

Technisch Beleidsplan 2025-2030

De jeugd heeft de toekomst



K.V. Mid Fryslân/ReduRisk

Inhoudsopgave

Inleiding.....	4
1. Uitgangspunten	5
2. Selectiebeleid	7
2.1. Selectie en overige senioren.....	7
2.2. Jeugd.....	7
3. Trainersbeleid	8
4. Scoutingbeleid.....	9
5. Doelstellingen	9
5.1. Wedstrijd (of top) - en breedtekorfbal.....	9
5.2. Doelstellingen korte en lange termijn.....	10
6. Overzicht opleidingsplan	11
6.1. Speelstijl.....	11
6.2. Technische en tactische doelstellingen.....	11
6.3. Ontwikkeling van spelers	12
6.4. Basistechnieken	12
6.5. Trainingsopbouw en oefenstof.....	13
6.5.1. Voorwaarden oefeningen	14
6.6. Kracht en stabiliteitstraining en individuele trainingen	14
6.7. Breed motorisch leren.....	15
6.8. Voorwaarden trainers en coaches	16
6.8.1. Coachgedrag	17
7. Organisatie.....	18
7.1. Vertegenwoordiger bestuur.....	18
7.2. Technische Commissie	18

7.3.	<i>Jeugdcommissie</i>	18
7.4.	<i>Scoutingcommissie</i>	19
8.	Overige voorwaarden	20
8.1.	<i>Activiteiten naast korfbal</i>	20
8.2.	<i>Ouders</i>	20
8.3.	<i>Ledenwerving en –behoud</i>	20
8.4.	<i>Vrijwilligerswerving- en behoud</i>	20
8.5.	<i>Financiën</i>	21
8.6.	<i>Wisselbeleid en reservebeleid</i>	21
8.7.	<i>Accommodatiebeleid</i>	22
9.	Tot slot	22

Inleiding

De eerste versie van het Technisch Beleidsplan van K.V. Mid-Fryslân/ReduRisk, hierna verder genoemd als K.V. Mid-Fryslân, werd opgesteld op het moment dat de vereniging een aantal jaren onderweg was onder de vlag van K.V. Mid-Fryslân. Er bestond op dat moment behoefte aan meer structuur in de organisatie tussen en binnen de verschillende dorpen Grou, Reduzum, Akkrum en Warten.

Destijds is men erin geslaagd een plan te maken op basis van duidelijke, herkenbare, aanvaardbare en uitvoerbare afspraken. Het plan bood houvast voor waar we als vereniging korfbaltechnisch voor stonden en daarbij een basis voor evaluatie van de prestaties. Het plan werd ook geschreven om te dienen als het vertrekpunt om mensen op te roepen en samen met hen op een uniforme en herkenbare manier van onze (jeugd)leden betere korfballers te maken.

In 2024 herschrijven wij het beleidsplan. Geografisch is de vereniging gegroeid. De jeugdafdeling van Akkrum is geïntegreerd in de vereniging en dit werpt zijn vruchten af.

De afgelopen jaren is er door middel van het traject K.V. Mid-Fryslân 2.0 gekeken naar het herijken van de visie van K.V. Mid-Fryslân. In bijeenkomsten, gesprekken en interactieve avonden is gekeken wat er leeft bij onze leden, waar staan we nu, wat willen we als vereniging en wat zijn onze ambities. De uitkomsten hiervan op technisch beleid zijn in overleg met de verschillende commissies binnen K.V. Mid-Fryslân verwerkt in dit Technisch Beleidsplan.

Dit Technisch Beleidsplan heeft tot doel de visie, structuur en organisatie van de vereniging te borgen. Het geeft richting aan de weg die wij als vereniging willen belopen. Hierin geeft het houvast aan onze trainers en coaches wat de verwachtingen zijn en doelstellingen zijn van K.V. Mid-Fryslân. Nadat dit beleidsplan is vastgesteld zal een implementatieplan worden opgesteld. Daarin in zal per jaar worden aangegeven welke ambities wanneer worden opgepakt, zodat aan het eind van de beleidstermijn de ambities ook zoveel mogelijk gerealiseerd zijn.

In september 2025 zal competitie 2.0 door het KNKV ingevoerd worden. In dit plan zijn daarom alvast de nieuwe benamingen voor de betreffende leeftijdscategorieën geformuleerd. De A1 wordt U19-1, B1 wordt U17-1 en C1 wordt U15-1. Mocht een 2^{de} team ook wedstrijdkorfbal spelen, dan wordt dit in de betreffende leeftijdscategorie het 2^{de} team. Ook de leeftijdscategorieën A, B, C, D, E en F-jeugd worden nu als U19, U17, U15, U12, U10 en U8 geformuleerd. De D-jeugd speelt vanaf september 2025 geen wedstrijdkorfbal meer.

Dit plan is opgesteld voor en door K.V. Mid-Fryslân. Niets van dit beleidsplan mag zonder schriftelijke toestemming van het Algemeen Bestuur van K.V. Mid-Fryslân worden vermenigvuldigd dan wel gebruikt.

1. Uitgangspunten

Bij het samengaan van de verschillende verenigingen zijn er, om een basis voor K.V. Mid-Fryslân te leggen, een aantal afspraken vastgelegd. Deze blijven in beginsel overeind in de fase waarin de vereniging groeit. Onderstaande uitgangspunten zijn bepalend voor de inhoud van het technisch plan.

Kernwaarden (Wie zijn wij?)

Prestatie	<i>Samen werken aan gezamenlijke mooie prestaties. Binnen de vereniging is plaats voor het beoefenen en bevorderen van topkorfbal, wedstrijdkorfbal en breedtekorfbal. We streven naar ontwikkeling bij al onze spelers en speelsters.</i>
Ontwikkeling	<i>Begeleiding en opleiding met als doel resultaten (technische ontwikkeling), sociale ontwikkeling, duurzaam, initiatiefrijk, vitaal (sociaal/sportief), kwaliteit, kwantiteit.</i>
Verbondenheid	<i>Korfbal is een verbindende factor, samen zijn, positieve sfeer, vrijwillig, bereidheid, nevenactiviteiten, betrokkenheid, eenzelfde doel binnen de club, verbondenheid, maatschappelijke betrokkenheid, open communicatie, eenheid. Iedereen is welkom, aandacht en plek voor iedereen.</i>
Gezelligheid	<i>Succesbeleving, sportbeleving, korfbalbeleving, spelplezier, positiviteit, samenzijn, activiteiten op sportief- en sociaal vlak, waardering.</i>

Eind 2024 heeft de huidige selectie geprobeerd in 7 woorden uit te leggen wat het spelen in de selectie van K.V. Mid-Fryslân betekent. Hiervoor hebben ze hun 'neilittenskip' opgesteld. De erfenis die ze met trots uitdragen en doorgeven. Waar klein groot in kan zijn.

Mei-inoar	<i>Met elkaar</i>
Wille	<i>Plezier</i>
Frysk	<i>Fries</i>
Grutsk	<i>Trots</i>
Prestaasje	<i>Prestatie</i>
Belutsen	<i>Betrokken</i>
Wrotte	<i>Wroeten</i>

Missie

K.V. Mid-Fryslân heeft als doel het beoefenen en bevorderen van topkorfbal in Midden-Friesland, met nadruk op langdurige inzet en prestaties op hoofdklasse niveau of hoger. Tegelijkertijd is er ruimte voor wedstrijd- en breedtekorfbal, waar plezier en toegankelijkheid centraal staat.

Visie

K.V. Mid-Fryslân wil korfbal dichtbij huis in de 4 dorpen aanbieden en streeft naar topkorfbal tegen de top van Nederland aan, met een sterke nadruk op jeugdopleiding als fundament.

Strategie (hoe gaan we dit doen?)

Kinderen en volwassenen willen bij K.V. Mid-Fryslân komen korfballen. Het is een familievereniging. Iedereen is welkom!
Door de uitvoering van het technisch beleidsplan geven we de jeugd een goede basis en de talenten de kans om zich verder te ontwikkelen.
Is een korfbalvereniging die binnen de structuur van vier dorpen korfbal dicht bij huis aanbiedt in de vorm van wedstrijd- en breedtesport.
K.V. Mid-Fryslân zet de jeugdontwikkeling op één! Wie de jeugd heeft, heeft de toekomst. Daarom bieden wij als K.V. Mid-Fryslân alle jeugd een plek waar iedereen zich thuis voelt. Wij zetten in op spelvreugde en ontwikkeling van onze jeugdleden.
Binnen de selectie van K.V. Mid-Fryslân is sprake van herkenbaarheid en continuïteit. De jeugdopleiding vormt het fundament hiervoor. De jeugdopleiding is nagenoeg 100 procent vanuit eigen vereniging. In U19-1 is het streven om wanneer nodig minimaal 80 procent uit eigen jeugd te halen. Voor het eerste en tweede seniorenteam (hierna 'de selectie') is het streven om wanneer nodig minimaal 60 procent vanuit de eigen jeugd te halen.
K.V. Mid-Fryslân wil met haar eerste team minimaal tot de top van Fryslân horen. K.V. Mid-Fryslân 1 streeft er in de zaal naar uit te komen in de Korfballeague 2. De ondergrens is hoofdklasse. Op het veld wordt gestreefd naar de Ereklasse. De ondergrens is ook hier hoofdklasse. Ons streven is dat onze wedstrijdteams U19-1, U17-1 en U15-1 zich met de korfbaltop in het noorden meten.
Het behoudt van topkorfbal in de regio Midden-Friesland is essentieel om de korfbalsport en de vereniging aantrekkelijk te houden voor haar belanghebbenden zoals (jeugd)leden, ouders, supporters en sponsors. K.V. Mid-Fryslân moet daarom als topvereniging worden herkend en erkend zodat deze belanghebbenden er langdurig plezier en vertrouwen uit kunnen halen.

Randvoorwaarden (wat zijn de afspraken waar we rekening mee moeten houden?)

- Het bestuur van K.V. Mid-Fryslân is leidend richting de aangesloten dorpen. Behoud van korfbal in de aangesloten dorpen is vereist.

2. Selectiebeleid

De Technische Commissie (TC) voert de regie op het gehele selectie- en indelingsbeleid van het topkorfbal, wedstrijdkorfbal en breedtekorfbal van de senioren en de U19-1 en bewaakt het proces en de beslissingen. De JC voert regie op het gehele selectie- en indelingsbeleid van de andere U19 teams, U17, U15, U12, U10 en U8. Voor U17-1 en U15-1 wordt de selectieprocedure gevolgd. Per jaar wordt bekeken of er ook een U19-2, U17-2 en/of U15-2 wordt gevormd. Wanneer er een talentvolle lichting bij de U12 is kan er ook voor gekozen worden om deze spelers samen in een team te zetten. Hiervoor wordt niet een selectieprocedure gevolgd. Wanneer spelers net afvallen voor het selectieteam zal er gekeken worden hoe deze spelers aansluiting blijven houden bij de top- en wedstrijdkorfbalteams.

2.1. Selectie en overige senioren

Aan het einde van een seizoen, medio mei/juni, worden de voorlopige teams samengesteld en bekend gemaakt aan de spelende leden. Bij de selectie staan kwaliteit, functionaliteit, inzet en mentaliteit voorop. Aan het begin van het seizoen of tijdens het seizoen kan er nog een selectieprocedure plaatsvinden bij de seniorenselectie.

De hoofdtrainer/coach en assistent-trainer/coach hebben een definitieve stem in een te nemen eindbeslissing voor wat betreft de samenstelling van het eerste en tweede team bij de senioren. Bij selectieteams wordt er verplicht minimaal 2x per week getraind. In de selectieteams zal bij gelijke geschiktheid de voorkeur worden gegeven aan die spelers die korfbal op de eerste plaats zetten qua sportbeoefening dan wel nevenactiviteiten.

Voor wedstrijd- en breedtekorfbal bij de senioren moet minimaal 1x, en bij voorkeur minimaal 2x per week worden getraind. Het opleidingsteam (het derde) traint 2x per week. Wanneer nodig zal bij het derde ook een selectieprocedure plaatsvinden. De criteria voor selectie van de overige senioren wordt voorafgaand aan het nieuwe seizoen door de TC, trainers, coaches en teammanagers vastgesteld.

Wanneer spelers afvallen voor een bepaald team worden ze hier in een persoonlijk gesprek over op de hoogte gebracht. Het besluit om spelers op te nemen of af te laten vallen voor een team wordt niet door 1 persoon genomen. Dit is in overleg met verschillende trainers/coaches en andere personen met korfbaltechnisch inzicht.

2.2. Jeugd

De technische commissie deelt de U19-1 in en de Jeugdcommissie deelt de andere jeugdteams in. Bij de indeling van de topkorfbalteams en wedstrijdkorfbalteams zal worden geselecteerd op het beheersen van de basisfuncties (schieten, vangen, werpen) en het (jeugdige) spelinzicht en inzet en mentaliteit

Bij de selectie van de jeugd wordt de selectieprocedure gevolgd. De selectie doet de TC en JC in overleg met trainers en coaches. Dezelfde TC en JC neemt bij een blijvend verschil van mening de beslissing. Het bestuur is eindverantwoordelijk en krijgt een (zwaarwegend) advies vanuit de TC en JC.

Bij de topkorfbalteams en wedstrijdkorfbalteams wordt er verplicht 2x per week getraind. In de topkorfbalteams en wedstrijdkorfbalteams zal bij gelijke geschiktheid de voorkeur worden gegeven aan die spelers die korfbal op de eerste plaats zetten qua sportbeoefening dan wel nevenactiviteiten. De jongste jeugd (U10 en U8) traint 1x per week. De jeugdteams vanaf U12 van K.V. Mid-Fryslân trainen 2x per week. Wanneer er een talentvolle lichting bij de U12 is kan er ook voor gekozen worden om deze spelers samen

in een team te zetten. Hiervoor wordt niet een selectieprocedure gevolgd. Bij de overige teams zal mede worden gekeken naar het niveau waarop wordt gespeeld, de dorpen, sociale contacten en naar de interesse van de spelers en speelsters. Bij voorkeur wordt 1 centrale training gegeven per leeftijdscategorie.

3. Trainersbeleid

Bovenaan het lijstje van plezier in de sport staat: leuke trainingen. De trainingen zijn dus ontzettend belangrijk voor het ledenbehoud en de ontwikkeling van onze leden. Daarbij zorgen goede trainers, over de hele linie, van kangoeroes tot selectie, ervoor dat we het topniveau van onze vereniging vast kunnen houden en een aantrekkelijke vereniging blijven. Dit betekent dat wij als vereniging een verantwoordelijkheid hebben om onze trainers goed te ondersteunen zodat zij leuke en kwalitatief goede trainingen kunnen verzorgen. Gelukkig hebben we een heel aantal enthousiaste en goede trainers die zich iedere week inzetten voor onze jeugd.

Idealiter zal elk jeugdteam moeten worden voorzien van (minimaal) een ervaren/gediplomeerde trainer. Bij voorkeur wordt deze gekoppeld aan een onervaren, nog op te leiden trainer. Onze voorkeur gaat er naar uit om ouders niet hun eigen kinderen te laten trainen en/of coachen. In de praktijk blijkt dit niet altijd haalbaar. Jaarlijks investeren we in onze trainers. Wij willen onze trainers een doorlopende leerlijn bieden waarin zij zichzelf steeds verder kunnen ontwikkelen als trainer. Hierbij streven wij ernaar om het volgende aan te bieden aan onze leden:

- Jaarlijks krijgen nieuwe trainers een basisopleiding, gelijk aan "training geven, de basics: Hoe maak je de training zowel leuk als uitdagend voor iedereen? En hoe sta je als trainer überhaupt voor de groep sporters?" zoals deze nu door de KNKV wordt aangeboden.
- Na het afronden van de basicstraining vindt er verdieping plaats, dit kan met de cursus Basics Plus. Verder stimuleren wij onze trainers in de daaropvolgende jaren deel te nemen aan een KT2, KT3 of zelfs een KT4 opleiding. Dit wordt jaarlijks bekeken.
- Bij voldoende animo wordt de workshop ASM aangeboden om onze spelers veelzijdig en allround te kunnen opleiden. Dit wordt jaarlijks bekeken.

Omdat wij onze trainers belangrijk vinden willen wij investeren in hun kwaliteiten als trainer en ook als persoon. Wij investeren in de trainers door de hierboven geschetste leerlijn, door bijvoorbeeld een eco-coachingstraject of op een andere wijze te investeren in de persoonlijke ontwikkeling van de trainers.

Het streven is wel dat we deze cursussen in de eigen dorpen of in de regio kunnen organiseren en daartoe ook mogelijk de verenigingen uit de regio kunnen trekken, zodat er te allen tijde voldoende deelnemers zijn.

De Technische Commissie en de Jeugdcommissie stellen in overleg de trainers aan van de senioren- en de jeugdteams. Voor de WK teams wordt ingezet op de trainers met de hoogste trainersopleidingen en geschikte kwalificaties.

4. Scoutingbeleid

Actieve scouting door de scoutingcommissie zal voor senioren en junioren alleen plaatsvinden richting die spe(e)l(st)ers die toegevoegde waarde hebben voor de selecties van het 1e en 2e seniorenteam en de U19-1: kwaliteit voor kwantiteit. Alleen op deze manier kan de doelstelling met betrekking tot de herkenbaarheid van de teams gekoppeld aan topkorfbal topkorfbal worden gerealiseerd. Spelers die zichzelf aanmelden worden niet geweigerd.

Er zal actieve scouting plaatsvinden naar de verenigingen binnen de regio. De doelstellingen zijn bepaald door bestuur en TC. Op basis van de samenstelling van de selectie voor het komende seizoen wordt beoordeeld of met deze selectie de beoogde doelstellingen kunnen worden gerealiseerd. Indien dit niet het geval is zal de TC de scoutingcommissie opdracht geven actief en gericht spelers te werven.

De betreffende spelers worden benaderd en gepolst voor een eerste gesprek. Als hier een positieve reactie op komt wordt het bestuur van de betreffende vereniging geïnformeerd door het bestuurslid Technische zaken. Dit eerste gesprek zal plaatsvinden in aanwezigheid van een lid van de TC, een lid van de scoutingcommissie en mogelijk een selectiespeler.

Het tweede gesprek zal plaatsvinden in aanwezigheid van hetzelfde TC-lid, de hoofdtrainer of een lid van de selectie. Indien dit gesprek leidt tot werving, wordt de betreffende speler toegevoegd aan de selectie. Vervolgens begint de cyclus opnieuw totdat de bevestiging komt dat de prestatieve doelstelling redelijkerwijs haalbaar is met de samengestelde selectie.

De seniorenselectie bestaat uit minimaal 60% eigen spelers. De U19-1 bestaat uit minimaal 80% uit eigen spelers. Eigen spelers zijn:

- Spelers die de volledige jeugd hebben doorlopen;
- 3 jaar bij de vereniging spelen;
- In 1 van de 4 (omliggende) dorpen wonen;

5. Doelstellingen

5.1. Wedstrijd (of top) - en breedtekorfbal

Binnen de vereniging is er oog voor zowel topkorfbal, wedstrijdkorfbal als breedtekorfbal. Het streven is om binnen de U19, U17 en U15, een team op een zo hoog mogelijk niveau te laten spelen. Wanneer er een talentvolle lichting bij de U12 is kan er ook voor gekozen worden om deze spelers samen in een team te zetten. Hiervoor wordt niet een selectieprocedure gevolgd. Dit betekent voor de kwantiteit dat in elke categorie (U19, U17 en U15) minimaal twee (bij voorkeur gemengd) jeugd ploegen moeten worden samengesteld. Wanneer de aantallen en de kwaliteit er om vraagt, kunnen hier andere keuzes in gemaakt worden.

5.2. Doelstellingen korte en lange termijn

Doelgroepen

Bij de doelgroepen is ervoor gekozen om onderscheid te maken tussen 4 doelgroepen. Er wordt hierbij alleen gekeken naar de leden die korfballen.

- Doelgroep 1: Senioren top- en wedstrijdcorfbal: MF1, MF2, MF3
- Doelgroep 2: Jeugd wedstrijdcorfbal: MF U19-1, MF U17-1 en MF U15-1

De doelstellingen zoals die op korte termijn (2025-2027) geformuleerd zijn:

	MF 1	MF2	MF3	MF U19-1	MF U17-1	MF U15-1
Veld	EK	RHK	R1K	OK	HK/1K	HK/1K
Zaal	KL2	RHK	R1K	OK	HK/1K	1K

De doelstellingen die op lange termijn (2027-2030) geformuleerd zijn:

	MF 1	MF2	MF3	MF U19-1	MF U17-1	MF U15-1
Veld	EK/HK	RHK	R1K/ROK	OK/HK	HK/1K	HK/1K
Zaal	KL2/HK	RHK	R1K/ROK	OK/HK	HK/1K	HK/1K

Voor de overige teams (wedstrijd/breedtecorfbal) wordt ernaar gestreefd dat deze teams zo dicht mogelijk achter de niveaus van de K.V. Mid-Fryslân topcorfbal-teams spelen. Dit om doorstroom te krijgen naar de topcorfbal-teams.

- Doelgroep 3: Senioren wedstrijd- en breedtecorfbal: Plezier halen uit het samen (beter leren) korfballen.
- Doelgroep 4: Jeugd wedstrijd- en breedtecorfbal: Plezier halen uit het samen (beter) leren korfballen.

Ieder seizoen zal ernaar worden gestreefd om jeugd af te vaardigen naar selectiewedstrijden voor Friese, Noordelijke en landelijke vertegenwoordigende teams. Ook willen we onze talentvolle jeugd stimuleren om hieraan mee te doen en wordt ernaar gestreefd om talentvolle selectiespelers (Team NL onder 21) op te geven voor landelijke vertegenwoordigende teams. Als vereniging stimuleren en faciliteren we onze trainers om een vertegenwoordigend team te gaan trainen en coachen. Enerzijds voor hun eigen ontwikkeling, anderzijds is het een manier om in de toekomst talenten aan onze vereniging te binden en om onze vereniging verder te profileren.

6. Overzicht opleidingsplan

6.1. Speelstijl

De spelopvatting van K.V. Mid-Fryslân is erop gericht om vanaf U12 een herkenbare speelstijl te ontwikkelen. Dit moet ertoe leiden dat de jeugdleden vloeiend door kunnen stromen richting de senioren. De speelwijze zal daardoor geen belemmering hoeven te vormen.

Algemeen

Vanuit de jeugd streeft K.V. Mid-Fryslân er in eerste instantie naar om allround korfballers te ontwikkelen op technisch en tactisch gebied. Op deze wijze kunnen alle spelers in principe op alle posities binnen het korfbalspel spelen en alle taken uitvoeren. In een later stadium (U15, U17, U19) kunnen specifieke vaardigheden per individu nauwgezet begeleid en ontwikkeld worden. Ook wordt er gelet op eventuele zwakke plekken zodat deze extra getraind kunnen worden. Dus breed opleiden tot U19. Daarna kan er individueel per speler meer gespecialiseerd worden.

Spelers (U17, U19 en senioren) moeten van nagenoeg alle aanvallende en verdedigende concepten op de hoogte zijn en in staat worden geacht deze concepten op het veld uit te kunnen voeren dan wel te bestrijden.

<u>Aanval</u>	<u>Verdediging</u>
De speelwijze van K.V. Mid-Fryslân kenmerkt zich in grote lijnen door 360 graden korfbal. Het volledige speelveld wordt benut met lopende spelers. Iedere speler heeft zijn eigen specifieke kwaliteiten welke ten volle benut moeten worden. Wel zal de speler breed ingezet moeten kunnen worden. De speler kan in verschillende functies meespelen. Kenmerken van het aanvalsspel: ➤ Snelle invulling van functies; ➤ Alle spelers betrekken bij het spel; ➤ Schieten om te scoren; ➤ Vrijlopen, jezelf vrijspelen; ➤ Een ander vrij passeren; ➤ In balbezit blijven.	In de verdedigende zin is het uitgangspunt het veroveren van de bal zonder een tegengoal te krijgen. Mogelijke kenmerken van het verdedigingsspel: ➤ Afvallende ballen willen winnen; ➤ Tweede bal altijd voor verdedigen; ➤ Pressie in het voorveld; ➤ In verdedigende rebound een sterke positie kiezen; ➤ Open of gesloten verdedigen wanneer de wedstrijd of tegenstander er om vraagt; ➤ In balbezit komen zonder tegendoelpunt; ➤ Voorkomen van schieten, vrijspelen en vrij passeren.

6.2. Technische en tactische doelstellingen

Het opleidingsplan (bijlage 1, 2, 3 en 4) bestaat uit technische en tactische onderdelen van het korfbalspel die spelers opleidt tot volwaardige korfballers vanaf de kangoeroes. Dit streven is ambitieus maar stelt K.V. Mid-Fryslân in staat om op termijn een goede doorgaande lijn in de jeugdopleiding te creëren.

De opbouw van de verschillende technische en tactische aspecten verloopt van spelenderwijs (S), basis aanleren (B), oefenen/verbeteren (O) tot en met het automatiseren (A). Het streven is dat het aangegeven prestatieniveau aan het eind van het seizoen en bij het verlaten van de betreffende leeftijdscategorie is behaald. Het is duidelijk dat niet iedereen aan de eisen zal kunnen voldoen, maar het gemiddelde moet op het gewenste niveau zijn. Uiteindelijk zullen op termijn de resultaten van dit plan haar uitwerking krijgen omdat de jongste leden vanaf het eerste moment op deze manier worden opgeleid.

6.3. Ontwikkeling van spelers

De ontwikkeling van de spelers wordt gevolgd aan de hand van een aantal doelstellingen. Deze doorgaande lijn aan de hand van technische en tactische doelstellingen per leeftijdscategorie is terug te vinden in bijlage 1, 2, 3 en 4. Dit formulier kan als handvat dienen voor zaken als: trainingsvoorbereidingen, beoordelen van een speler (selectiemomenten), et cetera.

Voor het observeren of omschrijven kan er gelet worden op een zestal onderdelen: **TIPSMF** (ezelsbrug Tips Mid-Fryslân) en kunnen als volgt worden omschreven:

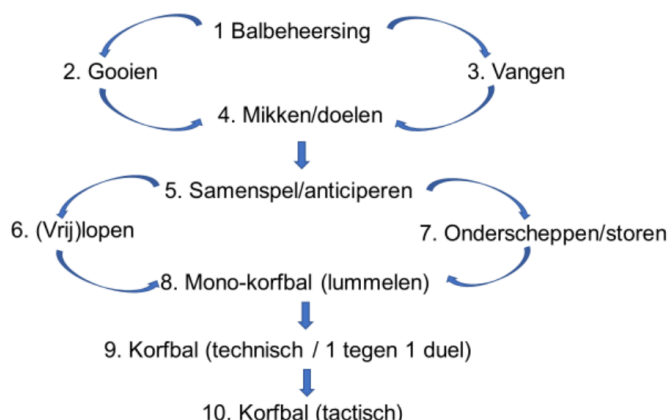
T = <i>Techniek</i>	Techniek omvat vangen, gooien, schieten in al zijn vormen en niet beperkt tot: doorloopbal, afstandsschot, bewegend, vrije worp et cetera.
I = <i>Inzicht</i>	Inzicht omvat het lezen van het spel, vrijlopen, timing van handelingen, (aan-)sturen van medespelers, et cetera.
P = <i>Persoonlijkheid</i>	Persoonlijkheid omvat het hebben van uitstraling, laten zien dat je de beste bent of wilt zijn, een beetje flair, et cetera.
S = <i>Snelheid</i>	Snelheid omvat hier het handelen: zien, denken, doen, maar ook wendbaarheid, draaien, stoppen en het omzetten van handelingen (rebound, afvallende ballen), et cetera.
M = <i>Mentaal</i>	Mentaal omvat de bereidheid om hard en veel aan jezelf als korfballer te willen werken, maar ook de bereidheid om met je teamgenoten te willen spelen en proberen om daar in een goede harmonie mee om te gaan. Denk daarnaast aan de psychosociale kenmerken zoals je ego-oriëntatie en teamoriëntatie.
F = <i>Fysiek</i>	Fysiek omvat zaken als motoriek, lichaamsbouw. Wanneer iemand hinder ondervindt van zijn eigen fysieke gesteldheid c.q. conditie en uithoudingsvermogen dan kan hier extra aandacht aan besteed worden.

In 2025 willen we een pilot starten om een spelerspaspoort te ontwikkelen. Hierbij zal gekeken worden naar het doel, de bruikbaarheid en de balans tussen de tijd die dit vraagt en de meerwaarde die dit heeft.

6.4. Basistechnieken

Een speler mag nooit, tijdens trainingen of wedstrijdsituaties, hinder ondervinden van een 'gebrekkige' techniek. Het is daarom enorm belangrijk om hier tijdens de eerste korfbaljaren ontzettend veel aandacht aan te besteden. Van de kangoeroes tot en met U17 moeten de spelers gericht door de trainers begeleid worden om een goede techniek te ontwikkelen. Hierbij geldt: het succes van een eigen gemaakte techniek zit in de herhaling van de oefenstof en een goede individuele coaching en begeleiding tijdens de trainingen.

BASISVAARDIGHEDEN KORFBAL



6.5. Trainingsopbouw en oefenstof

In de technische en tactische doelstellingen (bijlage 1, 2, 3 en 4) staat exact wat een bepaalde leeftijdscategorie moet beheersen. Per leeftijdscategorie kunnen in de trainingen de volgende accenten worden aangebracht:

Kangoeroes, U8 en U10	Bij deze leeftijdsgroepen is er veel afwisseling tussen korfbalvormen en spelvormen. Er wordt een 'simpel' onderwerp gekozen waaraan 5 à 6 trainingen aandacht wordt besteed en daarna een volgend onderwerp.
U12 en U15	Bij deze leeftijdsgroepen werk je in de eerder aangegeven blokken. Aan de hand van de doelstellingen (bijlage 1, 2, 3 en 4) wordt aan het begin van het seizoen een schema gemaakt, waarin één of meerdere onderwerpen per blok terugkomen.
U17 en U19	Hier zal tweemaal per week een training worden gegeven waarbij onderscheid gemaakt wordt tussen een conditie-/schottraining en een technisch/tactische training. Bij de eerstgenoemde training zal er veel afwisseling tussen loopwerk en schottraining zijn. Op technisch en tactisch gebied ook bij voorkeur werken met de eerdergenoemde blokken.

In het algemeen is het aan te bevelen om per seizoen te werken in blokken van 5 à 6 trainingen. Kijk hierbij kritisch naar de wedstrijden en gebruik verbeterpunten vervolgens in de training als leerdoelen.

Het plan voorziet vooralsnog niet in het voorschrijven van oefenstof. Door dit niet te doen wordt van de trainers verwacht de eigen fantasie en creativiteit te gebruiken om de uiteindelijk te behalen normering te bereiken. Oefenstof is terug te vinden onder een eigen omgeving op de website via; <https://www.kvmidfryslan.nl/trainers-coaches/>. Het wachtwoord is op te vragen via de TC of de JC.

Ook kunnen eigen korfbaltrainers of externe gasttrainers ingezet worden voor trainingen. Naast de korfbal specifieke clinics wordt er ook belang gehecht om alternatieve (sport-) aspecten te laten behandelen. Dit kan worden gedaan op het gebied van bijvoorbeeld; voeding, fysiotherapie, loop- en/of krachttraining of mentale aspecten.

6.5.1. Voorwaarden oefeningen

Het uitleggen van oefeningen moet grofweg aan drie voorwaarden voldoen:

1. Praatje:

Zo kort en duidelijk mogelijk uitleggen.

2. Plaatje:

Krachtig voorbeeld geven waarbij je de hele situatie neerzet of voordoet.

3. Daadje:

De sporters zo snel mogelijk aan het werk zetten.

De oefeningen moeten grofweg aan vier voorwaarden voldoen:

1. Loopt het?

Gaat de oefening zoals bedoeld? Snappen de sporters het, gaat het volgens de regels? Is de organisatie goed en de veiligheid gewaarborgd? Kan het doel worden gehaald, komt de spelbedoeling naar voren? Dit zijn allemaal vragen over of de oefening goed loopt of niet. Loopt het niet goed dan moet de oefening aangepast worden.

2. Leeft het?

Zijn de korfballers echt met de oefening bezig? Vinden ze het leuk? Een goed middel om te zorgen dat een oefening leeft, is aansluiten bij de ontwikkelings- (ook psychologische-) kenmerken van de kinderen per leeftijdscategorie.

3. Lukt het?

Een oefening is leuk als het een uitdaging is. Maar als een oefening te moeilijk is haken de sporters af. Als het te makkelijk is wordt het al snel saai! De methode die de trainer hanteert moet beginnen bij het niveau van de kinderen. Wordt een bepaalde oefening beheerst dan kan er uitbreiding komen naar moeilijker, etc. De oefeningen kunnen moeilijker gemaakt worden door te variëren met de volgende elementen: beweging, snelheid, plaats/ruimte, druk, met tegenstander, verschillende keuzen, etc. Bij groot niveauverschil bij kinderen is het dan noodzakelijk om te differentiëren.

4. Leert het?

Het moet leuk zijn maar ook leerzaam. Kinderen komen trainen omdat ze het leuk vinden. Op de training wordt korfbal geleerd. Het korfbal moet dus op zo'n wijze aangeboden worden dat het leuk is om te leren. Dit kan door veel van de eerdergenoemde voorwaarden en suggesties toe te passen. Dit kan gebeuren door goed te kijken naar de kinderen: vinden ze het leuk, wat hebben ze geleerd, zijn ze er goed mee bezig, etc? Worden deze vragen negatief beantwoord dan is er iets niet in orde. Dit kunnen verschillende zaken zijn: de manier van training geven slaat niet aan bij de groep, de inhoud van de training sluit niet aan bij het niveau van de groep of is saai, de groep interesseert zich voor andere zaken, etc.

6.6. Kracht en stabiliteitstraining en individuele trainingen

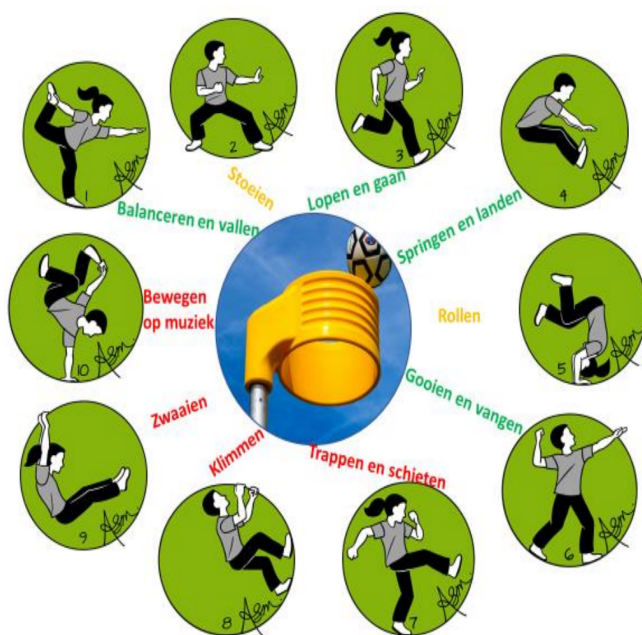
Het moderne korfbal is veel meer dynamisch dan dat het een tiental jaren geleden was. Aanpassingen van het veldformaat en invoeren van de schotklok hebben dit proces alleen nog maar meer versneld. Dit vraagt een andere, specifiek daarop gerichte trainingsaanpak. De trainers van de MF-selectie, MF 3, U19-1, U17-1 en U15-1 geven aandacht aan kracht- en stabiliteitstraining gedurende het seizoen.

Van de trainers van bovenstaand genoemde ploegen wordt verwacht dat ze aan het begin van het veldseizoen, begin zaalseizoen en begin tweede helft veld kracht- en stabiliteitstrainingen aanbieden. Bij voorkeur wordt dit zoveel mogelijk korfbal gerelateerd ingevuld.

Naast kracht en stabiliteit verwachten wij de ontwikkeling van jeugdleden te vergroten door jeugdleden gedurende het jaar meer op maat te trainen door middel van een meer individuele benadering. Voordeel hiervan is dat we maatwerk gaan leveren. Enerzijds kan dit maatwerk bestaan uit ontwikkeling van de minder goede vaardigheden van een jeugdlid, anderzijds kunnen talenten met specifieke vaardigheden verder worden ontwikkeld. Hierdoor zal het niveau in de breedte gaan stijgen maar onze spaarzame talenten krijgen een extra prikkel om gemotiveerd te blijven en zich optimaal te ontwikkelen. Deze individuele trainingen kunnen worden gecombineerd met de kracht- en stabiliteitstrainingen, een deel van de groep volgt de kracht en stabiliteit, de andere groep gaat met een of meerdere trainers individueel aan de slag.

6.7. Breed motorisch leren

Dit betekent dat de jeugdspelers veel verschillende motorische vaardigheden krijgen aangeleerd, maar voornamelijk korfbal specifiek zijn. De vaardigheden zijn herkenbaar voor korfbalspelers. Hierbij is groen veel voorkomend bij korfbal. Oranje is weinig voorkomend of indirect aanwezig. Rood is niet voorkomend. (Athletic Skills Model, bron; <https://www.athleticsskillsmodel.nl/>)



Om meer een allround sporter binnen de korfbalsport te worden, zal ook naar de andere vaardigheden (oranje en rood) gekeken moeten worden. Dit kan zo nu en dan ingevuld worden met andere spelvormen die aangeboden worden zoals voetbal, volleybal, padel, tennis, etc. Dit zou ook kunnen via een samenwerking met andere sportverenigingen, sportscholen of door eigen creatieve invulling door trainers. De mogelijkheid tot een ASM-workshop ondersteunt onze trainers hierin.

6.8. Voorwaarden trainers en coaches

Wat verwachten wij van onze trainers en coaches:

Algemeen:

- Brengt spelers passie bij voor het spel.
- Heeft een voorbeeldfunctie voor het team.
- Ziet erop toe dat de spelers op een training rekening houden met de weersomstandigheden en daarbij passende kleding dragen.
- Gebruikt geen alcohol en rookt niet tijdens het begeleiden van een team.
- Neemt deel aan de trainersbijeenkomsten en eventuele andere overlegvormen die binnen de vereniging worden georganiseerd.
- Rapporteert ruzie, pestgedrag, wangedrag of andere problemen aan de TC en JC, nadat hij eerst zelf heeft gepoogd dit gedrag aan te pakken en de ouders hierover geïnformeerd heeft.
- Voorkomt gestoei, geduw en dergelijk lichamelijk contact bij jeugdspelers voor, tijdens of na de training en wedstrijd. Fysiek contact wordt alleen gemaakt in het kader van het spel.
- Enthousiasmeert teamleden om Korfbalmasterz te halen.
- Motiveert teamleden om deel te nemen aan MF-acties

Trainingen/wedstrijden:

- Gaat respectvol en positief om met eigen spelers, spelers van de tegenpartij, scheidsrechters en andere betrokkenen. Iedereen is even belangrijk.
- Regelen vervoer bij uitwedstrijden of vragen ouders hiervoor.
- Is bij trainingen en wedstrijden aanwezig op het tijdstip van verzamelen zoals door zichzelf aangegeven.
- Ontvangt de (coach van de) tegenpartij en de scheidsrechter.
- De trainer/coach gaat voor fairplay. Intimidatie en onheuse bejegening van eigen spelers, spelers van de tegenpartij, scheidsrechters en andere betrokkenen wordt niet geaccepteerd.
- Zorgt voor toezicht op de kleedkamer zowel uit als thuis.
- Maakt het team verantwoordelijk voor het schoonmaken en netjes achterlaten van de kleedkamer.
- Is verantwoordelijk voor het wedstrijd- en trainingsmateriaal (kleding, ballen, pylonnen, etc.) die de vereniging ter beschikking stelt.
- Verzorgt het invullen en verder afhandelen van het digitaal wedstrijdformulier.
- Plaatst of laat voor aanvang van de training en wedstrijd de korfbalpalen en de velden (indien nodig) op de juiste wijze plaatsen.
- Ruimt of laat de wedstrijdbenodigheden opruimen als er geen wedstrijd meer wordt gespeeld.
- Zorgt bij afgelasting of wijziging van een wedstrijd voor tijdige kennisgeving aan de spelers en zorgt voor verplaatsen wedstrijden indien nodig.
- Denkt mee met het regelen van een scheidsrechter als er op de dag zelf geen scheidsrechter is op komen dagen.

6.8.1. Coachgedrag

Het NOC*NSF en ook het KNKV gaat uit van vier belangrijke elementen binnen het coachgedrag. Deze elementen streven wij als K.V. Mid-Fryslân ook na. Deze vier elementen zijn:

**STRUCTUREREN:**

Je maakt afspraken en biedt duidelijkheid en structuur zodat iedereen weet wat er van hem of haar verwacht wordt.

**INDIVIDUEEL AANDACHT GEVEN:**

Je zorgt dat iedereen zich gezien en erkend voelt en je probeert je aanwijzingen af te stemmen op het niveau van iedere sporter.

**STIMULEREN:**

Je enthousiasmeert, stimuleert, complimenteert en legt de nadruk op wat goed gaat. Fouten maken mag.

**REGIE OVERDRAGEN:**

Je stelt vragen, je luistert naar de sporters en probeert ze stapsgewijs verantwoordelijk te maken voor hun eigen leerproces.

CONCEPT

7. Organisatie

Technische zaken zitten verankerd in de bestuurlijke opbouw van de vereniging. Door de samenwerking tussen de TC en JC en onderliggende functies zorgen we ervoor dat alle aspecten van alle teams goed geregeld zijn, zowel op administratief als organisatorisch vlak, en dat zowel Top-, Wedstrijd- als Breedtekorfbal binnen de vereniging goed wordt begeleid en ondersteund. In de ideale situatie zijn alle 4 de dorpen vertegenwoordigd binnen de commissies. Hiermee creëren we meer duidelijkheid en uniformiteit en zijn we beter in staat de juiste mensen op de juiste plek te krijgen.

7.1. Vertegenwoordiger bestuur

In het bestuur van K.V. Mid-Fryslân heeft een bestuurslid technische zaken (TC) en een bestuurslid jeugdcommissie (JC) zitting. Deze functionarissen stimuleren een nauwe samenwerking tussen de technische commissie, jeugdcommissie, scoutingcommissie en het wedstrijdsecretariaat en ziet toe op uitvoering van het beleid. Deze functionarissen zorgen voor afstemming en brengen belangrijke kwesties en ontwikkelingen onder de aandacht.

7.2. Technische Commissie

Deze commissie houdt zich bezig met beleidsmatige zaken op het gebied van techniek, tactiek, training, coaching, begeleiding, opleiding, selectie, aanstellen trainers, wedstrijd- en trainingszaken, teamindeling en scouting. De TC zorgt ervoor dat het technisch beleidsplan ontwikkeld en uitgevoerd wordt en dat hier toezicht op is. De TC is het eerste aanspreekpunt voor vragen en opmerkingen van de seniorenselectie, overige senioren en U19-1. De commissie bestaat uit:

- Vertegenwoordiger bestuur;
- Secretariaat en organisatie TC; *administratieve en organisatorische taken binnen de TC*
- Coördinatoren selectie senioren;
- Coördinatoren overige senioren;
- Coördinatoren U19-1;
- Hoofdtrainer(s).

7.3. Jeugdcommissie

De jeugdcommissie draagt de verantwoordelijkheid voor alle jeugdteams (exclusief U19-1), zowel breedte- als wedstrijdkorfbal. Om deze taak uit te voeren is de Jeugdcommissie opgebouwd uit onderstaande functies:

- Vertegenwoordiger bestuur;
- Secretariaat en organisatie JC; *administratieve en organisatorische taken binnen de JC*
- Trainers/coach zaken; *werven van trainers, het verzorgen van opleidingen en bijscholing, en het zorgen voor de juiste begeleiding van trainers en coaches tijdens het seizoen*
- Teamindelingen;
- Wedstrijd en trainingszaken; *maakt schema's en verzorgt inhuur van speellocaties voor veld en zaal*
- Algemeen lid.

7.4. Scoutingcommissie

De scoutingcommissie heeft tot kernactiviteit het inventariseren, volgen en benaderen van spe(e)l(st)ers van andere verenigingen die mogelijk in aanmerking komen voor het spelen in de selectie of U19-1 van K.V. Mid-Fryslân.

De scoutingcommissie bestaat uit:

- > Voorzitter scouting;
- > Hoofdtrainer en/of assistent;
- > TC lid;
- > Minimaal 1 algemeen lid.

Op de achtergrond zijn scouts actief.

CONCEPT

8. Overige voorwaarden

8.1. Activiteiten naast korfbal

Primair draait onze vereniging om het realiseren van onze korfbalambities. Zoals al eerder genoemd is plezier binnen de vereniging heel erg belangrijk. Daarom is het ook belangrijk dat er aandacht is voor niet-korfbal gerelateerde zaken. Hierin zullen zowel de jeugd activiteitencommissie als de activiteitencommissie een grote rol spelen.

8.2. Ouders

De aandacht voor de ouders van jeugdleden zal proactief moeten worden opgepakt. Ouders blijven belangrijk bij de sportkeuze en sportbeoefening van hun kind. Binnen onze vereniging zorgen we er samen voor dat de taken ingevuld worden en onze vereniging kan blijven draaien.

Bovenstaande is niet voldoende. Vooral aandacht en communicatie zullen sleutelwoorden in het succes bij deze (sub-)doelgroep zijn. Activiteiten om dit vorm te geven (kunnen) zijn:

- Kijktrainingen (of meedoen) voor ouders
- Team van de week
- Seizoenstart (ploeg + ouders)
- Ouder-kind toernooi
- Activiteiten in de rust van het eerste team
- Schottoernooi

Zeker daar waar het teams betreft waarin jeugdleden uit meerdere dorpen spelen, kunnen deze activiteiten de integratie van zowel kinderen als ouders versterken.

8.3. Ledenwerving en -behoud

Om in staat te zijn kwalitatief sterke jeugd te ontwikkelen is een brede(re) basis noodzakelijk; met andere woorden: zonder kwantiteit geen kwaliteit. Dit betekent dat er onverminderd geïnvesteerd moet worden in behoud en nieuwe aanwas van (talentvolle) jeugdleden.

Realisatie van ledengroei kan worden georganiseerd door:

- Organisatie van schoorkorfbal en trainingen in aanloop naar het toernooi
- Het geven van gymnastieklessen
- Het verzorgen van clinics
- Vriendjes/vriendinnetjes training

Mogelijke acties in samenwerking met (lokale) sponsors.

- Voor het inhuren van expertise dan wel voor het verkrijgen van financiële ondersteuning, kan bij zowel de gemeente als het KNKV worden aangeklopt. Ook zijn er fondsen beschikbaar (vaak dorpsgebonden) die voor activiteiten gericht op kinderen bereid zijn middelen ter beschikking te stellen.

8.4. Vrijwilligerswerving- en behoud

Vrijwilligers vormen een essentieel onderdeel binnen K.V. Mid-Fryslân. De vereniging kan alleen maar goed functioneren als de spelende en niet-spelende leden voldoende betrokken zijn en zich inzetten voor de vereniging. Er is een breed vrijwilligersarsenaal nodig om samen met alle leden een bloeiende en groeiende vereniging te kunnen zijn.

De werving naar vrijwilligers zal actief verlopen om onze leden te motiveren en te stimuleren om verenigingswerk, kaderwerk, training, coaching, etc. uit te voeren bij onze vereniging. Hierbij zullen onze spelende en niet-spelende leden in hun kracht gezet worden.

Om het imago en de kwaliteit van de vereniging uit te dragen, zowel binnen als buiten de vereniging, moeten leden van de selectie zich (kunnen) richten op korfbal-specifieke zaken. Dit betekent dat de actieve selectieleden zoveel mogelijk moeten worden vrijgehouden van niet-korfbal gerelateerd verenigingsacties. Het streven is om selectieleden zoveel mogelijk in te zetten voor korfbal gerelateerde activiteiten zoals clinics geven, fluiten en jeugd ploegen trainen en begeleiden, en minder voor bijvoorbeeld commissies, halwacht en kantinedienst. Uiteraard moet dit wel per persoon bekeken worden. Sommige spelers zijn niet geschikt als trainer of scheidsrechter maar wel als lid in een commissie. Spelers worden ingezet daar waar hun talent en interesses liggen.

8.5. Financiën

Het meeste geld wordt verkregen door de contributie, subsidies, sponsorgelden en acties. De grootste uitgaveposten zijn zaalhuur, bondsverplichtingen en trainerskosten. Jaarlijks wordt hier een begroting van gemaakt en een jaarrekening voor opgesteld. Bewaking vindt gedurende het seizoen plaats door de budgethouders en penningmeester, die het bestuur regelmatig informeert. Verantwoording aan de leden vindt plaats tijdens de ledenvergadering.

8.6. Wisselbeleid en reservebeleid

Wisselbeleid

Alle kinderen spelen in principe evenveel. Hierbij kijk je naar het hele seizoen, het kan dus best zijn dat de eerste 3 wedstrijden tegen de sterkere tegenstanders je een aantal kinderen extra speelminuten geeft. Maar uiteindelijk zullen zij dan minder spelen tegen mindere tegenstanders waardoor het aan het eind van het seizoen ongeveer weer gelijk is. Dit geldt net zo goed voor de teams die wedstrijdcorfbal spelen. Uiteraard speelt hier afwezigheid van kinderen bij trainingen en wedstrijden vanwege feestjes of andere sporten ook een rol. Dit is hun eigen keus, en daardoor hoeven zij ook niet op evenveel speeltijd uit te komen als kinderen die er altijd zijn.

Voor de wat oudere teams (bijvoorbeeld U15 en hoger) kan hierin ook meegewogen worden de trainingsopkomst en trainingsinzet. Wanneer je dit wilt laten meewegen in speeltijd communiceer dit dan VOORAF goed met de kinderen en de ouders (bijvoorbeeld: we verwachten van iedereen volop inzet tijdens trainingen, wanneer kinderen veel afwezig zijn, of op trainen niet goed meedoen dan kan dit ook effect hebben op speelminuten). Overigens wordt bij de wedstrijdcorfbal teams verwacht dat kinderen er altijd zijn (zie voorwaarden selectieproces).

Reservebeleid

Mocht een team te weinig spelers hebben dan benaderen trainers niet zelf spelers van andere teams, maar dit gaat altijd via de trainer/coach van het team waarvan je een speler wilt gebruiken. Heb er aandacht voor dat het laten meespelen van kinderen in andere teams vaak veel reactie kan oproepen van teamgenoten; waarom zij, waarom mag ik nooit etc. Daarom altijd in overleg met de trainer/coach van het betreffende team waarvan je graag wilt 'lenen' zodat deze trainer/coach hier, in overleg, ook de goede keuzes in kan maken.

8.7. Accommodatiebeleid

Huidige situatie

Gezamenlijk telt de vereniging K.V. Mid-Fryslân ca. 250 leden. Er wordt gebruik gemaakt van een viertal accommodaties in Reduzum (gras/kunstgras), Grou (gras/kunstgras), Akkrum (gras) en Warten (gras). In de zaal wordt gebruik gemaakt van sporthal "De Twine" in Grou, sporthal "Utingeradeelhal" en de SKF hal in Akkrum, gymzaal in Reduzum en sporthallen in Leeuwarden. De huidige veldaccommodaties bieden voldoende mogelijkheden tot ledengroei. De beschikbaarheid en representativiteit van sporthal "De Twine" en ook de trainingsbeschikbaarheid van de Utingeradeelhal blijft ook na recente aanpassingen een serieus punt van aandacht. De leden trainen namelijk verspreid over Akkrum, Grou en Leeuwarden.

Er zal naar gestreefd moeten worden om alle leden de gelegenheid te bieden om zo optimaal mogelijk te trainen en te spelen. Dit betekent dat de vereniging over voldoende speel- en trainingsvelden met goede verlichting, voldoende en goed materiaal moet beschikken.

Bij de toewijzing van de beschikbare accommodaties zal altijd de "thuis"-accommodatie de voorkeur genieten. Bij het indelen van de diverse senioren- en jeugdteams zal de trainingsbehoefte van de selectie voorrang krijgen waarna de overige teams worden geplaatst op basis van geschiktheid, beschikbare trainers en behoefte.

Bij voorkeur wordt 1 centrale training gegeven per leeftijdscategorie. Verder wordt hierin het huishoudelijk reglement gevolgd voor het toewijzen van trainings- en wedstrijdlocaties. Wel leeft de behoefte om te komen tot meer saamhorigheid op het veld en meer de verbinding tussen de teams te zoeken.

9. Tot slot

Ter afsluiting van het beleidsplan nog een belangrijke laatste toevoeging. Het is namelijk onmogelijk om alles vast te leggen in een beleidsplan. Ongetwijfeld ontbreken er zaken en zal het in de praktijk blijken dat sommige regels niet in alle situaties consequent kunnen worden toegepast. De TC en JC gaat de komende periode zoveel mogelijk volgens het hier geformuleerde beleid handelen, maar zal waar nodig (beargumenteerd) uitzonderingen maken. Elk jaar vindt er een evaluatie van het beleidsplan plaats en wordt bijgestuurd indien nodig.

Technisch Beleidsplan



K.V. Mid-Fryslân

Bijlagen

Bijlage 1: Technische doelstellingen per leeftijdscategorie

Hoofddoelen

Kangoeroes			
Lopen en springen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Versnellen/sprinten -Wenden/keren -Voorwaarts/achterwaarts -Springen 1- en 2-benig -Afvang sprong			
Gooien en vangen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Gooien stilstaand, stuitpass, eenhandig 'goede hand' -Gooien, uitstappend/pivoteren, eenhandig 'goede hand' -Gooi in beweging/op bewegende speler 'goede hand' -Aangeven doorloopbal tweehandig	-Gooien stilstaand 'goede hand' -Gooien stilstaand tweehandig -Vangen tweehandig stilstaand -Vangen tweehandig in beweging -Rollende bal verwerken -Hoge/lage ballen verwerken (incl. springen)		
Schot en doorloopbal			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Wegtrekken bij korf met schot uit stilstand -Strafworp onderhands	-Schot uit stilstand, afstand -Schot uit stilstand, middenafstand -Schot uit stilstand, kleine kans		
Verdedigen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Technisch individueel verdedigen -Draaien; schuiven/rennen -1:1 verdedigen			

U8			
Lopen en springen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
	-Versnellen/sprinten -Wenden/keren -Voorwaarts/ achterwaarts -Springen 1- en 2- benig -Afvang sprong		
Gooien en vangen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Gooien in beweging/op bewegende speler 'goede hand' -Aangeven doorloopbal eenhandig (uitstappen/ presenteren) -Aangeven uitwijkbal -Vangen eenhandig 'verkeerde hand'	-Gooien stilstaand, stuitpass, eenhandig 'goede hand' -Gooien, uitstappend/pivoteren, eenhandig 'goede hand' -Gooien stilstaand 'verkeerde hand' -Aangeven doorloopbal tweehandig -Vangen tweehandig in beweging -Vangen eenhandig 'goede hand' -Rollende bal verwerken -Hoge/lage ballen verwerken (incl. springen)	-Gooien stilstaand 'goede hand' -Gooien stilstaand tweehandig -Vangen tweehandig stilstaand	
Schot en doorloopbal			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Uitwijkbal met schot uit stilstand -Doorloopbal na wegtrekken zelf inspelen met goede hand	-Wegtrekken bij korf met schot uit stilstand -Strafworp onderhands -Doorloopbal onderhands, aangeef onder de korf	-Schot uit stilstand, afstand -Schot uit stilstand, middenafstand -Schot uit stilstand, kleine kans	
Verdedigen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
	-Technisch individueel verdedigen -Draaien; schuiven/rennen -1:1 verdedigen		

U10			
Lopen en springen			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
	-Afvang sprong	-Versnellen/sprinten -Wenden/keren -Voorwaarts/ achterwaarts -Springen 1- en 2- benig	
Gooien en vangen			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
-Gooien stilstaand stuitpass eenhandig 'verkeerde hand' -Gooien in beweging/op bewegende speler 'verkeerde hand'	-Gooien in beweging/op bewegende speler 'goede hand' -Gooien in beweging tweehandig -Gooien stilstaand 'verkeerde hand' -Gooien uitstappend/ pivoteren eenhandig 'verkeerde hand' -Aangeven doorloopbal eenhandig (uitstappen/ presenteren) -Aangeven uitwijkbal -Vangen eenhandig 'verkeerde hand'	-Gooien stilstaand 'goede hand' -Gooien stilstaand, stuitpass, eenhandig 'goede hand' -Gooien, uitstappend/pivoteren, eenhandig 'goede hand' -Gooien stilstaand tweehandig -Aangeven doorloopbal tweehandig -Vangen tweehandig stilstaand -Vangen tweehandig in beweging -Vangen eenhandig 'goede hand' -Rollende bal verwerken -Hoge/lage ballen verwerken (incl. springen)	
Schot en doorloopbal			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
-Omdraaibal -Doorloopbal na wegtrekken met overpakken	-Wegtrekken bij korf met schot uit stilstand -Uitwijkbal met schot uit stilstand -Schot uit beweging op één been links en rechts -Doorloopbal na wegtrekken zelf inspelen met goede hand -Doorloopbal onderhand aangeef uit de ruimte -Doorloopbal bovenhands	-Schot uit stilstand, afstand -Schot uit stilstand, middenafstand -Schot uit stilstand, kleine kans -Strafworp onderhands -Doorloopbal onderhands, aangeef onder de korf	
Verdedigen			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
		-Technisch individueel verdedigen	

		-Draaien; schuiven/rennen -1:1 verdedigen	
--	--	---	--

U12			
Lopen en springen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
		-Versnellen/sprinten -Wenden/keren -Voorwaarts/ achterwaarts -Springen 1- en 2- benig -Afvang sprong	
Gooien en vangen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
	-Gooien stilstaand stuitpass eenhandig 'verkeerde hand' -Gooien in beweging/op bewegende speler 'verkeerde hand' -Vangen eenhandig 'verkeerde hand'	-Gooien in beweging/op bewegende speler 'goede hand' -Gooien in beweging tweehandig -Gooien stilstaand 'verkeerde hand' -Gooien uitstappend/ pivoteren eenhandig 'verkeerde hand' -Aangeven doorloopbal tweehandig -Aangeven doorloopbal eenhandig (uitstappen/ presenteren) -Aangeven uitwijkbal -Vangen tweehandig in beweging -Vangen eenhandig 'goede hand' -Rollende bal verwerken -Hoge/lage ballen verwerken (incl. springen)	-Gooien stilstaand 'goede hand' -Gooien stilstaand, stuitpass, eenhandig 'goede hand' -Gooien, uitstappend/pivoteren, eenhandig 'goede hand' -Gooien stilstaand tweehandig -Vangen tweehandig stilstaand
Schot en doorloopbal			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
	-Omdraaibal -Doorloopbal na wegtrekken met overpakken -Doorloopbal bovenhands	-Wegtrekken bij korf met schot uit stilstand -Uitwijkbal met schot uit stilstand -Schot uit beweging op één been links en rechts -Doorloopbal onderhands, aangeef onder de korf -Doorloopbal na wegtrekken zelf inspelen met goede hand	-Schot uit stilstand, afstand -Schot uit stilstand, middenafstand -Schot uit stilstand, kleine kans -Strafworp onderhands

		-Doorloopbal onderhand aangeef uit de ruimte	
Verdedigen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
		-Technisch individueel verdedigen -Draaien; schuiven/rennen -1:1 verdedigen	

U15			
Lopen en springen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
			-Versnellen/sprinten -Wenden/keren -Voorwaarts/achterwaarts -Springen 1- en 2-benig -Afvang sprong
Gooien en vangen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
		-Gooien in beweging tweehandig -Gooien stilstaand 'verkeerde hand' -Gooien stilstaand stuitpass eenhandig 'verkeerde hand' -Gooien uitstappend/pivoteren eenhandig 'verkeerde hand' -Gooien in beweging/op bewegende speler 'verkeerde hand' -Vangen eenhandig 'verkeerde hand'	-Gooien stilstaand 'goede hand' -Gooien stilstaand, stuitpass, eenhandig 'goede hand' -Gooien, uitstappend/pivoteren, eenhandig 'goede hand' -Gooien in beweging/op bewegende speler 'goede hand' -Gooien stilstaand tweehandig -Aangeven doorloopbal tweehandig -Aangeven doorloopbal eenhandig (uitstappen/presenteren) -Aangeven uitwijkbal -Vangen tweehandig stilstaand -Vangen tweehandig in beweging -Vangen eenhandig 'goede hand' -Rollende bal verwerken -Hoge/lage ballen verwerken (incl. springen)

Schot en doorloopbal			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
		-Schot uit beweging op één been links en rechts -Omdraaibal -Doorloopbal na wegtrekken met overpakken -Doorloopbal onderhand aangeef uit de ruimte -Doorloopbal bovenhands	-Schot uit stilstand, afstand -Schot uit stilstand, middenafstand -Schot uit stilstand, kleine kans -Wegtrekken bij korf met schot uit stilstand -Uitwijkbal met schot uit stilstand -Strafworp onderhands -Doorloopbal onderhands, aangeef onder de korf -Doorloopbal na wegtrekken zelf inspelen met goede hand
Verdedigen			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
		-Technisch individueel verdedigen -Draaien; schuiven/rennen	-1:1 verdedigen

U17 en U19			
Lopen en springen			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
			-Versnellen/sprinten -Wenden/keren -Voorwaarts/achterwaarts -Springen 1- en 2-benig -Afvang sprong -Warming up -Cooling down
Gooien en vangen			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
			-Gooien stilstaand 'goede hand' -Gooien stilstaand, stuitpass, eenhandig 'goede hand' -Gooien, uitstappend/pivoteren, eenhandig 'goede hand' -Gooien in beweging/op bewegende speler 'goede hand' -Gooien stilstaand tweehandig

			-Gooien in beweging tweehandig -Gooien stilstaand 'verkeerde hand' -Gooien stilstaand stuitpass eenhandig 'verkeerde hand' -Gooien uitstappend/pivoteren eenhandig 'verkeerde hand' -Gooien in beweging/op bewegende speler 'verkeerde hand' -Aangeven doorloopbal tweehandig -Aangeven doorloopbal eenhandig (uitstappen/presenteren) -Aangeven uitwijkbal -Vangen tweehandig stilstaand -Vangen tweehandig in beweging -Vangen eenhandig 'goede hand' -Vangen eenhandig 'verkeerde hand' -Rollende bal verwerken -Hoge/lage ballen verwerken (incl. springen)
Schot en doorloopbal			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
			-Schot uit stilstand, afstand -Schot uit stilstand, middenafstand -Schot uit stilstand, kleine kans -Wegtrekken bij korf met schot uit stilstand -Uitwijkbal met schot uit stilstand -Schot uit beweging op één been links en rechts -Strafworp onderhands -Omdraaibal -Doorloopbal onderhands, aangeef onder de korf -Doorloopbal na wegtrekken zelf inspelen met goede hand -Doorloopbal na wegtrekken met overpakken

			-Doorloopbal onderhand aangeef uit de ruimte -Doorloopbal bovenhands
Verdedigen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
			-Technisch individueel verdedigen -Draaien; schuiven/rennen -1:1 verdedigen

CONCEPT

Bijlage 2: Tactische doelstellingen per leeftijdscategorie

Hoofddoelen

U8			
Aanval			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
-Innemen afvangpositie/afvang uit de ruimte -Schijnbeweging/ reageren op de verdediger	-Ruimte gebruiken (incl. beginopstelling en 4-0) -Innemen aangeefpositie, insnijden (na balcontact)	-Tegenstander volgen (omschakelen)	
Verdedigen			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
-Vak verdedigen -Afwisselen schot en terugzakken -Bal- en looplijnen verdedigen/pressie op ontvangen	-Voorverdedigen in de paalzone -Overnemen van een tegenstander -Gebruik maken van armen, pressie op gooien -Bal opbrengen, niet via de paalzone		
Vrije ballen			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
Trucjes			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
Spelregelkennis			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
-Op trainen en tijdens de wedstrijd legt trainer/coach regels uit of licht beslissingen toe.			

U10			
Aanval			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
-Uitblokken/sprongduel afvang	-Innemen aangeefpositie, insnijden (na balcontact) -Innemen afvangpositie/afvang uit de ruimte -Spelsysteem 2-2 -Schijnbeweging/ reageren op de verdediger	-Ruimte gebruiken (incl. beginopstelling en 4-0) -Uitverdedigen	
Verdedigen			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
-Vak verdedigen -Bal- en looplijnen verdedigen/pressie op ontvangen	-Voorverdedigen in de paalzone -Communiceren	-Overnemen van een tegenstander -Bal opbrengen, niet via de paalzone	

	-Afwisselen schot en terugzakken -Gebruik maken van armen, pressie op gooien		
Vrije ballen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Vrije bal			
Trucjes			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
Spelregelkennis			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Op trainen en tijdens de wedstrijd legt trainer/coach regels uit of licht beslissingen toe.			

U12			
Aanval			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Spelsysteem basis 3-1, aansteun en aanvullen -Spelsysteem basis met varianten -Anticiperen op achterverdedigen	-Innemen -afvangpositie/afvang uit de ruimte -Uitblokken/sprongduel afvang -Spelsysteem 2-2	-Ruimte gebruiken (incl. beginopstelling en 4-0) -Innemen aangeefpositie, insnijden (na balcontact) -Schijnbeweging/reageren op de verdediger	-Uitverdedigen
Verdedigen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
	-Vak verdedigen -Afwisselen schot en terugzakken -Bal- en looplijnen verdedigen/pressie op ontvangen	-Collectief voorverdedigen als de bal nog niet in het vak is -Voorverdedigen in de paalzone -Vak verdedigen -Communiceren -Gebruik maken van armen, pressie op gooien	-Overnemen van een tegenstander -Bal opbrengen, niet via de paalzone
Vrije ballen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Varianten	-Vrije bal -Aangeef en snelheid		
Trucjes			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Uitballen -Trucs 2-tallen -Trucs vakgehele			
Spelregelkennis			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
-Op trainen en tijdens de wedstrijd legt			

trainer/coach regels uit of licht beslissingen toe.			
---	--	--	--

U15			
Aanval			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
	-Spelsysteem basis 3-1, aansteun en aanvullen -Spelsysteem basis met varianten -Spelsysteem basis met diepte -Anticiperen op achterverdedigen	-Innemen aangeefpositie, insnijden (na balcontact) -Innemen afvangpositie/afvang uit de ruimte -Uitblokken/sprongduel afvang -Spelsysteem 2-2 -Schijnbeweging/reageren op de verdediger	-Ruimte gebruiken (incl. beginopstelling en 4-0) -Uitverdedigen
Verdedigen			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
	-Achterverdedigen	-Voorverdedigen in de paalzone -Vak verdedigen -Communiceren -Afwisselen schot en terugzakken -Gebruik maken van armen, pressie op gooien -Bal- en looplijnen verdedigen/pressie op ontvangen	-Collectief voorverdedigen als de bal nog niet in het vak is -Overnemen van een tegenstander -Bal opbrengen, niet via de paalzone
Vrije ballen			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
	-Varianten	-Vrije bal -Aangeef en snelheid	
Trucjes			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
	-Uitballen -Trucs 2-tallen -Trucs vakgehelen		
Spelregelkennis			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren
	-Op trainen en tijdens de wedstrijd legt trainer/coach regels uit of licht beslissingen toe. -Trainer en speler fluiten samen onderlinge partijtjes op trainen.		

U17			
Aanval			
Spelenderwijs	Basis aanleren	Oefenen/verbeteren	Automatiseren

		-Spelsysteem basis 3-1, aansteun en aanvullen -Spelsysteem basis met varianten -Spelsysteem basis met diepte -Anticiperen op achterverdedigen	-Ruimte gebruiken (incl. beginopstelling en 4-0) -Innemen aangeefpositie, insnijden (na balcontact) -Innemen afvangpositie/afvang uit de ruimte -Uitblokken/sprongduel afvang -Spelsysteem 2-2 -Schijnbeweging/reageren op de verdediger -Uitverdedigen
Verdedigen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
		-Achterverdedigen	-Collectief voorverdedigen als de bal nog niet in het vak is -Voorverdedigen in de paalzone -Vak verdedigen -Communiceren -Overnemen van een tegenstander -Afwisselen schot en terugzakken -Gebruik maken van armen, pressie op gooien -Bal- en looplijnen verdedigen/pressie op ontvangen -Bal opbrengen, niet via de paalzone
Vrije ballen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
		-Varianten	-Vrije bal -Aangeef en snelheid
Trucjes			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
		-Uitballen -Trucs 2-tallen -Trucs vakgehelen	
Spelregelkennis			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
	-Op trainen en tijdens de wedstrijd legt trainer/coach regels uit of licht beslissingen toe.	-Trainer en speler fluiten samen onderlinge partijtjes op trainen.	-Examen Korfbalmasterz
U19			
Aanval			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>

			-Ruimte gebruiken (incl. beginopstelling en 4-0) -Innemen aangeefpositie, insnijden (na balcontact) -Innemen afvangpositie/afvang uit de ruimte -Uitblokken/sprongduel afvang -Spelsysteem 2-2 -Spelsysteem basis 3-1, aansteun en aanvullen -Spelsysteem basis met varianten -Spelsysteem basis met diepte -Schijnbeweging/reageren op de verdediger -Uitverdedigen -Anticiperen op achterverdedigen
Verdedigen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
			-Collectief voorverdedigen als de bal nog niet in het vak is -Voorverdedigen in de paalzone -Vak verdedigen -Communiceren -Overnemen van een tegenstander -Afwisselen schot en terugzakken -Gebruik maken van armen, pressie op gooien -Bal- en looplijnen verdedigen/pressie op ontvangen -Achterverdedigen -Bal opbrengen, niet via de paalzone
Vrije ballen			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
			-Vrije bal -Aangeef en snelheid -Varianten
Trucjes			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>
			-Uitballen -Trucs 2-tallen -Trucs vakgehelen
Spelregelkennis			
<i>Spelenderwijs</i>	<i>Basis aanleren</i>	<i>Oefenen/verbeteren</i>	<i>Automatiseren</i>

	-Op trainen en tijdens de wedstrijd legt trainer/coach regels uit of licht beslissingen toe.	-Speler fluit zelf onderlinge partijtjes op trainen.	-Examen Korfballmasterz
--	--	--	-------------------------

CONCEPT

Bijlage 3: Technische doelstellingen per techniek

Hoofddoelen

Overzicht trainingsdoelstellingen techniek

	K	U8	U10	U12	U15	U17	U19
Lopen en springen							
Versnellen/sprinten	S	B	O	O	A	A	A
Wenden/keren	S	B	O	O	A	A	A
Voorwaarts/achterwaarts	S	B	O	O	A	A	A
Springen 1- en 2-benig	S	B	O	O	A	A	A
Afvang sprong	S	B	B	O	A	A	A
Gooien en vangen							
Gooien, stilstaand "goede hand"	B	O	O	A	A	A	A
Gooien, stilstaand, stuitpass, eenhandig "goede hand"	S	B	O	A	A	A	A
Gooien, uitstappend/pivoteren, eenhandig "goede hand"	S	B	O	A	A	A	A
Gooien, in beweging/op bewegende speler "goede hand"	S	S	B	O	A	A	A
Gooien, stilstaand, tweehandig	B	O	O	A	A	A	A
Gooien, in beweging, tweehandig	-	-	B	O	O	A	A
Gooien, stilstaand "verkeerde hand"	-	B	B	O	O	A	A
Gooien, stilstaand, stuitpass, eenhandig "verkeerde hand"	-	-	S	B	O	A	A
Gooien, uitstappend/pivoteren, eenhandig "verkeerde hand"	-	-	B	O	O	A	A
Gooien, in beweging/op bewegende speler "verkeerde hand"	-	-	S	B	O	A	A
Aangeven doorloopbal, tweehandig	S	B	O	O	A	A	A
Aangeven doorloopbal, eenhandig (uitstappen/presenteren)	-	S	B	O	A	A	A
Aangeven uitwijkbal	-	S	B	O	A	A	A
Vangen, tweehandig, stilstaand	B	O	O	A	A	A	A
Vangen, tweehandig, in beweging	B	B	O	O	A	A	A
Vangen, eenhandig "goede hand"	-	B	O	O	A	A	A
Vangen, eenhandig "verkeerde hand"	-	S	B	B	O	A	A
Rollende bal verwerken	B	B	O	O	A	A	A
Hoge/lage ballen verwerken (incl. springen)	B	B	O	O	A	A	A
Schot en doorloopbal							
Schot uit stilstand, afstand	B	O	O	A	A	A	A
Schot uit stilstand, middenafstand	B	O	O	A	A	A	A
Schot uit stilstand, kleine kans	B	O	O	A	A	A	A
Wegtrekken bij korf met schot uit stilstand	S	B	B	O	A	A	A
Uitwijkbal met schot uit stilstand	-	S	B	O	A	A	A
Schot uit beweging op één been, links en rechts	-	-	B	O	O	A	A
Strafworp onderhands	S	B	O	A	A	A	A
Omdraaibal	-	-	S	B	O	A	A
Doorloopbal onderhands, aangeef onder de korf	-	B	O	O	A	A	A
Doorloopbal na wegtrekken zelf inspelen met de goede hand	-	S	B	O	A	A	A
Doorloopbal na wegtrekken met overpakken	-	-	S	B	O	A	A
Doorloopbal onderhands, aangeef uit de ruimte	-	-	B	O	O	A	A

Doorloopbal bovenhands	-	-	B	B	O	A	A
Verdedigen							
Technisch individueel verdedigen	S	B	O	O	A	A	A
Draaien; schuiven/rennen	S	B	O	O	A	A	A
1:1 verdedigen	S	B	O	O	O	A	A
S=Spelenderwijs B=Basis aanleren O=Oefenen/verbeteren A=Automatiseren							

CONCEPT

Bijlage 4: Tactische doelstellingen per tactiek

Hoofddoelen

Overzicht trainingsdoelstellingen tactiek

	K	U8	U10	U12	U15	U17	U19
Aanval							
Ruimte gebruiken (incl. beginopstelling en 4-0)	-	B	O	O	A	A	A
Innemen aangeefpositie, insnijden (na balcontact)	-	B	B	O	O	A	A
Innemen afvangpositie/afvang uit de ruimte	-	S	B	B	O	A	A
Uitblokken/sprongduel afvang	-	-	S	B	O	A	A
Spelsysteem 2-2	-	-	B	B	O	A	A
Spelsysteem basis 3-1, aansteun en aanvullen	-	-	-	S	B	O	A
Spelsysteem basis met varianten	-	-	-	S	B	O	A
Spelsysteem basis met diepte	-	-	-	-	B	O	A
Schijnbewegingen/reageren op de verdediger	-	S	B	O	O	A	A
Uitverdedigen	-	O	O	A	A	A	A
Anticiperen op achterverdedigen	-	-	-	S	B	O	A
Verdedigen							
Collectief voorverdedigen als de bal nog niet in het vak is	-	-	-	O	A	A	A
Voorverdedigen in paalzone	-	B	B	O	O	A	A
Vak verdedigen	-	S	S	B	O	A	A
Communiceren	-	-	B	O	O	A	A
Overnemen van een tegenstander	-	B	O	A	A	A	A
Afwisselen schotdruk en terugzakken	-	S	B	B	O	A	A
Gebruik maken van armen, pressie op gooien	-	B	B	O	O	A	A
Bal- en looplijnen verdedigen/pressie op ontvangen	-	S	S	B	O	A	A
Achterverdedigen	-	-	-	-	B	O	A
Bal opbrengen, niet via de paalzone	-	B	O	A	A	A	A
Vrije ballen							
Vrije bal	-	-	S	B	O	A	A
Aangeef en snelheid	-	-	-	B	O	A	A
Varianten	-	-	-	S	B	O	A
Trucjes							
Uitballen	-	-	-	S	B	O	A
Trucs 2-tallen	-	-	-	S	B	O	A
Trucs vakgehelen	-	-	-	S	B	O	A
Spelregelkennis							
Op trainen en tijdens de wedstrijd legt trainer/coach regels uit of licht beslissingen toe.	-	S	S	S	B	B	B
Trainer en speler fluiten samen onderlinge partijtjes op trainen	-	-	-	-	B	O	-
Speler fluit zelf onderlinge partijtjes op trainen.	-	-	-	-	-	-	O
Examen Korfbalmasterz	-	-	-	-	-	A	A
S=Spelenderwijs B=Basis aanleren O=Oefenen/verbeteren A=Automatiseren							

CONCEPT