

A-JEUGD

Leeftijd: 16-18 jaar
Aantal spelers: 6 spelers in het veld
Veldafmeting: 9 X 9 meter
Nethoogte: 2.24m A-meiden
2.43m A-jongens

Doel: Het als team plezier beleven aan het volleybalspel.

VCH vindt het belangrijk dat het in drie keer spelen m.b.v. volleybaltechnieken gestimuleerd wordt door de coach.

SPELREGELS

1. Het team dat de bal bij de tegenstander op de grond krijgt, scoort een punt. Het team scoort ook een punt zodra de tegenstander een technische fout maakt of buiten het veld speelt.
2. Het team mag de bal maximaal drie keer spelen, daarna moet de bal over het net naar de tegenstander worden gespeeld. Dit overspelen dient op een technisch correcte manier uitgevoerd te worden.
3. Na het terughalen van de opslag wordt er doorgedraaid. Elke speler draait, met de klok mee, een positie verder. Wanneer de opslag al in het bezit is, draait het team **niet** door wanneer de serverende speler al 3 beurten gehad heeft.
4. Er worden drie sets gespeeld en het team dat als eerste 25 punten haalt, met een voorsprong van tenminste 2 punten wint de set. In geval van gelijke stand bij 24-24 wordt het spel, zonder beperking in puntenaantal, vervolgd tot er een verschil van 2 punten is bereikt. Eindstanden als 2-1 en 3-0 zijn het resultaat.

5. Per set zijn twee time-outs van 30 seconden toegestaan. Dit moet worden aangevraagd bij de scheidsrechter.
6. Een ploeg mag ten hoogste zes spelerswissels per set uitvoeren. Eén of meerdere spelers mogen tegelijkertijd gewisseld worden. Een gewisselde speler mag alleen maar op zijn vroegere plaats weer teruggewisseld worden. Deze wissel telt in totaal als één spelerswissel. Het is niet toegestaan om een gewisselde speler in te wisselen voor een andere speler dan de speler waarvoor hij gewisseld is. Wissels worden door de coach aangevraagd bij de scheidsrechter. De speler en de wisselspeler staan samen op de zijlijn totdat de scheidsrechter alle gegevens genoteerd heeft.
7. Een team heeft recht op 10 minuten inspeeltijd. Het streven is een half uur. Inspelen: overspelen, aanvallen en serveren. Zorg voor een gedisciplineerde goede warming up als team,
8. De scheidsrechter controleert de spelerskaarten en tost met de aanvoerders.
9. De coach maakt de opstelling bekend voordat de spelers het veld ingaan. Voordat de wedstrijd begint noteert de scheidsrechter de rugnummers.
10. De scheids beslist en heeft altijd gelijk. (ook al was de bal toch stiekem in...).
11. COACHTIP: informeer regelmatig bij de trainer.

AANVULLENDE INFO

- Belangrijke informatie over het volleyballen bij VCH vind je op de website: www.vchoofddorp.nl
- Spreek teamzaken goed met elkaar af. Denk aan hoe laat en waar je verzamelt bij een uitwedstrijd, welke families de rijbeurt hebben, wie een telefoon/maillijst maakt, wie de ballentas beheert, het bijhouden van een schriftje, het bewaren van spelerskaarten, etc.)
- Het team heeft een aanvoerder nodig. Tijdens de wedstrijd is hij/zij het aanspreekpunt voor de scheidsrechter.
- De thuiswedstrijden worden in de Fanny Blankers Koen-hal (FBK) gespeeld. Als om 19:00 uur de wedstrijd begint, moet je team het veld meehelpen opbouwen, dus om 18:30 uur wordt iedereen van het team in de FBK verwacht.
- Wedstrijden worden gespeeld in het officiële VCH tenue. Zoek contact met de kledingcoördinator van VCH voor informatie.
- De speler die een wedstrijd niet kan spelen, moet dit tijdig aan de coach doorgeven en in overleg met de coach zelf een vervanger regelen.
- Beter leren volleyballen doe je met elkaar. Stimuleer je medespelers en denk hierbij aan de VCH Kanjerregels.

HET SPELEN IN & COACHEN VAN EEN A-JEUGDTEAM



www.vchoofddorp.nl

Voor alle jeugdteams geldt dat de competitie is verdeeld in twee seizoenshelften. In het najaar in een 1^e en 2^e klasse. Na de kerst wordt op basis van de resultaten een nieuwe indeling gemaakt in een topklasse, een 1^e en 2^e klasse. In de topklasse kan gespeeld worden met andere nethoogten en veldgrootte; en max. om 5 sets.

WAT voor de wedstrijd?

De coach is het aanspreekpunt namens het team. Voor de wedstrijd vult deze het wedstrijdformulier in, zodat alle spelers op de juiste manier worden geregistreerd.

Op volgorde van rugnummer, wordt per speler genoteerd:

- het rugnummer
- de naam
- NEVOBO spelerskaartnummer

Tip: Houdt opstellingen en wissels bij in een teamschriftje!

Wat na de wedstrijd?

Na afloop van de wedstrijd ondertekent de aanvoerder van het team het wedstrijdformulier. Als team bedank je de tegenstander en de scheidsrechter na afloop van de wedstrijd ongeacht het verloop. Ook coaches geven elkaar een hand.

Het is prettig voor het team wanneer de coach de wedstrijd afsluit met iets positiefs of iets opbouwends en een yell.

De spelers zijn verantwoordelijk voor het verzamelen van de ballen na afloop.

WAT tijdens de wedstrijd?

Iedereen speelt volleybal omdat hij/zij de spelvorm leuk vindt en plezier hieruit wil halen. Een coach stimuleert dit. De coach beslist over de opstelling, wissels en time-outs.

Als coach is het handig om je tijdens een time-out je te beperken tot:

- het benoemen van één ding dat goed gaat, én
- het geven van één tip.
- sluit af met een yell.

Het is prettig wanneer een coach de trainer op de hoogte houdt van de ontwikkelingen binnen een team.

Wisselbeleid: Iedereen speelt evenveel in de 2^e klasse. In de 1^e klasse bepaalt de trainer/coach het wisselbeleid.

Een speler wordt gewisseld wanneer hij/zij zich niet houdt aan de volgende VCH

Kanjerafspraken:

- Iedereen toont inzet.
- We respecteren onszelf en de ander.
- Niemand speelt de baas.
- Niemand doet zielig.
- We helpen elkaar.
- We vertrouwen elkaar.
- We lachen niemand uit

Wanneer een speler achter elkaar dezelfde fout maakt, wissel en geef een tip. Wissel na een tip z.s.m. terug!!

Voor vragen en/of opmerkingen neem contact op met de VCH jeugdcoördinator.