

Coach Handleiding
VERSIE NUMMER
Datum

: HockeyClub Geldermalsen
: 2
: 09/09/2011

COACH HANDLEIDING ELFTALLEN

HockeyClub Geldermalsen



Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

1. INHOUDSOPGAVE

1. INHOUDSOPGAVE	2
2. HUISREGELS HCG	4
2.1 OPENEN EN SLUITEN	4
2.1.1 <i>Openen</i>	4
2.1.2 <i>Sluiten</i>	4
2.2 BARDIENST	4
2.3 OPRUIMEN	5
3. TAKEN COACH.....	6
3.1 ALGEMEEN	6
3.2 CONTACT MET DE OUDERS.....	6
3.3 WEDSTRIJD SCHEMA	6
3.4 RIJ SCHEMA	6
3.5 CATERING.....	7
3.6 MATERIAAL	7
4. DE WEDSTRIJD.....	9
4.1 UIT WEDSTRIJDEN	9
4.2 VELD	9
4.3 VEILIGHEID	9
4.3.1 <i>Rond het veld</i>	9
4.3.2 <i>In de auto</i>	9
4.4 SPEL BEGELEIDING EN SPELREGELS	9
4.5 WEDSTRIJDVOORBEREIDING	10
4.6 GEDRAG.....	10
4.7 HET COACHEN	11
4.7.1 <i>Algemeen</i>	11
4.7.2 <i>Posities in het veld</i>	11
4.7.3 <i>Wisselen</i>	11
4.8 WEDSTRIJDFORMULIER	12
4.9 AFGELASTING	13
4.10 AFZEGGING WEDSTRIJD.....	13

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

5. OVERIGE ZAKEN	14
5.1 OMGANG MET TRAINER.....	14
5.2 OMGANG MET OUDERS.....	14
5.3 TENSLOTTE	14
5.4 HANDIGE SITES	15
5.5 CONTACT	15

TABELLEN

TABLE 3-1 VOORBEELD WEDSTRIJDSHEMA	8
--	---

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

2. HUISREGELS HCG

2.1 OPENEN EN SLUITEN

2.1.1 Openen

Elk team dient, eens in de zoveel weken, op zaterdagochtend de hockeyclub te openen. In principe beginnen de eerste thuiswedstrijden om 9:30. Dat betekent dat in de meeste gevallen de 1^{ste} teams rond 9:00 zullen aankomen op de club. Zorg daarom dat je rond 8:30 uiterlijk aanwezig bent. Dat geeft je voldoende tijd om alles open te maken, aan te zetten en klaar te maken. Zeker in het begin zul je je weg moeten vinden. De teams die aankomen om 9:00 willen graag beginnen met 'n kopje koffie (zeker de gasten die van ver komen) en dan is het wel zo prettig dat het koffieapparaat tegen die tijd opgewarmd en klaar voor gebruik is. Achter de bar ligt een map met alle instructies.

Op de site staat vermeld welk team wanneer aan de beurt is. De sleutels van het complex en het wisselgeld kun je op vrijdagavond ophalen bij Jacob Bonouvrie (Glorie van Holland 17, Geldermalsen). Bel even van tevoren dat je komt. Uiteraard hoeft je deze taak als coach niet zelf uit te voeren en kun je het overlaten aan een (ervaren) ouder van het team maar je bent als coach in deze wel verantwoordelijk voor de uitvoer.

2.1.2 Sluiten

Op de site staat vermeld welk team aan de beurt is.

De instructies aangaande de sluitingsprocedure liggen in de map achter de bar. De sleutels alsmede het wisselgeld dien je af te geven bij Jacob Bonouvrie (Glorie van Holland 17, Geldermalsen). In principe is het zo dat het team dat als laatste bardienst heeft, over het algemeen ook sluit. Overleg even ter plekke met de aanwezige thuisspelende teams en ouders hoe het een en ander wordt verdeeld zodat iedereen nog lekker even wat kan eten en drinken en alles vriendelijk en gezellig verloopt.

Uiteraard hoeft je deze taak als coach niet zelf uit te voeren en kun je het overlaten aan een (ervaren) ouder van het team maar je bent als coach in deze wel verantwoordelijk voor de uitvoer.

2.2 BARDIENST

Bij elke thuiswedstrijd dient je team de bardienst te vervullen.

De bardienst loopt van ½ uur vóór aanvang van de wedstrijd tot en met eind wedstrijd.

Per team lever je per keer 2 ouders.

Als coach kun je het beste vóór aanvang van het seizoen 'n barschema maken zodat elke ouder van tevoren inzicht heeft in wanneer hij/zij aan de beurt is. Het geeft tevens ouders de gelegenheid om onderling te ruilen indien dat nodig is. Zodra je het schema hebt verspreid kun je aan de ouders doorgeven dat ze hun dienst (via inlog van hun kind(eren)) op de site kunnen invullen. Dat kun jij niet als coach. Geef dat even duidelijk door aan de ouders want het is met name handig voor degenen achter de bar op het moment dat er geen ouder komt opdagen. Middels de site is dan meteen te zien welke ouder men moet aanschieten zonder de coach tijdens de wedstrijd te moeten lastig vallen. Als coach heb je van Jacob Bonouvrie een pdf-file ontvangen met instructies aangaande het invullen van de bardienst op de site. Zorg

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

ervoor dat elke ouder dit pdf ontvangt. Mocht je het pdf niet hebben ontvangen dan kun je contact opnemen met Jacob.

2.3 OPRUIMEN

Na elke wedstrijd dient je team het veld alsmede de dug outs schoon achter te laten. Zorg ervoor dat alle rommel, flesjes, kleding etc. weer meegenomen worden dan wel in de prullenbak worden gegooid.

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

3. TAKEN COACH

3.1 ALGEMEEN

Op de site van de hockeyclub vindt je als coach met je inlogcode alle gegevens ten aanzien van je team (o.a. gegevens teamgenoten, trainer (s), wedstrijdprogramma, email adressen etc). Check voorafgaand aan het seizoen bij alle kinderen of ze een inlogcode hebben ontvangen en dus toegang hebben tot de site. Attendeer de kinderen en/of ouders erop hun email adres(sen) en telefoonnummers te checken op de juistheid ervan. Alleen de ouders (kinderen) kunnen hun gegevens wijzigen / aanpassen.

Via de site kun je het hele team in 1 keer mailen.

Inlogcodes (ook voor de coaches) kunnen worden aangevraagd bij Frits Kool.

3.2 CONTACT MET DE OUDERS

Maak, voor het goed en doeltreffend onderhouden van contact met de ouders van je team gebruik van:

- Email: voor de wekelijkse gang van zaken
- Sms: voor de wat meer acuut spelende zaken (ouders kijken immers niet elke avond op de mail, terwijl ze eigenlijk altijd wel 'n mobiel bij de hand hebben).

Voor beide media kun je groepen aanmaken waardoor je via 1 bericht alle ouders kunt bereiken. Wel zo makkelijk.

3.3 WEDSTRIJD SCHEMA

Maak vóór aanvang van het seizoen een wedstrijdschema en verspreid dit onder de ouders. Het programma is via de site te achterhalen. Check ook de site hockey.nl en/of knhb.nl. Soms is daar de info wat uitgebreider. De aanvangstijden alsmede de velden zijn niet altijd bekend maar dergelijke hiaten kun je via een wekelijkse update van het wedstrijdschema onder de ouders verspreiden.

Let op: elke club heeft tot de maandagavond vóór de wedstrijd op zaterdag de tijd om de aanvangstijden van de wedstrijden aan te passen. Met andere woorden; pas maandagavond vóór de wedstrijd op zaterdag zijn de wedstrijdtijden echt definitief.

3.4 RIJ SCHEMA

Maak vóór aanvang van het seizoen een rijschema zodat de ouders tijdig weten wie wanneer moet rijden. Tevens geeft ze het de mogelijkheid om onderling te ruilen indien dat nodig zou zijn. Extra service is het vermelden van de adressen van de hockeyclubs.

Ga uit van 4 kinderen per auto.

Het is gebruikelijk dat op de hockeyclub wordt verzameld en dat de kinderen daar ook weer worden afgeleverd. Overleg zelf met de ouders of kinderen thuis gebracht moeten worden.

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

3.5 CATERING

Tip:

Omdat je toch al bezig bent met het maken van schemaatjes heb je wellicht nog zin in het creëren van 1 extra taak (kleine moeite, groot plezier):

Iedere ouder wordt elke week aangewezen om de catering voor het team te verzorgen. Dit houdt in:

- Iets (gezond) lekkers voor in de rust (stukjes fruit, worstjes etc.) voor eigen team
- Iets lekkers voor na de wedstrijd voor beiden teams

Dit verhoogt de gezelligheid en zorgt ervoor dat de kinderen allemaal nog even bij elkaar blijven zitten na de wedstrijd.

Om je een indruk te geven over hoe je het een en ander zoals boven vermeld in een Excel kan gieten ten behoeve van ouders en kinderen, zie Table 3-1.

3.6 MATERIAAL

Hockeyclub Geldermalsen zorgt voor keeperspullen (inclusief strafcorner masker), inspelballen en wedstrijdballen. Als coach ben je verantwoordelijk voor het materiaal. Aan het eind van het seizoen dien je alles weer in te leveren (Let daarbij op dat er geen persoonlijke spullen in de keepertassen achterblijven). Ingeval van materiaalschade, dien je contact op te nemen met de materiaal commissie (Frank van Soelen en/of Jacomine de Jongh). Het is niet de bedoeling dat op zaterdag trainingsballen worden gebruikt.

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
 VERSIE NUMMER : 2
 Datum : 09/09/2011

Table 3-1 Voorbeeld wedstrijdschema

Datum	Aanvang wedstrijd	Tijd verzameln	Uit/ thuis	Veld	Tegenstander	Keepen	Bar	Rijden	Catering	Stand	Afwezig	Wedstrijd nr

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

4. DE WEDSTRIJD

4.1 UIT WEDSTRIJDEN

In geval jouw team uit moet spelen, meld je je, na aankomst, bij de wedstrijdtafel van het thuisspelend team. Als er geen wedstrijdtafel is dan kun je je even aan de bar melden, daar helpen ze vast verder. Doel is twee-ledig: je laat weten dat je er bent en je krijgt te horen op welk veld je moet spelen.

4.2 VELD

Controleer of het veld voldoet.

Er moeten vlaggen staan op elke hoek en de goals aan de zijkant moeten tegen het hek aanstaan (i.v.m. de veiligheid van de spelers).

4.3 VEILIGHEID

4.3.1 Rond het veld

- Scheenbeschermers zijn volgens de KNHB verplicht
- Bitjes zijn voor onze hockeyclub verplicht
- Let erop dat alle zij-goals voldoende naar achteren staan
- Geen oorbellen, piercings, juwelen, sjaaltjes, kettingen, ringen en horloges i.v.m. de kans op uitscheuring, verstikking, verwonding van de speler en/of tegenstander
- Elk clubhuis beschikt over EHBO spullen en ijs
- Geef hoofdwonden altijd door aan de KNHB
- Het publiek dient zich tijdens de wedstrijd achter de boarding te bevinden
- Iedereen in de dug out dient goed op de wedstrijd te letten i.v.m. de veiligheid

4.3.2 In de auto

- Niet meer personen dan het toegestane aantal
- Riemen om

4.4 SPEL BEGELEIDING EN SPELREGELS

De wedstrijden worden gefloten door 2 scheidsrechters, aangewezen door de hockeyclub. De spelregels staan op de site van de KNHB. Let erop dat er jaarlijks aanpassingen en nieuwe regels geïntroduceerd kunnen worden.

Mocht je meer willen weten dan kun je altijd de scheidsrechterscursus volgen. Vraag Jacomine de Jongh voor meer info daaromtrent.

De scheidsrechters die de thuiswedstrijd moeten fluiten, staan vermeld op de site.

Het zou nuttig kunnen zijn ze nog even te bellen van tevoren om er zeker van te zijn dat ze op tijd aanwezig zijn.

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

4.5 WEDSTRIJDVOORBEREIDING

Laat het team minimaal n ½ uur vóór aanvang wedstrijd verzamelen. Dit geeft je de tijd om:

- Team opstelling
- Een kleine (tactische) voorbespreking en
- Warming up

te geven

Tip:

jij als coach bepaalt de teamopstelling, niet de kinderen, niet de ouders!

Beperk de tactische bespreking tot 1 of 2 dingen per keer. Overlaad de kinderen niet met termen, dat zullen ze niet onthouden.

(Simpel) tips:

- stick aan de grond
- voor de tegenstander staan
- handen uit elkaar

Houdt de warming up simpel en attractief

Tips:

- estafette
- tikkertje
- slalommen met de bal
- lummelen met de bal
- strafcorner oefenen

4.6 GEDRAG

Geef vóór de wedstrijd de coach(es) van de tegenstander 'n hand en bespreek de wedstrijd. Wellicht zijn er tips voor de scheidsrechters.

Geef de scheidsrechters 'n hand.

Bedank de coach(es) en scheidsrechters na de wedstrijd en zorg dat de kinderen ook de tegenstanders en de scheidsrechters bedanken.

Geef in principe geen commentaar op de scheidsrechter (hoe onrechtvaardig en hoe moeilijk dat soms ook mag zijn). Fluiten is op zich al moeilijk en zal alleen maar slechter worden bij veel commentaar. Indien je in extreme gevallen toch je mening wilt geven, doe dit dan altijd op 'n nette en beleefde manier, vraag de scheidsrechter even wil overleggen met zijn collega en geef hem uiteindelijk gelijk ook al ben je het er absoluut niet mee eens. Je hebt immers een voorbeeldfunctie ten opzichte van de kinderen.

Zet de KNHB-app op je mobiele telefoon; dan kun je de scheidsrechter (netjes) met de regels confronteren indien noodzakelijk.

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

Na de wedstrijd kun je een en ander meestal wel rustig bespreken.

Corrigeer ouders indien zij commentaar geven.

Wissel en corrigeer spelers die commentaar blijven geven. Alleen de aanvoerder mag (netjes) vragen om uitleg bij een beslissing.

Laat het veld netjes achter.

Let erop dat de keeper niet als laatste van het veld loopt. Laat andere spelers helpen met het uittrekken van de keeperspullen.

4.7 HET COACHEN

4.7.1 Algemeen

Zie ook Coach Bijdehandje A/B of C/D jeugd (te downloaden via de KNHB site).

Coach vragenderwijs: herhaal de aanwijzingen en vraag spelers ernaar (feedback); dit bevordert het zelfstandig herkennen van situaties en keuze mogelijkheden.

Coach positief, geef complimenten, leg de nadruk op de goede momenten en situaties.

Coach van de bal af, d.w.z coach voornamelijk de spelers zonder bal.

Neem ook tijdens de rust een moment waarbij je alle spelers even toespreekt en samen het wedstrijdverloop tussentijds beziet.

4.7.2 Posities in het veld

Ambitie is om tot en met de B-jeugd, maar zeker in de jongste jeugd, de kinderen zo goed mogelijk het gehele hockeyspel te leren. Dat betekent dat, binnen de mogelijkheden van het kind, gedurende het seizoen, op meerdere posities in het veld gespeeld moet worden. Voor sommige kinderen zal dat makkelijker zijn dan voor anderen.

Wat in ieder geval niet de bedoeling is dat kinderen aan het begin van het seizoen een vaste plaats krijgen waar zij de rest van het seizoen blijven spelen.

Kinderen leren hockeyspel is niet eenvoudig. Diverse posities spelen is van belang. Probeer in blokken van 2 à 3 wedstrijden kinderen ervaring op te laten doen op verschillende posities.

4.7.3 Wisselen

Iedereen heeft recht op spelplezier en de speeltijd wordt in principe gelijk verdeeld. Het is dus echt een uitdaging voor de coach om zo te wisselen dat de basis overeind blijft en dat iedereen zijn speelminuten krijgt.

Nieuwe onervaren hockeyers gaan eerst invallen tijdens de wedstrijden. Hierbij wisselen zij meestal wat vaker en leren zij veel van naar het spel kijken. Wees daarover duidelijk naar desbetreffende speler(s) zodat ze begrijpen waarom ze wellicht wat vaker langs de zijlijn staan. Kansen voor deze spelers zijn wedstrijden waarbij ze makkelijk kunnen worden ingezet (vriendschappelijke wedstrijden of als het team met bijvoorbeeld 3 – 0 voorstaat). Langzaam groeien deze kinderen in het spel om na 1 jaar volledig mee te draaien in een team.

Zorg voor 'n open en eerlijke communicatie want ook ervaren hockeyers zijn gebaat bij een goed wisselbeleid. Zo kun je best kiezen voor goede spelers in het veld wanneer dat nodig is en onervaren spelers hockey leren wanneer dat kan. Uiteraard er wel op letten dat iedereen

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

voldoende spelminuten en plezier krijgt! Dat vraagt inventiviteit en lef van de coach. Het kan betekenen dat gewonnen kan worden met 3-1 terwijl 8-0 mogelijk was geweest. Maar dat kan ook betekenen dat onervaren spelers tijdens een kampioenswedstrijd op de bank zitten wanneer er met 1-0 gewonnen wordt.

Wat in ieder geval onwenselijk is, is dat er spelers zijn die nooit worden gewisseld ten opzichte van kinderen die te veel worden gewisseld.

4.8 WEDSTRIJDFORMULIER

Alle elftallen gaan gebruik maken van het digitaal invullen van het wedstrijdformulier.

Raadpleeg Jacob Bonouvrie ter ondersteuning.

Zo lang er geen digitaal formulier is, wordt de papieren versie gebruikt.

Bij 'n papieren wedstrijdformulier zijn de 1^{ste} 2 blaadjes voor de thuisspelende club, de laatste doordruk is voor het uit spelend team.

Als coach van het thuisspelend team, vul je het wedstrijdformulier zo ver mogelijk in (vergeet het wedstrijdnummer niet). De samenstelling van het andere team laat je over aan de coach van de tegenstander. De eindstand wordt ingevuld door de scheidsrechters die dienen te tekenen en hun kaartnummer moeten noteren.

Zorg ervoor dat de coaches en/of aanvoerders tekenen.

Let op: er bestaat een onderscheid tussen de formulieren voor junior 11-tallen en senior 11-tallen. Gebruik het juiste formulier. 'n Verkeerd formulier betekent een boete!

In geval van een thuiswedstrijd deponeer je het ingevulde wedstrijdformulier in de groene brievenbus die bij de bar van het clubhuis aan de muur hangt.

In geval van een uitwedstrijd sms of mail je de eindstand aan Jacob Bonouvrie vóór 17:00 zaterdag, de 3^e doordruk dien je binnen 1 week na de gespeelde wedstrijd in de groene brievenbus te deponeren.

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

4.9 AFGELASTING

Zaterdagochtend vroeg wordt het veld gekeurd door de T.C. In principe wordt elke coach via 'n sms op de hoogte gebracht van een afgelasting. De coach brengt dan vervolgens (bijvoorbeeld middels een groeps-sms) alle ouders van het team op de hoogte. Helaas geven niet alle clubs afgelastingen door (wat wel zou moeten). Kijk daarom in geval van slecht weer, ook altijd even op de site van de tegenstander. Ook kan het zijn dat, in de loop van een zaterdag, het weer dusdanig verslechtert dat later op de dag afgelastingen gaan optreden. Bel niet de T.C., de T.C. belt jou.

4.10 AFZEGGING WEDSTRIJD

Wedstrijden kunnen niet worden afgezegd. DE KNHB is hier onverbiddelijk in. Je kunt wel, in overleg met de coach van de tegenstander, overleggen of de wedstrijd op 'n eerdere datum cq. tijdstip zou kunnen worden gespeeld. Je mag 'n wedstrijd nooit later dan de oorspronkelijk datum spelen. Overleg hierover op tijd met het wedstrijdsecretariaat ivm beschikking velden etc.

Niet op komen dagen betekent een boete van 75 euro, 3 punten in mindering en alsnog de wedstrijd spelen. Bij 'n 2^e keer wordt het team uit de competitie genomen.

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

5. OVERIGE ZAKEN

5.1 OMGANG MET TRAINER

Op de site staat wie wanneer de kinderen training geeft.

Onderhoud contact met de trainer(s), bekijk de trainingen en geef zelf af en toe eens een training. Dat geeft je een beter inzicht in de spelvaardigheden van de kinderen en het vergroot je betrokkenheid bij kind en trainer.

Sinds dit seizoen heeft de hockeyclub een trainer coördinator te weten Richard Gerritsen. Hij fungeert als contact tussen de coach en de trainer(s). Schroom niet om hem te benaderen voor welke zaak dan ook betrekking hebben op de trainer(s) van jouw team.

5.2 OMGANG MET OUDERS

Wees duidelijk naar de ouders toe. Dat voorkomt verwarring en irritatie.

'n Training missen kan, maar dient een uitzondering en geen regel te zijn.

'n (Kinder)feestje op zaterdag behoort ook tot de mogelijkheden mits het team daardoor geen tekort aan spelers heeft.

De kinderen zijn immers onderdeel van een team en dat wordt helaas soms wel eens vergeten door de ouders.

Wees ook duidelijk naar de ouders wat betreft het aanmoedigen langs de lijn. Betrokkenheid is prima maar laat het coachen over aan de coaches. Mee-coachen door de ouders is verwarrend voor de spelers en kan in tegenspraak zijn met datgene wat de coach beoogt. Laat de ouders ook duidelijk merken dat jij als coach het centraal aanspreekpunt bent ten aanzien van alle teamzaken. Als de ouders vragen, opmerkingen dan wel klachten hebben dan dienen zij die bij de coach te deponeren en niet bij iemand anders. Als coach kun je dan bezien welke route er gevolgd dient te worden (trainer coördinator, coach coördinator of je lost het probleem zelf).

5.3 TENSLOTTE

Een goede coach kenmerkt zich door:

- enthousiasme
- humor
- relativeren
- flexibiliteit
- luisteren

Coach Handleiding : HockeyClub Geldermalsen
VERSIE NUMMER : 2
Datum : 09/09/2011

5.4 HANDIGE SITES

www.hcgeldermalsen.nl
www.knhb.nl
www.hockey.nl

5.5 CONTACT

Voor vragen en/of opmerkingen dan wel suggesties, kun je contact opnemen met:

Coach Coordinator

Marion Boezeman
Laageinde 21
4191 NR Geldermalsen
Mobiël: 0655865529
E-mail: marion.boezeman@hetnet.nl

Trainer Coordinator

Richard Gerritsen
Laan 1940 – 1945 21
4194 RG Meteren
Mobiël: 0653331390
E-mail: re.gerritsen@planet.nl

Materiaalcommissie

Frank van Soelen
Mobiël: 0620970264
Jacomine de Jongh
Mobiël: 0639795743
E-mail: bjdejongh@yahoo.com

Inlogcodes website

Frits Kool
Mobiël: 0651033545
E-mail: fhkool@xs4all.nl

Sleutels club en portomonnaie

Jacob Bonouvrie
Glorie van Holland 17
Geldermalsen
Mobiël: 0614816039
E-mail: jbonouvrie@hetnet.nl