

spelbegeleider

F-jeugd

toernooivorm



**PLEZIER & GROEI
DAT IS JEUGDHANDBAL**

Inhoudsopgave

Inleiding.....	2
Speelwijze jongste jeugd.....	2
Geen scheidsrechter, coach = spelbegeleider	2
De Spelbegeleider	3
De kinderen.....	4
De gedragskenmerken bij de F-jeugd (7/8-jarigen).....	4
De lichaamskenmerken	4
Benodigdheden	5
Fouten en overtredingen	6
Communicatie met de kinderen	7
Communicatie met de spelbegeleider	8
Gebaren	9
Spelregels F-jeugd	10
Gezamenlijke afspraken	11



HandbalNL

Inleiding

Van een vrijwilliger binnen een vereniging wordt vaak veel verwacht. Het is dus belangrijk dat de vrijwilliger ook plezier beleefd aan de uitvoering van een taak. Dit plezier kan worden vergroot als ook de kennis en vaardigheden worden vergroot. Deze handleiding geeft de coaches van de F-jeugd de kennis die zij nodig hebben om een F-team te begeleiden. Voor deze begeleiding heb je altijd twee personen nodig; *een spelbegeleider* en *een teambegeleider*. De spelbegeleider staat in het veld, de teambegeleider zit op de bank. In dit document lees je hoe je deze rollen invult.

Speelwijze jongste jeugd

Het Nederlands Handbal Verbond heeft ervoor gekozen om het handbalspel bij de jongste jeugd aan te passen aan de ontwikkelingsfase waarin de kinderen zich bevinden. Naarmate de fysieke en cognitieve vaardigheden groeien, groeit het spel mee naar het volwassen handbalspel.

Geef kinderen hun spel terug.

Dat betekent dat het handbalspel niet bepaald wordt door de wijze waarop volwassenen het spel spelen. Het handbal bij de jongste jeugd kent een aangepaste bal (zachter en kleiner), aangepaste afmetingen van het speelveld en de doelen en bij het kind passende spelregels.

Belangrijke uitgangspunten:

1. Kinderen spelenderwijs kansen bieden om zich fysiek, mentaal en sociaal te ontwikkelen.
2. Kinderen kansen bieden veel te bewegen en samen te spelen.

Daar horen soms ook regels bij: wij gebruiken liever de term “afspraken”. Bij deze afspraken spelen de gedachte van fair play, het bieden van eerlijke kansen voor alle kinderen een belangrijke rol.

Geen scheidsrechter, coach = spelbegeleider

Natuurlijk zijn er mensen nodig die de afspraken bewaken.

In de volwassen sport, tijdens het spel, zijn dat de scheidsrechters. Bij de jongste jeugd (de F-jeugd) zijn dat de Spelbegeleiders. Waarom dit verschil?

Scheidsrechters worden vaak geassocieerd met het strikt hanteren van de regels en als gevolg daarvan met straffen.

Bij de Spelbegeleider gaat in de eerste plaats om kinderen begeleiden in hun spel. Daarbij gaat het om aanleren en corrigeren, niet om straffen.

De Spelbegeleiders zijn tevens leider(coach) van een team. Zij kennen het team, zijn thuis in de doelgroep en kunnen dus heel goed het spel begeleiden op een wijze die aansluit bij de kinderen. Het spel leid je samen met je collega spelbegeleider van het andere team. Bij elk F-team is een spelbegeleider/teamleider en een teambegeleider aanwezig. De teambegeleider zit op de bank en zorgt voor het wisselen, uitleg en verzorging indien nodig. De spelbegeleiders staan in het veld en begeleiden het spel.

In deze handleiding worden handvatten aangereikt om de vaardigheden en kennis, die nodig zijn om spelende kinderen te begeleiden, te vergroten. Wil je meer vaardigheden en kennis opdoen? Neem dan contact op met opleidingen@handbal.nl voor meer informatie over de Handbaltrainer 2 opleiding.

Heel veel plezier bij deze dankbare en belangrijke taak!

De Spelbegeleider

De spelbegeleider (coach) bij de F-jeugd heeft als taak om de kinderen spelenderwijs te begeleiden bij de eerste stappen in het handbalspel. Kinderen krijgen de vrijheid om te spelen, waar nodig stuurt de spelbegeleider bij. Hierbij worden geen straffen uitgedeeld, maar wordt waar nodig gecorrigeerd en uitleg gegeven.

Dat betekent dat de Spelbegeleider basiskennis dient te hebben van:

- De afspraken over de toepassing van de spelregels bij de F-jeugd
- De gedrags- en lichaamskenmerken die bij de leeftijd horen
- De spelopvatting bij de F-jeugd

De vaardigheden die de Spelbegeleider nodig heeft:

- Communiceren met kinderen
- Communiceren met teambegeleiders
- Kunnen omgaan met gedrag van kinderen, collega spelbegeleiders, teambegeleider en ouders

Daarnaast weet de Spelbegeleider:

- Waar en wanneer hij/zij een wedstrijd leidt
- Wie binnen de vereniging zaken rond de Spelbegeleider regelt
- Wie binnen de vereniging aanspreekpunt is voor onwenselijke situaties

De teambegeleider ondersteunt de spelbegeleider. Ook de teambegeleider heeft de taak de kinderen te begeleiden in het handbalspel. De teambegeleider doet dit op de wisselbank en heeft dus veel meer één op één contact met de kinderen. De teambegeleider legt rustig uit, geeft tips en complimenten.

Dat betekent dat de teambegeleider basiskennis dient te hebben van:

- De afspraken over de toepassing van de spelregels bij de F-jeugd
- De gedrags- en lichaamskenmerken die bij de leeftijd horen
- De spelopvatting bij de F-jeugd

De vaardigheden die horen bij de teambegeleider:

- Communiceren met kinderen
- Communiceren met teambegeleiders
- Kunnen omgaan met gedrag van kinderen en ouders



De kinderen

Elke leeftijdscategorie heeft te maken met specifiek gedrag en kenmerken van de kinderen. Als spelbegeleider is het belangrijk hier enige kennis van te hebben. Als je deze kennis hebt, kun je je vaardigheden optimaal inzetten voor het beste resultaat.

De gedragskenmerken bij de F-jeugd (7/8-jarigen)

De kinderen

- zijn speels en enthousiast: reageren zonder na te denken
- hebben moeite met concentratie
- zijn weinig sociaal en handelen sterk van uit "ik"
- hebben wisselende stemmingen: huilen en lachen volgen elkaar snel op

De lichaamskenmerken

De kinderen

- hebben sterk wisselende bewegingsdrang (hollen <> stilstaan, klimmen <> balanceren)
- hebben beperkte coördinatie en oriëntatie
- hebben beperkte reactiesnelheid
- hebben beperkte motoriek
- hebben een kort concentratievermogen

Deze gedrags- en lichaamskenmerken hebben natuurlijk invloed op de wijze waarop het kind met handbal bezig is. De Spelbegeleider mag een kind niet straffen op basis van deze kenmerken. Daar staat wel tegenover dat kinderen niet onbeperkt alles mogen doen. Dit zou ten kosten kunnen gaan van de spelvreugde van een ander kind en past dus niet bij de uitgangspunten van Fair-Play.

De rol van Spelbegeleider/Coach is uiterst belangrijk om het kind duidelijk te maken wat kan en wat mag in het handbalspel.



Benodigdheden

Kennis en vaardigheden zijn eigenlijk het enige wat je nodig hebt. Wanneer je niet een heel luide stem hebt is het handig een fluit te gebruiken om even de aandacht te vragen.



Gebruik als spelbegeleider een simpele fluit, waarbij het geluid wordt veroorzaakt door een balletje in de fluit. Een fijn alternatief is de handfluit.

Tip: loop niet steeds met de fluit in de mond. Buiten dat het niet prettig voelt, geeft het ook een beeld dat je snel wilt fluiten. Gebruik deze fluit zo min mogelijk.



Veel scheidsrechters gebruiken de FOX als fluit: gebruik deze fluit niet bij kinderen. De hoge, schrille toon schrikt kinderen af.



Omdat het straffen bij kinderen niet van toepassing is, heeft de spelbegeleider geen gele en rode kaarten nodig.



Het scorekaartje is niet nodig, uitslagen en standen worden niet bijgehouden bij de F-jeugd.



In Sportlink moet nog wel een uitslag ingevuld worden, anders blijft de wedstrijd in het systeem staan. De afspraak is altijd 0-0 in te voeren, behalve als het verschil in speelsterkte heel groot is. Dan voer je een 1 in voor het team dat veel sterker is.

Bijvoorbeeld A speelt tegen B en B is veel sterker. De uitslag in Sportlink van de wedstrijd A-B is dan 0-1. De spelbegeleider/coach van de eerst genoemde vereniging voert de

uitslag in.

Fouten en overtredingen

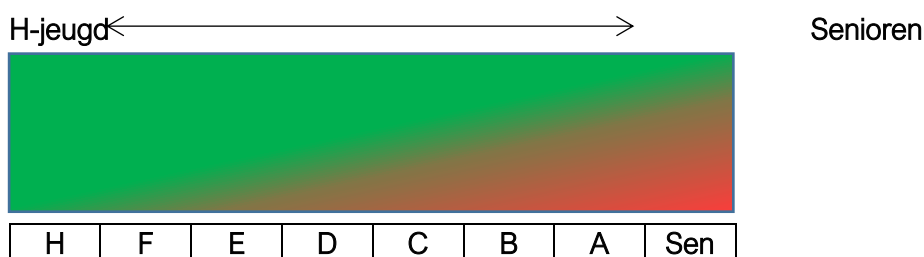
Het wordt al eenvoudiger als wij de spelregels indelen in *fouten* en *overtredingen*.

Fouten hebben betrekking op technische elementen, *overtredingen* hebben te maken met gedrag ten opzichte van de tegenstander.

Als we vanaf de jongste jeugd tot aan de senioren een grafiekje maken met daarin de verhoudingen tussen de jongste jeugd en de senioren dan zien we dat overtredingen toenemen naarmate men ouder wordt.

Rood = overtredingen

Groen = fouten



Uiteraard is het een grove weergave, waarmee wij duidelijk willen maken dat overtredingen bij kinderen matig voorkomen en bijna altijd onbewust worden gemaakt.

Daar staat tegenover dat fouten bij kinderen vaak voorkomen en dan bedoelen wij de fouten op handbal-technisch gebied.

De meest gemaakte **fouten** bij de F-jeugd zijn:

- Lopen: veel kleine voetverplaatsingen
- Lang de bal vasthouden: zoekend naar afspeelpunt
- Stuiten/tippen: men heeft nog onvoldoende technische vaardigheid
- Gebruik van de lijnen op het veld: men weet de betekenis onvoldoende

Als er **overtredingen** gemaakt worden, dan hebben deze bijna altijd te maken met:

- Een beetje vasthouden
- Omklemmen
- Afstand houden

Verschil met de officiële regels met betrekking tot omklemmen en afstand houden:

Bij de F-jeugd zie je vaak dat een kind (en soms meerdere kinderen) om een balbezitter heen lopen en springen om het afspelen onmogelijk te maken ("afdakje" maken). De balbezitter gaat dan veel kleine pasjes maken om dit te ontwijken.

Bij de F-jeugd is afgesproken dat kinderen in balbezit een vrijheid van spelen moeten hebben. Het offensieve verdedigen moet zich richten op het onderscheppen van de bal en niet op het contact maken met de balbezitter.



Open hand gebaar

Om de kinderen en coaches te helpen herinneren aan de offensieve dekkingsvorm is het 'open hand' gebaar opgenomen in de jeugdscheidsrechters opleiding.

Dit gebaar wordt in de E en D jeugd ook gebruikt. Bij de F jeugd leren we de kinderen, coaches en spelbegeleiders aan om te reageren op dit gebaar zodat ze actief proberen in balbezit te komen. Ook hier geldt: als spelbegeleider leg je uit wat de spelers moeten doen bij het zien van dit gebaar, om vervolgens verder te spelen.

Communicatie met de kinderen

Kijkend naar de meest voorkomende fouten, kan de spelbegeleider in woord en gebaar een kind prima uitleggen wat er niet goed gaat. Wees duidelijk en consequent. Kinderen leren snel bij het zien van plaatjes en beelden. Als je een beeld (gebaren) laat zien en je geeft een korte uitleg, dan weten de kinderen een volgende keer bij een gebaar al wat je bedoelt.



Voorbeeld:

De bal gaat over de zijlijn en het is een inworp.

Als spelbegeleider geef je het gebaar Inworp aan en je zegt vervolgens:

“Als de bal over de lijn is, dan is het een inworp. Dan doe ik zo (het gebaar Inworp)

Je zet dan één voet op de lijn en gooit de bal”.

Uiteraard op kindvriendelijke toon.



Een ander voorbeeld:

Een kind loopt met de bal in de hand 6 passen en scoort. Juichend en lachend draait hij zich om.

Als spelbegeleider geef je het gebaar teveel passen aan.

“Je geeft het kind een compliment over het doelpunt en vraagt of het weet hoeveel passen je bij handbal mag maken? Ja, je mag er maar drie, je krijgt hier een vrije worp om de aanval opnieuw te beginnen”.

Fouten bestraf je niet, je legt uit en geeft het kind en z'n team een nieuwe kans. Een cirkelbal is altijd een uitworp voor de keeper. Een bal over de zijlijn is altijd een inworp.

Denk bij het geven van uitleg ook altijd even aan het feit dat spelbegeleiders groter zijn dan de kinderen. Dat betekent dat voorkomen moet worden dat het kind “omhoog moet kijken” als je uitleg geeft.

Je maakt het voor het kind het meest prettig als je even door de knieën zakt, zodat je zoveel mogelijk op ooghoogte contact hebt.

De gebaren maak je natuurlijk wel rechtop staand.

Hou er zoveel mogelijk rekening mee dat je één kind niet meerdere keren hetzelfde gaat uitleggen! Als je dit wel zou doen, dan kan er een verkeerde beeldvorming ontstaan (“dit kind snapt het nog steeds niet”).

De beste optie voor uitleg is:

- zorg dat meerdere kinderen de uitleg horen
- wees duidelijk in je gebaar en uitleg zodat andere volwassenen de kinderen een volgende keer in dezelfde situatie of op de wisselbank nog extra uitleg kunnen geven

Communicatie met de spelbegeleider

Samen met de spelbegeleider/coach van andere partij leid je het spel.

De spelbegeleider/coach is verantwoordelijk voor het spel op de helft waar zijn team verdedigd. Ga samen vooraf in overleg om te bespreken hoe de teams ervoor staan.

Maak, voorafgaand aan de wedstrijd, altijd even afspraken met de teamleiding over elkaars taken.

Het is voor een kind onprettig en verwarrend als er door meerdere personen op verschillende wijzen aanwijzingen worden gegeven, zeker als dit op harde toon gebeurt.

Ook zal het bijzonder onaangenaam zijn als er tegengestelde uitleg wordt gegeven of als teamleiders kritische opmerkingen plaatsen richting de spelbegeleider. Het draait altijd om positief coachen!

In eerste instantie geeft de spelbegeleider uitleg. Deze uitleg dient duidelijk te zijn en zo kort mogelijk. Laat andere kinderen niet te lang wachten op de uitleg: zij willen spelen.

Mocht de uitleg door de spelbegeleider door een kind niet goed begrepen worden, dan neemt de teambegeleider verdere uitleg over, zonder dat het spel onderbroken wordt. De teambegeleider kan dit het best met het kind bespreken op de wisselbank, in de pauze, na de wedstrijd of meenemen naar een eerstvolgende training. Uiteraard is de situatie of het voorval hierbij bepalend.

Het kan voorkomen dat het ene team veel sterker is dan het andere team en er dus van Fair-Play (=meedoen) geen sprake is.

De spelbegeleiders en teambegeleiders gaan in dit geval afspraken maken om zoveel mogelijk gelijkheid te creëren. Het wedstrijdresultaat mag nooit centraal staan. Het gaat om het spelplezier van twee teams en de ontwikkeling van vaardigheden van de individuele kinderen. Uitgangspunt bij eventuele aanpassingen is de kracht van het zwakkere team.

Winnen mag nooit het ultieme doel zijn!

Voorbeeld aanpassing :

Het sterkere team gaat met een speler minder verdedigen. Dit kun je doen door degene die op doel heeft gegooid naar de kant te roepen. De spelbegeleider geeft deze speler een extra opdracht voor de volgende schot op doel. (gooi met een stuit, maak een extra hoog sprongschot, spring op je andere been, spring met twee benen etc.). Het zwakkere team heeft nu meer ruimte om ook richting het doel te komen. Wanneer het sterkere team weer in balbezit is en het hele team over de middellijn is mag de speler aan de kant weer mee doen.

Na afloop van de wedstrijd bespreken de spelbegeleiders/coaches en de teambegeleiding even kort hun onderlinge functioneren. Vermijd hierbij discussie, waarbij een welles/nietes gesprek ontstaat. Uitgangspunt blijft steeds het spelplezier van het kind.

Wedstrijdresultaat en/of juiste toepassing van de spelregels en afspraken zijn altijd ondergeschikt.

Gebaren

De gebaren die bij de F-jeugd van toepassing zijn:

Als een kind op de cirkel komt (daarna een uitworp)



Als een kind teveel passen maakt



Tweemaal stuiten



Richting aangeven voor een vrije worp



Richting aangeven voor een inworp



Verdedig om in balbezit te komen. Probeer de 1 op 1 dekking toe te passen.



Spelregels F-jeugd

Hieronder vind je een aantal aanpassingen op de spelregels zoals we die gewend zijn vanuit het volwassen handbal. De regels zijn aangepast zodat deze passend zijn bij de belevingswereld en capaciteiten van de spelers. Het uitgebreide spelregels document voor de F-jeugd vind je op de website: www.handbal.nl/kennisbank/spelregels

Ben je benieuwd naar de officiële spelregels zoals deze in het volwassen handbal worden gespeeld? Ook deze vind je terug op de website via de link hierboven.

1. Het speelveld is 20 meter lang en tussen de 12 en 16 meter breed, afhankelijk van de beschikbare accommodatie.
2. De cirkel ligt op 5 meter van het doel, gemeten vanuit het midden van het doel.
3. Het doel is 160 cm hoog en 200 cm breed. (de mobiele doeltjes van 170x220 zijn ook toegestaan).
4. Een wedstrijd duurt 20 minuten inclusief shoot-out en wisseltijd. In bepaalde gevallen kunnen andere speeltijden afgesproken zijn. Lees hiervoor het toernooireglement.
5. Er wordt gespeeld met een zachte bal, waarmee kan worden gestuit. De afmeting van de bal is tussen 42 en 47 cm en de bal weegt tussen de 170 en 210 gram. Het verschil in afmeting en gebruik wordt mede bepaald aan de hand van de vaardigheden van de kinderen.
6. Een team bestaat uit 4 spelers in het veld, van de veldspelers gaat steeds een ander het doel verdedigen.
7. De keeper gaat ook altijd als veldspeler meespelen, waardoor een overtal kan ontstaan (3 tegen 4).
8. Staan er door een misverstand even 2 keepers in het doel en er wordt gescoord, dan speel je gewoon door. Als de bal wordt gestopt, krijgt het aanvallende team de bal terug.
9. Er kan alleen gescoord worden als je als balbezitter je eigen speelhelft hebt verlaten en je op die van de tegenstander bevindt.
10. Wanneer er gescoord wordt omdat er nog geen keeper op doel staat, krijgt de scorende partij een vrije worp vanaf eigen speelhelft. Het spel wordt hervat zodra alle verdedigers terug zijn op hun eigen helft.
11. Op eigen speelveldhelft wordt altijd offensief gespeeld om zo snel mogelijk weer in balbezit te komen. De kinderen staan dus niet met hun handen omhoog aan de cirkel te wachten, maar proberen de bal te veroveren.
12. Het is niet toegestaan om één (vaardige) speler persoonlijk te verdedigen.
13. Na elk doelpunt gaat het spel verder met een uitworp voor de keeper vanuit het eigen doelgebied.
14. Als de bal over de achterlijn gaat, gaat het spel verder met een uitworp voor de keeper, ook als de bal het laatst is aangeraakt door een verdediger.
15. Het maken van (technische) fouten, zoals lopen, 2x stuiten, 3-secondenregel, foute uitvoering van een worp, wordt niet bestraft met een vrije worp. De spelbegeleider geeft kort uitleg aan de speler die de fout maakte. Het spel gaat verder met de bal voor het team dat op dat moment in balbezit was.
16. Het maken van fouten van de verdediger los je zoveel mogelijk op door uitleg tijdens het spel. Wanneer het spel door de fout van de verdediger niet door kan gaan geef je een vrije worp aan de aanvaller.
17. Bij de F-jeugd worden geen scores bijgehouden en geen standen gepubliceerd.
18. Na afloop van elke wedstrijd worden shoot-outs gehouden. De regels hierbij:
 - de spelbegeleider checkt of er een keeper in het doel staat;



- ieder kind tipt -na een kort fluitsignaal van de spelbegeleider- vanaf de middenlijn richting doel en probeert van buiten de cirkel te scoren;
- als een kind onderweg de bal verliest, dan mag het kind vanaf die plek gewoon verder gaan;
- de shoot-outs worden om en om genomen. De speler die afrond wordt vervolgens keeper.
- bij het nemen van shoot-outs wordt telkens van keeper worden gewisseld: de spelbegeleider controleert wel steeds vooraf of er een keeper in het doel staat.

Gezamenlijke afspraken

Het publiek (en dus ook de ouders) beperken zich tot het op sportieve wijze aanmoedigen van de kinderen. Zij geven geen aanwijzingen aan kinderen; kinderen dienen spelend te mogen leren. Tips en aanwijzingen komen vanuit de spelbegeleiders. Deze aanwijzingen worden op positieve en stimulerende wijze gegeven. Dat geeft duidelijkheid voor de kinderen.

