

## Handig om te weten als coach bij MHC Weesp seizoen 2022-2023

### Inschrijven als vrijwilliger

Om te zorgen dat we jou als coach registreren, is het belangrijk dat je je inschrijft als vrijwilligers lid van MHC Weesp. Dit doe je op de website onder 'Lid worden'. Hier zijn geen kosten aan verbonden. Je krijgt vervolgens een lidnummer, waarmee je in kan loggen op Lisa en de website. Deze inloggegevens heb je ook nodig om standen door te geven in het Digital Wedstrijd Formulier (DWF).

### Lijncoördinator

De lijncoördinator is voor een coach een belangrijk contact met de cluborganisatie. De lijncoördinator is een vrijwilliger die verantwoordelijk is voor de organisatie van een aantal teams binnen een leeftijdscategorie. De lijncoördinator maakt deel uit van een Technische Commissie (TC): voor de jongens, meisjes of jongste jeugd. Deze TC staat onder leiding van een voorzitter en bestaat naast lijncoördinatoren ook uit technische coördinatoren en een hoofdtrainer. Deze laatste is verantwoordelijk voor de inhoud van trainingen en voor de kwaliteit van trainers en trainingen.

Overzicht lijncoördinatoren '22-'23:

- Meisjes A/ MO18: Sabine Dorrepaal [sabine.dorrepaal@live.nl](mailto:sabine.dorrepaal@live.nl)
- Meisjes B/ MO16: Wilko Herrings [wilkoherrings@hotmail.com](mailto:wilkoherrings@hotmail.com)
- Meisjes C/ MO14: Roos Knoef [roosknoef@hotmail.com](mailto:roosknoef@hotmail.com)
- Meisjes D/MO12: Fleur Schraven [fleurschraven@gmail.com](mailto:fleurschraven@gmail.com)
- Jongens A & B/ JO18-16: vacature [jeugdcommissie@mhcweesp.nl](mailto:jeugdcommissie@mhcweesp.nl)
- Jongens C/JO14: Richard van Montfort [richardvanmontfort@gmail.com](mailto:richardvanmontfort@gmail.com)
- Jongens D/JO12: Jasper Hesseling [info@hesselingcv.nl](mailto:info@hesselingcv.nl)

### Hoofdtrainers

Grant Thomson [g.thomson@mhcweesp.nl](mailto:g.thomson@mhcweesp.nl), verantwoordelijk voor de gehele jeugd C t/m A  
Vacature (dd. juli 2022), verantwoordelijk voor de D lijn en Jongste Jeugd.

### Belangrijke informatie

De website en LISA app van MHC Weesp zijn de belangrijkste informatiebron in de clubcommunicatie. Zorg dat je 2x per week op de site kijkt. Dit is o.a. belangrijk omdat het volgende er op te vinden is:

- alle leden met hun profiel (met een door henzelf te actualiseren gegevens)
- agenda van de club
- [koelkast schema](#) met alle belangrijke (speel)data
- trainingsschema
- het wedstrijdschema, de 'standenmotor'
- routes naar alle hockeyclubs in NL
- informatie over het eventueel afgelasten van wedstrijden/trainingen

### Communicatie, rijschema, DWF, oefenwedstrijden : LISA

In LISA kan ieder lid zijn eigen informatie bijhouden. Het is belangrijk dat iedere speler en ook ouders ervoor zorgen dat hun gegevens juist zijn opgenomen. Zeker de e-mailadressen en mobiele nummers. Geef dit bij aanvang seizoen ook aan bij ouders om de gegevens te checken. Voor de coach en de trainer



is het dan eenvoudig om snel met iedereen te communiceren, zoals bij afgelastingen. Benadruk het belang van het goed functioneren hiervan in het begin van het seizoen. Maak ook een rijschema aan het begin van het seizoen, zodat alle ouders tijdig op de hoogte zijn. In LISA is een handige tool om een rijschema te maken.

In LISA moet je als coach ook het Digitaal Wedstrijd Formulier (DWF) invullen; voor de wedstrijd voer je de spelers in, direct na de wedstrijd geef je de stand door. Doe dit meteen na de wedstrijd, want te laat of niet ingeleverde formulieren leveren een boete op voor het team (vanuit de KNHB).

Als je een oefenwedstrijd wil spelen, dan kan je via de app een oproep doen, maar je kan ook gericht een team uitnodigen. Hierbij kan je selecteren op speelklasse en reisafstand (bij tabje ... meer)

## **Team afspraken maken**

Maak duidelijke en concrete afspraken

### Praktische afspraken:

- Spelers komen op tijd (bijv.: een kwartier voor een training, uur voor een wedstrijd etc.).
- Als je een keer niet aanwezig kan zijn meld je je zelf [telefonisch] af bij [...].
- Voor een training meld je je (minimaal een week) van te voren af bij [...].
- Voor een wedstrijd meld je je (minimaal een week) van tevoren af bij [...].
- Bij uitwedstrijden spreek je als team bij het verzamelpunt en gaan jullie van daar uit gezamenlijk naar de wedstrijd (bij hoge uitzondering rijdt een speler een keer rechtstreeks); we willen deze afspraak extra benadrukken omdat dit onderdeel is van hoe we met elkaar omgaan en dat dit hoort bij een teamsport)
- We komen naar de training en wedstrijd in gepaste kleding en doen sieraden zoals lange oorbellen en kettingen af.

### Sport afspraken

- Iedereen is belangrijk in het team en iedereen heeft zijn eigen rol.
- Jullie zijn één team: jullie gaan samen naar het veld en samen naar het clubhuis.
- Tijdens trainingen en wedstrijden zetten spelers zich voor 100% in.
- Voor (en evt na de wedstrijd) is er een bespreking met het hele team.

### Gedrags afspraken

- Fanatiek mag, maar we blijven sportief en respectvol.
- We schelden niet en laten iedereen in zijn/haar waarde.
- We respecteren onze trainer/coach.
- We respecteren de scheidsrechters en geven hen een hand na de wedstrijd.
- We respecteren de tegenstander en doen Shake Hands (voor én na de wedstrijd).
- We drinken na de wedstrijd iets met elkaar en de tegenstander.

### Afspraken over materialen

- Opgeruimd staat netjes: we laten het overal netjes en schoon achter (bij trainingen én wedstrijden).
- Na de wedstrijd zorgen we er samen voor dat alle ballen, pylonen en hesjes compleet zijn.
- Na elke training, ruimen we samen alle ballen op en zorgen er ervoor dat deze weer allemaal in het krat in de kar zitten, en dat er geen bal achterblijft op het veld.

Deel deze afspraken ook met ouders, zodat ook zij hiervan op de hoogte zijn. Hockey is een teamsport en zij zijn indirect een groot onderdeel van het team.

## Jeugdplan

MHC Weesp wil een club zijn waar lekker gehockeyd kan worden door iedereen. Dit kan zijn in een recreatieteam of in een prestatieteam.

De prestatieteams noemen we 1<sup>e</sup> lijn teams. Dit zijn de 1ste teams in de leeftijdsgroepen A, B, C en D. Deelname aan een selectieteam brengt voor de spelers verplichtingen mee. Het bijwonen van alle trainingen en wedstrijden is verplicht. Zo is het in deze 11-tallen vaak niet mogelijk om een andere competitiesport op dezelfde tijden te doen (bv. tennis).

## Coachavonden

Een aantal keer per jaar worden coach avonden georganiseerd waarbij de trainer tips geeft en alle coaches worden bijgepraat op het gebied van technische en tactische ondersteuning.

Twee keer per jaar vindt een TC vragenuurtje plaats waarbij coaches vragen kunnen stellen aan de TC. De data waarop deze avonden zijn ingepland kan je binnenkort vinden op de site.

## Competitie indeling

De stand van elke poule wordt gepubliceerd in LISA en op de website van de KNHB (standenmotor). Mocht je van mening zijn dat jouw team te hoog of te laag staat ingedeeld dan willen we dit graag van je horen ([jeugdcommissie@mhcweesp.nl](mailto:jeugdcommissie@mhcweesp.nl)). Aan het einde van het herfstseizoen (november/december) bestaat de mogelijkheid om een wijziging aan te vragen en indien er echt aanleiding toe is kan dit soms zelfs al halverwege elke competitiehelft (bv in herfstvakantie).

## Trainingen

Het is altijd zinvol om regelmatig contact met de trainer(s) te onderhouden. Zij kunnen je technische adviezen geven die bruikbaar zijn voor de wedstrijden en je kunt hen vragen om meer aandacht aan bepaalde zaken te besteden. Probeer hen ook te motiveren om eens naar een wedstrijd te komen kijken. Mochten er in het team problemen zijn met de onderlinge verhoudingen en/of sprake zijn van onsportief / brutaal gedrag dan is het goed om te polsen of dit ook door de trainer(s) herkend wordt en kan een gezamenlijke aanpak worden voorgesteld.

Afzeggen voor een training gebeurt bij de trainer. Zorg dat de spelers dit weten. Zorg dat spelers ruim voor de training aanwezig zijn. Dan kan er eerst even gekletst worden, en daarna gesport (zie ook teamafspraken).

Gedurende het jaar, kunnen spelers gevraagd worden om mee te trainen met een hoger team. Dit kan een hoger team zijn in dezelfde leeftijdscategorie, of een team in een oudere leeftijdscategorie. Dit is bedoeld om spelers met bepaalde kwaliteiten zich verder te laten ontwikkelen en/of te laten wennen aan een hoger niveau. De kinderen die in aanmerking komen voor dit meetraineren worden geselecteerd door de TC in samenwerking met trainingscoördinator/trainers. Coaches kunnen wel aangeven bij hun lijn coördinator dat er vanuit de TC en hoofdtrainers eens gekeken moet worden of iemand daarvoor in aanmerking komt. Meetraineren gebeurt nooit op eigen initiatief.

## Ziekte en/of blessure speler

Bij ziekte en/of blessure van een speler wordt samen besproken wat er vanuit het team gedaan kan worden. Graag de betreffende lijncoördinator op de hoogte stellen van langdurig geblesseerden, zodat eventuele structurele vervanging in het elftal kan worden geregeld.

## Invallers

Een team mag altijd invallers lenen uit een op een gelijk niveau of lager spelend team, ongeacht het aantal eigen spelers dat een team beschikbaar heeft. Zie hiervoor ook de [regels van de KNHB](#)

Onder een op gelijk niveau of lager spelend team wordt verstaan:

a. Een team dat binnen dezelfde (leeftijds-)categorie in dezelfde klasse of in een lagere klasse speelt; Voorbeeld: Een speler van JB2/JO16-2 (2e Klasse) mag invallen bij JB3/JO16-3 (2e Klasse).

Voorbeeld: Een speler van MB2/MO14-2 (3e Klasse) mag invallen bij MB1/MO16-1 (2e Klasse).

b. Een team dat in een lagere (leeftijds-)categorie maximaal 1 klasse hoger speelt; Voorbeeld: Een speler van JC1/JO14-1 (1e Klasse) mag invallen bij JB2/JO16-2 (2e Klasse).

Indien er vanuit een lagere (leeftijds-)categorie wordt ingevallen bij een hogere (leeftijds-) categorie en het verschil groter is dan 1 leeftijdscategorie, dan geldt dat er per (leeftijds-) categorie een klasse bij komt.

Voorbeeld: Een speler uit JC1/JO14-1 (1e Klasse) mag dus invallen bij JA1/JO18-1 (3e Klasse).

c. Een team dat in een hogere (leeftijds-)categorie minimaal 1 klasse lager speelt dan het team waarin wordt ingevallen. Invallers dienen hierbij te voldoen aan de leeftijdsgrenzen binnen de (leeftijds)categorie waarin ze invallen.

Voorbeeld: Een speler van MA3/MO18-3 (3e Klasse) mag invallen in MB3/MO16-3 (2e Klasse) mits speler de juiste leeftijd heeft.

Lenen van spelers die te oud zijn voor de betreffende (leeftijds-)categorie is behoudens verstrekte dispensatie niet toegestaan. D.w.z. dat een speler met A-leeftijd (zonder dispensatie) niet mag invallen in een B-team.

Als je spelers te kort komt en je hebt een invaller op het oog, overleg dit dan eerst met de coach van de betreffende speler voordat je de (ouders van de) invaller benadert.

## Scheidsrechters

Vanaf D teams worden scheidsrechters ingedeeld op wedstrijden (waar dit in jongere teams door ouders als spelbegeleiders wordt gedaan). Scheidsrechters kunnen zichzelf inplannen op een wedstrijd, maar aangezien dit nog te weinig gebeurt, wijst de [scheidsrechterscommissie](#) fluitdiensten toe aan Jeugd en Seniorleden. Als zij niet kunnen op die dag of wedstrijd, dan zijn zij zelf verantwoordelijk om vervanging te regelen. Dit is een van de verplichtingen die ze hebben als spelend lid.

Zoek je zelf als coach een scheidsrechter voor bijv. een oefenwedstrijd of voor zaalhockey? Er is een [Facebookgroep](#) waar je een oproep kan doen voor een scheidsrechter.

## Scheidsrechters cursus

Elk seizoen worden scheidsrechters cursussen georganiseerd voor de jeugd en ouders. Probeer je team enthousiast te maken voor het volgen van een scheidsrechters cursus. Dit is vanuit de KNHB verplicht. Het volgen van een scheidsrechtercursus bevordert het spelinzicht en vermindert de kans op discussies met de scheidsrechters in het veld. Het volgen van een scheidsrechtercursus door de coach is ook zeker aan te raden!

Deelname aan de cursus clubscheidsrechter is verplicht voor de alle speelgerechtigde leden vanaf B-jeugd (vanaf 14 jaar). Om de club te professionaliseren en het plezier in het spel te verhogen, is het belangrijk dat spelers en ouders beschikken over spelregelkennis. Als speler dien je op de hoogte te zijn van de regels en als ouder kun je met deze kennis je kind uitleggen wat er in het veld gebeurt.



## Beoordeling van de spelers

Aan het einde van ieder seizoen (in november en april) ontvangt de Technische Commissie een ingevuld TIPS formulier van alle coaches. Zij zullen dit van tevoren aangeven bij trainer(s) en coaches.

Aan de hand van deze formulieren (onafhankelijk aangeleverd door coach en trainer) en de beoordeling van de TC worden de spelers/spelsters uitgenodigd voor de selectietrainingen en worden de teams voor het volgende seizoen samengesteld.

De teamsamenstelling is erop gericht om spelers/spelster op sterkte in te delen en binnen elk elftal een goede mix te krijgen van 1e en 2e jaars spelers/spelsters. Deze aanpak moet voorkomen dat de plaatsing in een team niet afhangt van 1 formulier of van één selectietraining. Naast de input van de TIPS formulieren zullen lijncoördinatoren in gesprek gaan met coaches om deze formulieren te bespreken.

Om geen valse verwachtingen te wekken is het van belang dat je als coach geen toezeggingen naar spelers doet.

## Oefenwedstrijd

Een oefenwedstrijd kan je makkelijk zelf regelen met een team van een andere club via LISA. In het tabje 'meer' in LISA bij 'oefenwedstrijd regelen' kan je namens je team een verzoek doen bij een ander team. Deze kan je selecteren op reisafstand en speelklasse.

## Voor en na de wedstrijd

Meld bij uit- en thuiswedstrijden bij wedstrijdtafel dat je elftal is gearriveerd. Zie erop toe dat de spelers/spelsters zich op tijd omkleden en gebruik maken van het juiste tenue.

Bedank na afloop van de wedstrijd de scheidsrechters en de coach van de tegenpartij. Geef geen commentaar op de leiding en bedank altijd, onafhankelijk van winst of verlies, gedrag van de tegenstanders of leiding.

Zorg ervoor dat de wedstrijd in een gezamenlijk plezierige sfeer wordt afgesloten door een drankje te gebruiken met de tegenstander. Bij thuiswedstrijden zorgt de coach van de ontvangende partij voor wat te drinken van de tegenstander en het eigen team.

Vul direct na de wedstrijd het wedstrijdformulier in. Te laat of niet ingeleverde formulieren leveren een boete op voor het team.

## Reserveren veld voor een wedstrijd of training (in het weekend)

Aanvraag hiervoor loopt via het Wedstrijdsecretariaat [wscjeugd@mhcweesp.nl](mailto:wscjeugd@mhcweesp.nl). Als de wedstrijd niet in een competitie weekend valt, dan moet je team ook zelf de bardienst invullen en zelf scheidsrechters regelen.

## Reserveren veld voor een wedstrijd of training (door de weeks)

Aanvraag verloopt via de hoofdtrainer vanwege de beschikbaarheid van velden i.v.m. overige trainingen, dat kan bij de hoofdtrainer (email adres volgt).

## Teambuilding

Organiseer met je team activiteiten naast de wedstrijden. Een teamactiviteit aan het begin van het seizoen om elkaar te leren kennen is aan te raden. Hiervoor kan je als team gebruik maken van de faciliteiten op het clubhuis (zie hieronder).

Deze extra voorbereidingen, oefenwedstrijden gedurende het seizoen en teamuitjes zijn het initiatief van ouders en worden niet door de club georganiseerd. Schakel hiervoor ouders binnen het team in. En organiseer iets leuks met het team aan het einde van het seizoen. Ook hiervoor zijn er mogelijkheden in het



clubhuis.

Voor elke 'lijn' willen we een evenement of activiteit organiseren, hier moeten project-teams voor worden opgezet. We verwachten vanuit ieder team 1 ouder die zich hiervoor aanmeldt, geef deze naam door aan je lijnco.

### **Gebruik clubhuis**

Wil je met je team het clubhuis een keer gebruiken buiten de reguliere openingstijden? Doe dan een verzoek aan de barcommissie [barcommissie@mhcweesp.nl](mailto:barcommissie@mhcweesp.nl). Zorg wel altijd dat je het clubhuis netjes achterlaat (meubilair terugzetten) en afval in de grote rolcontainer buiten doet. [Zie ook deze bijlage](#).

### **Materialen nodig**

De volgende aantallen stellen we voor het seizoen 22/23 ter beschikking aan Senioren en Jeugdteams: 20 ballen, 7 hesjes, 10 pionnen en 2 cornermaskers

Als coach kan je aan het begin van het seizoen aangeven of je hier gebruik van wilt maken. Dit kan door een mail te sturen naar [materialen@mhcweesp.nl](mailto:materialen@mhcweesp.nl). Alle materialen uitgereikt door de hockeyclub zijn en blijven eigendom van de club. Materialen worden in bruikleen ter beschikking gesteld. We zullen kosten in rekening brengen voor het niet compleet inleveren van de materialen. Zie hiervoor ook de bijlage '[hockeymaterialen MHC Weesp](#)' (ook te vinden achter de inlog op de site).

De gele ballen horen thuis in de trainingskarren, zie je dus een speler met een gele bal, zorg dan dat deze weer in de trainingskar terecht komt. We raken per jaar zo'n 400 ballen kwijt.

### **Teamsponsoring**

Voor de uitstraling en herkenbaarheid van MHC Weesp vinden wij het leuk als teams zich presenteren in teamkleding. We willen hierbij bestaande afspraken respecteren die wij hebben gemaakt met onze clubsponsors. Contact loopt daarom altijd via de sponsorcommissie. Teamsponsoring van kleding, voorzien van merk-of bedrijfslogo's, is alleen mogelijk als de sponsor ook een sponsorbijdrage afdraagt aan de vereniging. De sponsor (of groep van sponsors) betaalt dan een sponsorbijdrage aan de club. Welk bedrag dit is, staat in een apart document (binnenkort beschikbaar).

Meer informatie [sponsoring@mhcweesp.nl](mailto:sponsoring@mhcweesp.nl)

### **Vertrouwenspersoon**

Bij de vertrouwenscontactpersoon kun je terecht met vragen die je niet makkelijk stelt of waarvan je bang bent dat er niet serieus op gereageerd gaat worden. Dit geldt voor trainers, coaches, ouders, begeleiders en teamleden. Daarbij: snel melden, erover praten en zorgen dat er (vroegtijdig) een einde gemaakt wordt aan een ongewenste situatie maakt dat deze niet verergert en ook herhaling kan zo voorkomen worden. De [vertrouwenscontactpersonen](#) zijn er ook voor vragen die kunnen spelen vóór dat er problemen zijn.

### **Zaalhockey**

MHC Weesp vindt het van groot belang dat zoveel mogelijk 11-tallen ervaring opdoen met het zaalhockey. Je kunt het zien als een onderdeel van hun "hockeyopleiding". Eind augustus zal bij alle spelers een oproep worden gedaan om mee te doen met zaalhockey waarbij ze moeten aangeven bij de zaalhockeycommissie wanneer spelers niet meedoen.

Over de zaalhockey, de spelregels en de benodigheden zal nog apart worden bericht. Zie alvast de [website](#), hier staat ook een document met alle [praktische informatie voor coaches](#). Of stuur bij vragen een bericht naar [zaalhockeycommissie@mhcweesp.nl](mailto:zaalhockeycommissie@mhcweesp.nl)