

s.v.  apelle

# Jeugdplan



# Jeugdplan s.v. Capelle

## -Inhoudsopgave

<b>1. Inleiding en aanleiding</b>	<b>3</b>
1.1 Doelstelling van dit jeugdplan	3
1.2 Werkwijze	3
1.3 Huidige opbouw Jeugd s.v. Capelle	4
1.4 Organigram jeugdcommissie	5
1.5 Overzicht jeugdtrainers	5
<b>2. Aandachtspunten Jeugd</b>	<b>6</b>
2.1 Visie met betrekking tot jeugd teams	6
2.2 Trainingen en wedstrijden	6
2.3 Communicatie met ouders	7
2.4 Werving en behoud jeugdleden	7
2.5 Procedure aanmelding nieuw lid	8
2.5 Accommodatie	8
<b>3. Voetbalopleiding</b>	<b>9</b>
3.1 Trainingen	9
3.1.1. Kwaliteit	9
3.1.2 Intensiviteit	9
3.1.3 Uitgangspunten training	9
3.1.4 Aanvoerder tijdens de training	9
3.1.5 Individuele trainingen	10
3.1.6 Leeftijdskennmerken en gevolgen voor training	11
3.1.7 Trainingsopzet per categorie	12
3.1.8 Doorstroming naar de senioren	18
3.2 Wedstrijden	18
3.2.1 Aanvoerder tijdens de wedstrijd	18
<b>4. Evaluatie trainers</b>	<b>19</b>
<b>5. Keeperstraining</b>	<b>19</b>
5.1 Keepers opleiding	19
<b>6. Wisselbeleid</b>	<b>19</b>
<b>7. Meisjes/Dames plan</b>	<b>19</b>
<b>8. "De Zeister Visie"</b>	<b>20</b>
<b>9. "De Coerver methode"</b>	<b>21</b>
<b>10. Spelervolgsysteem</b>	<b>22</b>
<b>11. Samenwerking Bewegingstechiek van Selst</b>	<b>22</b>
<b>12. Handelwijze bij vragen en/of opmerkingen</b>	<b>23</b>
<b>13. Gedragsregels</b>	<b>24</b>

# 1 Inleiding en aanleiding

“Wie de jeugd heeft, heeft de toekomst!”

## 1.1 Doelstelling van dit jeugdplan

Dit is het jeugdplan van de s.v. Capelle.

Het doel van het plan is om structuur en beleid binnen de jeugd van s.v. Capelle vast te leggen.

De visie van s.v. Capelle is het zo optimaal mogelijk combineren van prestatie en plezier. Dit is dan ook een belangrijk centraal element in dit jeugdplan.

Teneinde het plan optimaal te kunnen realiseren, is het belangrijk dat het bestuur, de technische commissie en het coördinatie team van de jeugd op één lijn zitten. Daarom zal de structuur die in dit plan is vastgelegd, op zowel communicatief als op voetbaltechnisch gebied, een belangrijk rol spelen bij alle keuzes die gemaakt zijn en zullen worden.

Iedereen moet dezelfde voetbalvisie uitdragen. Dit plan wordt dan ook voorgelegd aan, en besproken met, alle betrokkenen binnen onze vereniging.

Het jeugdplan is bedoeld voor de komende 5 jaar.

Het wordt bewaakt door de algemeen jeugdcoördinator, de jeugdcommissie, trainers en leiders. Het jeugdplan zal regelmatig (minimaal jaarlijks) geëvalueerd en waar nodig, bijgesteld worden.

## 1.2 Werkwijze

Het vastleggen van het jeugdbeleid in een jeugdplan, waarin beschreven is welke verantwoordelijkheden een ieder heeft, wat er verwacht wordt en verwacht mag worden, heeft een aantal grote voordelen:

- Het bevordert de betrokkenheid van de leden, het (jeugd-)bestuur en de ouders
- Het maakt planmatig werken mogelijk waardoor acties op tijd gezien en opgepakt worden.
- Het geeft de mogelijkheid alle betrokkenen goed te informeren, en het geeft de mogelijkheid een gestructureerde discussie over het jeugdbeleid te voeren.

De visie, waarop dit plan is gebaseerd, is ontstaan uit een aantal vragen die we onszelf hebben gesteld. Vragen zoals:

- Wat willen we bereiken met de jeugd?
- Welke inhoud geven we aan de opleiding van de jeugd?
- Hoe gaan we om met het raakvlak jeugd/senioren

### **1.3 Huidige opbouw van de jeugdafdeling van s.v. Capelle**

Op dit moment, augustus 2013, telt de jeugdafdeling van s.v. Capelle 129 actieve leden, verdeeld over 12 teams.

- 1 peutervoetbal team (reeds 9 aanmeldingen)
- 1 mini F team (totaal 16 spelers)
- 2 F Teams (totaal 16 spelers)
- 2 E Teams (totaal 19 spelers)
- 2 D elftallen (totaal 21 spelers)
- 2 C elftallen (totaal 28 spelers)
- 2 A elftallen, inclusief 1 meisjes A1 elftal (totaal 28 spelers)

Hoewel we zien dat er in de lagere jeugd een brede basis bestaat, moeten we ook concluderen dat de trent is, dat spelers naar mate ze de senioren teams naderen, er voor kiezen te stoppen met voetballen.

Dit is niet iets wat alleen bij s.v. Capelle speelt en onder andere te maken heeft met nieuwe interesses die de jeugd ontwikkeld.

Het beleidsplan moet resulteren in een betere opzet op alle gebieden waardoor de verbondenheid met s.v. Capelle wordt vergroot.

De organisatie van de jeugdafdeling bestaat uit een aantal elementen. Een jeugdcommissie, dat onder andere bestaat uit een jeugdcoördinator en waarvan de jeugdvoorzitter tevens de jeugd vertegenwoordigt in het hoofdbestuur.

Meer dan 30 trainers en/of leiders zetten zet zich wekelijks in om de jeugdleden 2 tot 3 keer per week een leuke en sportieve bezigheid te bieden. Belangrijk daarbij is dat de meeste taken kosteloos door vrijwilligers worden verricht, aangevuld met een kleine onkostenvergoeding.

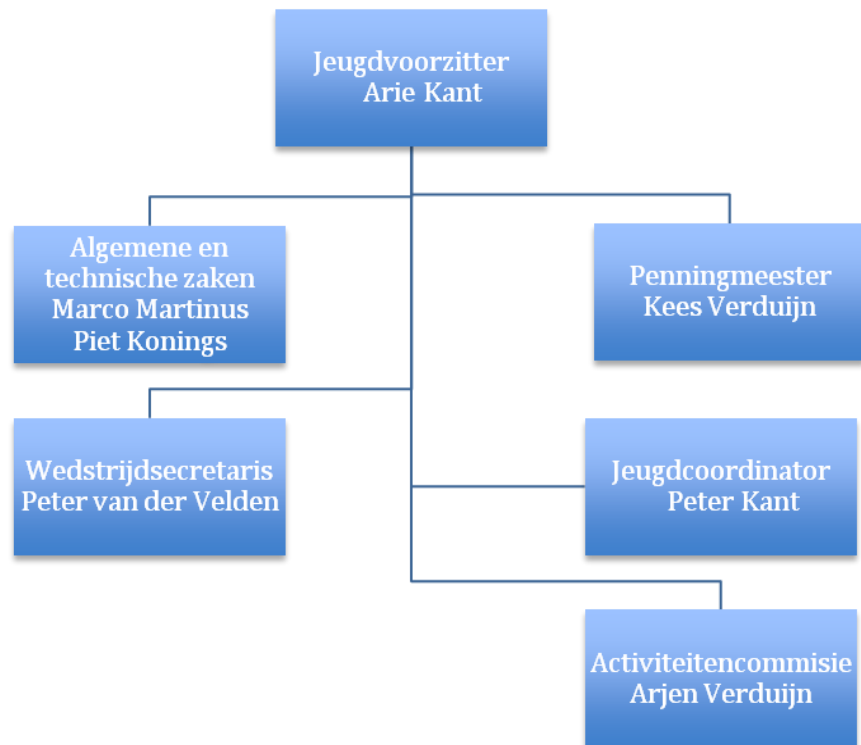
Het feit dat de meeste betrokkenen vrijwilligers zijn, betekent dat motivatie en enthousiasme van deze betrokkenen, alsmede een goede sfeer in de gehele vereniging, van cruciaal belang is.

Een ander cruciaal element is de communicatie tussen alle betrokkenen. Veel misverstanden en onenigheid ontstaan door een gebrekkige communicatie.

Constant aandacht voor de interne communicatie en het elkaar op de hoogte houden is essentieel.



## 1.4 Organigram jeugdcommissie



## 1.5 Overzicht jeugdtrainers

A1 – Gerrit van den Broek  
 MA1 – Gerben van den Broek  
 C1 –  
 C2 – Marco Martinus / Jaap van Pas  
 D1 – Arjen Verduijn / Matthijs de Jong  
 D2 – Peter van Irsel / Brian Horsten  
 E1 – Alwin Vos / Peter Kant  
 E2 – Patrick Heurter / Jeffrey Jeroense  
 F1 - Marco Bijkerk  
 F2 –  
 Mini's – Dion de Been  
 Peutervoetbal – Meerdere trainers  
 Keepers Pupillen -  
 Keepers Junioren – Erik Kuysten

## 2. Aandachtspunten jeugd

### 2.1 Uitgangspunten/visie m.b.t. jeugdteams.

Het moet voor de jeugd een sportieve uitdaging zijn om te voetballen op een aantrekkelijk (zo hoog mogelijk) niveau met aansluitend doorstroming naar de selectie van de senioren. De selectieteams van de jeugd spelen op een zo hoog mogelijk niveau.

Wij richten ons op de bevordering van het speltechnische niveau van alle jeugdspelers, bijvoorbeeld door het aanbieden van extra techniektrainingen vanaf de F-pupillen t/m de A-junioren.

De bevordering van sociale aspecten zoals teamgeest, sportiviteit, samenspel, normen en waarden in de omgang zijn onderdeel van het totale plaatje.

De jeugdafdeling van s.v. Capelle voegt de volgende specifieke elementen aan deze visie toe:

1. Randvoorwaarden voor alle teams optimaliseren
2. Als vereniging de betrokkenheid vergroten door o.a. onze huidige leden, maar ook oud leden van s.v. Capelle te betrekken bij de club en het aanbieden van cursussen
3. Structuur en continuïteit in het technisch kader
4. Het opzetten van individuele trainingen
5. Het zoeken van samenwerkingen die iets toevoegen aan onze jeugdopleiding

Dit alles moet leiden tot:

1. Het spelen op een hoger niveau
2. Het realiseren van voldoende doorstroom van jeugdleden naar de senioren zodat s.v. Capelle in de toekomst een gezonde vereniging blijft met een evenwichtige verdeling tussen jeugdleden en volwassen leden.
3. Het realiseren van meer participatie van jeugdleden in specifieke en algemene verenigingstaken.

### 2.2 Trainingen en wedstrijden

Normaal gezien heeft elk team minimaal een trainer en een leider. Er kan door (bijna) ieder team 2 x per week worden getraind. Op zaterdag zijn alle teams ingedeeld in de daarvoor aangegeven klasse van de KNVB.

Uitzonderingen hierop zijn de mini's en de jeugdleden die deelnemen aan het peutersvoetbal. Zij spelen nog geen door de KNVB ingedeelde competitiewedstrijden.

Belangrijke informatie omtrent KNVB regels zijn te raadplegen in de KNVB Jeugdvoetbalwijzer.

Trainers krijgen vanuit de club aangeboden om hun kennis te vergroten door deel te nemen aan trainersopleidingen.

Begeleiding van nieuwe trainers door een ervaren trainer kan de kwaliteit van de trainers en trainingen verder verhogen.

## 2.3 Communicatie met ouders

Eerste aanspreekpunt voor de ouders zijn de trainer(s) en/of leider(s) van het team waar het jeuglid deel van uit maakt.

Zij zullen de ouders informeren over de wedstrijden, trainingen en over overige mededelingen.

Daarnaast zal er op iedere trainingsdag en wedstrijddag minimaal 1 lid van het jeugdbestuur op het voetbalveld aanwezig zijn, als aanspreekpunt voor algemene en specifieke zaken.

Het streven hierbij is om, wanneer er zich situaties zouden voordoen waarbij een gesprek nodig wordt geacht, dit gesprek op een later tijdstip in te plannen. Dit om te voorkomen dat een gesprek ontstaat waarin emoties een grote rol kunnen spelen.

Informatie over de jeugdafdeling, zoals contactpersonen met hierbij telefoonnummers en e-mailadressen, maar ook bijvoorbeeld afgelastingen, zijn ook terug te vinden op de website van s.v. Capelle; [www.svcapelle.nl](http://www.svcapelle.nl)

Ook zal er ieder seizoen worden gestart met oudergesprekken. Deze gesprekken zijn bedoeld om kennis te maken met de verantwoordelijke personen binnen de vereniging en de mogelijkheid te bieden om vragen te stellen.

## 2.4 Werving en behoud jeugdleden

Vanaf het seizoen 2013-2014 zal er worden gestart met een jeugdteam gericht op peuters. Door deze nieuwe groep kinderen vroegtijdig kennis te laten maken met het voetbal en het samen spelen, krijgen we een nieuwe groep met instromers in onze jeugdopleiding.

Daarnaast zullen er concrete acties worden ontwikkeld om jeugdleden enthousiast te krijgen om bij s.v. Capelle te komen voetballen. Dit alles met als doel de jeugdafdeling verder uit te bouwen.

Ook zal er regelmatig worden geevalueerd om de tevredenheid van onze jeugdleden te onderzoeken met als doel al onze leden een volledige, maar vooral plezierige jeugdopleiding te laten doorlopen.

## 2.5 Procedure aanmelding nieuw lid

1. Aanmelding komt binnen via een inschrijfformulier bij de ledenadministratie (Wanneer deze binnenkomt bij het jeugdcommissie, zullen zij deze doorsturen naar de ledenadministratie)
2. Ledenadministratie stuurt het inschrijfformulier door naar de jeugdcoördinator
3. Ledenadministratie schrijft de speler in bij de KNVB
4. De jeugdcoördinator geeft informatie aan de ouders wanneer ze verwacht worden en in welk team hun zoon of dochter gaat voetballen
6. De jeugdcoördinator licht de trainer en leider in. De ouders worden door hen verder geïnformeerd
7. De jeugdcoördinator zorgt dat de ouders de basisinformatie over s.v. Capelle krijgen
8. Einde aanmelding

## 2.6 Accommodatie

De huidige accommodatie van s.v. Capelle bestaat uit:

- 3 voetbalvelden (gras)
- 1 trainingsveld (gras) + BAC + trainingshoek

De volgende ruimten zijn aanwezig:

- 8 kleedkamers
- 2 scheidsrechter kleedkamers
- 1 behandelkamer in kleedkamer
- 2 dames-, 2 herentoiletten
- 1 Materialenhok



## **3. Voetbalopleiding**

Spelers blijven over het algemeen gedurende een periode van meer dan 10 jaar in de jeugd van s.v. Capelle spelen. Gedurende die periode is het gewenst een gestructureerde voetbalopleiding te verzorgen.

### **3.1 Trainingen**

#### **3.1.1 Kwaliteit**

De kwaliteit van de trainingen moet goed zijn. Bezig zijn alleen is niet voldoende. Trainingen moeten zo leuk mogelijk zijn, maar er wordt getraind om beter te worden. Door de trainers op te leiden en te voorzien van het juiste materiaal, zullen we ook op deze manier de kwaliteit van de trainingen naar een hoger niveau brengen.

#### **3.1.2 Intensiviteit**

Twee keer trainen is de doelstelling voor alle jeugdteams, met uitzondering van het peutervoetbal en de mini's. Per team kan de duur van de training variëren.

#### **3.1.3 Uitgangspunten training**

Om ook structuur in de trainingen aan te brengen is er voor gekozen om tijdens de trainingen deels te werken met een uitgangspunten die afkomstig zijn van "De Zeister Visie". Wat "De Zeister Visie" inhoudt staat beschreven bij punt 8.

#### **3.1.4 Aanvoerder tijdens de training**

Voor iedere training zal er een aanvoerder worden aangewezen. Deze aanvoerder is verantwoordelijk voor de warming-up en moet er mede voor zorgen dat de training goed verloopt. De aanvoerder wordt er op aangesproken als er iets niet goed gaat. Ook zal de aanvoerder complimenten ontvangen wanneer alles goed verloopt en wanneer hij/zij een juiste opmerking maakt. Het doel hiervan is iedereen leiding te laten geven en volledig te betrekken bij het groepsproces.

### **3.1.5 Individuele trainingen**

Om spelers beter te maken starten we vanaf seizoen 2013 met individuele trainingen. Tijdens deze trainingen gaan we de punten die extra aandacht verdienen specifiek trainen. Dit kan betekenen dat we gaan werken aan punten die zwakker zijn en verbeterd kunnen worden, maar ook aan sterke punten om deze nog beter onder de knie te krijgen. Deze trainingen zullen worden gegeven op dinsdag, donderdag, vrijdag en eventueel zaterdag wanneer er geen wedstrijden zijn. Spelers moeten zichzelf aanmelden voor de trainingen. Trainers kunnen en mogen de spelers wel adviseren om aan deze trainingen deel te nemen.

### 3.1.6 Leeftijdskenmerken en de gevolgen voor de trainingen

De training voor een 6-jarige ziet er vanzelfsprekend anders uit dan voor een 17-jarige A speler. Uitgangspunt is steeds het leeftijdskenmerk van de trainingsgroep. De leeftijdskenmerken van de verschillende groepen en de gevolgen daarvan voor de trainingen zijn in het kort als volgt:

#### **Peutervoetbal en mini's:**

Nog weinig tot geen coördinatie en balgevoel.

Spelen met voetbal, bewegingservaring (vooral) met de bal opdoen

#### **F categorie:**

Nog weinig coördinatie en balgevoel

Spelen met voetbal, bewegingservaring (vooral) met de bal opdoen

#### **2e jaars F:**

Begin maken met technische vaardigheden

#### **E categorie:**

leergevoelig, al wat balgevoel

Verder ontwikkelen van beginnende technische voetbalvaardigheden veel aan de bal; veel klein partijtjes.

Begin van organisatie binnen het zevental

#### **D categorie:**

Zeer leergevoelig en leren snel, kritisch op eigen prestatie, goede coördinatie  
Gerichte techniektraining van alle voetbalvaardigheden, organisatie binnen het elftal

#### **C categorie:**

Zeer leergevoelig, maar (pre) puberteit, beperkte belastbaarheid

Technische voetbalvaardigheden uitbreiden, positiespelen wedstrijd tactiek

#### **B categorie:**

Kritisch naar anderen en zichzelf technische en tactische vorming vanuit de wedstrijd situatie, (bewegings)tempo hoger. Beroep op verantwoordelijkheid binnen team. Conditietraining (zoveel mogelijk met bal)

#### **A categorie:**

Realistischer soms groep-individu probleem

Uitgaande van de techniekvaardigheid kan er een grotere belasting gevraagd worden: technisch/tactische training, conditietraining (zoveel mogelijk met bal), wedstrijd tactiek.

### **3.1.7 Trainingsopzet per categorie**

#### **Peutervoetbal en Mini's**

In deze jonge leeftijdsgroepen staat het kennismaken met het voetbalspel in alle facetten voorop. Via het zoveel maken van balcontact in verschillende spelvormen moet de interesse voor het voetbalspel gevormd worden. Afhankelijk van het aantal teams heeft het de voorkeur deze samen te laten trainen.

#### **F pupillen**

Oefenvormen als "rode draad" in de jeugdopleiding:

- Veel met de bal, alleen en met teamgenoot.
- Veel ruimte laten voor zelf ontdekken.
- Veel laten scoren; doeltjes mogen niet te klein zijn (spelvreugde).
- Wennen aan de bal, medespelers en tegenstanders via kleine partijspelen 3:3, 4:4 en 5:5.
- Spelvormen met bal, niet met vaste posities.
- Gerichte techniektraining bij 2e jaars F
- Plezier in de voetbalsport staat voorop

#### Evaluatie

Alle spelers vanaf de F categorie worden op aangegeven meetmomenten geëvalueerd met behulp van het "Beoordelingsformulier s.v. Capelle" door trainers en leiders van de desbetreffende teams. Deze resultaten worden geconsolideerd in het evaluatie overzicht dat beheerd wordt door de jeugdcoördinator. Beoordelingsformulieren zijn aangepast aan de leeftijdscategorie.

#### Uitgangspunten:

- Alle pupillen krijgen een gestructureerde training aangeboden.
- De trainers van elk team krijgen een inhoudelijke opdracht van de jeugdcoördinator .
- Alle F pupillen krijgen een gevarieerde training aangeboden.
- Trainingsduur: 1,15 uur.
- Er kan een "gasttrainer" gevraagd worden, denk hierbij aan spelers van het eerste elftal.
- De jeugdcoördinator kan trainers bij zich roepen om tips en uitleg te geven.

## **E pupillen**

### Oefenvormen als "rode draad" in de jeugdopleiding

- Gerichte techniektrainingen.
- Veel balcontacten.
- Veel spel- en wedstrijdvormen.
- Kleine partijspelen en eenvoudige positie spelen

### Evaluatie

Alle spelers vanaf de E categorie worden op aangegeven meetmomenten geëvalueerd met behulp van het "Beoordelingsformulier s.v. Capelle" door trainers en leiders van de desbetreffende teams. Deze resultaten worden geconsolideerd in het evaluatie overzicht dat beheerd wordt door de jeugdcoördinator. Beoordelingsformulieren zijn aangepast aan de leeftijdscategorie.

### Uitgangspunten:

- Alle pupillen krijgen een gestructureerde training aangeboden.
- De trainers van elk team krijgen een inhoudelijke opdracht van de jeugdcoördinator .
- Alle E pupillen krijgen een gevarieerde training aangeboden.
- Trainingsduur: 1,15 uur.
- Er kan een "gasttrainer" gevraagd worden, denk hierbij aan spelers van het eerste elftal.
- De jeugdcoördinator kan trainers bij zich roepen om tips en uitleg te geven.

## **D pupillen**

### Oefenvormen als "rode draad" in de jeugdopleiding

- Alle technische oefeningen zijn nu mogelijk.
- Technische vorming onder weerstand, dus in wedstrijdsituaties.
- Positie- en partijspelen, zelfs 11 tegen 11.
- Begrippen als vrijlopen en dekken wordt nu duidelijk.
- Veel spelsituaties trainen.
- Gerichte techniektraining

### Mentale opbouw

Bij de D jeugd beginnen we met:

- Omgaan met winst en verlies.
- Accepteren van wedstrijdleiding.
- Accepteren van instructies van trainers/leiders.
- Accepteren van correcties van trainers/leiders

### Evaluatie

Alle spelers vanaf de D categorie worden op aangegeven meetmomenten geëvalueerd met behulp van het "Beoordelingsformulier s.v. Capelle" door trainers en leiders van de desbetreffende teams. Deze resultaten worden geconsolideerd in het evaluatie overzicht dat beheerd wordt door de jeugdcoördinator. Beoordelingsformulieren zijn aangepast aan de leeftijdscategorie.

### Uitgangspunten:

- Alle pupillen krijgen een gestructureerde training aangeboden.
- De trainers van elk team krijgen een inhoudelijke opdracht van de jeugdcoördinator .
- Alle D pupillen krijgen een gevarieerde training aangeboden.
- Trainingsduur: 1,15 uur.
- Er kan een "gasttrainer" gevraagd worden, denk hierbij aan spelers van het eerste elftal.
- De jeugdcoördinator kan trainers bij zich roepen om tips en uitleg te geven.



## **C junioren**

### Oefenvormen als "rode draad" in de jeugdopleiding

- Mentale prestatie.
- Aandacht voor individuele problemen (pubertijd).
- Technische vaardigheden trainen onder weerstand.
- Aandacht voor de handelingsnelheid.
- Oefenen op spelherhalingen.
- Wedstrijdtactiek.

### Mentale opbouw

- Gezonde lichaamsverzorging, zelf verantwoording op dit gebied.
- Controle over emotie.
- Winnaars mentaliteit kweken.
- Initiatief nemen en coachen.
- Zelfvertrouwen stimuleren.
- Taakgericht kunnen werken.
- Omgaan met positieve en negatieve kritiek

### Evaluatie

Alle spelers vanaf de C categorie worden op aangegeven meetmomenten geëvalueerd met behulp van het "Beoordelingsformulier s.v. Capelle" door trainers en leiders van de desbetreffende teams. Deze resultaten worden geconsolideerd in het evaluatie overzicht dat beheerd wordt door de jeugdcoördinator. Beoordelingsformulieren zijn aangepast aan de leeftijds categorie.

### Uitgangspunten:

- De trainers van elk team krijgen een inhoudelijke opdracht van de jeugdcoördinator .
- Alle C junioren krijgen een gevarieerde training aangeboden.
- Trainingsduur: 1,15 uur.
- Er kan een "gasttrainer" gevraagd worden, denk hierbij aan spelers van het eerste elftal.
- De jeugdcoördinator kan trainers bij zich roepen om tips en uitleg te geven.

## **B junioren**

### Oefenvormen als "rode draad" in de jeugdopleiding

- Wedstrijdsituaties met veel weerstand en in hoog tempo trainen.
- Technische elementen verbeteren.
- Trainen op snelheid en duur.
- Wedstrijd tactiek (praktisch/theoretisch).
- Taken binnen het team (praktisch/theoretisch).
- Tactische aspecten trainen met de hele groep of met lines.
- Mentale prestatie.

### Mentale opbouw

- Inzicht in mentaliteit van de tegenstanders.
- Zelfkritiek.
- Prestatie bewust zijn.
- Accepteren correctie medespelers.
- Zelfstandigheid.
- Groepsgericht kunnen werken.
- Winnaars mentaliteit kweken.

### Evaluatie

Alle spelers vanaf de B categorie worden op aangegeven meetmomenten geëvalueerd met behulp van het "Beoordelingsformulier s.v. Capelle" door trainers en leiders van de desbetreffende teams. Deze resultaten worden geconsolideerd in het evaluatie overzicht dat beheerd wordt door de jeugdcoördinator. Beoordelingsformulieren zijn aangepast aan de leeftijdscategorie.

### Uitgangspunten:

- Alle junioren krijgen een gestructureerde training aangeboden.
- De trainers van elk team krijgen een inhoudelijke opdracht van de jeugdcoördinator .
- Alle B junioren krijgen een gevarieerde training aangeboden.
- Trainingsduur: 1,5 uur.
- Er kan een "gasttrainer" gevraagd worden, denk hierbij aan spelers van het eerste elftal.
- De jeugdcoördinator kan trainers bij zich roepen om tips en uitleg te geven.

## **A junioren**

### Oefenvormen als "rode draad" in de jeugdopleiding

- Alle technische facetten van het spel onder de hoogste weerstand leren beheersen.
- Spelhervattingen, eventueel ook individueel trainen.
- Wedstrijd gerichte trainingen.
- Conditie optimaal in orde brengen.
- Mentale prestatie.

### Mentale opbouw

- Prestatie kunnen leveren.
- Inzicht in realistische verwachtingen t.a.v. voetballoopbaan.
- Perfectionisme t.a.v. techniek, tactiek, mentaliteit en conditie.
- Winnaarsmentaliteit kweken.

### Evaluatie

Alle spelers vanaf de A categorie worden op aangegeven meetmomenten geëvalueerd met behulp van het "Beoordelingsformulier s.v. Capelle" door trainers en leiders van de desbetreffende teams. Deze resultaten worden geconsolideerd in het evaluatie overzicht dat beheerd wordt door de jeugdcoördinator. Beoordelingsformulieren zijn aangepast aan de leeftijdscategorie.

### Uitgangspunten:

- De trainers van elk team krijgen een inhoudelijke opdracht van de jeugdcoördinator .
- Alle A junioren krijgen een gevarieerde training aangeboden.
- Trainingsduur: 1,5 uur.
- Er kan een "gasttrainer" gevraagd worden, denk hierbij aan spelers van het eerste elftal.
- De jeugdcoördinator kan trainers bij zich roepen om tips en uitleg te geven.

### **3.1.8 Doorstroming naar de senioren**

Het is uiteraard van groot belang dat jeugdspelers op het juiste moment de overstap maken van de jeugd naar de senioren. Spelers met een hoog niveau kunnen die stap eventueel maken voor zij de seniorenleeftijd bereikt hebben. Dit vereist evenwel een intensief overleg tussen de jeugdcoördinator, bestuur en speler over de timing van de overstap en het te volgen traject, er moet een goed plan zijn om de jonge spelers verder te begeleiden en zij moeten dat ook weten.

Het moet allereerst en vooral zijn op basis van aantoonbare kwaliteit en inzet van een speler binnen zijn team, het spelervolgsysteem geldt ook hierbij weer als belangrijke leidraad. Uiteraard moet ook gekeken worden naar team/positie etc waar de speler terecht gaat komen.

Jongens kunnen op z'n vroegst vanaf de B categorie doorstromen, meisjes (met toestemming van ouders) vanaf de C categorie.

Spelers die de overstap gaan maken op de hiervoor bedoelde leeftijd, dienen tijdens de winterstop van het voorafgaande seizoen te worden benaderd omtrent hun intenties en hun wensen t.a.v niveau/team waarop en waarin zij het komende jaar zouden willen voetballen.

### **3.2 Wedstrijden**

Om alle spelers zo goed mogelijk te ontwikkelen hebben wij een aantal uitgangspunten opgesteld. Zo willen wij dat er een herkenbaar speelsysteem gehanteerd wordt. Dit systeem zal bij de 11-tallen een 1-4-3-3 systeem zijn bij balverlies en bij balbezit zal er een 1-3-4-3 systeem gehanteerd worden. Bij de 7-tallen wordt er een 1-3-3 systeem gehanteerd met 3 verdedigers en 3 aanvallers. Dit vanuit de gedachte dat wij aanvallend voetbal willen spelen. Veder willen wij dat de onderstaande punten terug te zien zijn in de wedstrijd.

- Vooruit verdedigen
- Vleugelspelers
- Positiespel
- Veldbezettingen
- Tweebenigheid
- Omschakeling
- Van achteruit opbouwen

#### **3.2.1 Aanvoerder tijdens de wedstrijd**

Voor iedere wedstrijd zal er een aanvoerder aangewezen worden. Deze leidt de warming-up en geeft tijdens de wedstrijd het goede voorbeeld. Elke wedstrijd zal er een andere aanvoerder aangewezen worden. Het doel hiervan is iedereen leiding te laten geven en te betrekken bij het groepsproces.

## **4. Evaluatie van trainers**

De jeugdcommissie zal aan het einde van elk seizoen ook de trainers van de teams beoordelen en evalueren op basis van gestelde criteria t.a.v. technische en persoonlijke ontwikkeling van spelers en het functioneren van het team. Hiervoor zal ook gebruik worden gemaakt van de evaluatieformulieren die door de spelers kan worden ingevuld.

## **5. Keeperstraining**

Alle keepers van zowel de pupillen als de junioren krijgen 1x in de week keeperstraining aangeboden. Dit is een extra optie tot trainen, naast de training(en) van het eigen team.

### **5.1 Keepers opleiding**

Wij streven naar een goede opleiding voor al onze keepers. Zodat alle keepers zich optimaal kunnen ontwikkelen. De komende jaren is een van onze doelstellingen om een goede keepers opleiding te ontwikkelen binnen onze jeugdafdeling.

## **6. Wisselbeleid**

Binnen de verschillende categorieën en competities gelden uiteraard regels vastgelegd door de KNVB omtrent wisselen (aantallen, doorlopend etc). Het is in principe aan de trainers om te bepalen hoe dit gebeurt. Maar, het kan niet zo zijn dat een speler die al zijn verplichtingen nakomt (trainingen bijwonen, inzet, gedrag) geen speeltijd krijgt. Het moet bij trainers duidelijk zijn dat 1 speler niet het verschil kan maken, spelers worden ook alleen maar beter als ze ook daadwerkelijk wedstrijden spelen.

## **7. Meisjes/dames plan**

Op dit moment hebben wij een meisjes team (MA1) en een aantal meisjes in de pupillen teams. Aan het meisjesvoetbal willen we graag extra aandacht besteden in de komende jaren, omdat we vinden dat het belangrijk is dat zowel jongens als meisjes bij s.v. Capelle kunnen voetballen.

s.v. Capelle een vereniging worden waar meisjes zeer welkom zijn en ook een plaatsje kunnen vinden. Dit kan zijn in een meisjesteam maar ook zonder problemen in een jongensteam.

De voetballersters binnen s.v. Capelle worden op alle fronten gelijk behandeld met de jongens. Wij proberen meisjes met meer capaciteiten dan gemiddeld te stimuleren te gaan spelen bij jongens om zodoende hun kwaliteiten optimaal tot uiting te laten komen.

Qua training en oefenstof wordt er geen onderscheid gemaakt tussen jongens en meisjes. Op speeldagen is er een aparte kleedkamer voor meisjes beschikbaar.

## 8. "De Zeister Visie"

### Wat is de Zeister visie?

De visie die de KNVB op het opleiden van jeugdvoetballers heeft, wordt de Zeister Visie genoemd. Kort samengevat komt deze erop neer dat er enkele eisen worden opgesteld waaraan elke voetbaltraining moet voldoen. Deze eisen zijn:

- 1. Voetbaleigen bedoelingen**
- 2. Veel herhalingen**
- 3. Rekening houden met de groep**
- 4. Juiste coaching**

#### 1. Voetbaleigen bedoelingen

Zorg dat een training of oefening zoveel mogelijk lijkt op het spelletje voetbal. Dus zo veel mogelijk met de bal werken en elementen van samenspelen, doelgerichtheid en doelpunten maken of voorkomen in de oefenstof verwerken.

#### 2. Veel herhalingen

Doen, doen en nog eens doen. Oefening baart kunst! Zorg er dus voor dat de kinderen zoveel mogelijk balcontact hebben (ieder kind een bal), geen lange wachttijden (geen rijen bij het afwerken!) en veel beurten geven zodat ze veel kunnen oefenen. Zorg hierbij voor een goede planning en organisatie, denk er dus van te voren over na. En niet elke training hoeft altijd weer anders te zijn.

#### 3. Rekening houden met de groep

Wanneer een trainer training geeft moet hij weten wie hij voor zich heeft staan en daar zijn training en oefenstof op aanpassen. Houd er rekening mee wat ze al wel of niet kunnen en of ze wel openstaan voor bijvoorbeeld overspelen. Bijvoorbeeld F-spelertjes hebben vaak al zoveel moeite met de bal, dat overspelen te veel gevraagd is: ze zijn al blij als de bal geraakt wordt. Bij E-spelers bijvoorbeeld mag je meer van de spelers verwachten.

#### 4. Juiste coaching

De trainer moet de kinderen op de juiste manier bij het trainen betrekken. Niet alleen maar opdrachten laten uitvoeren: laat ze weten waarom, laat ze zelf mee ontdekken wat het voor nut heeft: stel vragen, laat ze zelf oplossingen bedenken.

Een andere belangrijke insteek van de Zeister visie is het verdelen van voetbaleigenschappen in 3 soorten: Techniek, Inzicht en Communicatie. Bij pupillen zijn vooral de eerste twee van belang, waarbij het inzicht pas vanaf tweedejaars E vormen begint aan te nemen. Het grootste deel van de trainingen bij de pupillen zal dus gericht zijn op het verbeteren van de techniek.



## 9. "De Coerver methode"

### Wat is de Coerver methode?

*Het eigen maken van talloze functionele bewegingen en oefeningen door middel van individuele en specifieke techniektrainingen. Om te kunnen voetballen moet je zoveel mogelijk controleren, domineren en over de tegenstander heen gaan en je moet je kunnen handhaven aan de bal in alle situaties om een complete voetballer te worden." (Wiel Coerver)*

Door veel te herhalen kun je de oefeningen perfectioneren. Om te herhalen heb je de juiste mentaliteit nodig. Zelf kun je als jeugdspeler ook thuis oefenen. Iedere dag een kwartiertje oefenen en je hebt er tijdens de training weer baat bij. Of zoals Wiel Coerver zelf altijd zei: "Voetballen doe je 20% met je hoofd, 20% met je benen en 60% met je hart. Dus speel met je hart. Fouten maken mag, sterker nog, durf fouten te maken, dat is goed voor je persoonlijke ontwikkeling. Je wordt rustiger en krijgt daardoor meer zelfvertrouwen. Door mentaal sterker te worden, wordt je weerbaarder".

De vele voordelen die uit de Wiel Coerver-methode kunnen gehaald worden, willen we met de volgende vijf aandachtspunten onderstrepen

1. Wie sterk is aan de bal, kan ook de mogelijkheden van zijn medespelers gemakkelijk overzien. Een speler met veel tactisch inzicht is uiteraard machteloos, als hij het technisch niet kan uitvoeren. Hoe meer technieken een speler verwerft, hoe meer mogelijkheden hij heeft, om het meeste resultaat uit een wedstrijdssituatie te halen waarbij hij betrokken is.
2. Tijdens balvaardigheidsoefeningen schommelt de polsslag meestal rond de 120 slagen per minuut, waardoor onbewust zonder rondjes te lopen, een prima basisconditie wordt verworven. Later kan men de oefeningen op snelheid en met tegenstanders zo vaak herhalen, dat men er spelenderwijs een aan het echte voetbal aangepaste conditie mee verwerft.
3. De hoeveelheid van de bewegingen staat er garant voor dat men elk onderdeel, zoals richtingveranderingen, draaiingen en wendingen met de bal, het afschermen en vrijspelen van de bal, het dribbelen, drijven, tegenstanders de verkeerde kant op sturen en over hen heengaan, gevarieerd en doelgericht kan oefenen, waarbij de spelers zelf ontdekken met welke bewegingen ze het meeste succes hebben in een bepaalde situatie en ze constant kunnen gebruiken.
4. Bij het oefenen van balvaardigheid en balperfectie wordt de jeugd geen moment beziggehouden met onrealistische oefeningen, iedere beweging heeft een duidelijk en gericht doel, mede door het succes wordt de interesse (vooral in het zelfstandig oefenen) gestimuleerd.
5. Wie sterk is aan de bal, heeft zelfvertrouwen, eist hem op, past zich niet aan, maar wil zelf bepalen wat er met de bal gebeurt. Ze staan nu als het ware reeds te popelen om met de bal aan de voet de baas te spelen over hun tegenstander.

## **10. Spelervolgsysteem**

Sinds maart 2013 beschikt s.v. Capelle over een spelervolgsysteem. Hierin worden alle ontwikkelingen van de spelers bijgehouden.

Door zaken op deze manier te registreren kunnen we de ontwikkeling van een speler centraal bijhouden en eventueel extra oefenstof aanbieden. Ook zal er vanuit dit systeem aan het einde van het seizoen een evaluatielijst aan de spelers worden aangeboden, waarmee het afgelopen seizoen geëvalueerd kan worden.

De verantwoordelijkheid voor dit systeem ligt bij de jeugdcommissie, waarbij de jeugdcoördinator het eerste aanspreekpunt is en het systeem zal voorzien van de benodigde informatie.

## **11. Samenwerking Bewegingstechniek van Selst**

Bewegingstechniek van Selst en s.v. Capelle zijn een samenwerkingsverband overeengekomen. Bewegingstechniek van Selst is gespecialiseerd in looptechniek en balans. Deze twee punten zijn essentieel in het voetbal. De samenwerking met Bewegingstechniek van Selst zal bestaan uit het begeleiden, ondersteunen en opleiden van onze jeugdtrainers.

## **12. Handwijze bij vragen en/of problemen**

Bij vragen van ouders en/of spelers is de trainer of leider van het eigen team het eerste aanspreekpunt.

Indien de trainer of leider geen, of geen bevredigend, antwoord kan/wil geven, kan er contact worden opgenomen met de jeugdcommissie.

Wanneer ook het contact met de jeugdcommissie geen uitkomst geeft, wordt er contact opgenomen met het hoofdbestuur van s.v. Capelle.

## **13. Gedragsregels**

### **1. Inleiding**

Het bestuur van SV Capelle wil er aan bijdragen dat onze leden met plezier kunnen voetballen en zich verder kunnen ontwikkelen. Normen en waarden bij de beoefening van de voetbalsport vinden we belangrijk. SV Capelle wil actief werken aan de bewustwording bijspelers, begeleiders en trainers op dit vlak. SV Capelle moet een ontmoetingsplaats zijn en blijven waar sporters gezamenlijk met plezier en voldoening kunnen voetballen. Dit vraagt om duidelijke gedragsregels. Het bestuur heeft gedragsregels opgesteld die hierbij kunnen helpen. Zij en de betreffende commissies dragen de gedragscode actief uit. Vooral de trainers en begeleiders hebben een belangrijke verantwoordelijkheid en voorbeeldfunctie voor wat betreft het uitdragen en bewaken van gedragsregels. Bij overtreding van de regels kunnen sancties volgen.

### **2. Algemeen**

De gedragscode geldt voor alle leden. Voor iedereen geldend zijn de algemene gedragsregels opgesteld (dus voor leden, bezoekers, zowel senioren als jeugd) en per doelgroep (spelers, trainers, begeleiders, ouders/verzorgers) zijn specifieke gedragsregels opgesteld. De specifieke gedragsregels voor de jeugd zijn ook van toepassing op de senioren.

#### **Doelstelling**

Het bestuur van SV Capelle wil alle leden binnen hun persoonlijke mogelijkheden zo goed mogelijk laten voetballen. Enthousiasme, ontspanning en plezier zijn daarbij de belangrijkste elementen. Het streven is om alle teams op een dusdanig niveau aan de competitie te laten deelnemen dat voldoende uitdaging biedt om beter te gaan voetballen. Selectieteams spelen op het hoogst haalbare niveau. Door ontwikkeling van zowel het voetballend vermogen als het verenigingsgevoel willen we bewerkstelligen dat SV Capelle een vereniging is om trots op te zijn.

#### **Over wie gaat het?**

Iedereen die lid is, lid wil worden, dan wel als trainer / leider / vrijwilliger bij SV Capelle wil werken, moet van de gedragscode op de hoogte zijn. Voor jeugdleden geldt bovendien dat ook de ouders/verzorgers op de hoogte moeten zijn van de gedragscode. De gedragscode moet door iedereen bij SV Capelle worden uitgedragen en nageleefd. We moeten elkaar hierop kunnen en durven aanspreken. Goede omgangsvormen vormen het uitgangspunt voor ons handelen.

#### **Waarover gaat het?**

Het gaat over hoe we met elkaar om willen gaan en over regels. Het gaat over wat we normaal vinden en niet normaal vinden. Derhalve kort omschreven: normen en waarden. Een duidelijke omschrijving van de regels, gewenst / ongewenst gedrag en sancties bij overtreding van de gedragscode is dan ook van groot belang.

### **3. Algemene gedragsregels**

Het bestuur van SV Capelle vraagt nadrukkelijk aandacht voor normen en waarden tijdens en na de beoefening van de voetbalsport. Hieronder volgt een aantal algemene regels, die zowel op het voetballen als op het gebruik en het betreden van het voetbalcomplex van toepassing zijn.

#### **Wat zijn onze uitgangspunten?**

Voetbal is een teamsport, die je met elkaar en met de tegenstander gezamenlijk beoefent. Zonder samenspel geen voetbal en zonder tegenstander geen voetbal.

- We sporten met elkaar en dus ook met de tegenstander.
- We gedragen ons altijd sportief en ook als anderen minder sportief zijn.
- We hebben altijd respect voor de scheidsrechter en ook als deze een fout maakt.
- De winnaar is degene die ook tegen zijn verlies kan.
- Sport is er voor iedereen; niet alleen voor uitblinkers.
- Verniel geen spullen en ga zuinig om met de spullen van de vereniging.
- Afspraak is afspraak!
- Geef altijd het goede voorbeeld
- Spreek elkaar aan op het gedrag

#### **Op en rond het sportcomplex**

Het sportcomplex is van ons allemaal. Wees er zuinig op en zorg, er voor dat het netjes blijft.

Denk daarbij in ieder geval aan de volgende punten:

- Maken we rommel, dan ruimen we dat zelf op, afval in de afvalbakken;
- Er wordt geen glas- en aardewerk mee naar buiten genomen.
- Blijf achter de hekken / reclameborden tijdens een wedstrijd.
- Voetbalschoenen zijn niet toegestaan in de kantine en bestuurskamer.
- Fietsen en brommers worden in de daarvoor bestemde rekken in de fietsenstalling geplaatst.
- Auto's worden geparkeerd op het daarvoor bedoelde parkeerterrein.
- Er wordt buiten geen alcohol gedronken tijdens de wedstrijden.
- De toegangen naar de velden in het belang van de veiligheid vrijhouden.
- Geen toegang op het sportcomplex als er geen activiteiten zijn.

Degene die zich hier niet aan houdt wordt op dat gedrag aangesproken.

#### **4. Gedragsregels voor de speler**

De spelers zijn het visitekaartje van S.V. Capelle naar buiten toe. Van hen wordt onderstaande verwacht:.

- Sportief gedrag, teamgeest en helpt en steunt zijn medespelers in het veld.
- Neemt in principe deel aan alle trainingen en wedstrijden en meldt zich tijdig af bij trainer / leider als niet aan de training of de wedstrijd kan worden deelgenomen.

- Is voor een wedstrijd en trainingen op het aangegeven tijdstip aanwezig.
- Heeft respect voor de tegenstander, de leider/trainer en het publiek.
- Accepteert de beslissingen van de scheidsrechter en de grensrechters ook al is de speler het daar niet mee eens.
- Is zuinig op alle materialen en ook op de velden en kleedkamers.
- De vuile voetbalschoenen worden buiten de kleedkamer schoongemaakt alvorens de kleedkamer in te gaan.
- Helpt desgevraagd mee met schoonmaken van de kleedkamer.
- Meldt aan de leider of vertegenwoordiger van de vereniging als iets kapot is gegaan.
- Laat geen waardevolle spullen achter in de kleedkamer, maar geeft deze in bewaring in de daarvoor bestemde elftal kluisjes.
- Helpt desgevraagd mee met het verzamelen van materialen na de training.
- Mee nemen van eigen drank is niet toegestaan.

Komt een speler niet naar de training en/of wedstrijd zonder tijdig af te melden dan bepaalt een trainer of begeleider of de speler al of niet bij de volgende wedstrijd mag voetballen.

## 5. Gedragsregels voor de elftalleider

Alle gedragsregels zijn uiteraard ook op de leider van toepassing.

- Heeft respect voor spelers, scheidsrechters, grensrechters en tegenstanders.
- Is op tijd aanwezig voor uit- en thuiswedstrijden.
- Ontvangt de (leiders van de) tegenpartij en de scheidsrechter.
- Verzorgt in overleg met de trainer de opstelling en het coachen van het team tijdens de wedstrijden.
- Zorgt voor toezicht in de kleedkamer zowel uit als thuis.
- Is verantwoordelijk voor het wedstrijd materiaal (kleding, ballen en toebehoren).
- Is verantwoordelijk voor het regelen van het vervoer bij uitwedstrijden.
- Verzorgt het invullen en afhandelen van het wedstrijdformulier.

Van een begeleider wordt verder ook verwacht dat deze:

- Geen alcohol (en ook geen tabak) gebruikt tijdens het begeleiden van een team.
- Het opruimen van de doelen organiseert als er geen wedstrijd meer wordt gespeeld.
- Zorgt voor het schoonmaken van de kleedkamer zowel uit als thuis.
- Indien mogelijk de trainingen van zijn team bezoekt.
- Deel neemt aan de elftalleiding vergaderingen en eventuele andere overlegvormen, die binnen de vereniging worden georganiseerd.
- Bij afgelasting of wijziging van een wedstrijd zorgt voor tijdige kennisgeving aan de spelers.
- Wangedrag of andere problemen rapporteert aan de desbetreffende coördinator, contactpersoon of vertegenwoordiger van de vereniging.

Bij wangedrag van de jeugdspelers worden tevens de ouders/verzorgers ingelicht.



## 6. Gedragsregels voor de trainer

Alle gedragsregels van anderen zijn uiteraard ook op de trainer van toepassing.

- Heeft respect voor spelers, ouders en begeleiders.
- Ziet er op toe dat zuinig wordt omgegaan met de velden.
- Brengt spelers passie bij voor het spel.
- Is verantwoordelijk voor de trainingsmaterialen (ballen, hesjes, pionnen, doelen, etc.).
- Zorgt dat het veld na de training (op tijd) vrij is van gebruikte materialen.
- Bepaalt in samenspraak met de begeleiders de opstelling van het team.

Van een trainer wordt verder ook verwacht dat deze:

- Geen alcohol (en ook geen tabak) gebruikt tijdens het trainen van een team.
- Zorgt voor het schoonmaken van de kleedkamer.
- Deel neemt aan de elftalleiding vergaderingen en eventuele andere overlegvormen, die binnen de vereniging worden georganiseerd.
- Bij afgelasting of wijziging van een training zorgt voor tijdige kennisgeving aan de spelers (in overleg met de elftalleider).
- Wangedrag of andere problemen rapporteert aan de desbetreffende coördinator, contactpersoon of vertegenwoordiger van de vereniging.

Bij wangedrag van de jeugdspelers worden tevens de ouders/verzorgers ingelicht.

## 7. Gedragsregels voor de ouders/verzorgers van de jeugdspeler Alle gedragsregels zijn uiteraard ook op de ouders/verzorgers van toepassing.

- Is een goed supporter en geeft het goede voorbeeld door respect te hebben voor iedereen op en om het veld.
- Blijft tijdens de wedstrijd achter de hekken/reclameborden en/of buiten de lijnen van het veld.
- Houdt zich afzijdig ten opzichte van de begeleiding van het team door trainers en begeleiders.

Van de ouders/verzorgers wordt verwacht dat zij:

- Spelers positief aanmoedigen, maar geen technische en tactische aanwijzingen geven.
- Helpen bij het vervoer van het team naar een uitwedstrijd.
- Er voor zorgen dat zoon/dochter op tijd aanwezig is voor een training of een wedstrijd.
- Er op toe zien dat zoon/dochter zich op tijd afmeldt voor een training of een wedstrijd.
- Op tijd de contributie voldoen.

Kritiek, op- en/of aanmerkingen op training, begeleiding of organisatie kan worden gemeld bij de desbetreffende coördinator, contactpersoon of Vertegenwoordiger van de vereniging!

## 8. Gedragsregels voor de vrijwilliger

Voor elke vrijwilliger, wel of niet voetbalbetrokken, geldt dat zij een belangrijke rol spelen in het slagen van de gedragscode. Een belangrijk voorbeeld natuurlijk, maar, zoals hieronder benoemt, ook de vrijwilliger maakt afspraken met de club.

- Dient er op toe te zien dat de ruimtes die gebruikt worden tijdens de activiteiten schoon worden achtergelaten.
- Neemt bij constatering van wangedrag, overtredingen van de gedragscode e.d. contact op met de begeleider van het desbetreffende team of indien dit niet mogelijk is met een vertegenwoordiger van de vereniging.
- Fungeert als voorbeeld en gedraagt zich te allen tijde sportief.
- Maakt geen opzettelijke verbale of non-verbale beledigingen naar anderen, kwetst niemand opzettelijk.
- Heeft respect voor anderen en is zuinig op kleding en materialen.

## 9. Alcohol, tabak en drugs

Het geven van het goede voorbeeld door volwassenen is van groot belang. Omdat het voorbeeld niet alleen volwassenen betreft, maar in heel veel gevallen juist jonge kinderen, dienen onderstaande zaken apart genoemd te worden:

- Alcohol en tabak zijn middelen, die onze gezondheid schaden. Gebruik ze met mate en zeker niet op het veld of in de kleedkamers. Wees er van bewust dat het gebruik van alcohol en tabak in het bijzijn van jeugd een slecht voorbeeld is voor de kinderen
- Het is ten strengste verboden te roken in de kleedkamers, kantine, bestuurskamer etc.
- Drugsbezit en drugsgebruik in en om het sportveld is niet toegestaan en zal direct leiden tot een veld/complex verbod.

Discriminatie, schelden, grof taalgebruik, treiteren, pesten, irriteren of kwetsen van wie dan ook wordt niet geaccepteerd en kunnen aanleiding zijn voor sancties.

## 10. Sancties

Overtredingen van de gedragsregels leiden tot sancties opgelegd door de vereniging. Afhankelijk van de ernst van de overtredingen worden passende maatregelen genomen. Sancties worden naar omstandigheden en leeftijd aangepast. Er zal zoveel mogelijk gezocht worden naar passende taakstraffen, die overeenkomen met het geconstateerde gedrag.

Overtredingen tegen de spelregels kunnen leiden tot sancties, die worden opgelegd door de KNVB. Aan iedere verstrekte rode of gele kaart verbindt de KNVB een geldboete en (eventueel) een schorsing. De kosten worden door de vereniging aan de betreffende speler door belast volgens de vastgelegde regels;

bij in gebreke blijven volgt tevens een speelverbod. Per seizoen kan per speler eenmaal omzetting van een schorsing naar een alternatieve straf bij de KNVB worden aangevraagd. De alternatieve straf betreft een taak binnen de vereniging en heeft de duur van minimaal anderhalf uur per wedstrijduitsluiting.

Per seizoen kan per speler eenmaal omzetting van een schorsing naar een alternatieve straf bij de KNVB worden aangevraagd. De alternatieve straf betreft een taak binnen de vereniging en heeft de duur van minimaal anderhalf uur per wedstrijduitsluiting.