



Colofon

De KNKB heeft samen met Sportscan deze mappen ontwikkeld. Deze map 'Technische informatie kaatsvereniging' biedt diverse voorbeelden van kaatslessen en kaatstrainingen voor verschillende doelgroepen. Naast een heldere uitleg van de lessen worden de lessituaties aan de hand van tekeningen verduidelijkt. In het deel speluitleg worden diverse varianten van het kaatsen beschreven. Doel van de teksten is om docenten, trainers, leiders en spelers informatie aan te reiken die in de praktijk direct gebruikt kan worden. Hierdoor verwachten wij dat trainers tijd over houden om zoveel mogelijk aandacht te schenken aan de uitvoering van de lessen.

De lessen zijn terug te vinden op de CD-rom.

Vragen

Mocht u niet de informatie vinden die u zoekt of heeft u aanvullingen? Laat het ons weten.

Correspondentie:

KNKB
Jan Rodenhuisplein 3
Postbus 131
8800 AC Franeker
Tel. 0517 39 73 00
Fax. 0517 39 73 38
Internet: www.knkb.nl
E-mail: info@knkb.nl

Ontwerp, vormgeving en redactie

Sportscan BV
Postbus 1570, 8001 BN Zwolle
Tel: 038 - 422 7168
Fax: 038 - 422 75 26
Internet: www.sportscan.nl

Aan deze tekst kunnen geen rechten worden ontleend. Niets van deze uitgave mag worden veeleenvoudigd en/of openbaar worden gemaakt op welke wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de KNKB. Het auteursrecht van de producten en de daarin verschenen artikelen alsmede de informatie die via de site www.knkb.nl wordt aangeboden, worden door de uitgever voorbehouden. Het verlenen van toestemming tot publicatie houdt in dat de auteur de uitgever, met uitsluiting van ieder ander, machtigt de bij de auteurswet door derden verschuldigde vergoeding voor kopiëren te innen of daartoe in en buiten rechte op te treden.

Inhoudsopgave

Inleiding	2
Taakgebieden Bestuurslid Jeugdzaken/Jeugdcommissie	3
Schematische indeling jeugdplan kaatsvereniging	4
Toelichtingen	5
Werving	5
Trainingen	5
Ledenkaatsen en competitiekaatsen	5
Federatiekaatsen	5
KNKB kaatsen	6
Afdelingskaatsen	7
Coachen	8
Diplomakaatsen	9
Jeugdkader	9
Bijlagen	9

Inleiding

In de kaatsvereniging is jeugd een belangrijke doelgroep.

Afhankelijk van de bestuurlijke organisatie van de kaatsvereniging is een bestuurslid belast met jeugdzaken en of is er een jeugdcommissie, die de jeugdzaken behartigt. Zie handboek deel 2.

De omvang van de jeugdafdeling en de ambities van de vereniging zullen van invloed zijn op het vast te stellen jeugd-beleid. Aanbevolen wordt de doelstellingen, taakgebieden en uit te voeren taken duidelijk vast te leggen in een jeugdplan met bijbehorende draaiboeken voor activiteiten. Elke vereniging zal uiteindelijk zijn eigen specifieke jeugdaanpak moeten vastleggen; een aantal aanbevelingen over op te nemen onderdelen worden hier schematisch weergegeven.



Foto: KNKB

Taakgebieden Bestuurslid Jeugdzaken / Jeugdcommissie

Een opsomming van (mogelijke) taakgebieden:

- ledenwerving
- schoolkaatsen
- trainingen
- diplomakaatsen
- competitiekaatsen
- ledenwedstrijden
- federatiekaatsen
- KNKB-kaatsen
- Afdelingskaatsen
- Technische zaken
- Jeugdkader
- Publiciteit en communicatie
- Start en afsluiting seizoen



Foto: KNKB



Schematische indeling jeugdplan kaatsvereniging

Hieronder volgt een mogelijke indeling van een jeugdplan voor de kaatsvereniging met enkele toelichtingen daarna. De vereniging kan naar eigen inzichten, doelstellingen, ambities en mogelijkheden haar jeugdplan gaan inrichten. Behalve de aanwijzingen in dit handboek, is het volgen van een KNKB-opleiding of het inroepen van ondersteuning door de consulenten een goede manier om te komen tot een praktisch en doelmatig jeugdplan.

1. Inleiding	Beschrijving doelstelling en subdoelstellingen
2. Organisatie kaatsvereniging	Omschrijving bestuurlijke organisatie met eventuele commissies, taakgebieden, activiteiten
3. Werving	Informatie, schoolkaatsen, speciale activiteiten
4. Trainingen	Trainingsonderdelen, trainingsmaterialen, trainingsdoelen per categorie, trainingsopbouw, trainingsplanning, analyseformulieren, oefenstof, leskaarten
5. Opleidingsmodel	Piramidemodel: beginner-ledenkaatser-federatiekaatser-KNKBkaatser-topper
6. Competitiekaatsen	Uitgangspunten, richtlijnen opzet, aanbevelingen, begeleiding
7. Ledenkaatsen	Uitgangspunten, richtlijnen opzet, aanbevelingen, begeleiding
8. Federatiekaatsen	Uitleg, richtlijnen en eisen deelname, afspraken, begeleiding
9. KNKB-kaatsen	Uitleg, richtlijnen en eisen deelname, afspraken, begeleiding
10. Afdelingskaatsen	Uitleg, vormen, samenstelling parturen, afspraken, begeleiding
11. Coachen	Uitleg, aanbevelingen
12. Diplomakaatsen	Uitleg en organisatie
13. Jeugdkader / begeleiding	Benaderen en inschakelen/begeleiden trainers, ouders, vrijwilligers, oudere jeugd
14. Medische begeleiding/verzorging	Blessurepreventie, voorbereiding, kleding
15. Publiciteit en communicatie	Informatie, formulieren, nieuwsbrieven, internet, overlegmomenten, evaluatie
16. Nevenactiviteiten	Seizoensopening, seizoensafsluiting, kaatskamp
17. Slotwoord	
18. Bijlagen	Taakverdeling, jaarplan, draaiboek per activiteit



Toelichtingen

De KNKB organiseert cursussen jeugdbegeleiding op aanvraag van de verenigingen; hierin worden in een 4-tal sessies organisatorische en kaatstechnische aspecten van jeugdkaatsen behandeld, een aanrader voor jeugdcommissies en vrijwilligers, die op voor wat voor wijze dan ook een bijdrage willen leveren aan het begeleiden van kaatsende jeugd. Ook kunnen de KNKB-consulenten behulpzaam zijn bij het samenstellen van een jeugdplan voor de eigen vereniging.

Werving

Naast verzorgde en duidelijke informatie over de kaatsvereniging en haar activiteiten is het leggen van contacten met de plaatselijke scholen een prima manier voor promotie van de kaatssport en mogelijke ledenwerving. Voor uitleg van de KNKB-schoolkaatsprojecten: zie handboek deel 2.

Trainingen

Voor het kunnen verzorgen van kaatstrainingen organiseert de KNKB jaarlijks een aantal trainersopleidingen, waarin lesgeven, trainingsopbouw van techniek, conditie, tactiek en mentaliteit uitgebreid aan de orde komen, zie handboek deel 2.

Verder zijn een groot aantal direct te gebruiken leskaarten voor verschillende leeftijden en niveau's opgenomen in het handboek deel 3.

Ledenkaatsen en competitiekaatsen

Aanbevelingen

- kaatsen in niveaugroepen / speelklassen
- zoveel mogelijk 2-2 spelen, wedstrijden in poules verkaatsen
- begeleiding per perk
- warming-up / inkaatsen
- jeugd zelf actief betrekken bij organisatie

Federatiekaatsen

Aanbevolen tabel minimeisen deelname federatiewedstrijden:

N.B.

1. Voor de opslag worden minimale afstanden vermeld; beheersing van de minimale opslagafstand wil zeggen, dat met regelmaat deze afstand ruim (halverwege het perk) kan worden gehaald. Zie hiervoor verder de beschreven test.
2. Aanbevolen wordt opslaglijnen te leggen, waar de spelers achter moeten blijven (*bij deelname van kaatsers met KNKB-niveau dient vanaf de daar voor hen geldende opslagafstand te worden opgeslagen*)



Categorie	Federatie Opslagafstand voorminst	Federatie Opslagafstand voorbest	Uitslag	Spelregels
Pupillenmeisjes	9 meter	11 meter	Advies: met regelmaat een redelijke kaats kunnen slaan; geen bindende afstanden aan te geven	Advies: basisregels weten: telling 1e en 2e opslag, witte en rode kaats en 'toe' zijn aan het spelen van een wedstrijd
Pupillenjongens	11 meter	13 meter		
Schoolmeisjes	13 meter	15 meter		
Schooljongens	17 meter	19 meter		
Meisjes	15 meter	17 meter		
Jongens	21 meter	23 meter		

Het uitreiken van een zogenaamde kleurenkaart na de vaardigheidstest is een duidelijk systeem binnen de vereniging om de kinderen en ouders duidelijk te maken welke richtlijnen worden gehanteerd voor deelname aan deze wedstrijden en dat een kaatser voldoende vaardigheden heeft ontwikkeld daarvoor. Deze tests zijn eenvoudig te organiseren tijdens de trainingen en het competitiekaatsen; het verdient aanbeveling dit regelmatig te doen.

Federatietest opslag

De kaatser slaat op vanachter de opslaglijn (op de aanbevolen afstand) naar het perk, dat in 2 vakken is verdeeld.

Normen:

- **Lengte:** de opslagbal moet minimaal over de lijn halverwege het perk op de grond komen
- **Aantal:** 7 van de 10 opgeslagen ballen moeten de minimale lengte hebben (een buitenslag met wel voldoende lengte wordt meegeteld als goed).



KNKB-kaatsen

Tabel minimumeisen deelname KNKB-wedstrijden

N.B.

1. Voor de opslag worden minimale afstanden vermeld; beheersing van de minimale opslagafstand wil zeggen, dat met regelmaat deze afstand ruim (halverwege het perk) kan worden gehaald.
2. Bij KNKB-wedstrijden liggen opslagvakken voor de voorminst-opslager en de voorbest-opslager; de eerstgenoemde afstand geldt voor de voorminst, de dan volgende opslagafstand is die van de voorbest en het laatstgenoemde getal is de achterlijn van het opslagvak.
3. De afstanden genoemd bij A-spelers gelden bij uitnodigingswedstrijden en d.e.l. A-wedstrijden; voor afdelingswedstrijden en overige d.e.l. wedstrijden gelden de reguliere afstanden.



Categorie	Opslagafstand	Uitslag	Spelregels
Pupillenmeisjes	13 / 15 / 17 m	Advies: Voldoende zicht op de bal hebben om met een redelijke vastheid een kaats (boven) kunnen slaan; geen bindende afstanden aan te geven	Spelregels weten en kunnen toepassen; een geschikte wedstrijdmentaliteit hebben (gemotiveerd zijn voor het spelen van wedstrijden en kunnen omgaan met wedstrijdspanning, succes en teleurstelling, maten, tegenstanders, leiding, etc.)
Pupillenmeisjes A	15 / 17 / 19 m		
Pupillenjongens	15 / 17 / 19 m		
Pupillenjongens A	17 / 19 / 21 m		
Schoolmeisjes	17 / 19 / 21 m		
Schoolmeisjes A	19 / 21 / 23 m		
Schooljongens	21 / 23 / 25 m		
Schooljongens A	23 / 25 / 27 m		
Meisjes	19 / 21 / 23 m		
Meisjes A	21 / 23 / 25 m		
Jongens	25 / 27 / 29 m		
Jongens A	27 / 29 / 31 m		

Het uitreiken van een zogenaamde kleurenkaart na de vaardigheidstest is een duidelijk systeem binnen de vereniging om de kinderen en ouders duidelijk te maken welke richtlijnen worden gehanteerd voor deelname aan deze wedstrijden en dat een kaatser voldoende vaardigheden heeft ontwikkeld daarvoor. Deze tests zijn eenvoudig te organiseren tijdens de trainingen en het competitiekaatsen; het verdient aanbeveling dit regelmatig te doen.

Zie de beschreven test bij het federatiekaatsen; eenzelfde test is uit te voeren met de voor de categorie geldende KNKB-opslagafstanden.

Afdelingskaatsen

Opzet en aanbevelingen

- de samenstelling van de parturen, die voor de vereniging op pad gaan, moet zorgvuldig gebeuren: duidelijk moet zijn wie ervoor in aanmerking komen, met welk doel men meedoet, wie het regelt en wanneer dat gebeurt; een afdelingspartuur is immers een vertegenwoordiging van de vereniging
- de opgave en aangifte van de parturen is een taak van de vereniging: voor een competitie van meerdere wedstrijddagen is vroegtijdige opgave vereist; voor een losse wedstrijd is een officiële aangifte via een aangifteformulier nodig
- ook de begeleiding is een taak van de vereniging: behalve het regelen van de afdelingstenues en het vervoer is ook de coaching een wezenlijk onderdeel van het afdelingskaatsen (zie verder uitleg coaching).

Minimumeisen

- de af te vaardigen spelers moeten kunnen voldoen aan de minimale eisen, die voor de betreffende wedstrijden zijn gesteld (*noot: zeker als aan een afdelingswedstrijd een door elkaar lotenwedstrijd is gekoppeld, moeten de deelnemers voldoende opslag- en uitslagcapaciteiten hebben: bij verlies in de afdelingswedstrijd wordt men opnieuw geloot!*)
- bij de pupillen worden de afdelingswedstrijden in 3-tallen gespeeld; de door elkaar lotenwedstrijd er bij in 2-tallen. (*noot: de opslagafstand moet dus minimaal worden beheerst ook door de zogenaamde 3e maat, die mogelijk in het afdelingspartuur geen functie verzorgt, bij het spelen in 2-tallen moeten beide spelers de opslag verzorgen en dus beheersen*)

Adviezen

- omdat uitkomen voor je vereniging niet onbeperkt mogelijk is en meestal een element van selectie met zich meebrengt, is het zaak voor de vereniging de samenstelling zorgvuldig te regelen: afwegingen zijn de doelstellingen van de vereniging, de kwaliteiten en instelling van de beschikbare kaatsers en tenslotte de mogelijkheden en beperkingen van de reglementen
- geadviseerd wordt voor samenstelling van afdelingsparturen een speciale commissie (Technische Commissie) aan te wijzen, die volgens vastgestelde uitgangspunten en functiebeschrijving deze taak uitvoert
- de reglementen voor afdelingswedstrijden bieden enerzijds beperkingen, anderzijds mogelijkheden (zoals de noodzaak van woonachtig zijn in vestigingsplaats vereniging, juiste leeftijd, één deelnemer mag een categorie hoger uitkomen).



Coachen

Coachen is het begeleiden bij de sport.

Als de trainingen op een gegeven moment hun vruchten gaan afwerpen en de spelers steeds beter worden zullen ze ook wedstrijden gaan kaatsen. Eerst op verenigingsniveau bij het competitiekaatsen en ledenkaatsen, maar later ook bij de federatiewedstrijden en K.N.K.B. wedstrijden.

Coachen ligt in het verlengde van de training en is daar ook onlosmakelijk mee verbonden. Alles wat verkeerd gaat tijdens de wedstrijd kan weer getraind worden door de week.

Alles wat je tijdens de training leert kan toegepast worden op de wedstrijd.

Het is dan ook ideaal om met een trainer-coach te werken.

Partuurbegeleiding

Neemt de trainer niet de begeleiding / het coachen op zich dan kan er gewerkt worden met een partuurbegeleid(st)er.

Voor de partuurbegeleid(st)er het is aan te raden om de trainingen te bezoeken en veel overleg met de trainer te hebben. In dat overleg kan besproken worden wat er tijdens de wedstrijd geobserveerd / geanalyseerd werd, zodat het in de volgende training verwerkt kan worden..

Eigenschappen van een coach / partuurbegeleid(st)er

- Een coach moet verstand hebben van de opslag- en uitslagtechniek.
- Een coach moet een goed tactisch inzicht hebben.
- Een coach moet spelers kunnen motiveren en mentaal kunnen begeleiden.
- Een coach moet een rustig, betrouwbaar en evenwichtig persoon zijn.
- Een coach moet goede kennis hebben van de spelregels.
- Een coach moet op de hoogte blijven van de ontwikkelingen op kaatsgebied (bv. kaatswant).

Er zijn 3 momenten van begeleiding / coachen

- Voor de partij
- Tijdens de partij
- Na de partij

Moeilijkheden die een coach /begeleid(st)er kan tegenkomen

1. het zit vast in het partuur.
2. vedetten, kankerpitten en beterseters.
3. ouders, die zich ermee bemoeien
4. motivatieproblemen.
5. oplossen van spelsituaties.
6. moeilijkheden met het bestuur.
7. je krijgt nieuwe spelers in je partuur.

In de KNKB jeugdbegeleidingscusus komt ook het begeleiden van een jeugdpartuur aan de orde.

Ook kan een vereniging (of een aantal verenigingen) een thema avond aanvragen over coachen / partuurbegeleiding; bovengenoemde komt dan uitgebreid aan de orde met veel leerzame praktijkvoorbeelden.



Diplomakaatsen

De opzet, aanpak en organisatie is in een apart hoofdstuk in het handboek deel 3 beschreven.

Jeugdkader

Een onderwerp, dat tijdens de cursus jeugdbegeleiding uitgebreid aan de orde komt met veel tips en praktijkvoorbeelden.

Bijlagen

In het handboek deel 2 zijn een aantal voorbeelden van draaiboeken voor een activiteit opgenomen.