

DE ENTER TRAINER

48

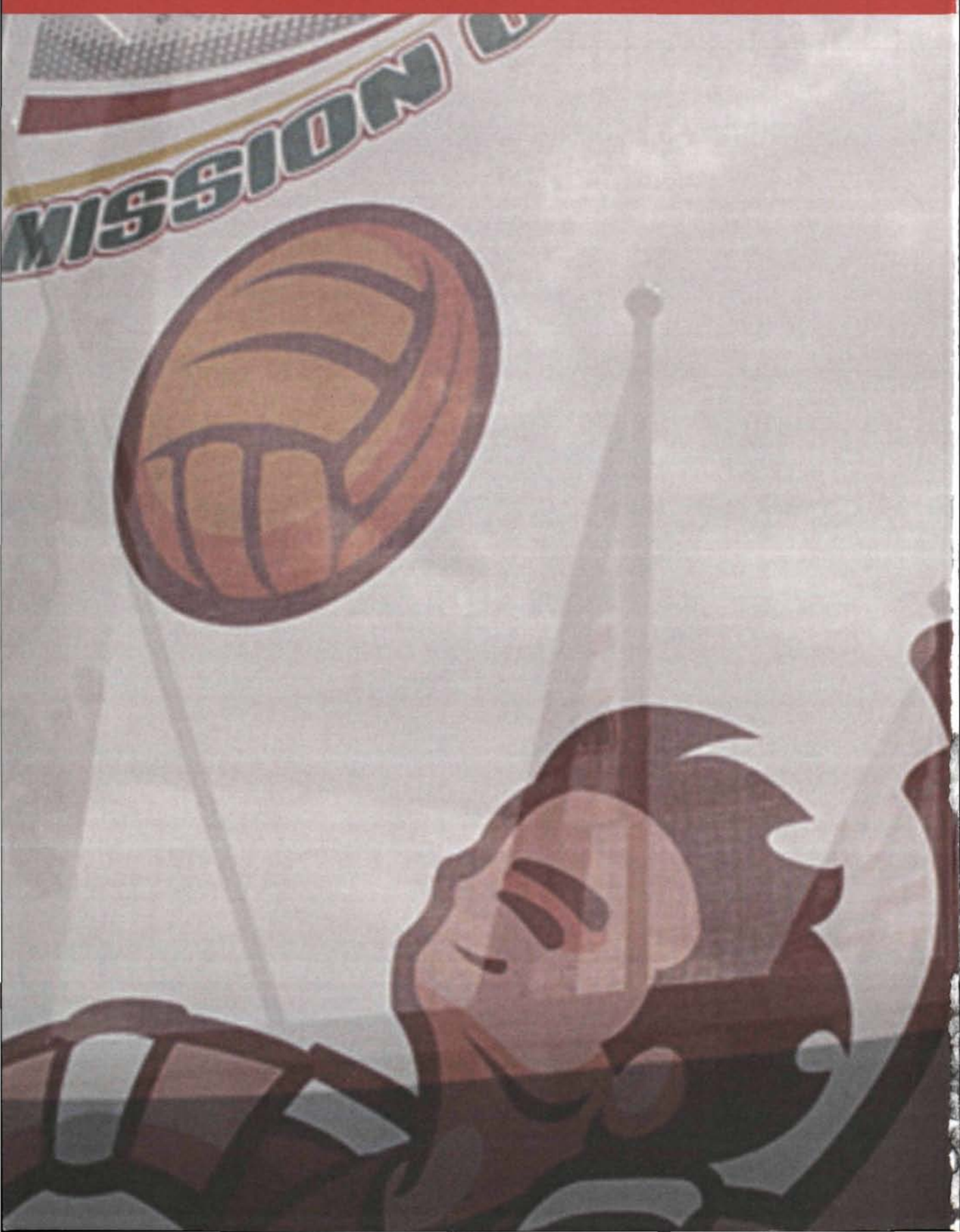
OP WEG NAAR
MEER JEUGDGERICHTHEID
IN DE SPORTVERENIGING



MISSION OLYMPIC
THE CITY

04/48

MISSION OLYMPIC



Deze brochure is ontwikkeld in het kader van Mission Olympic. Mission Olympic is een programma van Coca-Cola Nederland B.V. en NOC*NSF om de sportparticipatie van jongeren tussen de 12 en 18 jaar te bevorderen. Met deze samenwerking onderstrepen beide partijen de sociale rol van de georganiseerde sport en het belang van sport als onderdeel van een actieve leefstijl.

Mission Olympic, The City is een mobiele sportstad die sinds 2003 in diverse Nederlandse steden wordt ingezet. Het doel van Mission Olympic, The City is dat jongeren in vogelvlucht en kosteloos met verschillende vormen van sport kennismaken en het plezier van sport ervaren. De Olympische idealen, sportiviteit en respect, nemen daarbij een belangrijke plaats in. In alle steden waar de sportstad wordt geactiveerd werken NOC*NSF en Coca-Cola nauw samen met gemeenten, sportbonden en lokale sportverenigingen. Mission Olympic, The City vormt een uitgelezen podium voor de lokaal georganiseerde sport, om zich in een streetwise setting te presenteren aan de jongeren. Uitgangspunt van alle betrokkenen is om ook na het City-evenement jongeren te kunnen blijven boeien voor de sport en een actieve leefstijl.



The power of sports



VOORAF

Lukt het uw club maar niet om bepaalde groepen onder de jeugd te bereiken?

Kampt uw vereniging met veel uitvallers in de leeftijd van 14-18 jaar?

Laat de trainingsopkomst bij sommige groepen jeugd te wensen over?

Wilt u de jeugd meer bij de club betrekken?

Weet uw club niet goed hoe het jeugdbeleid handen en voeten te geven?

Lopen de jeugdtrainingen niet lekker?

Altijd al willen weten waar je nou op moet letten in de omgang met jongeren?

Wordt het tijd voor nieuwe nevenactiviteiten voor de jeugd?

Neemt uw vereniging de jeugd en de jeugdopleiding serieus?

Of bent u gewoon op zoek naar manieren om het sportaanbod voor de jeugd verder te verbeteren?

Als u een of meer van bovenstaande vragen met 'ja' heeft beantwoord, dan is deze brochure echt wat voor uw sportvereniging! De brochure is bedoeld voor het jeugdkader van uw vereniging, zoals de jeugdcoördinator, jeugdcommissie en vooral jeugdtrainers en -begeleiders. In de brochure vinden zij antwoord op bovenstaande en vele andere vragen. Tal van praktische tips en aandachtspunten, die stuk voor stuk gebaseerd zijn op voorbeelden en ervaringen uit de verenigingspraktijk, helpen uw club op weg naar meer jeugdgerichtheid.

Succes!

INHOUD

1.	JEUGDGERICHTHEID: OVER HET WAT, WAAROM EN HOE	4
1.1	Werven van jeugdleden: dweilen met de kraan open?	4
1.2	Jeugdgerichtheid: sluit aan op wensen en mogelijkheden!	4
1.3	Jeugdparticipatie: betrek jeugdleden bij hun sport en club!	6
1.4	Leeswijzer: wat vindt u waar in deze brochure?	7
2.	JEUGDGERICHTHEID OP HET SPORTVELD: ENTERTRAINMENT!	8
2.1	De ene jongere is de andere niet	8
2.2	Naar een jeugdgerichter sportaanbod: entertrainment!	15
2.3	Beter omgaan met de jeugd: hoe stel je je op?	21
3.	JEUGDGERICHTHEID IN ORGANISATIE EN BELEID	24
3.1	Jeugdcoördinator, jeugdvisie en jeugdbeleid	25
3.2	Jeugdgerichtheid buiten het sportveld	26

JEUGDGERICHTHEID OVER HET WAT, W

1.1 WERVEN VAN JEUGDLEDEN: DWEILEN MET DE KRAAN OPEN?

Van oudsher neemt de jeugd een belangrijke plaats in binnen sportverenigingen. Zij vormen doorgaans een aanzienlijk deel van het ledenbestand. Bovendien heeft de jeugd de toekomst. Jeugdleden moet je als club dan ook koesteren. Je moet ervoor zorgen dat ze zich thuis voelen bij de vereniging en er graag blijven komen. Gelukkig geldt dat voor een groot aantal jongeren. Van de Nederlandse jeugd van 6 tot 18 jaar is bijna twee op de drie lid van een sportvereniging. Een ongekend aantal. Maar er is ook een punt van zorg. Een aantal groepen blijkt namelijk buiten de boot te vallen. Met name allochtone jeugd en jongeren uit achterstandswijken weten de weg naar de sportvereniging maar moeilijk te vinden. Bovendien kampen veel clubs met uitvallers in de leeftijd van 14 tot 18 jaar. Ledenwerving binnen sportverenigingen heeft daarmee veel weg van dweilen met de kraan open. Terwijl de instroom groot is, verdwijnen bestaande jeugdleden.

1.2 JEUGDGERICHTHEID: SLUIT AAN OP WENSEN EN MOGELIJKHEDEN!

Hoe komt het toch dat zoveel jongeren de verenigingssport zo rond hun 15e levensjaar de rug toekeren? Is het de school die meer aandacht vraagt? Zit de jeugd vandaag de dag liever achter de computer te gamen of uitgezakt op de bank te zappen? Of staat de krantenwijk of het baantje bij de plaatselijke supermarkt het sporten in de weg?

Ongetwijfeld zullen al dit soort redenen invloed hebben. Maar opvallend is dat er toch ook sportverenigingen zijn, die het wel lukt de jeugd te behouden voor de club. Kennelijk zijn deze verenigingen wél in staat de concurrentie met andere vrijetijdsactiviteiten aan te gaan. Wat maakt deze verenigingen nu zo aantrekkelijk voor de jeugd?

Andere groep, andere aanpak

Het toverwoord is jeugdgerichtheid. Dat betekent zoiets als: aansluiten op de wensen, mogelijkheden en kenmerken van de jeugd. Je moet er als vereniging voor zorgen dat het aanbod aan sport- en nevenactiviteiten en ook de sfeer in de vereniging aantrekkelijk genoeg is en blijft voor jongeren.



D: WAAROM EN HOE

Want als het plezier minder wordt krijgen andere activiteiten na verloop van tijd voorrang. Dat klinkt logisch en eenvoudig. Maar in praktijk blijkt dat toch niet zo makkelijk. Want niet alleen hebben jongeren hele andere voorkeuren, motieven en ideeën dan volwassenen, ook tussen jeugdleden onderling bestaan grote verschillen. Een 8-jarige valt niet te vergelijken met een 13-jarige, die op zijn beurt weer totaal anders moet worden benaderd dan een puber van 17. Maar ook binnen elke leeftijdscategorie bestaan grote verschillen. Zo behoeven goede en minder getalenteerde sporters elk een andere aanpak.

Jeugdgerichtheid: meer dan aansprekende sport- en nevenactiviteiten

Natuurlijk houdt elke sportvereniging hier al rekening mee, maar de ervaring leert dat op dit punt nog veel te verbeteren valt. Jeugdgerichtheid heeft namelijk te maken met allerlei aspecten binnen uw club. Het zijn niet alleen de sport- en nevenactiviteiten die moeten aansluiten bij de wensen, mogelijkheden en kenmerken van de jeugd. Het is zaak om ook in de begeleiding, het beleid en de organisatie van de vereniging zoveel mogelijk rekening te houden met de jeugdleden. Met deze brochure dagen we u uit om te kijken waar in uw club mogelijkheden liggen om de jeugdgerichtheid te verbeteren. Daarvoor treft u vele praktische tips en ideeën aan.

1.3 JEUGDPARTICIPATIE: BETREK JEUGDLEDEN BIJ HUN SPORT EN CLUB!

Praat met in plaats van over de jeugd

Jeugdgerichtheid begint ermee de mening van de jeugd serieus te nemen. Een open deur misschien. Maar toch: Weet uw vereniging hoe de jeugd tegen de club aankijkt? Wat zij van de trainingen en nevenactiviteiten vinden? En is aan de jeugdleden wel eens gevraagd wat volgens hen anders, beter of leuker kan? Kortom: praat met in plaats van over de jeugd. Want alleen op die manier kom je achter hun werkelijke motieven, mening en wensen.

Maak ze medeverantwoordelijk

Vervolgens is het natuurlijk zaak om hier ook daadwerkelijk iets mee te doen. Dat betekent niet: klakkeloos doen wat jongeren vinden en vragen. Maar wel: luisteren en zoveel mogelijk in overleg kijken wat mogelijk is. Want de club is net zo goed van hen. Wat ligt er dan meer voor de hand dan de jeugd er zelf medeverantwoordelijk voor te maken? Niet alleen door ze over de club en haar activiteiten mee te laten denken, maar ook door ze geleidelijk steeds meer verenigingstaken toe te vertrouwen. Dat begint al met het klaarzetten van de spullen en het opruimen van de kleedkamer bij de pupillen. Jong geleerd is immers oud gedaan. Bij oudere jeugdleden kan dat langzaam worden uitgebreid met bijvoorbeeld het fluiten van pupillenwedstrijdjes (eerst oefenen tijdens de training!) of het meehelpen organiseren van toernooien.

Zonder jeugdparticipatie geen jeugdgerichtheid!

Het actief betrekken van jeugdleden bij het reilen en zeilen van de sportvereniging wordt ook wel 'jeugdparticipatie' genoemd. Jeugdparticipatie is onlosmakelijk verbonden met jeugdgerichtheid. Want wanneer jongeren zelf mede vormgeven aan de sport en de club, neemt hun plezier en binding met de vereniging toe en is de kans dat zij afhaken kleiner.



1.4 LEESWIJZER: WAT VINDT U WAAR IN DEZE BROCHURE?

Praten met in plaats van over de jeugd. Ze verantwoordelijkheden toevertrouwen. Aansluiten op hun mogelijkheden en wensen. Zie hier in vogelvlucht de belangrijkste uitgangspunten van jeugdgerichtheid. De vraag is echter: hoe geef je hier handen en voeten aan? Hoe pak je het concreet aan? Op die vragen gaan we hierna in. Praktische ideeën, tips en aandachtspunten, allen bedoeld om de jeugdgerichtheid van uw club te bevorderen, passeren de revue. Het accent ligt daarbij op het bevorderen van de jeugdgerichtheid op het sportveld, dus in trainingen en wedstrijden. Dat vormt

immers de kerntaak van de club. Hoe kun je de aantrekkelijkheid van de sportactiviteiten vergroten? Hoe zorg je ervoor dat de sportactiviteiten leuk én leerzaam zijn? Hoe kan de jeugdtrainer of -leider zich het beste opstellen? En welke rol kan de jeugd zelf spelen? Het antwoord op die vragen is te vinden in hoofdstuk 2.

Maar ook buiten de trainingen en wedstrijden om, op het vlak van organisatie en beleid, valt het nodige te doen aan jeugdgerichtheid. Wat en hoe? Dat leest u in hoofdstuk 3.



de club is net zo goed van hen

JEUGDGERICHTHEID SPORTVELD: ENTE

2.1 DE ENE JONGERE IS

DE ANDERE NIET

Jeugdgerichtheid op het sportveld wordt bepaald door drie zaken:

1. De jongeren: in hoeverre ben je als vereniging of trainer in staat in te spelen op de kenmerken, mogelijkheden en wensen van elk jeugdlid?
2. Het sportaanbod: zijn de trainingen en activiteiten aantrekkelijk en steekt de deelnemende jeugd er ook nog wat van op?
3. De houding van de jeugdtrainer of (bege)leider: kan hij of zij goed met de jeugd overweg?

Aan elk van deze drie onderdelen is in dit hoofdstuk een paragraaf gewijd met daarin diverse tips en aandachtspunten.

Tjeerd is 13 jaar en tennist al 5 jaar. Omdat hij vorig jaar al zijn wedstrijden met gemak won, heeft de trainer hem gevraagd of hij er wat voor voelde om dit jaar met een hogere leeftijdscategorie mee te doen. Eerst twijfelde Tjeerd wel even: winnen is natuurlijk leuk. Maar aan de andere kant: met zo weinig tegenstand is het ook niet echt een uitdaging. Na eerst een aantal trainingen op proef bij de oudere jongens speelt Tjeerd nu ook competitie met hen. En alhoewel hij nu regelmatig wedstrijden verliest, is hij toch blij dat hij is overgestapt. Want de wedstrijden en trainingen zijn nu veel uitdagender en dus leuker!

Tussen jongeren onderling bestaan grote verschillen. Jongens en meisjes, allochtoon en autochtoon, maar ook: stug en spontaan, sportief en niet zo sportief, druk en rustig. En ga zo maar door. Elke jeugdlid is anders. Die verschillen maken het werken met jeugd leuk en boeiend, maar ook moeilijk. Want het betekent dat elk jeugdlid een andere benadering behoeft. Als trainer of

D OP HET RTRAINMENT!



leider sta je voor de uitdaging de sportactiviteit waar mogelijk aan te passen aan de jeugd. Dat betekent vooral: veel met jongeren omgaan en met ze praten. Maar dan is het wel zo handig als je een beetje weet wat de jeugd vandaag de dag bezighoudt en kenmerkt (§2.1.1). Daarnaast is enige kennis over de ontwikkeling van jongeren nodig om te komen tot een op de jeugd toegesneden aanbod (§2.1.2).

OVER WIE HEBBEN WE HET?

In of uit?

Eerst een paar weetjes en feiten over de jeugd van nu. Wat is in en wat is uit?

- De tijd van vastomlijnde subculturen met specifieke kledingcodes en muziek is over. Een eigen identiteit en stijl creëren, daar draait het om. Daarvoor zappen jongeren, als heuse 'stylesurfers', door het leven op zoek naar nieuwe ervaringen.
- Echt is in. De jeugd van nu wil vooral zichzelf zijn en verwacht dat ook van anderen. Liever een eigen stijl of mening dan doen alsof. Authenticiteit is belangrijk.
- Tegelijk zijn ze relatief sterk groepsgericht; jongeren hangen sterk aan hun peergroup, de groep vrienden waar ze mee omgaan.
- 'Connecting' is dan ook in: jongeren zoeken op alle mogelijke manieren contact met elkaar. Ze sms-en, surfen, chatten en bellen er op los.
- Computer, internet en gameconsole kennen geen geheimen voor de jeugd van nu. Doordat ze zijn opgegroeid met virtuele omgevingen en beeldtaal zijn ze te typeren als 'screenagers'.
- Afzetten is uit. Met ouders en andere volwassenen kan het gros van de jongeren goed opschieten, mits ze serieus worden genomen. Er wordt wel gesproken van de conflictloze generatie.
- Bijbaantjes zijn in: ongeveer de helft van alle schoolgaande jeugd verdient wat bij op een doordeweekse avond of in het weekend.
- Jongeren zijn 'big spenders': geld moet rollen, vinden ze, maar ze willen wel waar voor hun geld. Het meest gaat op aan kleding, uitgaan, snacks, frisdrank en natuurlijk hun mobiele telefoon.
- Jongeren zijn echte stappers. Ruim de



helft van de 15-17 jarigen gaat regelmatig naar de disco, 60% gaat zo nu en dan buitenshuis eten en 50% bezoekt af en toe het café.

- Roken is uit. Een op de zes jongeren van 12 tot en met 17 jaar rookt, waarvan het gros slechts af en toe.
- Drinken is meer ingeburgerd onder 12-17 jarigen. Meer dan de helft drinkt zo nu en dan alcohol, van de 16- en 17-jarigen is dat bijna 70%.
- En 'last but not least': sport is nog steeds in. De sportvereniging heeft daarbij echter meer concurrentie gekregen van commerciële sportaanbieders (zoals fitnesscentra) en de straat.

Eigenschappen van jongeren

Alhoewel elke jongere anders in elkaar zit, anders denkt en anders reageert, zijn er wel enkele eigenschappen aan te wijzen, die je bij veel jongeren terugziet. Natuurlijk zijn er jongeren die van dit beeld afwijken. Bovendien gelden de eigenschappen hieronder voor de een sterker dan voor de ander. Maar het kan in ieder geval enig houvast geven in de omgang met jongeren in de sportvereniging.



Veel jongeren...

- reageren direct, open en eerlijk;
- hebben een talent voor het stellen van onverwachte vragen;
- zijn kritisch ingesteld;
- zijn in hun opvattingen vaak zwart-wit: iets is geweldig of 'not done';
- bluffen soms over alles kennen en kunnen, maar meestal komt dat voort uit onzekerheid;
- komen om dezelfde reden soms ongemotiveerd over;
- hebben angst voor nieuwe dingen;
- zijn concreet en praktisch ingesteld;
- vervelen zich snel;
- willen graag zelf ervaren, ontdekken en handelen;
- hebben tijd nodig voordat ze je vertrouwen; hun vertrouwen moet je eerst winnen;
- hebben behoefte aan duidelijke regels, zodat ze weten waar ze aan toe zijn.

2.1.2

AANSLUITEN OP ONTWIKKELINGSFASE

Elk kind ontwikkelt zich op z'n eigen manier en in z'n eigen tempo. Door daar in de trainingen of sportactiviteiten rekening mee te houden wordt de ontwikkeling bevorderd. Bovendien leidt het tot meer plezier in het sporten.

Hieronder volgen de belangrijkste kenmerken en aandachtspunten per ontwikkelingsfase. Voor het gemak zijn hierbij leeftijden vermeld, maar hou er ook hierbij rekening mee dat elke jongere zich anders ontwikkelt. Dat kan bijvoorbeeld reden zijn om een jeugdlid, dat zich snel ontwikkelt, na overleg met hem- of haarzelf bij een oudere leeftijdscategorie in te delen.

6-10 jaar: spelend sporten

Kenmerken

- grote bewegingsdrang, veel energie
- leergierig
- nieuwsgierig
- creatief, fantasierijk

Tips en aandachtspunten

- nadruk op spelend sporten
- veel variatie in de activiteiten
- meer demonstreren dan verbaal uitleggen
- niet of nauwelijks ingaan op tactiek

10-13 jaar: lerend sporten

Kenmerken

- gerichter bewegen
- toename zelfstandigheid
- begint eigen visie te krijgen
- gaat zich vergelijken met anderen

Tips en aandachtspunten

- aandacht voor techniek en tactiek
- wedstrijdvormen, maar ook spelen
- meer uitleggen: hoe en waarom
- nadruk op samenwerking en samenspelen

13-18 jaar: zelfsturend sporten

Kenmerken

- meer onafhankelijkheid
- wil eigen keuzes maken
- sterke oriëntatie op vrienden
- op zoek naar identiteit

Tips en aandachtspunten

- aanspreken op eigen verantwoordelijkheid
- keuzemogelijkheden bieden
- niet voor, maar samen met hen bepalen
- veel aandacht voor sociale aspect van sport



Kortom sluit aan op wat ze kunnen, begrijpen en willen!

De ene jongere is de andere niet, zoveel is duidelijk. Dat heeft gevolgen voor de sportactiviteiten, zoals de trainingen. Een standaardaanbod volstaat niet. Je moet het sportaanbod toesnijden op elke specifieke groep. Daarin zit ook de uitdaging! Daarbij gaat het steeds om de volgende drie kernvragen:

1. Wat kunnen ze?

bijv. Kunnen ze de oefening uitvoeren? Beschikken ze daarvoor over genoeg vaardigheden?

2. Wat begrijpen ze?

bijv. Snappen ze de bedoeling van deze oefening of is het (nog) te ingewikkeld?

3. Wat willen ze?

bijv. Willen ze liever spelen, gericht trainen of wedijveren? Waar ligt het accent?

Door als trainer regelmatig stil te staan bij deze vragen, bijvoorbeeld in de voorbereiding maar ook na afloop van trainingen, kun je de jeugdgerichtheid van de sportactiviteiten vergroten!



voorbeeld

'Het is belangrijk dat onze jeugdtrainers en –leiders dezelfde trainings- en wedstrijddoelen hantieren', zo vond het jeugdbestuur van voetbalvereniging Siveo '60 uit Zegveld. Daarom ontwikkelde zij in samenspraak met ervaren trainers en andere

deskundigen het volgende schema, dat aan het begin van elk seizoen onder de aandacht van de jeugdleiders en –trainers (vaak welwillende ouders) wordt gebracht.

F-pupillen (6/7 jaar)

Leeftijdskkenmerken

- snel afgeleid;
- speels, veel enthousiasme;
- individueel gericht;
- alle spelers op en om de bal.

Trainingsdoelen

- niets moet, plezier voor alles;
- veel spelletjes, veel variatie;
- zoveel mogelijk 1 bal per kind;
- voorzichtig leren vrijlopen.

Wedstrijddoelen

- niet te veel aangeven;
- winnen maakt niet uit;
- altijd positief;
- niet beginnen over tactiek.

E-pupillen (8-9 jaar)

Leeftijdskkenmerken

- meer teamgevoel en samenspel;
- meer concentratie;
- gerichtere balbehandeling;
- meer onderling vergelijken.

Trainingsdoelen

- er moet nog steeds niets;
- veel spelvormen, veel ballen;
- uitbouwen balbehandeling;
- begin koppen en dekken;
- goed en minder goed mengen.

Wedstrijddoelen

- zelf oplossingen laten zoeken;
- spelen op verschillende posities;
- niet zeuren als er iets mis gaat;
- benadruk overspelen en vrijlopen;
- winnen is niet bepalend.

D-pupillen (10-11 jaar)

Leeftijdskkenmerken

- meet zich met anderen;
- beheerst de eigen beweging;
- meer prestatie- en teamgericht;
- kan, wil en begrijpt meer.

Trainingsdoelen

- veel baltraining;
- met 2 benen leren trappen;
- start met positioneel denken;
- positief zijn tegenover elkaar.

Wedstrijddoelen

- voorzichtig plaatsgericht spelen;
- speelse voorbespreking;
- niet te veel wijzen op fouten;
- toezien op normen en regels.

C-junioren (12-13 jaar)

Leeftijdskkenmerken

- eigen mening ontwikkelt zich;
- geldingsdrang neemt toe;
- begin puberteit, groeispurt;
- bewuster leren en beoordelen.

Trainingsdoelen

- niet te veel lopen zonder bal;
- dwingen tot 2-benigheid;
- geen krachttraining;
- normbesef aanscherpen.

Wedstrijddoelen

- starten met positiespel en tactiek;
- speelse wedstrijdbespreking;
- meer wat en waarom uitleggen;
- toezien op gemaakte afspraken.

B-junioren (14-15 jaar)

Leeftijdskkenmerken

- minder controle ledematen;
- puberen;
- winnen wordt belangrijk;
- op zoek naar eigen grenzen.

Trainingsdoelen

- meer wedstrijdgericht trainen;
- duelvorming trainen;
- spel stilleggen/uitleg waarom;
- direct spel bevorderen.

Wedstrijddoelen

- benadrukken van teambelang;
- serieuze wedstrijdbespreking;
- wedstrijd evalueren na afloop;
- duidelijk grenzen stellen.

A-junioren (16-17 jaar)

Leeftijdskkenmerken

- fysiek/mentaal evenwichtiger;
- gaat rationeler denken;
- sterke eigen mening.

Trainingsdoelen

- wedstrijdgericht trainen;
- op wilskracht trainen.

Wedstrijddoelen

- teamgericht denken voor alles;
- beide benen op de grond houden;
- normbesef en afspraken 100%.

Overzicht trainings- en wedstrijddoelen op basis van leeftijdskenmerken (voetbalvereniging Siveo '60 uit Zegveld, 2003; hier iets ingekort)

2.2 NAAR EEN

JEUGDGERICHTER

SPORTAANBOD:

ENTERTRAINMENT!

Jeugdgerichtheid heeft natuurlijk vooral te maken met het aanbod aan sportactiviteiten. Het gaat dan met name om de trainingen. Hoe moeten die ingericht worden om ervoor te zorgen dat de jeugdleden met plezier deelnemen en er, als het even kan, ook nog wat van opsteken? Gebaseerd op de informatie over jongeren in de vorige paragraaf volgen hieronder ideeën, tips en aandachtspunten, die u daarbij op weg kunnen helpen.

Entertrainen: de balans tussen entertainen en trainen

Wanneer jongeren gevraagd wordt waarom ze aan sport doen, dan noemen ze meestal een combinatie van de volgende redenen:

"het is gewoon leuk om te doen"

"samen sporten is gezellig"

"het is leuk om je in een sport te verbeteren"

"winnen is leuk"

"het is goed voor je lijf"

Deze redenen zijn grofweg in twee categorieën onder te verdelen: plezier/gezelligheid en leren/winnen. Het is de uitdaging in te spelen op deze beide motivaties en daar een balans in te vinden: deelnemen aan de trainingen of sportactiviteiten moet leuk

zijn, maar moet er ook toe leiden dat de jeugdleden de sport steeds beter onder de knie krijgen. Het gaat dus steeds om een combinatie van entertainen en (gericht) trainen, of kortweg: entertrainen. Overigens gaan beide motivaties meestal samen: zonder plezier en lol wordt de training al gauw als een verplichting ervaren en dat is nou niet bepaald een ideale leersituatie. Andersom werkt het ook stimulerend voor jeugdleden als ze merken dat ze vooruitgang boeken. Hieronder volgen eerst tips om het plezier of 'entertainmentgehalte' van de sportactiviteiten te vergroten. Vervolgens wordt ingegaan op aspecten, die van belang zijn voor het stimuleren van het leerproces.

TIPS OM HET PLEZIER TE BEVORDEREN: ENTERTAINMENT

Alleen wanneer jongeren plezier hebben in de sport blijven zij voor de sport en de club behouden. Tijdens de sportactiviteiten moeten een goede sfeer en spelplezier dan ook voorop staan, zonder de sport daarbij uit het oog te verliezen.

Variatie

Altijd maar hetzelfde doen gaat op den duur vervelen. Om de aandacht van de jeugd vast te houden is veel afwisseling nodig. Variatie zit eigenlijk in de sport zelf opgesloten. Elke sport kent tal van spelsituaties, die er als oefening 'uitgelicht' kunnen worden. Bijv. 1-tegen-1 situatie bij voetbal, waarbij een aanvaller zo snel mogelijk een verdediger moet uitspelen om daarna te scoren.

Succesbeleving

Er is geen grotere stimulans dan succeservaring. Andersom werkt het erg demotiverend als iets steeds mislukt.

- Stimuleer succesbeleving door uitdagende, maar haalbare doelen te stellen. Bijv. "Wie lukt het (als eerste) om drie keer te scoren?"
- Differentieer waar nodig: laat de betere basketballers bijv. van een grotere afstand schieten of zet ze tegenover een goede verdediger tijdens oefensituaties.
- Stel ook groepsdoelen. Bijv. "Het record ballen verzamelen staat op 30 seconden. Kunnen jullie dat record verbreken?"

Hoge intensiteit

De deelnemers moeten zich volledig kunnen uitleven tijdens de activiteiten. Zorg ervoor dat ze zich niet kún- nen vervelen door het tempo hoog te houden.

- Hou de uitleg zo kort mogelijk.
- Zorg ervoor dat iedereen continu bezig is. Dus niet: om de beurt een bal slaan naar de tennistrainer, terwijl de anderen moeten wachten op hun beurt. Maar wel: de deelnemers veel onderling laten oefenen en spelen.
- Korte, intensieve partijvormen met kleine teams (bijv. 2 tegen 2 of 4 tegen 4) lenen zich goed om spelenderwijs diverse spelsituaties te trainen.
- Geef zo nu en dan opdrachten met een tijdslimiet. Bijv. een parcours afleggen binnen 10 minuten.



Ontspanningsmomenten

De boog kan niet altijd gespannen staan. Om de intensiteit hoog en aandacht vast te houden is het belangrijk om ook enkele ontspanningsmomenten in te bouwen.

- Een spelletje als baltikkertje tussendoor scoort altijd hoog, ongeacht het niveau van de deelnemers. Wellicht hebben de deelnemers zelf ideeën!
- Biedt ruimte voor een grapje op z'n tijd. Gezien tijdens een voetbaltraining: oefenen op 'mooi juichen'.

Sociale aspect

Samendoen en gezelligheid vinden jongeren een belangrijk onderdeel van sport. Creëer daar dan ook ruimte voor.

- Hou bij groepsindelingen en dergelijke zoveel mogelijk rekening met vrienden.
- Laat de deelnemers tijdens de activiteiten veel samen doen.
- Bied de mogelijkheid om na afloop van het sporten nog even samen wat na te praten en te drinken. Dit zijn ook goede gelegenheden om elkaar beter te leren kennen en een onderlinge band (groepsgevoel) op te bouwen.

Jeugdparticipatie

Door jeugdleden zoveel mogelijk te betrekken bij met name de keuze van de activiteiten, gaan zij zich er medeverantwoordelijk voor voelen en neemt de aantrekkelijkheid ervan toe. Jongeren weten immers wat jongeren willen.

- Evalueer de trainingen of andere activiteiten regelmatig met de deelnemers. Hoe ervaren zij de trainingen/activiteiten? Wat vinden ze leuk? Wat minder leuk? Wat zouden ze liever anders zien?
- Vraag de deelnemers ook regelmatig naar hun persoonlijke mening; sommige jongeren vinden het moeilijk om in een groep iets te zeggen.
- Vraag de deelnemende jeugdspe- lers zo nu en dan zelf wat ze willen doen. Wat zouden ze bijv. nog een keer willen oefenen in de training?
- Maak duidelijk dat je open staat voor vragen en wensen van jongeren en ouders.
- Houd eens per jaar een evaluatie- gesprekje met elk jeugdlid en evt. de ouders. Wat gaat goed? Wat kan beter? Wat vindt en wil het jeugdlid zelf? enz.

TIPS OM HET LEERPROCES TE BEVORDEREN: (GERICHT) TRAINEN

Plezier staat voorop, maar dat betekent niet dat in de trainingen niet gericht gewerkt mag worden aan het verbeteren van vaardigheden. Integendeel, het beter onder de knie krijgen van een sport is juist erg motiverend. De vraag is dan ook vooral: hoe creëer je een goede en stimulerende leersituatie?

Een goede voorbereiding...

...is het halve werk. Door elke training goed voor te bereiden kun je verrassingen voorkomen en de effectiviteit van de training bevorderen.

- Ga uit van de beginsituatie van elke groep door je vooraf steeds de vraag te stellen: wat kunnen, begrijpen en willen deze jongeren? Een standaardtraining volstaat niet!
- Zorg voor een duidelijke lijn in je aanpak; weet waarnaar je wil toewerken.
- Stel jezelf doelen: wat wil je dat ze aan het eind van de training (of aantal trainingen) anders of beter kunnen? Dat houdt jezelf ook scherp!
- Kies oefenvormen bij deze doelen.
- Wees flexibel: pas de training aan als blijkt dat het vooraf bedachte toch te hoog gegrepen of juist te makkelijk is.
- Bepaal na afloop voor jezelf wat goed en minder goed ging en wat je de volgende keer anders gaat doen.

Niet de sport, maar de jeugd centraal

Hoe leuk is tennis nog voor een zevenjarige, als hij met een te zwaar tennisracket op een voor hem te groot veld met een erg ingewikkelde puntentelling geconfronteerd wordt? Het is de kunst om niet de sport, maar de jeugd zoveel mogelijk centraal te stellen. Dat komt hun sportieve ontwikkeling (en hun plezier) ten goede!

- Pas veldafmetingen aan als dat het oefenen bevordert: bijv. een verkleind veld om te trainen op balcirculatie in een kleine ruimte.
- Pas regels aan als dat het oefenen bevordert: bijv. extra punten voor een directe servicewinner als bij volleybal op de sprongservice wordt getraind.
- Pas materialen aan als dat het oefenen bevordert: bijv. speciale softballen bij tennis voor beginners-jeugd, waardoor er eerder rally's ontstaan (succesbeleving!).
- Laat de jeugdleden geleidelijk toegroeien naar de officiële wedstrijd-situatie.

Technische en tactische aanwijzingen

Jongeren moeten worden begeleid in hun sportieve ontwikkeling. Dat betekent: ze de kans bieden om de sport zelf te ervaren, maar ook op z'n tijd hen technisch en tactisch corrigeren. Daarbij gaat het erom hen te helpen de sport steeds beter te beheersen.

- Ga niet uit van een ideaaltechniek; geef aanwijzingen die passen bij de kwaliteiten en stijl van de jongere.
- Introduceer elk trainingsonderdeel met een korte uitleg, het (laten) voordoen van de bedoeling, om daarna aan de slag te gaan: praatje, plaatje, daadje.
- Zeg niet alleen wat beter of anders moet, maar ook waarom en vooral hoe.
- Geef niet te veel informatie tegelijk: beperk je tot 1 of 2 technische of tactische accenten per keer; op meer punten kunnen de deelnemers niet letten.



Sport ervaren

Natuurlijk is een zekere basistech-niek en -tactiek vereist om een sport goed onder de knie te krijgen, maar daarvoor is het lang niet altijd nodig om de bewegingen er door middel van saaie repeterende oefeningen in te slijpen. Vaak is het ook vooral een kwestie van doen, van sport 'erva-ren'.

- Laat ze oefenen met allerlei concre-te spelsituaties.
- Geef daarbinnen zo nodig techni-sche en tactische accenten mee.

Voorbeeld

Jan Hakvoort (Basketbalvereniging Z.A.C. te Zwolle): "Bij ons op de vereniging is het gebruikelijk dat elk jeugdlid de scheids-rechterscursus van de bond volgt. Daardoor hebben we nooit problemen met het vinden van scheidsrechters voor de jeugd-wedstrijden. En voor de jeugd zelf is het natuurlijk ook een goede ervaring."

Verbaal stimuleren

"Zo, die raakte je lekker zeg!",
"Laatste minuut: geef nog even alles!", "Goed gewerkt!".
Door de jeugd tijdens het uitvoeren van de oefening of het spel verbaal te stimuleren kun je hun enthousiasme aanwakkeren. Dat verhoogt het plezier en de inzet.

- Blijf positief.
- Wijs altijd eerst op wat iemand goed doet, om van daaruit aanwij-zingen te geven voor verbetering: "Al veel beter! Let alleen nog even op..."
- Schenk aandacht aan iedereen!
- Geef complimenten als er sprake is van een goede inzet.
- Blik na afloop kort terug; zeg ook wat goed ging!

Omgaan met verschillen

Binnen elke (trainings)groep bestaan verschillen. Op deze plaats zijn voor-al de verschillen in sportmotivatie en sportvaardigheden van belang. De uitdaging bestaat eruit om ervoor te zorgen dat alle deelnemers aan hun trekken komen.

- Verbetering van de eigen vaardig-heden vinden niet alle jongeren even belangrijk. Vraag ze dus zelf wat ze met hun sport voor ogen hebben en ermee willen bereiken.
- Richt technische en tactische aan-wijzingen vooral op de wedstrijds-porters en laat de meer recreatief ingestelde jeugd vooral sport erva-ren.
- Het toepassen van allerlei wed-strijdvormen tijdens de training kan vooral voor prestatief ingestel-de jeugd heel motiverend werken. Recreatieve jeugdleden remt het vaak juist af.
- Bied iedereen de mogelijkheid om deel te nemen op het eigen niveau. Differentieer zo nodig de oefenvor-men, materialen, spelregels en veldafmetingen. Speel de bal bij-voorbeeld makkelijker aan bij de minder goede sporters.

- Laat ook tijdens de wedstrijden iedereen aan bod komen.
- Vermijd absoluut presteren (jongeren onderling vergelijken). Leg de nadruk op individueel presteren (de progressie die de jongere zelf maakt): "Alweer sneller/hoger/beter dan de vorige keer!"
- Laat uit alles blijken dat inzet voorop staat: fouten zijn niet erg, als je maar je best doet.

Jeugdparticipatie

Het betrekken van de deelnemers bij de organisatie en uitvoering van de sportactiviteiten verhoogt niet alleen de aantrekkelijkheid van de activiteiten, maar is ook goed voor hun leerproces. Zo maken ze kennis met de verschillende rollen binnen de club (trainer, leider, scheidsrechter, organisator enz.).

- Stel de seizoensplanning, met de trainingsdoelen voor de komende periode, in overleg met de jongeren zelf op (oudere jeugdleden).
- Geef jeugdleden van jongs af aan een rol bij onder meer het klaarzetten en opruimen van de materialen. Zo groeien ze ermee op dat iedereen z'n steentje moet bijdragen aan de vereniging.
- Laat jeugdleden vanaf ca. 12 jaar tijdens de sportactiviteiten spelen-derwijs ruiken aan verschillende verenigingstaken. Ideeën:
 - laat ze om beurt een trainingsonderdeel voorbereiden en verzorgen, zoals de warming-up of een spelvorm;
 - geef ze eens de rol van scheidsrechter tijdens het afsluitende partijtje;

Tips:

- vraag jongeren persoonlijk: oproepjes in het clubblad werken niet;
- vraag ze met z'n tweeën; dat verlaagt de drempel;
- maak heldere afspraken voor een korte (proef)periode;
- accepteer dat er ook wel eens wat mis gaat; het is een leerproces;
- zorg voor goede begeleiding, een aanspreekpunt en een goede onkostenvergoeding;
- toon waardering voor de inzet van jongeren (bijv. een scheidsrechtersshirt, bioscoopbon, consumptiebonnen enz.).

- laat ze een eigen toernooitje organiseren in de laatste training van het seizoen;
- vraag reservespelers van die dag de tegenstander op te vangen en de weg te wijzen.
- Op basis van deze ervaringen kunnen jeugdleden vanaf circa 15 jaar doorgroeien naar een structurele taak, zoals assistent-leider, -trainer of pupillenscheidsrechter.



2.3 BETER OMGAAN

MET DE JEUGD:

HOE STEL JE JE OP?

Hoe leuk en zinvol de sportactiviteiten ook zijn, als het niet botert tussen de jeugd en de trainer of begeleider is de kans op afhaken alsnog levensgroot. Jeugdgerichtheid heeft dus niet alleen te maken met het sportaanbod, maar ook met de manier waarop je met de jeugd omgaat. Hoe stel je je op als trainer, leider of coach? Welke houding neem je aan? Wat moet je doen om de jeugd voor je te winnen? En wat vooral niet? Hieronder het antwoord op die vragen.

De jeugdtrainer of -(bege)leider: een cruciale rol

Als jeugdtrainer of -begeleider heb je een sleutelrol. Je bent het 'gezicht' van de sportactiviteiten en vaak ook van de club. Je bepaalt niet alleen wat er gebeurt op het sportveld, maar bent in sterke mate ook sfeerbepalend. Anders gezegd: de man of vrouw voor de groep kan de sportactiviteit maken, maar ook breken.

Betrokkenheid, communicatie, enthousiasme, humor en duidelijkheid zijn de pijlers voor een goede omgang met de jeugd. Dat betekent niet dat je als trainer of begeleider moet afstappen van je eigen stijl en eigenschappen. Integendeel, blijf vooral je zelf. Hang niet de popie-jopie uit als dat niet bij je past; daar prikken jongeren onherroepelijk doorheen. Binnen je eigen stijl is het echter wel mogelijk om nuances aan te brengen en zoveel mogelijk rekening te houden met onderstaande tips en aandachtspunten.

Betrokkenheid

Jeugdleden zijn meer dan deelnemers van de verenigingsactiviteiten. Het zijn ook personen, elk met hun eigen karakter, achtergrond en problemen. Door interesse te tonen in hen als persoon en iedereen te nemen zoals hij of zij is, ontstaat er vanzelf een band.

- Leer de jongeren zo snel mogelijk kennen bij naam.
- Houd een kort introductiegesprek met nieuwe jeugdleden; niet alleen om wederzijdse wensen en verwachtingen uit te wisselen, maar ook om elkaar als persoon te leren kennen.
- Vraag nieuwkomers ook in de groep om kort iets over zichzelf te vertellen.
- Informeer regelmatig naar zaken in het leven van de jongeren buiten de vereniging, zoals school, vriendjes/vriendinnetjes, vakanties, verjaardagen, andere hobby's enz.
- Laat als trainer regelmatig je gezicht zien bij wedstrijden en nevenactiviteiten. Daarmee toon je interesse en bovendien zijn het goede gelegenheden om eens in een andere setting met de jongeren te praten.
- Vang ze op bij teleurstellingen.

Praat met
en niet over jongeren.

Zoek de dialoog



Communicatie

Praat met en niet over jongeren. Zoek de dialoog: neem beslissingen zoveel mogelijk in samenspraak met de jeugd zelf. Dat vormt de basisregel als het gaat om communicatie met jongeren. Hieronder volgt nog een aantal andere tips.

- Ga zo nu en dan eens na het sporten met elkaar wat drinken en praat in een ontspannen sfeer over de club.
- Jongeren hebben zo hun eigen ideeën, wensen en meningen, maar daar moet je ze vaak wel naar vragen!
- Praat over en vraag naar hele concrete zaken. Dus niet: "Hoe vind je het op deze club?" Maar wel: "Wat vind je leuk aan de trainingen? En wat niet zo leuk?"
- Let er op dat vooral de jongeren aan het woord zijn. Vaak heb je als volwassene de neiging je eigen mening eerst naar voren te brengen.
- Stel vooral open vragen. Dus niet: "Vond je de disco leuk?" Maar wel: "Wat vind jij leuke nevenactiviteiten?"
- Vraag veel door: "Waarom vind je dat? Kun je daar iets meer over vertellen?"
- Maak duidelijk dat ze juist ook kritisch mogen zijn: "Ook gewoon zeggen wat je niet zo leuk vindt hoor. Daar kunnen wij als club juist van leren."

- Stem je taalgebruik en woordkeus af op de jeugd: geen moeilijke woorden, maar bij pubers ook geen kleutertaal. Gewoon normaal praten werkt het beste.
- Gebruik geen woorden die je normaal ook niet gebruikt: dus niet opeens 'vet' en 'cool'. Jongeren prikken daar onmiddellijk doorheen en bovendien is de kans dat je net de verkeerde woorden gebruikt groot ('jeugdslang' verandert razendsnel!).
- Wees helder en 'to the point'.

Enthousiasme en humor

De meeste trainers en begeleiders zijn helemaal gek van hun sport en stralen dat ook uit. Dat enthousiasme werkt aanstekelijk. Ook de deelnemers krijgen er daardoor zin in. Jongeren hebben het onmiddellijk door als je de trainingen op de automatische piloot afdraait. Kortom: maak er wat van! Want sporten is leuk! Ook humor mag daarbij niet ontbreken.

- Laat zien dat je de sport zelf ook leuk vindt. Loop rond, doe mee. Het wordt doorgaans erg gewaardeerd als je als trainer of begeleider zelf ook meespeelt met bijv. het afsluitende partijtje of spel.
- Gebruik je humor.
- Bied ruimte voor een grapje op z'n tijd.



Voorbeeld

Voetbalvereniging VVOO uit Utrecht heeft 24 basisregels vastgelegd in een 'huisregelboekje'. Een greep hieruit:

- Afzeggen liever niet, maar in ieder geval wel ruim van te voren.
- Taalgebruik: niet schelden en vloeken of grote mond.
- Op tijd zijn.
- Eigen troep opruimen.
- Douchen verplicht.
- Kleedkamer opruimen.

Het boekje eindigt met de volgende opmerking:

"Veel regels, maar wij vragen geen abnormale dingen. Kun je je niet aan de regels houden of ben je hiertoe niet bereidt, wordt dan geen lid, want er ontstaan dan ongetwijfeld problemen waar niemand wat aan heeft."

Duidelijkheid en regels

Natuurlijk moet sporten vooral leuk zijn.

Dat moet echter niet doorslaan in een 'alles mag, niks is te gek'-stemming. Een gebrek aan duidelijkheid en regels gaat alleen maar ten koste van het plezier. Jongeren moeten weten waar ze aan toe zijn. Ze hebben grenzen nodig. Maak dus duidelijk wat wel en niet mogelijk is bij jou als trainer of begeleider.

- Stel duidelijk regels, bijvoorbeeld over: op tijd komen, afmelden, meehelpen, inzet tonen, elkaar positief benaderen, geen agressief gedrag.
- Stel de regels (en evt. sancties) bij voorkeur in samenspraak met de jeugd zelf op. Dat maakt het 'commitment' groter.
- Leg de regels eventueel vast in een 'huisregelboekje'.
- Geef zelf het goede voorbeeld.
- Grijp resoluut in wanneer de situatie daar om vraagt.
- Roep jongeren die zich misdragen ter verantwoording.
- Zoek de dialoog: vraag jongeren naar de reden van hun gedrag en leg uit waarom je dit niet tolereert.
- Keur negatief gedrag af, maar nooit de persoon.
- Geef eerst een waarschuwing, maar neem daarna maatregelen.
- Schroom niet om jongeren, die herhaaldelijk over de schreef gaan, hard aan te pakken (wegsturen, wisselen enz.). Maar maak duidelijk dat ze daarna weer gewoon welkom zijn.
- Behandel iedereen op dezelfde manier: gelijke monniken gelijke kappen.
- Geef jongeren vertrouwen en spreek ze aan op hun verantwoordelijkheid. Als ze zich medeverantwoordelijk voelen voor de activiteit zullen ze ook meer hun best doen er wat van te maken.
- 'Last but not least': benoem ook positief gedrag!

3.

JEUGDGERICHTHEID ORGANISATIE EN



Jeugdgerichtheid houdt niet op op het sportveld. Sterker nog, om de jeugdgerichtheid van de sportvereniging ook op de lange termijn te waarborgen moet het structureel worden aangepakt. Anders loop je als vereniging immers het risico, dat met het opstappen van die paar jeugdgerichte trainers of –leiders ook het gedachtegoed uit de club verdwijnt. Dit hoofdstuk gaat in op mogelijkheden en tips om dat te voorkomen: hoe kun je er als vereniging voor zorgen dat jeugdgerichtheid als het ware wordt verankerd in de organisatie en het jeugdbeleid? (§3.1) Daarnaast worden aanwijzingen gegeven om de jeugdgerichtheid ook buiten het sportveld, zoals in nevenactiviteiten en in de accommodatie, te bevorderen (§3.2).



D IN BELEID

3.1 JEUGDCOÖR- DINATOR, JEUGDVISIE EN JEUGDBELEID

Om jeugdgerichtheid een vast onderdeel van de club te laten worden en blijven, moet voor drie zaken worden gezorgd. Een kartrekker, oftewel jeugdcoördinator, is nodig om het proces rond jeugdgerichtheid in gang te zetten en de voortgang te bewaken. Een jeugdvisie moet worden geformuleerd als basis voor alle veranderingen. En een jeugdbeleidsplan is tenslotte nodig om de algemene uitgangspunten uit de jeugdvisie te vertalen in concrete doelen en acties.

Jeugdcoördinator

Iemand in de club moet de kar trekken waar het gaat om het verbeteren en bewaken van jeugdgerichtheid. Een voortrekker, die draagvlak binnen de club creëert, die de grote lijn in de gaten houdt, die als aanspreekpunt fungeert en die contacten onderhoudt met alle betrokkenen: het (jeugd)bestuur, de jeugdcommissie, trainers, leiders, ouders en natuurlijk de jeugd zelf. Iemand dus, die permanent aandacht

vraagt voor de positie van de jeugd. Niet meer en niet minder.

Goed beschouwd is in de meeste verenigingen al zo iemand aanwezig, alhoewel meestal onder een andere naam (bijv. voorzitter jeugdcommissie). De praktijk leert verder dat deze persoon zich meestal vooral bezighoudt met het in goede banen leiden van alle gebruikelijke jeugdactiviteiten. Een duidelijke visie op de jeugdafdeling ontbreekt echter veelal. Dat terwijl daarmee de kwaliteit van en het plezier in de vereniging in sterke mate kan worden verhoogd. Veel verenigingen zijn zich daar weliswaar van bewust, maar worstelen met de vraag: hoe pak je dat aan en wat zet je erin? Deze brochure geeft u daarvoor de nodige handvatten! Wie pakt in uw vereniging de hand schoen op?

Jeugdvisie

Een visie is eigenlijk niet meer dan een set van uitgangspunten, in dit geval voor de jeugdafdeling. Centraal staat dus de vraag: wat vinden we belangrijk voor de jeugd in onze club? Daarbij gaat het met name om de centrale doelen en uitgangspunten voor de jeugd in het algemeen en voor de verschillende leeftijdsgroepen in het bijzonder. Een voorbeeld is de visie op trainingen en wedstrijden van voetbalvereniging Siveo '60 in §2.1.

Een avond is vaak al genoeg om een jeugdvisie grotendeels voor te bereiden met een klein aantal betrokkenen. Na een uitwerking op papier kan de conceptvisie vervolgens worden voorgelegd aan een grotere groep mensen. Dat leidt doorgaans tot enkele aanpassingen, waarna de jeugdvisie officieel kan worden vastgesteld.

Een belangrijke volgende stap is de jeugdvisie goed te communiceren en te bewaken. Dat kan bijvoorbeeld door aan het begin van elk seizoen alle uitgangspunten nog

eens door te nemen en te bediscussiëren met iedereen die er binnen de club mee te maken heeft, zoals de jeugdtrainers en –begeleiders. Maar ook jeugdleden en ouders moeten worden geïnformeerd (ouderavond, artikel clubblad enz.). Niet alleen om aan te geven wat zij van de club mogen verwachten en wat de club van hen verwacht, maar ook om het signaal af te geven dat de club de jeugdafdeling serieus neemt.

Jeugdbeleid

Aan de hand van de jeugdvisie kan het jeugdbeleid worden vormgegeven. Het gaat er daarbij om de algemene uitgangspunten van de jeugdvisie te vertalen in concrete actiepunten. Welke doelen stelt de club voor de komende jaren, hoe wil zij die doelen bereiken (acties en middelen) en welke planning hoort daarbij? Een tabel met 3 kolommen (doelen, acties/middelen, periode) kan dus als basis dienen voor het jeugdbeleidsplan. Voor de inhoud van de eerste twee kolommen kan voor een belangrijk deel worden geput uit hoofdstuk 2 van deze brochure. Daar gaat het om doelen en actiepunten voor het beleid rond de sportactiviteiten voor de jeugd, ook wel het technisch jeugdbeleid genoemd. Hieronder volgt tenslotte de nodige informatie voor het algemene jeugdbeleid, bedoeld om invulling te geven aan het begrip jeugdgerichtheid buiten het sportveld.

3.2 JEUGDGERICHTHEID

BUITEN HET SPORTVELD

Sportverenigingen bestaan uit meer dan trainingen en wedstrijden. Elke vereniging heeft zo haar eigen gebruiken, cultuur en sfeer. Dat heeft onder meer te maken met het aanbod aan nevenactiviteiten, de club-accommodatie en de samenstelling van de diverse verenigingscommissies. Ook op dit soort vlakken hebben verenigingen de nodige mogelijkheden om de jeugdgerichtheid te vergroten. Daarover gaat deze paragraaf.

In- en uitstroom

Elke sportvereniging heeft ermee te maken: ieder jaar komen er jeugdleden bij en gaan er jeugdleden weg. Het is belangrijk dat nieuwkomers zich snel thuis voelen in de club. Van de afhakers is het nuttig om te horen waarom zij de club verlaten. Voor de omgang met beide groepen volgen hier een aantal tips.

Nieuwkomers

- Stel een informatieboekje en/of –pakketje samen voor nieuwe jeugdleden. Hierin kunnen de belangrijkste weetjes over de club worden opgenomen, zoals uitgangspunten, trainingstijden, regels, gebruiken en afspraken.
- Houd een intakegesprek met nieuwe jeugdleden. Daarin kan het jeugdlid (en evt. de ouders) aangeven waarom de keuze op deze club is gevallen (belangrijke informatie!) en wat hun wensen zijn. Andersom kan de club duidelijk maken waar de vereniging zorg voor draagt en wat van de jeugdleden en ouders wordt verwacht.



Laat zien dat je de sport

zelf ook leuk vindt.

Loop rond, doe mee.

- Als er veel nieuwkomers zijn, zoals aan het begin van het seizoen, is het een idee om een speciale introductieavond op de club te organiseren. Een algemeen informatiegedeelte voor iedereen kan dan worden gevolgd door individuele 10-minutengesprekken met jeugdleden en ouders.
- Vraag de nieuwe jeugdleden regelmatig in het voorbijgaan hoe het gaat en of er nog vragen zijn.
- Voer na enkele maanden nogmaals een gesprekje om te praten over de ervaringen tot dan toe. Bevalt het in de club? Zijn er nog ideeën of wensen?

Afhakers

- Houd een exitgesprek met jeugdleden die stoppen. Vraag naar hun ervaringen in de club (wat vonden ze leuk en wat niet zo leuk?) en naar de reden van hun vertrek. Vraag door.
- Grofweg kan onderscheid worden gemaakt tussen persoonsgebonden (bijv. verhuizing), sportgebonden (bijv. andere sport toch leuker) en verenigingsgebonden redenen (bijv. stomme trainer). Vooral van redenen uit de laatste categorie kun je als club veel opsteken.



De jeugd, een eigen mening

Jeugdleden hebben vaak net een andere kijk op de club dan volwassenen, en hebben zo hun eigen wensen en ideeën. Geef ze daarom de kans mee te denken en mee te beslissen over zaken die ook hen aangaan.

- Schiet jongeren regelmatig aan om te vragen wat volgens hen beter kan.
- Houd een enquête onder jeugdleden om achter hun mening, wensen en ideeën te komen wat betreft de nevenactiviteiten, trainingen, wedstrijden, teamindelingen, het clubhuis enz.
- Hang een jeugdiddeenbus op in het clubhuis.
- Organiseer een ledenvergadering speciaal voor de jeugd (AJLV).

- Wees duidelijk en realistisch; schep geen valse verwachtingen.
- Laat jongeren vlot weten wat er met hun ideeën gebeurt.

De verenigingsaccommodatie

Voor veel volwassen leden vormt de kantine of het clubhuis van de sportvereniging een ontmoetingsplaats. Zij zijn er regelmatig te vinden voor en vooral na het sporten. De 'derde helft' is voor velen minstens zo belangrijk als het sporten zelf. Bij de Apeldoornse korfbalvereniging Steeds Hooger hebben de jeugdleden inmiddels ook ontdekt wat 'nazitten' is. Want sinds de jeugdleden een deel van de kantine naar eigen inzicht mogen inrichten en versieren is het ook hún kantine geworden.

- Betrek (een groepje) jeugdleden bij de inrichting van het clubhuis. Geef ze budget om een eigen jeugdhoeek in te richten.
- Stel een speciaal jeugdtarief voor consumpties in.
- Laat jongeren hun eigen muziek meenemen of op gezette tijden hun eigen muziek draaien.

Voorbeeld

Waarom een enquête onder de jeugdleden?

"Het levert veel belangrijke informatie op", aldus voorzitter Han van Vliet van Korfbalvereniging DSO uit Woerden. "Doordat we de enquête elk jaar herhalen kunnen we ook zien of er verschuivingen optreden. De uitkomst stelt ons in staat om beter in te spelen op wat de jeugd zelf wil en vindt."



Jeugd in commissies

In hoofdstuk 2 zijn al diverse mogelijkheden ter sprake gekomen om de jeugd bekend te maken met verenigingsstaken als wedstrijdjes fluiten en pupillen trainen en leiden. Een stap verder is het vragen van (oudere) jeugdleden voor commissie- en bestuurswerk. Op die manier worden ze écht medeverantwoordelijk gemaakt voor het reilen en zeilen van de vereniging.

- Met name in de jeugdcommissie ligt het voor de hand om jongeren op te nemen, maar bijvoorbeeld ook in de feestcommissie of clubbladredactie kunnen zij een welkome aanvulling vormen.
- Vraag jongeren, die geschikt lijken, persoonlijk.
- Vraag ze met z'n tweeën; dat verlaagt de drempel.
- Maak heldere afspraken voor een korte periode (de meeste jongeren leggen zich liever niet voor lange tijd vast).
- Vertrouw ze eigen afgebakende taken en verantwoordelijkheden toe.
- Zorg voor begeleiding en ondersteuning, zonder in de controlerol te schieten.

De 'derde helft' is voor

velen minstens zo

belangrijk als

het sporten zelf

Voorbeeld

IJscub Haarlem kent al sinds 1993 een jeugdcommissie, die volledig bestaat uit jongeren en jong volwassenen. De commissie heeft een eigen budget en geniet het volste vertrouwen van het bestuur. Ze organiseren van alles: trainingskampen, een duathlon, supportersweekenden enz. De animo voor al deze activiteiten is groot. Logisch, want de jonge commissieleden weten precies wat er leeft onder de jeugd!



The power of sports



Colofon

DE ENTERTRAINER

OP WEG NAAR MEER JEUGDGERICHTHEID IN DE SPORTVERENIGING

Deze brochure is een uitgave van NOC*NSF en
is ontwikkeld in het kader van Mission Olympic
(initiatief van NOC*NSF en Coca-Cola Nederland B.V.)

Publicatienummer **NOC*NSF 636**

Eindredactie **Coen van den Bemt (NOC*NSF)**

Tekst **DSP-groep, Amsterdam**

Vormgeving **Daarom Ontwerpbureau, Arnhem**

Druk **Deltahage, Den Haag**

Arnhem, april 2004