Technisch beleidsplan '20-'21

volleybalvereniging
Dynamo Tubbergen

V.V. DYNAMO
TUBBERGEN

Technisch Beleidsplan
V.V. Dynamo Tubbergen

INHOUDSOPGAVE

1. Inleiding 04
1.1 Algemene informatie 04
1.2 Ontwikkeling vereniging 04
1.3 Waarom een technisch beleidsplan? 05
1.4 "Een levend document" 05
2. Doelstellingen 06
2.1 Algemeen 06
2.2 Specifiek 06
2.3 Per Categorie 07
2.3.1 Cool Moves Volley (6/7 jaar) 07
2.3.2 Cool Moves Volley (7/8 jaar) 07
2.3.3 Cool Moves Volley (8/12 jaar) 07
2.3.4 Jeugd C (12/13 jaar) 08
2.3.5 Jeugd B (13/15 jaar) 08
2.3.6 Senioren en A-jeugd 09
2.3.7 Dames 1 09
2.3.8 Opleidingsteams, meisjes A1 en dames 2/3/4 09
2.3.9 Dames 5/6 en Recreanten 09
3. Opleidingsmodel Dynamo 10
3.1 Algemene uitgangspunten 10
3.2 Talentherkenning 10
3.3 Talent, en hoe nu verder? 10
3.4 Extra trainingen met als doel talentontwikkeling 11
4. Instroom nieuwe leden 12
4.1 Werving CMV-leden 12
4.2 CMV niveau 1-2-3 12
4.3 CMV niveau 4-5-6 13
4.4 Vriendjes/Vriendinnetjes-trainingen 13
4.5 Smashbal (toekomstmuziek?) 13
4.6 Speeltuingroep 13
4.7 Werving Senioren 13
5. Beleid omtrent Trainingsuren 14
5.1 Algemene uitgangspunten 14
5.2 Trainingen en zaal inhuur 14
6. NOJK wedstrijden 15
6.1 Beleid TC NOJK 15
7. Nevobo selectietrainingen 16
7.1 Regionaal Talenten Centrum (RTC) 16
7.1.1 Algemeen 16
7.1.2 Beleid Dynamo omtrent RTC-trainingen 16
7.2 Dynamo Tubbergen Zondagmorgentrainingen 16
7.2.1 Algemeen 16
7.2.2 Beleid Dynamo omtrent zondagmorgen-training 16
8. Technische Commissie 17
8.1 Overlegstructuur TC 17
8.1.1 Vergadering 17
8.1.2 Overleg met hoofdbestuur 17
8.1.3 Communicatie naar leden en ouders/verzorgers 17
8.2 Totstandkoming teamsamenstellingen 17
8.3 Trainers en praktijkbegeleiding 19
8.3.1 Overleg met trainers/coaches 19
8.3.2 Trainers kwalificaties per categorie 19
8.3.3 Trainersondersteuning & kennisdeling 19
8.3.4 Praktijkbegeleiding 19
8.4 Overige besluitvormingen 19
8.4.1 Terugkeer na langdurige afwezigheid 19
8.4.2 Krachttraining en herstel 19

Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 1 20
Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 2 21
Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 3 22
Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 4 23
Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 5 24
Bijlage: Vaardigheidskaart CMV Niveau 6 25
Bijlage: Vaardigheidskaart C-jeugd 26
Bijlage: Vaardigheidskaart B-jeugd 27

1. INLEIDING

1.1 ALGEMENE INFORMATIE

Volleybalvereniging Dynamo is gelegen in het dorp Tubbergen, in het Twentse land. Tubbergen heeft ongeveer 5750 inwoners. Dynamo is een bruisende vereniging met bijna 250 actieve leden, waarvan veel jeugdleden. Er wordt op allerlei niveaus gespeeld. Vanaf 5 jaar kun je al volleyballen bij Dynamo's CMV. Dit gebeurt door het Cool Moves Volleybal (circulatie mini volleybal). Ook bij de (oudere) jeugd timmert Dynamo goed aan de weg. Dit is weer terug te zien bij de seniorenteams. Er wordt bij de senioren gespeeld van de Top divisie t/m 4e klasse. Het paradepaardje van de vereniging is natuurlijk Dynamo dames 1 wat voornamelijk bestaat uit zelf opgeleide jeugd en dit jaar uitkomt in de Top divisie speelt. Zij spelen op zaterdags haar thuiswedstrijden in Tubbergen. Vrijdagavond is de hal gevuld met dames volleybal. Er is altijd een mooie samenhang tussen fanatisme, enthousiasme en plezier naderhand in de sportkantine. Ook de recreanten-afdeling is een belangrijke tak binnen onze vereniging. Zowel de heren- als de dames recreanten teams spelen hun wedstrijd op de donderdag.

Per 1 september 2020 bestaat de vereniging uit:
- 8 damesteams
- 6 Jeugd meisjesteams (2 A-teams, 1 B-team en 3 C-teams)
- 5 recreantenteams (waarvan 3 dames en 2 heren die ook competitie spelen)
- 11 CMV-teams (en onze allerjongste CMV-1 trainingsgroep).

Binnen de vereniging staat "plezier" hoog in het vaandel. Daarnaast is het streven om iedereen volleybal aan te bieden op zijn/haar niveau. De thuiswedstrijden worden gespeeld op vrijdag of zaterdag in Sportcentrum de Vlaskoel te Tubbergen. Daar vinden ook de meeste trainingen van Dynamo plaats. De wedstrijden van CMV zijn altijd op zaterdagmorgen.

1.2 ONTWIKKELING VERENIGING (DIVERSEN)

De vereniging bestaat uit de volgende commissies:
- Technische Commissie
- Jeugdcommissie
- Recreantencommissie
- CMV-commissie
- de VSC
- Sponsorcommissie
- Materialencommissie
- Internetcommissie
- De vertrouwenspersonen

Dynamo Tubbergen jeugdvolleybaltoernooien en het toptoernooi!
Elk jaar organiseert volleybalvereniging Dynamo het Jeugdtoptoernooi en het Jeugdvoorbereidingstoernooi. Een mooi toernooi in de voorbeiding op het nieuwe seizoen. 2 à 3 weken voor het begin van de competitie zal dit toernooi plaats vinden. Ook heeft Dynamo de derde editie georganiseerd van het toptoernooi voor de dames. Hierin spelen teams uit de eerste en Topdivisie. Een mooi visitekaartje voor onze vereniging.

1.3 WAAROM EEN TECHNISCH BELEIDSPLAN?

Dynamo wil de leden “volleybal op maat” bieden. Dat kan variëren van gewoon lekker één keer per week een balletje slaan tot het zo intensief mogelijk trainen en prestatiegericht spelen om sportief de top te bereiken, en alles wat daar tussenin zit. De TC (Technische Commissie) is hier verantwoordelijk voor. Het Technisch Beleidsplan is erop gericht om via een gestructureerde (jeugd)opleiding en begeleiding te komen tot een kwalitatief hoogwaardige senioren- en jeugdafdeling en dit ook te behouden. Het is erop gericht dat er een goede doorstroming van jeugdspelers naar de diverse senioren selectieteams kan plaatsvinden. Uitgangspunten hierbij zijn de afspraken die gemaakt zijn in dit Technisch Beleidsplan. Aan deze afspraken zullen zowel trainers, coaches als spelers zich moeten conformeren.

Dynamo streeft ernaar om voor al haar trainingsgroepen ervaren, gediplomeerde maar vooral enthousiaste trainers te hebben, die het niveau van de individuele spelers en het team beter kunnen maken. We willen niet alleen in onze lijnteams investeren, maar willen ook dat de rest van de vereniging de nodige kwaliteit heeft om als vereniging op niveau te kunnen blijven spelen.

1.4 “EEN LEVEND DOCUMENT”

Het Technisch Beleidsplan is een levend document, en zal jaarlijks aan het begin van het seizoen worden geëvalueerd. Worden tijdens de uitvoering van het plan verbeteringen geconstateerd door trainers, coaches, spelers en overige betrokkenen, dan zullen de,aangedragen verbeteringen besproken worden in de TC en zal dit beleidsplan, waar noodzakelijk, aangepast worden. Dit beleidsplan wordt jaarlijks in het bestuur meegenomen.

In het Technisch Beleidsplan zullen we steeds spreken van spelers, maar hiermee bedoelen we zowel spelers als speelsters. Ook als we over trainers praten bedoelen we zowel trainers als trainsters.

2. DOELSTELLINGEN

2.1 ALGEMEEN

De algemene doelstellingen van het Technisch Beleid binnen v.v. Dynamo Tubbergen:

- Aanbieden van volleybal, waarbij plezier en sportiviteit belangrijke factoren zijn.
- Volleybal aanbieden op ieders niveau.
- Stimuleren talentontwikkeling.
- Aanbieden kwalitatief goed volleybal; enthousiaste, bij voorkeur gediplomeerde, trainers op lijnteams.
- Ieder seizoen worden door de TC per team de doelstellingen geïnventariseerd bij de trainer/coach (handhaven/promoveren en teamdoelstellingen).
- Alle senioren en jeugdteams maken aan het begin van het seizoen doelstellingen en afspraken. De trainer/coach legt deze doelstellingen en afspraken vast. Het initiatief ligt hiervoor bij de trainer en coach. Deze vastlegging zal ook doorgegeven worden aan de team coördinator zodat de TC op de hoogte is van de gemaakte afspraken.
- Van ieder seniorenteam, is er een contactpersoon welke het eerste aanspreekpunt voor de TC zal zijn. Deze contactpersoon hoeft niet perse de aanvoerder van het team te zijn.
- Namens de TC zal er voor de senioren, recreanten, CMV en jeugd (A, B en C) een teamcoördinator beschikbaar zijn. Deze teamcoördinator is tc-lid en is de contactpersoon voor het team en de trainer en zal bij aanvang van het seizoen een teamgesprek organiseren. Daarnaast zal er halverwege het seizoen een evaluatie-moment zijn met trainer en team.

De contactpersonen voor 2020 zijn:

Dames	Mariel Hams en Ine Hazewinkel
Jeugd A	Britta Fleerkotte
Jeugd B	Kira Steggink
Jeugd C	Kirsten Booyink
CMV	Rimke Gerritsen
Recreanten	Ine Hazewinkel

2.2 SPECIFIEK

- Lijn-teams spelen op representatief niveau.
  Dames 1: Top divisie, streven = seizoen 2020/2021 handhaving
  Dames 2: regiodivisie, streven = seizoen 2020/2021 eindigen bij eerste 4.
  Dames 3: promotieklasse, streven = seizoen 2020/2021 eindigen bij eerste 4.
  Dames 4: eerste klasse, streven = seizoen 2020/2021 bij de eerste 5 te eindigen.
  Dames 5: tweede klasse
  Dames 6: tweede klasse
  Dames 7: vierde klasse
  Dames 8: vierde klasse
  Meisjes A1: Veel ervaring opdoen in de hoofdklasse, promoveren naar topklasse. (zowel in de eerste als tweede helft van de competitie).
  Meisjes B1: Veel ervaring opdoen in de eerste klasse, promoveren naar hoofdklasse (zowel in de eerste als tweede helft van de competitie).
  Meisjes C1: in de eerste helft veel leren in de hoofdklasse. Handhaven hoofdklassen zou mooi zijn.
- In de niet lijn- teams speelt iedereen zoveel mogelijk evenredig.
- Om de eigen identiteit te waarborgen is het streven om minimaal 70% Dynamo-spelers in de lijn-teams te hebben. Een Dynamo-speler is een zelf opgeleide speler, een speler die woonachtig is in de gemeente Tubbergen of een speler die minimaal 3 jaar bij Dynamo heeft gespeeld.
- Streven is om zelf opgeleide spelers zo lang mogelijk voor de vereniging te behouden.

2.3 PER CATEGORIE

2.3.1 Cool Moves Volley (6/7 jaar)

Doelen:

- Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden.
- Beheersen van de grondvormen van bewegen.
- Algemene balvaardigheid.

Zie vaardigheidskaart in bijlagen.
Trainingsintensiteit: 1 uur per week.

2.3.2 Cool Moves Volley (7/8 jaar)

Doelen:

- Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden.
- Beheersen van de grondvormen van bewegen.
- Volleybal specifiek kunnen vangen en gooien.
- Onderhands serveren.
- Onderarms spelen: controleren en richten.

Zie vaardigheidskaart in bijlagen.
Trainingsintensiteit: 1 uur per week.

2.3.3 Cool Moves Volley (8/12 jaar)

Doelen:

- Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden.
- Beheersen van de grondvormen van bewegen.
- Vloeiend onderarms en bovenhands kunnen spelen.
- Bovenhands serveren.
- Aanval.
- Redelijk kunnen spelen op niveau 4-5-6.

Zie vaardigheidskaart in bijlagen.
Trainingsintensiteit: 2 x 1 uur per week.

2.3.4 Jeugd C (12/13 jaar)

Doelen:

- Verbeteren basistechnieken.
- Balbaan-herkenning.
- Leren spelen met 6 tegen 6. In een veld van 7 x 9 meter of 9 x 9 meter
- Leren dat volleybal is: bewegen – actie – vervolgactie.
- Kinderen plezier laten beleven in volleybaltraining en wedstrijd.

Bij lijn-teams

- Specialiseren wat betreft spelverdeling, hier op inzetten
- 2-4 aanvalssysteem
- 3-2-1 verdedigingssysteem
- Spelers in training specifiek laten trainen op een bepaalde positie maar in de eerste helft nog niet laten spelen
- Liever nog niet spelen met een vaste libero (uitzonderingen daargelaten)

Trainingsintensiteit: 1 x 1,5 uur en 1 x 1,25 uur per week

Bij niet hoofdklasse teams

- Niet specialiseren, zo breed mogelijk opleiden.
- 6-6 aanvalssysteem, iedereen is spelverdeler vanaf positie 2.
- Streven naar 6-6 aanvalssysteem met penetratie, door iedereen, vanaf positie 1 zowel in side-out als rally.

Zie vaardigheidskaart in bijlagen.
Trainingsintensiteit: 1 x 1,5 uur

2.3.5 Jeugd B (13/15 jaar)

Doelen:

- Kinderen plezier laten beleven in volleybaltraining en wedstrijd.
- Dynamisch volleybal spelen.
- Verbeteren basistechnieken.
- Leren samenspelen met 6 tegen 6 in veld van 9 bij 9.
- Leren spelen in het systeem.
- Wil om te presteren – winnen.

Bij hoofdklasse teams:

- Specialiseren op alle volleybalonderdelen (spelverdeler, passer/loper, hoofdblok, libero)
- Aanvalssysteem 2-4 met penetratie vanuit alle achterveldposities
- 3-2-1 verdedigingssysteem

Trainingsintensiteit: 1 x 1,5 uur en 1 x 1,25 uur per week

Bij niet hoofklasse teams:

(afhankelijk van het niveau)

- Specialiseren, doch zo breed mogelijk opleiden.
- 2-4 aanvalssysteem met penetratie door de spelverdeler, vanaf positie 1.
- Streven naar 2-4 aanvalssysteem met penetratie in side-out vanaf positie 6 of 5, in rally vanaf positie 1.

Zie vaardigheidskaart in bijlagen.
Trainingstijd 1 x 1,5 uur

2.3.6 Senioren en A-jeugd

Algemene doelen:

- Spelers plezier laten beleven in volleybaltraining en wedstrijd.
- Dynamisch volleybal spelen.
- Verbeteren basistechnieken.
- Leren spelen in het systeem.

2.3.7 Dames 1

Doelen:

- Speelsters plezier laten beleven in volleybaltraining en wedstrijd.
- Dynamisch volleybal spelen.
- Verbeteren individuele kwaliteiten (technisch, mentaal en fysiek).
- Verbeteren basistechnieken.
- Leren spelen in het systeem.
- Wil om te presteren – winnen.

Trainingsintensiteit: Dames 1 x 2 uur, 1 x 2 uur en 1uur training uithoudingsvermogen in sportschool

2.3.8 Opleidingsteam(s) meisjes A en dames 2

Doelen:

- (jeugd)Speelsters plezier laten beleven in volleybal training en wedstrijd.
- Dynamisch volleybal spelen.
- Verbeteren individuele kwaliteiten (technisch, mentaal en fysiek).
- Verbeteren basistechnieken.
- Leren spelen in het systeem.
- Wil om te presteren – winnen.
- Door kunnen stromen naar 1e team

Trainingsintensiteit: 2 x 1,5 uur per week.

2.3.9 Dames 3/4/5/6 en recreanten

Doel:

- Spelers plezier laten beleven in volleybaltraining en wedstrijd.

Trainingsintensiteit:
1 - 1,5 uur per week

3. OPLEIDINGSMODEL DYNAMO

3.1 ALGEMENE UITGANGSPUNTEN

- De vaardigheidskaarten (zie bijlagen) dienen als uitgangspunt voor het aanleren van volleybaltechnieken.
- Doel bij Dynamo is om spelers individueel beter te maken (technisch, fysiek en mentaal).
- Vanaf hoofdklasse C worden spelers in principe in functie opgeleid (spelverdeler, middenaanvaller, passerloper, diagonaal en eventueel een libero);
- In overleg met trainer en TC wordt het juiste doorstroom-pad per speler gekozen (bijvoorbeeld extra trainingen).
- Ook worden de niet lijn-teams continu in de gaten gehouden over de voortgang van de speelsters.

3.2 TALENTHERKENNING

Het doel van talentherkenning en -ontwikkeling is de meer dan gemiddelde Volleybal eigenschappen van het talent tot ontplooiing te brengen. Binnen Dynamo worden de volgende criteria gehanteerd.

- Beweeglijkheid en coördinatie (atletisch vermogen in zijn algemeen)
- Lengte
- Motivatie
- Volleyballeeftijd

Beweeglijkheid en coördinatie
De jeugdspeler beweegt goed (snel, behendig). De basisvormen van bewegen o.a. lopen, gooien, vangen en springen gaan gemakkelijk. De handelingen verlopen gecoördineerd. Goede oog- en handcoördinatie en afstemming van armen en benen. Hierbij wordt ook wel het begrip “balgevoel” gebruikt, de afstemming van de handelingen in de tijd en de ruimte is bovengemiddeld.

Lengte
Een meer dan gemiddelde lengte is voor een volleyballer van groot belang. Het is niet altijd gemakkelijk om hierin een voorspelling te maken voor de lange termijn. Zaken als groeispurt en erfelijkheid spelen hierbij ook een rol.

Motivatie
Hierbij zijn de volgende aspecten van groot belang:

- Grote gedrevenheid
- Bereidheid veel te trainen
- Trainbaarheid

Volleyballeeftijd
Is het niveau van de uitvoering van de basistechnieken zeer laag, maar voldoet de speler aan belangrijke randvoorwaarden (lengte, beweeglijkheid en coördinatie) en volleybalt hij nog maar kort, dan bezit de betrokkene grotere mogelijkheden dan op het eerste gezicht verondersteld zou worden. Er hoeft niet perse aan alle criteria te worden voldaan. Een speler met een gemiddelde lengte, maar met een goede beweeglijkheid en coördinatie kan ook een talent zijn. Dit geldt ook voor in verhouding lange spelers die qua coördinatie minder zijn of lijken.

3.3 TALENT, EN HOE NU VERDER?

- Wanneer een trainer of coach talent in een speler herkent, zal de TC hierover worden ingelicht.
- De TC zal zich dan beramen, en in overleg met betrokken speler, ouders en trainers een leerroute uitstippelen. Denk hierbij aan extra trainingen (indien mogelijk), selectietrainingen bij de NeVoBo.

3.4 EXTRA TRAININGEN MET ALS DOEL TALENTONTWIKKELING

- Het streven is om talentvolle spelers 1x extra te laten trainen buiten de eigen trainingen
- Trainers adviseren de TC of een speler in aanmerking komt voor een extra training en in gezamenlijk overleg wordt bekeken wat de mogelijkheden hiervoor zijn
- Er vinden evaluatiemomenten plaats waarin door de TC met alle trainers wordt besproken over het wel of niet extra trainen van spelers. In gezamenlijk overleg wordt bepaald of spelers kunnen worden toegevoegd.
- De trainingen van het eigen team hebben altijd 1e prioriteit! (teambelang gaat voor individueel belang). Wanneer de motivatie in het eigen team niet meer voldoet dan kan er worden overwogen om meespelen met een hoger team tijdelijk stop te zetten.

4. INSTROOM NIEUWE LEDEN

4.1 WERVING CMV-LEDEN

"WIE DE JEUGD HEEFT, HEEFT DE TOEKOMST, DAT GELDT OOK VOOR DYNAMO".

- Kinderen al op jonge leeftijd kennis te laten maken met volleybal
- Na het behalen van de zwemdiploma's wordt een volgende sport gekozen.
- Belangrijk om voldoende aandacht aan deze doelgroep te geven.

Voor het werven van nieuwe CMV-leden worden er jaarlijks meerdere activiteiten georganiseerd.

4.2 CMV NIVEAU 1-2-3

- Jaarlijks in mei/juni gedurende 3 weken gratis inloop-volleyballessen aanbieden aan kinderen van schoolgroep 2/3 van basisscholen in Tubbergen
- Doel kinderen al op jonge leeftijd lid te laten worden van onze vereniging.
- Informatie verspreiden via de basisscholen en publiceren in de Tubbergse weekbladen
- Wekelijks een uitnodiging meegeven aan een speler van CMV 1-2-3 door trainer om voor de volgende training een vriendje/vriendinnetje mee te nemen.
- Jaarlijks in mei/juni inlooplessen organiseren voor kinderen uit groepen 3-4-5.
- Inlooplessen herhalen in augustus/september.
- Kinderen die interesse hebben mogen 3x gratis meetrainen met leeftijdgenootjes.
- Trainer zal aangeven op welk niveau nieuwe lid wordt ingedeeld.

4.3 CMV NIVEAU 4-5-6

- Jaarlijks in mei/juni gratis inlooplessen houden voor kinderen uit groepen 6-7-8.
- Inlooplessen herhalen in augustus/september.
- Kinderen die interesse hebben mogen 3x gratis meetrainen met leeftijdgenootjes.
- Trainer zal aangeven op welk niveau nieuwe lid wordt ingedeeld.

4.4 VRIENDJES/VRIENDINNETJES-TRAININGEN

- Jaarlijks in mei mag iedere CMV-speler een vriendje/vriendinnetje meenemen naar de training om zo het volleybal bij de alle leeftijdsgroepen binnen het CMV onder de aandacht te blijven houden.

4.5 SMASHBAL

- In het seizoen 2017/2018 begonnen met Smashbal. Er wordt nagestreefd dit verder uit te bouwen.
- Elke zaterdag wordt er een uur getraind.
- Vooral gericht op jongens in de leeftijd van 6 t/m 12 jaar.
- Nieuwe spelvorm om volleybal aantrekkelijker te maken.
- Bal mag 1x stuiteren.
- Officiële competitie voor deze doelgroep.
- Uiteindelijke doel is meer aanwas van jongens binnen de vereniging.

4.6 SPEELTUINGROEP

- Inventariseren of er behoefte is aan het opzetten deze tak van volleybal.
- Vooral gericht op kinderen in de leeftijd van 4 en 5 jaar.
- Spelenderwijs kennis laten maken met bewegen, balvaardigheid en volleybal.
- Goede doorstroming mogelijk maken naar CMV-niveau 1.

4.7 WERVING SENIOREN

- Dynamo Mixtoernooi waarbij spelers een introducé mogen meenemen (december en april)

5. BELEID OMTRENT TRAININGSUREN

5.1 ALGEMENE UITGANGSPUNTEN

- Het beleid omtrent trainingsuren wordt bepaald door de doelstellingen per team, beschikbare financiën en beschikbaarheid van trainers en zaalruimte.
- Een goede opleiding kost veel tijd. En daarom is het streven om alle jeugdleden vanaf CMV niveau 4 per week 2 x 1 uur te laten trainen.
- Trainingsintensiteit mag nooit ten koste gaan van "plezier".
- Een extra training is niet vanzelfsprekend en ook niet alleen bedoeld voor talentvolle spelers.
- De reguliere trainingen zullen lopen van aanvang basisschool na de zomervakantie t/m laatste dinsdag in juni.
  De CMV-groepen trainen NIET gedurende de vakanties van het basisonderwijs.
  Alle overige teams trainen gedurende de schoolvakanties wel mits de feestdagen op een trainingsavond vallen.

5.2 TRAININGEN EN ZAALINHUUR

TEAM	HUIDIG AANTAL TRAININGSUREN PER WEEK (2020 - 2021)
Dames 1	2,00 + 2,00 + krachttraining
Dames 2	1,5
Dames 3	1,5 + 1,5
Dames 4	1,5
Dames 5	1,5
Dames 6	1,5
Dames 7	1,25
Dames 8	1,5
Meisjes A1	1,5 + 1,5 training bij dames
Meisjes A2	1,5
Meisjes B1	1,5 + 1,25
Meisjes C1	1,5 + 1,25
Meisjes C2 + C3	1,25 samen en apart 1.25
Recreanten	1,25

6. NOJK WEDSTRIJDEN

WAT IS HET NOJK?

- Het belangrijkste jeugdtoernooi georganiseerd door de NeVoBo.
- Deelname staat open voor alle verenigingen.
- Inschrijven voor dit landelijke kampioenschap kan met jeugdspelers die voldoen aan de leeftijdscategorie A-, B-, C- en D jeugd. (=CMV niveau 5/6).
- Door iedere vereniging mag per leeftijdscategorie met maximaal 1 team worden ingeschreven.
- Het niveau waarop in de competitie wordt gespeeld telt hier niet bij. Er mogen meisjes/jongens meespelen die in de competitie bij de senioren spelen.
- De wedstrijden zijn altijd op een zaterdag waarop geen reguliere competitie plaats vindt. Meestal vindt de 1e ronde in het eerste weekend van januari plaats, de halve finale en de finale worden door de nevobo in de maanden februari en maart georganiseerd. De exacte data worden op de website van de Nevobo vermeld.

6.1 BELEID TC T.A.V. NOJK

- TC selecteert per leeftijdscategorie in overleg met de trainers de beste spelers en stelt het uiteindelijke team samen. Uitgangspositie is dat de speelsters van een bepaalde leeftijdscategorie ook daadwerkelijk in dat team uitkomen.
- Doel is om een zo hoog mogelijk resultaat te behalen.
- Coach maakt de keuze welke spelers ook daadwerkelijk zullen spelen.
- Ook reservespelers zijn belangrijk, iedereen maakt deel uit van het team.
- TC verzorgt de opgave en coördineert de NOJK.
  Per seizoen wordt - in overleg met trainers - bepaald voor welk niveau we een team inschrijven.
- Speelsters die geselecteerd worden moeten alle 3 data aanwezig kunnen zijn.
- Wanneer een team is uitgeschakeld kunnen spelers uit dit team toegevoegd worden aan een hoger team. Dit wordt echter wel in zeer goed overleg met de TC bepaald.
- Trainingsuren voor de 1e ronde worden door TC bepaald
- Er zal altijd een mannelijke en vrouwelijke begeleiding aanwezig zijn.

7. NEVOBO SELECTIE-TRAININGEN

7.1 REGIONAAL TALENTEN CENTRUM (RTC)

7.1.1 Algemeen

- De RTC-trainingen zijn bedoeld voor spelers van de verenigingen binnen Nederland met bovengemiddelde aanleg en motivatie. Doel is toptalenten opleiden tot professioneel volleyballer.
- Uiteindelijk doel: 1e / 2e divisie of A / B –league.
- Voor meer info: http://www.nevobo.nl

7.1.2 Beleid Dynamo omtrent RTC-trainingen

- De trainers van Dynamo doen een voorstel voor opgave aan de TC.
- Bij een eventuele selectie zal Dynamo proberen om zich te conformeren aan de richtlijnen van de Nevobo. (extra trainingsuren, begeleiding e.d.) Wel is het beleidsplan van Dynamo leidend.

7.2 DYNAMO TUBBERGEN ZONDAGMORGENTRAINING

7.2.1 Algemeen

- De zondagmorgen-trainingen zijn bedoeld voor speelsters van Dynamo die zich verder willen ontwikkelen en vormen een aanvulling op de normale trainingen.
- Uiteindelijk doel: individuele speelsters te verbeteren op technisch, tactisch, mentaal en fysiek gebied.
- 16 trainingen van 2 uur vanaf september tot en met mei voor maximaal 28 speelsters.

7.2.2 Beleid Dynamo omtrent zondagmorgen-training

- Verdere ontwikkeling van niet-prestatie en prestatie speelsters vanaf CMV niveau 4 tot en met de B-jeugd.
- Ontwikkeling van Dynamo Tubb. in de breedte.
- Door individuele aandacht technische en tactische volleybalvaardigheden verder vergroten.
- Speelsters vanaf CMV 4 kunnen zich voor aanvang van het seizoen opgeven.

Zie ook hoofstuk 9.

8. TECHNISCHE COMMISSIE

8.1 OVERLEGSTRUCTUUR TC

8.1.1 Vergadering

- De TC bestaat uit 1 voorzitter en 5 commissieleden.
- Elke 3e maandag van de maand is er overleg.
- Aan de hand van een vaste agenda wordt de vergadering afgewikkeld.
- Van elke vergadering worden de notulen vastgelegd en gearchiveerd.
- Er wordt gewerkt met korte lijnen (door middel van teamcoördinatoren die zitting hebben in de TC).
- Er wordt zeer zorgvuldig omgegaan met vertrouwelijke informatie.

8.1.2 Overleg met hoofdbestuur

- Het hoofdbestuur bestaat uit een voorzitter, penningmeester en secretaris, aangevuld met een aantal leden.
- Enkele leden van de TC maken ook deel uit van het hoofdbestuur.
- Belangrijke beslissingen worden door de TC altijd in goed overleg met het hoofdbestuur genomen.
- Elke 1e maandag van de maand is er overleg.
- De algemene ledenvergadering wordt in november gehouden.

8.1.3 Communicatie naar leden en ouders/verzorgers

- In zijn algemeenheid geldt dat communicatie naar leden en ouders zoveel mogelijk per e-mail, nieuwsbrief of site zal plaatsvinden.
- Wanneer het algemene informatie betreft vanuit de TC dan zal dit meestal gedaan worden door de secretaris van Dynamo. Deze informatie zal dan ook terug te lezen zijn op onze website www.dynamo-tubbergen.nl
- Wanneer het informatie betreft wat alleen voor een bepaald team van toepassing is dan zal dit meestal gedaan worden door de teamcoördinator.
- Mocht het een persoonlijke aangelegenheid zijn dan kan er ook telefonisch contact met het betreffende lid en/ of ouders worden opgenomen door de teamcoördinator, vertrouwenspersoon of iemand anders van de TC.

8.2 TOTSTANDKOMING TEAMSAMENSTELLINGEN

De TC hanteert de volgende procedure in 5 stappen om tot de teamsamenstelling voor het nieuwe seizoen te komen:

1. februari/maart: advies van de trainers over elke speler.
2. maart/april: voorlopige teamsamenstelling door de TC.
3. half april: advies van de trainers over deze voorlopige teamsamenstelling.
4. begin mei (streefdatum) : definitieve teamsamenstelling door de TC welke door de secretaris van Dynamo naar alle leden gecommuniceerd zal worden.

Indelingscriteria

Bij de indeling hanteert de TC de volgende criteria:

1. Wat willen de spelers? De wens om op een lager niveau te gaan spelen wordt in principe altijd gehonoreerd. Of we ook aan andere wensen tegemoet kunnen komen, is afhankelijk van de volgende criteria:
2. Advies van de trainers (bij de jeugd a.h.v. het spelersvolgsysteem).
3. Het huidige spelniveau van de spelers.
4. Het spelniveau dat in de loop van het seizoen verwacht kan worden.
5. (Jeugd)spelers moeten zoveel mogelijk kunnen spelen.
6. Posities in het veld (spelverdeler, middenaanvaller, passer/loper, diagonaal en libero)
7. Instelling van de spelers (opkomst en inzet bij trainingen, inzet en beleving bij wedstrijden).
8. Sociale verbondenheid in teams (leeftijd, omgang met elkaar).
9. Evenwichtige teams (in sportief en sociaal opzicht).

Als de indeling van de teams eenmaal tot stand gekomen is op de manier zoals hierboven is beschreven, dan is deze teamsamenstelling dus ook definitief. Alleen in zeer bijzondere gevallen kan de TC alsnog besluiten om een wijziging aan te brengen. Het gaat daarbij dus NIET om situaties waarin jij of je ouders/verzorgers vinden dat je te laag bent ingedeeld of dat je bent ingedeeld in een team dat je niet zo leuk lijkt. Die situaties vinden wij oprecht jammer, maar zijn voor ons géén reden om de indeling alsnog aan te passen. Dat geldt ook voor spelers die alsnog bij een vriend(in) in het team willen spelen. Hierbij willen we graag duidelijk maken dat het organisatorisch onmogelijk is om daarmee rekening te houden. Volleybal is een teamsport waarbij je vrienden maakt! Zoals je hierboven bij de criteria kunt lezen, houden we wel rekening met de "sociale verbondenheid" in de teams zodat iedereen zich er snel op z'n gemak kan voelen. Mocht er sprake zijn van bijzondere persoonlijke omstandigheden, neem dan a.u.b. contact op met de TC. In veruit de meeste gevallen kunnen de wensen van spelers en de adviezen van de trainers gehonoreerd worden, maar helaas is het onmogelijk om altijd aan alle wensen te voldoen. De TC moet keuzes maken. Dit gebeurt op een uiterst zorgvuldige en eerlijke manier. Er gelden immers meerdere belangen en tussen die belangen moet een afweging gemaakt worden en daardoor wordt het maken van een teamsamenstelling nog gecompliceerder.

Voor de TC is de volgorde van belangrijkheid van de belangen als volgt:

a) Verenigingsbelang
b) Teambelang
c) Individueel belang

Zodra de teamsamenstelling en trainingstijden voor het nieuwe seizoen bekend zijn, worden alle leden hierover tegelijkertijd via email geïnformeerd door de secretaris van Dynamo Er wordt extra zorgvuldig omgegaan met spelers die naar een lager team worden gezet. Voordat de teamsamenstelling bekend gemaakt wordt, zal de speler die in een lager team wordt ingedeeld, altijd worden geïnformeerd door de eigen/huidige trainer en een commissielid van de TC.

8.3 TRAINERS EN PRAKTIJKBEGELEIDING

8.3.1 Overleg met trainers/coaches

- Door de teamcoördinator zal 2x per jaar een gesprek gehouden worden met de trainer. De trainer heeft de mogelijkheid om spelers gerelateerde zaken met de teamcoördinator te bespreken. In dit gesprek worden ervaringen gedeeld. Problemen worden besproken en er wordt gezamenlijk over een oplossing gedacht. Daarnaast wordt de progressie van de individuele spelers besproken. Van dit gesprek zullen notulen worden opgemaakt. Daarnaast wordt er 1 maal per jaar met de speelsters gesproken. Terugkoppeling vindt plaats tijdens het gesprek met de trainer.

8.3.2 Trainers kwalificaties per categorie

Dynamo wil haar leden kwalitatief goede trainingen aanbieden.
Daar hoort bij dat de vereniging een minimaal niveau nastreeft van haar trainers:

- Standaard eerste team: VT4-VT5
- Opleidingsteams: tweede team VT4 - derde team VT3
- Senioren overige: VT2-VT3
- Jeugd A-B-C hoofklasse : VT2-VT3
- CMV niveau 4-6: VT2-VT3
- CMV niveau 1-3: VT2

Streven is om, daar waar mogelijk is, eigen leden een trainerscursus te laten volgen. Jaarlijks zal de TC in mei inventariseren welke trainers in aanmerking kunnen/willen komen voor een trainerscursus.

8.3.3 Trainersondersteuning & kennisdeling

- De bedoeling is om eventueel een “Trainerscafé” te organiseren in het seizoen. Hierin willen we dan 1 punt centraal stellen. Daarna willen we in ongedwongen sfeer ervaringen en kennis met elkaar uitwisselen.

8.3.4 Praktijkbegeleiding

- Dynamo streeft er naar haar trainers in opleiding “actief” te begeleiden.
- Dit houdt in dat in ieder geval de minder ervaren trainers en de trainers in opleiding een praktijkbegeleider krijgen toegewezen. Deze praktijkbegeleider is een vraagbaak, en zal minimaal 2x per jaar een training observeren. Na afloop volgt er altijd een gesprek tussen trainer en praktijkbegeleider.

8.4 OVERIGE BESLUITVORMINGEN

8.4.1 Terugkeer na langdurige afwezigheid

We streven ernaar iedereen bij een team te laten horen. Het kan echter voorkomen dat een speelster door een blessure, zwangerschap of iets anders langdurig niet kan spelen. Helemaal als er noodzakelijke wisselingen doorgevoerd moeten worden in een team is het niet vanzelfsprekend dat een speelster bij herstel in hetzelfde team terug kan keren. Dit zal altijd in overleg gaan met de TC en trainer.

8.4.2 Krachttraining en herstel

Volleybalvereniging Dynamo voorziet haar eerste en tweede damesteam van krachttraining. Dit zal gebeuren onder toeziend oog van een instructeur. Norbert de Graaf van Uniek Fysiotherapie heeft dit op zich genomen. Elke maandagavond is er een inloopspreekuur voor blessures bij Uniek Fysiotherapie. Dit geldt voor de hele vereniging.

9. ZONDAGTRAININGEN

"Wil jij je volleybaltechniek verbeteren? Dan kun je volgend seizoen extra trainen op de zondagmorgen. In deze trainingen gaat het om het verbeteren van je volleybaltechnieken. Dit extra's bieden wij als Dynamo aan als aanvulling op je normale trainingen om je te verbeteren, zowel op technisch, tactisch, fysiek en mentaal gebied.

De trainingen worden verzorgd door Johan Strokap, een zeer goede en ervaren jeugdtrainer, samen met Johan Booijink, trainer van Dames 1, en Jochem Jagersma. De extra trainingen op zondagmorgen zijn in Tubbergen zodat je niet naar omliggende plaatsen hoeft te gaan en daarnaast hebben wij geprobeerd de kosten beperkt te houden.

Is je interesse gewekt dan kunnen je ouders/verzorgers je hiervoor aanmelden door uiterlijk 31 mei een mail te sturen aan de technische commissie (TC@dynamo-tubbergen.nl). Wij kunnen ons voorstellen dat jij en je ouders/verzorgers nog vragen hebben. Op onze facebookpagina staat een impressiefilmpje van de zondagtraining. Zondag 21 mei is de laatste zondagtraining van dit seizoen en dan ben je van harte welkom om mee te komen trainen om deze super leuke training zelf te ervaren. Je ouders/verzorgers zijn van harte welkom om te komen kijken. Samen kunnen jullie dan kennis maken met Johan Strokap, Johan Booijink, Jochem Jagersma en Sophie Mensink en is de Technische Commissie er om eventuele vragen te beantwoorden. Tijdens of na deze training kunnen je ouders je eventueel ook aanmelden."

Dit was de tekst voor op de flyer om jeugdleden uit te nodigen voor de zondagmorgentraining. In het seizoen 2017/2018 geven we dit een vervolg na de succesvolle start en positieve reacties van het eerste seizoen.

Voor wie?
- Enthousiaste en gemotiveerde speelsters die het leuk vinden zich verder te ontwikkelen
- Speelsters vanaf 9 jaar tot 13 jaar (CMV niveau 4, 5, 6)
- Speelsters vanaf 13 jaar tot 16 jaar (C en B jeugd)

Wanneer?
- September 2017 tot en met april 2018 eens per twee weken
- Zondagmorgen om 8.30 uur tot 10.30 uur in de Verdegaalhal Tubbergen

Wat zijn de kosten?
- De kosten voor het seizoen 2017 - 2018 bedragen € 120,00 tot € 135,00 afhankelijk van het aantal speelsters.
- Mochten de kosten bezwaarlijk zijn, dan kunnen je ouders contact opnemen met onze penningmeester, Karin Oelering (karindynamo@gmail.com) voor eventuele subsidiemogelijkheden of betalingsmogelijkheden.
- De kosten moeten voorafgaand aan de start van de extra trainingen worden voldaan.
- We zullen alleen van start gaan als er minimaal 22 speelsters zich aanmelden.

artica
creatieve communicatie & projecten
KUNSTSTOF LEIDINGEN EN PRODU
Kabra buizen
JANSEN
GAS WATER SANITAIR
VERWARMINGSTECHNIEK
WOLTER
Schilders, glas en afwerkings
TEL 291944
5
1
2
7

VAARDIGHEIDSKAART CMV NIVEAU 1 (6/7 JAAR)

Veldgrootte:	6 x 4,5 meter Net: 2 meter
Hoofddoel:	• Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden
Subdoelen:	• Beheersen van de grondvormen van bewegen • Algemene balvaardigheid • Leren inschatten van de balbaan
Grondvormen bewegen:	• Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, huppelen, klimmen, zwaaien, trekken, duwen
Tactische doelen:	• Goede verdeling over het HELE veld • Tijdig doordraaien (Tip: degene die de bal gooit roept zelf draaien)
Algemene balvaardigheid:	• Gooien en vangen met 2 handen • Dribbelen, rollen, gooien en vangen met een of twee handen. • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen van de bal in verschillende houdingen • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan
Opstelling en doordraaien:	• Er wordt vanaf niveau 1 gespeeld met de ruitopstelling • Bij 3 spelers, staan de spelers in een driehoek, één speler voor en twee achter • Bij 2 spelers, staan beide spelers naast elkaar
Verplaatsingentechnieken:	• Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts
Algemene/Sociale doelen:	• Spelend leren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels Dynamo + eigen regels m.b.t. het team)
Mentale doelen	• De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen, de tegenstander kan de bal niet vangen • Gaan voor elke bal

V.V. DYNAMO
TUBBERGEN

VAARDIGHEIDSKAART CMV NIVEAU 2 (7/8 JAAR)

Veldgrootte:	6 x 4,5 meter Net: 2 meter
Hoofddoel:	• Kinderen plezier laten beleven tijdens de training
Subdoelen:	• Beheersen van de grondvormen van bewegen • Algemene balvaardigheid • Inschatten van de balbaan • Leren verplaatsen in de balbaan • Stimuleren op een volleybalspecifieke maniergooien en vangen (onderhands en bovenhands) • Beheersen van onderhandse opslag
Grondvormen bewegen:	• Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit),springen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, huppelen, klimmen, zwaaien, trekken, duwen
Service:	• De onderhandse opslag kunnen uitvoeren
Algemene balvaardigheid:	• Dribbelen, rollen, gooien en vangen met een of twee handen (mikken) • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen van de bal in verschillende houdingen (jongleren) • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan
Onderarms spelen:	• Stimuleren de bal met gestrekte armen te vangen en gooien • Onderarms de bal spelen (controleren Tip: club van 100 oefeningen
Tactische doelen:	• Mikken; gooien op open plaatsen • Goede verdeling over het HELE veld • Tijdig doordraaien (Tip: degene die de bal gooit roept zelf draaien)
Bovenhands gooien:	• Stimuleren de bal op een volleybal specifieke manier te vangen en gooien (stoten)
Verplaatsingentechnieken:	• Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts
Opstelling en doordraaien:	• Bij 3 spelers, staan de spelers in een driehoek, een speler voor en twee achter • Bij 2 spelers, staan beide spelers naast elkaar
Mentale doelen	• Durf onderarms te spelen (de coach bepaald wie er uit gaat als de bal onderarms gespeeld wordt, maar niet wordt gevangen door de ander) • De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen. • Initiatief tonen; ik roepen • Leren omgaan met verlies • Gaan voor elke bal
Algemene/Sociale doelen:	• Spelend leren • Elkaar helpen en stimuleren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels Dynamo + eigen regels m.b.t. het team)

V.V. DYNAMO TUBBERGEN

VAARDIGHEIDSKAART CMV NIVEAU 3 (8/9 JAAR)

Veldgrootte:	6 x 4,5 meter Net: 2 meter
Hoofddoel:	• Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden
Subdoelen:	• Beheersen van de grondvormen van bewegen • Volleybalspecifiek kunnen vangen en gooien (onderhands en bovenhands) • Inschatten van de balbaan • Verplaatsen in de balbaan • De gericht bovenhands kunnen gooien • Onderarms spelen: controleren en richten • Gericht serveren
Grondvormen bewegen:	• Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit), springen, hinkelen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, huppelen, klimmen, zwaaien, trekken, duwen, tijgeren
Service:	• De onderhandse service gericht kunnen uitvoeren
Algemene balvaardigheid:	• Dribbelen, rollen, gooien, gooien, vangen met een of twee handen • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen/onderhands controleren van de bal in verschillende houdingen • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan
Onderarms spelen:	• D.m.v. toetsen (repeterend spelen) • D.m.v. controleren • D.m.v. lopen en brengen • D.m.v. jongleren • D.m.v. richten • Combinatie van bovenstaande
Bovenhands gooien:	• De bal gericht en op een volleybal specifieke manier gooien en vangen (stoten)
Verplaatsingstechnieken:	• Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts • Diagonaal voor- en achterwaarts verplaatsen (shuffle)
Aanval:	• Stimuleren de bal op een volleybal specifieke manier te vangen en gooien (bovenhandse strekworp)
Opstelling doordraaien:	• Bij 3 spelers, staan de spelers in een driehoek, één speler voor en twee achter • Bij 2 spelers, staan beide spelers naast elkaar
Algemene/Sociale doelen:	• Spelend leren • Elkaar helpen en stimuleren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels Dynamo + eigen regels m.b.t. het team)
Tactische doelen:	• Mikken; gooien op open plaatsen • Goede verdeling over het HELE veld • Tijdig doordraaien (Tip: degene die de bal gooit roept zelf draaien)
Mentale doelen:	• De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen • Door middel van het onderarms spelen van de 1e bal, de rally laten beginnen

V.V. DYNAMO TUBBERGEN

VAARDIGHEIDSKAART CMV NIVEAU 4 (9/10 JAAR)

Veldgrootte:	6 x 4,5 meter Net: 2 meter
Hoofddoel:	• Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden
Subdoelen:	• Beheersen van de grondvormen van bewegen • Inschatten van de balbaan • Verplaatsen in de balbaan • Onderarms spelen: controleren en richten • Gericht serveren • De vanggooibeweging voorwaarts uit kunnen voeren • Bovenhands frontaal spelen
Grondvormen bewegen:	• Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, klimmen,zwaaien, trekken, duwen, coördinatie.
Onderarms spelen:	• De onderarmse pass naar het net kunnen sturen • De onderarmse techniek na verplaatsing wordt redelijk beheerst
Bovenhands spelen:	• De bovenhandse techniek, frontaal, dient redelijk beheerst te worden
Service:	• De onderhandse opslag technisch goed en gericht kunnen uitvoeren
Opstelling:	• Er wordt gespeeld met een ruitopstelling
Vanggooibeweging:	• De vanggooibeweging voorwaarts kunnen uitvoeren,met juiste uitstap. Na de 1e helft van het seizoen kan deze beweging ook achterwaarts aangeleerd worden.
Aanval:	• De bal op een volleybal specifieke manier over het net gooien (bovenhandse strekworp)
Algemene en specifieke volleybalbalvaardigheid:	• Dribbelen, rollen, gooien, gooien, vangen met een of twee handen • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen van de bal in verschillende houdingen • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan
Volleybalspecifieke verplaatsingentechnieken:	• Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts • Shuffle • Duiken
Mentale doelen:	• De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen. • Risico durven nemen • Leren samenspelen • Scoren • Communiceren, uit roepen als de bal uitgaat en de bal dan ook niet pakken, maar ook “ik” roepen als je de bal gaat spelen. Belangrijk om aan te leren om de 2e bal op te eisen. • Anticiperen: van te voren weten waar de 2e bal naar toe moet • Concentreren: rust voor het spelen van elke bal • Leren omgaan met verlies
Algemene/Sociale doelen:	• Spelend leren • Elkaar helpen en stimuleren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels Dynamo + eigen regels m.b.t. het team) • Werk met haalbare doelen

DYNAMO TUBBERGEN

VAARDIGHEIDSKAART CMV NIVEAU 5 (10/11 JAAR)

Veldgrootte:	6 x 6 meter Net: 2 meter
Hoofddoel:	• Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden
Subdoelen:	• Beheersen van de grondvormen van bewegen • Inschatten van de balbaan • Verplaatsen in de balbaan • Bovenhands set-up geven • Onderarms spelen: een hoge pass naar het net kunnen sturen • Spelen op een groter veld • Aanval: uit stand en met 1 hand pushen
Grondvormen bewegen:	• Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, klimmen, zwaaien, trekken, duwen, coördinatie
Onderarms spelen:	• De onderarmse pass, naar links, als ook naar rechts en recht vooruit wordt redelijk beheerst • De onderarmse techniek na verplaatsing wordt redelijk beheerst
Bovenhands spelen:	• De bovenhandse techniek, frontaal, dient redelijk beheerst te worden • De bovenhandse techniek, onder een hoek, wordt redelijk beheerst (set up kunnen geven)
Aanval:	• Bal uit stand over net kunnen slaan • Bal met 1 hand over net kunnen spelen (pushen)
Service:	• De onderhandse opslag technisch goed en gericht kunnen uitvoeren (tactisch), starten met de bovenhandse opslag.
Opstelling:	• Er wordt gespeeld met een ruitopstelling
Strategie:	• De juiste techniek op het juiste moment toepassen 1e bal oh, 2e bal bh, 3e bal bh of smash
Algemene balvaardigheid:	• Dribbelen, rollen, gooien, gooien, vangen met een of twee handen • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen van de bal in verschillende houdingen • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan
Verplaatsingentechnieken:	• Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts • Shuffle • Duiken • Rollen
Algemene/Sociale doelen:	• Spelend leren • Elkaar helpen en stimuleren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels Dynamo + eigen regels m.b.t. het team) • Werk met haalbare doelen
Mentale doelen:	• De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen • Kunnen samenwerken – in 3x samenspelen • Communiceren, uit roepen, als de bal uit gaat en dan de bal ook niet pakken. • De 2e bal opeisen (ik roepen) • Leren concentreren voor de serve, hoe en wanneer • De 2e bal veelal bovenhands spelen • De 2e bal gericht af kunnen spelen (onderarms of boven-hands) om eigen rally aanvallend te kunnen beëindigen • Heel veel initiatief tonen (gaan voor elke bal)

V.V. DYNAMO TUBBERGEN

VAARDIGHEIDSKAART CMV NIVEAU 6 (11/12 JAAR)

Veldgrootte:	6 x 6 meter Net: 2 meter
Hoofddoel:	• Kinderen plezier laten beleven tijdens de training en de wedstrijden
Subdoelen:	• Beheersen van de grondvormen van bewegen • Inschatten van de balbaan • Verplaatsen in de balbaan • Serveren bovenhands • Aanleren aanvalspas • Set-up, onder een hoek, gericht kunnen spelen • Onderarms spelen: een hoge pass gericht naar het net kunnen sturen
Grondvormen bewegen:	• Lopen (voorwaarts, achterwaarts), hardlopen (vooruit), springen, rollen, dragen, balanceren, kruipen, klimmen, zwaaien, trekken, duwen
Onderarms spelen:	• De onderarmse pass, naar links, als ook naar rechts, wordt redelijk beheerst • De onderarmse techniek na verplaatsing wordt redelijk beheerst
Bovenhands spelen:	• De bovenhandse techniek, frontaal, dient redelijk beheerst te worden. • De bovenhandse techniek achterover wordt redelijk beheerst • De bovenhandse techniek, onder een hoek, wordt redelijk beheerst • Bovenhands na verplaatsen (inlopen en een set-up leren geven)
Service:	• De onderhandse opslag technisch goed kunnen uitvoeren • De bovenhandse serve wordt redelijk beheerst
Algemene balvaardigheid:	• Dribbelen, rollen, gooien, gooien, vangen met een of twee handen • Gooien en vangen van ballen met diverse maten en gewichten • Het vangen van de bal in verschillende houdingen • Gooien en vangen met verschillende hoogtes van balbaan
Aanval:	• De slagtechniek – afzet en timing wordt redelijk beheerst • Aanleren van de aanvalspas • De tip of pushbal wordt redelijk beheerst
Strategie:	• De juiste techniek op het juiste moment toepassen 1e bal oh, 2e bal bh, 3e bal bh of smash
Opstelling:	• Er wordt gespeeld met een ruitopstelling, evt. met een ankeropstelling
Volleybaleigen verplaatsingstechnieken:	• Voorwaarts • Achterwaarts • Zijwaarts • Shuffle • Duiken • Rollen
Algemene/Sociale doelen	• Spelend leren • Elkaar helpen en stimuleren • Teamspirit: team aanmoedigen • Yellen • Fairplay; handen schudden • Teamregels opstellen (standaard regels Dynamo + eigen regels m.b.t. het team) • Werk met haalbare doelen
Mentale doelen:	• De bal bij de tegenstander op de grond zien te krijgen • Kunnen samenwerken – in 3x samenspelen • Communiceren, uit roepen, als de bal uit gaat en dan de bal ook niet pakken. • De 2e bal opeisen (ik roepen) • Leren concentreren voor de serve, hoe en wanneer • De 2e bal veelal bovenhands spelen • De 2e bal gericht af kunnen spelen (onderarms of bovenhands) om eigen rally aanvallend te kunnen beëindigen • Heel veel initiatief tonen – gaan voor elke bal • Durf aan te vallen!

DYNAMO TUBBERGEN

V.V. DYNAMO TUBBERGEN

VAARDIGHEIDSKAART JEUGD C

Veldgrootte: 7 x 9 meter Net: 2,05 meter

Hoofddoel:
- Kinderen plezier laten beleven in volleybal training en wedstrijd
- Verbeteren basistechnieken
- Leren spelen met 6 tegen 6

Subdoelen:
- Leren dat volleybal is: bewegen – actie – vervolgactie.
- Balbaanherkenning

Leren volleyballen:
- Aandacht voor individuele techniekverbetering
- Spelen na verplaatsing

TECHNISCHE TRAININGSDOELEN:

Bovenhands spelen/ spelverdelen:
- Hoog spelen
- (Heup) Onder de bal
- Boven & voor hoofd
- Weinig hoekverandering in ellebogen
- Bal kort en snel in en uit handen (soft touch)
- Nastrekken (armen en kuiten)
- Verplaatsen naar het net
- Spelen na verplaatsing
- Voeten naar doel (indraaien)
- Voor- en achterwaarts spelen
- Set ups naar pos 2, 3 en 4

Onderarms spelen/passen:
- Schouders omhoog en naar voren
- Ellebogen strekken polsen naar beneden drukken
- Bal zowel voor als buiten de romp leren spelen
- Bal sturen met de schouders
- Verplaatsen achter de bal (shuffle)

Aanval (slaan/springen):

Slaan
- Bal hoog en vroeg raken
- Elleboog hoog
- Snelheid in rotatie
- Soepele snelle polsbeweging als stuur

Springen
- Snelheid in aanloop
- Afzet met kort contact
- Aanloop (L-R-L of R-L-R) Ritme – timing

Service (slaan):
- Bovenhandse spin-float of sprongservice.

Verdediging:
- Actief staan (voorkomen dat de bal de grond raakt)
- Durven vliegen, duiken, vallen en weer opstaan

Blokkeren individueel:
- Handen meteen over net steken
- Springen waar bal over net gaat

V.V. DYNAMO TUBBERGEN

DYNAMO TUBBERGEN

TIPS VOOR DE TRAINER:

- Maak het spel dynamisch
- Technieken laten uitvoeren voor en na verplaatsing
- Individuele techniektraining (werk daarbij met keywords)
- Differentiëren: probeer elke speler op zijn of haar eigen niveau te laten trainen en presteren
- Werk met haalbare doelen
- De kinderen plezier en zelfvertrouwen geven door positieve feedback te geven, zie www.positiefcoachen.nl
- Aandacht voor vervolgactie (2 acties)
- Posities in het veld leren kennen
- Opstellingen leren kennen
- Denk niet te snel dat kinderen iets niet kunnen
- timuleer het aanvallen

OPSTELLING / SYSTEEM:

- Starten in de C met pass naar positie 3 (midden) en iedereen laten spelverdelen. Als dit goed loopt, kun je het stapje voor stapje uit gaan breiden, bijvoorbeeld:
- Elke speler op pos. 1 penetreert en geeft set up
- Penetratie ook in rally
- Verdediging 3-1-2

Allround opleiden

- Leidt de spelers in de aspirantenteams zoveel mogelijk allround op en ga niet te snel specialiseren. Houdt hier rekening mee in het systeem waar je voor kiest om mee te spelen!

Algemene/Sociale doelen:

- Leren samen spelen. Blij zijn met goede acties, yellen, high-five.
- Sfeer en enthousiasme, yellen
- Betrokkenheid creëren
- Laten kijken bij andere wedstrijden
- Activiteiten buiten volleybal
- Discipline en verantwoordelijkheid
- Teamregels opstellen (standaard regels Dynamo + eigen regels m.b.t. het team)
- Werk met haalbare doelen

Mentale doelen:

- Plezier hebben
- Doorzetten
- Willen leren
- Fouten durven (en mogen) maken

OPBOUW STRUCTUUR C:

In het seizoen 2014-2016 heeft de Nevobo ervoor gekozen om te gaan werken met een nieuwe structuur voor de jeugdcompetitie. Hierin wordt uitgegaan van de volgende punten:

1. Kwaliteit van het speelniveau: zoveel mogelijk volwaardige tegenstanders
2. Aantal wedstrijden: elk team dient minimaal 10 wedstrijden te spelen per seizoenshelft
3. Reisafstand: de reisafstand dient zo klein mogelijk te worden gehouden (hoe hoger de klasse, des te groter de reisafstand zal zijn)

Vanuit deze visie is een nieuw piramidemodel ontstaan. Bovenaan de top staat de Topklasse. De eerste helft van het seizoen is er nog geen Topklasse. Deze ontstaat de 2e helft van het seizoen, doordat de beste uit de Hoofdklasse doorschuiven naar de Topklasse. De Topklasse bestaat uiteindelijk uit 1 poule. Dan hoofdklasse en eerste klasse etc.

Verschillen in nethoogtes en veldgroottes
C-jeugd Topklasse 2,15 m (J) 2,15 m (M) 18x9 meter
C-jeugd Hoofdklasse 2,15 m (J) 2,15 m (M) 18x9 meter
C-jeugd Eerste klasse 2,05 m (J) 2,05 m (M) 14x9 meter

- Topklasse: niet doordraaien na 3 keer serveren, geen enkele speler mag dispensatie speler zijn.
- Hoofdklasse: niet doordraaien na 3 keer serveren.

V.V. DYNAMO TUBBERGEN

VAARDIGHEIDSKAART JEUGD B

Veldgrootte: 9 x 9 meter Net: 2,15 meter

Hoofddoel:
- Kinderen plezier laten beleven in volleybal training en wedstrijd
- Leren spelen met 6 tegen 6 op een groot veld

Subdoelen:
- Leren dat volleybal is: bewegen – actie –vervolgactie
- Leren volleyballen vanuit een systeem (dynamisch spel)

Leren volleyballen:
- Aandacht voor individuele techniekverbetering
- Spelen na verplaatsing
- Volleybal is een leuke en dynamische sport

TECHNISCHE TRAININGSDOELEN:

Bovenhands spelen/
- Verplaatsen naar het net en zo nodig weer uit het net
- Rechtop onder de bal
- Bal zo hoog mogelijk spelen
- Set ups naar pos 2, 3 en 4, en eventueel starten met 3-meter aanval.

Onderarms spelen/passen:
- Schouders omhoog en naar voren
- Ellebogen strekken polsen naar beneden drukke.
- Bal buiten de romp tussen heup en knie raken
- Bal sturen met de schouders
- Verplaatsen achter de bal (shuffle)

Aanval:
- Snelheid en ritme in aanloop (L-R-L of R-L-R)
- Bal hoog en vroeg raken
- Hard willen en durven slaan Service gericht
- Bovenhandse spin
- Bovenhandse float

Service (slaan):
- Bovenhandse spin-float of sprongservice.

Verdediging:
- Actieve houding (voorkomen dat de bal de grond raakt)
- Gewicht naar voren
- Durven vliegen, duiken, vallen en weer opstaan.
- Naar de bal gaan, de bal aanvallen in de verdediging

Blokkeren individueel en 2 mans blokkering:
- Handen meteen over net steken
- Springen waar bal over net gaat

V.V. DYNAMO TUBBERGEN

DYNAMO TUBBERGEN

TIPS VOOR DE TRAINER:

- Maak het spel dynamisch
- Technieken laten uitvoeren voor en na verplaatsing
- Individuele techniek training (werk met keywords)
- Specialiseer niet te snel!!
- Aandacht voor vervolgactie (2 acties)
- Posities in het veld leren kennen
- Opstellingen leren kennen
- Werk met haalbare doelen
- Differentiëren: probeer elke speler op zijn of haar eigen niveau te laten trainen en presteren
- De kinderen plezier en zelfvertrouwen geven door positieve feedback te geven, zie www.positiefcoachen.nl

OPSTELLING / SYSTEEM:

- Voor het systeem zijn drie mogelijkheden (afhankelijk van de spelers in het team):
  1) Elke speler op pos. 1 penetreert en geeft set up
  2) 3 SV – 6 aanvallers
  3) 2 SV – 6 aanvallers
- Iedereen valt aan
- Penetratie ook in rally
- Vier of drie passers
- Verdediging 3-2-1

Allround opleiden

- Leidt de spelers in de aspirantenteams zoveel mogelijk allround op en ga niet te snel specialiseren. Houdt hier rekening mee in het systeem waar je voor kiest om mee te spelen!

Algemene/Sociale doelen:

- Leren samen spelen. Blij zijn met goede acties, yellen, high-five.
- Sfeer en enthousiasme, yellen
- Betrokkenheid creëren
- Laten kijken bij andere wedstrijden
- Activiteiten buiten volleybal
- Discipline en verantwoordelijkheid
- Teamregels opstellen (standaard regels Dynamo + eigen regels m.b.t. het team)
- Werk met haalbare doelen

Mentale doelen:

- Plezier hebben
- Doorzetten
- Willen leren
- Fouten durven (en mogen) maken

OPBOUW STRUCTUUR B:

In het seizoen 2014-2016 heeft de Nevobo ervoor gekozen om te gaan werken met een nieuwe structuur voor de jeugdcompetitie. Hierin wordt uitgegaan van de volgende punten:

1. Kwaliteit van het speelniveau: zoveel mogelijk volwaardige tegenstanders
2. Aantal wedstrijden: elk team dient minimaal 10 wedstrijden te spelen per seizoenshelft
3. Reisafstand: de reisafstand dient zo klein mogelijk te worden gehouden (hoe hoger de klasse, des te groter de reisafstand zal zijn)

Vanuit deze visie is een nieuw piramidemodel ontstaan. Bovenaan de top staat de Topklasse. De eerste helft van het seizoen is er nog geen Topklasse. Deze ontstaat de 2e helft van het seizoen, doordat de beste uit de Hoofdklasse doorschuiven naar de Topklasse. De Topklasse bestaat uiteindelijk uit 1 poule. Dan hoofdklasse en eerste klasse etc.

Verschillen in nethoogtes en veldgroottes
B-jeugd Topklasse 2,30 m (J) 2,24 m (M) 18x9 meter
B-jeugd Hoofdklasse 2,30 m (J) 2,24 m (M) 18x9 meter
B-jeugd Eerste klasse 2,24 m (J) 2,15 m (M) 18x9 meter

- Topklasse: geen enkele speler mag dispensatie speler zijn, dus geen dispensatieteams of teams buiten mededinging.

V.V. DYNAMO TUBBERGEN

AANTEKENINGEN

AANTEKENINGEN

TECHNISCH BELEIDSPLAN V.V. DYNAMO TUBBERGEN

Copyright © 2016
Versie 01-17
Auteur: Volleybalvereniging Dynamo Tubbergen

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, door middel van druk, fotokopieën, geautomatiseerde gegevensbestanden of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van volleybalvereniging Dynamo Tubbergen.