

Jeugdbeleidsplan

Visie op de Jeugd

1. Inleiding

Bij Clytoneus bieden wij pupillen en junioren een diversiteit aan atletiektrainingen. We spelen in op de intrinsieke motivatie van onze jeugd. Zo houden we onze jeugd betrokken bij de vereniging. Het Jeugdbeleidsplan is opgesteld aan de hand van de visie van AV Clytoneus en de Atletiekunie. Met het toenemen van het aantal jeugdleden en het aantal trainers is het belangrijk om structuur te bieden en zo een bloeiende en plezierige vereniging te zijn en te blijven. Hieraan ten grondslag ligt een beleid. In dit Jeugdbeleidsplan is ons beleid ten aanzien van de jeugd uitgewerkt.

2. Doelstelling beleidsplan

Graag willen we alle belangstellenden inzage in en duidelijkheid over ons jeugdbeleid geven. Het beleid is bedoeld om structuur te bieden voor alle jeugdleden en jeugdtrainers. Dit beleid wordt elk jaar middels de jaarevaluatie voor de ALV getoetst door het bestuur.

3. Visie op jeugdatletiek

In onze visie op jeugdatletiek sluiten we aan bij de visie van de Atletiekunie. Als het om atletiek gaat, dan kan dit in drie kernwoorden worden omschreven: lopen, springen en werpen. Als het dan specifiek om jeugdatletiek gaat, dan kan dit in vier kernwoorden worden omschreven: spelen, presteren, leren en erkenning. Hierbij nemen we als uitgangspunt het LTAD-model. Het belangrijkste is dat een kind plezier ervaart, succeservaringen opdoet en actief in beweging is tijdens de trainingen.

4. Uitgangspunten vanuit de atletiek

- We bieden kwalitatief verantwoorde bewegingsvormen aan. Bij de jongste jeugd wordt gewerkt aan de brede motorische ontwikkeling ten aanzien van de verschillende atletiekonderdelen. Naarmate de leeftijd vordert, is er steeds meer ruimte voor technische uitleg en specialisatie.
- Kinderen zijn tijdens de training zo veel mogelijk in beweging.
- We stimuleren deelname aan wedstrijden.
- We organiseren vanuit de Jeugdcommissie gezellige activiteiten, bijvoorbeeld het pupillen- en juniorenkamp.

4.1 Uitgangspunten vanuit het kind

- We zorgen voor een veilige omgeving, zodat het kind de mogelijkheid krijgt om atletiek gericht te sporten.
- We creëren ruimte voor de basisbehoefte van ieder kind om te willen presteren door passende uitdaging te bieden.
- We zorgen voor ruimte voor het kind om te leren op sporttechnisch en gedragsmatig vlak.
- We zorgen voor een fijne sfeer in de trainingsgroepen, zodat elk kind serieus wordt genomen, individuele aandacht krijgt en op zijn eigen niveau kan sporten.

4.2 Uitgangspunten vanuit AV Clytoneus

- We bieden een gevarieerde, veilige atletiektraining aan, waarbij presteren (vaardigheden aanleren en verbeteren) en plezier hand in hand gaan.
- We hebben respect voor ieder kind, ongeacht zijn afkomst of mate van bekwaamheid.
- We hanteren een duidelijke trainingsstructuur met ruimte voor individuele aanpassing. De trainingen bieden variatie en een totaalaanbod van alle atletiekonderdelen.

5. Taakverdeling ten aanzien van de jeugd

5.1 Taken en verantwoordelijkheden van het bestuur

Het bestuur heeft de volgende taken ten aanzien van de jeugd:

- Jaarlijks een budget voor het jeugdbeleid beschikbaar stellen, bijvoorbeeld voor bijscholing van trainers en het vervangen van materialen.
- Organiseren van een jaarlijkse ouderavond, gericht op informeren, zingeving, enthousiasmeren en relatieopbouw van en met ouders.
- Ondersteunen baancoördinatoren jeugdatletiek.
- Verstrekken van de ledenlijst aan de baancoördinatoren jeugdatletiek, wanneer zij hierin inzage willen hebben.
- Zichtbaar zijn bij trainingen en wedstrijden, zowel voor de jeugdtrainers als voor de ouders en atleten.
- Werven van ouders ten aanzien van vrijwilligerstaken, zoals jurylid.
- Werven van trainers als er een tekort aan trainers is.

5.2 Taken en verantwoordelijkheden van de baancoördinatoren jeugdatletiek

De baancoördinatoren jeugdatletiek zijn het aanspreekpunt voor ouders, jeugdtrainers en jeugdatleten. Zij hebben de volgende taken:

- Trainersbezetting
- Aanbod trainingen
- Aanmeldingen competitieteams
- Aanwezigheid trainers bij wedstrijden
- Trainersopleiding en bijscholing
- Observeren van trainingen met als doel het waarborgen van de kwaliteit van de trainingen
- Ondersteuning bij het opstellen van trainingsschema's door middel van jaarplan
- Organiseren van trainersoverleggen
- Inventariseren van materiaalbehoeften
- Brug van communicatie tussen het bestuur, de jeugdcommissie en de jeugdtrainers
- Nadenken over en opstellen van het jeugdbeleid
- Ondersteunen bij het contact met ouders, bijvoorbeeld het voeren van oudergesprekken
- Promotie, bijvoorbeeld de sportochtend van de Woerdense VakantieWeek en Sjors Sportief
- Communicatie met trainers over mogelijk nieuwe leden
- Planning gymzaal Peuterpret en U8/U9 aan het bestuur doorgeven
- Contact met de jeugdtrainers over persoonlijke ontwikkeling: Wat gaat er goed? Waar loop je tegenaan? En wat wil je de komende tijd leren?

5.3 Taken van de jeugdtrainers

De trainers verzorgen de trainingen voor de jeugd. Zij hebben de volgende taken:

- Voorbereiden van de trainingen en op tijd aanwezig zijn om de benodigde materialen klaar te zetten
- Bij afwezigheid dit tijdig aangeven en vervanger zoeken.
- Na afloop van de training alle materialen opruimen in het materiaalhok.
- Fungeren als aanspreekpunt voor vragen van ouders tijdens trainingen
- Aanwezig zijn bij wedstrijden om de atleten te begeleiden
- Signaleren van knelpunten en dit doorgeven aan de baancoördinatoren jeugdatletiek.

- Openstaan voor en actief deelnemen aan opleiding en bijscholing, zoals assistentenopleiding en dag van de atletiek. Hier staat een vergoeding tegenover per gegeven training.
- Jeugdathleten begeleiden en coachen bij wedstrijden. De trainer is leidend, niet de ouders.

5.4 Taken van de jeugdcommissie

Het doel dat de jeugdcommissie voor ogen heeft, is het organiseren van leuke, sociale activiteiten voor de jeugdathleten. De jeugdcommissie vergadert één keer per jaar. In dit overleg worden de activiteiten voor het komende seizoen besproken. Afgesproken wordt hoe de taken verdeeld worden, wanneer deze plaatsvinden en wie aanspreekpunt is voor de activiteiten. Van deze overleggen wordt een kort verslag met actiepunten gemaakt. De activiteiten zullen worden gecommuniceerd via de beschikbare media kanalen. De jeugdcommissie legt financiële verantwoording af aan het bestuur.

5.5 Taken van ouders

Wij werken samen met ouders op de vereniging met als doel het creëren van een enthousiaste jeugdafdeling van AV Clytoneus. Hierbij onderscheiden we de volgende taken voor ouders:

- Uitvoeren en ondersteunen van het beleid voor de jeugdathletiek
- Ondersteunen tijdens competitiewedstrijden (rijden naar wedstrijden, jureren, meenemen tent)
- Brengen en halen van jeugdathleten bij wedstrijden en activiteiten van de jeugdcommissie.
- Oppakken van vrijwilligerstaken, waardoor jurylid, kantine of de wedstrijd organisatie commissie.
- Verzorgen inschrijving en promotie van competitie en wedstrijden
- Meedenken in het schrijven en versturen van eventueel een jeugdnieuwsbrief
- Bijsturen van hun kind indien nodig. Trainers spreken atleten aan op hun gedrag, maar zijn geen opvoeders.

6. Organisatiestructuur

6.1 Indeling groepen

De trainingen worden opgebouwd op basis van de leeftijden van de kinderen, waarbij het geboortjaar bepalend is. Er wordt geen onderscheid gemaakt in jongens of meisjes. De [leeftijdsindeling](#) van de Atletiekunie wordt als basis genomen. Kinderen kunnen lid worden vanaf het moment dat ze 3 jaar zijn. Groepen kunnen waar nodig worden samengevoegd. Dit gebeurt in overleg met de baancoördinatoren jeugdathletiek. Trainingsprogramma's worden onderling afgestemd, zodat meerdere groepen tegelijk op de baan kunnen trainen.

6.2 Groepsgrootte

De volgende uitgangspunten worden gehanteerd:

- Pupillen: Een groep wordt begeleid door trainers die minimaal in het bezit zijn van de BBAT 2 opleiding vanuit de Atletiekunie. Voor de hoeveelheid trainers per groep wordt minimaal één trainer per zeven kinderen aangehouden.
- Junioren: Een groep wordt begeleid door minimaal één trainer die in het bezit is van de BBAT 3 opleiding vanuit de Atletiekunie. Naast deze trainer kunnen er bij de basistrainingen ook nog trainers die in het bezit zijn van de BBAT 2 opleiding vanuit de Atletiekunie worden ingezet. Voor de hoeveelheid trainers per groep wordt minimaal één trainer per tien kinderen aangehouden.

Hierbij wordt het vierogenprincipe gehanteerd, waarbij er in principe twee trainers voor een trainingsgroep staan. Mocht dit niet mogelijk zijn, dan is het in ieder geval belangrijk dat de training van een andere groep tegelijkertijd plaatsvindt.

Er wordt geen maximale groepsgrootte gehanteerd, maar bij onwerkbaar groepsgrottes kunnen de groepen wel worden gesplitst of kan er een ledenstop worden ingesteld. Dit initiatief ligt bij de baancoördinatoren baanatletiek.

6.3 Trainingsaanbod

Trainingen duren 45 tot 90 minuten. We streven naar de volgende trainingsmogelijkheden:

- Pupillen: Het aanbod voor de pupillen bestaat uit één basistraining en de parktraining.
- Junioren D (U14): Het aanbod voor de junioren D (U14) bestaat uit twee basistrainingen en de parktraining.
- Junioren C (U16): het aanbod voor de junioren C (U16) bestaat uit één basistraining en dit kan worden aangevuld met specialisatietrainingen en de parktraining.
- Junioren A (U20) en B (U18): Het aanbod voor de junioren A (U20) en B (U18) bestaat uit één of meerdere specialisatietrainingen en de parktraining.

De uitgangspunten van de inhoud van de basistrainingen zijn:

- Verbeteren van de algemene motorische, technische en loopvaardigheden van de totale groep
- Verruiming van trainingsmogelijkheden
- Verbeteren van de algemene conditie en snelheid van de totale groep
- Plezier krijgen en houden in atletiek

Voor de specialisatietrainingen wordt getracht om een zo groot en divers mogelijk aanbod te genereren, zodat aan de behoefte van iedere atleet kan worden voldaan. Deze trainingen zijn gericht op specifieke onderdelen binnen de atletiek.

6.4 Vakanties en annulering trainingen

Voor basistrainingen geldt: In de schoolvakanties (basisscholen) gaan de trainingen in principe niet door, met uitzondering van de zomervakantie. In de zomervakantie is er de eerste en laatste twee weken training in samengevoegde groepen. Vooraf wordt hiervoor een inventarisatie gemaakt onder trainers en jeugd.

Voor specialisatietrainingen is de hoofdtrainer leidend in het wel of niet doorgaan van de training tijdens de vakantie. De trainer zal de atleten hier tijdig over informeren.

Trainingen gaan ook bij slecht weer door, tenzij het onweert of stormt (windkracht 9 of meer). Indien de trainingen niet door gaan of als de trainingstijden wijzigen dan wordt dit gecommuniceerd via de ouderapps. Indien een pupil niet een volledige training aanwezig kan zijn en hij/zij zelfstandig eerder naar huis wil, moeten zijn of haar ouders een bericht naar de trainer sturen. Daarnaast is het wenselijk als ouders hun kind afmelden voor een training, mocht hij/zij er niet bij kunnen zijn.

7. Doorstroming

7.1 Algemene bepalingen

Bij het begin van de wintertraining, eind oktober (eerste week na de herfstvakantie) van ieder jaar, stroomt de jeugd volgens de indeling van de Atletiekunie in leeftijdsgroepen door naar de volgende groep. Hierop worden geen uitzonderingen gemaakt. Speciale aandacht is er voor de doorstroming van de pupillen naar de junioren, junioren D (U14) naar C (U16) en van junioren C (U16) naar junioren B (U18):

- De overgang van pupil naar junior is de leeftijd, waarop (a) atleten naar de middelbare school gaan, (b) er meer zelfredzaamheid wordt verwacht en (c) de opzet van de competitie verandert (er zijn meer onderdelen, maar elke atleet mag maar aan 3 nummers meedoen en daarin moeten keuzes worden gemaakt).
- De overgang van junioren D (U14) naar junioren C (U16) gaat gepaard met het begin van specialisatietraining. Waar er bij de junioren D (U14) twee basistrainingen worden verzorgd, zal dit bij de junioren C (U16) nog maar één basistraining zijn. Vanaf de junioren C (U16) is het daarnaast mogelijk om aan te sluiten bij een specialisatietraining. In verband met de algemene ontwikkeling nemen de junioren C (U16) nog wel deel aan de basistraining naast de specialisatietraining. Bij de junioren C (U16) blijft de trainer van de basistraining ook leidend wat betreft de training en wedstrijdplanning.
- De overgang van junioren C (U16) naar B (U18) valt deels samen met eind middelbare school en gaat gepaard met volledige specialisatie en zelfstandigheid: De junior zal nu geheel deelnemen aan specialisatietrainingen. De verantwoordelijkheid voor de training en wedstrijdplanning zal nu ook verschuiven naar de trainer van de specialisatiegroep.

Voor de specialisatietraining wordt geprobeerd een zo groot mogelijk en divers aanbod te bieden.

Er kan een keuze worden gemaakt voor de volgende trainingsgroepen:

- Sprinttraining
- Middellang (800-5000m)
- Basis/meerkamp
- Lange afstand
- Springtraining (hoog-/verspringen)
- Polsstokhoogspringen
- Werpen en stoten

7.2 Afwijken van de trainingsstructuur

Het kan zo zijn dat er een aanleiding is vanuit een jeugdlid of zijn/haar ouders om een aanvraag te doen om bij een andere trainingsgroep te willen trainen. Om zo'n aanvraag in te willigen, gelden een aantal voorwaarden:

- Pupillen en junioren C (U16)/D (U14) trainen sowieso in hun eigen groep.
- De aanvraag moet door de coördinatoren baanatletiek worden goedgekeurd.
- Het jeugdlid of zijn/haar ouders hebben een goede reden om niet bij de eigen trainingsgroep te trainen.
- De trainingsgroep waarnaar gewisseld wordt, moet voldoende capaciteit beschikbaar hebben.
- De trainers van de huidige trainingsgroep en nieuwe trainingsgroep zijn akkoord met de wisseling.
- Mochten er atleten zijn die als junior C (U16) bij een specialisatietraining willen aansluiten, dan zal dat alleen worden toegestaan worden als zij aantoonbaar tot de landelijke (sub)top behoren.

8. Kwaliteitsbewaking jeugdatletiek

8.1 Algemeen

Om de kwaliteitsbewaking vorm te geven, definiëren we de volgende voorwaarden:

- Er wordt gewerkt vanuit een jaarplan. Hierin staat per categorie beschreven wat de atleten moeten kunnen bij het overgaan naar een volgende categorie en hoe hiernaartoe wordt opgebouwd. Hiermee is er sprake van een goede aansluiting tussen de verschillende categorieën. Dit jaarplan is gebaseerd op de leerlijnen jeugdvisie en trainingsprincipes vanuit de Atletiekunie. Het jaarplan zal worden verstrekt vanuit de baancoördinatoren jeugdatletiek.
- Per periode tussen twee vakanties wordt er een trainingsschema opgesteld, zodat er sprake is van een opbouw en er gericht getraind kan worden
- Er wordt geïnvesteerd in de opleiding van jeugdtrainers door zelf de BBAT 2 opleiding te organiseren, de mogelijkheid te bieden voor trainers om de BBAT 3 opleiding te gaan doen en door deelname aan activiteiten als de Dag van de Atletiek te stimuleren.
- Tijdens de trainersoverleggen wordt er gepeild of er nog voldoende trainingsmateriaal beschikbaar is en of er nieuwe materialen moeten worden aangeschaft.

8.2 Trainen

De inhoud van de trainingen worden gebaseerd op de leerlijnen jeugdvisie en trainingsprincipes van de Atletiekunie. De praktische invulling van de kwaliteitsbewaking wordt uitgevoerd door de baancoördinatoren jeugdatletiek in samenwerking met de trainers en kent de volgende onderdelen/mogelijkheden:

- Observatie van trainingsgroepen (vastleggen van goede punten en verbeterpunten)
- Doornemen van trainingen (vooraf en/of achteraf)
- Ondersteunen met adviezen en dienen als vraagbaak, bijvoorbeeld bij het zoeken van veelzijdige oefenstof, het plaatsen van oefenstof in een trainingsopbouw, het geven van de juiste aanwijzingen
- Geven van periodieke bijscholingen
- Evaluatie persoonlijke ontwikkeling van jeugdtrainers

8.3 Meten

De trainers kunnen momenten afspreken om de vooruitgang binnen een totale groep of voor atleten individueel te meten. Daartoe wordt een activiteit gepland die binnen een training uitgevoerd kan worden (bijvoorbeeld onderlinge wedstrijd of coopertest voor de hele groep).

9. Opleiding trainers

We kennen hoofdtrainers (niveau 3 en 4) en assistent-trainers (niveau 2). Van niveau 3 en 4 trainers wordt verwacht dat zij in het bezit zijn van het Atletiekunie trainersdiploma niveau 3 en 4. Van assistent-trainers wordt verwacht dat zij in het bezit zijn van diploma niveau 2. Verder wordt van trainers en assistent-trainers verwacht dat zij zich waar mogelijk bijscholen en verdiepen ter verbetering van de kwaliteit van hun jeugdatletiek trainingen. Het uitgangspunt van AV Clytoneus is om trainers tenminste de BBAT 2 opleiding te laten volgen. Bij de behoefte aan verdere verdieping is het daarna mogelijk om met wederzijdse instemming de niveau 3 en 4 opleiding te volgen. Daarnaast wordt er aandacht besteed aan de persoonlijke ontwikkeling van trainers: Wat gaat er goed? Waar loop je tegenaan? Wat wil je de komende tijd leren?

10. Wedstrijden

10.1 Algemene bepalingen

De trainers en leden van de jeugd stimuleren de jeugd om mee te doen aan wedstrijden. Vast onderdeel van het totaal aan wedstrijden is: Bij alle competitiewedstrijden is er minimaal 1 trainer aanwezig per categorie die als ploegleider fungeert. De ploegleider is het aanspreekpunt voor die wedstrijd. Verder worden voor alle (competitie-)wedstrijden ouders gevraagd ter ondersteuning voor zowel vervoer als jurylid.

10.2 Uitgangspunten deelname wedstrijden

- Pupillen: Voor de pupillen geldt tijdens het baanseizoen dat deelname aan de onderlinge wedstrijden zeer gewenst is. Daarnaast wordt deelname aan regionale wedstrijden gestimuleerd. Tijdens het winterseizoen is het mogelijk om deel te nemen aan crossen (Clytoneus Cross Circuit). Daarnaast kunnen pupillen op eigen gelegenheid deelnemen aan indoorwedstrijden.
- Junioren: Voor de junioren geldt tijdens het baanseizoen dat deelname aan de onderlinge wedstrijden en de competitie zeer gewenst is. Daarnaast geldt dat de competitie een hogere prioriteit heeft dan andere wedstrijden met uitzondering van (inter)nationale kampioenschappen. Tijdens het winterseizoen is het mogelijk om deel te nemen aan crossen (Clytoneus Cross Circuit). Daarnaast kunnen junioren op eigen gelegenheid deelnemen aan indoorwedstrijden.

10.3 Meedoen met competitiewedstrijden

De insteek wat betreft het meedoen aan competitiewedstrijden is dat het leuk is om met elkaar aan dergelijke wedstrijden mee te doen. Hoewel we stimuleren om mee te doen met de competitiewedstrijden, kan er onder bepaalde voorwaarden afgeweken worden van deze insteek. De voorwaarden hiervoor zijn: De aanvraag om niet mee te doen met de competitiewedstrijden, moet door een baancoördinator jeugdatletiek worden goedgekeurd. De baancoördinator jeugdatletiek zal dit in overleg met de trainer doen. Het jeugdlid heeft een goede reden om niet met deze wedstrijden mee te doen. Indien een junior structureel niet mee doet met de competitie, is een alternatief dat hij/zij meehelpt met de pupillencompetitie als hulptrainer/jurylid/baanploeg.

10.4 Clubkleding

Bij competitiewedstrijden dienen alle deelnemers in clubkleding te verschijnen. Ook bij andere wedstrijden is het wenselijk dat deelnemers in clubkleding meedoen om de zichtbaarheid van onze vereniging te vergroten. De clubkleding kan aangeschaft worden bij de Hardloopwinkel in Bodegraven. Vanuit de vereniging is er iemand die de aanschaf van clubkleding en de samenwerking met de Hardloopwinkel coördineert.

11. Algemene gedragsregels

Uit veiligheidsoogpunt, maar ook voor een goede omgang met elkaar, vinden we het belangrijk om afspraken te hebben ten aanzien van bepaalde omgangsvormen op de baan en voor trainers.

11.1 Omgangsvormen op de baan

Op de baan wordt door meerdere groepen tegelijkertijd getraind. Om te voorkomen dat men last heeft van elkaar, geldt een aantal richtlijnen:

- Atleten luisteren altijd naar trainers (eigen trainer of die van een andere groep).
- Atleten tonen respect voor trainers en medegroepsgenoten.
- Atleten sluiten andere atleten niet uit. Het pesten van anderen is onacceptabel. Meldingen van pesten kunnen (anoniem) aan een vertrouwenspersoon worden doorgegeven (zie 11.3).
- Materiaal op het deel van de baan dat door trainers is klaargezet, wordt niet gebruikt door andere groepen of individuen (of alleen in overleg).

11.2 Omgangsvormen op de baan voor trainers

Ook trainers dienen zich aan een aantal richtlijnen te houden:

- Trainers hebben respect voor de atleten.
- Trainers hebben respect voor de andere trainers.
- Trainers zorgen ervoor dat atleten zich veilig voelen.
- Lichamelijk contact tussen trainers en atleten mag enkel functioneel contact zijn met als doel het verbeteren van de trainingstechnische kant van bewegingen.
- Trainers maken onderling afspraken over wie welk deel van de baan gebruikt voor zijn training.
- Trainers zijn verantwoordelijk voor het opruimen van materiaal dat door hen is gebruikt.
- Trainers wijzen hun atleten op de baanregels.

11.3 Vertrouwenspersonen

AV Clytoneus heeft 2 vertrouwenspersonen. Een beroep op onze vertrouwenspersonen kan door een lid worden gedaan als die slachtoffer is van:

- Pesten
- Oneigenlijk uitoefenen van de functie van trainer, bestuurslid of commissielid
- (seksuele) intimidatie, (seksueel) geweld
- Ongewenste omgangsvormen
- Andere vormen van machtsmisbruik

Ouders of leden die zich niet zelf slachtoffer voelen, maar zich ongerust maken over een bepaalde situatie en hiervoor naar hun idee niet terecht kunnen bij een trainer of het bestuur, kunnen zich ook wenden tot de vertrouwenspersonen, zie hiervoor de website.