



ARCADES Korfballsport Deurne



Beleidsplan 2020-2024 Versie 27-12-2019

Inhoud

1. Visie	2
2. Bestuur	3
3. Commissies	4
3.1 Technische commissie	4
3.2 Scheidsrechterscommissie	4
3.3 PR commissie	5
3.4 Sponsering commissie	5
3.5 Acties/activiteiten commissie	5
4. Algemeen	6
4.1 Uitgangspunt wedstrijdcorfbal	6
4.2 Uitgangspunt breedtecorfbal	6
4.3 Selectiebeleid	7
4.4 Trainingen	8
5 Hoofdtrainer/jeugd coördinator	9
5.1 Hoofdtrainer- Coach	9
5.2 Jeugdcoördinator	11
6. Teams jeugd	12
6.1 Doelstellingen	12
6.3 Jeugdtrainers / coach	13
7. Teams	15
7.1 F-Jeugd	15
7.2 E-Jeugd	16
7.3 D-Jeugd	17
7.4 C-Jeugd	18
7.5 B-Jeugd	19
7.6 A-Jeugd	21



ARCADES Korfbalsport Deurne

Beleidsplan 2020-2024



1. Visie

Arcades korfbalsport is een vereniging met een sociaal karakter. De teams spelen op een zo hoog mogelijk niveau, passend bij het team. Naast de prestatieve sportinstelling is er aandacht voor de andere aspecten van het verenigingsleven, zoals plezier en betrokkenheid. De sociale functie binnen de club en de omliggende dorpen (Gemeente Deurne) is een belangrijk gegeven. Uitgangspunt is ieder spelend lid zoveel mogelijk in staat te stellen op zijn of haar niveau te spelen, zoveel mogelijk aansluitend bij iedere korfbalbeleving, zodat iedereen het maximale plezier beleeft aan zijn of haar sport.

Een gevolg van het uitgangspunt "korfbal op niveau" is dat ARCADES KORFBALSPORT onderscheid maakt in wedstrijd sport en breedtesport.

Binnen ARCADES KORFBALSPORT trachten wij dat er een hoofdtrainer en een jeugd coördinator aangesteld zijn.

Beleidsplan 2020-2024

2. Bestuur

Doelstelling van het bestuur

Voorwaarden scheppen waardoor de club kan functioneren en de continuïteit bewaakt wordt. Waarborgen dat de sportieve doelstellingen worden behaald. Het is van belang nieuwe leden te blijven werven en zoveel mogelijk leden te behouden.

Er voor zorgen dat de club binnen de Deurnese gemeenschap een belangrijke sociale functie vervult. Hierbij uitgaand van zowel een recreatieve als een prestatieve ambitie. Het zorg dragen voor motivering, waardering en stimulering van alle vrijwilligers die bij de club betrokken zijn.

Communicatie naar en met de leden en vrijwilligers, sponsors, KNKV en andere belanghebbenden in goede banen laten lopen.

En een financiële gezonde club zijn.

Taken en verantwoordelijkheden van het bestuur

In het bestuur heeft ieder bestuurslid een eigen taak/functie, waar hij/zij verantwoordelijk voor is. In de bestuursvergadering, die elke 6 weken wordt gehouden, komen alle bestuursleden bij elkaar en worden de beleidszaken binnen de vereniging besproken. Tijdens de vergadering worden ook de actuele onderwerpen behandeld. Voor een optimale bezetting en daarmee een goedwerkend bestuur, zijn minimaal 5 mensen nodig, één voor ieder van onderstaande functies:

- Voorzitter
- Secretaris
- Penningmeester
- Bestuurslid
- Bestuurslid

In het 'Huishoudelijk Reglement' staan veel afspreken en regels door het bestuur vastgelegd.

Beleidsplan 2020-2024

3. Commissies

3.1 Technische commissie

Het **DOEL** van de technische commissie is dat alle leden van Arcades kunnen korfballen en trainen onder meeste optimale omstandigheden, binnen de mogelijkheden die de club heeft, zodat een verbetering in prestaties bewerkstelligd wordt bij alle teams, op het gebied van techniek, maar ook op het gebied van sociale omgang en plezier.

Taken:

- Meedenken over teamindelingen jeugd
- Meedenken over indelen coaches en trainsters
- Begeleiden van trainers en coaches
- Toernooi/oefenwedstrijden voor alle jeugdteams
- Op verzoek bijwonen van teambesprekingen
- Trainingstijden op elkaar afstemmen
- Moeilijkheden met speelsters of ouders begeleiden. (bestuur/jeugdcoördinator)
- Melding maken bij het bestuur
- Zaalhuur regelen
- Contacten met KNKV

Samenstelling TC

Minimaal 2 leden van de vereniging + jeugd coördinator

Minimaal 1 persoon van bestuur

3.2 Scheidsrechterscommissie

Begeleiding en opleiding van scheidsrechters binnen de vereniging. Voldoen aan de eisen van het KNKV.

- Scheidsrechters-plan opzetten en uitvoeren.
- Ontwikkelingen in opleidingen volgen.
- Leidsters, trainers en scheidsrechters opgeven voor cursussen.
- Interne opleidingen organiseren.
- Regelgeving scheidsrechters door het KNKV in de gaten houden.
- Werven van scheidsrechters.

Beleidsplan 2020-2024

- Scheidsrechterschema maken.

3.3 PR commissie

Het doel van de PR-Commissie is om de korfbalclub op professionele wijze in- en extern te presenteren en relaties te onderhouden. M.b.v. een nieuwsbrief en website/sociaalmedia en de regionale pers. Dit om de betrokkenheid te vergroten.

- Opzetten en onderhouden social media en website
- 3x per jaar uitgeven nieuwsbrief
- Naamsbekendheid creëren

3.4 Sponsering commissie

Het werven en behouden van sponsors, onderhouden van contacten met sponsors.

- Opstellen en onderhouden sponsorbeleid.
- Onderhouden van contacten met sponsors.
- Jaarlijks bedankje sponsors (zoals de kerstkaart)

3.5 Acties/activiteiten commissie

Het organiseren van activiteiten voor de vereniging met een recreatieve functie. Doel hierbij is de hechtheid en verbondenheid tussen de leden onderling te bevorderen.

En het organiseren van geldacties.

- Organiseren en coördineren van activiteiten (o.a. koppelschiettoernooi, pietentraining)
- Organiseren en coördineren van geldacties (o.a. potgrondactie, champignonactie, Grote clubactie)

4. Algemeen

4.1 Uitgangspunt wedstrijdkorfbal

De wedstrijdkorfbalster stelt in zijn/haar sportbeleving de prestatie centraal. Door training tracht hij of zij zich optimaal voor te bereiden om in de wedstrijden op een zo hoog mogelijk niveau te kunnen presteren. Het KNKV bepaalt in overleg met de verenigingen de voorwaarden waaronder deelgenomen kan worden aan de wedstrijdkorfbalcompetitie en schept een juist kader om deel te kunnen nemen. Dit gaat verder dan alleen de competitie, het bestrijkt ook het gebied van arbitrage en opleidingen. De ploegen worden in het wedstrijdkorfbal over het algemeen ingedeeld in “doorlopende” competities.

4.2 Uitgangspunt breedtekorfbal

De korfbalster, die deelneemt aan het breedtekorfbal stelt in zijn/haar sportbeleving het meedoen centraal en niet de prestatie. Uiteraard wordt er gespeeld om te winnen, maar de opofferingen die hiervoor door de deelnemers worden gedaan zijn niet zo groot als bij de wedstrijdkorfballers. Bij de jeugd wordt er altijd gespeeld met de na- en voorjaarscompetitie. Het voordeel van dit systeem is dat er gemakkelijker teams kunnen worden af- dan wel toegevoegd en dat er beter rekening gehouden kan worden met de sterkte van de teams. Zwakke dan wel sterke teams kunnen bij elkaar worden ingedeeld en het is voor de deelnemers uiteraard aantrekkelijk om op het “eigen” niveau te kunnen duelleren. In het breedtekorfbal gelden dezelfde spelregels als in het wedstrijdkorfbal. Wel onderscheidt het breedtekorfbal zich van het wedstrijdkorfbal door:

- ☐ *er is geen ploegopgave*
- ☐ *er is geen promotie-/degradatieregeling*
- ☐ *er worden geen beslissingswedstrijden gespeeld, wanneer 2 of meer ploegen met een gelijk aantal punten bovenaan eindigen*
- ☐ *arbitrage, geen onafhankelijke scheidsrechter maar verenigingsscheidsrechter*



ARCADES Korfbalsport Deurne

Beleidsplan 2020-2024



4.3 Selectiebeleid

Onze missie is dat iedereen moet kunnen korfballen bij ARCADES KORFBALSPORT eerst kwantiteit en daarna kwaliteit. Mocht er op kwaliteit geselecteerd worden, dan volgt hieronder het afgesproken beleid.

***Selectie beleid senioren:**

De hoofdtrainer & coach selecteert vanuit de senioren-selectie en eventueel vanuit de junioren A het 1e team. De trainer overlegt zijn beslissing zo nodig met het hoofdbestuur, de technische commissie en de trainer/coach van senioren 2 en/of junioren A.

***Selectie beleid jeugd:**

Arcades korfbalsport kiest ervoor om de teams in te delen op leeftijd.

Beleidsplan 2020-2024

4.4 Trainingen

Aandachtspunten bij het geven van een training.

Hieronder volgen een aantal punten die je als trainster mee kunt nemen wanneer je een training gaat geven:

1. Let op de veiligheid

- ☐ Een training is er om beter te leren korfballen. Zorg er als trainer dus voor dat elke training *uitdagende oefeningen* bevat.
- ☐ een training is er niet om mensen bezig te houden, *kinderen vinden het leuk om spelletjes te spelen, maar ze moeten wel korfbal leren.*
- ☐ Doe een oefening niet te lang achter elkaar, dit bevordert de concentratie niet.

2. Praatje, plaatje, daadje.

- ☐ **Vertel** eerst hoe een oefening uitgevoerd moet worden
- ☐ Laat daarna **zien** hoe de oefening uitgevoerd moet worden. Dit kan door het zelf voor te doen, of door een groepje het voor te laten doen.
- ☐ Laat daarna de mensen de oefening **uitvoeren**.

3. Een training bevat **3 kernen**:

- ☐ **Warming up**: om de spieren warm te maken en de gedachten van de mensen op korfballen te laten focussen
- ☐ **Kern**: In de kern van de training moeten verschillende oefeningen bijdragen aan de doelstellingen, tactieken en technieken.
- ☐ **Slot**: eindig een training met een leuke oefening (partijtje of een fun-oefening) om mensen met een goed gevoel naar huis te laten gaan.

4. Een leerproces van techniek en tactiek bestaat uit de volgende fases:

- ☐ Aanleren
- ☐ Verbeteren

Beleidsplan 2020-2024

5 Hoofdtrainer/jeugd coördinator

5.1 Hoofdtrainer- Coach

Doel

Het doel van deze functie binnen onze vereniging is het geven van trainingen en begeleiden (coachen) tijdens wedstrijden van de senioren teams (hiertoe behoren dus niet de midweek-teams).

Functie inhoud

- Traint alle senioren teams. Doet dit zowel op het veld als in de zaal.
- Traint volgens de huidige trainingsmethodieken.
- Draagt er zorg voor dat er tijdens de trainingen een prettig klimaat heerst
- Besteedt aandacht aan alle spelers van de teams die hij onder zijn hoede heeft
- Houdt rekening met geblesseerden. Tijdens trainingen eventueel apart programma en bij wedstrijden beperkt of niet inzetten.
- Houdt een presentielijst bij van speelsters incl. van de trainer zelf. Dit geldt voor zowel de trainingen als wedstrijden.
- Ziet erop toe dat er alleen wordt getraind met toegestane schoeisel.
- Coacht en begeleid senioren 1 zowel bij thuis als uitwedstrijden.
- Coacht en begeleid waar mogelijk senioren 2 bij thuiswedstrijden en ook bij eventuele uitwedstrijden.
- Coacht op een prettige en sociale manier met respect voor de eventuele jeugdspelers onder zijn verantwoordelijkheid.
- Neemt de regels, door het KNKV gesteld voor, tijdens en na het coachen in acht.
- Ziet erop toe dat het team in de juiste (sponsor) kleding speelt.
- Motiveren van speelsters en zorgen voor teamspirit (groepsgevoel).
- Houdt voor de wedstrijd een korte teambespreking en na de wedstrijd een korte evaluatie.
- Neemt zo nodig deel aan sociale activiteiten van zijn team.

Tijdsbesteding

Trainingen en wedstrijden:

Geeft gezamenlijke trainingen aan de totale senioren groep.

Aanwezig als coach bij senioren 1 bij alle thuis en uit wedstrijden.

Aanwezig als coach, als het mogelijk is, bij de thuiswedstrijden van senioren 2 en waar mogelijk bij uitwedstrijden.

Overige

Formeel meerdere gesprekken per jaar met de TC tijdens de zgn. leiders en trainers vergadering.

Formeel minimaal 2 gesprekken met afgevaardigden van het bestuur.



ARCADES Korfbalsport Deurne

Beleidsplan 2020-2024



Formeel 1 x jaarvergadering.
Evaluatiegesprekken met seniorenteam.

Geboden wordt

Het vrijwilligersbeleid is van toepassing.
Een zelfstandige en verantwoordelijke functie waarin de vrijwilliger zich optimaal kan ontplooiën.

Kwalificaties

Flexibele instelling en stressbestendig
Ervaring als speler en/of trainer op redelijk niveau
Flexibele en sociale instelling en kwaliteiten
Met mensen kunnen omgaan
Gezonde dosis humor

Gewenst

Ervaring in een leidinggevende functie
Eventueel diploma korfbaltrainer
Sympathiseren met het beleid en de visie van de vereniging

5.2 Jeugdcoördinator

De jeugd coördinator stuurt de jeugdtrainers in de leeftijdscategorieën A t/m F direct aan. Een tweede belangrijke taak is om verdere invulling van het technisch jeugdbeleid vorm te geven en te monitoren. Daarnaast heeft de jeugdcoördinator nog een aantal taken:

- ☐ De jeugd coördinator biedt waar nodig, ondersteuning en hulp bij trainingen in de vorm van uitleg en tips aan de desbetreffende trainer(s).
- ☐ De jeugd coördinator observeert trainingen/wedstrijden, signaleert problemen en speelt hier direct op in of in een extra trainingssessie. Onder het signaleren van problemen en het hier direct op in spelen vallen ook sociale problemen als strubbelingen binnen het team als tussen coach en team(leden). De jeugdcoördinator communiceert hierover geregeld met de Technische commissie en/of bestuur.
- ☐ Monitoren en bewaken dat trainers kinderen de vaardigheden aanleren zoals beschreven bij 'teams'.
- ☐ Het bieden van ondersteuning en hulp bij trainingen/wedstrijden in de vorm van uitleg en tips aan trainer(s), eventueel in samenwerking met de hoofdtrainer

**Beleidsplan
2020-2024**

6. Teams jeugd

Arcades korfbalsport heeft momenteel diverse jeugdteams. Dit beleidsplan heeft tot algemeen doel een verdere invulling te geven aan het ingezette beleid van de jeugdcoördinator en steun te geven aan trainers/coaches wat betreft jeugdleden trainen, coachen en begeleiden. Het geven van steun aan trainers vertaald zich in dit technisch beleidsplan onder andere in het geven van richtlijnen. Daarnaast worden de vaardigheden en prestaties van de verschillende teams en hun spelers gevolgd.

Het centrale uitgangspunt van de technische commissie is om ieder spelend jeugdlid zoveel mogelijk in staat te stellen op zijn of haar eigen niveau te spelen, zoveel mogelijk aansluitend bij iedere korfbalbeleving, zodat iedereen het maximale plezier beleeft aan zijn of haar sport.

6.1 Doelstellingen

- ☐ Duidelijkheid met betrekking tot vaardigheden voor jeugdploegen tot en met de A-junioren.
- ☐ Het gericht trainen van de jeugd zodat deze t.z.t. qua korfbal technisch spel nauw aansluiten op elkaar en een basisniveau hebben wat vereist is om uiteindelijk mee te kunnen trainen en spelen in de seniorenselectie.
- ☐ Het creëren van een duidelijke doorgaande lijn in de trainingen van de diverse leeftijdscategorieën die weer nauw aansluiten bij de vaardigheden.
- ☐ Het bieden van houvast aan de jeugdtrainers binnen de vereniging (op welke vaardigheden ligt het accent bij een bepaalde leeftijdscategorie, en hoe stem ik mijn training daar op af).

Beleidsplan 2020-2024

6.3 Jeugdtrainers / coach

Profiel goede jeugdtrainer

Zonder volledig te willen zijn worden een aantal belangrijke eigenschappen van een goede jeugdcoach/trainer genoemd;

- ☐ Het vermogen te kunnen luisteren naar de groep
- ☐ Op positieve wijze de groep kunnen stimuleren en trainen
- ☐ Enthousiasme en spelvreugde uitstralen naar de groep
- ☐ Kunnen incasseren (accepteren dat de groep wel eens dwars kan liggen)
- ☐ Kennis van het spel bezitten en methodisch/didactisch kunnen lesgeven op het niveau van de groep
- ☐ Kunnen werken volgens de lijnen van het jeugdbeleidsplan
- ☐ Kunnen communiceren met diverse groeperingen zoals de groep, ouders en de jeugdcoördinator.
- ☐ Aangestuurd en gecorrigeerd willen en kunnen worden door de jeugd coördinator.

Verantwoordelijkheden trainer:

- ☐ Vaardigheden per leeftijdscategorie aan kinderen leren.
 - ☐ Signaleren van problemen en deze doorspreken met de jeugd coördinator.
 - ☐ Let op de veiligheid
 - ☐ Een training is er om beter te leren korfballen. Zorg er als trainer dus voor dat elke training *nieuwe uitdagende oefeningen* bevat.
 - ☐ Een training is er niet om mensen bezig te houden, *kinderen vinden het leuk om spelletjes te spelen, maar ze moeten wel korfbal leren.*
1. Doe een oefening niet te lang achter elkaar, dit bevordert de concentratie niet.
 2. Praatje, plaatje, daadje.
 - ☐ **Vertel** eerst hoe een oefening uitgevoerd moet worden
 - ☐ Laat daarna **zien** hoe de oefening uitgevoerd moet worden. Dit kan door het zelf voor te doen, of door een groepje het voor te laten doen.
 - ☐ Laat daarna de mensen de oefening **uitvoeren**.
 3. Een training bevat **3 kernen**:
 - ☐ **Warming up**: om de spieren warm te maken en de gedachten van de mensen op korfballen te laten focussen

Beleidsplan 2020-2024

☐ **Kern:** In de kern van de training moeten verschillende oefeningen bijdragen aan de doelstellingen

☐ **Slot:** eindig een training met een leuke oefening (partijtje of een fun-oefening) om mensen met een goed gevoel naar huis te laten gaan.

4. Een leerproces van techniek en tactiek bestaat uit de volgende fases:

☐ Aanleren

☐ Verbeteren

☐ Automatiseren (zodat de spelers het geleerde kunnen uitvoeren zonder te hoeven nadenken)

☐ Bijhouden (om te voorkomen dat de vaardigheid vervalt.

Corrigeer op verschillende manieren. Sommige mensen moeten streng toegesproken worden, andere d.m.v. een grapje, weer andere zien het pas als je de fout voor doet.

Geef **complimenten** als het goed gaat. Veel mensen worden gestimuleerd met een pluim! Een kleine stap vooruit, kan al een enorm compliment waard zijn (bij elk kind!!)

Corrigeer kort en duidelijk, een training is geen praatgroep. Mensen komen om te *bewegen*, niet om *stil te staan en te luisteren*.

Zorg ervoor dat een oefening **duidelijk uitgelegd** wordt. Anders ben je daarna alleen maar bezig om te corrigeren. Kijk naar het leeftijdsniveau van kinderen dat je voor je hebt en pas je aan dat niveau ook aan.

Gebruik je **stem** door duidelijk te maken wat belangrijk is.

Zorg er tijdens een uitleg voor dat alle kinderen je kunnen **zien** . Laat ze niet tegen de zon inkijken en probeer zo te gaan staan dat er achter je rug niks gebeurd (andere training bijv.) waardoor kinderen afgeleid kunnen worden.

Zorg tijdens een uitleg ervoor dat JIJ alle spelers kan zien!

Zorg ervoor dat je als trainster **correct gekleed** bent. Een trainingspak met noppen-/zaal schoenen is 100 x beter dan een spijkerbroek. Je hebt een voorbeeldfunctie naar de kinderen toe!

Zorg ervoor dat de training **op tijd start** en dat je als trainster op tijd (15 minuten voor aanvang training) aanwezig bent. De kinderen zijn dat ook!

Wij verwachten van een trainster **correct gedrag**. Ga niet bellen, sms-en, schelden tijdens een training.

Laat iedereen helpen opbouwen en afbreken !

Beleidsplan 2020-2024

7. Teams

In deze paragraaf worden de richtlijnen voor de vaardigheden van jeugd op korfbal (technisch) gebied aangegeven. Een belangrijk uitgangspunt is het 'allround' maken van spelers op zowel aanvallend-, als verdedigend gebied.

7.1 F-Jeugd

- ☐ In een training van F moet een trainer veel oefenstof in spelvorm aanbieden, waarbij verschillende bewegingsvormen aan de orde komen.
- ☐ De trainer zal de oefenstof moeten kiezen, die voor de F-jeugd van belang is om ervaringen op te doen met de basiselementen van korfbal.
- ☐ Met betrekking tot het prestatieniveau kan dan ook gesteld worden dat belangrijk is dat de F-jeugd leren omgaan met de bal en leren ervaren dat er een gezamenlijk spel gespeeld wordt.
- ☐ De trainer zal hierbij een stimulerende rol moeten spelen en het spelend leren van de welp begeleiden.
- ☐ De trainer zal een begin moeten maken met het aanleren van spelregelkennis.

Basisvaardigheden

- ☐ Afstandsschot, afstand vergroten en met passieve verdediger. *Handen stand, duimen onder de bal, armen strekken, ellebogen niet naar buiten, vingers gespreid aan de zijkanten (alleen de vingertoppen tot eerste kootje). Sprong omhoog, niet naar voren.*
- ☐ Strafworp
- ☐ Doorloopbal *Aanleren om lopend met de bal richting de korf een doorloper te nemen, wanneer dit goed gaat met aangever.*
- ☐ Aangeven doorloopbal *Op goede hoogte de bal aangeven voor de doorloper.*
- ☐ Gooien met één hand en met twee handen uit stand over korte afstanden (3m). kan vergroot worden.
- ☐ Vangen met twee handen uit stand, uit beweging en uit sprong. En een rollende bal.
- ☐ Beginnen met aandacht voor bewegingstechniek *stoppen, keren en lopen en daarnaast proberen om spelenderwijs de lenigheid te oefenen.*

Beleidsplan 2020-2024

- ☐ Beginnen met spelregelkennis.
- ☐ Verdedigen *Bij de tegenstander blijven, tussen paal en tegenstander(een op een duel) en de hand(en) opsteken. Behoud van verdedigende positie.*

Samenspeelvaardigheden

- ☐ Samenspelen in de aanval zonder een bepaald patroon *leren van de functies en het aanleren om de ruimtes binnen een vak te benutten*
- ☐ Leren wanneer vrij (in de aanval) geschoten kan en moet worden
- ☐ Vrije bal
- ☐ Balonderschepping

Training

- ☐ 1 x per week

7.2 E-Jeugd

Basisvaardigheden

- ☐ Afstandsschot *Handen stand, duimen onder de bal, armen strekken, ellebogen niet naar buiten, vingers gespreid aan de zijkanten (alleen de vingertoppen tot eerste kootje). Sprong omhoog, niet naar voren.*
- ☐ Strafworp
- ☐ Doorloopbal onderhands, bovenhands en aangeven.
- ☐ Afstandsschot uit beweging, links en rechts.- Uitwijkbal, links en rechts. *Lichaam te draaien richting de korf en bijsluiten van benen bij uitwijkbal*
- ☐ Gooien met een (rechts en links) en twee handen over langere afstand, stuiterbal en gooien op bewegende speler.
- ☐ Vangen met twee handen in stand en beweging.- Vangen met één hand in stand, links en rechts en stuiterbal.
- ☐ Bewegingstechnieken lopen, stoppen, van richting veranderen, achteruit lopen, draaien, sprinten
- ☐ Uitbreiden spelregelkennis.
- ☐ Verdedigen, 1-1 *Door de knieën, een been voor, schuiven (geen grote stappen), hand omhoog en tussen de paal en de dame.*

Beleidsplan 2020-2024

Samenspeelvaardigheden

- ☐ Vanuit 4-0 samenspelen en beginnen met een aanvalsopzet. Betere benutting van de vrije ruimtes in het vak (langere ballen, diagonalen, leren wanneer er geschoten kan/moet worden, doorbreken zonder en met bal.
- ☐ Aangeef verkrijgen
- ☐ Afvang verkrijgen *schatten waar de bal komt.*
- ☐ Vrije ballen
- ☐ Uitbrengen van de bal.
- ☐ Uitverdedigen.

Training

1 x per week

7.3 D-Jeugd

Basisvaardigheden

- ☐ Afstandsschot, uit beweging (links rechts) met actieve verdediger. *Handen stand, duimen onder de bal, armen strekken, ellebogen niet naar buiten, vingers gespreid aan de zijkanten (alleen vingertoppen tot eerste kootje) Sprong omhoog, niet naar voren.*
- ☐ Uitwijkbal *Uitwijk bal links en rechts uit een vloeiende beweging. Lichaam indraaien naar de korf.*
- ☐ Strafworp
- ☐ Doorloopbal onderhands en bovenhands met actieve verdediger *Schijnbeweging maken*
- ☐ Afstandsschot uit beweging, links en rechts.- Uitwijkbal, links en rechts.
- ☐ Gooien met een(rechts en links) en twee handen over langere afstand
- ☐ Vangen met twee handen in stand en beweging. - Vangen met één hand in stand
- ☐ Verdedigen, storen bij aanval tegenstander en ballijn verdedigen
- ☐ Bewegingstechnieken lopen, stoppen, van richting veranderen, achteruit lopen, draaien, sprinten
- ☐ Uitbreiden spelregelkennis.

Samenspeelvaardigheden



ARCADES Korfbalsport Deurne

Beleidsplan 2020-2024



☐ Vanuit 4-0 samenspelen en beginnen met een aanvalsopzet. Betere benutting van de vrije ruimtes in het vak en doorbreken zonder en met bal.

☐ Rebound innemen

☐ Aangeef verkrijgen

☐ Afvang verkrijgen *Inschatten waar de bal terecht komt en positie kiezen in de lijn van het schot.*

☐ Vrije ballen

☐ Uitbrengen van de bal.

☐ Uitverdedigen.

Training

1 x per week

7.4 C-Jeugd

Basisvaardigheden

☐ Afstandsschot, uit beweging (links rechts) met actieve verdediger *Handen stand, duimen onder de bal, armen strekken, ellebogen niet naar buiten, vingers gespreid aan de zijkanten. (alleen de vingertoppen tot eerste kootje) Sprong omhoog, niet naar voren.*

☐ Uitwijkbal *Uitwijk bal links en rechts uit een vloeiende beweging. Lichaam indraaien naar de korf.*

☐ Strafworp

☐ Doorloopbal onderhands en bovenhands, ook na uitwijkbeweging

☐ Omdraaibal

☐ Gooien met een en twee handen uit stand en beweging over langere afstanden

☐ Overpakken van de bal, links en rechts gooien

☐ Schijnworpen

☐ Vangen met een en twee handen in stand en beweging, links en rechts en uit sprong.

☐ Schijnbewegingen

Samenspeelvaardigheden

Beleidsplan 2020-2024

- ☐ Opvoeren van snelheid en handelen, baltempo
- ☐ Aanvalspatronen, systemen
- ☐ Leren wanneer er geschoten kan/moet worden.
- ☐ Doorbreken met en zonder bal.
- ☐ Nadruk op aanvallen zonder bal.
- ☐ Variaties achter de korf, wegtrekken
- ☐ Aangeven doorloopbal en afstandsschot met actieve verdediger
- ☐ Rebounden: opstellen, timing en uitblokken.
- ☐ Vrije bal
- ☐ Overname situaties
- ☐ Uitbrengen van de bal
- ☐ Conditietraining

Training

1 x per week

7.5 B-Jeugd

Basisvaardigheden

- ☐ Afstandsschot, uit beweging (links rechts) met actieve verdediger *Handen stand, duimen onder de bal, armen strekken, ellebogen niet naar buiten, vingers gespreid aan de zijkanten. (alleen de vingertoppen tot eerste kootje) Sprong omhoog, niet naar voren.*
- ☐ Uitwijkbal *Uitwijk bal links en rechts uit een vloeiende beweging op snelheid op een been, met verdediger. Lichaam indraaien naar de korf.*
- ☐ Strafworp.
- ☐ Doorloopbal onderhands en bovenhands *Looplijn verdediger afsnijden*
- ☐ Omdraaibal
- ☐ Snelheid van het schieten opvoeren.



ARCADES Korfballsport Deurne



Beleidsplan 2020-2024

☐ Gooien met een hand uit stand en beweging, links en rechts (over langere afstanden)
Gooien met twee handen uit stand en beweging (over langere afstanden) Stuitbal, met een hand links en rechts, twee handen. Bal in de sprong gooien, links en rechts.

☐ Overpakken van de bal, links en rechts.

☐ Schijnwerpen

☐ Vangen met één hand in stand en beweging, links en rechts.- Vangen in sprong met een en twee handen.

☐ Schijnbewegingen.

☐ Uitbreiden spelregelkennis.

Samenspeelvaardigheden

☐ Opvoeren snelheid van handelen.

☐ Variaties achter de korf en overnamesituaties. Doorbreken met en zonder bal. Reageren op de verdedigers.

☐ Aangeven doorloopbal en afstandsschot.

☐ Afvangen: opstellen, timing en uitblokken.

☐ Vrije bal uitbreiden

☐ Dode spelsituaties (beginbal, uitbal).

☐ Uitbrengen bal

☐ Verdedigen: (1-1), blokken van schot en doorloopbal.

☐ Overnamesituaties

☐ Samen verdedigen, overnemen

☐ Achterverdedigen, ballijn verdedigen, voorverdedigen, looplijn verdedigen

☐ Uitverdedigen

☐ Conditietraining

Training

1 x per week

Beleidsplan 2020-2024

7.6 A-Jeugd

Basisvaardigheden

- ☐ Afstandsschot, uit beweging (links rechts) met actieve verdediger *Handen stand, duimen onder de bal, armen strekken, ellebogen niet naar buiten, vingers gespreid aan de zijkanten. (alleen de vingertoppen tot eerste kootje) Sprong omhoog, niet naar voren.*
- ☐ Uitwijkbal *Uitwijk bal links en rechts uit een vloeiende beweging op snelheid op een been, met verdediger. Lichaam indraaien naar de korf.*
- ☐ Strafworp.
- ☐ Doorloopbal onderhands en bovenhands *Looplijn verdediger afsnijden*
- ☐ Omdraaibal
- ☐ Snelheid van het schieten opvoeren.
- ☐ Gooien met een hand uit stand en beweging, links en rechts (over langere afstanden)
Gooien met twee handen uit stand en beweging (over langere afstanden) Stuitbal, met een hand links en rechts, twee handen. Bal in de sprong gooien, links en rechts.
- ☐ Overpakken van de bal, links en rechts.
- ☐ Schijnworpen
- ☐ Vangen met één hand in stand en beweging, links en rechts.- Vangen in sprong met een en twee handen.
- ☐ Schijnbewegingen.
- ☐ Uitbreiden spelregelkennis.

Samenspeelvaardigheden

- ☐ Opvoeren snelheid van handelen.
- ☐ Variaties achter de korf en overnamesituaties. Doorbreken met en zonder bal. Reageren op de verdedigers.
- ☐ Aangeven doorloopbal en afstandsschot.
- ☐ Afvangen: opstellen, timing en uitblokken.
- ☐ Vrije bal uitbreiden
- ☐ Dode spelsituaties (beginbal, uitbal).



ARCADES Korfballsport Deurne

Beleidsplan 2020-2024



- ☐ Uitbrengen bal
- ☐ Verdedigen: (1-1), blokken van schot en doorloopbal.
- ☐ Overnamesituaties
- ☐ Samen verdedigen, overnemen
- ☐ Achterverdedigen, ballijn verdedigen, voorverdedigen, looplijn verdedigen
- ☐ Uitverdedigen
- ☐ Conditietraining

Training

1 x per week

De training en systemen moeten structureel worden afgestemd op die van de senioren selectie.