun leeftijd en individueel ritme
- Zich te meten met kinderen van hetzelfde niveau in een aangepaste competitie
- In veilige omstandigheden aan sport te doen
- Te rusten
- De kans te krijgen kampioen te worden, of het niet te worden

Er worden goede afspraken gemaakt en een reglement wordt opgesteld ter bevordering van het goed uitvoeren van het gezondheidsplan. Deze regels zijn mee opgenomen in het clubreglement (bijlage I).

3.3. Educatie

De club heeft een educatieve verantwoordelijkheid als het om gezondheid aankomt. De belangrijkste rol ligt hier bij de trainers en de ploegbegeleiders. Zij hebben ook een taak hierin om de ouders zo goed mogelijk mee te krijgen met dit plan. In het bewust maken van het belang van aandacht voor hun eigen gezondheid werkt de club volgens een aantal prioriteiten:

Respect voor uw eigen lichaam

De centrale waarde “Respect” waar rond gewerkt wordt, komt ook in ons gezondheidsplan terug. De trainers leggen dit begrip aan hun spelers uit en doen dit aan de hand van praktische voorbeelden:

- Roken staat gelijk in onze club aan een gebrek aan zelfrespect. Het wordt aan de kinderen duidelijk gemaakt dat alle werk dat zij in trainingen steken om hun lichaam sterker te maken tegen externe factoren, zij dit allemaal teniet doen door te gaan roken. Wat getuigt van een gebrek aan respect voor uw eigen werk en lichaam.
- De trainers geven coördinatie-oefeningen en stabilisatieoefeningen (aangepast aan leeftijd). Het belang van goed uitvoeren van deze oefeningen wordt aan de kinderen duidelijk gemaakt. Hiermee wordt het risico op blessures sterk verkleind. Indien toch een blessure wordt opgelopen, dan houdt de ploegbegeleider controle dat de kinderen zich goed verzorgen. Heroptreden mag pas wanneer kinesiste of clubarts hiertoe toestemming geven.
- Drugs en Dopinggebruik. Het afbrekend effect aan uw lichaam wordt door de trainers toegelicht en uitgelegd.
- ...

Lichaamshygiëne

Het belang van douchen na een wedstrijd wordt van bij de JM12 benadrukt. De JM12 douchen gezamenlijk (en gemengd) bij tornooien. Vanaf JM14 wordt hier ook een verplichting opgelegd bij trainingen en wedstrijden. De gewoonte om na een inspanning te douchen moet in onze club aangeleerd worden. Het is verder ook niet toegelaten aan de kinderen om in herfst en winter zonder jas in de sporthal toe te komen of deze te verlaten. Het belang van voldoende warme kledij bij mindere weersomstandigheden wordt nauwgezet gecontroleerd door de jeugdtrainers.

Gezonde Voeding

De kinderen moeten zich bewust worden van het belang van een gezonde en evenwichtige voeding. Hier wordt door de trainers op gelet en in bijgestuurd, maar we proberen vooral die bewustzijn te creëren door jaarlijks alle kinderen via email een opdracht te geven om leuke vragenlijstjes in te vullen op internet. Zij moeten dan ons hun “score” laten weten en deze worden bijgehouden en geëvalueerd met de trainers. De kinderen waarbij een probleem vastgesteld wordt in hun eetgedrag worden persoonlijk hierover aangesproken door de trainer en de jeugdcoördinator of trainer zal op een diplomatische manier de ouders hierop attent proberen te maken.

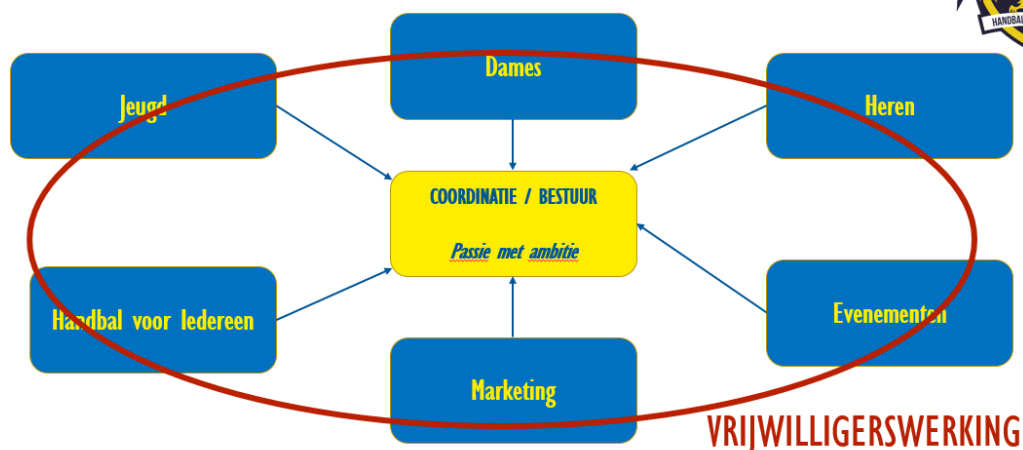
De vragenlijstjes kunnen wel zowel extern (BLOSO, Universiteiten, ...) als intern (ludieke varianten op clubwebsite) opgesteld worden. Voorbeelden van deze vragenlijstjes:

- <http://www.fitteschool.be/beweegeneet/voeding-beweging/index.html>
- <http://www.mijndriehoek.be>

4. Jeugdorganigram



Structuur en organisatie



De club is georganiseerd in verschillende afdelingen, waarbij het bestuur de algemene coördinatie heeft. Hierbij is onze vrijwilligerswerking de rode draad doorheen de hele club.

4.1 Technische staf en de ondersteuning ervan

De technische staf van de jeugd, die 2-maandelijks samenkomt, bestaat uit:

- Stephen Martens (Sport-technisch jeugdcoördinator, gediplomeerd VTS Instapmodule)
- Daniel Driljeux (Adviseur/Opvolging, verantw JSR, B-trainer)
- Jo Delpire (Ex-international met A-licentie, trainer JM16)
- Moustapha Ajellal (Trainer JM14, speler op hoogste niveau)
- Wim Smets (Assistent-trainer JM16)
- Eddy Yerna (Trainer JM12, Aspirant-initiator)
- Lize Putzeys (Trainster JM08/10, Master Kinesithérapie)
- Sarah Liesenborghs (Trainster JM12 Aspirant-initiator)
- Joris Carpentier (trainer JM10, Aspirant-Initiator)
- Aiko Schepkens (trainer JM08, Bachelor L.O)
- David Krasuski (Trainer JM10, Speler H1)
- Lucy Dewit (Trainster bewegingsschool, Multi-move)
- H el ene Beris (Keepertrainer Jeugd & Dames & Heren Senioren)

Trainingen worden per voorkeur in duo gegeven om afwezigheden makkelijker op te vangen en om bij grotere niveauverschillen, de groepen te kunnen opsplitsen.

Elke ploeg worden (organisatorisch) bijgestaan door 2 ploegverantwoordelijken (2 vrijwilligers uit de oudergroep van die ploeg).

4.1.1 Functiebeschrijvingen Medewerkers

Clubbestuur

- Dienen een begroting op te stellen voor de jeugdopleiding binnen de club per seizoen waarin middelen worden vrijgemaakt ter vergoeding van de trainers en de jeugdcoördinator, de aanschaf van het materiaal, de zaalhuur...
- Inkomstenwerving: organisatie van jeugdturnoien, verkoopacties, sponsorwerving en –opvolging,...
- Uitbetaling van de trainers in de 1^e week van iedere kalendermaand ifv hun opleidingsniveau en a.h.v. duidelijk afgelijnde, niet-interpreteerbare tarieven.
- Het stimuleren van de trainers tot het volgen van bijscholingen en cursussen door deze te betalen. Indien de trainer niet slaagt voor zijn cursus dient hij het geld terug te betalen.

Administratief jeugdcoördinator (JC)

- Coördineert de jeugdwerking voor, tijdens en na (i.f.v. het komende) het seizoen.
- Minimaal 2-maandelijks dient hij een trainersvergadering te organiseren, waar alle mogelijke zaken aangaande de jeugdwerking, trainingen, werving, trainerschap besproken worden. De trainers krijgen de mogelijkheid vernieuwende voorstellen op tafel te leggen ter promotie/bevordering van de jeugdwerking. De trainersgroep probeert eenduidige standpunten te vormen waarmee naar buiten (bestuursvergadering) getreden wordt. Indien de JC het nodig acht om vaker bij een te komen, neemt hij hierin eveneens het initiatief.
- De jeugdcoördinator maakt deel uit van de bestuursvergadering, waar hij advies geeft in alle aangelegenheden die de jeugdwerking aangaat.
- Ten laatste 2 weken na het einde van de laatste jeugdwedstrijd maakt de jeugdcoördinator een rapport op met zijn bevindingen over het afgelopen seizoen, zijn conclusies en zijn aanbevelingen naar volgend seizoen.
- In het tussenseizoen neemt hij de maatregelen die nodig zijn volgens zijn rapport om de kwaliteitsvolle jeugdwerking binnen de club te kunnen blijven garanderen.

- De jeugdcoördinator legt een oudervergadering in, in de loop van augustus, waarin de ploegen, trainers, trainingsuren, het seizoenverloop en de verwachtingen van de ouders t.o.v. hun kind en de club wordt verduidelijkt.
- De jeugdcoördinator stelt een actieplan op samen met de jeugscheidsrechterverantwoordelijke ter bevordering van de fairplay tijdens wedstrijden en trainingen bij spelers, ouders, trainers en begeleiders.

Sporttechnisch jeugdcoördinator (STJC)

- Begeleiding van de trainers door min.1x, en liefst zoveel mogelijk, per maand een training bij te wonen van iedere jeugd ploeg en de trainer te voorzien van feedback. Deze feedback is gericht op didactische aspecten, op de trainingsinhoud (voorbereiding op papier, logische en methodologische opbouw, differentiatie, i.f.v. leerlijnen,...).
- De jeugdcoördinator dient vragen en ideeën van de trainers te stimuleren en is het klankbord van de trainers.
- De jeugdcoördinator maakt en onderhoud contacten met (mogelijke kandidaat) trainers zodoende een kwaliteitsvolle jeugdwerking te kunnen blijven garanderen.
- Op basis van de spelersrapporten en in overleg met de trainers en het bestuur dient hij een uitwerking te maken van de in te schrijven ploegen voor het volgend seizoen.
- De jeugdcoördinator stelt alles in het werk om de trainers zo efficiënt mogelijk te laten functioneren. Dit houdt in dat hij lege trainingsvoorbereidingsformulieren voorziet, dat hij ploegbegeleiders aanstelt, dat hij trainingsmateriaal voorziet...

Opvolgers jeugdlijn – senioren (OPV)

- De leerlijn van de jeugd moet uiteraard doorgezet worden tot en met de senioren. Bij voorkeur worden de T2 van de senioren ploegen hiervoor ingezet.
- Zij geven de lijn van de STJC door aan de T1 en volgen bij beide partijen op dat jeugd en senioren op 1 lijn blijven zitten.
- Geven de jaarlijkse interne bijscholing aan de jeugdtrainers

Trainers (TR)

- Alle trainers dienen in het seizoen waarin ze actief zijn minstens één bijscholing buiten de club te volgen en zijn verplicht door de club ingerichte bijscholingen te volgen.
- De trainers maken hun trainingen schriftelijk op, rekening houden met de leerlijnen opgesteld door de VHV.
- In de seizoenshelft en binnen de maand na de laatste wedstrijd wordt er een spelersrapport aan de jeugdcoördinator overhandigd. In dit spelersrapport staat de evolutie van de speler beschreven (coördinatie, technisch, tactisch, conditioneel, fysiek, mentaal,...)
- In de seizoenshelft en binnen de 2 weken na de laatste wedstrijd wordt er een ploegrapport aan de jeugdcoördinator overhandigd. In dit ploegrapport staat de evolutie van de ploeg beschreven en worden constructieve bedenkingen naar volgend seizoen toe gegeven.
- De trainer dient een onkostenformulier per maand in te dienen bij het bestuur. Hij doet dit in de eerste 3 dagen van de volgende maand, zodoende op tijd zijn betaling te krijgen.
- Wanneer nieuwe spelers komen trainen worden hun gegevens door de trainer genoteerd en doorgegeven aan de administratief verantwoordelijke ter bevordering van de opvolging van nieuwe jeugdspelers.

Ploegbegeleiders (PA)

- Elke jeugd ploeg moet een ploegbegeleider hebben die de trainer organisatorisch en administratief ondersteunt naast het veld. De PB moet niet noodzakelijk de tafelverantwoordelijke zijn.
- De PA zorgt voor de communicatie over de wedstrijden en/of andere activiteiten met duidelijke vermelding van afspraaktijd en –plaats.
- De PA regelt het vervoer voor de wedstrijden op verplaatsing.
- De PA stelt een lijst op van alle spe(e)l(st)ers met telefoonnummer en emailadres en bezorgt deze aan trainer + JC. De JC maakt deze op zijn beurt over aan het hoofdbestuur.
- De PA zorgt voor het wassen van de truitjes (of stelt een beurtrol op). De PA is ervoor verantwoordelijk dat de truitjes op elke wedstrijd tijdig aanwezig zijn.
- De PA regelt een uitstapje met alle kinderen tijdens het seizoen (los van de wedstrijden).
- Bij evenementen wordt er hulp gevraagd via de PA's. Zij zijn het aanspreekpunt tussen de ouders en de club en vise versa.
- De PA-functie wordt bij voorkeur in duo-rol uitgevoerd.

- Alle PA's komen op regelmatige basis samen met de Adm. Jeugdverantwoordelijke voor overleg over alle ploegen heen.

Jeugscheidsrechtercoördinator (JSRC)

- De jeugscheidsrechtercoördinator is een ervaren (ex) scheidsrechter met een goede voeling met jeugd.
- De JSRC zal de jaarlijkse scheidsrechterbijscholing volgen.
- De JSRC zal elke 2 jaar de volledige JM16 ploeg inschrijven voor een jeugscheidsrechtercursus.
- De JSRC zal deze ploeg opvolgen en enthousiaste JSR's inzetten en actief begeleiden bij de jongere jeugdcategory's.
- De JSRC zal er voor zorgen dat jeugscheidsrechters enkel onder begeleiding een wedstrijd fluiten. Van deze begeleiding zal ook telkens een rapport opgesteld worden.
- De JSRC streeft op termijn naar een doorstroming van 1 volwaardig SR-koppel per 4 seizoenen.
- De JSRC stelt samen met de JC een actieplan op ter bevordering van de fairplay tijdens wedstrijden en trainingen bij spelers, ouders, trainers en begeleiders. Zie bijlage III.

Aanspreekpunt Persoonlijke Integriteit (API)

- De club heeft een aanspreekpunt aangesteld voor leden over ervaringen binnen de club waarbij de persoonlijke integriteit van het lid in gevaar kwam.
- De API is geen lid van het club bestuur.
- De API is wel een toegankelijk persoon binnen de club en verschijnt op vele activiteiten.
- Het spreekt voor zich dat de club de API zal selecteren op basis van zijn social skills en discretie.
- De API volgt de jaarlijkse bijscholing georganiseerd door de VHV.

4.2 Jeugdploegen en trainingsgelegenheid

Steeds te vinden op de clubwebsite: <http://www.handbalsint-truiden.be> bij Kalender → Trainingsuren. Dit is het standaardrooster, enkel afwijkingen zullen vermeld worden op de homepage van de website.

5. Analyse DESTEP-factoren

DESTEP bepaalt de omgevingsfactoren waarmee *HB Sint-Truiden Jeugd* rekening dient te houden.

Demografische factoren

De club is gelegen in Zuid-Limburg. Binnen een straal van 15 km liggen 3 handbalclubs: 2 topclubs (United Tongeren & Initia Hasselt) en 1 Liga-club (Pent. Kortesseem).

Ecologische factoren

Voor de goede werking van de club worden er doorheen het jaar acties gehouden. De club houdt er aan ook minimaal 1 actie te houden met een ecologische factor.

Sociale factoren

Er wordt binnen de club niet aan kwaliteitsschiftingen gedaan. Ook kinderen zonder enig talent moeten de mogelijkheid krijgen om mee te spelen. Indien voldoende aantal spelers is het wel mogelijk om een kwaliteitssplitsing te maken. De aanwezigheid binnen de stad van het vluchtelingenasiel *Fedasil* zorgt ervoor dat er regelmatig anderstalige spelertjes (van andere culturen) zich aanbieden op trainingen. Meestal is dit echter maar voor kortere periodes (gemiddeld: 3 maand – 1 jaar).

Voordelen: - Regelmatig extra spelertjes

Nadelen: - Telkens spelertjes waarmee je (meestal) van 0 moet beginnen

- Meertalige jeugd ploeg

Technologische factoren

Technologische kennis is ruimschoots aanwezig. Technologische infrastructuur kan als voldoende beschouwd worden. Wel moet er steeds een ruime tijdspanne gerekend worden voor dergelijke projecten.

Economische factoren

De club beschikt op het moment van de analyse over een middelmatig budget (t.o.v. de Belgische handbalwereld).

Politieke factoren

De steun van de politiek richt zich in eerste instantie volledig op het voetbal. De resterende aandacht wordt getracht evenredig verdeeld te worden over alle andere sportclubs van Sint-Truiden (zowel handbal, darts, als hondenclubs worden dan even belangrijk geacht). Bij het verdelen van de sporthaluren krijgen de 3 grote zaalclubs (basket, volley, handbal) wel voorrang op de kleinere clubs. Onderlinge prioriteit wordt jaarlijks afgewisseld.

6. SWOT-analyse

Strengths

- Sterke verbondenheid – familieclub
- Trainersteam met jonge, gedreven trainers
- Eigen jeugdspelers die reeds doorgestroomd of aan het doorstromen zijn naar de 1^e ploeg
- Sterke positie in stad t.o.v. andere zaalsportclubs door hoge niveau en nationale uitstraling dames- en herenploeg
- De wil om te veranderen
- Controle over de inhoud van de trainingen
 - VHV leerlijn wordt gevolgd
 - 2-jaarlijks wordt een individuele en collectieve analyse gemaakt: Huidig niveau t.o.v. geplande leerlijn.
- Groot aantal JM12: Goede basis om mee te werken
- Goed uitgebouwde website: Centraal communicatiemiddel
- Samenwerking met RS Gingelom wat betreft jongens sinds augustus 2010
- ...

Weaknesses

- Nog steeds niet- of ondergediplomeerde trainers (discrepancie van de vergoedingen zijn te klein: basisloon laten dalen?)
- Dagelijks bestuur beperkt tot enkelen
- Onbekendheid handbal bij het groot publiek
- Geen ‘professionele’ begeleiding en omgeving voor de jeugdspeler
- Budget jeugdopleiding niet exact bepaald

- Centrale sporthal niet onderhouden (vervallen indruk)
- Te ver van de mensen (letterlijk: deelgemeenten)
- Zeer weinig sponsorgeld
- Zeer afhankelijk van vrijwilligers
- Samenwerking met RS Gingelom is stilgevallen
- ...

Opportunities

- Jeugdwerfingscampagne i.s.m. VHV: Handbal XL, WPOD
- Subsidies voor jeugdwerking indien vernieuwende projecten/evenementen:
 - Samenwerking met stadsbestuur voor scholenturnoaien
- Profilering:
 - DE damessport in Sint-Truiden
 - Enige sportclub in Sint-Truiden op het hoogste niveau, buiten voetbal
- Bekendheid verkrijgen door meer in het straatbeeld te verschijnen, acties te doen in de scholen, participeren aan evenementen, ...
 - Stand opzetten tijdens scholenturnooi
 - Presentaties geven in de week vóór het XL-project
 - Bijscholing voor L.O. leerkrachten geven (1 tot 2 maanden voor scholenturnooi)
- Voordelen handbal (iedereen veel scoren, snelle succeservaring) communiceren
- Oprichten van satellietclubs in de deelgemeenten voor de JM12 en JM14leeftijd met(logistieke en financiële) steun van de VHV en provincie
 - Mogelijkheid met RS Gingelom (HB Sint-Truiden kan de omkadering vormen met lokale begeleiding)
- Oprichten van (onafhankelijk) werkgroep (≠jeugdbestuur) ter bevordering van de jeugdwerking
- Nieuwe wind = nieuwe sponsormogelijkheden (RETURN!)
- Lobbying bij stadsbestuur/sportraad/sportdienst voor meer goodwill en gunstige beslissingen (via hoofdbestuur)
- ...

Threats

- Uitstroom nieuwe leden
- Jeugdwerking voetbal STVV
- Jeugdwerking andere (zaal)sporten
- Te weinig steun voor jeugdcoördinator
- Drop-out van jeugdspelers
- Niet-steunende ouders
- Verminderen budget
- Verandering prioriteiten stadsbestuur/sportraad/sportdienst
- ...

7. Tornadoen

Als club organiseren we elk jaar ‘Flanders Trophy’. Dit is een internationaal toernooi voor dames-, heren- en jeugd ploegen. Vervolgens organiseert de club de Trudocup, dit is eveneens een internationaal toernooi dat ideaal gepland is voor clubs om mee te pikken in de voorbereidingsperiode. Deelname is mogelijk voor dames- en herenploegen. Verder motiveren we de jeugdtrainers om zo veel mogelijk deel te nemen aan de VHV-tornooien, toernooien van andere clubs en WPOD’s. Indien er veel nieuwe M14 zijn, dan zal er ook deelgenomen worden aan de VHV M14 Promotietornooien.

8. Bijscholingen

Trainers worden gestimuleerd om bepaalde bijscholingen te volgen. Ze worden via mail op de hoogte gehouden als er bijscholingen plaatsvinden. Zo wordt getracht om bijscholingen in groep bij te wonen. De trainers zijn verplicht om minimaal 1 bijscholing buiten de club te volgen. Er wordt ook elk jaar intern een bijscholing gegeven aan alle trainers. Hierbij is aanwezigheid verplicht. Overigens wordt er naar gestreefd dat elke jeugd ploeg een trainer heeft met het verwachte trainersdiploma. Dit gebeurt door de jeugdtrainers 2 jaar de tijd te geven om te slagen op de initiatorcursus.

9. Recruitering & Drop-out

Zie promotieplan van onze club.

11. Cursussen jeugscheidsrechter

- De jeugscheidsrechter-coördinator zal de jaarlijkse scheidsrechterbijscholing volgen.
- Elke 2 jaar zal de volledige JM16 ploeg ingeschreven worden voor een jeugscheidsrechtercursus.

12. Begeleiden jeugscheidsrechter

- De JSRC zal de JM16 ploeg die deelneemt aan de jeugscheidsrechter-cursus opvolgen en enthousiaste JSR's inzetten en actief begeleiden bij de jongere jeugdcategoryën.
- De JSRC zal minimaal 10 wedstrijdverslagen per jaar van eigen JSR's opmaken en zal de gevolgde jeugscheidsrechters 2 maal per jaar grondig evalueren.
- De JSRC stelt samen met de JC een actieplan op ter bevordering van de fairplay tijdens wedstrijden en trainingen bij spelers, ouders, trainers en begeleiders (zie bijlage II).
- We streven op termijn naar een doorstroming van 1 volwaardig SR-koppel per 4 seizoenen.

13. Communicatie en verenigingsleven

De communicatie van de verschillende partijen (zie 12. Functiebeschrijvingen) gebeurt op volgende manier:

Spelertjes die zich nieuw aanmelden op training, hun gegevens zullen genoteerd worden. Zij ontvangen dan een welkomstmail, waarin de organisatie van de club en de trainingen worden uitgelegd. Hierbij worden ook de basisregels van handbal toegelicht en er wordt een voorstelling gegeven van onze jeugdtrainers en coördinatoren. Algemene aankondigingen, activiteiten en wedstrijdkalenders komen op de clubwebsite (<http://www.handbalsint-truiden.be>) en komen in de digitale nieuwsbrief van de club. Elke persoon met een functie (van JC tot jeugdspeler) zal mededelingen/wijzigingen en andere belangrijke weetjes persoonlijk worden medegedeeld op de clubtraining. Tevens zal van elke mededeling ook een groepsmail gestuurd worden naar de betreffende personen.

Voor elke wedstrijd zullen de jeugdspelers uitgenodigd worden met een briefje, opgesteld door de ploegbegeleider. De clubwebsite is het centrale communicatiemiddel van de club. Elk lid

weet dat hier steeds de meest recente informatie op te vinden is. Dit moet elke vorm van verwarring uitsluiten, bij twijfel kan men steeds zekerheid vinden op de website.

14. Bevorderen fairplay

Er worden in het clubreglement regels opgesteld om de fairplay te bevorderen (zie bijlage I ‘Clubreglement’). Deze regels worden voorgelegd aan elke nieuwe speler, men dient dit contract te tekenen en zich hiernaar te gedragen. Zo niet dan volgt er een sanctionering. Ook de ouders worden mede verantwoordelijk gesteld voor de fairplay op en rond de wedstrijden. Zij worden verwacht zich aan de gedragscode (zie bijlage II) te houden, welke zij aan het begin van het seizoen ondertekenen.

B. SPORTTECHNISCH BELEIDSPLAN

1. Sporttechnische hoofddoelstellingen/accenten per team

1.1 JM8 – JM10 – JM12

Algemeen:

Bij de JM10 en de JM12 is een zo breed mogelijke motorische vorming nodig. Er moet nog maar vrij beperkt handbalspecifiek gewerkt worden. De motorische basisvorming wordt zoveel mogelijk gecombineerd met bal. De kinderen moeten veel spelen met de bal, de motivatie moet opgewekt worden om met de bal te willen spelen. Motiveer de kinderen om balvaardig te worden in een zo ruim mogelijk aanbod van spelen en leren.

Het is dus zaak om zo goed mogelijk de motorische basisvorming te ontwikkelen. Dit kan door veel te laten lopen, springen, huppelen, kruipen, hinkelen, enz.... En dit ook gecombineerd met bal. Daarnaast moet er ook veel aandacht gegeven worden aan de coördinatie (gevoel voor ritme, timing,..)

Andere aspecten die ook in deze leeftijdscategorie aan bod dienen te komen zijn:

- Reactiesnelheid, evenwicht bewaren en herstellen (en leren vallen)
- Trekken en duwen
- Stabilisatie (speels) in functie van onze handbalsport
- Bewegen in een afgebakende ruimte/met en zonder medespelers
- Gebruik maken van de ruimte/ met en zonder medespelers

Meer specifiek op handbal gericht zijn de volgende vaardigheden belangrijk:

- Rollen van de bal + opnemen van de grond (met 2 handen)
- De frontale pas + vangen (hoog en laag/links en rechts)
- Laterale pas (bovenhands)
- Dribbel (links, rechts, afwisselend, hoog, laag,...)
- Strekwerp na 3 passen
- Eventueel sprongwerp na 3 passen, maar de sprongwerp is nog geen doel op zich

Vaardig worden met een bal!

Aanval:

- Creatief vrij spel, leren elke speler/speelster te betrekken
- Individuele acties zonder bal, vrij lopen, aanbieden en verder spelen
- Gebruik maken van de ruimtes, bewegen!!
- Leren dribbelen

Verdediging:

- Mandekking over het volledige terrein (mangericht, pas nadien ook balgericht)
- De loopvorm “schuiven”: driehoeksschuiven

(Zie bijlage IV)

Verwachtingen einde JM 8:

- **Looptechniek:** Vooruit, achteruit, zijwaarts (basis wordt hier reeds gelegd in bewegingsschool)
- **Motoriek:** Voorbereiding Nul-landing
- **Stabiliteit:** [niet besproken]
- **Dribbelen** met de goede hand zou moeten lukken, start van twee handen en al lopend.
- **Werp en vangtechniek:** Slagworp uit stand zou moeten lukken.
- **Shot-richting:** niet rechtdoor
- Geen **Sprongworp**
- **Tactisch:** Vrij lopen zonder bal in de ruimte niet allemaal naar de bal lopen. Ruimte gebruiken!
- **Verdediging:** Mandekking: bewust worden tussen man en doel te blijven.
- **Keeper:** Geen vaste keeper, enkel zij die willen en durven in doel laten staan [oefening Sara]

Verwachtingen einde JM 10:

- **Motoriek:** Nul-landing, eerste uitbreiding (romp, links/rechts)
- **Stabiliteit:** [niet besproken]
- **Dribbelen:** Vlotte techniek zou mogen verwacht worden
 - Niet naar de bal kijken
 - Op snelheid: eerste stappen zonder bots, daarna met en telkens sneller
 - Met linker en rechterhand
- **Werp en vangtechniek:** Slagworp moet op punt staan, 5 meter pas moet vlot lukken zowel werpen als vangen. Dit moet zowel lukken in stand als in beweging.
- **Sprongworp:** Voorbereiding naar sprongworp (afzetvoet), maar nog geen afronding
- **Tactisch:** Vrij lopen zonder bal in de ruimte, positiespel, beslissingstraining (men zou moeten inzien wanneer de pas zou gegeven moeten worden).

- **Shot-richting:** Waar keeper niet staat
- **Spelregels**
 - o 3 stappen
 - o Dribbelen
 - o Cirkel kennen
 - o Beginworp: Achter de lijn
- **Verdediging:** Elkaar helpen als aanvaller die niet jouw man is doorgaat.
 - Man zonder bal: Positie ten opzichte van de bal, de betreffende aanvaller en de goal.
 - Man met bal: Positie tussen goal en aanvaller.
- **Keeper:**
 - o Volgen van de bal
 - o Handen hoog basishouding (iets voor de lijn)
 - o Als ze met de voet naar de bal gaan, tenen naar buiten (niet trappen naar bal dus)

Verwachtingen einde JM 12:

- **Motoriek:** Schijnbeweging
- **Stabiliteit:** [niet besproken]
- **Dribbelen:** 2-handig: Op volle snelheid, goede controle

- **Werp en vangtechniek:**
- **Sprongworp:** Sprongworp aanleren
- **Shot-richting:** Geen voorkeur hebben. Kijken naar keeper (afwisselend)
- **Tactisch:** Overtal proberen uitspelen
- **Mentaliteit**
 - o Wedstrijd mentaliteit aanscherpen / gedrevenheid prikkelen
 - o Stimuleren om veel handbal te kijken. Seniorenwedstrijden meepikken.

- **Pivot**
 - o Bewegen / Vrijlopen
 - o Spelers: Kijken en aanspelen bij vrijstaan pivot

- **Spelregels**
 - o Lijnen van het veld
 - o Vrije worp : 9m lijn (aanvallers eruit bij vrije worp)
 - o 0-landing
 - o Niets langs achter of op zij

- **Tegenaanval**
 - o 1^e golf
 - o Omschakeling (automatismen)
 - Na eigen shot: direct terug

- **Verdediging:** Hoog verdedigen (mandekking zonder contact, 3-3, hoge 5-1)
- **Posities**

- Iedereen moet nog op alle posities aan bod komen. Dus ook vaardige spelers op hoek/pivot.
- Niet-vaardige spelers wel nog niet op midden of opbouw zetten. Mislukkingservaringen schrikken ook af.

1.2 JM14

Algemeen:

Bij de JM14 is het nog steeds belangrijk veel balvaardigheid te trainen. Ze moeten ook nog steeds een brede en algemene vorming krijgen. Er is zeker nog geen sprake van positie-specialisatie! Iedereen moet overal oefenen en trainen.

- De brede motorische vorming blijft belangrijk (lopen, springen, coördinatie, snelheid, versnellen, dribbelen,....)
- Preventieoefeningen (in functie van handbal) in de vorm van stabilisatieoefeningen
- Evenwicht en coördinatie blijven belangrijk
- Functionele snelheid en versnellen (tegenstander verrassen)

Aanval:

- Functioneel bewegen in de ruimte (vrijlopen, aanbieden, (vrij-)lopen zonder bal, lopen met bal).
- Pasvarianten (strekpas, sprongpas, ...)
- Strek- en sprongshot verbeteren (van op alle posities), de allereerste aanzet van uitklinken, heupworp en hoekshot kan reeds gegeven worden.
- Enkelvoudige schijnbeweging met bal (8-stappenplan)!!!
- Ter uitbreiding kan men starten met schijnschot en schijnpas
- Overhaalbeweging (nadat ze de eenvoudige SB beheersen), idem voor het wegdraaien.
- Juiste looplijnen leren in functie van de medespelers (zonder wissels) en tegenspelers, het correct inzetten met de bal, harmonica waarbij men telkens 2 verdedigers bindt en de bal dan doorspeelt!
- Spelers leren voortdurend in beweging te zijn!
- Beslissingstraining: inzicht krijgen in zelf doorgaan of bal doorspelen en het timen van de bal afspelen.

Verdediging:

- 1-5 verdediging

- Basisbewegingen in verdediging: Driehoeksschuiven, offensief uitstappen en contact leren maken.
- De verdediger neemt het initiatief om te verdedigen, niet de aanvaller, actief verdedigen! Het benenwerk is hiervoor erg belangrijk dus er zal veel op 1-1 situaties getraind worden.

1.3 JM16

Algemeen:

Bij de JM16 is het zeer belangrijk om zeer veel spelsituaties te trainen. Beheersen van de 1-1 en de 2-2 situatie op verschillende posities. Beslissingstraining wordt belangrijker. Vanuit de 2-2 gaat men naar de 3-3. In die 3-3 komt ook de pivot aan bod, dus het samenspel met de pivot wordt meer en meer getraind. Techniek blijft uiteraard erg belangrijk, zowel pastechniek, shottechniek als techniek van de schijnbeweging. De snelheid van uitvoering wordt belangrijker. Ook de overschakeling van aanval naar verdediging en omgekeerd dient snel te gebeuren, met of zonder snelle midden. Correcte loopwegen zijn ook een belangrijk aandachtspunt.

- Coördinatie en stabilisatie
- Een uitgebreid gamma van technische vaardigheden ontwikkelen
- Start- en reactiesnelheid
- Beslissingssnelheid in wedstrijdgerichte situaties

Aanval:

- Pasvariatie en pascorrectheid
- Schotvariatie vergroten (alle soorten strek en loopshots, heupworp, knikworp, valworp, sprongvalworp aanleren)
- 1-1 acties verder uitbreiden: overhaalbeweging (losmaken uit contact en doorzetten), maar ook allerlei varianten met schijnpassen en schijnschots, afdraaien... Ook de 1-1 van de pivot (vrijdraaien)
- Iedereen is steeds in beweging!!
- Loopwegen met en zonder bal uitbreiden
- Wissels in functie van de loopwegen, nog niet om als tactisch concept toe te passen. Spelers moeten uiteraard wel het tactisch nut leren om de loopwegen goed te kunnen leren.
- Overgangen naar 2 pivots van op elke positie.
- Blok en afrollen met pivot beheersen in verschillende situaties
- Tegenaanval 1ste, 2de golf

- Tempo blijven houden, ook nadat de 2de golf werd gelopen

Verdediging:

- 5-1, 3-3 en 3-2-1 verdediging
- In eender welke verdedigingsvorm, blijft de nadruk liggen op offensief verdedigen, waarbij nog altijd veel aandacht gaat naar het beheersen van 1-1 situaties, altijd contact maken en opstelling t.o.v. werparm.
- Basisprincipes van doorgeven en overnemen.
- Basisprincipes van rugdekking geven en eventueel echt overgaan tot hulp bieden.

1.4 J18 – M19

Algemeen:

Bij de J18 mogen spelers wel een echte specialisering op zich nemen. Echter elke speler moet op elke positie “zijn plan kunnen trekken” en daar actief aan het spel deelnemen. Iedereen moet ook als 2de pivot kunnen spelen. Loopwegen en techniek blijven erg belangrijk. Het tactische aspect van handbal komt nu ook aan bod.

- Verder werken stabilisatie training, loop en coördinatieoefeningen
- Begin van kracht en uithoudingstraining
- Aandacht voor beslissingstrainingen (waarbij tactiek ook een aandeel kan krijgen)

Aanval:

- Verder perfectionering van de techniek van verschillende shots en deze kunnen toepassen in de wedstrijd
- Verdere uitbreiding en perfectionering van de 1 tegen 1 acties (alle SB en handbaldribbelvarianten). Al deze bewegingen kunnen toepassen in wedstrijd situatie waarbij men daarna doelgericht kan verder spelen.
- Het samenspel in de ploeg verbeteren en beter op elkaar afstemmen, spelers kunnen gepast reageren op de acties van de ploegmaats en de verdedigers.
- Beperkt aantal systemen aanleren als middel om tot doelgevaar te komen. Spelers moeten wel autonoom kunnen beslissen om een systeem af te breken indien de situatie dat vereist. Spelers leren de juiste beslissing nemen onder tijdsdruk.

Verdediging:

- 6-0, 5-1, 3-2-1 verdediging afhankelijk van de doelstellingen van de trainer en het team. Offensief verdedigen blijft de voorkeur krijgen. Ook in een 6-0 streeft men naar een offensieve 6-0.
- Verschillende verdedigingsvarianten kunnen aan bod komen.
- Samenwerking tussen de doelman en het blok en hierover afspraken maken
- Anticipatief verdedigen: looplijnen van de aanvaller blokkeren, paslijnen verstoren

BIJLAGE I

Handbalclub HB Sint Truiden: CLUBREGLEMENT

- 1) Om deel te kunnen deelnemen aan trainingen en wedstrijden in competitieverband dienen alle leden aangesloten te zijn bij de club en bij de federatie, de VHV in Hasselt.
- 2) De Belgische wet verplicht alle leden van een club om jaarlijks lidgeld aan die club te betalen. De club bepaalt het bedrag van het lidgeld en de voordelen die er eventueel aan verbonden zijn.
- 3) Betaling van het lidgeld houdt automatisch in dat de speler of speelster verzekerd is bij de door de federatie aangestelde verzekeringsmaatschappij. Het zijn de bepalingen van de door de federatie afgesloten polis die van toepassing zijn. Het aangesloten lid zal geen verhaal tegen de club kunnen richten voor andere voordelen dan deze die in deze polis zijn omschreven.
- 4) Spelers en speelsters hebben gratis toegang op thuiswedstrijden van alle ploegen, behalve voor wedstrijden van de beker van België.
- 5) Uit respect voor iedere organisatie heeft iedere actieve jeugd- of senior handballer het respect voor de vrijwilligers om bij thuiswedstrijden een consumptie te gebruiken in het cafetaria van de sporthal Jodenstraat
- 6) Alle leden worden uitgenodigd om deel te nemen aan de verschillende clubactiviteiten:
 - Voor de 3 diners v/d club, te weten het nieuwjaarsdiner, de restaurantdag en barbecue
 - Bij de wafelslag en de mandarijnenslag.
 - Op de verschillende activiteiten aan het einde van het seizoen, zoals daar kunnen zijn, de "après ski in december, de "white party, Rock Werchter classic of rock Werchter, de Tessengerlo Classic, Rock Herck, e.a
- 7) De club levert de kledij voor alle wedstrijden en zorgt er ook voor dat deze kledij in orde is en zonodig vervangen wordt op kosten van de club.
- 8) De club stelt bekwame trainers ter beschikking van alle senioren en jeugd ploegen.
- 9) De club erkent het charter van de Panathlon Verklaring over ethiek in de jeugdsport en de rechten van een sportend kind en zal hier ook naar handelen.
- 10) Er heerst een rookverbod in alle gebruikte accommodaties van de club.

- 11) Voor jeugdspelers en -speelsters onder de 16 jaar is het absoluut verboden te roken of alcohol te gebruiken voor of tijdens wedstrijden en/of trainingen. Inbreuken hierop kunnen leiden tot disciplinaire sancties.
- 12) Het is aan iedereen verboden om drugs te gebruiken of te verdelen tijdens om het even welke activiteit van de club. Indien personen worden betrapt die drugs gebruiken of dealen, worden hun familieleden onverwijld gewaarschuwd en worden de betrokken personen ontslagen.
- 13) Jeugdspelers dienen beleefd en gehoorzaam te zijn aan hun trainers en ploegverantwoordelijken. Zij dragen de clubwaarden Respect en Inzet hoog in het vaandel. De club houdt zich het recht jongens of meisjes die zich niet aan de door de trainers en verantwoordelijken gestelde eisen houden al dan niet tijdelijk of definitief te schorsen, zonder terugbetaling van het lidgeld.
- 14) Bij vechtpartijen of diefstal zal het dagelijks Bestuur het recht hebben om spelers of speelsters onmiddellijk te ontslaan, zonder enig verweer of zonder terugbetaling van het lidgeld. Het Bestuur zal bepalen welke schadevergoeding de betrokken persoon zal dienen te betalen.
- 15) Voor ieder feit dat tijdens een wedstrijd gebeurt en door de SR bestraft wordt met een rode kaart met verslag voor een sportcommissie van de federatie als gevolg, zal de trainer of speler in kwestie de kosten van het geding aan het Bestuur moet terug betalen of wordt dat bedrag van een eventuele kostennota afgehouden. Een verslag van een sportcommissie kan tussen de € 150 en € 200 kosten. Indien deze rode kaart met verslag wordt gegeven in de laatste minuut van een wedstrijd, zal het Bestuur oordelen of het om een feit gaat waarvoor de speler of speelsters zelf verantwoordelijk is en dit had kunnen vermijden. Iedere andere rode kaart met verslag zal geëvalueerd worden op de Bestuursvergadering.
- 16) Van spelers maar ook supporters worden verwacht de scheidsrechters te respecteren en te waarderen en zich jegens hen en de tegenstander sportief en fair te gedragen.
- 17) Ieder punt dat niet in dit clubreglement is opgenomen, kan door het dagelijks bestuur behandeld worden.

BIJLAGE II

Gedragcode voor ouders

Ja, ik ben een sportouder

Voor de wedstrijd

- ❖ Ik toon belangstelling voor de sport van mijn kind en ga regelmatig kijken en supporteren.
- ❖ Ik vraag mijn kind om ervoor te gaan, altijd zijn best te doen, maar vooral plezier te maken.
- ❖ Ik jaag mijn kind niet op, leg geen overdreven druk op zijn schouders, maar stimuleer hem wel al zijn talenten te ontwikkelen.
- ❖ Ik stimuleer mijn kind om zich aan de regels van het spel en de fairplay te houden.

Tijdens de wedstrijd

- ❖ Ik gebruik geen agressieve of schunnige taal langs de zijlijn.
- ❖ Ik applaudiseer voor knap spel van zowel het team van mijn kind als de tegenstrever.
- ❖ Ik moedig mijn kind aan en maak hem/haar niet af voor zijn fouten.
- ❖ Ik respecteer de beslissing van de coach en de scheidsrechter.
- ❖ Tijdens de wedstrijd moedig ik aan, de instructies geeft de trainer.

Na de wedstrijd

- ❖ Als ik niet akkoord ga met de coach, praat ik er met hem over.
- ❖ Ik leer mijn kind om respect op te brengen voor de prestatie van de tegenstrever.
- ❖ Ik kijk naar de inspanningen van mijn kind, niet enkel naar de score of eindstand.
- ❖ Na de wedstrijd bekijk ik samen met mijn kind wat liep goed, wat minder en wat we eruit leren.

BIJLAGE III

PANATHLON VERKLARING OVER ETHIEK IN DE JEUGDSPORT

Met deze verklaring gaan we de verbintenis aan om, over de discussie heen, heldere gedragsregels vast te leggen bij het nastreven van de positieve waarden in de jeugdsport.

We verklaren dat:

We de positieve waarden in de jeugdsport actiever, met volgehouden inspanning en met goede planning zullen nastreven.

- Op het vlak van training en competitie zullen we op evenwichtige manier vier hoofddoelen nastreven: de ontwikkeling van de motorische (technische en tactische) vaardigheid, een gezonde en veilige competitieve stijl, een positief zelfbeeld en goede sociale vaardigheden. Hierbij zullen we ons laten leiden door de noden van het kind.
- We geloven dat de drang om uit te blinken en te winnen, succes en plezier net als mislukking en frustratie te ervaren, integrerend deel uitmaken van de competitiesport. We zullen kinderen de kans geven zich dit eigen te maken en het te intergeren (binnen de structuur, de regels en de beperkingen van het spel) in hun prestatie en we zullen hen helpen hun emoties te beheersen.
- We zullen speciale aandacht schenken aan de leiding en opleiding van kinderen aan de hand van modellen die de ethische en humanistische principes in het algemeen en de fair play in de sport in het bijzonder naar waarde schatten.
- We zullen ervoor zorgen dat kinderen betrokken worden bij het besluitvormingsproces in hun sport.

We onze inspanningen zullen voortzetten om alle vormen van discriminatie uit de jeugdsport te bannen.

Dit heeft te maken met het fundamentele ethische principe van gelijkheid, dat sociale rechtvaardigheid en gelijke verdeling van de mogelijkheden vereist. Laatmaturen, gehandicapten en minder getalenteerde kinderen zullen dezelfde kansen krijgen om aan sport te doen en zullen dezelfde professionele begeleiding krijgen die ter beschikking staat van vroegmatuure, valide en meer getalenteerde kinderen zonder onderscheid van geslacht, ras of cultuur.

We erkennen en aanvaarden het feit dat sport ook negatieve effecten kan veroorzaken en dat er preventieve en curatieve maatregelen nodig zijn om kinderen te beschermen.

- We zullen de psychische en fysieke gezondheid van kinderen maximaal bevorderen door ons in te spannen om bedrog, doping, misbruik en uitbuiting tegen te gaan en de kinderen te helpen mogelijke negatieve effecten ervan te overwinnen.
- We aanvaarden dat het belang van de sociale omgeving van het kind en het motiverende klimaat nog steeds onderschat worden. Daarom zullen we een gedragscode ontwikkelen, aanvaarden en toepassen met klaar vastgelegde verantwoordelijkheden voor allen die betrokken zijn bij het netwerk rond de jeugdsport: sportorganisaties, sportleiders, ouders, opvoeders, trainers, sportmanagers, sportbesturen, artsen, kinesisten, diëtisten, psychologen, topatleten, de kinderen zelf...
- We raden sterk aan dat ernstig wordt overwogen om organen te creëren op de gepaste niveaus om deze code op te volgen.
- We steunen systemen ter registratie en accreditatie voor trainers en coaches.

4. We verwelkomen de steun van sponsors en de media, maar we geloven dat die steun in overeenstemming moet zijn met de hoofddoelstellingen van de jeugdsport.

- We verwelkomen sponsoring van organisaties en bedrijven alleen wanneer dit niet botst met het pedagogische proces, de ethische basis van de sport en de hoofddoelstellingen van de jeugdsport.
- We geloven dat het niet alleen de functie van de media is om reactief te zijn, dit betekent een spiegel te zijn van de problemen van onze maatschappij, maar ook pro-actief, dit betekent stimulerend, opvoedend en vernieuwend.

5. Daarom onderschrijven we formeel het 'Panathlon Charter over de Rechten van het Kind in de Sport'. Alle kinderen hebben het recht

- Sport te beoefenen
- Zich te vermaken en te spelen
- In een gezonde omgeving te leven
- Waardig behandeld te worden
- Getraind en begeleid te worden door competente mensen
- Deel te nemen aan training die aangepast is aan hun leeftijd, individueel ritme en mogelijkheden
- Zich te meten met kinderen van hetzelfde niveau in een aangepaste competitie
- In veilige omstandigheden aan sport te doen
- Te rusten
- De kans te krijgen kampioen te worden, of het niet te worden

Dit alles kan alleen worden bereikt wanneer regeringen, sportfederaties, sportagentschappen, bedrijven voor sportartikelen, media, zakenwereld, sportwetenschappers, sportmanagers, trainers, ouders en de kinderen zelf deze verklaring onderschrijven.

GENT, 24 September 2004

BIJLAGE IV

VOORBEREIDINGSPLANING JM12 HBST	
DOELSTELLING JM12	(zie jeugdbeleidsplan HBST)
Een brede motorische vorming: <ul style="list-style-type: none">* klauteren, klimmen, kruipen,...* evenwicht bewaren en herstellen, lichaamsbeheersing, coördinatie,...* looptraining, sprongen, huppelen,...* werpen, vangen, mikken,....* trekken, duwen, vallen,...* reactiesnelheid* Creativiteit en vrij spelen!!* balbehendigheid	
Aanval: <p>Techniek: 1) slagworp zonder verdediger 2) dribbelen en afwerken 3) 1-1 vrijdribbelen 4) bal ontvangen in beweging (eerst zonder verdediger) 5) afwerken na passen per 2 (eerst zonder verdediger)</p> <p>Tactiek: 1) 2 tegen 1 (dubbelpassen, bewegen in de ruimte,...) 2) 2 tegen 2 3) 3 tegen 2 gevolgd door 3 tegen 3</p>	
Verdediging: <ul style="list-style-type: none">1) 1 tegen 1 (mandekking over het hele terrein)2) 2 tegen 1 (opstelling, werken met de armen)3) 2 tegen 2 (opstelling tov werparm, tss man en doel, verhinderen vrijlopen,...)4) 3 tegen 3	

De JM12 hebben nog geen competitie, ze spelen enkel vriendschappelijke wedstrijden en toernooien.

JAARPLANNING JM12 : verdeling van de onderwerpen

Augustus:	Algemene basisvorming, coördinatie/uthouding/stabilisatie (blok) spelvormen met en zonder bal
September:	Slagworp zonder verdediger, dribbelen en afwerken (regeneratieblok) (Techniekblok), specifieke spelen
Oktober:	Verdediging 1-1 (mandekking), 1-1 vrijdribbelen Algemene basisvorming
November:	bal ontvangen in beweging (eerst zonder verdediging), 2-1 verdedigen en aanvallen (dubbelpas), Motorische basisvorming (coördinatie/uth./stab (blok)
December:	Techniek (lopen, werpen, vangen) (regeneratie) gecomb. Coördinatie, Start 2-2 afwerken na passen per 2 (zonder verded.) + snelle omschakeling aanval/verded.
Januari:	Uithouding/coördinat/stabilisatie (blok) Algemene spelvormen, veelzijdige spelen, basisvorming (dribbelen, werpen,....)
Februari:	Herhaling 1-0 dribbelen, 1-1 dribbelen, shot, 2-1 in aanval en in verdediging
Maart:	2-2 met bal opbrengen + afwerken (eerst zonder verdedigers) snelle omschakeling naar TA en omgekeerd
April:	3-3 (indien haalbaar met de groep) (eerst zonder verdedigers) snelle omschakeling naar TA en omgekeerd

Aan het einde van een training kan er al sneller 3-3/4-4 gespeeld worden om de kinderen leren gebruik te maken van de ruimte en te laten wennen aan de wedstrijd situatie. Er wordt nog niet wedstrijdgericht getraind. Dus er wordt in de planning niet doelbewust gestreefd naar één of meerdere piekmomenten in het seizoen. Na de vakanties zal er telkens een blok coördinatie/uthouding/snelheid/stabilisatie geplaatst worden.

Bij de JM12 is er ook nog geen specifieke krachttraining, wel kan er reeds aan stabilisatie, mobiliteit, coördinatie, evenwicht, snelheid enz... gewerkt worden. Uithouding is ook nog moeilijk trainbaar en meetbaar bij de kinderen, maar er wordt wel in blokken meer aandacht aan gegeven. Na zo een blok uithouding/snelheid/coördinatie wordt er wel wat rustiger getraind. De trainingsblokken die erop volgen zullen dan meer gericht zijn op techniek. Uiteraard blijft coördinatie en stabilisatie belangrijk in alle trainingseenheden, maar tijdens het "blok" zal er extra aandacht aan geschonken worden. Nadien zal het in elke training enkele minuten aan bod komen.

De planning van de toernooien of wedstrijden is nog niet bekend!
De JM12 trainen 2 keer per week

Juni:	Vrij
Juli:	<ul style="list-style-type: none"> * Spelertjes en ouders (!!!) motiveren om te sporten op en tijdens de vakantie (vb zwemmen) * sportkampen/bewegingsschool/sport en spel * Buiten spelen en ravotten * op speeltuinen klimmen en klauteren (= turnen in open lucht, kracht/coördinatie/stabilisatie) *
Augustus: Week 1 en 2	Idem Juli