



**Volleybalvereniging Trivos**  
Wijchen

# JEUGD COACHEN

Het coachen van jeugdwedstrijden

- Algemene afspraken
- Coachpas en DWF
- Aanvoerder (-ster)
- Trivos coachvisie

## Contact

Ramon Groenen | [ramon@trivos.nl](mailto:ramon@trivos.nl)



## COACHEN VAN DE JEUGD

Leuk dat u komend seizoen de vaste coach bent van een Trivos jeugdteam. De reden van schrijven van deze brochure is dat wij als Trivos u handvatten willen meegeven met betrekking tot het coachen en visie bij jeugdwedstrijden!

## ALGEMENE AFSPRAKEN

Een aantal afspraken binnen Trivos voor de wedstrijden, die u kunt bespreken met uw team.

- Het team is 45 minuten voor aanvang van de wedstrijd omgekleed aanwezig. Opbouwen van het veld of het net op de goede hoogte hangen en een halfuur inspelen (warm worden).
- Kijk op het TV-scherm in de Arcus op welk veld uw team moet spelen!
- Is er een wedstrijd bezig? Laat het team netjes wachten aan de zijkant en het liefst op de tribune of kantine totdat de wedstrijd is afgelopen.
- Laat het veld na de wedstrijd netjes en verzorgd achter. Weet vooraf of u het veld na de wedstrijd moet opruimen.

## COACHPAS EN DWF

U heeft een coachpas nodig om te coachen. U kunt de coachpas aanvragen via [ledenadministratie@trivos.nl](mailto:ledenadministratie@trivos.nl) en geef aan welk team u dit seizoen gaat coachen (stuur ook een pasfoto op via de mail).

Bij de coachpas krijgt u een relatiecode van de NeVoBo en dan kunt u een account aanmaken bij [www.volleybal.nl](http://www.volleybal.nl) en via de app 'Mijn Volleybal'.

Via de site en app kunt u terecht bij het wedstrijdprogramma van uw team, daarnaast kunt u het Digitaal Wedstrijd Formulier (DWF) voorafgaande aan de wedstrijd invullen.

Via het DWF worden de resultaten en de standen van de competitie bijgehouden van alle teams van de NeVoBo. U kunt uw team (of meerdere) als favoriet zetten, zodat u deze fijn kan volgen!

In het DWF moet u alle spelers/ speelsters invullen met het rugnummer van uw team en aangeven wie de aanvoerder(-ster) en eventuele libero is.

## AANVOERDER (-STER)

Het is belangrijk dat in de C-jeugd iedere speler/ speelster de kans krijgt om de rol van aanvoerder(-ster) te kunnen ervaren.

Bij de B-, en A-jeugd wordt er aan het begin van het seizoen gevraagd welke spelers/ speelster het leuk zouden vinden om aanvoerder(-ster) te zijn. Deze speler(s)/ speelster(s) rouleren met elkaar gedurende het seizoen per wedstrijd.



## TRIVOS COACHVISIE

Bij Trivos willen wij de wedstrijden beschouwen als de tweede of derde training van het team. Tijdens de wedstrijden wordt het geleerde van de trainingen toegepast.

In het woord wedstrijd, zit het woord 'strijd' in verweven. Dit houdt in dat er op een positieve wijze 'strijd' moet worden geleverd en dat je tijdens de wedstrijd natuurlijk wilt winnen, maar niet ten koste van alles.

- Iedere speler/ speelster speelt minimaal 2 sets per wedstrijd. Heeft u 8 spelers? Dan kan iedere speler 3 sets spelen. Bij 9 spelers zal er een deel 2 of 3 sets spelen. Uitgangspunt is dat iedere speler/ speelster 'ongeveer' evenveel speelt gedurende het seizoen.
- Teamdoelen en individuele doelen tijdens de wedstrijden. Maak zelf of vraag aan het team wat het teamdoel is en wat de individuele doelen zijn tijdens de wedstrijd. Het liefst gekoppeld aan de trainingen.



## VOOR DE WEDSTRIJD

Dit zijn globaal aantal zaken ter voorbereiding op de wedstrijd(en).

1. Zorg dat het DWF van uw team compleet en correct is ingevuld.
2. Zorg dat u of een speler/ speelster in bezit is van de spelerspassen en leg deze op de wedstrijdtafel ter controle voor de scheidsrechter.
3. Ontvang de coach van de tegenstander, scheidsrechter(s) en teller(s).
4. Zorg dat u pen of papier (teamschriftje) heeft om de opstelling(en) op te kunnen schrijven gedurende de wedstrijd.
5. Bespreek het teamdoel en de individuele doelen en laat dit de wisselers monitoren tijdens de wedstrijd.
6. Niet getraind is starten op de bank (ongeacht de reden).
7. Voordat de wedstrijd begint geeft het team iedereen een hand: de teller(s), dan aan de tegenstander en vervolgens de scheidsrechter(s) en ook aan het einde van de wedstrijd.

## TIJDENS DE WEDSTRIJD

Dit zijn globale zaken die handig kunnen zijn tijdens de wedstrijd om te weten.

- Twee time-outs per set. Aanvragen via een 'T' te maken met uw handen bij de scheidsrechter.
- 6 wissels per set.  
Wissel gedurende de set met mate. Stel dat er een speler/speelster een aantal punten niet lekker speelt (foutjes maakt) kan er gewisseld worden. Ter bescherming voor de speler/speelster en ten goede voor de vijf andere in het team.

U mag als volgt wisselen: A is basisspeler en wordt gewisseld door B (wisselspeler) (1). A mag alleen terug gewisseld worden met B (2). Echter mag u C (basisspeler) wel weer wisselen voor B (3), maar u moet C ook weer terug wisselen met B (4). Dan kunt u wisselspeler D nog een keer wisselen voor A (5) en weer terug wisselen (6).

De basisregel is: Iedereen in de beginopstelling mag gewisseld worden met een wisselspeler, maar de basisspeler kan alleen worden terug gewisseld met de wisselspeler.

- Positief coachen en beslissingen van de scheidsrechter(s) accepteren.

Met name bij jeugdwedstrijden worden de wedstrijden gefloten door jeugdspelers die misschien voor het eerst fluiten. Dat zij fouten maken kan gebeuren. U kunt er mee oneens zijn (misschien in uw recht), maar de beslissing accepteren en verder spelen.

## NA DE WEDSTRIJD

- Geef alle betrokkenen van de wedstrijd een hand.
- Laat de aanvoerder(ster) het DWF controleren en accepteren met de scheidsrechter(s).
- Laat het veld netjes en verzorgd achter voor het andere team of opruimen als dat nodig is.
- Kort nabespreken van de wedstrijd.
  1. TIP en TOP vertellen over jezelf.
  2. TOP aan een medespeler (wat vond je bij een ander goed gaan?).
  3. Bespreken van de teamdoelen en de individuele doelen (behaald ja of nee?). Hoe komt het dat het wel of niet is behaald?

TIP = Verbeterpunt.

TOP = Wat je goed vond gaan.

