



Handleiding Jeugdtrainer/leider

s.v. MZC'11 te Zierikzee



INHOUDSOPGAVE

1. Algemeen
2. Teamgegevens
3. Trainingen
4. Niet genoeg spelers?
5. Afgelastingen
6. Kleding
7. Thuiswedstrijden
8. Uitwedstrijden
9. Oefenwedstrijden
10. Veiligheid en bijzondere omstandigheden



1. Algemeen

We willen starten met u te bedanken voor uw bijdrage aan de vereniging. Zonder vrijwilligers als u kan de vereniging niet functioneren.

Als trainer en begeleider wordt u bij de seizoensstart een aantal zaken overhandigd, te weten:

- Trainingskledij
- Coachjas
- Sleutels van ballenhok

Een jeugdtrainer/jeugdleider van MZC heeft een voorbeeldfunctie. Ouders/verzorgers geven hun zoon/dochter aan de jeugdtrainer/leider mee in het volste vertrouwen dat ze in goede handen zijn. Dit houdt in dat je steeds moet realiseren wat wel en wat niet kan. Houd daarom rekening met de volgende afspraken:

- Gedraag je als 'een heer in het verkeer', rij veilig en nooit te hard
- Rook niet in de auto
- Gebruik geen alcohol als je moet rijden
- Gebruik geen alcohol voor- en tijdens de wedstrijd
- Rook niet in de kleedkamer en tijdens de wedstrijd
- Toon belangstelling bij verjaardagen, ziektes, blessures
- Zie erop toe dat de jeugdspelers en jijzelf deze afspraken nakomen
- Een jeugdtrainer/leider kan, mag en moet ook corrigerend optreden in het clubhuis, kleedkamers en op en rondom de velden

Hierna worden een aantal zaken belicht die van belang zijn als je jeugdtrainer/leider bent bij MZC'11.



2. Teamgegevens

De gegevens van je team krijg je door van de coördinator of kun je inzien op de website. Er wordt geen gebruik meer gemaakt van een spelers volgsysteem.

Indien gegevens niet kloppen, kun je deze zelf aanpassen, denk aan telefoonnummers en e-mail adressen. Zo houden we met elkaar de gegevens up to date.

Indien er spelers afvallen en willen stoppen, dienen zij zich officieel af te melden voor 15 juni bij de secretaris, hierbij wordt voorkomen dat zij het volgende seizoen onnodig contributie betalen.

3. Trainingen

- Zorg dat je het trainingsschema aanhoudt m.b.t. het velddeel waar je traint en in welke kleedkamer je zit. Het schema heb je ontvangen voor aanvang van het seizoen en de actuele versie hangt ook voor het raam van de kantine. (Schema is ook toegevoegd)
- Vermijdt de doelgebieden en langs de lijnen zoveel mogelijk bij de trainingen om deze te sparen, hierdoor blijven de velden beter bespeelbaar voor iedereen
- Verwijder verplaatsbare veld objecten (goals en overige trainingsattributen) altijd weer van het veld na de training, en plaats deze op de daarvoor bestemde locaties. Dit is voor behoud van de velden en materialen en vergemakkelijkt het maaien door de gemeente, anders wordt eromheen gemaaid. Ook voor het kunstgras geldt deze regel voor behoud van het veld en de materialen.
- Zorgen dat het licht uit is en dat de kleedkamerdeur dicht is

4. Niet genoeg spelers?

- Eerst doorschuiven naar hogere teams in dezelfde leeftijdscategorie. Laagste team wordt dan afgelast cq. verplaatst.
- Indien trainers onderling er niet uitkomen, afstemmen met betreffende coördinator. Uiteindelijk is de coördinator beslissend.
- Verzoek tot vrijstelling (baaldag), 2x per seizoen of 1x per reeks (B-categorie)
- Vóór dinsdag 12:00 moet verzoek bij KNVB binnen zijn,
- Vóór maandag 19:00 bij wedstrijdsecretariaat MZC'11
- Optie: In overleg met tegenstander verplaatsen (midweeks) (afstemmen met secretariaat en coördinator)

5. Afgelastingen

- Afgelastingen door de KNVB -> zie website www.voetbal.nl



- Afgelasting van de velden. Wat doet MZC'11?
 - Informeren tegenstanders
 - Plaatsen op de website
 - Informeren scheidsrechters
 - Informeren leiders
- De leiders informeren de eigen spelers (mail, telefoon, app)
- Bij slecht weer: Bel voor vertrek naar de uitvereniging! Check de app voetbal

6. Kleding

Van leden en vertegenwoordigers van MZC'11 verwachten we dat men zich aan de kledingvoorschriften zal houden. Dit zorgt voor een uniforme als ook een verzorgde uitstraling. Zie ook <https://www.mzc11.nl/kledingvoorschriften-2/>

Wedstrijdshirts worden door de vereniging ter beschikking gesteld. De leider/trainer ontvangt deze aan het begin van het seizoen.

Overige kleding dient door spelers zelf verzorgd te worden:



- a) Korte voetbalbroek, kleur zwart (merk JAKO)
- b) Voetbalkousen, kleur zwart met rood-oranje bies (merk JAKO)
- c) Voetbalschoenen
- d) Scheenbeschermers

Zonder deze zaken mag men niet deelnemen aan wedstrijden.

Voor keepers geldt dat zij handschoenen dragen. I.o.m de vereniging wordt hier een vergoeding voor gegeven.

Tijdens winterdagen kan thermokleding **onder** het tenue worden gedragen. Het is **niet** toegestaan in trainingspakken te spelen.

Indien kleding gebreken vertoont kan dit worden vervangen. Je kunt dan contact opnemen met facilitaire zaken. Ditzelfde geldt bij gebreken aan trainingsmateriaal.

Iedere gebruiker is verplicht om zorgvuldig met de kleding om te gaan.

Bij vermissing of beschadiging ten gevolge van onjuist of onzorgvuldig gebruik van de kleding, kunnen ten laste van de gebruiker kosten in rekening worden gebracht ter waarde van het aanschafbedrag van de vermiste of beschadigde kleding.

(Of iemand hiervoor aansprakelijk wordt gesteld is ter beoordeling van de kledingcommissie)

De kleding mag uitsluitend tijdens een voetbalwedstrijd van sv MZC'11 worden gebruikt en dus niet tijdens de training/ "op straat", of bij andere gelegenheden, tenzij daarvoor door de kledingcommissie toestemming is verleend. Ook het wedstrijdtrainingspak mag dus niet tijdens trainingen worden gedragen, tenzij hiervoor toestemming is gegeven.

Advies met betrekking tot het wassen van de kleding:

1. Was de kleding altijd binnenstebuiten, hiermee voorkom je dat bedrukking loslaat.
2. Wacht met sportkleding niet te lang met wassen na gebruik
3. Probeer de kleding niet warmer dan 40 graden te wassen. Liefst op 30 graden, maar als het erg vies is, is het soms noodzakelijk warmer te wassen.
4. Stop de kleding niet in de droger en gebruik geen wasverzachter, hierdoor kan bedrukking op den duur los laten.
5. Het is totaal overbodig om de kleding te strijken, en voor het behoud van de bedrukking zelfs af te raden. Met de hand gladstrijken is voldoende.



7. Thuiswedstrijden

Voor de wedstrijd

- Aanwezigen aanmelden in de app “WEDSTRIJDZAKEN” Digitaal wedstrijdformulier en voor de wedstrijd versturen
- De kleedkamer voor in gebruik name controleren; eventuele mankementen melden aan dienst hebbende secretaris of bestuurslid
- Pupillen/juniorenteams moeten zelf voor een scheidsrechter zorgen, of regel een ouder, kennis, teamgenoot etc. (de scheidsrechterscoördinator kan hier eventueel bij helpen)
- Ontvangen van de bezoekende partij en hen de weg wijzen naar kleedruimte en veld
- Voor de wedstrijd melden en na de wedstrijd de uitslag doorgeven bij het wedstrijdsecretariaat
- Controle aanwezigheid doeltjes (ouders vragen doeltjes te plaatsen)
- De jeugdspelers verzamelen en naar de kleedkamer begeleiden
- De scheidsrechter en de bezoekende vereniging opvangen en naar de kleedkamer begeleiden; probeer tenminste voor de wedstrijd contact te zoeken met de scheidsrechter en de begeleiders van de bezoekende vereniging
- Zorgen voor de wedstrijdbal en grensrechtersvlaggen.
- Eventuele reserveshirts / hesjes verzorgen
- Opstelling bekend maken wanneer de jeugdleider tevens als trainer/coach fungeert
- Spelers aanwijzen voor de corveedienst / schoonmaken kleedkamers
- Hoekvlaggen plaatsen als je als eerste de wedstrijd op een veld speelt
- Vraag de kantinedienst of zij het drinken voor in de rust willen klaarzetten voor jouw team en de tegenstanders

Warming up

- Laat de spelers een goede warming-up doen voor de wedstrijd, dit voorkomt blessures



- Vermijdt de doelgebieden en langs de lijnen zoveel mogelijk bij de warming up om deze te sparen, hierdoor blijven de velden beter bespeelbaar voor iedereen

In de rust

- Zorgen voor drinken in de rust voor beide teams (en de scheidsrechter), de kantinedienst zal dit voor je gereed maken en klaarzetten, laat de leider of de wisselers dit vlak voor de rust even ophalen

Tijdens de wedstrijd

- Eventueel optreden als grensrechter en/of verzorger
- In overleg met de eventuele jeugdtrainer of collega-leider begeleidt hij/zij het team en geeft aanwijzingen

Na de wedstrijd

- De scheidsrechter en bezoekende vereniging bedanken
- Wedstrijdbal en grensrechtersvlaggen in ontvangst nemen
- Wedstrijdformulier verder in (laten) vullen, stand doorgeven
- Toezicht (laten) houden in de kleedkamer
- Toezicht (laten) houden op het douchen
- Shirts / reserveshirts laten wassen en zo spoedig mogelijk weer inleveren
- Bijzonderheden zoals onder andere ongevallen en ongeregelde zaken doorgeven aan de coördinator of het dienstdoende bestuurslid
- Bij niet opkomen zonder afmelding, informeren naar de reden
- Hoekvlaggen opruimen als je de laatste wedstrijd op een veld hebt gespeeld
- Controleren of de corvee goed gedaan is, zowel bij je eigen team als bij de tegenstander, en laat deze beiden schoon en netjes achter
- Zorgen dat het licht uit is en dat de kleedkamerdeur dicht is

8. Uitwedstrijden

- Aanwezigen aanmelden in de app "WEDSTRIJDZAKEN" Digitaal wedstrijdformulier en voor de wedstrijd versturen
- Op tijd, liefst twee dagen voor de wedstrijd, zorgen voor vervoer
- Tijdig aanwezig zijn
- Voor gelijktijdig vertrek zorgen en daarover goede afspraken maken
- Veilig rijden volgens de geldende verkeersregels
- Zichzelf melden bij de te bezoeken vereniging en de scheidsrechter



- De spelers naar de kleedkamer begeleiden
- De kleedkamer controleren op eventuele gebreken en eventueel melden
- Kleedkamer schoon achterlaten

9. Oefenwedstrijden

Indien je een oefenwedstrijd wilt spelen met je team, kun je dat (liefst ruim van tevoren) regelen via het wedstrijdsecretariaat, zij weten alles m.b.t. beschikbare velden, kleedkamers etc en weten de juiste personen bij clubs te benaderen om een oefenwedstrijd te regelen.

10. Veiligheid en bijzondere omstandigheden

Als jeugdtrainer/leider heb je de verantwoordelijkheid voor de veiligheid van de kinderen, dat geldt in alle situaties, maar er zijn ook bijzondere omstandigheden waarbij je extra alert moet zijn, zoals bij:

Onweer

Onweer kan materiële schade en lichamelijk letsel veroorzaken. Als je met je team op het veld staat en het gaat onweren moet je rekening houden met het risico dat bij onweer aanwezig is.

Met de '**tien secondenregel**' kun je inschatten wanneer er gevaar is om te worden getroffen door bliksem. Onweer op afstand begint namelijk met gerommel. Hét moment om preventieve maatregelen te treffen. Zie je bliksemflitsen dan komt het onweer jouw kant op. Is de tijd die verstrijkt tussen bliksemflits en donder minder dan tien seconden dan is het onweer gevaarlijk dichtbij. Zoek dan met je gehele team en eventueel het publiek snel een schuilplaats.

Waar schuilen?

Clubhuis of kleedkamer liggen het meest voor de hand, maar ook een auto vormt door zijn constructie een 'Kooi van Faraday' die als bliksemveilig kan worden beschouwd.



Hoelang schuilen?

Verlaat de schuilplaats niet eerder dan het moment waarop tussen bliksemflits en donder meer dan tien seconden zit.