



EVEN GEEN HOCKEY; WAT, WAAROM EN WANNEER?!

De Technische Staf is continue bezig om de jeugdopleiding op Cartouche te verbeteren. Dit gaat o.a. over zaken die gebeuren op het hockeyveld, het begeleiden van trainers, het individueel opleiden van spelers en het ontwikkelen van leerlijnen. We zijn ervan overtuigd dat een goede opleiding uiteindelijk zorgt voor meer spelplezier en verbeterde sportprestaties bij de kinderen. Maar er is ook een andere kant, namelijk de balans tussen het hockeyen, oftewel de georganiseerde sport, en alles daarbuiten (familie, vrienden, school, hobby's).

Wij zijn van mening dat kinderen pas optimaal kunnen leren en plezier maken op het moment dat ze mentaal fris zijn. Daarom kiezen wij ervoor als Technische Staf om een jaarplanning aan te houden waarin weken verwerkt zijn, waar verplichte hockeyrust voor de kinderen zijn aangestipt. Deze agenda staat helemaal onderin uitgelicht.

Voor wie op de club geldt deze jaarplanning eigenlijk?

Deze jaarplanning geldt voor de Jongste Jeugd tot en met de A1.

Is deze planning elk jaar hetzelfde?

Onze uitgangspunten voor het beleid blijven wel gelijk, alleen de weken van hockeyrust wisselen per seizoen. Dit hangt namelijk af van de speeldagenkalender die KNHB maakt. Soms is er bijvoorbeeld een competitieronde in de herfstvakantie en het jaar erop weer niet. De definitieve speeldagenkalender van de KNHB is meestal pas in Mei/Juni klaar, waarna wij proberen om vervolgens zo snel mogelijk onze jaarplanning daarop aan te passen.

Wat is hockeyrust en wat moet je in de week doen dan?

Heel simpel, er worden geen trainingen vanuit de club georganiseerd. Mag je wel lekker hockeyen met je vriendjes op een pleintje in de wijk? Ja tuurlijk! Wij zijn voor beweging, zo veel mogelijk! We weten allemaal dat kinderen in deze tijd minder bewegen, meer gamen en minder bewegingsonderwijs krijgen. Dus ga buiten spelen, wees creatief en voel je vrij. Het gaat er hier niet om dat je niet meer mag hockeyen, maar juist om het feit dat kinderen even zelf mogen beslissen wat ze willen gaan doen. Geen verplichtingen, wel veel mogelijkheden. En de H1/D1 clinic dan, of andere hockeykampen? Daar mag je natuurlijk gewoon aan deelnemen. Dit valt buiten de reguliere trainingen die door de club worden gefaciliteerd en daar kunnen wij je ook niet van weg houden ;-)

Maar wat nou als het hele team juist wel graag wil hockeyen?

Dat is natuurlijk top, en dat willen wij als club zeker niet ontmoedigen. Jullie enthousiasme siert jullie en we kunnen jullie ook niet tegenhouden om iets met elkaar te gaan doen. Ga samen naar een schoolpleintje om daar straathockey te spelen bijvoorbeeld, of ga samen eens kijken als team naar een hoofdklasse hockeywedstrijd. Voor ons zijn dit gezonde voorbeelden die bijdragen aan de kinderen als individu en als team, terwijl het ook nog bijdraagt aan een mentale rust en een verlaagde druk om verplicht ergens aan mee te moeten doen.

De competitie start wel al een week later? Daar moeten we ons toch op voorbereiden?



Dat klopt, en hoewel mentale rust belangrijk is, weten wij ook dat je altijd optimaal voorbereid op een wedstrijd wilt zijn. Daarom geven we de teams wel de mogelijkheid om in de laatste weekenden van de vakanties oefenwedstrijden te organiseren.

Mocht je aan de hand van dit bericht nog vragen hebben, kan je mij bereiken via jair@hc-cartouche.nl

Namens de Technische Staf
Jaïr Levie – Technisch Directeur VMHC Cartouche

JAARPLANNING

Het uitgangspunt in de jaarplanning is dat er altijd een complete trainingsweek moet zitten voorafgaand aan een (veld)competitieronde. Dit hangt elk jaar weer af van de KNHB-speeldagenkalender.

Herfstvakantie:

Verplichte hockeyrust vanaf zaterdag 17 oktober (is voor vele teams ook een reserve speelronde). Het is wel toegestaan voor teams om in het tweede weekend een oefenwedstrijd te organiseren (niet in het eerste weekend dus).

Kerstvakantie:

1^e week: geadviseerde hockeyrust

NB: er zijn veel zaalhockeytoernooien deze week die leerzaam zijn ter voorbereiding op de zaalcompetitie. We begrijpen dus dat je daar als team aan mee wilt doen en we staan dit ook zeker toe. Ons verzoek is wel om je trainer/coach tijdig te laten weten of je in de kerstvakantie op vakantie bent, zodat hij/zij daar rekening mee kan houden.

2^e week: reguliere trainingsweek, aangezien er voor veel teams een zaalcompetitieronde is in het laatste weekend van de vakantie.

Voorjaarsvakantie:

Verplichte hockeyrust. Het is wel toegestaan voor teams om in het tweede weekend een oefenwedstrijd te organiseren (niet in het eerste weekend dus).

Meivakantie (*deze is vastgesteld op 1 week (1 t/m 9 mei), maar scholen mogen een week ervoor toevoegen*):

1^e week: Er is een competitieronde in het eerste weekend (24 april). Daarna is het een week verplichte hockeyrust.

Oefenwedstrijden mogen in het tweede weekend van deze eerste week niet georganiseerd worden.

2^e week (1 t/m 9 mei): een reguliere trainingsweek, waarbij we adviseren om in het tweede weekend (8/9 mei) een oefenwedstrijd te organiseren.



NB: als er scholen zijn die alleen maar van 1 t/m 9 mei de meivakantie plannen, begrijpen we het uiteraard als kinderen in die week dan op vakantie zijn.

NB 2: Eventueel vooruit te spelen competitiewedstrijden (bijv. i.v.m. examenreizen) kunnen wel in de meivakantie gepland worden en daar mag dan ook voor getraind worden.

Hemelvaartsdag (donderdag): Voor A-, B-, en C-teams is er mogelijk een competitieronde op Hemelvaartsdag. Dit is afhankelijk van de klasse waarin er uiteindelijk gespeeld gaat worden.

Pinksteren: Voor A-, B-, en C-teams is er mogelijk een competitieronde op Pinksterzaterdag. Dit is afhankelijk van de klasse waarin er uiteindelijk gespeeld gaat worden.

Zomervakantie (voor E&O teams):

Dit jaar is er weer laat zomervakantie in onze regio (17 juli t/m 29 aug), waardoor de voorbereiding voor de E&O teams vroeg in de zomervakantie begint. Ons verzoek is om hier rekening mee te houden bij het plannen van de vakanties. We weten de start van de competitie in 2021-2022 nog niet (meestal 1^e weekend van september), maar we kunnen wel al onze uitgangspunten hierin communiceren:

- D1, D2 en D3 beginnen twee weken voor start competitie
- B2, C1 en C2 beginnen drie weken voor start competitie
- A1 en B1 begint vier weken voor start competitie

NB: Trainers mogen dus ook niet op eigen initiatief eerder beginnen.