

Jeugdplan 2023



1. Jeugdteams	1
Visie en doelstellingen	1
Organigram	2
Ingeschreven teams 2023	3
2. Sporttechnisch beleidsplan.....	3
Sporttechnische opleidingsvisie.....	3
Sporttechnische doelstellingen per team	4
Trainers.....	6
3. Bevorderen van sportpromotie	6
Promotiekalender	6
Voorkomen van drop-out	8
Handbal voor iedereen	8
4. Vrijwilligers en communicatie	9
Dankjewel vrijwilligers!	9
Taken vrijwilligers	9
Vrijwilligersvergoedingen	11
Communicatie.....	12

1. Jeugdteams

Visie en doelstellingen

HC Leuven 2019 is een open sportclub die haar leden wil kennen en hun verhaal, die bewust omgaat met problemen en uitdagingen en die op zoek gaat naar een aanbod voor jong en oud, volgens ieders sportieve mogelijkheden. *HC Leuven 2019* ziet maatschappelijke diversiteit niet als een bedreiging maar als een kans die optimaal benut moet worden.

We leggen de lat hoog om kwaliteitsvol jeugdaanbod te realiseren dat voor iedereen toegankelijk is. Om een open sportclub te zijn maakt *HC Leuven 2019* werk van

- ouderbetrokkenheid: ouders zijn een cruciale factor. Het is dan ook belangrijk dat zij de juiste informatie krijgen en zoveel mogelijk betrokken worden bij de clubwerking.

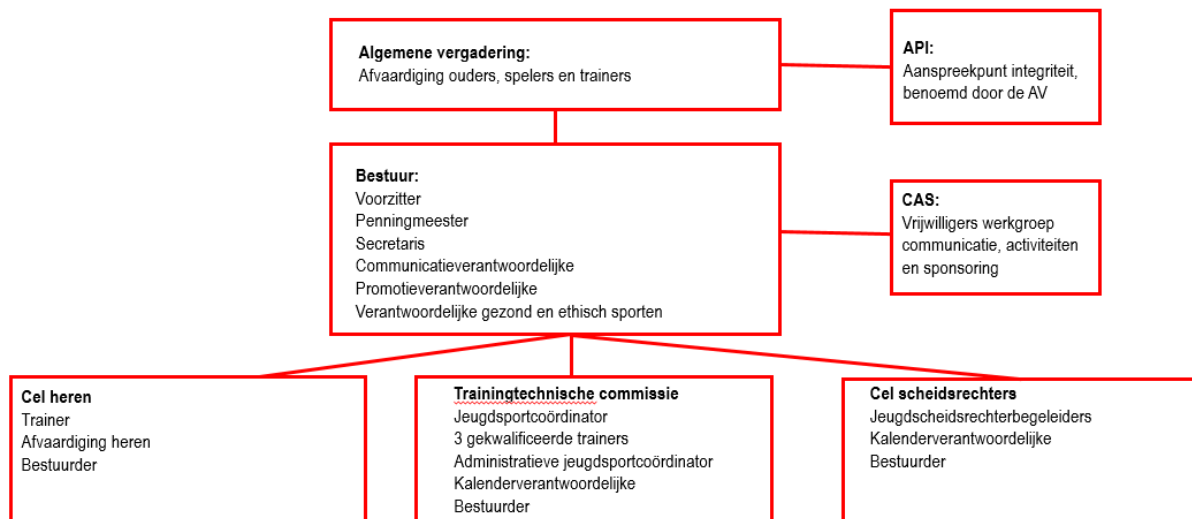
- een warm welkom: nieuwe leden worden op een gastvrije manier ontvangen en krijgen de kans om eerst te proberen voor ze lidgeld moeten betalen.
- open trainers: trainers hebben niet alleen sporttechnische vaardigheden maar waken over de groepsdynamiek en zijn brugfiguren tussen club/speler/ouder.
- betaalbaarheid: de club houdt er rekening mee dat leden het moeilijk kunnen hebben om het lidgeld te betalen en de kosten van kledij mag geen drempel zijn voor leden.
- vertrouwen. Een vast contactpersoon verlaagt de drempel voor ouders en spelers om gevoeligheden aan te kaarten of vragen te stellen.
- communicatie: alle informatie moet op een correcte manier leden en geïnteresseerden bereiken.
- een transparant beleid.

Deze principes lopen integraal door de verschillende werkingen van de club. Met dit promotieplan wil *HC Leuven 2019* drie doelstellingen realiseren:

1. nieuwe jeugdspelers rekruteren.
2. drop-out tegengaan.
3. bijzondere aandacht schenken voor maatschappelijk kwetsbare groepen, waaronder kinderen en jongeren in armoede en kinderen en jongeren met een migratieachtergrond.

Organigram

HC Leuven 2019 is nog een jonge organisatie, bouwt nog volop aan haar structuren en heeft momenteel een zeer horizontaal organigram.



Ingeschreven teams 2023

Op 1.1.2023 organiseert HC Leuven 2019 trainingen voor 6 jeugdteams: U8, U10, U12, J14, M15 en J16. U8 en U10 nemen deel aan jeugdtoernooien. De andere teams zijn ingeschreven in de competitie van de regio Antwerpen – Vlaams-Brabant.

Trainingen

Team	Dag	Van	Tot	Trainer	Locatie
JM8	Maandag	17:30	19:00	Kamiel Meere	Sportschuur
	Woensdag	16:00	17:30	Kamiel Meere	Redingenhof
J10	Maandag	17:30	19:00	Simon Meere	Sportschuur
	Woensdag	16:00	17:30	Simon Meere	Redingenhof
J12	Maandag	17:30	19:00	Seppe Stessens	Sportschuur
	Woensdag	16:00	17:30	Seppe Stessens	Redingenhof
J14	Dinsdag	18:00	19:30	Sooi Peeters / Jonas Vansevenant	De Wijnpers
	Woensdag	18:00	20:00	Sooi Peeters / Jonas Vansevenant	De Wijnpers
M15	Dinsdag	17:00	18:30	Anett Szilagyi / Lauren Geuns	Sportcomplex Kessel-Lo
	Donderdag	17:30	19:00	Anett Szilagyi / Lauren Geuns	Sportcomplex Kessel-Lo
J16	Dinsdag	18:30	20:30	Kamil Mora / Luca Pignatti	De Wijnpers
	Donderdag	18:00	19:30	Kamil Mora / Luca Pignatti	De Wijnpers

2. Sporttechnisch beleidsplan

Sporttechnische opleidingsvisie

Hoofddoelstelling jeugdwerking: verbeteren van de individuele jeugdspeler, resultaten zijn hieraan van ondergeschikt belang. De uiteindelijke doelstelling is tweedelig: enerzijds een speler te kunnen klaarstomen voor de eerste ploeg. Anderzijds is ook de kwantitatieve groei van het aantal spelers een prioriteit (recreatieve breedtewerking)

Algemene filosofie jeugdopleiding: verticale doelstellingen

- We werken steeds richting doel: het werken in de breedte wordt zoveel mogelijk vermeden (vb. passen in frontale opstelling)
- De spelers moeten zich leren verplaatsen met en zonder bal, zich vrijlopen zonder bal: aanval via spelen (tienbal, minihandbal) en oefenvormen (driehoekjes, vlottend fixeren)
- Verdediging: bewegen op de voorvoeten cfr. bokser (tweekampen) en contact leren maken (via spelvormen), voor de aanvaller blijven (spelvormen)

- Hoge elleboog en altijd onmiddellijk wapenen bij balontvangst (langs voor)
- Eerst moet de slagworp beheerst zijn alvorens we tot sprongworp overgaan
- Zoveel mogelijk met bal trainen, reeds vanaf de opwarming
- Zo veel mogelijk actieve bewegingstijd organiseren. Wachtrijen ten aller tijden vermijden of zeker beperken (dmv terugkeeroefeningen, oefeningen verdelen in meerdere standen, enz).
- In iedere training oefeningen die de aanwezige tekorten in conditionele basisvaardigheden wegwerken (kracht, snelheid, lenigheid, uithouding, coördinatie)
- Iedereen moet alle posities in aanval en verdediging spelen: je weet nooit waar je terecht komt later
- je moet weten wat te doen bij bijvoorbeeld overgangen, positiewissels
- Iedereen, die wil, speelt afwisselend eens als doelman
- Er wordt niet (of zo weinig mogelijk) gedribbeld in tegenaanval, we trachten in eerste instantie de vrijlopende man aan te spelen, voorwaarde is dat de niet-balbezitters zich vrijlopen zonder bal
- Leren stretchen en motiveren om het regelmatig te doen door op het belang ervan te wijzen. Dit geldt ook voor de conditionele aspecten zoals uithouding en kracht (preventief en prestatiegericht).
- Bij een wedstrijd speelt iedereen, dit is de enige reden waarom een wedstrijd eventueel niet gewonnen wordt: d.w.z. eens we op het veld staan moet er volop “gevochten” worden voor ieder doelpunt en iedere bal.

Sporttechnische doelstellingen per team

U10	<p>Aanval - basistechnieken</p> <ul style="list-style-type: none"> • Slagworp • dribbelen zonder naar de bal te kijken • driepassenritme • handbaldribbel <p>Verdediging</p> <ul style="list-style-type: none"> • man/man verdediging • het loopvermogen en de individuele ontwikkeling van de spelers stimuleren • er wordt balgericht verdedigt: het mijn balprincipe
U12	<p>Aanval - ontwikkelen van algemene balvaardigheid:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bal in de loop krijgen • Snelle balbehandeling: bal onmiddellijk omhoog brengen • Nulpas • Schijnpas • Botspas • Vrijlopen zonder bal <p>Verdediging:</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuele scholing en benenwerk via offensieve verdediging • man/man verdediging • ‘mijn man met bal- ik-doel’ principe • ‘Bal-ik- mijn man’ principe

	<ul style="list-style-type: none"> In competitie op het volledig terrein zal teruggeregren worden naar half-court mandekking of de 3-3 verdediging.
J14 M13	<p>Aanval:</p> <ul style="list-style-type: none"> Heel hard gericht op het ontwikkelen van individuele kwaliteiten van de speler. Enkel in het vlottend aspect komt het teamaspect naar voren. Spelers moeten continu hun individuele tegenstander onder druk zetten. Basiswerptechnieken: slagworp, sprongworp, valworp en hoekworp. Zowel in gesloten als in open situaties. Schijnbewegingen: handbaldribbel, parallellanding, vrijlopen zonder bal, dit laatste zal vooral veel aandacht moeten krijgen omdat we op deze leeftijd tegen agressieve verdedigingsvormen spelen. Van fixeren op één punt naar fixerend vloten met druk op 2 punten in de vrije ruimte tussen de verdedigers in (tegen defensievere tegenstanders). <p>Verdediging:</p> <ul style="list-style-type: none"> 3-3 verdediging (voor de opbouw raadpleeg document 3-3 verdediging) Basisbeginselen van de 3-2-1. <p>Tegenaanval:</p> <ul style="list-style-type: none"> vanuit de optiek balverovering tijdens het verdedigen: door de hoge opstelling zal de speler moeten leren wanneer er kan gedribbeld worden en wanneer de pas een noodzaak is. 1ste lijn verdediging = 1ste fase (dit zijn de hoekspelers en de pivot) 2de lijn zijn de achterspelers die in 2de fase de bal leren opbrengen.
J16 M15	<p>Aanval:</p> <ul style="list-style-type: none"> Individuele opleiding blijft de rode draad. Situaties worden meer en meer opengetrokken naar 2-2 en 3-3 situaties. Deze situaties kunnen aan elkaar gekoppeld worden. Beslissingselementen inbouwen in een logische volgorde: 1 = zelf, 2 = pas. Basistechnieken in variabele situaties: beslissingsoefeningen Techniekvarianten: heupworp, knikworp, sprongvalworp Schijnbewegingen: landing op 1 voet, lichaamsschijnbewegingen in 8-stappenplan (Jos Schouterden) Vanuit het basisvloten doorversnellen in SB. Wissel wordt ingezet vanuit de 1-1 (kennis verdedigingzones) Overgangen naar 2de pivot Breedtegebruik blijft belangrijk Basisprincipes in samenspel met pivot: mee en tegenbewegen, blok en afrollen. <p>Verdediging:</p> <ul style="list-style-type: none"> 3-2-1 waarbij de libero bal gebonden speelt. <p>Tegenaanval:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1ste en 2de lijn + overeenkomstige fases Nadruk op 2de fase en 3de fase Altijd lopende mensen Kijkpatronen
J18 M17	<p>Aanval:</p> <ul style="list-style-type: none"> Beslissingselementen uitbreiden naar keuzes 1 positie verder dan naaste man vb: diagonaal pivot. Overslaan spelverdeler met doorsteekpas tussen de twee opbouwers.

	<ul style="list-style-type: none"> • Positiespecifiek (ieder 2 voorkeurposities) de technieken verder ontwikkelen in wedstrijdsituaties • Meervoudige wissels met loopvermogen van de opbouwlijn (creëren van overtalsituaties) • Overgangen naar 2de pivot • Uitspelen overtalsituaties <p>Verdediging:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 3-2-1 / 5-1 / 6-0 dynamisch en agressief van aard <p>Tegenaanval:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1ste en 2de lijn + overeenkomstige fases • Nadruk op 2de fase en 3de fase • Altijd lopende mensen • Kijkpatronen
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Trainers

Evaluatie van trainers en spelers

Op de 2 jaarlijkse sporttechnische commissie is er een korte evaluatie van trainers en spelers per ploeg. De sporttechnisch jeugdcoördinator komt minimum 2x per seizoen een training of wedstrijd bekijken (1x verwittigd, 1x onverwittigd). Deze training of wedstrijd wordt dan nadien besproken. Eveneens geeft deze een interne bijscholing over de opgemerkte tekorten.

Aanstellen van trainers en begeleiders

Trainers worden aangesteld door het bestuur van Handbal Leuven. Er wordt naar trainers gezocht die zich in de filosofie van de club kunnen vinden. De bedoeling is om zoveel mogelijk met gediplomeerde trainers te werken. Niet-gediplomeerde trainers worden, waar kan, bijgestaan door een gediplomeerde trainer en worden gestimuleerd om een opleiding te volgen.

Samenstellen trainingsgroepen

De trainingsgroepen worden op leeftijd georganiseerd. De beste spelers van hun leeftijdscategorie trainen (indien mogelijk) ook regelmatig mee met een leeftijdscategorie hoger om voldoende weerstand en uitdaging te blijven vinden in de handbalsport.

3. Bevorderen van sportpromotie

Promotiekalender

De acties worden begeleid door trainers en spelers van de jeugd- of herenploegen van HC Leuven 2019. Een werkingsjaar van *HC Leuven 2019* verloopt in grote lijnen volgens deze kalender, zo ook in het werkingsjaar 2022-2023:

Augustus

- organisatie van een Tofsportkamp (ism Sportdienst Leuven) in de laatste volledige week van augustus. Alle 5 dagen een hele dag. In de voormiddag wordt gehandbald, in de namiddag worden er initiaties gegeven in een andere sport of gezwommen. Vermoedelijk een 40-tal deelnemers.
- organisatie van handbalinitiatie met de handbalstructuren in het hart van Leuven tijdens autoloze zondag in augustus. Een mooi gelegenheid voor de club om naar buiten te komen en deel te nemen aan gemeenschapsvormende activiteiten.

September

- deelname aan de maand van de sportclub: digitale promotie en nieuwe leden die willen proberen mogen dat gratis gedurende de hele maand september.
- initiatielessen geven in de basisscholen in de buurt van de sporthallen, gericht op het 1^{ste} tem 6^{de} leerjaar.

Oktober - november

- deelname aan “bijt in je vrije tijd”. Van midden oktober tot begin november zet *HC Leuven 2019* de deuren open voor Bijt in je vrije tijd. Bijt in je vrije tijd is een initiatief van de stad Leuven dat anderstalige inwoners de kans wil geven om op een laagdrempelige manier kennis te maken met het vrijetijdsaanbod in Leuven. Wij richten ons in het bijzonder op de OKAN: Onthaalklassen Anderstalige Nieuwkomers.
- initiatielessen geven in de basisscholen in de buurt van de sporthallen, gericht op het 1^{ste} tem 6^{de} leerjaar.

Maart

- organisatie van scholenturnoaien, graag in samenwerking met VHV.

April

- organisatie van een intern sportkamp in de paasvakantie waar alle leden een vriend of vriendinnetje mogen meebrengen.
- Geven van 5 proeflessen handbalinitiatie voor OKAN-leerlingen (onthaalklassen anderstalige nieuwkomers – 13 tot 18 jaar)

Mei of juni

- De organisatie van vriendjesdagen. De doelstelling is de clubwerking op een positieve manier in de kijker te zetten door een aantal trainingen open te stellen voor vriendjes van leden die

reeds aangesloten zijn. Voor tieners wordt gezocht naar een meer aan de leeftijd aangepaste naam.

Juli

- organisatie van een Tofsportkamp (ism Sportdienst Leuven) in de eerste volledige week van juli. Alle 5 dagen een hele dag. In de voormiddag wordt gehandbald, in de namiddag worden er initiaties gegeven in een andere sport of gezwommen. Vermoedelijk een 40-tal deelnemers.

Voorkomen van drop-out

Om drop-out te voorkomen lopen trainingen door tot 30 juni. Er wordt een trainingsaanbod uitgewerkt dat start vanaf 1 augustus.

Voor de zomervakantie wordt deelname aan de VHV handbalkampen actief gestimuleerd. De verschillende 12+teams proberen deel te nemen aan minstens 1 beachhandbaltoernooi. Ook voor de U10 en U12 wordt een dagje beachhandbal gevolgd of georganiseerd als gezinsuitstap samen met de ouders.

Wanneer spelers afhaken en geen lid meer wensen te blijven wordt expliciet gevraagd naar de reden om mogelijke patronen die leiden tot drop-out te vinden.

In augustus wordt voor de leden een meerdaagse stage georganiseerd met veel sport en spel om het groepsgevoel te versterken.

Handbal voor iedereen

HC Leuven 2019 hanteert gedifferentieerde sociale tarieven. Alle leden met een UITPAS waaraan een kansentarief gekoppeld is betalen maar 20% van het lidgeld. Stad Leuven geeft een toelage van 60% van het lidgeld en de club zelf draagt de resterende 20%.

Zie ook Bijt in je Vrije Tijd en OKAN-proefflessen.

4. Vrijwilligers en communicatie

Dankjewel vrijwilligers!

Een werkingsjaar van *HC Leuven 2019* verloopt in grote lijnen volgens deze kalender om vrijwilligers te bedanken, zo ook in het werkingsjaar 2022-2023:

Vrijwilligers en bestuurders: week van de vrijwilliger in maart 2023

Handbal Leuven draait helemaal op vrijwilligers: er zijn geen mensen die professioneel voor de club werken, ook niet via het systeem van verenigingswerk. Enkel trainers, coaches, handbalkampanimatoeren en scheidsrechters krijgen een vrijwilligersvergoeding. In de week van de vrijwilligers worden alle bestuurders, scheidsrechters, tafelofficials, ploegverantwoordelijken, trainers en andere vrijwilligers in de bloemetjes gezet.

Scheidsrechters en tafelzitters: week van de official in oktober 2023

De aanwezigheid van een official wordt vaak als vanzelfsprekend gezien, maar toch zijn het mensen met een passie voor sport die in hun vrije tijd paraat staan. Het is niet altijd gemakkelijk om deze taak op te nemen. Daarom geven we hen met plezier een duwtje in de rug én zeggen we hen tijdens de week van de official een welgemeende dankjewel met een leuke attentie! En hopelijk kunnen we nieuwe mensen warm maken voor deze belangrijke functie.

Trainers: week van de trainers in december 2023

Trainers spenderen heel wat van hun tijd aan het voorbereiden, geven en analyseren van trainingen en wedstrijden. Hiernaast hebben zij vaak ook een job, een gezin, studeren ze nog, willen ze zelf sporten, volgen ze opleidingen of bijscholingen. Toch cijferen ze zich graag weg voor andere sporters en zijn ze gedreven om jonge en minder jonge sportievelingen goed te begeleiden. Trainers doen dit gewoon graag. In deze week willen wij graag aan onze leden (en hun ouders) vragen om onze trainers eens expliciet te bedanken voor hun inzet.

Taken vrijwilligers

Een werkingsjaar van *HC Leuven 2019* verloopt voor de vrijwilligers die zich niet met het sporttechnische, trainen of coachen bezighouden, in grote lijnen volgens deze kalender:

Augustus

- bemannen van een handbalstand in het hart van Leuven tijdens autoloze zondag.
- organisatie van een handbalkamp voor niet-leden

September

- organisatie van infosessies waar ouders informatie krijgen over de werking van de club en oproep om actief mee deel te nemen
- organisatie van een startdag waarop alle clubleden gevraagd worden om aanwezig te zijn
- organisatie van een bijeenkomst met alle kandidaat-tafelzitters

Oktober - november

- ondersteunen van de trainers bij het ontvangen van nieuwe leden, en anderstalige leden in het bijzonder
- organisatie van een eindejaarsactie (wijnverkoop)
- ondersteuning van de trainers voor de organisatie van scholentoernooien
- bedankje voor de officials organiseren in de week van de vrijwilliger

December

- bedankje voor de trainers organiseren in de week van de vrijwilliger

Februari

- organisatie van een eetdag

Maart

- bedank- en fotoactie voor de vrijwilligers in kader van de week van de vrijwilligers

April

- één interne bijscholing voor alle bestuurders, trainers, ploegbegeleiders, leden en ouders in samenwerking met de erkende Leuvense armoede-organisatie Buurtwerk 't Lampeke (zie ook: handbal voor iedereen)

Mei - juni

- de organisatie van vriendjesdagen in mei of juni 2020.
- oproep naar officials en trainers voor volgend seizoen.

Juli

- de organisatie van een handbalkamp voor niet-leden

Vrijwilligersvergoedingen

Verhoogde forfaitaire vergoeding

HC Leuven 2019 vzw betaalt een verhoogde forfaitaire vergoeding¹ voor trainers, coaches en scheidsrechters. In 2019 bedraagt de kostenvergoeding maximum 34,71 euro per dag met een maximum van 2.549,90 euro per jaar.

Vergoedingen voor trainer of coach per sessie of wedstrijd worden als volgt vastgelegd:

- Geen diploma of 16 jaar en jonger: 10,00 euro per sessie
- Aspirant-initiator 17 jaar: 12,50 euro per sessie
- Aspirant-initiator 18 jaar of ouder: 15,00 euro per sessie
- Initiator (minimumleeftijd 18 jaar): 17,50 euro per sessie
- Instructeur B: 20,00 euro per sessie
- Trainer B: 22,50 euro per sessie
- Trainer A: 25,00 euro per sessie

Vergoedingen voor eigen scheidsrechters per wedstrijd:

- jeugscheidsrechter: 10,00 euro per wedstrijd
- junior scheidsrechter: 12,50 euro per wedstrijd
- regionaal scheidsrechter: 15,00 euro per wedstrijd
- aangeduide scheidsrechters: vergoeding via VHV

Andere vrijwilligers en bestuurders van HC Leuven 2019 vzw ontvangen geen forfaitaire vergoeding.

Benzinevergoeding

HC Leuven 2019 vzw betaalt een benzinevergoeding voor bewijsbare verplaatsingen per wagen

- voor coaches in het kader van uit-wedstrijden, met een maximum van 2.000 kilometer per jaar, aan 0,20 euro per km.
- voor bestuurders of vrijwilligers in kader van door VHV erkend overleg of vorming, met een maximum van 2.000 kilometer per jaar, aan 0,20 euro per km.

¹ conform artikel 12 van de vrijwilligerswet van 3.7.2005 en het KB van 20.12.2018

HC Leuven 2019 vzw betaalt een volledige vergoeding voor bewijsbare kosten gemaakt met het openbaar vervoer

- voor coaches in het kader van uit-wedstrijden.
- voor bestuurders of vrijwilligers in kader van door VHV erkend overleg of vorming.

Communicatie

Interne communicatie gebeurt via volgende kanalen:

- maandelijkse bestuursvergaderingen
- 6-maandelijks trainersvergaderingen olv. Jeugdcoördinator
- Maandelijks nieuwsbrief voor trainers, ouders en spelers met wedstrijdkalender, trainingsinfo, info over clubactiviteiten,...
- Facebookpagina en Instagram
- Website: www.handbal-leuven.be bevat
 - Jeugdplan van de club
 - Wedstrijd- en trainingsinfo
 - Clubactiviteiten
 - Rangschikkingen
 - Aankondigingen van bijscholingen, sportkampen, stages,...
 - Sponsors

Externe communicatie gebeurt via:

- Website
- Deelname van bestuursleden in diverse geledingen en comités binnen het handballandschap