

PRAKTISCHE INFORMATIE (JONGSTE) JEUGD



1 Algemene informatie over hockey én hockeyen bij MHC Woerden

1a. Hockey is een teamsport

Hockey bestaat uit een wedstrijd op zaterdag en één of meer trainingen in de week. Juist omdat hockey een teamsport is, is het belangrijk dat je hier steeds bij aanwezig bent.

Van de jeugdleden wordt verwacht dat zij een bijdrage leveren in de organisatie van de club. Spelers uit de A en B zijn bijvoorbeeld verplicht om een scheidsrechterskaart te halen en op zaterdag jeugdwedstrijden te fluiten. Zij kunnen ook gevraagd worden om teams te coachen en/of te assisteren bij het geven van trainingen of de jongste jeugd minicompetitie (eindemaandswedstrijden). MHCW heeft een goede opleiding voor jeugdtrainers.

1b. Kleding, schoenen en bescherming

Het officiële clubtenue is verplicht bij alle wedstrijden. Als de tegenstander een gelijkend tenue draagt, moet je bij uitwedstrijden in een wit uit-shirt spelen (te koop bij InterSport Twinsport Woerden). Dit staat bij het wedstrijdschema of in de informatie van de coach vermeld.

Officiële clubkleding: (te koop bij InterSport Twinsport Woerden)

Jongens: donkergroene broek / groen MHCW-shirt / witte MHCW- kousen.

Meisjes: donkergroen rokje / groen MHCW-shirt / witte MHCW-kousen.

Tijdens de training draag je sportkleding (geen spijkerbroek). Het is niet toegestaan om caps, petten of andere hoofddeksels te dragen. Let op, draag geen sieraden en horloges tijdens de training of wedstrijd en zorg dat haren vastgebonden zijn. Het kauwen van kauwgom en het gebruik van mobiele telefoon is tijdens de training / wedstrijd verboden.

Hockeyschoenen verplicht

Omdat we (bijna) altijd op kunstgrasvelden (zand ingestrooid of (semi)water) spelen, zijn speciale sportschoenen verplicht. Gewone gym schoenen zijn te glad en kunnen dus gevaar opleveren voor de speler vanwege de grote kans op uitglijden. Speciale hockeyschoenen (kunstgrasschoenen) zijn te koop bij InterSport Twinsport Woerden.

Bescherming verplicht

Het is verplicht en erg belangrijk dat je een gebitsbeschermer (bitje) draagt. Het kan altijd gebeuren dat je per ongeluk een stick of hockeybal tegen je mond krijgt. Zonder gebitbescherming kunnen je tanden gemakkelijk beschadigen. Bitjes kun je bij de tandarts laten maken (maatwerk), er zijn ook kant en klare bitjes te koop. Eén keer per jaar is er op de club een bitjes hapdag. Je kan dan een bitje op maat happen, dat op een later tijdstip gemaakt en afgeleverd wordt.

Het is verplicht om tijdens de wedstrijd en de training scheenbeschermers te dragen. Zonder scheenbeschermers mag je niet hockeyen. De scheidsrechters zullen hier streng op toezien. Het is verplicht scheenbeschermers onder de sokken te dragen.

1c. Hockeystick

Aan welke eisen moet een goede kinderstick voldoen:

- juiste lengte
- de stick moet een juiste gewichtsverdeling hebben.
- de steel is wat minder dik dan bij een stick voor volwassenen. De kinderen moeten de stick makkelijk met hun linkerhand vast kunnen houden.
- kies een stick die plezierig aanvoelt en vooral niet te zwaar is.
- sticks zijn o.a. verkrijgbaar bij InterSport Twinsport in Woerden

1d. Keepersuitrusting

Vanaf de 6-tallen wordt er met een keeper gespeeld. De keeper heeft te allen tijde een keepersuitrusting aan. Een keepersuitrusting bestaat uit helm, bodyprotector, legguards (beenbeschermers), klompen en handschoenen. Deze uitrusting wordt aan het begin van het seizoen aan de keeper of coach ter beschikking gesteld door de club en blijft eigendom van de club. De coach of de vaste keeper is verantwoordelijk voor de zorg van de uitrusting. Als er iets kapot gaat in de loop van het seizoen, neem dan zo snel mogelijk contact op met de materialencommissaris via materiaal@mhcwoerden.nl of keepers@mhcwoerden.nl. De keeper is verplicht om een shirt te dragen met een kleur die afwijkend is van zowel ons eigen tenue als van het shirt van de tegenstanders. MHC Woerden stelt een speciaal MHCW-keepersshirt ter beschikking. Voor de jeugd stelt MHC Woerden strafcornermaskers ter beschikking.

1e. Hockey is ook een taak van ouders

Ook van de ouders verwacht MHC Woerden dat zij een bijdrage leveren aan de organisatie van de club. Alle ouders (met uitzondering van de teamcoaches) worden een aantal maal per jaar ingedeeld voor bar-, rij- en zaaldiensten, dit gebeurt door de coach van het team waarin je kind speelt. Coaches worden ook ingedeeld voor rijdiensten, alleen bij het team waarvoor hij/zij coach is. Alle ouders worden ingedeeld voor maximaal één dienst per kind per dag. De bar wordt bemenst door enkele ouders, onder leiding van een barcoach. De dienst is niet over te dragen aan jeugdleden. In de MHCW-app zijn de bar- en rijdiensten als taak zichtbaar in de agenda.

Voor zowel bar- als rijdienst geldt: afzeggen kan niet, onderling ruilen wel.

Ouders worden door MHC Woerden in de gelegenheid gesteld een scheidsrechterskaart te halen (C-kaart). De scheidsrechterscursus wordt via e-learning aangeboden, dus is eenvoudig in de eigen tijd

te volgen. Van de ouders wordt een positieve houding verwacht die bijdraagt aan sportiviteit in het algemeen en in het bijzonder langs de lijn tijdens wedstrijden.

De dug-out en het spelersveld zijn uitsluitend bestemd voor spelers en trainer/coach.

Toeschouwers, ouders, broertjes en zusjes bevinden zich tijdens wedstrijden en trainingen (ook om veiligheidsredenen!) achter het hek.

Toelichting op indeling bij bar- en rijdiensten (en zaaldiensten bij zaalhockey)

Er komen regelmatig vragen binnen over de (rechtvaardigheid van) indeling van bar- en rijdiensten bij de (Jongste) Jeugd. Daarom geven wij graag een toelichting op de indeling hier van. Er wordt door de coaches een zo eerlijk mogelijke indeling gemaakt van alle taken. Deze diensten zijn: bardiensten, rijdiensten, spelleiding bij de Jongste Jeugd en zaaldiensten bij zaalhockey.

Het uitgangspunt hierbij is dat alle ouders aan het eind van een compleet hockeyjaar (dat bestaat uit de voorcompetitie, de najaarscompetitie, de zaalhockeycompetitie, de voorjaarscompetitie) evenveel activiteiten hebben verricht, in relatie tot het aantal kinderen dat zij op de vereniging hebben. Ouders die meer dan één kind op de vereniging hebben, zijn dus vaker aan de beurt.

Rijdiensten bij zaalhockey

Tijdens de zaalcompetitie spelen de teams, 2 dagen in een door MHCW gehuurde zaal en 4 dagen in een zaal gehuurd door hockeyclubs uit hun poule. Tijdens deze dagen kunnen de teams ook gewoon een thuiswedstrijd spelen maar dit is dan in een zaal van een andere hockeyclub. En dat in een kort tijdbestek (begin december - tot de voorjaarsvakantie).

Dat betekent dat er veel rijdiensten zijn, zeker in vergelijking met de veldcompetitie. En dus dat iedereen ervaart (en zo is het ook) dat die vaker/vaak aan de beurt is. Er zijn dan geen bardiensten, wel zaaldiensten (alleen voor de wedstrijden die in een Woerdense accommodatie worden gespeeld).

Uitzonderingen?

Er worden slechts enkele uitzonderingen gemaakt op het uitgangspunt op de indeling van ouders bij activiteiten. De belangrijkste uitzonderingen betreffen de ouders die als (structureel) vrijwilliger deelnemen in activiteiten binnen de vereniging. Bijvoorbeeld als trainer, barcoach of commissie- of bestuurslid.

Verhinderd? Gaarne zelf een oplossing zoeken!

Het kan natuurlijk voorkomen dat u een keer verhinderd bent om een dienst uit te voeren. U moet deze dienst zelf ruilen met een andere ouder, het is handig de coach of teammanager hiervan op de hoogte te stellen.

2 Algemene informatie over trainen en wedstrijden spelen

Bij Benjamins en de E-categorie bestaat het hockeyseizoen uit drie perioden:

- na de zomervakantie tot de herfstvakantie (najaarscompetitie)
- na de herfstvakantie tot de kerstvakantie (najaarscompetitie)
- na de kerstvakantie tot de voorjaarsvakantie (midwinter competitie)
- na de voorjaarsvakantie tot ongeveer mei (voorjaarscompetitie)

De jongste jeugd competitie wordt afgesloten met een mini slotdag. Alle speeldagen zijn terug te vinden op de site van MHCW (agenda) en via www.knhb.nl.

Bij de A, B, C en D bestaat het seizoen uit drie perioden:

- voorcompetitie: na de zomervakantie tot aan de herfstvakantie;
- najaarscompetitie: na de herfstvakantie tot eind november;
- reguliere competitie: voorjaarsvakantie tot mei/juni.

Tijdens de winterstop wordt er zaalhockey gespeeld (vanaf de D-categorie). De zaalhockeyteams zijn niet gelijk aan de veldteams: de zaalteams zijn kleiner, er staan 6 spelers in het veld. Daarom worden er ook andere teamopstellingen gemaakt. Bij MHCW worden de teams identiek ingedeeld als zaalteam. De zaalhockeycommissie geeft het advies om twee volledige teams samen te stellen en deze teams in één keer te wisselen tijdens de wedstrijd. Alleen de keeper blijft staan.

De trainingen starten in augustus, afhankelijk van de zomervakantie. De trainingen eindigen na de laatste competitiewedstrijd. Eventueel volgen hierna nog selectietrainingen. Tijdens de schoolvakanties zijn er geen trainingen tenzij anders afgesproken.

In de winter trainen alle teams maar één keer per week. Voor de jongste jeugd vervallen de trainingen van de vrijdag. Voor de elftallen vervalt één van de twee trainingen, dit verschilt per team. De teams die zaalhockey spelen, trainen een aantal keer in de zaal. De meeste zaaltrainingen zijn voor de D jeugdteams, omdat we niet voldoende zaalruimte kunnen inhuren om alle teams wekelijks te laten trainen.

2a. Wedstrijden spelen

Vanaf de F-jeugd wordt er wekelijks een wedstrijd gespeeld, met uitzondering van de vakanties. De speeldagen worden door de KNHB vastgesteld en staan vermeld op de KNHB-site. De E- en F-jeugd speelt alle wedstrijden op het veld, ook tijdens de winterperiode. Alleen als het veld onbespeelbaar is (wateroverlast, sneeuw, bevroren) worden de wedstrijden afgelast. Vanaf de D-jeugd vindt ook een zaalhockeycompetitie plaats in de winterperiode (december-februari), deze jeugd speelt dan geen veldhockey.

Het coachen en begeleiden van de jeugdteams wordt veelal verzorgd door twee ouders van de teamleden. De coaches zijn altijd aanwezig bij de wedstrijden.

De coaches hebben de volgende taken:

- ervoor zorgen dat het team met plezier samen een hockeywedstrijd speelt
- verstrekken van algemene informatie aan alle ouders van het team en specifieke informatie over de wedstrijden
- 1 of 2x per jaar TIPS-formulieren invullen over de ontwikkeling van de spelers/spelsters
- ervoor zorgen dat ouders zijn ingedeeld voor meenemen van fruit, wedstrijdbegeleiding bij de F en F jeugd, bar- en rijdiensten
- het maken van de opstelling en het begeleiden van het team tijdens de wedstrijd
- het houden van een teambespreking voor elke wedstrijd
- ontvangst van het bezoekende team
- tijdens de wedstrijd bepalen wie er gewisseld wordt en wanneer
- na de wedstrijd napraten met de coaches van de tegenstanders
- toezicht houden op het dragen van mond- en scheenbescherming en correct clubtenue
- melden van bijzonderheden bij de jeugdcommissie
- toezien dat veld en dug-out netjes worden achtergelaten (afval meenemen!)
- doorgeven van de eindstand bij een thuiswedstrijd of accorderen van de eindstand bij uitwedstrijd middels digitaal wedstrijdformulier in LISA

Het is niet de bedoeling dat ouders zich voor of tijdens de wedstrijd met de opstelling van het team of met de tactiek van de coaches bemoeien. Het is ook niet de bedoeling dat ouders aanwijzingen geven aan de spelers op het veld. De betrokkenheid van ouders wordt zeer gewaardeerd, maar dient bij aanmoedigen te blijven.

Een paar vuistregels voor ouders / toeschouwers:

- geen commentaar leveren op de scheidsrechters
- geen bemoeienis met de taken van de coaches
- alleen positieve, aanmoedigende uitingen richting de spelers.

Toelichting

Op zaterdag worden competitiewedstrijden gespeeld, afwisselend uit en thuis. Duur van de wedstrijden:

- De F-jeugd speelt in drietallen op een achtste veld, 2x15 minuten met 5 minuten rust. Er worden twee wedstrijdjes tegelijk gespeeld.
- De 1^e jaars E spelen in zestallen op een kwart veld, 2 x 25 minuten en 5 minuten rust
- De 2^e jaars E spelen in achttallen op een half veld, 2 x 30 minuten en 5 minuten rust
- Vanaf de D-jeugd worden door elftallen volledige wedstrijden gespeeld op een heel veld, 2 x 35 minuten en 5-10 minuten rust.

Het spreekt voor zich dat je altijd op tijd aanwezig bent, de coach bepaalt hoe laat je moet verzamelen. De verzameltijden staan overigens ook de site vermeld. Wedstrijden worden zowel op

zand ingestrooide velden als (semi)water velden gespeeld. Een team is altijd verplicht een competitiewedstrijd te spelen. Niet komen opdagen betekent een boete (door het team zelf te betalen) en 3 wedstrijdpunten in mindering. De wedstrijd moet op een later tijdstip alsnog worden ingehaald (van D-jeugd).

De verzameltijd staat op het wedstrijdschema vermeld of wordt door de coach aan de ouders / het team doorgegeven. Voor aanvang van de wedstrijd verzamelt het team voor een teambespreking en het doornemen van de opstelling. Tijdens de teambespreking staat de mobiele telefoon uit. Voor de wedstrijd dient het volledige team, inclusief de keeper, warm te lopen. Na het warmlopen gaat het team inspelen. Na de wedstrijd wordt met de tegenstander limonade gedronken. Af te halen bij de bar. Het ontvangende team brengt de kannen terug naar de bar en gooit de lege bekers weg.

Er mag in het clubhuis niet worden gerookt. Op zaterdagen is het tot 16.00 uur verboden in het clubhuis alcohol te gebruiken en wordt dit dan ook niet verkocht. Dit geldt voor iedereen! Alcohol wordt alleen verkocht aan 18+.

Afgelasting van wedstrijd of training

Als een wedstrijd is afgelast wordt dit soms op vrijdagavond, maar meestal op zaterdagochtend aan de vereniging meegedeeld. De wedstrijdsecretaris zal afgelastingen zo spoedig mogelijk op de website plaatsen. Kijk dus altijd eerst op de website voor de meest actuele informatie. Raadpleeg ook altijd de site bij slechte weeromstandigheden. De afgelasting wordt ook middels een pushbericht vanuit de App gestuurd.

Een afgelaste wedstrijd van een elftal zal op een door de KNHB vastgestelde datum (meestal een zaterdag) worden ingehaald. Drie-, zes- en achttallen spelen geen inhaalwedstrijden.

In principe gaan de trainingen altijd door, kijk bij zware regenval of vorst op de site, daar staat een bericht als de training niet doorgaat.

Afzeggen van wedstrijd of training

Afzeggen voor een wedstrijd (A, B, C en D) doe je altijd telefonisch bij je coach voor donderdag 19.00 uur. Hockey is een teamsport, je belt alleen af als het echt niet anders kan.

2b. Trainingen

Alle teams trainen één (Benjamins en F-jeugd) of meerdere keren per week (overige teams). De training duurt 1 tot 1,5 uur, afhankelijk van het team waarin je zit. Het Trainingschema op de MHCW-site vermeldt alle trainingstijden.

MHC Woerden heeft de Hockey Academy opgezet om zo te kunnen zorgen voor de opleiding van onze eigen (jongste)jeugdtrainers. Alle (jongste) jeugdtrainers worden intern begeleid middels

workshops en training-on-the-job door ervaren trainers/spelers van MHCW. Met het opleiden van eigen trainers binnen de club beogen wij het individuele niveau van trainen en spelen te vergroten. Voor keepers zijn aparte keeperstrainingen waarbij voor de E-jeugd geldt dat er een keer per week tijdens de reguliere trainingstijd keeperstraining is voor degene die de volgende wedstrijd opgesteld staat als keeper.

3 Informatiebronnen

3a. Algemene website van MHC Woerden

Op de site van MHC Woerden (www.mhcwoerden.nl) is alle belangrijke informatie te vinden. Kijk dagelijks op de homepage voor actuele informatie ook over bijv. afgelastingen.

Op de site staat hele belangrijke informatie, zoals:

- wedstrijdschema
- trainingsschema: alle trainingstijden van alle teams
- agenda: de jaarkalender van MHCW waar alle belangrijke data zijn vermeld (vakanties, toernooien, informatie avonden, selectiedagen etc.)

Als je met je persoonlijke inloggegevens inlogt, kun je persoonlijke informatie over je team (of het team van je kind(eren)) raadplegen. Hier staan de speeldata en -tijden van de wedstrijden, de namen en telefoonnummers van je teamgenoten, trainers en coaches etc.

3b. De MHC Woerden APP

Er is ook een MHC Woerden App, te downloaden uit de App-store of Play-store. Hier vind je het laatste clubnieuws, de agenda van het hele gezin, wedstrijden van jouw team, alle wedstrijden van je kinderen, uitslagen, wedstrijdverslagen, routebeschrijvingen, alle hockeyclubs van Nederland, etc. Je vindt dit alles, samen met tientallen andere mogelijkheden, in onze eigen MHC Woerden App!

Superhandig zijn de push-berichten bij afgelastingen van trainingen en wedstrijden.

4. Scheidsrechters

Scheidsrechters zijn essentieel voor een wedstrijd. Trek de beslissing van de scheidsrechter niet in twijfel. Mocht je vragen hebben over een bepaalde beslissing dan kun je de scheidsrechter hierover na de wedstrijd benaderen.

A- en B-jeugd zijn verplicht om te fluiten en hun scheidsrechterskaart te halen. Vanaf de B word je opgeroepen voor de scheidsrechterscursus. Je bent verplicht hieraan deel te nemen. A en B-spelers

worden ingedeeld door de arbitrage. Bij niet verschijnen wordt een sanctieregeling toegepast. Zie op de site onder "arbitrage".

Je moet je uiterlijk een kwartier voor aanvang van de wedstrijd bij de wedstrijdtafel (bar) melden. Vergeet je fluit en een stopwatch niet!

Afzeggen kan niet! Je kunt wel onderling ruilen. Geef wijzigingen altijd door aan de scheidsrechterscommissie.

5. Informatie en vragen

Heeft u na het lezen van bovenstaande informatie nog vragen? Dan kunt u mailen naar communicatie@mhcwoerden.nl. Wij beantwoorden uw mail binnen 3 werkdagen (m.u.v. vakantieperiodes).