

Voorwoord

Om als Kaatsvereniging het hoofd boven water te kunnen houden is een plan van aanpak voor het jeugdbeleid van groot belang. De jeugd heeft binnen elke sport de meeste aandacht nodig. Een welbekende kreet binnen de verschillende sportverenigingen is;

"Wie de jeugd heeft, heeft de toekomst".

Maar met deze kreet alleen komen we er niet. Om jeugdleden te behouden en eventueel te werven is een jeugdcommissie een welkome versterking voor een Kaatsvereniging als de onze. Het opzetten van een jeugdplan is daar dan ook onderdeel van.

Wat zijn hierbij onze doelstellingen

- De jeugd van *5 t/m 16 jaar* het kaatsen aanleren in de meest brede zin
- Het organiseren van wedstrijden en trainingen voor alle categorieën
- Een juiste begeleiding van de jeugdleden
- In iedere jeugdcategory minimaal één afdelingspartuur op te leiden voor desbetreffende wedstrijden, te beginnen binnen de federatie maar met het doel de verschillende N.K's binnen de KNKB.

Het doel van dit jeugdplan is het creëren van een kader voor het jeugdbeleid van de K.F. "Wêz Wis Tsjom" voor de komende jaren zodanig dat de gewenste doelstellingen gerealiseerd kunnen worden. De jeugdcommissie zal trachten in samenwerking met het bestuur van K.F. "Wêz Wis Tsjom" haar activiteiten voor de jeugd in de nabije toekomst op dit jeugdplan te baseren.

Jeugdcommissie

De jeugdcommissie is bedoeld om de bestaande jeugd binnen onze vereniging enthousiast te maken en houden voor de kaatsport en om eventueel nieuwe jeugdleden te werven.

De diverse taken die hier bij om de hoek komen worden onder de leden van deze commissie verdeeld. De jeugdcommissie en het bestuur overleggen minimaal één keer per jaar over het te volgen beleid met betrekking tot het jeugdkaatsen. Om dit kracht bij te zetten worden er o.a. de volgende activiteiten georganiseerd;

- jeugdwedstrijden
- trainingen
- nevenactiviteiten
- coördineren deelname federatie- en eventueel KNKB wedstrijden.

Om een zo aantrekkelijk mogelijk programma op te stellen voor de jeugd wil / kan de jeugdcommissie bepaalde activiteiten voor hen organiseren zoals;

- Zaaltrainingen
- Veldtrainingen
- Competitiekaatsen
- Ledenwedstrijden
- Diplomakaatsen
- Eventueel een kaatskamp
- Feestelijke seizoenafsluiting

Iedere kaatsvereniging heeft onder haar jeugdleden meerdere doelgroepen.

Uitgangspunten hierbij zijn:

- *Pré-kabouters (5/ 6 jr)*
- *Kabouters (7 jr.)*
- *Welp (7/8/9 jr)*
- Pupillen, jongens en meisjes (10/11 jr)
- Schooljongens/meisjes (12/13jr)
- Jongens/ Meisjes (14/16jr)

Als blijkt dat men er bovenuit steekt, dan is er in overleg, mogelijkheid om door te stromen naar een hogere categorie. De trainer adviseert hierin de jeugdcommissie en vervolgens wordt er een besluit genomen.

Voor de categorieën *vanaf de welpen* kunnen vaak dezelfde activiteiten georganiseerd worden bijv. Ledenwedstrijden, competitiekaatsen, maar ook zullen er voor bepaalde categorieën specifieke activiteiten georganiseerd moeten worden om de belangen van zo'n categorie te behartigen. *Voor de pre-kabouters en kabouters worden nog geen wedstrijden georganiseerd, alleen training.*

Het Diplomakaatsen bijvoorbeeld is niet meer in trek bij de oudere jeugd (14/16 jr). Deze categorie heeft misschien wel behoefte aan een aantal andere activiteiten die weer minder geschikt zijn voor de jongere jeugd, bijvoorbeeld een dropping of survival.

Organisatie trainingen jeugd

Het is van groot belang dat de jeugd de beginselen van het kaatsen goed aanleert. Training is daarbij onontbeerlijk. *Er worden voor de verschillende categorieën trainingen georganiseerd door de vereniging c.q. federatie.*

Tijdens de trainingen dienen naast de opslag- en de uitslag ook aandacht besteed te worden aan de spelregels en de tactiek van het kaatsen.

Daarnaast spelen conditie en mentaliteit ook nog een grote rol bij het kaatsen.

Trainingsonderdelen:

1. Techniektraining

Techniek is datgene wat je met de bal moet kunnen doen, m.a.w. opslaan, uitslaan en keren. Dit zijn de belangrijkste onderdelen van het kaatsen en deze onderdelen moeten dan ook het eerste worden aangeleerd. In het navolgende schema kunt u zien wat er allemaal moet worden aangeleerd.

Opslag	Uitslag	Tussenspel
Basistechniek	Basistechniek	Basistechniek
* goed klaarstaan	* goed klaarstaan	* goed klaarstaan
* aanloop met 3-pas	* schikken achter de bal	* actieve houding
* opgooi van de bal	* zwaai van de arm	* beweging naar de bal
Ver opslaan	Geplaatst uitslaan	Reactievermogen
Zuiver opslaan	Ver uitslaan	Keren van de ballen
Gevarieerd opslaan	Vast uitslaan	Terugslaan van de ballen

2. Spelregeltraining

Het is belangrijk dat de jeugd zo snel mogelijk de belangrijkste regels van het spel kent. Want wanneer ze zelf de basisregels kennen, kunnen ze in hun vrije tijd ook beginnen met kaatsen en als kaatsaanmerker fungeren.

3. Tactiek training

Tactiek heeft alles te maken met de speelwijze in een wedstrijd. Hierbij zijn inzicht, overleg en slimheid belangrijke woorden. Bij tactiek moet je in eerste instantie altijd uitgaan van je eigen kracht (mogelijkheden). In tweede instantie kijk je of de kwaliteiten van de tegenpartij nog invloed hebben op het tactisch plan.

4. Conditietraining

Iedere kaatser heeft conditie nodig om zijn sport goed uit te kunnen oefenen. Een kaatser moet twee dagen (weekend) een aantal partijen kunnen kaatsen zonder vermoeidheidsverschijnselen te tonen. Binnen de kaatstraining moet dus aandacht worden besteed aan de conditie van de kaatsers.

5. Mentaliteitstraining

Het trainen van de mentaliteit komt de laatste jaren sterk naar voren. Het blijkt dat de prestaties voor een groot deel afhangt van de mentale instelling van de spelers.

Belangrijke begrippen hierbij zijn;

- inzet/ doorzettingsvermogen
- zelfvertrouwen
- de wil om te winnen
- concentratie
- durf/lef
- plezier
- omgang met anderen

De houding tijdens de training is al van belang. Trainers geven training in een bepaalde sfeer, waar inzet, respect, fatsoen, plezier en prestatie aanwezig zijn. Het creëren van het juiste groepsgevoel is belangrijk voor de onderlinge binding en acceptatie.

Trainingsmateriaal

Voor professionele trainingen is het van groot belang dat er beter en meer materiaal ten behoeve van de jeugdtrainingen beschikbaar is. Hierbij moet onder andere gedacht worden aan de volgende materialen;

- aangepast materiaal voor beginners
- voldoende kaatsballen per groep
- gebruik kaatskanon

Huidige situatie trainingsactiviteiten jeugd:

- Wintertraining (via *vereniging*, Federatie en/of KNKB)
 - *pré-kabouters via de vereniging*
 - *kabouters via de vereniging*
 - *welpen via de vereniging / federatie (vanaf 8 jaar)*
 - *pupillen jongens/ meisjes via federatie of KNKB*
 - *schooljongens/ meisjes via federatie of KNKB*
 - *jongens/ meisjes via federatie of KNKB*
- Zomertraining (via *vereniging* en/ of KNKB)
 - *pré-kabouters via de vereniging*
 - *kabouters via de vereniging*
 - *welpen via de vereniging en/of KNKB*
 - *pupillen jongens/ meisjes via de vereniging en/of KNKB*
 - *schooljongens/ meisjes via de vereniging en/of KNKB*
 - *jongens/ meisjes via de vereniging en/of KNKB*

Indien mogelijk Partuur training

- *welpen*
- *pupillen jongens/ meisjes*
- *schooljongens/ meisjes*
- *jongens/ meisjes*

Organisatie competitiekaatsen

Vanaf april t/m augustus zal er voor iedere categorie op een vaste avond competitiekaatsen worden georganiseerd. Per kaatsseizoen zal worden bekeken op welke avond dit per categorie zal plaats vinden.

De categorieën waar we dan over spreken zijn;

- de *welpen* van 7 / 8 / 9 jaar
- de pupillen; jongens en meisjes 10 / 11 jaar
- de schooljongens- en meisjes 12 / 13 jaar
- de jongens en meisjes 14 t/m 16 jaar

welpen

Deze beginnercategorie zal spelenderwijs kennis maken met de kaatssport en hun eerste stappen maken betreffende de opslag, uitslag en tussenspel en de spelregels.

Om zowel de opslag als de uitslag goed onder de knie te krijgen kaatsen de pupillen in tweetallen. Om dit goed te kunnen begeleiden is hulp van een aantal ouders hier bij wenselijk. Via het opstellen van een hulprooster kan dit goed gecoördineerd worden.

pupillen

Om zowel de opslag als de uitslag goed onder de knie te krijgen kaatsen de pupillen in tweetallen.

Wanneer men dit nodig acht kan worden overgegaan naar een A- en B klasse.

In de A- klasse komen de kaatsers die “het spel en de spelregels” goed beheersen .

De B- klasse zal per perk begeleidt worden door een vader/moeder die “het spel en de spelregels” over kan brengen op deze kaatsers.

Schooljongens/-meisjes

Ook in deze categorie zal indien mogelijk gewerkt worden met een A- en B-klasse.

In de A-klasse komen die kaatsers die “het spel en de spelregels “goed beheersen.

In de B-klasse komen die kaatsers die “het spel en de spelregels “ nog aan moeten leren en dit via het zogenaamde zaalkaatsregelement zich dit eigen kunnen maken. Bij het zaalkaatsregelement wordt er na ieder eerst gewisseld van positie. De opslager neemt plaats achter in het perk, de achterinse gaat voorin en de voorinse fungeert dan als opslager. Wanneer men dit nodig acht kan ook hier hulp van ouders bij gevraagd worden.

Jongens / meisjes

Indien mogelijk zal ook voor deze categorie een eigen competitiekaatsavond worden georganiseerd. Wanneer deze groep te klein blijkt te zijn zullen ze worden onder gebracht bij de Senioren, Heren/ Dames.

Organisatie Ledenwedstrijden

Om datgene wat ze leren bij het competitiekaatsen in praktijk te kunnen brengen organiseren we iedere maand een ledenwedstrijd voor de jeugd. Indien mogelijk zal ook dan in een A- en B-klasse worden gekeerd. Dit kan dan met een gewone lijst of in poule systeem.

De Ledenwedstrijden zijn voor de jeugd vanaf 8 jaar of als men als jongere welp doorgeschoven is op advies van de trainer en na besluit van de jeugdcommissie.

In alle jeugdcategoryen wordt zoveel mogelijk in tweetallen gekeerd.

Organisatie Diploma-kaatsen

Aan het eind van ieder seizoen zal het Diploma-kaatsen worden georganiseerd voor;

- kabouters
- welpen
- pupillen
- schooljongens/-meisjes

Bij het Diplomakaatsen zullen alle facetten van het kaatsen aanbod komen zoals;

- de opslag
- de uitslag
- het tussenspel
- de conditie
- de coördinatie

Nevenactiviteiten

Om de sfeer onder de jeugd goed te houden en om de binding met de vereniging steviger te maken, is het wenselijk om af en toe nevenactiviteiten te organiseren.

Hier onder staan een aantal activiteiten vermeld die wij als Kaatsvereniging kan organiseren voor haar jeugdleden.

Deze activiteiten zijn onder te verdelen in zomer- en winteractiviteiten. Hierbij is het niet uit gesloten dat beide activiteiten in beide periodes georganiseerd kunnen worden.

Winteractiviteiten;

- een spelmiddag
- een video-avond
- een jeugdvergadering
- evaluatie

1. Spelmiddag.

Tijdens een spelmiddag kan een kaatsquiz georganiseerd worden, een kaatsdobbelspel en andere (kaats) spelletjes.

2. Video-avond.

Tijdens een video-avond kan er een kaatsfilm vertoond worden, met daarna bijvoorbeeld een gewone film. Bovendien kunnen in de toekomst eventueel video opnames worden gemaakt tijdens trainingen en diverse wedstrijden van de jeugdleden.

3. Jeugdvergadering.

Eén keer per jaar zou er een jeugdvergadering georganiseerd kunnen worden, waar de jeugdleden hun meningen kunnen uiten en waar vragen aan de jeugdcommissie en/of het bestuur kunnen worden gesteld. Na zo'n vergadering zouden de prijzen voor het competitiekaatsen en andere prijzen uitgereikt kunnen worden.

4. Evaluatie.

Aan het eind van het seizoen worden de taken geëvalueerd en wordt dit besproken met het aangewezen kader.

Zomeractiviteiten;

- een infomiddag/avond
- een kaatskamp
- een kaatsfietstocht
- ouder/kind wedstrijd
- een kaatsdropping
- een feestelijk seizoenafsluiting

1. Infomiddag/avond.

Aan het begin van het seizoen kan een infomiddag/avond georganiseerd worden voor de jeugdleden met hun ouders. Per categorie worden dan de plannen voor het komende seizoen besproken en kunnen er vragen worden gesteld. Tijdens deze bijeenkomst kan dan ook een beroep op de ouders worden gedaan voor hun medewerking tijdens de diverse activiteiten. Op deze middag/avond kunnen eventueel ook de Afdelingsparuren bekend worden gemaakt.

2. Kaatskamp.

Aan het begin van het nieuwe kaatsseizoen kan een kaatskamp georganiseerd worden. Tijdens zo'n kaatskamp zullen alle facetten van de kaatsport aan bod komen. Tevens kunnen er recreatieve activiteiten, al dan niet in relatie tot het kaatsen, worden georganiseerd.

3. Kaatsfietstocht.

Tijdens het seizoen kan een kaatsfietstocht worden georganiseerd.

Een kaatsfietstocht houdt in dat er gefietst wordt in kleine ploegjes van vier aan de hand van een routebeschrijving, waarin verschillende opdrachten verwerkt zijn. Onderweg zullen de nodige kaatsopdrachten volbracht moeten worden.

4. Ouder/ kind wedstrijd.

Naast het competitiekaatsen en de Ledenwedstrijden zal er een Ouder/ kind Wedstrijd georganiseerd worden, waarbij een jeugdlid in principe een partuur vormt met één van zijn/haar ouders. Hierbij worden er wel specifieke afspraken voor de ouders gemaakt.

5. Kaatsdropping.

Een kaatsdropping die eventueel georganiseerd kan worden, houdt in dat kleine groepjes in het donker ergens worden achtergelaten en dat ze moeten proberen om zo snel mogelijk bijvoorbeeld een verstopte kaatsklauw terug vinden. Deze kan aan de voordeur van een café hangen maar ook midden in het bos te vinden zijn.

6. Feestelijke seizoenafsluiting.

Aan het eind van ieder seizoen wordt een feestelijke seizoenafsluiting voor de jeugdleden georganiseerd. Dit kan per categorie georganiseerd worden met voor de Beginners(6,7 jaar) en Pupillen (8 t/m 10 jaar) een Disco avond waar tevens de prijzen van het competitiekaatsen en de Diploma's van het Diplomakaatsen worden uitgereikt. Voor de Schooljongens/meisjes en eventueel de Jongens/Meisjes een Pearkekeatswedstrijd met na afloop barbecue/gourmetten. Hier kunnen dan de prijzen en diploma's ook worden uitgereikt.

Slotwoord

Het slagen van het jeugdplan zal voor een groot deel afhangen van het aantal bereidwillige medewerkers. Het is belangrijk de taken goed te verdelen en veel ouders in te schakelen bij de diverse activiteiten.

We hopen dan ook dat dit jeugdplan mag leiden tot meer activiteiten en een betere begeleiding van de jeugd in Tzum en dat de jeugdbegeleiding mag leiden tot klinkende resultaten in de toekomst.

We wensen een ieder die zich wil inzetten voor deze plannen veel succes en plezier met zijn/haar werkzaamheden.

Bestuur K.F. "Wêz Wis Tsjom"

13 januari 2011