



SPORTIEVE LIJN

SEIZOEN 2020-2021

INHOUD

1	INLEIDING	3
2	STRUCTUUR	5
2.1	JEUGD	5
2.1.1	ONDERBOUW	6
2.1.2	BOVENBOUW	6
2.2	SENIOREN	7
3	SPORTOPLEIDING EN -BEGELEIDING	8
3.1	EINDTERMEN	X
3.1.1	STARTERS (U9)	X
3.1.2	U11	X
3.1.3	U13	X
3.1.4	U15	X
3.1.5	U17	X
3.1.6	U19	X
3.2	DUIDING BIJ COMPETITIES	X
3.2.1	COMPETITIEWEDSTRIJDEN	X
3.2.2	BEKERWEDSTRIJDEN	X
3.2.3	ANDERE COMPETITIES	X
3.3	FYSIEKE DOELSTELLINGEN	X
3.4	MENTALE DOELSTELLINGEN	X
3.5	DUBBELENDE SPELERS	X
4	SPORTIEVE ORGANISATIE	12
4.1	COÖRDINATIE JEUGD (ONDERBOUW EN BOVENBOUW)	X
4.2	COÖRDINATIE SENIOREN (ONDERBOUW EN BOVENBOUW)	X
4.3	START2VOLLEY COÖRDINATIE	X
4.4	TRAINERS / COACHES	X
4.5	TRAINERSASSISTENTEN	X
4.6	PLOEGVERANTWOORDELIJKEN (PV'S)	X
4.7	MARKEERDERS	X
4.8	JEUGDSCHEIDSRECHTERS	X
4.9	OFFICIËLE SCHEIDSRECHTERS	X
4.10	BEKERVERANWOORDELIJKE	X
4.11	COÖRDINATIE BEACHVOLLEYBAL	X
5	BEACHVOLLEYBAL	15
5.1	WOLVERTEM BEACH ACADEMY	15
5.2	WOLVERTEM BEACH TORNOOI	X
6	BIJKOMENDE VOLLEYBALINITIATIEVEN	X
6.1	VOLLEYBALKAMP	X
6.2	KERSTSTAGE	X
6.3	GEMEENTELIJK 1 MEI TORNOOI	X
6.4	VOLLEY@SCHOOL	X

1. INLEIDING

“Volleybalclub Wolvertem wil een gestructureerde jeugdopleiding aanbieden aan haar leden, met oog voor elke spe(e)l(st)er. Het doel is niet om enkel te werken met de beste, maar wel met de meest gemotiveerde en geëngageerde spe(e)l(st)ers. Tevens wordt toegezien op de nodige inzet en discipline (gedragscode). Op het einde van de jeugdopleiding krijgen de spe(e)l(st)ers de kans toe te treden in de seniorcompetitie.”

Als we hieruit vertrekken is het noodzakelijk dat er een duidelijke organisatie op alle vlakken binnen de club is. Op sportief vlak spreken we over trainingen, wedstrijden, spelsystemen en alle zaken die binnen deze domeinen aan bod komen. Via deze sportieve lijn proberen we onze jeugd te wapenen om hun mannetje of vrouwtje te kunnen staan in het moderne volleybal. Zo hebben al heel wat VC Wolvertem-jeugdspelers op divisie en liga niveau kunnen aantreden. Onze eerste seniorenploegen werken hard om (terug) naar het divisieniveau te geraken.

Dit document bevat de basis van de opleiding aangeboden door VC Wolvertem. Wanneer binnen dit document de benaming speler en trainer gebruikt worden, bedoelen we uiteraard ook speelster en trainster. VC Wolvertem zorgt ervoor dat iedereen die wilt (leren) volleyballen, dat kan.

Om aan onze missie te voldoen, is het noodzakelijk dat...

- › we ervoor zorgen dat de spelers veel spelplezier beleven;
- › we ons focussen op opleiding maar beseffen dat “leren winnen” hier ook deel van uitmaakt;
- › alle technieken aan bod komen en we hier ook niet te lang mee wachten. Onze spelers leren deze op training ontdekken, verfijnen en automatiseren;
- › we onze spelers zo breed mogelijk vormen en pas vanaf de U17 beginnen te specialiseren;
- › wat we vanaf 6 tegen 6 in de jeugd bijbrengen qua tactiek en spelwijze in functie staat van het latere 6 tegen 6 systeem bij de senioren. Iedere trainer zal dit individueel aanpassen aan het niveau van zijn groep;
- › het “als-dan” en “voor-tijdens-na” principe goed begrepen wordt door de jeugd. Volleybal is namelijk een dynamisch gebeuren waar reageren, maar ook anticiperen op onder andere tegenstrever, ploegmaten, balbaan en omgeving, belangrijk zijn;
- › er inzet en doorzettingsvermogen nodig is. Deze zijn zeer belangrijk om vooruitgang te boeken. De technieken vergen veel oefening om ze onder de knie te krijgen en ze te automatiseren, waardoor oefenstof soms saai kan lijken. De trainers trachten steeds het aanleren van een techniek aan te passen aan het niveau van iedere speler. Onder inzet verstaan we ook de aanwezigheid op wedstrijden en trainingen;
- › we de kinderen pas in de competitie laten starten wanneer ze spelvorm 2 van het Start2Volley-project goed beheersen. Ook late instappers (spelers die op latere leeftijd dan de aangeraden leeftijd (8 jaar) beginnen met volleyballen) laten we eerst van de competitie proeven in een lagere/eenvoudigere vorm.

Onze methode

- › Iedere groep heeft de kans om minimum 2 maal per week te trainen. Er zijn steeds mogelijkheden tot extra trainingen wanneer de sportaccommodatie dit toelaat.
- › We streven ernaar om zoveel mogelijk gediplomeerde en ervaren trainers aan te stellen. Zij werken met de sportieve lijn en het leerplan volleybal in het achterhoofd.
- › We streven naar structuur en duidelijkheid door onder andere concrete afspraken te maken en specifieke doelstellingen op te stellen.
- › We zijn een familiale club, waarbij alle leden met elkaar in contact staan. Een volleybalfabriek worden, behoort zeker niet tot onze missie. We leren volleyballen omdat we zo sportief bezig zijn, kunnen winnen, anderen leren kennen en vooral: ons amuseren.
- › We voorzien veel dynamische oefeningen. Soms kan de bal eens even opzij gelegd worden, om even aan fysieke aspecten te werken, zoals kracht, lenigheid, uithouding, snelheid, coördinatie en evenwicht. Toch proberen trainers de bal hier steeds in te betrekken.
- › De spelers leren rond al hun acties communiceren. “Ik”, “jij”, “out”, “dekking”, ... zijn begrippen die in een reflex geroepen zullen worden. Zeker in een teamsport als volleybal is communicatie uiterst belangrijk.
- › De kinderen leren zelf hun verantwoordelijkheid te nemen en gemaakte afspraken na te leven. Iedereen is een schakel in het spelsysteem. Iedereen is ‘*a part of the team*’.
- › We maken waar nodig gebruik van het “jeugdattest” om de kinderen op hun niveau te laten spelen. Dit proberen we echter te vermijden omdat door een recente reglementswijziging de speelkansen vanaf 2 attestspelers binnen één team sterk verminderen.
- › Onze leden trainen, zweten, drinken, ... op een gezonde manier. Alcohol, rookwaren en drugs zijn voor onze jeugdspelers dan ook ten strengste verboden.
- › De sportieve cel van de club, houdt een overzicht van alle spelers en trainers op elk niveau in de club. Zij zijn het aanspreekpunt voor vragen en/of opmerkingen bij sportieve zaken.
- › We raden onze leden aan actief bezig te zijn met blessurepreventie en de genezing van blessures voor te laten gaan op sportieve prestaties. Op trainingen wordt hier voldoende aandacht aan besteed.
- › We stellen materiaal voor videoanalyse ter beschikking. Dit om spelers hun eigen prestatie te kunnen tonen. Een beeld zegt meer dan duizend woorden. Trainers proberen dit systeem tijdens het seizoen minstens één maal te gebruiken.

2. STRUCTUUR

Het sportief beleid bij VC Wolvertem is opgedeeld in twee grote groepen: jeugd en senioren. Binnen de jeugd wordt er een onderscheid gemaakt tussen de onderbouw en de bovenbouw.

Binnen elke categorie worden doelstellingen opgesteld. Er zijn technische, strategische, sociale, fysieke en cognitieve doelen. Samen met de sportieve cel stelt elke trainer een jaarplan met bijhorende periodeplannen op, om met zijn ploeg elk doel zo goed als mogelijk te volbrengen. In deel 3 van dit document zijn de technische, de fysieke en deels de tactische eindtermen terug te vinden. De club specifieke strategieën worden wel in een clinic aan elke trainer mondeling meegegeven. Deze kunnen na enkele seizoenen wijzigen om zo onvoorspelbaar te blijven voor de tegenstander. Bij de sociale doelen verstaan we de omgang met zichzelf, andere spelers en de trainer. Tot de cognitieve doelen behoort onder andere het probleemoplossend denken.

2.1. JEUGD

De volleybalopleiding start rond de leeftijd van 8 jaar. Tot op de leeftijd van 19 jaar wordt de speler als jeugd beschouwd.

We raden ouders van peuters en kleuters aan om deel te nemen aan de initiatieven van bewegingsscholen. Daar worden kinderen op een speelse manier motorisch gevormd. Meer informatie hierover is terug te vinden in de brochures van Sport Vlaanderen.

Van zodra het kind aan de volleybalopleiding begint, zal het een traject volgen, waarin het kind gevormd wordt tot volleyballer. Binnen het leerplan volleybal van Volley Vlaanderen wordt een onderscheid gemaakt tussen verschillende niveaus (1 t.e.m. 5). Dit leerplan beschrijft de volledige vorming van een volleyballer binnen de topsport, verdeeld volgens de graden van het onderwijs. Als club volgen wij zoveel mogelijk de technische en tactische doelstellingen die in het leerplan worden weergegeven, maar het is uiteraard niet de bedoeling onze spelers tot topsporters op te leiden.

Binnen de club hanteren we belangrijke volleybalprincipes. Zo leggen de trainers de nadruk op “gaan voor elke bal”: de speler zal elke oefening alles geven op de bal van de grond te houden in receptie en verdediging. Het cognitieve patroon van de sport wordt duidelijk gemaakt door “als-dan” en “voor-tijdens-na”. De speler is altijd bezig op het veld en staat nooit stil. Om tijdens het spelen de spelopbouw te leren, is een goede controle van de bal nodig. Zeker bij een freeball, een onderarms gespeelde bal die hoog over het net komt, moet de controle perfect zijn. Hier hanteren we “het perfect brengen van een freeball”. Tot slot gebruiken we in zekere mate “techniek komt voor tactiek”. Wanneer een speler nog niet kan toetsen, zal de coach niet moeten vragen om diep naar 1 te toetsen. Toch staan bepaalde technieken, zoals een shot, tip, tweedehandsbal, niet los van het tactische aspect. Daarom hanteren we dit laatste principe vooral bij de onderbouw van de jeugd.

Dit is geen exhaustieve lijst. Onze sport ontwikkelt zich continu.

Wanneer een speler niet slaagt in het behalen van de sociale, tactische en technische eindtermen (zie verder), kan een speler door middel van een attest een extra jaar binnen een bepaalde leeftijdscategorie onderverdeeld worden. Spelers die een stapje verder zijn dan hun ploegmaten krijgen de kans hun talent verder te ontwikkelen in een hogere leeftijdscategorie en/of bij de seniorenploegen.

VCW neemt deel aan het Start2Volley project van Volley Vlaanderen, onder andere via de toernooien, clinics en cursussen. Via het Volley@School project gaat VCW ook elk jaar langs bij lagere scholen om de sport te promoten. Vooral deelname van jongens wordt gestimuleerd, omdat zij minder en minder vertegenwoordigd worden in het Vlaamse volleybal.

2.1.1. ONDERBOUW

De beginnende volleyballers, meestal kinderen rond 8-9-10 jaar, zetten hun eerste stappen in het volleybal binnen de categorie 'onderbouw'. Het sporttechnische en -tactische vragen enorm veel oefening. Hoe eerder de kinderen aan de volleybalopleiding beginnen, hoe beter. Iedere leeftijdscategorie of spelniveau heeft zijn specifieke technische en tactische aspecten die een speler zoveel mogelijk dient te beheersen vooraleer over te gaan naar een volgende categorie.

U9¹	1 tegen 1		
U11	2 tegen 2, 3 tegen 3	niveau 1	2 ^e graad lager onderwijs ²
U13	4 tegen 4	niveau 2	3 ^e graad lager onderwijs

De clubspecifieke aandachtspunten binnen de onderbouw bekijken we per leeftijdscategorie:

ONDERBOUW

U11

-  correcte opbouw in 3 contacten
-  service van 3m naar 4,5m naar 6m
-  overgang onderhandse naar bovenhandse service

U13

-  correcte opbouw in 3 contacten waarvan het laatste slag is
-  overgang (gerichte) onderhandse naar bovenhandse service
-  overgang bovenhandse naar gesprongen service

2.1.2. BOVENBOUW

In de bovenbouw bouwen we meer op naar het echte volleybalspel, namelijk het 6 tegen 6 systeem. Vanaf de leeftijd U17 ontdekken de spelers de verschillende specialisaties (aanvallers (midden, hoek), spelverdelers, libero's).

¹ De 'U' binnen de benamingen staat voor 'Under'. Zo behoren binnen de U13 categorie in principe alle spelers van 12 en 13 jaar oud.

² De aangegeven graden zijn in overeenstemming met de graden in de topsportschool

Het 6-6 systeem wordt binnen de club gebruikt vanaf de jeugd tot bij de senioren. Hierbij gaat een bepaalde strategie samen, waaronder afgesproken aanvalscodes en verdedigingsopstellingen onder worden vervat.

U15	6 tegen 6 zonder specialisatie	niveau 3	1 ^e graad secundair onderwijs
U17	6 tegen 6 met specialisatie	niveau 4	2 ^e graad secundair onderwijs
U19	6 tegen 6 met specialisatie	niveau 5	3 ^e graad secundair onderwijs

Binnen VC Wolvertem wordt er gespecialiseerd op drie vlakken: aanvallers (middenman, receptie-hoek en hoofdaanvaller), spelverdelers en libero's. Aan elke specialisatie hangen bepaalde technische en fysieke vereisten. Vanaf het eerste jaar U17 wordt op vorige drie vlakken breed gespecialiseerd. Vanaf het tweede jaar U17 worden spelers aan een bepaalde specialisatie gekoppeld (spelverdelers, libero, middenaanvaller, receptie-hoek of opposite). Dit wil echter niet zeggen dat de speler doorheen de rest van zijn carrière verbonden blijft aan desbetreffende specialisatie.

Binnen de bovenbouw besteedt onze sportieve lijn aandacht aan

BOVENBOUW

- ⦿ aanvalsafspraken binnen de club
- ⦿ verdedigingssysteem binnen club
- ⦿ perfect brengen van een freeball
- ⦿ service als eerste aanval

Doorheen het seizoen worden voor de jeugd (bovenbouw) specialisatietrainingen georganiseerd. Deze extra-trainingen worden gegeven door gasttrainers en belichten (een aspect van) de specialisaties. De sportieve coördinatoren contacteren de spelers die hiervoor in aanmerking komen.

2.2. SENIOREN

Na de leeftijd van U19 zetten de spelers de stap naar de seniorcompetitie. Deze overgang naar senior-competitie kan eerder worden genomen wanneer er geen U19-competitie georganiseerd wordt door de volleybalbond en wanneer er niet genoeg spelers de U19 leeftijd en het niveau hebben om een volwaardige ploeg te vormen. In deze gevallen schuiven de spelers door naar de seniorcompetitie binnen de provinciale reeksen, zonder in het U19 competitieniveau te hebben gespeeld. Hoewel een jeugdspeler tot een seniorenploeg behoort, is de opleiding nog niet afgerond. De trainer dient de speler nog steeds technisch bij te sturen en indien nodig nieuwe automatismen aan te leren.



Jeugdspelers kunnen de mogelijkheid krijgen af en toe te dubbelen bij een seniorenploeg. Bij het indelen van de ploegen kan niet van uitgegaan worden dat een speler zal dubbelen, enkel na evaluatie van prestatie tijdens het seizoen (bv ronde 2). Dit enkel wanneer op de trainersvergadering een akkoord wordt gegeven. De spelers kunnen hier uit leren. Belangrijk is dat de spelers onthouden dat de jeugd ploeg steeds als primair gezien wordt en bijgevolg steeds voorrang krijgt op de seniorploeg. Zie ook 3.4.

VC Wolvertem werkt stap voor stap om haar eerste seniorenploegen tot in de landelijke reeksen te brengen. In het seizoen stellen we het doel op voor elke eerste seniorenploeg (Dames 1 en Heren 1) om kampioen te spelen in de ingeschreven reeks. Door te werken met een gestructureerd plan, een geëngageerde groep spelers en gemotiveerde trainer(s) wilt VCW binnen twee à drie seizoenen de landelijke competitie bereiken.

De seniorencompetitie bestaat uit een voorwedstrijd (met als bedoeling elke speler een kans te geven) en hoofdwedstrijd (voor de punten in competitie). De coach bepaalt de opstellingen voor beide wedstrijden. Om zoveel mogelijk leerkansen uit de voorwedstrijd te halen is de coach telkens aanwezig en neemt een houding aan zoals die bij een hoofdwedstrijd verwacht wordt (coaching met actieve bijsturing en met technische en tactische richtlijnen).



3. SPORTOPLEIDING EN -BEGELEIDING

3.1. EINDTERMEN

Binnen elke niveau van het leerplan zijn technische, fysieke en tactische doelstellingen opgesteld. Binnen een bepaalde periode dienen de doelstellingen te worden bereikt. Net zoals in het onderwijs noemen we dit eindtermen.

Elke trainer ontwerpt samen met de sportieve cel een jaarplan voor zijn ploeg, bestaande uit de verschillende soorten doelen (zie p. 5). In volgend overzicht wordt een idee gegeven van de technische eindtermen per leeftijdscategorie.

Deze eindtermen zijn een streefdoel maar geen uitsluitingscriterium. Ieder kind moet met zijn talent en inzet binnen onze club kunnen evolueren, steeds met het welbevinden van het kind in het achterhoofd. Toch zal een speler bij een grote technische voorsprong of achterstand mogelijk in een respectievelijke hogere of lagere groep ingedeeld worden.

Onze trainingen worden wel opgebouwd om het maximale uit de groep te krijgen, rekening houdend met het niveau van de groep. Zo wachten we ook niet te lang om met het inlopen (penetratie) van de spelverdeler te spelen. We proberen dit bij de tweedejaars U13 en eerstejaars U15 steeds al te spelen na de eerste ronde of ten laatste na een seizoen. Het spreekt voor zich dat bij U17 en U19 dit het uitgangspunt is.

Zoals in de eindtermen te lezen, is het strategische luik minder uitgebreid. Het ontdekken van spelsystemen en het zoeken naar offensieve en defensieve strategieën behoort tot het takenpakket van de trainer. Hij zal de beste opties voor zijn team zoeken.

3.1.1. STARTERS (U9)

Wedstrijden	Op dit niveau worden nog geen wedstrijden gespeeld	
Spelvormen	Op training wordt spelniveaus 1 en 2A aangeleerd	
Trainingen	2 trainingen per week van minstens 1 uur	
Opleiding	Kennismaking met volleybal; Belangrijk zijn de verschillende bewegingsvormen en de balbehendigheid	
Techniek	Service	Gegooide bal (onderhands)
	Receptie	Vangen en gooien Onderarms spelen
	Set-up	Vangen en gooien aan het net Vangen en toetsen voorwaarts
	Aanval	Vangen en gooien Vangen en slaan
	Blok	Op dit niveau wordt nog geen blokbeweging gemaakt
	Verdediging	Vangen en gooien
Strategie	Op dit niveau wordt nog geen specifieke strategie uitgewerkt	
Cognitief	Balbaaninschatting Spelverloop van een 2-2 wedstrijd	
Fysiek	Kracht, Lenigheid, Uithouding, Snelheid, Coördinatie en Evenwicht Algemene bewegingsvormen Begrippen voor, achter, kort, diep, links, rechts, laag, hoog Springen in verschillende vormen Snelheid en behendigheid in verschillende vormen Werken met bewegingsomlopen en circuits	
Sociaal	In teamverband werken Uitvoeren van de instructies van de trainer	

3.1.2. U11

Wedstrijden	Competitie Volley Vlaams-Brabant, niveau 2	
Spelvormen	Spelniveaus 2	
Trainingen	2 trainingen per week van minstens 1 uur	
Opleiding	Kennismaking met volleybal; Belangrijk zijn de verschillende bewegingsvormen en de balbehendigheid	
Techniek	Service	Onderhands Bovenhandse tennisopslag (verplicht na 2 scorende onderhandse services)
	Receptie	Ontspannen starthouding met handen voor zich Communicatie (“ik”, “jij”, “out”) Verplaatsing naar de bal <u>Fase 1:</u> Vangen en gooien <u>Fase 2:</u> Onderarms en bovenhands spelen Bal voor zich nemen Voetenwerk links/rechts Plateauvorming, schouderkanteling bij onderarms spelen
	Set-up	<u>Fase 1:</u> Vangen en gooien/toetsen aan het net

		<u>Fase 2:</u> Voorwaartse toets met nadruk op hoog spelen Indraaien, pivoteren Bal hoog nemen Onmiddellijk steven naar een kort toetscontact
	Aanval	<u>Fase 1:</u> vangen en slaan <u>Fase 2:</u> directe slagbeweging Topspin-slag Correct wapenen Snelle beweging <u>Fase 3:</u> gesprongen slagbeweging 3-staps-aanloop Grote armzwaai
	Blok	Op dit niveau wordt nog geen blokbeweging gemaakt
	Verdediging	Ontspannen starthouding met handen voor zich Communicatie (“ik”, “jij”, “out”) Verplaatsing naar de bal Bal voor zich nemen <u>Fase 1:</u> vangen en gooien <u>Fase 2:</u> onderarms of bovenhands spelen
Strategie		Op dit niveau wordt nog geen specifieke strategie uitgewerkt
Cognitief		Balbaaninschatting Spelverloop van een 2-2 wedstrijd
Fysiek		Kracht, Lenigheid, Uithouding, Snelheid, Coördinatie en Evenwicht Algemene bewegingsvormen Begrippen voor, achter, kort, diep, links, rechts, laag, hoog Springen in verschillende vormen Snelheid en behendigheid in verschillende vormen Werken met bewegingsomlopen en circuits
Sociaal		In teamverband werken Uitvoeren van de instructies van de trainer

3.1.3. U13

Wedstrijden		Competitie Volley Vlaams-Brabant
Spelvormen		4-4 met verschillende opstellingsvormen (vierkant, ruit)
Trainingen		2 trainingen per week van minstens 1,5 uur
Opleiding		Toepassen van basistechnieken in 4-4 situatie Initiatie van het inlopen van de setter
Techniek	Service	Onderhands Bovenhandse tennisopslag (verplicht na 2 scorende onderhandse services) Initiatie float Initiatie topspin jump
	Receptie	Ontspannen starthouding met handen voor zich Communicatie (“ik”, “jij”, “out”) Verplaatsing naar de bal Onderarms en bovenhands spelen Nadruk op schouderkanteling en plateau Indraaien naar setter

		Receptie met 3 spelers naast elkaar
	Set-up	Voorwaartse en rugwaartse toets met nadruk op hoog spelen en een kort contact Indraaien, pivoteren Bal hoog nemen <u>Fase 1:</u> Set-up door speler op positie 3 <u>Fase 2:</u> Set-up door achterspeler na inlopen (penetratie)
	Aanval	<u>Fase 1:</u> Directe slagbeweging Topspin-slag Correct wapenen Snelle beweging <u>Fase 2:</u> Gesprongen slagbeweging 3-staps-aanloop Grote armzwaai Aanvallers op positie 4 en 2 Bij gebruik van inlopen setter, ook aanvaller op 3 Initiatie aanvalsdekking
	Blok	Speler op positie 3 volgt, 'leest', de set-up van de tegenstrever Zijwaartse blokververplaatsing Nadruk op lichaamsspanning en netoverschrijding
	Verdediging	Juiste uitgangshouding en -positie en verplaatsingen Juiste oriëntatie tegenover de aanvaller Communicatie ("ik", "jij", "out") Bal voor zich nemen Diepe bal bovenhands spelen of rugwaarts na omdraaien Initiatie zweef- en schuifduik en schouderrol
Strategie		Uitvoeren tactische aanwijzingen van coach, zoals kort/diep/links/rechts spelen
Cognitief		Balbaaninschatting Spelverloop van een 4-4 wedstrijd Lezen van het spel van de tegenstrever Spelorganisatie
Fysiek		Kracht, Lenigheid, Uithouding, Snelheid, Coördinatie en Evenwicht Algemene bewegingsvormen Begrippen voor, achter, kort, diep, links, rechts, laag, hoog Springen in verschillende vormen Snelheid en behendigheid in verschillende vormen Werken met bewegingsomlopen en circuits
Sociaal		In teamverband werken Uitvoeren van de instructies van de trainer

3.1.4. U15

Wedstrijden	Competitie Volley Vlaams-Brabant
Spelvormen	6-6 zonder specialisatie
Trainingen	2 trainingen per week van minstens 1,5 uur
Opleiding	Toepassen en automatiseren van basistechnieken in 6-6 situatie Inlopende setter Veldorganisatie
Techniek	Service Onderhands

		<p>Float uit stand</p> <p><u>Fase 1:</u> Initiatie jump float</p> <p><u>Fase 2:</u> Jump float verplicht na 2 scorende float services</p> <p>Initiatie topspin jump</p>
	Receptie	<p>Juiste uitgangshouding verplaatsingen</p> <p>Verschillende receptieopstellingen variërend in aantal spelers, afstand tegenover het net, verantwoordelijkheid van zone, W- en M-vorm</p> <p>Receptie op float en jump topspin</p> <p>Communicatie tussen receptiespelers</p>
	Set-up	<p><u>Fase 1:</u> 6-6 spelsysteem (6 aanvallers, 6 setters)</p> <p><u>Fase 1.1:</u> Set-up door speler op positie 3</p> <p><u>Fase 1.2:</u> Set-up door speler op positie 1 na inlopen</p> <p><u>Fase 2:</u> 6-2 spelsysteem (6 aanvallers, 2 vaste setters)</p> <p>Pasovername door speler op positie 5</p> <p>Nadruk op hoog en precies spelen</p> <p>Voorwaarts en rugwaarts</p> <p>Initiatie gesprongen set-up</p>
	Aanval	<p><u>Fase 1:</u> Aanvallen op 4, 3, 2</p> <p><u>Fase 2:</u> Aanvallen op 4, 3, 2 en 6 (achterspeler)</p> <p>Gesprongen aanval</p> <p><u>Fase 3:</u> Initiatie 1° T op 3</p> <p>Toolbox uitbreiden (drive-tip, korte/diepe tip, shot, pocky)</p> <p>Werken met slagrichtingen</p> <p>Foutenlast verkleinen</p> <p>Aanvalsdekking</p>
	Blok	<p><u>Fase 1:</u> Alle voorspelers blokken</p> <p><u>Fase 2:</u> Tweeblok op de hoeken</p> <p>Zijwaartse verplaatsingen door shuffle of side-cross-side</p>
	Verdediging	<p>Juiste uitgangshouding en -positie en verplaatsingen</p> <p>Communicatie (“ik”, “jij”, “out”)</p> <p>Bal voor zich nemen</p> <p>Juiste oriëntatie tegenover de aanvaller</p> <p>1° T → 3° T verdedigingsposities</p> <p>Verdedigen hoog in centrum</p> <p>Zweef- en schuifduik en schouderrol</p>
	Strategie	<p>Uitvoeren tactische aanwijzingen van coach</p> <p>Gerichte tactische service en aanval</p> <p>Aanpassen van receptie- en verdedigingsopstellingen op basis van tegenstrever</p>
	Cognitief	<p>Spelverloop van een 6-6 wedstrijd</p> <p>Lezen van het spel van de tegenstrever</p> <p>Spelorganisatie</p> <p>Analysen van het spel op seniorniveau</p> <p>Kritisch leren denken over de sport</p>
	Fysiek	<p>Kracht, Lenigheid, Uithouding, Snelheid, Coördinatie en Evenwicht</p> <p>Algemene bewegingsvormen</p> <p>Begrippen voor, achter, kort, diep, links, rechts, laag, hoog</p> <p>Snelheid en behendigheid in verschillende vormen</p> <p>Werken met bewegingsomlopen en circuits</p> <p>Start preventie en stabilisatie</p> <p>Initiatie gerichte (sprong)krachttrainingen</p>
	Sociaal	<p>In teamverband werken</p>

	Uitvoeren van de instructies van de trainer
--	---

3.1.5. U17

Wedstrijden		Competitie Volley Vlaams-Brabant
Spelvormen		6-6 met specialisatie
Trainingen		2 trainingen per week van minstens 1,5 uur
Opleiding		Automatiseren en ontwikkelen eigen stijl van technieken Tactische keuzes maken
Techniek	Service	Iedere speler beheerst een wedstrijdopslag (meeste zekerheid) Gerichte services
	Receptie	Juiste uitgangshouding verplaatsingen Verschillende receptieoptellingen variërend in aantal spelers, afstand tegenover het net, verantwoordelijkheid van zone Receptie op float en jump topspin Floatservices zoveel mogelijk bovenhands pakken Communicatie tussen receptiespelers Invoeren van de libero
	Set-up	<u>Fase 1:</u> 6-2 spelsysteem (6 aanvallers, 2 vaste setters) <u>Fase 2:</u> 5-1 spelsysteem (6 aanvallers, 1 vaste setter) Pasovername door libero of speler op positie 3 Gesprongen set-up Tweedehands spelen Nadruk op hoog en precies spelen Nadruk op spelen met spreiding Initiatie variëren met snelheid op de hoeken Gebruik van handsignalen voor aanvallers Variatie in 1° T: kort voor, kort achter, steek (shoot), steek achter (fly) Initiatie combinatiespel
	Aanval	Initiatie snelle aanval hoeken Variatie in middenaanval Aanvallende achterspelers op 6 en 1 Toolbox gebruiken (drive-tip, korte/diepe tip, shot, pocky) Werken met slagrichtingen Gebruiken van poweraanval Foutenlast verkleinen Aanvalsdkking Gebruiken van handsignalen voor setter
	Blok	Tweeblok op alle aanvallers (assist op midden) Communicatie lijn open of gesloten door handsignalen Bal blokken Diagonaal- of lijnblok Side-cross-side verplaatsingen Read-and-react blok Assist blok Commit blok
	Verdediging	Juiste uitgangshouding en -positie en verplaatsingen Communicatie ("ik", "jij", "out") Bal voor zich nemen Juiste oriëntatie tegenover de aanvaller

		1 ^e T → 3 ^e T verdedigingsposities Invoeren van de libero
Strategie		Uitvoeren tactische aanwijzingen van coach Gerichte tactische service en aanval Aanpassen van receptie- en verdedigingsopstellingen op basis van tegenstrever
Cognitief		Lezen van het spel van de tegenstrever Spelorganisatie Analyseren van het spel op seniorniveau Kritisch leren denken over de oefenstof en tactiek
Fysiek		Conditie-, stabilisatie- en uithoudingstraining eventueel aangevuld met initiatie krachttraining
Sociaal		In teamverband werken Actief bijdragen tot het vormen van een spelsysteem en oefenstof De aangestelde kapitein leert het team dragen

3.1.6. U19

Wedstrijden		Competitie Volley Vlaams-Brabant
Spelvormen		6-6 met specialisatie
Trainingen		2 trainingen per week van minstens 1,5 uur
Opleiding		Automatiseren en ontwikkelen eigen stijl van technieken Tactische keuzes maken
Techniek	Service	Iedere speler beheerst een wedstrijdopslag (meeste zekerheid) Gerichte services
	Receptie	Receptie met 2/3, assistentie korte ballen Minimale foutenlast, maximale efficiëntie
	Set-up	5-1 systeem Nadruk op snel spelen met hoge precisie Zorgen voor spreiding en overload Combinatiespel
	Aanval	Aanvallen op versnelde set-up Toolbox gebruiken (drive-tip, korte/diepe tip, shot, pocky) Gebruiken van poweraanval Lage foutenlast
	Blok	Tweeblok op alle aanvallers (assist op midden) Communicatie lijn open of gesloten door handsignalen Diagonaal- of lijnblok Side-cross-side verplaatsingen per twee Read-and-react blok Assist blok Commit blok
	Verdediging	Juiste uitgangshouding en -positie en verplaatsingen Communicatie (“ik”, “jij”, “out”) Bal voor zich nemen Juiste oriëntatie tegenover de aanvaller 1 ^e T → 3 ^e T verdedigingsposities Invoeren van de libero
Strategie		Uitvoeren tactische aanwijzingen van coach Gerichte tactische service en aanval

	Aanpassen van receptie- en verdedigingsopstellingen op basis van tegenstrever
Cognitief	Lezen van het spel van de tegenstrever Spelorganisatie Analyseren van het spel op seniorniveau Kritisch leren denken over de oefenstof en tactiek
Fysiek	Conditie-, stabilisatie- en uithoudingstraining eventueel aangevuld met initiatie krachttraining
Sociaal	In teamverband werken Actief bijdragen tot het vormen van een spelsysteem en oefenstof De aangestelde kapitein draagt het team

3.2. DUIDING BIJ COMPETITIES

3.2.1. COMPETITIEWEDSTRIJDEN

Bij jeugd ploegen geldt volgende afspraak: iedereen speelt evenveel, tenzij er een reden is waardoor een speler niet kan/mag spelen, zoals bij blessure, ongepast gedrag en lage aanwezigheid op training. De laatste twee sets (bij een jeugd wedstrijd van vijf sets) worden gespeeld om te winnen met de beste ploeg die op dat moment kan worden opgesteld.

De coaching bij jeugd wedstrijden tijdens de competitie is opleidingsgericht. Er zullen door de coach keuzes worden gemaakt die de opleiding van de spelers ten goede komt. Illustratie met volgend voorbeeld: indien de wedstrijd bal de derde service in de reeks van een kind is, zal een vooraf gemaakte afspraak als 'derde bal wordt bovenhands geserveerd' ook in dit geval blijven gelden.

Op competitiewedstrijden bij senioren geldt dat de sterkste ploeg steeds speelt tijdens de hoofdwedstrijd. Er wordt immers gestreden voor het kampioenschap. In de voorwedstrijden krijgen de reservespelers hun kans om te spelen. Tijdens de hoofdwedstrijd zijn alle (reserve)spelers steeds ter beschikking van de basisploeg om in te vallen. De coach maakt de beslissing welke spelers behoren tot de basisploeg. Dit doet hij door te kijken naar het technische niveau, het spelinzicht, de attitude, de aanwezigheden en de individuele sterktes van de spelers. Trainers en clubbestuurders zullen geen overeenkomsten met spelers afsluiten waardoor deze steeds als basisspelers zullen worden opgesteld.

VCW voorziet speciaal ontworpen scoutingsbladen. Het belang aan cijfers groeit meer en meer in het volleybal. Om tijdens de wedstrijd een scouting van eigen ploeg te maken, kan een assistent-coach of een speler dit eenvoudig doen. Het is echter niet de bedoeling dat hiervoor een speler wordt opgeofferd, maar is wel een manier om de speler meer naar het spel te leren kijken. Digitaal scouten wordt door VCW niet ondersteund.

3.2.2. BEKERWEDSTRIJDEN

Een bekerwedstrijd wordt steeds gespeeld door de sterkste ploeg binnen de leeftijdscategorie. De selectie van spelers wordt gevormd door de trainers van de ploegen uit die categorie en de sportieve cel. Bekertrainingen kunnen met zo'n wedstrijd in het vooruitzicht, in plaats van of bijkomend aan reguliere trainingen georganiseerd worden. Hierbij zal, indien niet anders aangegeven, enkel de bekerselectie aanwezig zijn. De coaching is gericht op overwinning. Tijdens elke wedstrijd houdt een assistent een scouting bij van de eigen ploeg. Hierdoor kunnen spelers aan de hand van cijfers hun wedstrijd beoordelen.

Het al dan niet inschrijven van een bepaalde lichter voor de bekercompetitie hangt af van het niveau van de spelers. Wanneer het niveau te laag is om volledig op competitie gerichte wedstrijden te spelen, wordt een lichter niet ingeschreven.



3.2.3. ANDERE COMPETITIES

VCW neemt tot op heden niet deel aan de Jeugd Champions League of andere (buitenlandse) competities.

3.3. FYSIEKE DOELSTELLINGEN

De fysieke doelstellingen zijn er ter ondersteuning van de motoriek van het kind. De motorische vorming van het kind krijgt al vroeg in de opleiding aandacht. Alle aspecten van het KLUSCE en BESS model komen aan bod in de oefenstof die op training wordt aangeboden.

Belangrijke technische facetten voor een volleyballer zijn snelheid in beweging, explosiviteit, sprongkracht en behendigheid. Vanaf U15 komen deze tijdens de warm-up en tijdens de training voldoende aan bod. Vanaf deze leeftijd speelt ook blessurepreventie een grote rol, aangezien het lichaam in volle groei is. Vooral romp-, enkel-, knie- en schouderstabiliteit komen op training aan bod.

Trainers implementeren deze doelstellingen door oefenstof waarbij zoveel als mogelijk een bal wordt gebruikt. Wanneer spelers dit wensen, kunnen zij info bekomen over extra stabiliteit en krachtoefeningen die ze in een naburige fitnesszaal kunnen uitvoeren. Daarnaast heeft VCW contact met enkele topkinesitherapeuten. Hun gegevens kunnen aan een lid van de sportieve cel gevraagd worden.

3.4. MENTALE DOELSTELLINGEN

Zoals bij elke sport leren de spelers een sportmentaliteit aannemen. Zo leren ze winnen, maar ook verliezen. Sporten is eerst en vooral amusement, maar toch vraagt de trainer om inzet en motivatie. Inzet om voor elke bal te gaan en de oefeningen zo goed mogelijk uit te voeren. Motivatie om te groeien in het spel en een zo hoog mogelijk niveau te halen. Dit zowel op individueel als op collectief vlak. Volleybal is een teamsport en dus moeten teamspelers elkaar volledig steunen. Zeker bij faalangst is steun onmisbaar.

Communicatie vormt hier ook een belangrijk aspect. Dit niet alleen op sportief vlak, zoals bij het afspreken van een bepaalde aanvalset-up of blokzone, maar ook op menselijk vlak. Hoewel de sporthal een plek is waar de speler zich even kan afsluiten en zich volop op het volleybal kan storten, neemt hij soms externe zaken mee naar binnen. Het trainerskorps en de sportieve cel van VCW bieden een luisterend oor voor elk lid van de club.

VCW heeft geen speciaal aangewezen mental coaches. Wanneer de trainer het nodig acht, kan hij wel samen met de spelers samenzitten om bepaalde zaken te bespreken aangaande motivatie, teamspirit,... Dit gebeurt bij voorkeur buiten de trainingsuren, tenzij de noodzaak hoog is.

Mens sana in corpore sano, een gezonde geest in een gezond lichaam, is ook een basisprincipe waar VCW zich aan wilt houden.

3.5. DUBBELENDE SPELERS

Zoals eerder werd geschreven:

Jeugdspelers kunnen de mogelijkheid krijgen af en toe te dubbelen bij een seniorenploeg. Bij het indelen van de ploegen kan niet van uitgegaan worden dat een speler zal dubbelen, enkel na evaluatie van prestatie tijdens het seizoen (bv ronde 2). Dit enkel wanneer op de trainersvergadering een akkoord wordt gegeven. De spelers kunnen hier uit leren. Belangrijk is dat de spelers onthouden dat de jeugd ploeg steeds als primair gezien wordt en bijgevolg steeds voorrang krijgt op de seniorploeg.

Volgende zaken worden verduidelijkt:

1. De jeugd ploeg is je primaire ploeg. Alle wedstrijden en trainingen van de jeugd ploeg krijgen bijgevolg steeds voorrang op die van de seniorploeg.

bijvoorbeeld: speler X traint tweemaal met jeugd, éénmaal met senioren en speelt op zaterdagmiddag met de jeugd en 's avonds met de senioren wedstrijd. X zal de jeugdtrainingen niet mogen afzeggen met een reden die het gevolg is van het dubbelen bij de senioren. X zal op zaterdag eerst voluit meespelen met de jeugd en 's avonds met de senioren.

2. Doorheen het seizoen kan een jeugd speler niet doorschuiven naar de seniorploeg, tenzij in zeer uitzonderlijke gevallen, waarbij de sportieve cel hier duidelijk zal over communiceren. Doorschuiven wordt gedefinieerd als tot een andere ploeg gerekend worden die primair zal worden beschouwd.

3. Een dubbelspeler is niet per definitie een reservespeler. De speler maakt gewoon deel uit van het team zoals elke andere speler. Of de speler in kwestie al dan niet mag starten in de hoofdwedstrijd is een beslissing van de coach.

4. Pas bij een akkoord van de trainer van de jeugd ploeg, de trainer van de seniorploeg en de sportieve cel wordt de aanvraag van een speler om mee te trainen en/of mee wedstrijd te spelen goedgekeurd.

a. De speler zit ten minste op het technische niveau van zijn jeugd ploeg, zoals beschreven staat in de sportieve lijn.

b. De speler heeft een goede attitude op de training van de jeugd ploeg, een aanwezigheid van minstens 85% en is sterk gemotiveerd.

c. Op de training van de seniorploeg geeft de speler zich voor de volle 100%.

In het seizoen 2019-2020 zijn volgende dubbelen jeugdspelers opgenomen in de ploegindeling:

Kasper Cok	leeftijd U17	primaire ploeg H2	traint mee met H1
------------	--------------	-------------------	-------------------

Zoë Verspecht	leeftijd U17	primaire ploeg D3	speelt mee met D1
U17M			spelen mee met D4

Deze zaken kunnen doorheen de loop van het seizoen herbekeken worden.

4. SPORTIEVE ORGANISATIE



De taak van de sportieve cel bestaat erin om de volleybalopleiding te organiseren en aan te bieden aan iedereen die met plezier en geëngageerd wil sporten. Hierbij wordt rekening gehouden met de doelstellingen en eindtermen van het leerplan volleybal.

4.1. COÖRDINATIE JEUGD (ONDERBOUW EN BOVENBOUW)

De jeugdcoördinatoren staan in voor het maken van het sportieve plan en zorgen voor de indeling van de ploegen, in samenspraak met de trainers. Zij zorgen voor de dagelijkse leiding van het jeugdgebeuren in de club: coördineren het verloop van de jeugdcompetitie, samen met de kalenderverantwoordelijke. Ze behouden een overzicht van het niveau van elke speler en het niveau van elke ploeg.

Ze bewaken de kwaliteit van de trainingen en bieden tools aan om deze steeds op een hoog niveau te houden. Dit door het organiseren van het zomerkamp, stages, clinic,... samen met een horde gewaardeerde vrijwilligers.

Ze staan in voor de duidelijke communicatie naar ouders, spelers en trainers.

Wanneer trainer-coaches niet in staat zijn hun wedstrijd te coachen of hun training te geven, zoeken ze naar vervanging. De jeugdcoördinatoren worden hiervan op de hoogte gesteld.

De U9 en U11 vormen de basis van onze jeugdwerking. Regelmatige rekrutering is dus noodzakelijk. Dit gebeurt onder andere door de nodige flyers te verspreiden binnen de basisscholen in de gemeente. Daarnaast worden er vrije trainingen georganiseerd, zodat iedereen kan kennismaken met het volleybal in het algemeen en met VC Wolvertem in het

bijzonder. In de maand mei is het traditioneel 'vriendjes-maand', waarbij elke U9 en U11 klasgenootjes, vriendjes of vriendinnetjes mag meebrengen naar de training.

4.2. COÖRDINATIE SENIOREN (ONDERBOUW EN BOVENBOUW)

De taken komen grotendeels overeen met de taken van de jeugdcoördinatoren. Jeugd die speelt bij seniorenploegen, vallen ook onder de verantwoordelijkheid van de jeugdcoördinator.

4.3. START2VOLLEY COÖRDINATIE

Deze coördinator zorgt ervoor dat er steeds massaal ingeschreven kan worden op de U9 en U11 tornooien van Volley Vlaams-Brabant en staat zo garant voor onze gouden medailles.

4.4. TRAINERS / COACHES

Zij zijn de sportieve bazen van hun ploeg en wonen, in de mate van het mogelijke, alle trainersvergaderingen bij. Zij zijn de eerstelijnsverantwoordelijken en zien er op toe dat de gedragscode door de spelers gerespecteerd wordt. De trainer bereidt zijn trainingen voor en geeft deze op een pedagogisch verantwoorde manier. Alles wat de trainer doet, moet steeds met onze visie en sportieve lijn in het achterhoofd gebeuren.

De trainer geeft voldoende aandacht aan blessurepreventie bij de spelers. Samen met de fysiek-coördinator wordt per ploeg een werkplan opgesteld.

VC Wolvertem heeft gediplomeerde en ervaren trainers. Elk van hen dient aan minstens twee clinics per seizoen deel te nemen.

Hij is verantwoordelijk voor het vlotte verloop van de wedstrijd door het bijhouden van aanwezigheden, het regelen van het vervoer, het controleren van de uitrustingen en het beheer van de ploegmap. Dit samen met de ploegverantwoordelijke(n).

Het overleg tussen trainers en coördinatoren gebeurt tijdens regelmatige trainersvergaderingen. Deze vergadering wordt georganiseerd op verschillende momenten, zoals bij het afsluiten van de eerste reeks en heenronde, het evalueren van de ploegen, de ploegindelingen en dergelijke sportieve en organisatorische zaken.

4.5. TRAINERSASSISTENTEN

Zij staan de trainer bij tijdens de training om de kinderen extra te begeleiden. Zij zijn doorgaans de trainers van de toekomst.

4.6. PLOEGVERANTWOORDELIJKEN (PV'S)

Een PV is een bereidwillige ouder die instaat voor de begeleiding van één jeugd ploeg op niet-sportief vlak. Hij houdt de ploegmap tijdens het seizoen bij en volgt eventuele wijzigingen op. Hij helpt ook met de organisatie van het vervoer naar de uitwedstrijden en waakt erover dat toch wel iedereen eens de uitrustingen wast.

Bij thuiswedstrijden staan de PV's in voor het markeren en het in goede banen leiden van de wedstrijd.

Niet te onderschatten, die ploegverantwoordelijken! Ze staan de trainer geheel vrijwillig bij en zijn als het ware de eerste tussenpersoon tussen de ouders en de sportieve staf / het bestuur.

Ze helpen ook bij de verspreiding en opvolging van post zoals de kaarten van het eefestijn of de fuif.

4.7. MARKEERDERS

Tijdens jeugdwedstrijden vullen de PV's het wedstrijdblad in. Bij seniorenwedstrijden en bekerwedstrijden vanaf U17, verandert het blad echter van formaat, waardoor ook de werkwijze verandert. Elk jaar organiseert Volley Vlaanderen een markeerderscursus waarop ze de kneepjes van het vak aanleren aan nieuwe markeerders.

Er wordt telkens in het begin van het seizoen door een officiële scheidsrechter/markeerder een spoedcursus markeren gegeven binnen onze club. Alle PV's en trainers worden verwacht.

4.8. JEUGDSCHIEDSRECHTERS

Alle seniors en oudere jeugd fluiten minstens 2 maal per jaar een jeugdwedstrijd. Deze belangrijke taak kunnen we enkel toekennen aan spelers die het wedstrijdreglement voldoende kennen. Daarom wordt er in het begin van het seizoen telkens een clinic binnen onze club georganiseerd, waar een officiële scheidsrechter de basics van het vak toelicht en per spelniveau de belangrijkste regels meegeeft.

Voor de jeugd is het ook belangrijk dat ze tijdens hun opleiding leren spelen met verschillende scheidsrechters. Tijdens de seniorenwedstrijden komen er ook telkens andere arbiters fluiten. Per ronde wordt op voorhand planning gemaakt door de scheidsrechter verantwoordelijke. Scheidsrechters die niet kunnen, dienen zelf voor vervanging te zorgen.

4.9. OFFICIËLE SCHEIDSRECHTERS

Elke club hoort een aantal gediplomeerde scheidsrechters te hebben. Na het voltooien van enkele lessen en het slagen voor een examen zullen de scheidsrechters uitgenodigd worden om binnen Vlaams-Brabant seniorenwedstrijden te arbitreran. Per wedstrijd worden onkosten vergoed.

4.10. BEKERVERANWOORDELIJKE

Elk jaar wordt in mei en juni de bekercompetitie vorm gegeven. Het aantal ingeschreven ploegen per categorie en het opvolgen van de resultaten van de ploegen gebeurt door de bekeerverantwoordelijke. In samenspraak met de trainers vormt de verantwoordelijke de bekerploegen en hun staff. Het inplannen van (extra) trainingen en wedstrijden gebeurt in samenspraak met de kalenderverantwoordelijke en de trainers.

4.11. COÖRDINATIE BEACHVOLLEYBAL

Het beachvolleybalproject Wolvertem Beach wordt gecoördineerd door een team van vrijwilligers. Het toernooi en de trainingen (Academy).

5. BEACHVOLLEYBAL

5.1 WOLVERTEM BEACH ACADEMY

Volleybal kan ook buiten de zaal worden gespeeld. Om die reden organiseert VC Wolvertem in de lentemaanden mei en juni de Wolvertem Beach Academy.

In ongeveer vijf beachvolleybaltrainingen (afhankelijk van het weer en de sportaccommodatie) leren spelers, onderverdeeld in duo's, de regels en technieken van het beachvolleybal. Deze trainingen worden na afloop van het zaalseizoen georganiseerd. Op verschillende toernooien, onder andere het eigen BeachBrabant toernooi in Wolvertem, kunnen spelers de opgedane kennis gebruiken.

Beachvolleybal groeit in België en VCW wilt mee op die kar springen. De volledige gestructureerde aanpak wordt beschreven in de Wolvertem Beach sportieve lijn 2020. Deze is beschikbaar vanaf april 2020.



5.2 WOLVERTEM BEACH TORNOOI

In samenwerking met Beachvolley Vlaams-Brabant organiseert VCW een manche van het provinciale kampioenschap beachvolleybal. Hierop kunnen zowel jeugd- als seniorenduo's zich inschrijven. Op ons toernooi wordt ook een Start2Beach sessie gegeven door de Beach Brabant trainers. Meer info hierover volgt via de website www.wolvertembeach.be.

6. BIJKOMENDE VOLLEYBALINITATIEVEN

6.1. VOLLEYBALKAMP

Iedere zomer op het einde van augustus, trekt de jeugd van 8 tot en met 18 jaar naar een locatie in België waar een week lang wordt getraind. De jeugd ploegen krijgen training van alle VCW-trainers die op kamp meegaan. Zij volgen een aangepast sportief plan, zodat de ploegen op verschillende aspecten trainen.

Naast het sporten zijn er tal van andere activiteiten voorzien door de animatrices. Deze kampen zijn enkel voor VCW-leden en worden gezien als voorbereiding op het nieuwe seizoen. Dit succesproduct bestaat al meer dan 15 jaar. Het is een unieke manier om alle medespelers in de club te leren kennen.

Meer informatie is terug te vinden bij organisatrice Erika Deprez.



6.2. KERSTSTAGE

In de kerstvakantie wordt een stage georganiseerd die openstaat voor alle spelers, ook uit andere clubs. Gedurende twee dagen geven trainers speltrainingen waarbij op een leuke manier technieken worden aangeleerd.

6.3. GEMEENTELIJK 1 MEI TORNOOI

Elk jaar is VC Wolvertem medeorganisator van het 1-mei volleybaltornooi in de gemeente Meise. Alle soorten ploegen, liefst recreatief niveau, mogen zich inschrijven voor een dagje volleybalplezier.

6.4. VOLLEY@SCHOOL

Het Volley@School project brengt volleybal tot in de lagere scholen. De schoolkinderen krijgen een korte training, verzorgd door VCW-trainers, tijdens de LO-lessen. Enkele basisbeginselen van de sport komen aan bod tijdens deze ontdekking: toetsen, onderarms spelen en slaan.

Voor de derde graad van de lagere scholen uit de buurt wordt ook een Smashvolley tornooi georganiseerd, waarop de kinderen het tegen elkaar opnemen. Dit tornooi vindt plaats na de Volley@School initiaties, in de maand juni.

