

TECHNISCH BELEIDSPLAN

2023 - 2030



GROW TOGETHER

Datum: 03-10-2023
Versie: 1.0

Inhoudsopgave

1. VOORWOORD	3
2. ONZE FILOSOFIE	4
2.1 HET FUNDAMENT	4
2.2 DE PILAREN	4
2.3 HET TECHNISCH BELEIDSDOCUMENT	5
3. ALGEMEEN	6
3.1 NORMEN EN REGELS	6
3.2 HET INDIVIDU	6
3.3 DE CLUB	6
3.4 LEDENWERVING	6
3.5 SAMENWERKING	6
4. ONTWIKKELING	7
4.1 LEREN IJSHOCKEYEN IS VOORAL LEREN SCHAATSEN!	7
4.2 S.T.I.C.K.	7
4.3 VOORBEREIDING	8
4.4 GOALIES TOT EN MET U11	8
4.5 TEAMINDELING	8
4.6 INSTROMEN NIEUWE LEDEN	9
4.7 GESCHILLEN PROCEDURE	9
5. TRAININGS- EN WEDSTRIJDDOELSTELLINGEN	10
5.1 U9	10
5.2 U11	11
5.3 U13	12
5.4 U15	13
5.5 U17+	14
5.6 SENIOREN	15
5.7 RECREANTEN	16
6. AFSPRAKEN	17
6.1 VERANTWOORDELIJKHEDEN	17
6.2 TAAKVERDELING	18
6.3 TEAMREGELS	19
6.4 OPTREDEN BIJ OVERTREDING VAN DE REGELS	20

1. VOORWOORD

IJshockey is de snelste teamsport van de wereld, gebaseerd op snelheid, vaardigheden, discipline en teamwork. De sport vereist van de deelnemers dat zij snel kunnen denken en een meer dan goed reactievermogen hebben. Daarnaast ontwikkelen ze een aantal belangrijke basisvaardigheden op sportief gebied, zoals schaatsen, passen en schieten van de puck en de puck aan de stick voortbewegen, maar ook vaardigheden die in de maatschappij erg belangrijk zijn, zoals respect, discipline, samenwerken, inzet en motivatie.

Wij denken dat wij namens veel (oud)ijshockeyers spreken als we zeggen dat ijshockey een grote rol heeft gespeeld in de persoon die we vandaag de dag zijn geworden. Dat we veel in ons leven te danken heb aan onze mooie sport.

Van levenslange vriendschappen over de hele wereld, van gouden herinneringen van winst, pijnlijke en leerzame herinneringen van verlies, tot en met het ongekend diepe respect voor de tijd van met name onze ouders door al die jaren heen.

ONS DOEL

Een vereniging opbouwen die compleet is gebouwd ten behoeve van de ontwikkeling van de leden. Niet alleen de ijshockey technische ontwikkeling, maar ontwikkeling in de breedste zin van het woord. Als persoon en als sportman, zowel fysiek als mentaal.

Dit doel verwezenlijken heeft veel gelijkenissen met het behalen van een kampioenschap, waarbij het team niet afhankelijk kan en mag zijn van losse individuen, maar moet leunen op een gezamenlijk gedragen filosofie en strategie. Wij hopen dat dit technisch beleidsdocument kan bijdragen om onze filosofie en strategie uit te leggen en zo breed mogelijk te kunnen verspreiden.

Namens IJshockeyclub Yeti's Breda,

Technische zaken

2. ONZE FILOSOFIE

Onze filosofie heeft niks met ijshockey en het ontwikkelen van goede ijshockeysers te maken. Wij willen onze leden leren dat het leuk is om jezelf uit te dagen en dat het loont om tijd en moeite in je eigen ontwikkeling te steken. We leren dus eigenlijk wat 'leren' inhoudt. Leren dat het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden tijd, moeite, geduld en vooral veel herhaling kost. Maar ook leren vragen, luisteren, jezelf uitspreken tot en met leren delen en voor jezelf (en voor elkaar) op te komen. Dit zijn eigenschappen waar onze leden hun hele leven profijt van gaan hebben.

We willen zorgen dat onze leden (vooral jeugdleden) voldoening halen uit het oefenen en leren van (ijshockey) vaardigheden. Hoe we merken of onze opzet slaagt? Simpel:

Hoe meer kinderen thuis stickhandling en schieten oefenen, vrij schaatsen, tot en met afspreken met teamgenootjes om street-hockey te spelen hoe beter we het doen.

2.1 HET FUNDAMENT

Het uitspreken van ons doel is één, maar het echte werk volgt natuurlijk daarna. Hoe zorgen we dat dit doel werkelijkheid wordt? Om te beginnen, moeten we hier 2 zaken voor in onze oren knopen:

- Ontwikkeling gaat bij ieder individu op een ander tempo en in een andere volgorde. Al helemaal bij een technisch zeer diverse sport als ijshockey. Onze grote uitdaging ligt bij het vinden van de raakpunten om **ieder lid op zijn of haar tempo uit te dagen met plezier en inzet te werken**. Dit bereiken we niet door het niveau/vooruitgang van de leden alleen ten opzichte van de groep te beoordelen.
- **Bij het maken van al onze keuzes moeten we nadenken of het onze filosofie versterkt**. Als we willen dat leden zo veel mogelijk met hun sport bezig zijn moeten we bij alle keuzes binnen de club ons afvragen: Helpt dit of schaadt dit de inspiratie en motivatie van de leden? Van reglementen en training opbouw tot en met onderwerpen zoals de voorbeeldfunctie van de trainers/coaches/begeleiders en de rol van de ouders. Een filosofie verwatert snel als gemaakte keuzes deze niet weerspiegelen.

Bovenstaande twee onderwerpen hebben met elkaar gemeen dat we altijd op zoek zijn om de beste beslissing te maken. Dit is wat makkelijker als we ook weten welke pilaren er op dit fundament steunen.

2.2 DE PILAREN

Heel simpel gezegd hebben we 3 pilaren: Hard werken, Respect en Plezier. Alles wat we doen moet ervoor zorgen dat het nog leuker wordt om vol overgave met je sport bezig te zijn, zonder daar jezelf of anderen mee in diskrediet te brengen. Deze drie pilaren gaan dan ook hand in hand:

- **Hard werken:** Hierin begeleiden en sturen we vanuit de geleverde inzet, niet op het resultaat. Door de focus geheel te richten op onderdelen die we daadwerkelijk in de hand hebben zoals bijvoorbeeld werklust, inzet en geduld in plaats van aandacht aan het resultaat te besteden, zoals goals, assists, winst en verlies.
- **Respect:** Begrijp ons niet verkeerd leren winnen en verliezen is zowel op persoonlijk, maatschappelijk als sociaal vlak een belangrijk onderwerp. Wij richten ons hierbij alleen op het aspect dat we ons er niet door moeten laten afleiden. Dit heet voor ons (zelf)respect: Als we ervoor zorgen dat we de nadruk leggen op plezier en hard werken, zowel voor zichzelf, hun teamgenoten, de scheidsrechters als richting de tegenstanders creëren we op deze manier een gezonde, leerzame omgeving. Dit onderwerp heeft ten opzichte van een redelijk flexibele opzet een paar strenge regels, waarbij bijvoorbeeld het bewust pijn doen zowel fysiek als mentaal (pesten etc.) ten strengste verboden is.
- **Plezier:** Als leden leuk vinden wat ze doen is de kans dat ze er meer tijd in steken groter. Zowel op de trainingen, tijdens de wedstrijden als in hun vrije tijd.

Er is geen mooiere en eerlijkere beloning dan behalen waar je hard voor hebt gewerkt en er is geen betere inspiratie dan deze beloning!

2.3 HET TECHNISCH BELEIDSDOCUMENT

Zoals al benoemd, elke steen die we gebruiken in het bouwen van onze club, moet een versterking zijn van onze filosofie. Dit document dient als basis voor de meest belangrijke en vaakst voorkomende onderdelen hiervan. Denk hierbij aan hoe we een training opbouwen, een wedstrijddag draaiboek, tot en met taken en verantwoordelijkheden van alle begeleiders.

Daarom is het ook goed om te melden dat dit document nooit af is. Het moet met de club mee blijven groeien in zowel kwaliteit als in volledigheid.

Zo kunnen we er samen voor zorgen dat in plaats van dat we afhankelijk zijn van personen, we met de hele club samen kunnen blijven bouwen vanuit een gezamenlijk gedragen overtuiging: Samen niet voor het eigen gewin of status, maar samen om alle Yeti's de kans te geven zo veel mogelijk positieve vaardigheden en ervaringen uit ons mooie spelletje ijshockey te halen.

3. ALGEMEEN

3.1 NORMEN EN REGELS

Teams moeten zich aan de door de club vastgestelde normen en regels houden. Regels zijn voorwaarden om je goed te voelen en rekening te houden met anderen. Een belangrijke regel binnen een teamsport is bijvoorbeeld aanwezig zijn en op tijd komen bij trainingen en wedstrijden.

Alle reglementen en gedragscodes gelden te allen tijde voor alle betrokkenen van IJshockeyclub Yeti's Breda. De reglementen staan onder andere op de website onder het menu: [Regels, bench en refs](#).

3.2 HET INDIVIDU

Er zijn niet twee dezelfde persoonlijkheden, het is dan ook belangrijk om dit niet na te streven. De verschillende persoonlijkheden in een team versterken het geheel en dit is het mooie van teamsport. De trainer, coach en begeleiding moet proberen de verschillende persoonlijkheden, hun wensen, mogelijkheden en doelstellingen te leren kennen om zo het meeste uit een individu te kunnen halen.

3.3 DE CLUB

De club spreekt de ambitie uit om spelers en goalies op te leiden om ieder op zijn niveau te laten ijshockeyen. Dit geldt zowel voor de jeugdteams als voor de senioren. Om deze ambitie te bewerkstelligen is, naast het betalen van contributie, ook de hulp van ouders en leden nodig als vrijwilliger. Binnen de vereniging gaan we respectvol met elkaar om en dus ook met alle personen die (vrijwilligers-) functies vervullen. Disrespect naar leden, officials, begeleiding of enige andere personen wordt niet geaccepteerd.

3.4 LEDENWERVING

Aan de basis van iedere club staat de jeugd. Vanuit de jeugd kan worden gebouwd aan een stabiele vereniging. De ideale leeftijd om te beginnen met ijshockey is tussen de 5 en 9 jaar. Dit is dan ook leeftijdscategorie waar de ledenwerving op gericht is. Special voor deze leeftijdscategorie is er de IJshockeyschool voor kinderen tot 11 jaar.

3.5 SAMENWERKING

Samenwerking met de ouders, vrienden en familie van onze leden is een belangrijke voorwaarde. Zonder vrijwilligers kunnen wij namelijk geen ijshockey spelen. We verwachten van alle leden/ouders van leden dat zij zich op enige wijze inzetten voor de vereniging. Dit kan in een officiële functie, maar ook als bijvoorbeeld bij één van de commissies ten behoeve van activiteiten, assistent op of om het ijs bij trainingen/wedstrijden, als scheidsrechter, als benchofficial, etc.

4. ONTWIKKELING

Wij willen alle leden zo goed mogelijk de teamsport eigen laten maken. Dat begint bij zo optimaal mogelijke trainingen vanaf de IJshockeyschool, wat zich verder ontwikkelt naarmate de spelers ouder worden. Hierbij moet onder andere gedacht worden aan zoveel mogelijk effectieve ijstijd, wat resulteert in ontwikkeling van motivatie (plezier, motivatie, gedrevenheid), maar ook op fysiek (sterker maken van het lichaam, ontwikkeling van motorieken), mentaal (weerbaarheid, inzet, denken, reageren) en sociaal (team, respect, omgang, regels) vlak.

4.1 LEREN IJSHOCKEYEN IS VOORAL LEREN SCHAATSSEN!

Bij de IJshockeyschool, en ook de U9 en U11, introduceren we kinderen met ijshockey en aan alle basiselementen hiervan. Met stip staat hierbij balans en beweeglijkheid. Met andere woorden: schaatstechniek. Driekwart van alle ijstijd oefeningen staan in het teken van de schaatstechnieken die als basis nodig zijn om andere (puck) technieken beter en sneller eigen te kunnen maken. Vanaf de IJshockeyschool tot en met het eerste team blijft schaatstechniek belangrijk en wordt dus altijd behandeld tijdens de trainingen.

Een goede balans en schaatstechniek is een must voor het leren van puck vaardigheden:

- **Kwantiteit:** Het duurt langer om pucktechnieken te leren beheersen als spelers zich ook moeten concentreren op hun balans/schaatstechniek.
- **Kwaliteit:** De controle over het eigen lichaam en de verplaatsing van het lichaamsgewicht spelen een grote rol in de kracht, gerichtheid en souplesse van puckvaardigheden.

4.1.1 PERIODE PLANNING

Tijdens trainingen plannen we per periode om op specifieke technieken te focussen. Elke 1 à 2 maanden staat een techniek centraal in de meeste oefeningen, zodat het beoefende materiaal de kans krijgt te nestelen in de hoofden en in de spieren van de spelers.

4.1.2 OPWAARTSE SPIRAAL

Een verbetering van schaatstechniek vergroot vanzelf de spelvreugde van de spelers:

- Hoe beter je leert schaatsen → hoe vaker/beter je oefeningen kunt uitvoeren
- Hoe beter je oefeningen kunt uitvoeren → hoe vaker je tijdens wedstrijden in het spel betrokken raakt
- Hoe meer je in het spel betrokken raakt → hoe leuker het is om meer aan schaatstechniek te werken
- Hoe leuker het wordt om aan je schaatstechniek te werken → Hoe beter je leert schaatsen

4.2 S.T.I.C.K

Een ezelsbrug om iedere training en iedere oefening op te baseren:

Simpel **T**echniek **I**ntensief **C**ommunicatie **K**wantiteit

Simpel: Makkelijke oefeningen door middel van 2 à 3 focuspunten van maximaal 6-8 min. De kracht van een goede training is vooral niet te veel willen doen.

Techniek: Maak duidelijk om welke techniek de oefening draait en gebruik steekwoorden voor de punten waar de nadruk ligt. Een afstemming met alle coaches qua steekwoorden zorgt dat de spelers daadwerkelijk onthouden waar ze op moeten letten.

Intensief: Maximaal 6 spelers per trainer, waarvan minimaal de helft actief. IJstijd zo effectief mogelijk benutten betekent zo min mogelijk wachten en zo veel mogelijk actief trainen.

Communicatie: Heb echt contact. Stel (open) vragen in plaats van te vertellen, laat spelers zelf tot het antwoord komen. Blijf geduldig en positief, heb interactie met iedere speler.

Kwantiteit: De kracht van herhaling. Beoefende stof heeft tijd nodig om te nestelen tot automatisme. Meerdere varianten per training en meerdere trainingen per periode benodigd voor daadwerkelijk resultaat.

4.3 VOORBEREIDING

Behalve een goede trainingsopbouw is ook de voorbereiding op de dag zelf belangrijk. Hierin ligt de sleutel bij het minimaal 30 minuten van tevoren aanwezig zijn van alle spelers en begeleiders. Er is tijd nodig om het hoofd leegte maken, wat een groot effect heeft op de concentratie tijdens en kwaliteit van de training. Daarnaast speelt de kleedkamer een grote rol om het teamgevoel en sociale ontwikkeling te verbeteren.

4.4 GOALIES TOT EN MET U11

Voor de jeugdteams tot en met de U11 willen wij dat alle spelers moeten leren hoe het is om een goalie te zijn. Dit doen we door alle spelers (mits voldoende behendig hiervoor) minimaal 1 hele week, inclusief de wedstrijden goalie te laten zijn. Hierbij krijgen de goalies die week ook aparte oefeningen om aan de positie en uitrusting te wennen. Nadat alle spelers minimaal 1x zijn geweest blijven de kinderen die de positie leuk vinden over het in goalie roulatie schema.

4.5 TEAMINDELING

De teamindeling wordt bepaald door de Technische Commissie (hierna: TC). De TC wordt gevormd door de coaches van de teams, die ieder op hun niveau geacht worden kennis van ijshockey te hebben en spelers/goalies binnen hun niveau te kunnen beoordelen.

De TC legt de teamindeling neer bij de Voorzitter van de TC als verantwoordelijk bestuurslid (Bestuurslid Technische zaken), welke deze zal goedkeuren of vragen zal stellen indien er twijfel is. De TC bepaalt de teamindeling, de Voorzitter van de TC beheert de verantwoordelijkheid en betrouwbaarheid van deze TC.

4.5.1 TEAMINDELING JEUGD

Een jeugdlid worden ingedeeld op leeftijd en op niveau, in verhouding met alle overige spelers/goalies binnen de jeugdteams. Om het niveau van de individuele speler/goalie te bepalen wordt niet gekeken naar statistieken, maar naar Skills, Sense, Soul en Strength: de technische en tactische kwaliteiten van de speler/goalie, ijshockey-intelligentie, instelling/motivatie, ervaring, potentie om te groeien en fysieke conditie / gesteldheid.

4.5.2 TEAMINDELING SENIOREN

Een senioren lid wordt ingedeeld in het team op niveau van de speler/goalie, in verhouding met alle overige spelers/goalies binnen de seniorenteams, en op de wensen/doelen van de speler/goalie. Om het niveau van de individuele speler/goalie te bepalen wordt niet gekeken naar statistieken, maar naar Skills, Sense, Soul en Strength: de technische en tactische kwaliteiten van de speler/goalie, ijshockey-intelligentie, instelling/motivatie, ervaring, potentie om te groeien en fysieke conditie / gesteldheid.

Wij willen de in IJNL-competitie spelende seniorenteams op het hoogst haalbare niveau laten spelen. Hierbij blijven onze kernwaarden, Hard werken, Respect en Plezier, een belangrijke voorwaarde. Voor onze recreanten teams is het hoogst haalbare niveau ondergeschikt.

De teamindeling voor de IJNL-competitieteams wordt gemaakt op basis van niveau. Dit betekent dus dat Team 1 wordt geacht sterker te zijn dan Team 2, en Team 2 wordt geacht sterker te zijn dan Team 3. Voor de recreantenteams wordt de indeling gemaakt op basis van niveau en leeftijd.

Wanneer een speler/goalie op eigen verzoek op een lager niveau willen spelen wordt er, afhankelijk van de beweegredenen en beschikbare spelers/goalies in alle teams, bekeken of dit mogelijk is. Het is aan de Technische Commissie om te bepalen of dit mogelijk is.

4.6 INSTROMEN NIEUWE LEDEN

- Spelers/goalies die nog geen ijshockeyervaring hebben worden automatisch ingedeeld in:
 - de IJshockeyschool voor jeugd tot 11 jaar,
 - het laagste recreanten team indien ouder dan 18 jaar.
- Spelers vanuit de IJshockeyschool stromen door naar een U-team.
- Spelers/goalies die doorstromen vanuit Recreanten/U-teams naar de seniorenteams worden voorgedragen aan de TC door de voorzitter van de TC met een beoordeling van niveau van de betreffende speler.
- Spelers/goalies die vanuit de U17+ of het Eerste team doorstromen naar een seniorenteam worden voorgedragen aan de TC door de voorzitter van de TC met een beoordeling van niveau van de betreffende speler. Zij stromen in in Team 2 of Team 3, al naar gelang het niveau van de betreffende speler. Bij twijfel kan een speler 1x meetrainen met het team waar de speler in geschat wordt te gaan spelen en evt. ook 1x bij een team hoger/lager.
- Spelers/goalies van buitenaf (die al ervaring hebben), worden ingedeeld in het betreffende team na bepaling van het niveau door:
 - de kennis die er is van de betreffende speler,
 - de bepaling van het niveau door vragen en bepaling van ervaring van de betreffende speler door 1x meetrainen met het team waar de speler in verwacht wordt te gaan spelen en indien nodig ook 1x bij een team hoger/lager.

4.7 GESCHILLEN PROCEDURE

Het kan voorkomen dat een speler/goalie het niet eens is met de door de TC gemaakte indeling. De indelingskeuze wordt via email of een gesprek gemotiveerd. Mocht de speler/goalie het daarna nog steeds oneens zijn met de beslissing dan kan er bezwaar worden gemaakt bij de voorzitter van de TC.

5. TRAININGS- EN WEDSTRIJDDOELSTELLINGEN

5.1 U9

Geestelijke en sociale kenmerken van de speler

Toenemend besef om opdrachten uit te voeren. Wil graag leren.

Prestatiemotivatie van de speler

Groter spelinstinct. Sterk fantasiegericht. Het spel wordt niet als wedstrijd met prestatiegedachten beleefd.

Inspannings- en uithoudingsvermogen van de speler

Grote vitaliteit. Mist echter het vermogen, de behoefte om even door te zetten. Een relatief klein hart en longen geven snel aanleiding tot vermoeidheid, maar maken spoedig herstel mogelijk. Consequenties: veelzijdig bewegen en veel kleine pauzes.

Motorisch leervermogen van de speler

Voortdurend verbetering van de coördinatie van schaatstechnieken. Puckgevoel nog zwak ontwikkelt.

TECHNISCH (Skills)

- Aanleren basis schaatstechnieken staat centraal (balans, edge work bochten, cross-over, start en stop)
- Puckgewenning opdoen door spelen in eenvoudige spelvormen.
- Introductie met passen en schieten.
- Learn to Play programma IIHF, spelenderwijs basistechnieken verwerken in oefeningen / spelletjes.

CONDITIEEL (Strenght, Speed, Stamina)

- Spelenderwijs kennis laten maken met schaatsen, springen, rollen.
- Zoveel mogelijk schaatsen, zo weinig mogelijk stilstaan.
- Oefeningen op techniek: rustig aan, snelheid komt als de techniek onder de knie is.
- Oefeningen op inzet: gedrevenheid om dat al aan te leren.

TACTISCH (Sense)

- Tactisch niet in staat grote verbanden te zien.
- Aanleren voornaamste spelregels, scoren en voorkomen van doelpunten.
- GEEN vaste posities.
- Goalies wisselen zo veel als mogelijk.
- Zoveel mogelijk schaatsen met de puck.
- Puckbezit niet wegschieten.
- Meeschaatsen met teamgenoten (aanval/verdediging)
- Geen puckbezit: ga eropaf en pak de puck af.
- Kinderen moeten leren schaatsen met de puck en gedreven naar de goal te worden. Spelers die niet in bezit zijn van de puck moeten gedreven worden om mee te gaan in de aanval (of verdediging). Passing komt vanzelf wel.

MENTAAL (Soul)

- Leren omgaan met spelregels (overtredingen).
- Leren omgaan met anderen (medespelers, leiding, scheidsrechters).
- Leren functioneren in een groep.
- Plezier maken!

ONTWIKKELINGSPSYCHOLOGIE

- Kind kan de eenvoudige spelregels nog niet volgen. Het is belangrijk om op sportiviteit te wijzen.
- Negatieve uitingen worden overgenomen en kinderen gaan hun focus dan verleggen van het spel naar rechtvaardigheid, dit moet voorkomen worden.
- Heeft problemen om geordend spel te spelen.
- Traint graag, kan echter concentratie vasthouden tot ongeveer 5 minuten per opdracht. Nieuwe oefenstof of opdrachten in begin van training introduceren.
- Grote behoefte aan contact (goed contact met kameraden en trainer is van groot belang).
- Leert het beste door kijken en nadoen.

DOELSTELLINGEN

- Plezier in ijshockey opwekken, behouden en ontwikkelen.
- Gewenst: ongeveer 10 spelers (per geboortjaar).
- Zoveel mogelijk ijstijd nodig.
- Eerste spelervaringen in wedstrijden opdoen.
- Speelt dwars op het veld, op 1/3 van de ijs-oppervlakte.

COACHING

- Zorgen dat ieder teamlid evenveel aan spelen toekomt.
- Assisteren bij trainingen (coaches en ouders).
- De trainer of coach is bij voorkeur gecertificeerd.

5.2 U11

Geestelijke en sociale kenmerken van de speler

Het kind krijgt oog voor de concrete werkelijkheid. Het kind wil concrete opdrachten uitvoeren. Het functioneren in een groep wordt beter. Het kind wordt zelfstandiger.

Prestatiemotivatie van de speler

Gevoeliger voor bijvoorbeeld estafettevormen. Individuele prestatie is sterk van belang voor de groepsprestatie. Drang om te presteren.

TECHNISCH (Skills)

- Aanleren en verder ontwikkelen basis schaatstechnieken staat centraal (balans, edge work bochten, cross-over, start en stop).
- Spelenderwijs aanleren en ontwikkelen door middel van de technische grondvormen.
- Ontwikkeling van basistechnieken (schaatsen, stickhandelen, passen, schieten). Kind is meer bewust van technische aanwijzingen. Herhalen, herhalen, herhalen.
- Learn to Play programma IJHF; spelenderwijs basistechnieken verwerken in oefeningen / spelletjes .
- Basis tactieken / inzicht starten ontwikkelen door werken met spelvormen.

CONDITIONEEL (Strenght, Speed, Stamina)

- Op speelse wijze leren van algemene beweeglijkheid: uitvoeren spel- en wedstrijdvorm.
- Conditionele aspecten zijn ondergeschikt.
- Zoveel mogelijk schaatsen, zo weinig mogelijk stilstaan.
- Oefeningen op techniek (rustig aan, snelheid komt als de techniek onder de knie is).
- Oefeningen op inzet, gedrevenheid om dat al aan te leren.
- Off-ice spelvormen (hand-oog-coördinatie).

TACTISCH (Sense)

- Drang naar individueel spel niet aantasten.
- Aandacht blijven schenken aan kennis van de belangrijkste spelregels.
- Aanleren voornaamste spelregels, scoren en voorkomen van doelpunten.
- GEEN vaste posities.
- Goalies wisselen zo veel als mogelijk.
- Zoveel mogelijk schaatsen met de puck.
- Puckbezit niet wegschieten.
- Mee schaatsen met teamgenoten (aanval/verdediging)
- Geen puckbezit: ga eropaf en pak de puck af.
- Kinderen worden zich langzaam bewust van alternatieven, maar dat is niet vanzelfsprekend. Kinderen moeten leren schaatsen met de puck en gedreven naar de goal te worden. Spelers die niet in bezit zijn van de puck moeten gedreven worden om mee te gaan in de aanval (of verdediging). Passing komt dan vanzelf wel.

Inspannings- en uithoudingsvermogen van de speler

Toegenomen uithoudingsvermogen: langere arbeidsperioden met relatief langere rust. Grote behoefte om door te zetten om een oefening onder de knie te krijgen.

Motorische leervermogen van de speler

Neemt snel toe. Wil bewust technische vaardigheden leren.

MENTAAL (Soul)

- Begin maken met het wijzen op het belang van samenwerking om een bepaald doel te bereiken.
- Fairplay en respect.
- Leren functioneren in een groep.
- Plezier maken!

ONTWIKKELINGSPSYCHOLOGIE

- Kind kan de eenvoudige spelregels nog niet volgen. Het is belangrijk om op sportiviteit te wijzen.
- Negatieve uitingen worden overgenomen en kinderen gaan hun focus dan verleggen van het spel naar rechtvaardigheid, dit moet voorkomen worden.
- Heeft problemen om geordend spel te spelen.
- Traint graag, kan echter concentratie vasthouden tot ongeveer 15 minuten per opdracht. Nieuwe oefenstof of opdrachten in begin van training introduceren.
- Leert het beste door kijken en nadoen.

DOELSTELLINGEN

- Plezier in ijshockey opwekken, behouden en ontwikkelen.
- Gewenst: ongeveer 10 spelers (per geboortjaar).
- Zoveel mogelijk ijstijd nodig.
- Eerste spelervaringen in wedstrijden.
- Speelt op 2/3 van de ijs-oppervlakte.

COACHING

- Zorgen dat ieder teamlid evenveel aan spelen toekomt.
- Assisteren bij trainingen (coaches en ouders).
- De trainer of coach is bij voorkeur gecertificeerd.

5.3 U13

Geestelijk en sociale vaardigheden van de speler

Geldingsdrang, overmoedig, toenemende kritiek op de eigen prestatie en die van anderen. Het kind wil concrete opdrachten uitvoeren. Functioneren in een groep wordt beter. Kind wordt zelfstandiger.

Prestatiemotivatie van de speler

Prestatiedrang is zeer groot. Het kind beleeft veel plezier aan eigen prestatie en wordt soms overmoedig. Gevoeliger voor wedstrijdvormen, bijvoorbeeld estafettevormen. Individuele prestatie is sterk van belang voor de groepsprestatie.

TECHNISCH (Skills)

- Begin maken met het gericht beoefenen van de technische oefeningen met gerichte feedback.
- Accent wordt gelegd op technisch goed uitgevoerde technieken.
- Zowel in spelvorm (met tactische opdrachten) als opdrachtvorm (technisch/tactisch) trainen en gebruik maken van eenvoudige oefenstof met herhaling.
- Duidelijke richtlijn over hoe fysiek spel te gebruiken en waar fysiek spel voor bedoeld is (speler afscheiden van de puck en naar de buitenkant uit de lijn naar de goal te krijgen).
- Duidelijk maken dat fysiek spel technisch is, wat fair dient te worden uitgevoerd en ook vice-versa werkt. Sturen tegenstander en focus op het lichaam.

CONDITIEEL (Strength, Speed, Stamina)

- Geen specifieke conditionele doelstelling ten aanzien van: snelheid, kracht, uithoudingsvermogen.
- Bij de oefeningen rekening houden met een duidelijk vergroot uithoudingsvermogen (langere rust en langere arbeidsperiodes).
- Geen conditionele oefening zonder puck. Uitzondering van spelvormen.
- Zelfstandige (off-ice) training voor kracht en techniek wordt belangrijk.

TACTISCH (Sense)

- Aanleren van algemeen tactische principes zoals naar de puck toe gaan; afschermen; wat moet ik doen (schaatsen, passen, schieten)? Dus individueel tactisch inzicht.
- Puckverlies is met z'n allen verdedigen.
- Puckbezit is met z'n allen aanvallen.
- Inzicht laten krijgen van spelen op diverse posities. Experimenteren en naar inzicht rouleren van posities.
- Niet te snel specialiseren. Speler moet in zijn algemeenheid ontwikkelen.
- Kennis laten maken met elementaire team tactische principes, zoals 3-hoek, buitenkant uit en in het vak, aanbieden voor break-out pas, strong- en weakside.
- Positionering defensieve vak met lichaamspositionering.
- Beginselen individuele tactieken, zoals forcheck, backcheck, opvangen, etc..
- Puckbezit houden en niet wegschieten om er achteraan te gaan gedreven worden om mee te gaan in de aanval (of verdediging). Passing komt dan vanzelf wel.

Inspannings- en uithoudingsvermogen van de speler

Uithoudingsvermogen is toegenomen. Grotere behoefte om door te zetten om een oefening onder de knie te krijgen.

Motorisch leervermogen van de speler

Bewegingen worden steeds zekerder. Evenwicht is stabiel, zeer leergierig, leert zeer snel, fijngevoelig, reactievermogen neemt snel toe. Ideale leeftijd om technische vaardigheden te verbeteren. Het geven van een goed voorbeeld is belangrijk bij het voordoen van de uitvoering van technieken.

MENTAAL (Soul)

- Begin maken met het wijzen op het belang van samenwerking om een bepaald doel te bereiken.
- Fairplay en respect.
- Plezier altijd prioriteit één, meer plezier geeft een groter leervermogen.
- Bewust van risico's rondom pesten. Preventieve benadering door bespreekbaar maken in de groep en ouders bij de kleedkamer.

ONTWIKKELINGSPSYCHOLOGIE

- Kan de eenvoudige spelregels volgen.
- Heeft problemen om geordend spel te spelen.
- Traint graag, is ongeduldig, heeft een sterk gevoel voor rechtvaardigheid.
- Grote behoefte aan contact (goed contact met teamgenoten en trainer is van groot belang).
- Leert het beste door kijken en nadoen.

DOELSTELLINGEN

- Plezier in ijshockey behouden en ontwikkelen.
- Gewenst: ongeveer 15 spelers (per geboortjaar).
- Zoveel mogelijk ijstijd nodig.
- Eerste spelervaringen op volledig ijs.
- Kennismaking met het "echte" ijshockey.

COACHING

- Zorgen dat ieder teamlid aan spelen toekomt.
- Assisteren bij trainingen (coaches en ouders).
- De trainer of coach is gecertificeerd.

GOALIES

- Aanleren basistechnieken.

ONTWIKKELING TEAM

- Team is belangrijker dan individu.
 - Discipline met betrekking tot op tijd komen.
 - Discipline met betrekking tot aanwezigheid.
- Belangrijk**
- Er komt steeds meer snelheid en tijdsdruk in alle oefeningen!
 - Pas op voor overtraining of eenzijdig trainen.
 - Energie, weerstand en mentale kracht zijn niet oneindig.
 - Shifts zijn kort; 40 - 60 seconden. Als een speler zich hier niet aan houdt, kan een waarschuwing gegeven worden.

5.4 U15

Geestelijke en sociale kenmerken van de speler

Verandering en bewustwording van het eigen lichaam leidt tot geestelijke en maatschappelijke spanning, gebrek aan motivatie, kritische tegenover het gezag.

Prestatievermogen van de speler

Wisselend: behoefte aan vaste afspraken, rechten en plichten. In het algemeen geen boodschap aan moraliserende gesprekken

TECHNISCH (Skills)

- Voortzetten de technische vaardigheden, maar nu op een grotere snelheid en een hoger tempo. Hierbij meerdere technische vaardigheden combineren.
- Gelet de puberteit en de als gevolg daarvan verminderde coördinatie zullen zich grote verschillen voordoen in de ontwikkeling van de individuele speler.
- Zowel in spelvorm (met tactische opdrachten) als opdrachtvorm (technisch/tactisch) trainen. Gebruik maken van eenvoudige oefenstof met herhaling.
- De techniek eerst aanleren en daarna in spelsituaties. Techniekontwikkeling en verfijning heeft nog steeds prioriteit.
- Duidelijke richtlijn over hoe fysiek spel te gebruiken en waar fysiek spel voor bedoeld is (speler afscheiden van de puck en naar de buitenkant te krijgen).
- Duidelijk maken dat fysiek spel technisch is, wat fair dient te worden uitgevoerd en ook vice-versa werkt.

CONDITIEEL (Strenght, Speed, Stamina)

- De lichamelijke belasting verschilt per individu, omdat de lichamelijke ontwikkeling sterk varieert.
- Er vindt in vergelijking met de U13 een grotere intensiteit plaats. Toch moet men vooral denken aan oefeningen waar men de technische vaardigheden oefent.
- Geen specifieke conditionele oefeningsdoelen in de zin van uithoudingsvermogen en kracht. Wel snelheidstraining zowel met als zonder puck.
- Zelfstandige (off-ice) training voor kracht en techniek wordt belangrijk.

TACTISCH (Sense)

- Verder uitbreiden van tactische principes zoals forcheck, backcheck, opvangen, rebounds, screenen, tip-ins, schijnbewegingen, versnellen, agressief en behoudend verdedigen, etc.
- Puckverlies is met z'n allen verdedigen.
- Puckbezit is met z'n allen aanvallen.
- Voortzetten van elementaire teamtactische principes, zoals 3-hoek, buitenkant uit en in het vak, aanbieden voor break-out pas, strong- en weakside.
- Leren begrijpen van de verschillende teamtactieken (2-1, 3-3, 3-2).
- Vergroten van het belang van teamtactiek.
- Sterk verhoogde samenwerking tussen verdedigers en aanvallers.
- Positionering defensieve vak met lichaamspositionering en in het aanvalsvak om kansen te creëren.

Inspannings- en uithoudingsvermogen van de speler

Disharmonie in (lengte)groei. Bij voortdurende belasting bestaat gevaar voor spieraanhechtingen. Voorzichtig omgaan met intensieve belasting zonder voorafgaande warming-up.

Motorisch leervermogen van de speler

Onstabiele motoriek. Ondanks de vaak onberekenende leergierigheid blijven de al geleerde motorische vaardigheden behouden, ook verminderen deze tijdelijk.

MENTAAL (Soul)

- Het kind bewust houden van het teambelang.
- Fairplay en respect.
- Zelfvertrouwen stimuleren (complimenteren op vooruitgang).
- Verantwoordelijkheidsgevoel ontwikkelen.
- Opvoeden in sportmentaliteit (lichaamsverzorging, wedstrijd- voorbereiding, prestatiebewustzijn en materiaalbeheer).
- Bewust van risico's rondom pesten. Preventieve benadering door bespreekbaar maken in de groep en ouders bij de kleedkamer.

ONTWIKKELINGSPSYCHOLOGIE

- Leert altijd nog het beste door imiteren.
- Zeer goede leeftijd om bewust te leren.
- Wordt eigenwijs en "weet het beter" of "hoeft niet te doen wat een ander zegt".

DOELSTELLINGEN

- Plezier in ijshockey behouden en ontwikkelen.
- Gewenst: ongeveer 15 spelers (per geboortjaar).
- Zoveel mogelijk ijstijd nodig.
- Gepaste prestatiegerichtheid.

COACHING

- Zorgen dat ieder teamlid aan spelen toekomt.
- Assisteren bij trainingen (coaches en ouders).
- De trainer of coach is gecertificeerd.

GOALIES

- Verbeteren basistechnieken.
- Start met communicatie.
- Stickhandling verbeteren.
- Game plan (spel en spelers lezen).

ONTWIKKELING TEAM

- Team is belangrijker dan individu.
 - Discipline met betrekking tot op tijd komen.
 - Discipline met betrekking tot aanwezigheid.
- Belangrijk**
- Er komt steeds meer snelheid en tijdsdruk in alle oefeningen!
 - Pas op voor overtraining of eenzijdig trainen.
 - Energie, weerstand en mentale kracht zijn niet oneindig.
 - Shifts zijn kort; 40 - 60 seconden. Als een speler zich hier niet aan houdt, kan een waarschuwing gegeven worden.

5.5 U17+

Geestelijke en sociale kenmerken van de speler

Emotionele aanpassing, toenemende zelfkennis, agressie neemt af.

Inspannings- en uithoudingsvermogen van de speler

Streven naar verbetering van eigen prestatie. Verantwoording ten opzichte van team en training.

Motorisch leervermogen van de speler

Duidelijke verbetering in het functioneren van het spierstelsel (coördinatie).

TECHNISCH (Skills)

- Verder ontwikkelen van technische vaardigheden, automatiseren creëren en beheren. Oefenen in hoog tempo met grote weerstand, complexe situaties en in vermoeide toestand handelingssnelheid opvoeren.
- Aandacht blijven schenken aan individuele vaardigheden. Herkennen en erkennen van zwakke en sterke punten. Blijven werken aan beiden.
- Accentueer enkele technische vaardigheden met tactische aspecten (passen, schijnbewegingen, vrijschaatsen, man spelen).

CONDITIEEL (Strength, Speed, Stamina)

- Maximale belasting van het lichaam is mogelijk.
- Bewust gaan trainen aan snelheid, kracht, lenigheid, uithoudingsvermogen en coördinatie.
- Specifieke conditionele oefeningen met en zonder puck.
- Zelfstandige (off-ice) training voor kracht en techniek wordt belangrijk.

TACTISCH (Sense)

- Verder ontwikkelen van individuele offensieve en defensieve tactieken. Meer gericht naar de positie waarop men speelt.
- Gericht oefenen van teamtactieken (transitie, break out, forecheck, backcheck, positie spel defensief vak, PP, PK).
- Strategische bewustwording. Individuele tactieken en teamtactieken aanpassen op tegenstander. Spelers bewust maken van flexibiliteit en aanpassingen in tactieken.
- Transitie spel bevorderen door automatiseren te creëren met behulp van Small area games.
- Vanzelfsprekende samenwerking tussen verdedigers, aanvallers en goalie.

MENTAAL (Soul)

- Stimuleren en verbeteren van persoonlijk prestatieniveau.
- Stimuleren van een kritisch beoordelen van eigen capaciteiten.
- Realistisch leren denken over het doorstromen naar prestatie- ijshockey, zoals het eerste team.
- Fairplay en respect.

ONTWIKKELINGSPSYCHOLOGIE

- Kan te maken hebben met een privé- problemen (weg van huis, werk, school, seksualiteit, genotsmiddelen).
- Wisselende motivaties.
- Grote zelfstandigheid, veel individuele gesprekken noodzakelijk.
- Er worden veel eisen gesteld (school, werk, sport).

DOELSTELLINGEN

- Plezier in ijshockey behouden en ontwikkelen.
- Start prestatiesport
- Iedere speler moet elk jaar meer willen en kunnen!
- Technische tekorten opheffen
- Individuele (kracht)training
- Start met op prestatiegerichte leefwijze
- Specialisatie (rol binnen het team)
- Systemen starten met meerdere systemen
- Verder ontwikkelen van tot disciplinair team tactisch gedrag (forechecking, posities defensieve vak, driehoekspel).
- Verdere ontwikkeling van discipline richting prestatie ijshockey.

COACHING

- Zorgen dat ieder teamlid aan spelen toekomt.
- De coach stelt gedragsregels op, die zowel op als naast het speelveld nageleefd moeten worden en let erop dat men zich daaraan houdt.
- Assisteren bij trainingen (coaches en ouders).
- De coach heeft contact met coaches van seniorenteams en eventueel het eerste team.
- De volledige begeleiding zorgt ervoor dat in en rond het team geen drugs of alcohol geconsumeerd worden. Een duidelijke open communicatie is hierin van belang.
- De trainer of coach is gecertificeerd.

GOALIES

- Verfijnen technieken.
- Techniek aanpassen aan eigen stijl.
- Communicatie verbeteren.
- Game plan (spel en spelers lezen).

ONTWIKKELING TEAM

- Team is belangrijker dan individu.
 - Discipline met betrekking tot op tijd komen.
 - Discipline met betrekking tot aanwezigheid.
- Belangrijk**
- Er komt steeds meer snelheid en tijdsdruk in alle oefeningen!
 - Pas op voor overtraining of eenzijdig trainen.
 - Energie, weerstand en mentale kracht zijn niet oneindig.
 - Shifts zijn kort; 40 - 60 seconden. Als een speler zich hier niet aan houdt, kan een waarschuwing gegeven worden.

5.6 SENIOREN

Onderstaande punten gelden voor alle seniorenteams spelende in de competities van IJNL met uitzondering van het eerste team.

TECHNISCH (Skills)

- Beheersen van voldoende technische vaardigheden, bezitten van automatismen, trainingen en wedstrijden spelen in hoog tempo met grote weerstand, complexe situaties en tactisch vermogend zijn vermoeide toestand, hoge handelingssnelheid bezitten.
- Aandacht blijven schenken aan individuele vaardigheden. Herkennen en erkennen van verbeterpunten en sterke punten. Blijven werken aan beiden.
- Ontwikkelen en/of beheersen van specifieke vaardigheden, naar gelang van de positie van de speler.

CONDITIONEEL (Strenght, Speed, Stamina)

- Grote belasting van het lichaam is mogelijk.
- Bewust trainen op snelheid, kracht, lenigheid, uithoudingsvermogen en coördinatie.
- Specifieke conditionele oefeningen met en zonder puck.
- Zelfstandige (off-ice) training voor kracht en techniek is gewenst.

TACTISCH (Sense)

- Bezitten en verder ontwikkelen van individuele offensieve en defensieve tactieken. Gericht naar de positie waarop men speelt.
- Gericht oefenen van teamtactieken (transitie, break out, forecheck, backcheck, positiespel defensief vak, PP, PK).
- Strategische bewustwording. Individuele tactieken en teamtactieken aanpassen op tegenstander. Spelers bewust maken van flexibiliteit en aanpassingen in tactieken.
- Transitie spel beheersen door automatisme te creëren.
- Vanzelfsprekende samenwerking tussen verdedigers, aanvallers en goalie.

MENTAAL (Soul)

- Stimuleren en verbeteren van persoonlijk prestatieniveau.
- Realistisch kunnen beoordelen van eigen capaciteiten.
- Realistisch kunnen denken over het doorstromen en/of afstromen (hoger of lager spelend team).
- Fairplay en respect.

DOELSTELLINGEN

- Plezier in ijshockey behouden en ontwikkelen.
- Iedere speler moet elk jaar meer willen en kunnen!
- Commitment aan jezelf en het team.
- Technische tekorten opheffen
- Individuele (kracht)training
- Specialisatie (rol binnen het team)
- Systemen starten met meerdere systemen
- Verder ontwikkelen van tot disciplinair team tactisch gedrag (forechecking, posities defensieve vak, driehoekspel).
- Verdere ontwikkeling van discipline richting prestatie ijshockey.

COACHING

- Zorgen dat ieder teamlid aan spelen toekomt.
- De coach stelt gedragsregels op, die zowel op als naast het speelveld nageleefd moeten worden en let erop dat men zich daaraan houdt.
- Assisteren bij trainingen (coaches en ouders).
- De coach heeft contact met coaches van andere teams en eventueel het eerste team.
- De volledige begeleiding zorgt ervoor dat in en rond het team geen drugs geconsumeerd worden.
- De trainer of coach is gecertificeerd.

IJSTIJD

- Alle spelers krijgen basis ijstijd.
- Er wordt gespeeld met power- en penaltykill lijnen.
- Bij alle wedstrijden op specifieke (kritieke) momenten kan gekozen worden om met 2 lijnen te gaan spelen of spelers op de bank te houden.
- Shifts zijn kort, +/- 60 seconden. Als een speler zich hier niet aan houdt, kan een waarschuwing gegeven worden.

ONTWIKKELING TEAM

- Team is belangrijker dan individu.
- Discipline met betrekking tot op tijd komen.
- Discipline met betrekking tot aanwezigheid.

5.7 RECREANTEN

FUN FUN FUN Dat staat bovenaan bij onze recreanten teams.

TECHNISCH (Skills)

- Aanleren van technische en tactische vaardigheden, trainingen en wedstrijden spelen.
- Aandacht schenken aan individuele vaardigheden. Herkennen en erkennen van zwakke en sterke punten. Blijven werken aan beiden.
- Leren van technische vaardigheden (passen, schijnbewegingen, vrijschaatsen, man spelen).

CONDITONEEL (Strenght, Speed, Stamina)

- Spelers zijn zelf verantwoordelijk voor een goede conditie.

TACTISCH (Sence)

- Ontwikkelen van offensieve en defensieve tactieken.
- Ontwikkelen van samenwerking tussen verdedigers, aanvallers en goalie.

MENTAAL (Soul)

- Feedback accepteren. Iedereen moet zich bewust zijn dat feedback bedoeld is om te helpen.
- Fairplay en respect.

DOELSTELLINGEN

- Recreatiesport!
- Iedere speler moet naar eigen waarde ingeschat en gerespecteerd worden.
- Commitment aan jezelf en het team
- Systemen afstemmen op eigen niveau van het team.
- Ieder teamlid zet zich in voor het team en houdt zich aan de opdrachten / taken.
- Plezier in ijshockey behouden en ontwikkelen.

COACHING

- Zorgen dat ieder teamlid aan spelen toekomt.
- Assisteren bij trainingen.
- De volledige begeleiding zorgt ervoor dat in en rond het team geen drugs geconsumeerd worden.

IJSTIJD

- Alle spelers krijgen ijstijd.
- Shifts zijn kort, +/- 60 seconden. Als een speler zich hier niet aan houdt, kan een waarschuwing gegeven worden.

6. AFSPRAKEN

6.1 VERANTWOORDELIJKHEDEN

6.1.1 VOORBEELDFUNCTIE

Onze uitstraling moet altijd bestaan uit positiviteit, geduld, controle en rust. Als we vertellen dat het om hard werken, respect en plezier gaat moeten wij deze waarden ten alle tijden uitdragen.

6.1.2 RESPECT

We moeten onze oren en ogen goed openhouden voor zaken als pesten, vals spelen en liegen. Dit zijn onderwerpen waar iedereen van moeten weten dat dit echt niet de bedoeling is.

6.1.3 AANDACHT

Iedereen moeten zich onderdeel van het team voelen. Makkelijkste manier om dit te bereiken is dat we iedere keer contact hebben met elke speler.

6.1.4 EHBO

Bij alle begeleiders moet ten alle tijden bekend zijn wie de EHBO'er is en waar de EHBO-koffer staat. De veiligheid en gezondheid is altijd prioriteit nummer 1.

6.1.5 BEGELEIDING KLEEDKAMER (JEUGDTEAMS)

Per team zijn in de kleedkamer altijd minimaal 2 begeleiders aanwezig om te ondersteunen. Hierbij is de bedoeling dat de jeugdleden net als hun ijshockey vaardigheden, ook het zelfstandig voorbereiden / aankleden / uitkleden moeten leren. Als begeleiding staan we wel allemaal klaar om te helpen als ze er zelf niet uit komen. Sleutel is: eerst zelf laten proberen, daarna helpen door samen te doen!

6.1.6 UITRUSTING

Alle begeleiders hebben de verantwoordelijkheid te controleren of spelers hun volledige uitrusting aanhebben. Is dit niet het geval zullen we proberen de spelers, indien mogelijk, hiervan te voorzien. Anders kan en mag er niet deelgenomen worden aan de training/wedstrijd.

6.1.7 COMMUNICATIE

Opvallende zaken, vragen en opmerkingen en vragen/opmerkingen van leden en/of ouders altijd met de begeleiding delen. Het is erg belangrijk dat alle begeleiders op de hoogte zijn van bijzonderheden over de leden. Daarnaast zijn suggesties om de afgesproken opzet en taakverdeling te verbeteren ook altijd bespreekbaar.

6.2 TAAKVERDELING

Een aantal verantwoordelijkheden/taken zijn verdeeld per rol om trainingen en wedstrijden zo soepel mogelijk te laten verlopen.

6.2.1 JEUGD- EN SENIORENCOÖRDINATOR

- Aanwezigheid, voortgang en ontwikkelingen rondom leden bijhouden.
- Ondersteunen en begeleiden van trainers/teambegeleiders.
- Bij afwezigheid van trainers benodigde aanpassingen in bezetting, taken en verantwoordelijkheden organiseren.
- Klankbord tussen ouders en trainers.

6.2.2 HOOFDTRAINERS/-COACH

- Regisseur van het team.
- Alle trainingen en wedstrijden aanwezig.
- Kleedkamer bespreking voor de training.
- Kleedkamer bespreking na de wedstrijden.
- Als eerste op het ijs, geeft signaal zodra het ijs betreden mag worden.
- Na einde training (jeugdteams) teambegeleiders ondersteunen in kleedkamer.
- Communiceert voortgang trainingen en ontwikkeling leden met coördinator.
- Bepaald de opstellingen en zorgt indien nodig voor vervanging van spelers/goalies.

6.2.3 TEAMBEGELEIDERS

- Alle trainingen en wedstrijden aanwezig.
- Indien afwezig, zelf een invaller verzorgen met (deze) instructies.
- Verantwoordelijk voor aanwezigheid en volledigheid EHBO-koffer
- Tijdens training/wedstrijd kinderen opvangen bij blessures/straf etc..
- Spelers/goalies die ijs verlaten positief opvangen en eventueel motiveren of kalmeren, geen ijshockey gerelateerde informatie/advies geven.

6.2.4 ASSISTENT-TRAINERS

- In team gegevens bekend wanneer wel/niet aanwezig
- 1 vaste assistent-trainer kleed de goalies aan en uit, inclusief materialen pakken en opruimen.
- 1 vaste assistent-trainer voorziet en verzamelt de hesjes voor en na de training.
- Aan het begin van de training materialen en pucks klaarzetten voor de oefeningen.
- Aan het einde van de training materialen en pucks opruimen.
- (Indien) nodig reserve voor teambegeleider dan wel hoofdtrainer.

6.3 TEAMREGELS

IJshockey is een teamsport. Als je lid bent van een teamsport is een commitment zeer belangrijk en vinden wij het als club belangrijk om voor de gehele club minimaal de volgende teamregels af te spreken.

6.3.1 ALGEMEEN

- De spelers zijn zelf verantwoordelijk voor de eigen uitrusting (vanaf U11).
- De spelers zijn zelf verantwoordelijk voor geslepen schaatsen (aangeven aan ouders bij jeugd).
- Geen ouders in de kleedkamer (behalve begeleiders).
- Geen telefoon gebruik in de kleedkamer, alleen 1 telefoon en speaker voor evt. muziek (allemaal inleveren bij begeleider).
- Douchen wordt vanaf de U11 aangeraden (met onderbroek mag).
- Voeding, Rust en Groei gaan hand in hand, weinig of geen suiker veel water.
- De kinderen worden opgehaald door een van de trainers/begeleiders en gaan gezamenlijk naar het ijs.
- De kinderen wachten in de spelersbank en gaan via die plek het ijs op.
- Geen drank in de kleedkamers.
- Gedraag je als een ambassadeur van de club, sport en je team!

6.3.2 TRAININGEN

- 30 minuten voor de training aanwezig in de kleedkamer.
- 30 minuten na de training de kleedkamer schoon verlaten (team verantwoordelijkheid).
- Probeer om zo veel als mogelijk samen te rijden en logistiek elkaar te helpen.
- Alle trainingen/wedstrijden zijn verplicht, afmelden met reden bij trainer (privé bericht).
- Houdt de planning goed in de gaten zodat school en sport niet elkaar raken maar ondersteunen.
- Als de trainer fluit wordt er niet meer met de pucks geschoten/gespeeld en kom je binnen 10 seconden bij de trainer.

6.3.3 WEDSTRIJDEN

- 1 uur voor de wedstrijd aanwezig voor warming up / off-ice.
- 30 minuten na de wedstrijd de kleedkamer schoon verlaten (team verantwoordelijkheid).
- Probeer om zo veel als mogelijk samen te rijden en logistiek elkaar te helpen.
- Alle trainingen/wedstrijden zijn verplicht, afmelden met reden bij trainer (privé bericht) of in Spond met reden (niet zichtbaar voor leden).
- Coaches delen opstelling (tijdens de wedstrijd kan de coach spelers wisselen van positie).
- Wedstrijden zijn ook trainingen.
- Geen individuele beloning bij goals / overwinning , het is te allen tijde een team beloning.
- All are equal = team

6.3.4 WAARSCHUWING EN STRAFFEN

- Deze worden in samenspraak met de coördinatoren en team begeleiding gegeven en geregistreerd (zie ook paragraaf 6.4)

6.4 OPTREDEN BIJ OVERTREDING VAN DE REGELS

In aanvulling op artikel 10.4 van het Huishoudelijk Reglement wordt de vraag wel een keer gesteld “hoe wordt bepaald of er een waarschuwing/straf wordt opgelegd door een coach/begeleider?”. Dit wordt altijd gedaan op basis van normen en waarden. Echter willen wij dit ook proberen om zichtbaar te maken. Dit is bedoeld om handvatten en zichtbaarheid te geven aan teambegeleiding en speler. Het is dan ook een hulpmiddel voor coaches om discipline tijdens wedstrijden en/of trainingen te meten.

Het communiceren en registreren van waarschuwingen en straffen wordt gedaan door de trainer richting de coördinator in samenspraak met de technische commissie. Zodra er een incident is geweest en er een straf in de vorm van een gele of rode kaart gegeven dient te worden wordt dit besproken met de trainer(s), begeleiders, coördinatoren en de technische commissie zodat er een weloverwogen besluit komt. Dit moet altijd duidelijk gecommuniceerd worden met de spelers en in geval van leden jonger dan 18 jaar ook met de ouders.

6.4.1 WAARSCHUWINGEN

Waarschuwingen zijn per situatie ter beoordeling van coach/trainer/begeleider/coördinator en kunnen worden gegeven op basis van:

- Niet op tijd komen;
- Geen inzet/niet schaatsen -> dus altijd hard werken;
- Commentaar op teamleiding, medespelers, tegenstanders en/of scheidsrechters;
- Herhaaldelijk ruzie maken met tegenstanders (of medespelers);
- Niet houden aan team specifieke taken/opdrachten;
- Niet houden aan individuele taken/opdrachten;
- Als een 3^e of 4^e waarschuwing gegeven wordt in de laatste 10 min van de 3e periode, kan de consequentie meegenomen worden naar de volgende training/wedstrijd. Dit wordt door de coach na de wedstrijd aan de speler medegedeeld.

SPELER	consequentie	W1 gratis	W2 1 shift	W3 rest periode straf	W4 einde wedstrijd
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6.4.2 GELE/RODE KAART

Als waarschuwingen niet afdoende zijn dan kan er een gele of rode kaart worden gegeven. Gele en rode kaarten kunnen ook worden gegeven aan coaches/trainers/begeleiders/ouders en verzorgers. Als een ouder/verzorger een kaart krijgt dan zijn de gevolgen hiervan voor het lid (speler).

GELE KAART

- Na 8 waarschuwingen.
- Bij een Match penalty.
- Verkeerd gedrag richting, medespeler(s), tegenstander(s) en/of scheidsrechter(s).
- Vechten met tegenstander(s) (of medespeler(s)).

GEVOLGEN

- Schorsing voor van 1 week (2 trainingen en 1 wedstrijd).
- Tijdens de schorsing aanwezig zijn voor het uitvoeren van een nader te bepalen vrijwilligerstaak.
- De door de club opgelegde straf komt boven op een eventuele opgelegde straf door IJNL.

RODE KAART

- Bij een 2e gele kaart.
- Bij een 3e Match penalty.
- Geweld tegen teamleiding, medespeler(s), tegenstander(s) en/of scheidsrechter(s);
- Herhaaldelijk doorgaan met vechten met tegenstander(s) (of medespeler(s)).

GEVOLGEN

- Schorsing voor 4 weken.
- Tijdens de schorsing aanwezig zijn voor het uitvoeren van een nader te bepalen vrijwilligerstaak.
- De door de club opgelegde straf komt boven op een eventuele opgelegde straf door IJNL.