



It always seems impossible until it is done (N. Mandela)

Men moet niet alleen talent hebben,
men moet ook het talent hebben het te gebruiken (W. Moore)



Inhoudsopgave

1 DEEL 1 VISIE, MISSIE EN ALGEMENE DOELSTELLINGEN VAN JEUGDPLAN HV UILENSPIEGEL.....	4
1.1 VISIE.....	4
1.2 MISSIE.....	4
1.2.1 <i>Doorgroei van spelers uit eigen vereniging.....</i>	<i>5</i>
1.2.2 <i>De club streeft naar een brede achterban.....</i>	<i>5</i>
1.2.3 <i>De club zorgt voor een gezonde financiële structuur.....</i>	<i>5</i>
1.3 DOELSTELLINGEN.....	6
1.3.1 <i>Sportief.....</i>	<i>6</i>
1.3.2 <i>Organisatorisch.....</i>	<i>6</i>
1.3.3 <i>Maatschappelijk.....</i>	<i>7</i>
1.4 STIMULEREN VAN DE INDIVIDUELE ONTPLOOIING VIA ONTWIKKELEN LEVENS BREDE COMPETENTIESSTRATEGISCHE DOELSTELLINGEN JEUGDWERKING 2018-2021	8
1.4.1 <i>Sportieve doelstellingen.....</i>	<i>8</i>
1.5 OPERATIONELE DOELSTELLINGEN JEUGDWERKING.....	10
2 DEEL 2 VISIE, SPORTSPECIFIEKE DOELSTELLINGEN EN ONTWIKKELINGSLIJN VAN JEUGDPLAN HV UILENSPIEGEL GEBASEERD OP VHV LEERLIJN (WWW.HANDBAL.BE).....	16
2.1 DE BASISSCHOLING (U8-U10)	16
2.1.1 <i>Kleuterleeftijd.....</i>	<i>17</i>
2.1.1 <i>De leeftijd 6 tot 8 jaar.....</i>	<i>17</i>
2.1.2 <i>De leeftijd 9 tot 10 jaar.....</i>	<i>17</i>
2.2 DE BASISTRAINING (J12/M13 EN J14/M15).....	19
2.2.1 <i>De 11-12-13 jarige speler/speelster of de categorie J12/M13.....</i>	<i>19</i>
2.2.2 <i>De 13-14-15 jarige of de categorie J14/M15.....</i>	<i>19</i>
2.3 DE OPBOUWTRAINING (J16/M17, J18/M19).....	1
2.3.1 <i>De jongens en meisjes >15j.....</i>	<i>1</i>
2.4 SAMENVATTING SPORTIEVE DOELSTELLING.....	1
2.4.1 <i>Trainingsschema jeugd ploegen.....</i>	<i>1</i>
2.4.2 <i>Basis scholing U6-U8-U10.....</i>	<i>1</i>
2.4.3 <i>Basis training J12-M13-J14-M15.....</i>	<i>2</i>
2.4.4 <i>Opbouw training J16-M17-J16-M19.....</i>	<i>3</i>
3 DEEL 3 CEL JEUGD.....	4
3.1.1 <i>Cel jeugd.....</i>	<i>4</i>
3.1.2 <i>Trainersgroep.....</i>	<i>5</i>
3.1.3 <i>Teamco's.....</i>	<i>5</i>
3.1.4 <i>Ploegen.....</i>	<i>5</i>

Beste handballiefhebber en Uilenspiegel fan,

HV Uilenspiegel is een toonaangevende club in het Belgische handbal die samen met haar leden mooi handbal wil brengen van het laagste tot het hoogste niveau. Wij voeren een kwaliteitsvol beleid uit met de ambitie van recreatief tot op topniveau handbalspelers op te leiden en te begeleiden. Het resultaat van dit beleid is nu al enkele jaren zichtbaar. Dit uit zich in het blijvend groeiend aantal spelers bij de jeugd (grootste club van België) en de resultaten van eigen jeugd in onze fanionteams. Dit getuigt van een snelle, doorgedreven en hoogstaande ontwikkeling van recreatief tot en met topsportgericht beleid binnen de club. Naast het jeugdplan van HV Uilenspiegel hebben wij uiteraard ook een globaal beleidsplan, maar ook een apart topsportbeleid uitgeschreven voor de meer ambitieuze en getalenteerde handballers. Het topsportbeleid is een volgende stap in onze ontwikkeling tot een volwaardige topsportclub voor jeugd en senioren.

In de breedtesportwerking hebben wij ondertussen ook een fantastische g-sport werking kunnen realiseren. Hierbij is er een mooi en realistisch inclusiebeleid uitgewerkt. G-sporters met ambitie krijgen de mogelijkheid al dan niet met begeleiding om mee draaien in een competitieploeg.

Met dit jeugdbeleidsplan beogen wij de volgende doelstellingen:

- kenbaar maken van onze visie, missie en aanpak voor jeugd binnen HV Uilenspiegel
- voeren van een transparant jeugdbeleid naar leden, ouders, trainers en andere geïnteresseerden
- Zorgen voor continuïteit van het jeugdbeleid bij wisseling van sleutelposities.

Sportieve handbalgroeten,
HV Uilenspiegel

Globaal Jeugdbeleidsplan:

Het jeugdbeleid wordt uitgewerkt door clubbestuur en jeugd sporttechnisch coördinator met goedkeuring van cel jeugd, cel dames, cel heren en betrokken trainersgroep. Het topsport beleidsplan is een product van nauw samenwerken tussen de huidige structuren.

Wij willen garant staan voor kwaliteit en professionele ondersteuning met aandacht voor een samenhorigheidsgevoel binnen en buiten de club. Wij willen uitstralen dat wij een club zijn van Wilrijk en Edegem en meer nog, wij willen op de kaart staan als mooi voorbeeld van goede handbal sportwerking van jeugd tot senior. Wij willen de beste keuze zijn voor elke geëngageerde potentiële handballer met eender welke ambitie van recreatief , G-sport tot competitie en topsport.

Ons motto is dan ook niet zomaar “Wij zijn er voor U(uilenspiegel)”.

1 DEEL 1 VISIE, MISSIE EN ALGEMENE DOELSTELLINGEN VAN JEUGDPLAN HV UILENSPIEGEL

1.1 VISIE

HV Uilenspiegel vzw wil een toonaangevende handbalvereniging zijn op recreatief, competitief, G-sport en topsportniveau.

Toonaangevend wordt per niveau gedefinieerd als:

Recreatief niveau

Wij zijn toonaangevend op recreatief niveau omdat spelers die bewust kiezen om niet deel te nemen aan competitie toch mee worden opgenomen bij de competitieve ploegtrainingen en worden betrokken bij alle clubactiviteiten.

Competitief niveau

Wij zijn toonaangevend op competitief niveau omdat:

- op elke leeftijd een ploeg in competitie minstens de top 5 haalt
- er voor elke leeftijd een ploeg voor meisjes en jongens is

G-sport niveau

Wij zijn toonaangevend voor G-sport omdat de werking van de G-sport volledig geïntegreerd is in de clubwerking.

Topsportniveau

Wij zijn toonaangevend op topsportniveau omdat:

- Er jaarlijks spelers geselecteerd worden voor Vlaamse en/of Belgische selecties
- Er wordt een topsporttraject aangeboden vanaf U14
- Omdat eigen jeugd jaarlijks naar onze fanionteams doorstromen
- We creatieve programma's uitschrijven die club overschrijdend aangeboden worden en soms zelfs overgenomen worden als concept

1.2 MISSIE

Uilenspiegel kiest ervoor om met een grote lijn door heel de clubwerking heen te werken en dit van jeugd tot seniorenploeg. Toekomstgericht wordt gestreefd naar een seniorenteam dat hoofdzakelijk bestaat uit eigen jeugdspelers.

Uilenspiegel staat voor een gezonde sportbeleving, een goed clubgevoel voor jong en oud en dit zowel op als naast het sportterrein.

1.2.1 Doorgroei van spelers uit eigen vereniging

Fanionspelers/sters dienen in de eerste plaats uit de eigen vereniging door te kunnen groeien. Jeugdwerking is voor Uilenspiegel een belangrijke prioriteit. Andere spelers zijn welkom mits zij de doelstellingen en principes van de club kunnen onderschrijven inzake sportieve intenties, clubbetrokkenheid, clubengagement.

1.2.2 De club streeft naar een brede achterban

De goede werking van een club kan slechts lukken als ze steunt op spelers, leden, familie, vrienden, supporters en dergelijke meer. Uilenspiegel is meer dan enkel een sportieve club. Clubbinding wordt daarom geactiveerd zowel op als naast het terrein door o.a. de organisatie van sportieve en niet-sportieve activiteiten. Leden en geïnteresseerde ouders van spelers worden ook gestimuleerd om zich te bekwamen in functies zoals (jeugd)scheidsrechter, tafelofficial, (jeugd)trainer, hulptrainers, . . .

1.2.3 De club zorgt voor een gezonde financiële structuur

De club moet kunnen gefinancierd worden door ledenbijdragen en door initiatieven die tot doel hebben de financiële werking te ondersteunen. Van de leden wordt een jaarlijks lidgeld verwacht en inzet bij al wat ingericht wordt om de financiële werking te ondersteunen. Sportbeoefening in clubverband kan vandaag niet meer zonder sponsoring en/of subsidies. Uilenspiegel moet zorgen dat zij op de kansen die zich aanbieden kan inspelen. Hiervoor moeten binnen de organisatie mensen aangetrokken worden om, binnen de beleidslijnen van de club, te onderhandelen met gegadigden. De club mag nooit schulden maken op lange termijn (langer dan 2-3 jaar. Enkel een investering in vastgoed, zoals eigen sporthal, zou hierop een uitzondering kunnen zijn. Alle operationele werkingskosten, zoals zaal huur, verzekeringen, verplaatsingen, administratie enz. worden gedekt door de lidgelden en de extra-sportieve initiatieven. Subsidies dienen gericht te zijn op materiaal en wervende initiatieven. Sponsoring moet in eerste instantie ten goede komen van het verbeteren van de spelkwaliteit van jeugd- en prestatiegerichte werking, cf. stages, toernooien, onkostenvergoedingen,..... In de sponsoring afspraken zal er steeds gestreefd worden naar een billijke verdeling tussen prestatiesport, jeugd- en clubwerking. Sponsors mogen inspraak hebben in het financiële beleid met betrekking tot de besteding van hun inbreng maar niet in het sportieve.

1.3 DOELSTELLINGEN

1.3.1 Sportief

Te bereiken doelstellingen op recreatief niveau

- Een groep van senioren en/of kinderen die regelmatig komen trainen/wedstrijden spelen
- Een gekwalificeerde trainer die deze groep enthousiaste mensen begeleidt/traint
- Een teamcoördinator die het team en de ouders informeert en motiveert over het reilen en zeilen van de club

Te bereiken doelstellingen op competitief niveau

- Een groep van senioren en/of kinderen die op de voorziene trainingsmomenten komen trainen/wedstrijden spelen
- Een gekwalificeerde trainer die deze groep doelgericht begeleidt/traint
- Een teamcoördinator die het team en de ouders informeert en motiveert over het reilen en zeilen van de club

Te bereiken doelstellingen op G-sport niveau

- Een groep van kinderen die wekelijks komen trainen
- Een team van gekwalificeerde trainers die wekelijks training geven en wedstrijden begeleiden
- Een teamcoördinator die het team met zijn ouders informeert en motiveert over het reilen en zeilen van de club
- Een team van vrijwilligers die het beleid over de G-sportwerking ter harte nemen

Te bereiken doelstellingen op Topsportniveau

- Een groep van senioren en/of kinderen die minstens 3 keren per week handbal specifiek trainen
- Extra trainingsmomenten worden voorzien in het kader van kracht, fysieke conditie
- Een gekwalificeerde trainer die deze groep doelgericht begeleidt/traint
- Een paramedisch team dat de begeleiding professioneel kan ondersteunen indien nodig

1.3.2 Organisatorisch

Uilenspiegel streeft naar een evenwichtige en goed uitgebouwde organisatie met een welomschreven taakverdeling en (deel)opdrachten.

Te bereiken doelstellingen op taakverdeling en opdrachten niveau

- Een organogram van de verschillende organisatorische afdelingen in kaart brengen
- Per afdeling een takenpakket omschrijven
- Twee Aanspreekpersonen integriteit (API)

In de clubwerking is de inbreng van vrijwilligerswerk belangrijk en noodzakelijk. Een vrijwilliger die een taak uitoefent krijgt binnen zijn/haar verantwoordelijkheidsdomein voldoende vrijheid om de functie optimaal te kunnen vervullen, weliswaar binnen het kader

dat door de club werd afgesproken.

Te bereiken doelstellingen op vrijwilligers niveau

- Twee coördinatoren voor de vrijwilligers aanduiden en bereikbaarheid bekend maken.
- Voor elke afdeling in het organigram minstens drie vrijwilligers actief laten deelnemen aan bestuurlijke taken/opdrachten
- Vrijwilligersbeleid uitschrijven en communiceren met de leden van de club

Inschrijving in een competitie en samenstelling van de ploegen om de sportieve doelstellingen te kunnen bereiken is een verantwoordelijkheid van de technische staf en het bestuur.

Te bereiken doelstellingen op competitie-organisatorisch niveau

- Opvolgen en organiseren van opleidingen voor trainers
- Opvolgen en organiseren van opleidingen voor scheidsrechters
- Opvolgen en organiseren van opleidingen voor teamcoördinatoren
- Bepalen van aantal ploegen in verhouding tot aantal leden afgestemd door de verschillende afdelingen

1.3.3 Maatschappelijk.

Uilenspiegel is een sportvereniging waarin naast sportieve prestaties het klimaat en het sociale contact erg belangrijk zijn. Bij Uilenspiegel kan men zich aansluiten wars van alle raciale, culturele, politieke of andere verschillen. De club wil een positief imago van de handbalsport voor het ganze gezin uitdragen. Uilenspiegel is een ontmoetingsplaats voor mensen van binnen en buiten de handbalwereld die het verenigingsleven een warm hart toe dragen.

Te bereiken doelstellingen op sociaal niveau

- Activiteiten organiseren om sociale contacten te faciliteren en te stimuleren.
- Het algemeen beleid open en drempelverlagend organiseren zodat iedereen zich welkom voelt.
- In contact staan met anderen verenigingen, stad, gemeente en sportieve diensten om een zo breed mogelijk spectrum van activiteiten en initiatieven mogelijk te maken.
- Zoveel mogelijk Antwerpenaren aan het sporten krijgen
- Bereik van specifieke doelgroepen
- Bevorderen van de samenhang en de integratie binnen de wijk/district/stad
- Stimuleren van een gezonde levensstijl
- Werken aan ethisch en medisch verantwoord sporten

1.4 STIMULEREN VAN DE INDIVIDUELE ONTPLOOIING VIA ONTWIKKELEN LEVENS BREDE COMPETENTIESSTRATEGISCHE DOELSTELLINGEN JEUGDWERKING 2018-2021

1.4.1 Sportieve doelstellingen

1.4.1.1 Algemeen

De club streeft ernaar om jaarlijks minstens 1 ploeg te laten uitkomen in de jeugdeindronden van de VHV. Hiervoor zal de kwantiteit en de kwaliteit van de trainingen goed opgevolgd dienen te worden. Vanaf U14 wordt daarom een trainingsintensiteit van 3x/week aangeboden waarin conditie, tactiek, techniek en spelen aan bod komen voor zowel veldspelers als doelwachers. De kwaliteit van de trainingen wordt gegarandeerd door gediplomeerde trainers. Er wordt ook gebruik gemaakt van hulptrainers die gestimuleerd worden om een initiatorcursus handbaltrainer te volgen.

De club wil een vlottere integratie van jeugdspelers in de seniorenteams, omdat we hebben vastgesteld dat van cadet naar senioren ploeg de overgang te groot is.

De club investeert in promotie van het handbal en werkt hiervoor samen met scholen, stad, gemeente, VHV en andere instanties i.f.v. initiatie, sportkampen,.....

Sportleerkrachten worden betrokken in het rekruteringsplan van nieuwe handbalspelers en gestimuleerd om handbalinitiatie te geven.

Uilenspiegel heeft sinds seizoen 2015-2016 een verenigingsmanager die de onder andere de rekrutering en organisatie van promotie-acties coördineert en opvolgt.

1.4.1.1.1 Fairplay

M.b.t. de faire en sportieve houding wil de club werken aan de spelregelkennis. Daarom organiseert de club minimaal 2X per jaar infoavonden voor (vooral nieuwe) ouders over de spelregels van handbal. Daarnaast is er een actief beleid om de spelers te laten ervaren hoe het is om een wedstrijd te leiden. Jeugdspelers vanaf miniemen worden dan ook actief gestimuleerd om de opleiding te volgen voor jeugdscheidsrechter. Dit geeft hen de kans om het spel en het gedrag van de spelers te ervaren als betrokken buitenstaander. We zijn er van overtuigd dat dit een positieve weerslag heeft op hun eigen houding als speler op het veld. In het kader van dezelfde doelstelling worden de jongeren van deze leeftijd ook ingeschakeld als coach van ploegen die deelnemen aan de scholentornooien en

handbalinitiaties. Dit geeft de club ook de mogelijkheid om toekomstig trainer talent te ontdekken.

De cel jeugd in samenwerking met sporttechnisch coördinator en trainers, heeft ook deze periode van beleid extra aandacht voor een evenwichtige verdeling tussen ploegen die in eenzelfde competitie aantreden en met aandacht voor het uitwerken van een volledige meisjeslijn. De bedoeling is dat we tot evenwichtige wedstrijden komen en zo mogelijke frustraties bij spelers en ouders te voorkomen. Deze houding willen we ook uitbreiden naar andere clubs toe. Trainers worden gestimuleerd om hun opstelling in de mate van het mogelijke aan te passen aan het spelniveau van de tegenstrever om zo de wedstrijden voor iedereen leuk te houden.

De trainers en coaches geven, zoals voor andere sportieve leerpunten, ook aandacht voor fairplay en een sportieve houding van hun spelers tijdens trainingen, maar ook voor hun gedrag in de kleedkamers, tijdens toernooien, enz.

1.4.1.2 Werkingsdoelstellingen

1.4.1.2.1 De algemene werkingsdoelstellingen

Concretiseren en uitdragen van de algemene doelstellingen van HV Uilenspiegel vzw.

1.4.1.2.2 Breedtewerking

De club wil de jeugdwerking uitbreiden en het aantal spelende leden verhogen zoals vermeld in de algemene doelstellingen.

De club wil maximaal de eigen jeugdspelers behouden en zorgen voor een attractief klimaat door het organiseren van sportkampen, stages, deelname aan toernooien en ook extra-sportieve initiatieven.

De club wenst te beschikken over steeds minstens 1 U6, 1 U8, 1 U10, 1 J12, 1 M13, 1 J14, 1 M15, 1 J16, 1 M17, 1 J18, 1 M19 groep. Om de doorstroming en integratie van meisjes te versterken wensen we ook actief deel te nemen aan de VHV meisjes pupillen toernooien met onze "puppies". Hiermee willen wij het realiseren van een volledige meisjeslijn mogelijk te maken. Zo blijven wij ook onze steen bijdragen tot het mogelijk maken van een aparte meisjescompetitie. Wij zijn er van overtuigd om zo het groepsgevoel van de meisjes aan te moedigen en het enthousiasme van de ouders te vergroten. Dit biedt ons perspectieven om de doorgroei naar miniemen, kadetten en later onze damesteams te verzekeren.

1.4.1.2.3 Omkadering

De club wil een algemene omkadering per team i.f.v. operationele issues zoals , wedstrijdsecretariaat, vervoer, kledij, Hiervoor wordt beroep gedaan op vrijwilligers en ouders.

De jeugdwerking wordt geleid door het jeugdbestuur dat bestaat uit een jeugdvoorzitter, een jeugdcoördinator, een jeugdsecretaris, een werkgroep communicatie, een werkgroep werving en subsidies, een afgevaardigde van het clubbestuur en de teamcoördinatoren (zie bijlage jeugdbestuur en jeugdwijzer).

1.4.1.2.4 Clubbinding

De club verwacht dat ouders hun bijdrage leveren om de operationele werking vlot te laten verlopen en regelmatig deelnemen aan de clubinitiatieven.

Jeugdspelers worden gestimuleerd om andere functies, taken binnen de club op te nemen (jeugdtrainer, scheidsrechter...).

Indien spelers andere functies opnemen binnen de club zoals trainer, scheidsrechter, actief bestuurslid, ..., krijgen ze vanuit de club (financiële) ondersteuning om opleiding te volgen.

Ouders en sympathisanten worden gestimuleerd om functies, taken binnen de club op te nemen (trainer, scheidsrechter, actief bestuurslid,...).

Indien vrijwilligers of ouders andere functies opnemen binnen de club zoals trainer, scheidsrechter, actief bestuurslid, ..., krijgen ze vanuit de club (financiële) ondersteuning om opleiding te volgen.

1.5 OPERATIONELE DOELSTELLINGEN JEUGDWERKING

Korte termijn doelstellingen zijn:

- Communicatie naar buiten en intern optimaliseren door middel van de website van Uilenspiegel.
- Wij willen actief werken aan een positieve sfeer bij de jeugdspelers. Op deze manier willen wij problemen tijdig detecteren en zo preventief werken tegen drop-out
 - Jaarlijks worden er 2 stages georganiseerd (1 week in augustus, 3 dagen tijdens de kerstvakantie). Tijdens deze stages wordt er aandacht gegeven aan teambuilding, maar er is ook aandacht voor informele contacten tussen de jongeren en hun trainers en handbal-technische ontwikkeling.

- Trainers hebben oog voor mogelijke problemen binnen de groep of tussen individuele spelers en maken tijd voor het oplossen ervan.
- Teamcoördinatoren en leden van de cel jeugd proberen zoveel mogelijk in contact te komen met de ouders van de spelers. Dit gebeurt tijdens, voor of na de trainingen en wedstrijden, tijdens activiteiten als de clubdag, etentjes, enz. Op die manier werken we aan een vertrouwensband zodat we via de ouders ook feedback krijgen over het goedvoelen van de spelers. Als er nieuwe spelers aansluiten wordt er door de teamcoördinator ook tijd gemaakt om aan de ouders de werking en de sfeer in de club toe te lichten en de mensen voor te stellen aan de leden van het jeugdbestuur en de trainer. Wij hebben ook een vrijwilligerscoördinator die hierbij ondersteuning kan bieden.
- Jaarlijks organiseert de club 2 infodagen voor ouders over spelregels en een minicursus voor wedstrijdsecretaris/tijds waarnemer voor welpen- pupillen- en miniemenwedstrijden. Deze avonden hebben ook de bedoeling om een nauwe band met de ouders op te bouwen.
- Jaarlijks wordt er ook een infoavond georganiseerd voor de ouders omtrent de doelstellingen voor het komende seizoen. Dit vindt plaats in de maand mei op het moment dat er zicht is op het aantal teams waarmee we willen gaan aantreden, wie de trainingen gaat geven en waar deze doorgaan. We maken van de gelegenheid ook gebruik om ouders van onze plannen voor het volgende jaar op de hoogte te brengen.
- Teamcoördinatoren en trainers volgen de aanwezigheid van spelers kort op. Indien een speler enkele weken onaangekondigd niet meer komt trainen wordt er contact opgenomen met de ouders om te vragen of er een probleem is. Indien de speler ontslag neemt proberen we alsnog een take-out gesprek te doen.

- Sportief:

- Rekrutering:

De rekrutering van nieuwe spelers wordt voornamelijk bekomen via de initiatiewerking van HV Uilenspiegel olv onze verenigingsmanager/jeugdsportwerker . Er wordt een verantwoordelijke coördinator voor de scholeninitiaties gedefinieerd. Wij hebben hiervoor gekozen op basis van de ervaringen van de afgelopen handbalseizoenen. De knelpunten waren voornamelijk de follow-up communicatie met de spelers en de jaarlijks weerkerende opstartperikelen naar de scholen toe.

Voor de coördinatie wordt er zeer nauw samengewerkt met het jeugdbestuur.

- De initiatiecursus houdt een 1 á 2 uren per week handbalinitiatie aansluitend op de schooluren in de sportaccommodatie van de respectievelijke school. Deze worden gegeven door de respectievelijke LO leerkrachten en ook door vrijwilligers van de club zelf . Dit wordt telkens gesuperviseerd door de verenigingsmanager/jeugdsportwerker Deze worden reeds uitgevoerd in:

- Rozenkrans Wilrijk
 - Zonnebloem Wilrijk
 - Spoorweglaan Wilrijk
 - De Ark Wilrijk
 - Vesalius Edegem
 - Neerland school Wilrijk
 - Sint-Ursula Wilrijk
- Flyers worden uitgedeeld aan de deelnemende scholen. Deze bevatten beknopt de informatie over onze club en hoe ze zich kunnen aansluiten indien ze de initiatie cursus handbal leuk vonden.
 - Er worden school-handbal-tornooien georganiseerd door Uilenspiegel als afsluiter van de initiatie cursus.
 - Tevens nemen wij de organisatie van een handbal namiddag voor onze rekening in het kader van de sportnamiddagen in de gemeente Edegem (jeugdsport@edegem). Dit levert nog steeds relatief weinig instroom op van nieuwe leden maar is wel belangrijk gebleken als een kennismaking met handbal en de club in het bijzonder. Als jongeren dan nog een initiatie op school volgen wordt de drempel heel klein.
 - Naast de initiaties die georganiseerd worden, trachten wij als club de website up to date te houden en attractief voor potentieel nieuwe spelers. De cel communicatie van het jeugdbestuur volgt dit op.
- Drop out van spelers voorkomen:

Door de jaren heen hebben wij ervaren dat er verschillende redenen zijn van drop out in onze club. Wij hebben getracht een manier van werken te hanteren die haalbaar is binnen onze structuur en met de vrijwilligers die ons kunnen helpen.

Wanneer een speler zelf meedeelt dat hij/zij niet meer wenst te komen naar de trainingen en/of wedstrijden, dan wordt in eerste instantie door de desbetreffende teamcoördinator gepolst wat de reden hiervan is. Deze informatie wordt gebrieft aan de trainers en jeugdbestuur.

Afhankelijk van de reden wordt er dan met iemand van het jeugdbestuur gesproken en/of de trainers, de jeugdcoördinator, de ouders en eventueel de speler erbij.

Wanneer een speler verschillende keren onaangekondigd niet komt trainen, dan wordt er eerst per e-mail gevraagd waarom hij/zij niet is geweest via de teamcoördinator.

Daarna volgt afhankelijk van de reden al dan niet een gesprek.

Wanneer een speler met een bepaalde klacht zit dan is er voorzien dat dit bij de trainers, jeugdbestuur en de jeugdcoördinator wordt gemeld. De jeugdcoördinator gaat in dialoog met de spelers en of ouders afhankelijk van het probleem. Daarna worden eventueel trainers erbij gevraagd en wordt er indien nodig een bijeenkomst met spelers, ouders en jeugdbestuur georganiseerd.

Wij blijven in dialoog gaan tot de reden of klacht helder is voor alle partijen en we trachten samen een oplossing te vinden of een aantal afspraken te maken. Indien er alsnog gekozen wordt om de club te verlaten dan wordt er afhankelijk van de timing in de 'competitiekalender' al dan niet een ontslag gegeven door de club of aangevraagd door de speler.

oTornooien:

Wij streven er naar om voor alle ploegen minstens aan 1 toernooi deel te nemen. Voor de U8 , U10, J12 en M13 wordt er deelgenomen aan toernooien in Nederland. Tweedaagse en internationale toernooien worden aangeboden vanaf U14/M15 leeftijd. Tussen de herfst en kerstvakantie maken de trainers een keuze uit het aanbod en kunnen spelers zich inschrijven. Het programma verzoent sportieve ambities met de financiële inspanning van de ouders. Toernooien waar we uit kiezen zijn o.a. Sint-Truiden, Kortrijk, Gent, Eeklo, Heerle (NL), Eindhoven (NL), Izola, Cell cup Hongarije, Praag cup en Partille cup Zweden.

oKwaliteits- en kwantiteitsverhoging van het aanbod van de trainingen: zie volgende pagina's.

- Vorming jeugscheidsrechters:

De trainers laten wedstrijdjes tijdens de trainingen zoveel mogelijk leiden door spelers. Zij zorgen daarbij voor begeleiding.

De club biedt de mogelijkheid aan 2° jaars M15 de J16 en vraagt aan alle J18 om deel te nemen aan de cursus jeugscheidsrechter, die georganiseerd wordt door het RAVB.

Er wordt aan alle deelnemers aan de jeugscheidsrechters cursus gevraagd om mee in te stappen in de beurtrol om jeugdwedstrijden te fluiten. Dit biedt hen de mogelijkheid om het geleerde snel in de praktijk te brengen en dit te onderhouden en verder te groeien. Het secretariaat zorgt voor een maandelijks document met aanduidingen voor de jeugdwedstrijden. Dit wordt elektronisch verstuurd aan de jeugscheidsrechters en aan het provinciaal scheidsrechter comité Antwerpen, dat

op haar beurt een overzicht geeft van de wedstrijden waarvoor zij een begeleider sturen. Voor de andere wedstrijden is er begeleiding door de verantwoordelijke Jeugscheidsrechters, of indien deze niet beschikbaar is een scheidsrechter uit de club.

De jeugscheidsrechters die uitgenodigd worden door het RAVB om mee te gaan naar de Artevelde Youth Cup worden aangespoord dit te doen. Op basis van de evaluatie op dit toernooi worden jongeren uitgenodigd om deel te nemen aan de cursus junior scheidsrechter. Het is de bedoeling dat minstens 1 koppel gevraagd wordt voor deze cursus.

- Vorming trainers:
 - Van alle trainers wordt verwacht dat zij minimum een cursus initiator volgen. Van alle hulptrainers wordt verwacht dat zij minimum een cursus aspirant initiator volgen.
 - De trainers worden ook geacht om minimaal één externe bijscholing te volgen en aanwezig te zijn op de interne bijschelingen van de club. De keuze voor de bijscholing gebeurt op basis van de opvolgingsgesprekken tussen (hulp)trainer en de sporttechnische coördinator.
 - De trainers worden geacht maandelijks aanwezig te zijn op de trainersbijeenkomst om elkaar bij te sturen, begeleiden en eventueel bij te scholen.
 - Van de trainers wordt verwacht om minimaal 2 bijschelingen te volgen, bij voorkeur goedgekeurde door de VHV. In de mate van het mogelijke trachten we ook zelf bijschelingen te organiseren ook opengesteld naar andere clubs bv de leerlijnen voor de jeugd, krachttraining om aan letselpreventie te doen.

- Vorming coach/assistent trainers (CAT):

Vanaf miniemen leeftijd doen wij regelmatig beroep op de jongeren om de jongste groepen (U6-U8-U10) te begeleiden en te coachen tijdens (scholen)tornooien, tijdens de handbal namiddag in Edegem, en tijdens andere activiteiten waar we handbal en de club willen promoten. De CAT's worden begeleid dor de hoofdtrainer van een ploeg en dragen geen enkele verantwoordelijkheid.

Hiermee willen we volgende doelstellingen bereiken.

 - Jongeren die nog te jong zijn om een officiële opleiding te volgen toch al te bekwamen in het begeleiden en opleiden van een team.

- We zijn er van overtuigd dat zij door deze opportuniteit een betere, actievere houding aannemen tijdens hun eigen trainingen en dat ze inhoudelijk meer inzicht krijgen in de training zelf.
- Niet onbelangrijk is ook dat we zo een poule creëren van een aantal enthousiastelingen die later ons trainersteam kunnen gaan aanvullen.

2 DEEL 2 VISIE, SPORTSPECIFIEKE DOELSTELLINGEN EN ONTWIKKELINGSLIJN VAN JEUGDPLAN HV UILENSPIEGEL GEBASEERD OP VHV LEERLIJN (WWW.HANDBAL.BE)

In heel de ontwikkelingslijn staat de ontwikkeling van het individu centraal. De voornaamste bedoeling is een flexibele speler te vormen met een sterk atletisch vermogen, die in staat is in het spel de juiste oplossingen te vinden en uit te voeren, wat ook de problemen zijn waarmee hij/zij geconfronteerd wordt. Iedere speler is daarbij uniek en de training dient daarop afgestemd te worden.

Volgens de handballeerlijn van de VHV kan de opleiding in handbal onderverdeeld worden in drie grote blokken met elk zijn specifieke accenten:

- **Basisscholing:** tot 10 jaar wordt het accent geplaatst op een veelzijdige motorische vorming met veel aandacht voor coördinatie en de fysieke basisvaardigheden. Een brede motorische vorming moet ervoor zorgen dat de handballer op latere leeftijd zich gemakkelijker nieuwe technieken en vaardigheden eigen kan maken.
- **Basistraining:** van 11 tot en met 14 jaar blijft veelzijdige motorische en fysieke training belangrijk en wordt er heel veel aandacht besteed aan de technische en tactische basistraining. De beheersing van deze basisvaardigheden is essentieel tijdens de verdere handballoopbaan en bepalend voor een ontwikkeling tot een tophandballer. De ontwikkeling van het individu op lange termijn staat steeds centraal!
- **Opbouwtraining:** vanaf 15 jaar is er veel meer aandacht voor een specifieke en meer gespecialiseerde opleiding van elke individuele speler. Bovendien komt hier meer groepstactiek aan bod. Daarnaast neemt de conditionele training als belangrijke prestatiebepalende factor een grote plaats in. Op volwassen leeftijd is er meer aandacht voor het team en de prestatie maar het individu mag zeker nooit vergeten worden!

2.1 DE BASISSCHOLING (U8-U10)

De blok 'Basisscholing' wordt onderverdeeld in drie leeftijdscategorieën:

- De kleuterleeftijd
- De leeftijd 6 tot 8 jaar
- De leeftijd 9 tot 10 jaar

2.1.1 Kleuterleeftijd

Binnen onze club HV Uilenspiegel bieden wij multimove trainingen voor 3- tot 6-jarige kinderen. Ons trainingsaanbod is een gevarieerd bewegingsprogramma, waarin de focus op de algemene ontwikkeling van vaardigheden ligt en een sporttak niet meteen herkenbaar is.

Tijdens uitdagende bewegingssituaties tijdens deze trainingen komen de 12 fundamentele bewegingsvaardigheden aan bod. Stuk voor stuk basisvaardigheden die een kind op jonge leeftijd moet verwerven om de motorische ontwikkeling te prikkelen en bevorderen. Alle bewegingen die een kind nu en later zal gebruiken, zijn hierop gebaseerd. De fundamentele bewegingsvaardigheden zijn cruciaal om op latere leeftijd sport specifieke, maar ook handbal specifieke vaardigheden te leren.

Multimove onderstreept het belang van een brede motorische ontwikkeling en kan de start betekenen van een gezonde en levenslange sport- en bewegingsparticipatie. Plezierbeleving staat hierbij centraal.

Dit zijn ze alle 12: dribbelen, glijden, heffen en dragen, klimmen, roteren, slaan, springen en landen, trappen, trekken en duwen, vangen en werpen, wandelen en lopen, en zwaaien.

(<https://www.sport.vlaanderen/sportactiviteiten/voor-elke-leeftijd-wat/multimove/>)

2.1.1 De leeftijd 6 tot 8 jaar

Voor deze leeftijdsgroep ligt de nadruk op het individuele en vrije spel van het kind. Bij de JM8 wordt daarom via vele kleine spelvormen het samenspel stilaan aangeleerd en wordt min-handbal geïntroduceerd.

De nadruk tijdens de opleiding ligt dus bij het stimuleren van een brede motorische en fysieke ontwikkeling en algemene coördinatie training. Geleidelijk aan worden meer handbal specifieke vaardigheden in gebracht.

De inhoud blijft zoals bij de vorige leeftijdsgroep vooral gericht op de 12 bewegingsvaardigheden die nu meer in spelvorm worden aangeboden.

Op het niveau van de mentale ontwikkeling ligt het accent op ontwikkelen van zelfvertrouwen, leren samenwerken, respect hebben voor elkaar en fair play.

2.1.2 De leeftijd 9 tot 10 jaar

Bij de JM10 worden de eerste wedstrijdjes mini-handbal gespeeld. Mini-handbal is een vorm van handbal, speciaal ontwikkeld voor de jongere leeftijdscategorieën. Het is een ideale manier om de tactische basisvaardigheden aan te leren en elk kind betrokkenheid in het spel te geven. Naast de algemene coördinatie die al bij de JM8 wordt aangeleerd, ligt hier nu ook meer de nadruk op de snelheid en wendbaarheid van de spelers. De 12 bewegingsvaardigheden worden nu op een hoger niveau aangeboden waarbij er nu ook meer rekening wordt gehouden met de 5 basis motorische

eigenschappen (coördinatie, kracht, lenigheid, uithouding en snelheid). Er gaat veel aandacht naar de rompstabilisatie met als doel een betere lichaamshouding en controle te ontwikkelen, waardoor ook vooral aan blessurepreventie wordt gedaan. De versterking van het lichaam is belangrijk om ook de technische vaardigheden steeds beter onder de knie te krijgen.

Algemene samenvatting:

ZWAARTEPUNT	MOTORISCHE VEELZIJDIGHEID COÖRDINATIESCHOLING		
TRAININGSSTOF	BASISSCHOLING		
CATEGORIEËN	J/M 6	J/M 8	J/M 10
LEEFTIJDEN	kleuter	1-2^{de} lj LO	3-4^{de} lj LO
SPELVORM	Vrij spel Multimove Bewegingsschool	Multimove Bewegings-school Mini handbal 3+1 of 4+1	Mini handbal 3+1 of 4+1
HANDBAL ACCENTEN	Vrij spelen Geen tactische richtlijnen Geen contact		

2.2 DE BASISTRAINING (J12/M13 EN J14/M15)

2.2.1 De 11-12-13 jarige speler/speelster of de categorie J12/M13

In deze leeftijdscategorie spelen de J12 7 tegen 7, maar de M13 6 tegen 6 (tijdelijke aanpassing reglementen voor de meisjeslijn binnen de VHV). Bij de opleiding van deze leeftijdsgroep ligt de nadruk hier op het aanleren van de basis technische en basis tactische vaardigheden, zonder de veelzijdige motorische vorming uit het oog te verliezen. Het ontwikkelen van het individu staat hier centraal. Vanuit de ontwikkelingslijn van de VHV wordt er geadviseerd om te streven naar een dagelijkse sportactiviteit waarvan 3 in clubverband en de rest op school. In onze club kiezen wij ervoor om voor deze leeftijdsgroep 2 keren anderhalf uur training aan te bieden en 1 keer per week een wedstrijd en/of toernooi. Voor de spelers die meer willen en aankunnen kan er een individueel traject uitgewerkt worden in overleg met de ouders en de sporttechnisch coördinator.

De trainers krijgen als opdracht om de spelers zelf te leren nadenken op het terrein, zelf oplossingen te laten zoeken en de creativiteit te stimuleren. Belangrijk hierbij is de speler op verschillende spelposities (met inbegrip van de keeperspositie) ervaring te laten opdoen om een eenzijdige ontwikkeling te voorkomen. Zo leert de speler zijn plan trekken op iedere positie en weet hij/zij wat elke spelpositie inhoudt, wat belangrijk is in de latere spelerscarrière.

2.2.2 De 13-14-15 jarige of de categorie J14/M15

In deze leeftijdscategorie wordt er verder opgebouwd naar meer automatiseren van basis technieken. Het is ook belangrijk dat ze vanaf nu ook variatie en aanpassing in techniek kunnen tonen. De snelheid van uitvoering krijgt hier ook steeds meer aandacht zodat de basis tactische vaardigheden ook steeds verder kunnen ontwikkelen.

De trainers dienen er aandacht voor te hebben dat deze leeftijdsgroep midden in hun groeisput zitten en daardoor sommige complexe vaardigheden eerder stuntelig uitvoeren. Om de gewenste resultaten te bereiken zal men dezelfde technische vaardigheden veel meer moeten trainen én veelvuldig herhalen. Als trainer dienen ze daarbij de speler zelf te leren nadenken op het terrein, zelf oplossingen te laten zoeken en de creativiteit te stimuleren. We spreken hier van ‘techniekvariaties’ en ‘techniekaanpassingen’. Belangrijk hierbij is ook dat de trainer aandacht heeft voor detail in de techniekuitvoeringen, aan foutenanalyse en aan remediëring doet. Er wordt voortdurend constructieve feedback gegeven aan de spelers. Er wordt gestreefd naar het aanleren van de volgende tactische basisregels.

De drie tactisch basisregels zijn:

1. Balontvangst storen – De verdediger neemt voortijdig een offensievere positie.

2. Pass geven verhinderen – De verdedigers verhinderen door te pressen dat de bal kan aangespeeld worden.
3. Bal onderscheppen – De verdedigers lezen wanneer een pas gaat vertrekken en trachten hem te onderscheppen, vooral bij noodpassen kan dit een gevaarlijk wapen zijn.

Daarnaast is er nu steeds meer aandacht voor de keeper specifieke trainingen. Deze worden in onze club apart aangeboden door een keeperstrainer en indien gewenst kunnen keepers ook vanuit ons samenwerkingsnetwerk in andere clubs extra trainingsmomenten aangeboden krijgen.

Bij deze leeftijdsgroep is er aandacht in het stimuleren om zelf te leren nadenken en hun creativiteit te ontwikkelen. De trainers helpen hierbij via bv. beslissingstraining en leergesprekken. Dit is een zeer lang leerproces waar ervaring op termijn een belangrijke rol zal spelen.

De mentale ontwikkeling van deze groep is ook een aandachtspunt omdat zelfvertrouwen en een positief zelfbeeld een directe invloed hebben op hun motivatie, wilskracht en doorzettingsvermogen. De sociale ontwikkeling die er uiteraard rechtstreeks mee gepaard gaat vraagt dan weer aandacht voor respect, teamgeest en kleren omgaan met de verschillende 'karakters' in een groep.

Algemene samenvatting:

ZWAARTEPUNT	VEELZIJDIGE HANDBALSPECIFIEKE BASISOPLEIDING	
TRAININGSSTOF	BASISTRAINING	
CATEGORIEËN	J12/M 13	J14/M 15
LEEFTIJDEN	5-6^{de} lj LO, (1ste LjSO)	1-2^{de} lj SO (3de Lj SO)
SPELVORM	Beginners: Mini HB 4 + 1 Gevorderden: Competitie 6+1	6+1
HANDBAL ACCENTEN	Individuele scholing Positievvariabiliteit Basistactiek	

2.3 DE OPBOUWTRAINING (J16/M17, J18/M19)

2.3.1 De jongens en meisjes >15j

Voor veel jeugdspelers is in deze fase van de ontwikkeling de groeispurt gedaan en zijn ze gewoon geraakt aan hun 'nieuw' lichaam. Binnen de sport worden keuzes gemaakt: topsport, competitief of recreatieve sportvorm wordt gekozen. De jong volwassene zal op dit moment meestal niet meer van tak van sport veranderen. Hij/zij is klaar om op alle vlakken het maximum eruit te halen. Vanaf dan kan kracht, uithouding, techniek en tactiek opbouwend aangeboden worden en oog hebben voor de talenten die in de groep zitten. In deze laatste fase als jeugdspeler is het belangrijk om te werken aan details en automatisering van bewegingen. Daarnaast gaan ze nu steeds meer in contact komen met handballen met gebruik van hars. Dit vraagt een aanpassing van techniek en dus ook anders trainen. Ze moeten niet enkel basistechnieken beheersen, maar ook flexibel worden om technieken of tactiek aan te passen in functie van de spelsituatie.

Spelers van deze leeftijdsgroep worden ook gevraagd om een scheidsrechter of trainers cursus te volgen. De club biedt dit aan om de spelers ook kennis te laten maken met de spelregels en ook om het fairplay te faciliteren. Kortom de sport vanuit verschillende perspectieven te leren kennen.

Samenvatting:

ZWAARTEPUNT	SPECIFIEKE OPLEIDING I.F.V; SPELSITUATIES		
TRAININGSSTOF	OPBOUWTRAINING		
CATEGORIEËN	J/M 16	J/M 18	J/M 21
LEEFTIJDEN	3-4 ^{de} lj SO	5-6 ^{de} lj SO	Hoger onderwijs
SPELVORM	6+1	6+1	6+1
HANDBAL ACCENTEN	Variabele groepstactiek Positiespecifiek Fysieke ontwikkeling		

2.4 SAMENVATTING SPORTIEVE DOELSTELLING

2.4.1 Trainingsschema jeugdploegen

	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag
G-sport						11u00-12u30 Bist
U6			17u00 - 18u00 Willecom			9u30 - 10u30 Bist
U8			17u00 - 18u00 Willecom			9u30 -10u30 Bist
U10			17u30 - 18u30 Willecom			10u30 -11u30 Bist
U12	18u00 - 19u30 Bist		18u30 - 20u00 Willecom			
M13	17u30 - 19u00 Willecom		16u30 - 18u00 Bist			
U14		18u00 - 19u30 Bist	18u00 - 19u30 Bist		17u30 - 19u00 Bist	
M15	17u30 - 19u00 Willecom		16u30 - 18u00 Bist	17u30 - 19u00 Bist		
U16	18u30 - 20u00 Willecom		19u30 - 21u00 Bist		17u30 - 19u00 Bist	
U18	18u30 - 20u00 Willecom		18u30 -19u30 kracht 19u30 - 21u00 zaal Bist		19u00 - 20u30 Bist	
M17 (+ M19)	18u30 - 20u30 Bist 18u30-19u30: zaal 19u30-20u30: kracht		16u30 - 18u00 Bist	19u00 - 20u30 Bist		
keepers		18u30 - 19u30				



2.4.2 Basisscholing U6-U8-U10

Basisscholing U6-U8-U10

Tactiek	vrij spelen creativiteit mandekking
Techniek	werpen en vangen dribbelen
Fysiek	brede motorische vorming snelheid en wendbaarheid
Mentaal	zelfvertrouwen
Sociaal	fair play respect
Levenswijze	basis lichaamsverzorging

U6	U8	U10
brede motorische vorming (BMV)	BMV in spelvorm snelheid en wendbaarheid	BMV coördinatie snelheid en wendbaarheid
ontdekken - vrij spel	leren samen spelen overtal	min-handbal vrijlopen mandekking creativiteit
brede motorische vorming	BMV in spelvorm eerste technische vaardigheden zelfvertrouwen	werpen vangen dribbelen individuele verdediging geloof in eigen kunnen leren doorzetten
zelfvertrouwen	leren samen werken	respect
speelplezier		
gezond drinken tijdens en na de sportactiviteit	gezond drinken tijdens en na de sportactiviteit	douchen na de sportactiviteit

Ontwikkeling van de 12 bewegingsvaardigheden.

1. Wandelen en lopen
2. Werpen en vangen
3. Klimmen
4. Slaan
5. Zwaaien
6. Trappen
7. Roteren
8. Dribbelen
9. Glijden
10. Heffen en dragen
11. Springen en landen
12. Trekken en duwen

Kennismaking met andere sporten.

Deze bewegingsvaardigheden worden benut voor het trainen van de vijf basismotorische eigenschappen:

1. Coördinatie
2. Kracht
3. Lenigheid
4. Uithouding
5. Snelheid

2.4.3 Basistraining J12-M13-J14-M15

Basistraining U12-M13-U14-M15

Tactiek	basistactieken aanleren en verbeteren beslissingstraining
Techniek	basistechnieken aanleren en verbeteren techniekaanpassing
Fysiek	brede motorische vorming stabilisatie
Mentaal	positief zelfbeeld motivatie
Sociaal	teamgeest respect
Levenswijze	gezonde levenswijze

J12 - M13 brede motorische vorming coördinatie stabilisatie snelheid en wendbaarheid basistechnieken aanleren en verbeteren	J14 - M15 algemene coördinatie stabilisatie snelheid en wendbaarheid techniekvariatie en techniekaanpassing
basistactieken aanleren positief zelfbeeld motivatie respect teamgeest gezonde levenswijze	basistactieken aanleren en verbeteren beslissingstraining positief zelfbeeld motivatie respect teamgeest gezonde levenswijze

Tactische bouwstenen

Basistactiek
Beslissingstraining
Groepstactiek
1-5 verdediging
3-3 verdediging
Zelf oplossingen zoeken
Creativiteit

TechniekVARIATIE

Aanleren van variaties van de basistechnieken

- Shotvariaties
- Schijnbewegingvariaties
- Aantal passen voor de worp
- Bewegingsdynamiek

TechniekAANPASSING

Aanpassen van de technieken aan de situatie

- Spelsituatie
- Actie van de verdediger
- Ruimte
- Individueel tactische principes
- Groeptactische principes

Standaardsituatie	Basistechniek/tactiek
Positie-aanval	Vlottend bal rondspelen tussen twee verdedigers
	Samenspelen met een medespeler
	Loopwegen
	Eenvoudige wissels met/zonder bal
	Doelworp
Contra	Passrichting afbreken
	Passschijnbeweging
1-1 situatie	Lichaamsschijnbeweging met/zonder bal
	Worp- passschijnbeweging
	Uitspelen van een medespeler
	Doelworp
Relatie met de pivot	Aanspeelvarianten (opbouwer)
	Give-and-go
	Aanspeelbaar maken (pivot)

Het fixerend rondspelen is de basis van het aanvalsspel. Het is belangrijk dat een speler,

1. De spelers zullen enkel met slagworp passen geven.
2. Vooraleer de pass te geven moet je doelgevaarlijk zijn.
3. Oogcontact zoeken met de passontvanger.
4. Pass op schouderhoogte geven.
5. Pass in voorwaartse beweging geven.
6. De uitgangspositie herinnemen na de pass.
7. De beweging inzetten wanneer de passgever klaar is.
8. Bal in snelle voorwaartse beweging vragen.
9. Zowel de bal als de tegenstander in het oog houden.
10. Oogcontact zoeken met de pasgever.

2.4.4 Opbouwtraining J16-M17-J16-M19

Opbouwtraining J16-J18 M17-M19

Tactiek	groepstactiek beslissingstraining
Techniek	positiespecifieke technieken
Fysiek	kracht, explosiviteit en uithouding
Mentaal	motivatie ambitie
Sociaal	verantwoordelijkheidszin engagement
Levenswijze	voeding en recuperatie

	15-16 jaar 3 ^{de} - 4 ^{de} leerjaar Secundair Onderwijs	17-18 jaar 5 ^{de} - 6 ^{de} leerjaar Secundair Onderwijs	18-21 jaar Hoger onderwijs
FYSIEK	specifieke coördinatie stabilisatie snelheid en wendbaarheid	specifieke coördinatie stabilisatie basiskracht snelheid en wendbaarheid	specifieke coördinatie kracht sprongkracht en explosiviteit snelheid en wendbaarheid interval
TACTIEK	groepstactiek beslissingstraining	groepstactiek beslissingstraining positiespecifieke scholing	beslissingstraining positiespecifieke scholing spelconcepten
TECHNIEK	techniekvariatie en techniekaanpassing	techniekvariatie en techniekaanpassing positiespecifieke technieken	techniekvariatie en techniekaanpassing positiespecifieke technieken
MENTAAL	motivatie verantwoordelijkheidszin engagement	motivatie ambitie verantwoordelijkheidszin engagement	motivatie ambitie verantwoordelijkheidszin engagement doelen stellen
SOCIAAL	verantwoordelijkheidszin engagement respect teamgeest	verantwoordelijkheidszin engagement respect teamgeest	verantwoordelijkheidszin engagement respect teamgeest
LEVENSWIJZE	gezonde levenswijze	gezonde levenswijze basisprincipes sportvoeding	gezonde levenswijze sportvoeding recuperatie bioritme

Belangrijk bij tactiek in opbouwtraining

	JM16	JM18	JM22
Accent	beslissingstraining positiespecifieke scholing uitgebreide groepstactische scholing spelconcepten		
Inhoud	2-2 blok en afrol overgang naar 2 ^{de} pivot positiewissels 3-2-1 verdediging snel bal opbrengen	2-2 breedte en diepte overgang naar 2 ^{de} pivot positiewissels loopwegen 6-0 verdediging snelle overgang verdediging- aanval tweede fase tegenaanval	breedte en diepte loopwegen positiespecifiek tempo 5-1 verdediging 6-0 verdediging tweede en derde fase tegeenaanval
!	leergesprek zelf oplossingen laten zoeken constructieve feedback dynamiek en creativiteit positievariabiliteit		

3 DEEL 3 CEL JEUGD

3.1.1 Cel jeugd

De cel jeugd komt maandelijks samen om het jeugdbeleid op te bespreken, initiatieven uit te werken, problemen op te lossen en opvolgen van lopende zaken. Het betreft ook de organisatie van evenementen, opvolging financiës, werking binnen de teams, De cel jeugd ondersteunt de algemeen goede realisatie van de clubwerking. De cel jeugd bestaat uit een voorzitter, een secretaris jeugd, een sporttechnisch coördinator een vrijwilligerscoördinator en bestuursleden die al dan niet een specifieke groep (bv G-sport, cel evenementen) vertegenwoordigen.



Voorzitter cel jeugd
API

Els Gonthier
Doornstraat 115
2610 Wilrijk
0494/047375
els.gonthier@gmail.com



Secretaris jeugd
Verantw.
jeugdscheidsrechters
Vertrouwenspersoon
soc.tarieven

Cindy Mommen
cindy.mommen@gmail.com



Bestuurslid
Cathy Moennaert



Sporttechnische
coördinatie
Kalenderverantwoordelijke

Giannoula Tsakitzidis
0479/58.59.01
roel.kiebooms@telenet.be



Bestuurslid
vrijwilligerscoördinator
Tine Meersman



Bestuurslid
Sofie Baudewijn



Bestuurslid
Frie Horemans



Bestuurslid
Kristel Robyn

3.1.2 Trainersgroep

De trainersgroep komt maandelijks samen. Wij noemen dat intern 'handbalcafé'. Dit wordt voorgezeten door de sporttechnisch coördinator (SC) en bijgewoond door trainers. Maandelijks wordt overleg gepleegd over de stand van zaken en besproken ifv de te bereiken doelstellingen per leeftijdscategorie. Er worden evaluaties gemaakt van de trainingen en de spelers. De SC komt regelmatig langs en geeft indien gewenst individuele feedback aan de betrokken trainers alsook een groepsfeedback op de algemene overlegmomenten. Er wordt een open en constructieve manier van feedback gebruikt om de communicatie in de trainersgroep goed te houden. De inhoud van de vergaderingen betreffen, inhoud trainingen, niveau trainingen, bijscholingen, evaluatie spelers, wedstrijdresultaten, stagevoorbereidingen op sportief niveau,

3.1.3 Teamco's

Maandelijks komen de teamverantwoordelijken, intern 'teamco's' genoemd, samen om de stand van zaken van hun teams aan elkaar mee te delen. Deze bijeenkomst wordt voorgezeten door de voorzitter van de cel jeugd. Bij deze bijeenkomsten wordt er ook gebruik gemaakt van de gelegenheid om alle evenementen aan te kondigen en eventueel hulp te vragen.

3.1.4 Ploegen

Ploegorganisatie: zie voor up to date versie www.uilenspiegel.be