

HGC BELEID 'JEUGD 2.0'

Implementatie vanaf de F jeugd, E jeugd en D jeugd

Het HGC jeugdbeleid F-E-D is gebaseerd op drie pijlers:

- 1) Spel-/speelplezier
- 2) Breedmotorisch opleiden en
- 3) Spelgericht trainen

Aan het plezier wordt invulling gegeven door aan de teams de meeste passende begeleiding te koppelen in de vorm van coaches, trainers en managers. Uitgangspunt is dat alle kinderen op HGC hetzelfde niveau van begeleiding en training krijgen. Dit willen we bereiken door een kwalitatief hoogwaardige technische staf de vele vrijwilligers te laten ondersteunen bij het invullen van de doelstellingen. De minicommissie zal in samenwerking met de Technische STAFF (hierna TS) in gesprek gaan met de betreffende personen voor de best passende combinatie.

Coaches, managers en trainers ontvangen begeleiding via Jeugd 2.0 (zoals train de trainer, coachavonden, managersavonden, en 'coach op aanvraag'/CoachCentrale). Ook wordt er invulling gegeven aan het plezier door teams de mogelijkheid te geven op HGC te eten en/of mee te doen met evenementen die worden georganiseerd voor de verschillende doelgroepen.

Bij het opleiden en trainen staat een plezierige, veilige en leerzame omgeving centraal. De ontwikkeling en daarmee het eindniveau van kinderen is op jonge leeftijd nog onvoorspelbaar. Door de kinderen zo breed mogelijk op te leiden, willen we alle kinderen de kans geven te groeien en zo lang mogelijk plezier te houden in het spel in plaats van vroege selectie aan de hand van momentopnames in die ontwikkeling. Breed motorisch opleiden houdt in dat tijdens een hockeytraining zowel oefeningen met als zonder hockeystick worden aangeboden (hierna verder uitgelegd bij de trainingsvormen). Het doel hiervan is om de kinderen zo goed mogelijk leren te bewegen in de breedste zin van het woord. Door onderdelen van andere sporten mee te nemen tijdens de hockeytraining, wordt bijgedragen aan deze brede ontwikkeling.

Het is wenselijk dat de trainingen 'altijd' bezocht worden. Al doende leert men en door nieuwe dingen te ontdekken wordt het kind geholpen in zijn/haar bewegingsontwikkeling, wat centraal staat in de basisschoolleeftijd. Daarbij leren de kinderen ook wat het is om in een team te spelen en welke verwachtingen dat met zich meebrengt, zoals samen trainen, samen opruimen na de training, samen verzamelen en voorbereiden voor de wedstrijden, samen limonade drinken na de wedstrijd en samen leuke dingen doen

Onderbouwing visie jeugd 2.0 (gebaseerd op '6x vooruit' KNHB visie)

Als gevolg van maatschappelijke en technologische veranderingen zijn kinderen de afgelopen jaren anders en vooral minder gaan bewegen. Kinderen spelen minder buiten en zitten meer. Zij missen het plezier van bewegen. Kinderen stoppen ook eerder met sporten en zijn op latere leeftijd minder gemotiveerd om te bewegen. Kinderen bewegen bovendien niet alleen (te) weinig, maar vaak ook te eenzijdig.

HGC BELEID 'JEUGD 2.0'

Implementatie vanaf de F jeugd, E jeugd en D jeugd

Deze ontwikkeling heeft niet alleen effect op belangrijke zaken zoals gezondheid, fitheid en creativiteit, maar ook op prestaties in de sport.

Bij de ontwikkeling van het Jeugdbeleid 2.0, gaat HGC uit van 'laatspecialisatie'. Tot de leeftijd van 12 jaar (en vaak nog later) is een kind nog volop in ontwikkeling op vele vlakken, waardoor van talentherkenning op jongere leeftijd maar zeer zelden sprake is, zoals inmiddels ook wetenschappelijk is aangetoond. Daarnaast heeft onderzoek uitgewezen dat vroegtijdige selectie en eenzijdig trainen veelal leidt tot blessures, overbelasting, en vroegtijdig afhaken. Tot slot leidt vroege specialisatie vaak tot verlies aan spelplezier waardoor kinderen eerder stoppen en dus een potentieel gemis aan talentvolle spelers. Dit betekent dat we alle kinderen kwalitatief en kwantitatief hetzelfde niveau van training en begeleiding willen geven zodat eventuele "laatspecialisten" niet buiten de boot vallen.

Daarom zijn wij van mening dat voor een gezonde en kwalitatieve ontwikkeling van onze jeugdspelers, het goed is om zo veel mogelijk verschillende basisvaardigheden binnen sporten, spelvormen, oefenvormen en activiteiten te ervaren. Op die manier ontwikkelen de kinderen ook meer creativiteit in het spel en hebben zij meer plezier en minder blessures.

Geïnteresseerd in de achtergrond van het jeugdbeleid? Lees/Bekijk dan onderstaande artikelen/video's

- [KNHB- 6 pijlers](#)
- [Artikel De Correspondent - Zweedse topvoetbalclub AIK](#)
- [KNHB - Visie op spel en spelontwikkeling](#)
- [Artikel Bert Heuvingh - ontwikkelen van talent](#)
- [Sportknowhow.nl - Leren sporten is leren bewegen](#)

Trainingsvormen

Zoals hiervoor vermeld, is het HGC jeugdbeleid gebaseerd op drie pijlers: spel-/speelplezier, breedmotorisch opleiden en spelgericht trainen. De verschillende pijlers hebben vorm gekregen in verschillende Trainingsvormen; lijntrainingen, teamtrainingen en skillstrainingen.

Lijntraining (F, E en D-jeugd)

Tijdens deze trainingen, trainen alle kinderen van één lijn op hetzelfde moment samen. Hiermee ondersteunt HGC de verbinding tussen de kinderen van dezelfde leeftijd. Het maakt immers niet uit of je in E5 of E2 speelt, in D4 of D9; iedereen komt op hetzelfde moment naar de club en krijgt dezelfde training.

De lijntrainingen zijn deels gestoeld op het *Athletic Skills Model* (ASM) en hebben tot doel de jonge sporter te ontwikkelen tot een veelzijdige goede beweging, die vervolgens uitgroeit tot een atleet. Deze atleet gaat zich specialiseren in één sport en tot slot zal de atleet zich binnen de sport gaan ontwikkelen tot een absolute specialist.

De focus ligt dus niet alleen maar op het creëren van een goede hockeyer, maar voornamelijk op het opleiden van een goede beweging. We gaan dus uit van een 'late specialisatie' maar met een vroege betrokkenheid bij de hoofdsport hockey.

HGC BELEID 'JEUGD 2.0'

Implementatie vanaf de F jeugd, E jeugd en D jeugd

In de praktijk betekent dit dat kinderen naast oefeningen met stick&bal ook andere sport- of spelvormen gaan beoefenen, uitgaande van onderstaande basis motorische vaardigheden: gaan & lopen, springen & landen, trappen & schieten, zwaaien, balanceren, bewegen op muziek, rollen & duikelen, stoeien & vechten, gooien, slaan & vangen, klimmen & klauteren.

De lijntraining bij HGC bestaat uit verschillende onderdelen: transitiepelletjes (ter voorbereiding op inzicht en besluitvorming, herkennen van ruimtes), motorische scholing en hockeytechnieken.

In een carrouselvorm worden deze onderdelen aangeboden aan groepjes, waarin spelers van verschillende teams samen spelen en oefenen.

De lijntraining is onderdeel van de trainingsweek van je team. Onverhoopt afmelden voor de lijntraining dient dus ook te gebeuren bij de trainer/coach van het team waarin je speelt.

Teamtraining (E-en D-jeugd)

Voor de E- en D-categorie is er naast de lijntraining ook een teamtraining. Deze training is gebaseerd op een doorlopende leerlijn, wat inhoudt dat hockeyers hun leven lang leren. HGC heeft gekozen voor de aanschaf van een trainingsprogramma die deze doorlopende leerlijn ondersteunt. Bij dit programma hoort een app waarin oefenstof wordt aangeboden voor trainingen voor verschillende leeftijdsgroepen en verschillende niveaus. Op deze manier hebben alle trainers van HGC voldoende leerstof tot hun beschikking en krijgen alle jeugdspelers wekelijks een op hun niveau afgestemde hockeytraining die hun ontwikkeling verder bevordert.

Tijdens de teamtrainingen wordt spelgericht getraind. Dat betekent dat de oefeningen een doel hebben (letterlijk), een richting (de wedstrijdrichting) en dat de onderdelen Balbezit (BBZ), Niet-Balbezit (NBBZ) en Omschakeling (van BBZ naar NBBZ en van NBBZ naar BBZ) aan de orde komen.

Skillstraining (D-jeugd)

De skillstraining is het derde type training dat HGC aanbiedt aan de D-jeugd. Deze training is facultatief en kan derhalve niet verplicht worden gesteld.

In deze trainingen staan 'skills' centraal ofwel vaardigheden. Tijdens deze training gaat het om de individuele speler, die op een speelse en uitdagende wijze zich allerlei technieken eigen maakt en daarmee een betere balcontrole ontwikkelt. De individuele speler leert beter keuzes te maken welke techniek op welk moment te gebruiken. Kortom: meer controle binnen het toch zeer complexe hockeyspel. Zelfregulatie is een belangrijk onderdeel binnen de skillstraining.

HGC BELEID 'JEUGD 2.0'

Implementatie vanaf de F jeugd, E jeugd en D jeugd

Begeleiding van de trainingen

Alle trainingen worden begeleid door (een combinatie van) jeugdtrainers en/of ouders. Daarnaast zijn op ieder veld standaard 1 of meer hoofdtrainers aanwezig voor eventuele ondersteuning en verdere begeleiding van deze jeugdtrainers en/of ouders. De trainers worden verwacht aanwezig te zijn bij de speciaal voor hen georganiseerde train de trainer bijeenkomsten, die meerdere keren per seizoen plaatsvinden.

Indelen van teams

De ontwikkeling van spelers wordt gevolgd via de online-tool, waarin naast oefenstof voor trainingen ook formulieren beschikbaar zijn voor het maken van beoordelingen aan de hand van diverse vooraf geformuleerde indicatoren. We hebben de volgende indicatoren vastgesteld voor de F en E-jeugd

- Atletisch vermogen (bewegen, wenden, keren)
- Balcontrole, techniek, passing, aannemen
- Inzet, betrokkenheid, houding
- Doorzettingsvermogen
- Keuzes in het veld (overzicht/inzicht)
- Lerend vermogen (pikt tips makkelijk op)
- Motivatie
- Teamgeest (houdt rekening met anderen)

Bij het indelen van de miniteams maken wij gebruik van deze beoordelingen die door de verschillende trainers en coaches zijn ingevuld (meerdere momenten per jaar). Ook de hoofdtrainers, lijncoördinatoren (hierna LC) en TS geven periodiek input over de ontwikkeling van de kinderen en worden betrokken bij het indelen van de teams. Het streven is om op deze manier op een zo'n objectief mogelijke manier teams te vormen.

Voor zowel F als E teams wordt niet geselecteerd; het 'eerste' team is daarmee niet per definitie het 'sterkste' team.

F-categorie

Bij de indeling van de teams voor 2F, wordt er vooral gekeken naar 'gelijkgestemden' qua atletisch vermogen en motivatie.

Daarnaast bieden we de mogelijkheid aan de kinderen om één tot twee wederzijdse vriendjes/vriendinnetjes op te geven bij wie ze graag ingedeeld worden (geen garantie dat dat ook lukt overigens).

Bij het indelen van de 2F naar 1E lijn, kijken we wederom met wie de kinderen het naar hun zin hebben en proberen we de speler/speelster met 1 wederzijds vriendje/vriendinnetje in een team te plaatsen. Daarnaast wordt ook weer gekeken naar 'gelijkgestemden', waarbij naast de hiervoor genoemde indicatoren met name wordt gelet op inzet en doorzettingsvermogen.

HGC BELEID 'JEUGD 2.0'

Implementatie vanaf de F jeugd, E jeugd en D jeugd

E-categorie

Bij het indelen van de 1E naar 2E lijn, wordt naast de hiervoor vermelde indicatoren ook gekeken naar de balcontrole en het lerende vermogen. Samengevat leidt dit tot het volgende overzicht:

	2F	1E	2E
Atletisch vermogen (bewegen, wenden, keren)	x	x	x
Balcontrole, techniek, passing, aannemen			x
Inzet, betrokkenheid, houding		x	x
Doorzettingsvermogen		x	x
Keuzes in het veld (overzicht/inzicht)			
Lerend vermogen (pikt tips makkelijk op)			x
Motivatie	x	x	x
Teamgeest (houdt rekening met anderen)			

Het is de bedoeling om na de meivakantie voor alle 2^e jaars E speciale trainingen in te richten om ze voor te bereiden op het spelen op een heel veld.

In tegenstelling tot voorgaande jaren zal er door 2^e jrs E niet apart meegetraind worden in teamtrainingen van de D lijn.

D-categorie

Bij de indeling van 2E naar de D-lijn zullen alle 8 hiervoor vermelde indicatoren worden meegewogen. Rekening houdend met het feit dat binnen de Nederlandse hockeycompetitie vanaf de D-lijn op niveau wordt ingedeeld, zal HGC deze lijn volgen.. Hiervoor zullen in de D-lijn een aantal 'opleidingsteams' worden gevormd. Om een zo breed mogelijke basis te creëren en ook kinderen die zich pas op latere leeftijd ontwikkelen in deze groep te behouden, is ons streven om jaarlijks binnen de D-categorie zowel voor de jongens als meisjes 2 tot 3 opleidingsteams te vormen. Op basis van de huidige ledenaantallen verwachten wij in het seizoen 2020-2021 in totaal 3 meisjesteams en 2 jongensteams in te kunnen richten als opleidingsteam. In deze teams worden in beginsel (maximaal) 15 spelers opgenomen.

Mede gezien het feit dat in de D lijn door de knhb op niveau wordt ingedeeld, kan gekozen worden om de verdeling tussen eerste- en tweedejaars te variëren, zodat bijvoorbeeld in het eerste team verhoudingsgewijs meer tweede jaars spelen en dit team dus op een hoger niveau kan spelen.

HGC BELEID 'JEUGD 2.0'

Implementatie vanaf de F jeugd, E jeugd en D jeugd

Bij de indeling van de overige teams wordt logischerwijs eveneens gekeken naar alle indicatoren, maar wordt relatief meer rekening gehouden met het sociale, vriendschappelijke aspect van hockey. Zo is er onder meer ook weer ruimte voor het benoemen van 1-2 vriendjes/vriendinnetjes met wie men graag in het team zou willen spelen.

In basis krijgen alle teams uit de D lijn kwalitatief en kwantitatief hetzelfde trainingsaanbod (mede door het gebruik van de trainings-app zoals hiervoor genoemd) en wordt het tempo en de moeilijkheid van de oefeningen aangepast aan het niveau. Ook hier is de aanwezigheid op elke training gewenst en is de hulp van ouders essentieel.

Om invulling te kunnen geven aan de lijn van de KNHB, zullen de trainingen van de opleidingsteams worden begeleid door meer ervaren trainers die ook geschoold zijn in het opleiden en ontwikkelen van kinderen op hockeygebied. Hiervoor wordt een extra bijdrage doorbelast aan de spelers van de opleidingsteams.

Door het breed-opleiden creëren we uiteindelijk ook een bredere top voor de C-B en A categorie en een langere deelname aan jeugdhockey op HGC.

Teamactiviteiten

Zoals aan het begin is vermeld, vormen teamactiviteiten een belangrijk onderdeel van het plezier dat kinderen beleven aan de hockeysport. Naast de trainingen en de wedstrijdje op zaterdag is het daarom leuk om af en toe teamactiviteiten te organiseren. Die hoeven niet ver weg of 'duur' te zijn, maar kunnen op de club of bij iemand thuis plaatsvinden (denk aan samen eten na de training of een wedstrijd). De manager van het team kan hierin een voortrekkersrol spelen.

Vanuit HGC worden daarnaast voor de diverse lijnen ook evenementen georganiseerd. Hieronder enkele voorbeelden van leuke activiteiten die in het verleden op HGC zijn georganiseerd:

- Glow in the Dark toernooi
- Filmavond
- Bingo avond
- Aldis Schoteltoernooi
- Koek en Zopietoernooi
- Mini vd week bij Dames en Heren 1 met je team

Ouders

De rol van ouders bij het stimuleren van sportplezier bij de kinderen, in welke vorm dan ook, is heel erg belangrijk. Positieve aanmoediging en meegenieten met het plezier van de kinderen zijn essentieel voor hun ontwikkeling. Soms is het goed om even in de spiegel te kijken... "Als winnen het doel is, dan heb je bij verlies een groot probleem."

HGC BELEID 'JEUGD 2.0'

Implementatie vanaf de F jeugd, E jeugd en D jeugd



Your Child is a Star, no matter what position he plays, whether or not she gets much playing time, or if he never gets voted captain. A star is someone who shines and brings light to others. You don't have to be an athletic stud to do that.

RAISING CHAMPION
FAMILIES