

Gids voor de jeugdspeler 2009 - 2010



BRONZEN KWALITEITSLABEL



Herman Vervust

Woord vooraf

Wij willen bij het begin van het voetbalseizoen iedere jeugdspeler, en met name zeker de nieuwe spelers, van harte welkom heten bij KRCGZ.

Naar een voetbalclub als de onze kom je vooral omdat je net als de club zelf ambitieus met voetbal wil bezig zijn.

We verwachten dat je als jeugdspeler hard oefent en op een positieve manier leert omgaan met de concurrentie die er in een club als KRCGZ onvermijdelijk bestaat.

Inzet en doorzettingsvermogen zijn essentieel om een goed resultaat te behalen.

Openheid en correct gedrag naar de ploegmakers en de trainers, verantwoordelijkheid opnemen in je team en meebouwen aan een positieve sfeer, zijn zaken die van een club een fijne leefwereld maken.

Verder zullen er naast de wekelijkse trainingen en wedstrijden ook nog een aantal extra activiteiten doorgaan. Deze worden onder impuls van het dagelijks bestuur georganiseerd en hebben enerzijds als doel de jeugdopleiding financieel levend te kunnen houden, en anderzijds een deugdoend samenhoorigheidsgevoel te stimuleren.

Het spreekt van zelf dat we ook daar op uw onvoorwaardelijke inzet zouden willen rekenen.

In deze "gids voor de spelers" vind je alle praktische informatie over het clubleven en de daaraan verbonden richtlijnen.

Indien er bepaalde zaken alsnog onduidelijk mochten blijken of er stellen zich in de loop van het seizoen toch nog vragen, dan zijn we na het maken van een afspraak altijd bereid deze te aanhoren en desgevallend toe te lichten.

In afwachting van de start van de nieuwe competitie wensen we nu al iedereen veel succes toe.

Technisch Verantwoordelijke jeugdopleiding

Herman Vervust

Technisch Directeur

Eric Ceulemans

Herman Vervust

Inleiding : De clubgeschiedenis

In 1895 werd in de Gentse wielerpiste voor de eerste maal in onze streek een voetbalwedstrijd georganiseerd. Een selectie van spelers uit Antwerpen en Brussel - de enige steden in België waar al gevoetbald werd - trad aan tegen een in België verblijvend team. Dit evenement sloeg zo aan dat de toenmalige "Union Pedestre" meteen een afdeling voetbal oprichtte. In april 1899 werd "Racing Club de Gand" geboren uit een fusie van "Union Pedestre" en het latere ontstane Gentse "Athletic Club". Racing kreeg het stamnummer 11 mee.

De 10 eerste jaren verliepen niet altijd vlot. Nadat de nieuwe club de titel behaalde in Tweede Afdeling Vlaanderen, kwam het reeds tot een breuk. Niet alleen problemen op voetbalgebied kwamen de nieuwe club bedreigen. Op een gegeven moment zat de club zelf zonder plein en dit toen een bouwpromotor het veld op een blauwe dinsdag innam om er aan de grondvesten van een villa te beginnen.

Om die zondag - en alle volgende - toch te spelen, begon Racing aan een tournee langs de Gentse velden. Na een poos bleek het terrein van Gentbrugge toch ieders voorkeur weg te dragen. Men besloot toen maar om daar letterlijk en figuurlijk de tenten op te slaan.

Na het seizoen '07-'08 promoveerde Racing naar de eerste afdeling.

Tot 1935 eiste Racing voortdurend zijn plaats op tussen de allerbesten in de eerste afdeling, met tussendoor slechts enkele korte verblijven in tweede klasse. Na het seizoen '34-'35 begon echter de teleurgang die 15 jaar zou duren.

Niet alleen zakte onze ploeg uit eerste klasse, maar gleed verder weg naar bevordering (1938) en most zelfs alles in het werk stellen om niet in lagere afdeling verzeild te raken.

Na de oorlog kende racing - mede dankzij de hulp van Anderlecht, die enkele spelers (7) afstond - een snelle opgang. In het seizoen '52-'53 stond de club opnieuw, na 15 jaar, aan de top. Helaas na de voorbije 15 magere jaren volgden niet echt vette jaren. Na slechts één seizoen in de hoogste afdeling, daalde Racing terug naar de tweede klasse en zakte twee seizoenen later naar derde klasse, waar tot '68-'69 werd gespeeld. Toen degradeerde de club naar bevordering waar Racing, op één onderbreking na, speelde tot na het seizoen '79-'80.

De ploeg had in die tijd te kampen met financiële problemen en speelde hierdoor 6 seizoenen lang in 1 ste provinciale. Een laattijdige promotie en een grote financiële put stond een versterking van de ploeg in de weg. Op dat moment werd door een aantal leden van de beheerraad uitgekeken naar een fusie. De keuze viel op F.C.Heirnis.

De fusie werd met eenparigheid van stemmen goedgekeurd en voor het seizoen '87-'88 startte men met een nieuwe club, "Royal Racing Club Heirnis Gent", met stamnummer 11 en onder een zwart-witte-gele vlag. Jaren van inzet werden beloofd toen op het einde van '93-'94 de promotie naar derde nationale eindelijk een feit.

Er volgden enkele min of meer rustige jaren 3 de nationale, met als sportief hoogtepunt het spelen van de eindronde in het seizoen 1998-1999. Lang tijd om daarvan te genieten was er niet. Alweer drongen nieuwe denkpistes zich op.

Onder invloed van een "vernieuwende visie" wat betreft de leefbaarheid van het voetbal in de regio Gent, kwam opnieuw een fusie tot stand. Met de versmelting van Racing Gent en Standaard Meulestede zou in Gent een 2 de ploeg van formaat moeten ontstaan.

Een nieuwe club, R.R.C.Gent-Zeehaven, werd boven het doopfond gehouden. Weliswaar werkend in de schaduw van "grote broer" KAA Gent, doch met de ambitie om wat betreft de visie, structuur en kwaliteit van de jeugdopleiding op hetzelfde niveau te komen.

Andere maar daarom niet minder opvallende verandering werd het toevoegen van de rode kleur in het clubvaandel (zwart-wit-geel-rood)

In het daaropvolgend seizoen (2001-2002), en ondanks de hulp van KAA Gent, kon men de hoge verwachtingen niet echt waar maken.

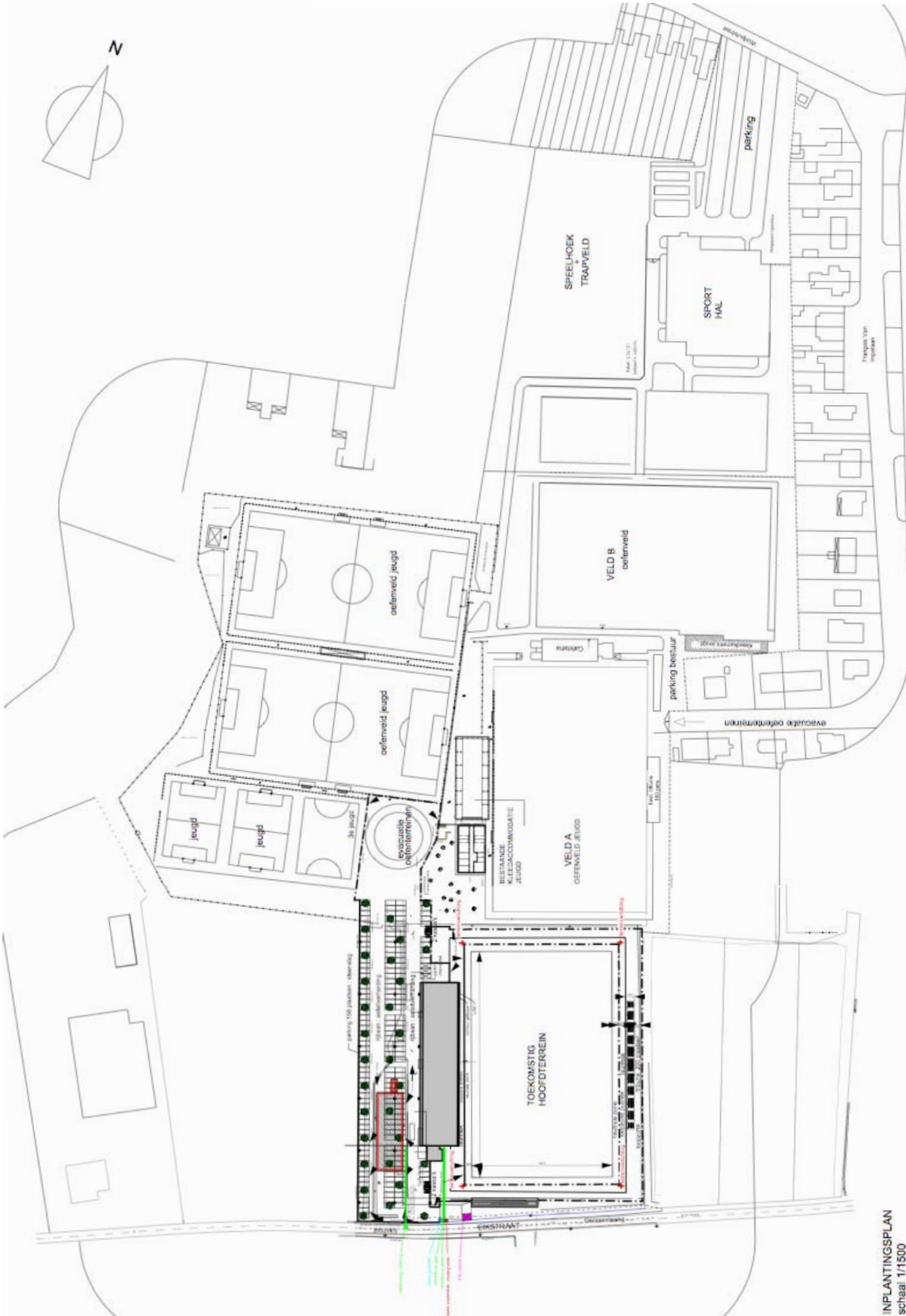
Iedereen diende zich uiteindelijk tevreden te stellen met een kleurloze plaats in de middenmoot.

Een seizoen later, en een nieuwe fusie rijker (FC Oostakker), wordt er zelfs gedegradeerd naar 4 de nationale.

Op het eind van het seizoen 2007-2008 vierde de club de kampioenstitel. Lang genieten werd het niet. De door vele blessures geteisterde spelersgroep kon zich niet handhaven en er dient opnieuw in 4 de nationale gestart te worden.

Ondertussen wordt reikhalzend uitgekeken naar het nieuwe stadion dat sedert april 2009 in volle opbouw is. Locatie ? Naast het oefencomplex van de jeugd op de velden van SKV Oostakker.

Herman Vervust



INPLANTINGSPLAN
 schaal 1/1500
 Architectenbureau
 VAN DERBEKEN bvba

Herman Vervust

1. Missie en visie

1.1. Misie en visie van de club

- KRCGZ wil voor alle "stakeholders" sportieve en sociale activiteiten aanbieden.
- KRCGZ wil bij de betere ploegen uit de hoogste amateurreeks behoren (3de nat)
- KRCGZ streeft een zo professioneel mogelijke uitbouw van haar organisatie na.
- KRCGZ wil functioneren in een infrastructuur die voldoet aan alle (wettelijke) voorzieningen om op het hoogste amateurniveau een voortrekkersrol te kunnen spelen.
- KRCGZ wil een financieel gezonde club zijn en blijven, met veel oog voor jonge spelers uit de regio en uit de de eigen jeugdopleiding.
- KRCGZ wenst het sportieve uithangbord te worden voor de regio van de zeehaven in het algemeen en voor de deelgemeente Oostakker in het bijzonder.



1.2. Misie en visie van de jeugdopleiding

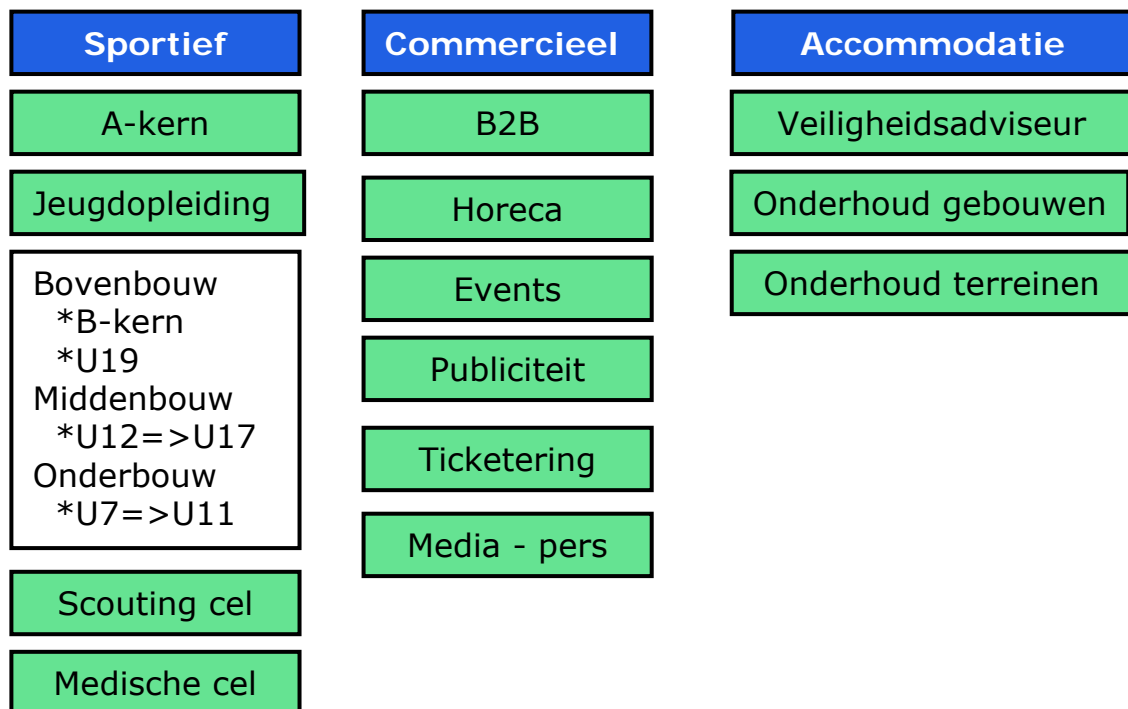
- De JO van KRCGZ wil formeel één van de best georganiseerde jeugdopleidigen van Oost Vlaanderen zijn.
- De JO van KRCGZ biedt een 3 de opvoedingsmilieu aan, een plaats met veel ruimte voor sociale en educatieve waarden.
- De JO van KRCGZ wil aan iedere jongen in de leeftijdscategorie 5j tot 11j de kans bieden om op een kwaliteitsvolle manier met voetbal kennis te maken.
- De JO van KRCGZ wil voor de leeftijdscategorie van 12j tot 21j kwaliteitsvol, aanvallend voetbal promoten, ongeacht het competitieniveau van de ploegen en dit met het oog op het creëren van een brede achterban die o.a. de leefbaarheid van de club moet kunnen garanderen.
- De JO van KRCGZ wil in contacten met naburige clubs zorgen voor spelers die de doorstroming niet halen.

2. Organisatie / structuur

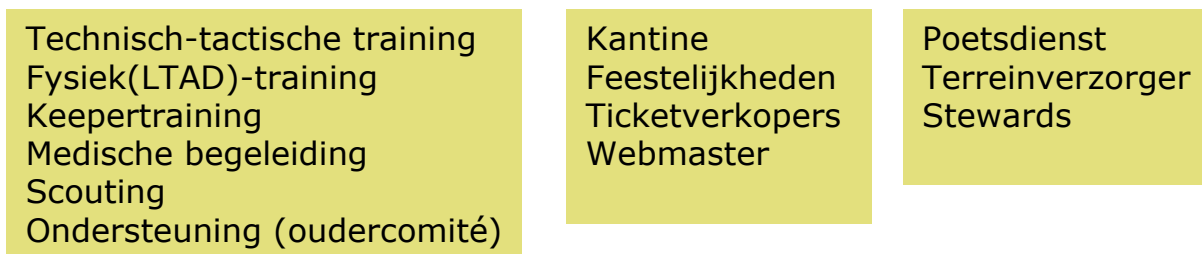
Hoger management (Het brein)



Midden management (zenuwstelsel)



Uitvoerende kernen (kloppend hart)



3. Kernproduct jeugdopleiding

Algemeen uitgangspunt van de voetbalopleiding is het kind / de jongeling.



3.1. Voetbal- en opleidingsvisie :

Cultuur, spelkarakteristieken, basissysteem, speelwijze

Voetbalcultuur van de ratjes



Vanuit een goede organisatie spelen op balbezit met oog voor inzet en technische hoogstandjes.

Dit laat zich o.a. in de trainingen vertalen door het veelvuldig inoefenen van tal van passeer-bewegingen in zowel oefen- als partijvormen.

De spelkarakteristieken van de jonge ratjes :

1. Aanvallend voetbal
2. Van achteruit, verzorgd opbouwen van de aanval
3. Streven naar een vlotte balcirculatie (3de man vinden)
4. Initiatief en creativiteit durven etaleren
5. Snel omschakelen bij balverlies (karaktervorming)
6. Zoneverdediging als middel om de bal te heroveren

Speelwijze : Zone 1-4-3-3 : Aan te leren basisprincipes



- Binnen de speelwijze acteert elke speler in zijn zone.
= moet snel omschakelen en automatiseren mogelijk maken
- Het centrum moet steeds goed bezet zijn.
= weg naar doelmond afsluiten.
- De linies goed aangesloten en zeker niet te ver uit elkaar.
= elkaar rugdekking kunnen geven zodat de 2de actie afgebroken kan worden. **Aansluiten !!**
- Balbezit tegenstrever wil zeggen dat er zoveel mogelijk spelers achter de bal moeten komen.
- Positieinname wordt bepaald door de positie van de bal.
= iedereen moet meedenken, bal op de flank? **Knijpen !!**
- Inspeellijn afschermen.
= **denail**, pas voorkomen - onderscheppen
- Man-you-bal, man zien en bal zien.
= **pistols**, 1 wijsvinger naar man en 1 wijsvinger naar de bal.
- Aantal verdedigers afhankelijk van het aantal aanvallers.
= steeds 1 meer dan aanvallers (zekerheid van rugdekking).
= een gelijk aantal (man op man).
- Op dezelfde hoogte staan, maar niet op de middellijn verdedigen.
= buitenspelval blijvend kunnen hanteren.
- Niet kruisen in't centrum, wel overname op de vleugels.
= de 3 onderschept de 2de actie van de vleugelspits en de 2 neemt snel de positie van de 3 in.
- Een teruggribbelende aanvaller tot in de volgende linie storen.
= **doordekken !!**

Trainen en spelen op leeftijd

Vormingsgericht
Didactische/pedagogische principes

We stappen af van een indelen in de "beste" spelers per categorie en gaan volop voor een indeling volgens leeftijd.

Herman Vervust

Intern spreken we niet meer over nationale, provinciale en gewestelijke. Vermits op dit tijdstip in een voetballoopbaan het voornamelijk om groeien en leren gaat, zullen de trainers (leren) denken in **“leergroepen”!**

Zij willen hiermee aangeven dat de opleiding centraal staat en niet het ten koste van alles willen winnen van een competitie.

Zoveel mogelijk eigen jeugdspelers in de A-kern moet het hoofddoel zijn en niet het “tijdelijk” gestreelde ego van vnl. ouders en of trainers en spelers.

Het **doorschuiven** van spelers moet dus eerder als **uitzonderlijk** beschouwd worden. Het zal slechts in overweging genomen worden als blijkt dat een speler dit zowel fysiek als mentaal aankan. Terugvallen werkt immers altijd zeer demotiverend.

Nooit worden er meer dan 3 spelers doorgeschoven en dit ter bescherming van de opgebouwde automatisen in de leergroepen.

Doorschuiven wordt steeds vooraf gegaan door geregeld trainen in de hogere leergroep.

In uitzonderlijke gevallen kan de club bij de KBVB, en dit na medisch onderzoek, een aanvraag indienen om een jeugdspeler een jaar langer in dezelfde leeftijdsgroep te laten spelen. We spreken hier dan over een overduidelijke biologische laatrijper die ondanks zijn groeiachterstand voetbaltechnisch en tactisch toch tot de beteren behoort.

Al deze bedenkingen kaderen in het respecteren van de ontwikkelingsfasen van de jeugdspeler.

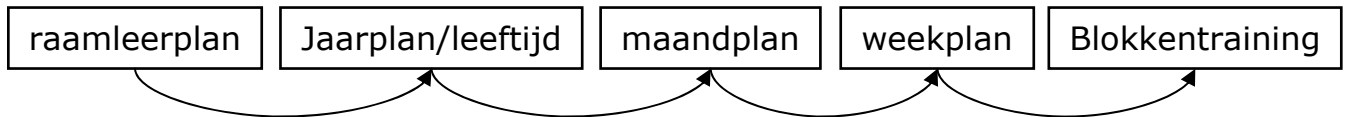
Talentrijke jongeren te snel op een volwassen manier laten spelen en denken, blijkt veelal nefast op langere termijn.

Het kind heeft recht op zijn dromen en zijn jong zijn.

Elke leeftijdsfase vraagt dus om een specifieke aanpak en dus moet ook de **trainer** aan een bepaald **leeftijdsgebonden profiel** voldoen.

Werken met een raamleerplan : STIP

STIP betekent dat we door middel van voetballeerstof zullen werken aan snelheid, techniek, inzicht en persoonlijkheid. Die voetballeerstof spreiden we uit over een periode van de leeftijd van 7j tot 21j.



We maken in de opbouw van het raamleerplan een onderscheid tussen :

**onderbouw : U7 - U11 = jong schoolkind en oud schoolkind
(basisonderwijs)**

leggen van de basis en leren wat oefenen is...

U12 vormen een scharniergroep naar het denken
in termen van competitie

middenbouw : U12 - U17 = tiener, puber en adolescent

specifiek oefenen om beter te worden en plaats te ontdekken.

U17 vormen een scharniergroep naar het denken
in termen van winnen als doel !!

bovenbouw : U19 - U21

oefenen met als hoofddoel winnen !!

U21 vormen een scharniergroep met het oog op de A-kern



1. Alle trainers moeten hun leerinhoud kennen.
2. Alle trainers moeten de voetbaltaken (bal- en looplijnen) aan hun spelers duidelijk maken.
3. Alle trainers moeten de afgesproken oefenstof naar hun spelers brengen.
4. Alle trainers moeten hoge snelheid van uitvoering eisen/aangeven.
5. Alle trainers moeten een logboek bijhouden

Op 16 juni werd de jeugdopleiding opnieuw bekroond. Dit keer mocht TVJO Herman Vervust een label met 3 sterren in ontvangst nemen, de op één na hoogste evaluatie van de hele provincie Oost-Vlaanderen.

In het komende seizoen wordt onze jeugdopleiding opnieuw doorgelicht en gaan we volop voor de 4 sterren, meteen de hoogst mogelijke score op amateurniveau.



Herman Vervust - TVJO

Herman Vervust

3.2. Technische staf KRC Gent-Zeehaven jeugd

Functie	Voornaam en Naam	Diploma	ploegbegeleider
TVJO	Herman Vervust	UEFA B TVJO Ma LOS MA na ma LOS	
Visietrainer onderbouw	Antoni Faccenda	UEFA B Ba LOS	
Visietrainer middenbouw	Patrick Willems	KBVB B	
U7	Timo Vermeeren	Kruishoutem 4/5/09 BLOSO-vorming	?
U8	Greg Vermeeren	Kruishoutem 4/5/09 BLOSO-vorming	?
U8			
U9	Kevin VDCruyssen	Kruishoutem 4/5/09 BLOSO-vorming	Haerens Sven
U9	Kenneth Depuydt		Rommelaere Frank
U10	Bart Knockaert	KBVB B Onderwijzer	Beernaert Isabelle
U10	Johan De Block	KBVB B Ma LOS	De.Puydt Kevin
U11	Frederik Van Hyfte	KBVB B Ba LOS	Verloo Gilles
U11	Valère De Zutter	UEFA A	Martens Luc
U12	Patrick Willems	KBVB B	Houtekiet L en Meiresonne D
U13	Filip De Cloet	UEFA B	Haegeman E en Meulebroeck S
U13p	Glenn V Waegelvelde	KBVB C	De Mol Danny
U14	Pierre Hauben	UEFA B	?
U15	Alain Dobbelaere	KBVB B	Lefevere Robert
U15p	Bart Laheijne	KBVB C	V. De Winckel Heidi
U16	Patrick Cordonnier	UEFA B	Claus Rudy en D.Rijcke Romain
U17	Stijn De Cock	UEFA B Ma LOS	Colombeen Franky
Doelwachters	Dirk Van Nieuwenhove	UEFA B KBVB Doelwachter 1	
Looptechniek	Freija Broeckaert	Atletiek BLOSO Herman Vervust	
Jeugdsecretaris	Luc Martens		

Trainingsgelegenheden 09 - 10

weekplanning

Leergr.	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
U7/U8g		18u 6 E			18u 6 E	Ve	Ve ? E
U9g		18u 6 E			18u 6 E	Ve	Ve ? E
U10p		18u 5 C	16u 4 A		18u 5 C	Ve	Ve ? C
U11p		18u 4 D			18u 4 D	Ve	Ve ? D
U11			16u 3 A		18u 4 A	Ve	
U12	18u00 7 C		18u 7 C		18u 7 A	Ve	
U13	18u00 8 C		18u 8 C		18u 8 B	Ve	
U13p	18u00 mix B		18u mix D		18u mix B	Ve	
U14	19u30 7 C		19u30 9 D	19u30 7 D		Ve	
U15	18u 6 D		19u30 10 D	19u30 8 D		Ve	
U15p	19u30 6 C	19u30 mix D		19u30 9 C		Ve	
U16	19u30 9 D		19u30 1 B		19u30 1 B	Ve	
U17	19u30 10 D		19u30 2 B		19u30 2 B	Ve	
U19	19u30 1/2 B	19u 1/2 B		19u 1/2 B		Ve	11u
U23	19u30 5 B	19u 5 C		19u 5 C	Ve ??? ?	11u	
A-kern	19u 3/4 A	19u 3/4 A		19u 3/4 A		10u30 3/4 A	
DW	Min Knap School		Premi School Knap		Premi Min School		
Loopcoör			18u30		18u30		

4. Ondersteuning

4.1. Procedure bij ernstige sportongevallen

Onder een sportongeval verstaan we de schade veroorzaakt door het plotseling of toevallig optreden van een uitwendige kracht, onafhankelijk van de wil van het slachtoffer.

Tendinitis is een gevolg van overbelasting en is dus geen sportongeval.

Wat mag een ploegbegeleider niet vergeten ?



- Tel van de ouders
- SIS-kaart van de speler
- Ongevalformulier KBVB



Herman Vervust

Thuiswedstrijden

Steeds **de mensen van het Rode Kruis** er snel bij roepen.
Als de speler niet uit zichzelf opstaat, hem niet gaan optillen
zonder extra voorzorg. (zie EHBSO)



Ouder is aanwezig

- Na het advies van het Rode Kruis beslist de ouder zelf over de stappen die verder genomen worden.

Ouder niet aanwezig

- De club volgt het advies van Het Rode Kruis op.
- De ouder wordt onmiddellijk telefonisch op de hoogte gebracht.
- De ouder beslist zelf of de speler afgevoerd wordt naar een spoeddienst.

Ouder niet aanwezig en onbereikbaar

- De club tracht een familielid of andere verantwoordelijke te bereiken.
- Lukt dit niet, dan volgt de club het advies van het Rode Kruis op.
- De kledij van de speler wordt in zijn sporttas gestopt en de ploegbegeleider vergezelt de speler naar de spoeddienst. (eigen wagen)
- Daar overhandigt hij de bezittingen van de speler en een ongevalformulier van de KBVB aan de inmiddels aangekomen ouder(s).

Uitwedstrijden

We raden de ouders sterk aan hun zoon bij uitwedstrijden te begeleiden. Spelers die niet begeleid worden dienen eigenlijk in het bezit te zijn van hun SIS-kaart.

Afwezige ouders dragen er zorg voor telefonisch bereikbaar te zijn.

Verplaatsing met de bus

- De speler moet de wedstrijd staken en kan nog terug met de bus
- Indien de kwetsuur van die aard is dat de speler de wedstrijd moet staken, dan worden, bij afwezigheid, de ouders door de ploegbegeleider op de hoogte gebracht. De ouders halen hun zoon bij terugkomst aan de club op en krijgen een ongevalformulier van de KBVB mee. De ouders beslissen zelf of ze naar een spoeddienst gaan.
- De speler moet onmiddellijk naar de spoed.
- Vraag of de speler naar een Gents ziekenhuis gebracht kan worden.
- Zo niet worden de ouders / andere verantwoordelijke(n) op de hoogte gebracht. Zij zorgen voor het ophalen van hun zoon en de terugkeer van de ploegbegeleider / andere ouder die met hem meeding.
- Indien de speler moet overnachten wordt door de ouders / andere verantwoordelijken de terugreis van de ploegbegeleider / andere ouder verzekerd.

Verplaatsing met de wagen

Eigenlijk wordt er van de ouders verwacht dat ze hun zoon, in onderlinge afspraak met de club, naar de bestemming rijden. Zo niet zorgen de ouders, in ondelinge afspraak met de trainer/ploegbegeleider, zelf voor voldoende vervoer. Een afwezige ouder draagt er zorg voor telefonisch bereikbaar te zijn.

- De speler moet onmiddellijk naar de spoed.
- De ploegbegeleider of een andere ouder gaat mee.
- Kan de speler naar een Gents ziekenhuis gebracht worden ?
- De ouders worden verwittigd naar waar de speler vervoerd wordt.
- Persoonlijke bezittingen van de speler worden in zijn sporttas meegegeven.
- Indien de begeleider niet met eigen vervoer was, dan zorgen de ouders of andere verantwoordelijken voor de terugreis naar de club.

De speler kan nog terug naar de club.

- De ploegbegeleider brengt de ouders van het ongeval op de hoogte.
- De ouders of andere verantwoordelijke(n) komen naar de club en beslissen zelf over de verdere medische stappen.
- Indien men geen enkele verantwoordelijke kan bereiken, dan zal de ploegbegeleider of een andere ouder de speler als nog naar een spoeddienst begeleiden.
- Indien de begeleidende persoon geen eigen vervoer heeft, zorgen de ouders van de gekwetste speler voor zijn terugkeer naar de club / zijn wagen.

Ongeval aangeven

Het ongevalaangifteformulier bestaat uit 2 luiken

Voorzijde

- Naam en stamnummer an de club. (blokletters)
- Naam en voornaam gekwetste. (blokletters)
- Geboortedatum en adres.
- Kleefbriefje van het ziekenfonds.
- Datum en uur van het ongeval.
- In welke functie? (schrappen wat niet past)
- Tijdens welke officiële wedstrijd?
- Welke afdeling / reeks ?
- Tijdens welke vriendschappelijke wedstrijd?
- Tijdens welke training?
- Op welk speelveld?
- Omstandigheden van het ongeval
- Wie bracht de vrijwillige trap of slag toe?
(geef naam en de club van de verantwoordelijke, indien deze door de scheidsrechter werd uitgesloten)
- Indien het om een eigenlijke aanranding gaat :
 - *schatting van de gebeurlijke stoffelijke schade.
 - *werd er proces verbaal opgemaakt?
 - *wie maakte het op en op wiens verzoek?

Achterzijde

- Medisch getuigschrift in te vullen door de behandelende geneesheer.

Spoedopname AZ Jan Palfijn

- Wanneer u zich aanmeldt op de dienst spoedongevallen van het AZ Jan Palfijn, wordt u onthaald door een verpleegkundige die :

- ✓Informeert naar de reden van uw bezoek.
- ✓De ernst van uw situatie inschat.

- men vraagt u volgende informatie :

- ✓Uw identiteitskaart
- ✓Uw SIS kaart
- ✓Uw telefoon- of GSM nummer
- ✓Naam van uw huisarts
- ✓Verzekeringpapieren of ongevalaangifteformulier

Op de spoedopname zal u door een spoedarts of assistent onderzocht en/of behandeld worden. Een aantal onderzoeken gebeurt op de spoedopname zelf (bloedafname, urineonderzoek, electrocardiogram, ...) Voor andere onderzoeken (CT-scan, echografie, RX, endoscopie, electro-encefalogram, ...) moet u naar de polikliniek.

De arts heeft de resultaten van de onderzoeken nodig alvorens een definitieve beslissing tot opname of ontslag genomen kan worden.

Na het onderzoek bespreekt de arts met u het verdere verloop :

- *U mag het ziekenhuis verlaten. Huisarts of specialist behandelen/begeleiden u verder.
- *Opname in het ziekenhuis.

Opname in het ziekenhuis

Indien moet worden opgenomen in het ziekenhuis, kunt u kiezen voor een één- of tweepersoonskamer of een gemeenschappelijke kamer.

Ontslag

VERGEET bij ontslag uw identiteitskaart, SIS-kaart, geprotocolerde röntgenfoto's, medicatievoorschriften, verzekeringsattesten, bewijzen voor school , werk, ... **NIET !!!**

Herman Vervust

Na 2 weken

De G.C. van de club ontvangt van de bond een geneeskundig getuigschrift van herstel, samen met het dossiernummer.

Dit getuigschrift dient bij genezing ingevuld te worden door de geraadpleegde (club)arts of (club)kineist.

Ouders brengen dit getuigschrift samen met de nodige bewijsstukken voor de tussenkomst (o.a. het uittreksel van tussenkomst van de mutualiteit) binnen op het secretariaat.

De club stuurt het dossier naar de KNVB, dienst FSF.

Pas na het versturen van het getuigschrift, wordt het verbod op spelen en trainen opgeheven m.a.w. **een geblesseerde speler mag - indien een dossier sportongeval werd opgezet - pas opnieuw beginnen trainen en spelen NADAT het getuigschrift van herstel werd opgestuurd naar de KBVB.**

Nadien

Het bedrag van de aanvaarde tussenkomst wordt op de lopende rekening van KRC Gent-Zeehaven gestort. Nadat eerts een uittreksel van de tussenkomst aan de gerechtelijke correspondent (G.C.) werd gestuurd.

De speler ontvangt dit bedrag door middel van overschrijving op de bankrekening. Het FSF houdt bij elk voetbalongeval automatisch een vast bedrag af voor administratieve kosten.

Te onthouden

- De kosten van de behandeling (dokter, kinesist, ...) worden slechts terugbetaald na toestemming van het FSF. Het formulier "aangifte van een ongeval" moet wel binnen de 14d (poststempel geldt) worden opgestuurd. Dwz dat men dit formulier binnen de 8 dagen aan onze G.C. moet bezorgen.

Etienne Verlinden
Schaapherderstraat, 6
9032 Wondelgem

09 / 226 83 95

- Bij hospitalisatie worden enkel de substantiële kosten terugbetaald.
- Vraag bij de apotheker een duidelijke factuur van (kasticket is niet voldoende !)
- Het is nuttig om steeds klevertjes van de mutualiteit of SIS kaart bij de hand te hebben.
- Formulieren "Aangifte voor een ongeval" zijn te verkrijgen op het secretariaat of bij jouw ploegbegeleider.

Herman Vervust

4.2. Persoonlijkheidsontwikkeling = life style en attitude

- WEES OP TIJD !!
- TOON LUISTERBEREIDHEID
- TOON ENTHOUSIASME, VLIJTIGHEID, PRESTATIEMOTIVATIE
- TOON FRUSTRATIETOLERANTIE
- TOON STRESSBESTENDIGHEID
- DOE AAN " ONZICHTBARE TRAINING" = JUISTE VOEDING EN DRANK

Basisrichtlijnen en afspraken

"Jonge spelers moeten leren het maximale uit hun mogelijkheden te halen.
Als ze dat niet doen, verplichten wij ze dat."

Ronald Koeman

1. De training

- a) Bij belet : Altijd verwittigen en indien mogelijk minstens 1 dag vooraf.
- b) Niet op tijd : Maak het waarom duidelijk en/of bespreekbaar.
- c) Kleedkamer : Gedraag je zoals elke gemotiveerde sporter voor een belangrijk moment ; rustig zittend en geconcentreerd.

Nota : Geen GSM-gebruik in de kleedkamers, we denken en ademen met zijn allen enkel en alleen nog voetbal.

Bij verlies of diefstal van uw GSM (en eventueel andere waardevolle voorwerpen) kan de club niet verantwoordelijk gesteld worden.

Iedereen wacht in de kleedkamer op de trainer, niemand gaat op het terrein voetballen

- d) Tijdens de training : Inzet, leergierigheid en sportiviteit tonen.
- e) Einde training : Gezamenlijk opruimen, uitlopen en stretching.
- f) Na de training : Maak het voor het onderhoudspersoneel niet extra moeilijk. Kleedkamers worden vuil, maar het is onacceptabel als door het gooien van modder en het achterlaten van blikjes, plasticflessen, papier, tape enz, de kleedkamers extra vuil worden.

We nemen onze modderschoenen niet mee onder de douche en we kloppen ze niet uit tegen een muur. Gebruik buiten de nutsvoorzieningen.

Herman Vervust

g) Specifieke richtlijnen voor de doelwachters :



Training:

Altijd een lange broek en een shirt met lange mouwen, liefst met elleboogbescherming.
Handschoenen.

Wedstrijd :

Twee paar handschoenen.
Pet of zonneklep.
Oude handdoek om handschoenen droog te maken bij nat weer.
Twee T-shirts zodat tijdens de rust gewisseld kan worden.
Rengenvest die bij nat weer onder het shirt kan worden gedragen.
Drinkbus.

2. De wedstrijd :

- a) Vertrek : Iedereen in uitgangstraining !! Geen GSM-verkeer meer.
- b) Kleedkamer: Rustig aankleden !! Stilte en aandacht bij het overlopen van de individuele taken en teamtaken.
- c) Voor fluitsignaal : Werk de vooraf ingeoeffende warming up af.
- d) Na fluitsignaal : Wat er zich ook heeft afgespeeld, we bedanken de scheidsrechter en de tegenstrever. Vervolgens start het uitlopen en de stretching.
- e) Tijdens het spel : Voer de gekregen werkpunten uit. Kies steeds goed positie in functie van bal- en looplijnen.
- f) Na het douchen : Niet weglopen, we gaan gezamenlijk (iedereen terug in training) naar het cafetaria. Negeer aub alle eventuele provocaties. Korte nabespreking aan een door de begeleider voorbehouden tafel. Niemand ontbreekt !!

3. Het toernooi

a) Zie wedstrijd

b) Extra : **voethygiëne**

Doe tusen de verschillende wedstrijden door je voetbalschoenen en bezwete sokken uit, je voorkomt verhitte voeten en daaruit volgend blaren.

spelen met een blaar waar vocht onder zit is zeer pijnlijk, zoniet onmogelijk.

vochtbalans

weeg u zelf voor en na : gewichtsverlies = vochtverlies

Doe dit ook voor trainingen !!

We moeten, zeker bij warm weer, veel drinken !!

We verliezen tijdens het zweten veel vocht en zouten. Door een zoutgebrek komen er vaak spierkrampen voor. Drinken dus en liefst geen koolzuur houdende drank en zoek een frisse schaduwrijke plek op.

Zorg zelf voor een gezonde snack en/of maaltijd.

Vermijd frieten en hotdogs !!!

Supplementeer eventueel na het toernooi met een extra portie anti-oxydanten (vb Vit B en C)



Je kan het verwachte zweetverlies (% dehydratatie) redelijk nauwkeurig inschatten aan de hand van het gewichtsverlies voor en na de inspanning.

$$\text{Formule : } \% \text{dehydratatie} = \frac{\text{gewicht voor} - \text{gewicht na}}{\text{gewicht voor}} \times 100$$

**Genoeg drinken is zééééér belangrijk.
Neem drank mee naar trainingen en wedstrijden.**



Zo maak je je eigen sportdrink :

- Vul een lege plasticfles van 1,5 liter met een liter mineraalwater.
- Doe er 60g (riet-)suiker.
- Pers 2 citroenen of appelsienen.
- Giet het sap in de fles en schud.
- Je kan eventueel een kleine koffielepel zout toevoegen.
(verloren zouten door zweten aanvullen en dit vooral in de warme maanden)

4. Opmerking rond uitwedstrijden

Alleen in voorafgaandelijke aangevraagde gevallen kan men de verplaatsing heen en terug zonder de ploeg maken.

Deze toelating wordt na een gesprek met de trainer al dan niet door de TVJO gerechtvaardigd.

Trainer en ploegbegeleider worden door de speler altijd van deze toelating op de hoogte gebracht.

Zeker wat betreft nationale verplaatsingen, die met de bus gebeuren, is het de logica zelve dat het groepsgebeuren boven het individuele staat. Een bus huren kost de jeugdopleiding veel geld en het zou dan ook bijna wraakroepend zijn als deze bv maar half gevuld huiswaarts keert.

5. Het algemeen voorkomen van de jeugdspeler

Afspraken i.v.m. kledij en voorkomen vloeien voort uit de clubcultuur. Vanuit het respect voor de lokale autonomie van elke club is het logisch dat deze daarin van elkaar verschillen.

Duidelijke richtlijnen kunnen heel wat problemen en betwistingen vermijden. Vandaar de volgende richtlijnen :

- Algemeen streeft de club er naar dat de spelers kledij dragen die verzorgd en niet extravagant is.
- Opzichtige piercings in het aangezicht, piercings die niet stroken met een eenvoudig verzorgd voorkomen en die de eigen veiligheid (of die van anderen) in gevaar kunnen brengen, zijn op de club verboden.
- Voor alle wedstrijden en toernooien geldt de uitgangstraining als verplicht uniform. Met deze training wordt er niet getraind of naar school gegaan. Trainingen die om één van deze redenen verloren of stuk gingen, dienen op eigen kosten door een nieuwe vervangen te worden.
- Op de trainingen is men vrij wat betreft het dragen van kledij, zolang het maar om aan de weersomstandigheden aangepaste sportkledij gaat. In samenspraak met de trainers zal beslist worden wanneer men van zomerkledij overschakelt naar winterkledij en omgekeerd.

6. pesten

Een apart woordje over "pesten". Pesten is een op systematische wijze tegen steeds dezelfde speler verbaal of fysiek ageren.

Het pesten van een medespeler zal in KRCGZ niet geduld worden.

Wanneer men gepest wordt, moet men niet aarzelen om dit te melden aan de trainer, visietrainers of TVJO.

Ook ouders moeten geen schroom hebben om hierover met de clubverantwoordelijken contact op te nemen.

De club zal naar best vermogen de nodige maatregelen nemen, zowel naar de pester als naar het slachtoffer toe.

7. Roken

"Een gezonde geest in een gezond lichaam."

Roken wordt in het algemeen omwille van gezondheidsredenen sterk afgeraden. De club wil daarin nog een stap verder gaan en dult onder zijn jeugdspelers geen rokers.

Bij bezit of gebruik van tabakswaaren op de terreinen van de club zal er in eerste instantie door de technische staf, met medeweten van het bestuur, een tuchtmaatregel genomen worden.

Ook voor roken buiten de cluburen kunnen de nodige maatregelen genomen worden.

Recidiverend rookgedrag, door een medewerker van de club vastgesteld, kan schrapping van onze ledenlijst tot gevolg hebben.

8. Alcohol en drugs

Het spreekt van zelf dat er voor dit gedrag een nultolerantie geldt.

9. Sportiviteit, fair play

Van onze trainers, ploegbegeleiders en spelers wordt een onberispelijk gedrag verwacht.

Ook de ouders hebben tijdens het supporteren een voorbeeldfunctie.

Ontoelaatbare uitlatingen richting tegenstrever en of scheidsrechter moeten vermeden worden. Indien de scheidsrechter een verslag opmaakt, met geldboete als gevolg, dan zal de club dit op de bewuste ouder(s) verhalen.

Herman Vervust

10. Orde en tuchtmaatregelen

Onze club stelt alles in het werk om een zo compleet mogelijke vorming aan te bieden. Op het einde kan dit eventueel bekroond worden met een plaats in de A-kern van KRCGZ. Om dit te verwezenlijken wordt van de jeugdspelers inzet en discipline gevraagd. Spelers die zich echter onvoldoende inzetten, die de gemaakte afspraken niet volgen, die de trainingen of de werking van de club eerder storen, die de club en vooral zichzelf maar wat voorliegen, deze spelers kunnen ordemaatregelen opgelegd krijgen. De trainers en ploegbegeleiders zullen deze al naargelang de ernst van het vergrijp autonoom of in samenspraak met de visietrainers en of TVJO opleggen.

Ieder vergrijp of ondernomen sanctie zal op de stafvergadering worden gemeld en in het dossier van de speler op datum worden genoteerd.

Tegen ordemaatregelen is geen beroep mogelijk. Dit wil zeggen dat deze maatregelen niet aangevochten kunnen worden. Het niet uitvoeren van de opgelegde sanctie(s) kan aanleiding geven tot het verzwaren van deze sanctie(s) of tot het opstarten van een tuchtprocedure.

Ordemaatregelen zijn :

- *opmerking (of terechtwijzing)
- *waarschuwing
- *een individueel gesprek
- *bijkomende taken
- *tijdelijk uit de training verwijderen (speler meldt zich bij TVJO)

In samenspraak met de visietrainer(s), TVJO en bestuur

- *het ontzeggen van een wedstrijd
- *het schorsen gedurende een bepaalde periode
- *definitieve uitschrijving uit de club

11. Het spelersdossier

In dit dossier moeten alle voor de club en zijn werking nuttige gegevens komen. We denken hierbij in de eerste plaats niet alleen aan administratieve gegevens, maar vooral aan gegevens die het al dan niet boeken van progressie op het gebied van de voetbalvorming (STIP) in kaart moeten brengen.

De jeugdspelers worden minstens 4x per seizoen geëvalueerd en aanvullend kunnen er nog enkele motorische test afgenomen worden.

De resultaten zullen nauwgezet in het spelersdossier bijgehouden worden.

Herman Vervust

Voor een goede sportieve begeleiding dringt verdere aanvulling met gegevens van antropomorfologische aard zich op. We denken hierbij aan het bijhouden van o.a. de lichaamslengte en het lichaamsgewicht. Deze moeten ons op langere termijn toelaten om de groeispuurt (PHV) te detecteren. Indien nodig kunnen we dan het trainingsvolume aanpassen om overbelasting tegen te gaan. verder kan het voor de jeugdopleiding ook interessant zijn om vroeg- en laatrijpers van elkaar te onderscheiden.

Minstens éénmaal per maand worden alle spelers besproken en van deze berekening wordt er nota genomen in het dossier.

Alle bovenstaande gegevens moeten ons toelaten een zo objectief mogelijke evaluatie per speler te maken.

Minstens 2x per jaar heeft de trainer met iedere speler afzonderlijk een functioneringsgesprek. Hier worden steeds 2 werkpunten voor de speler blootgelegd.

In de jaarkalender zullen we ruimte voorzien om in een "oudercontact" over deze evaluaties te praten.

12. Thuistaken

Vooraf bij onze jongere spelertjes, waar de technische scholing voorop staat, zullen de trainingen op zich niet volstaan om snel vorderingen te maken. Vandaar dat in deze categorieën de trainers maandelijks een "thuisstaak" zullen opgeven. Op het eind van de maand volgt een korte evaluatie waarvan nota wordt genomen in het spelersdossier.

Naar analogie met bv de muziekscholing, waar het vlot leren bespelen van een instrument ook om thuiswerk vraagt (dus intrinsieke motivatie en extra oefening) , vinden wij dat ook voetigheid alleen maar vlot ont-plooit indien er dagelijks aan gewerkt wordt.

4.3. Gebruik accommodatie

Geen ouders/supporters in de kleedkamerblok.

In de gangen

- Op tijd zijn en niet lopen.
- Niet met vuile voetbalschoenen binnen.
- Niet roepen, niet met ballen spelen.
- Geen waardevolle of gevaarlijke voorwerpen.

Kleedkamers

- Kledij aan de kapstok of in de voetbaltas en de voetbaltas dicht.
- Zorg voor een plasticzak om natte en/of vuile zaken op te bergen.
- Respect voor andemans zaken.
- In de kleedkamer blijven tot de training begint.
- Luisteren naar de persoon van toezicht.

Op de velden

- Bij nat weer geen oefeningen die schade aan de grasmat veroorzaken.
- Laat geen materiaal achter, ook geen doelen en al zeker geen drinkflessen.
- Tel de gemerkte (leergroep) ballen voor het verlaten van het veld.

Douches

- Douchen verplicht en met badslippers.
- Geen kledij en of schoenen onder de douche.

Materiaallokaal

- Geen spelers zonder begeleiding en nooit sleutels op deuren laten zitten.**
- Na gebruik het materiaal buiten reinigen (ballen, kegels, hoedjes, ...).
- Let op de orde bij het opbergen.
- De laatsten controleren of alles afgesloten werd en alle lichten uit zijn.

Beleefdheid

- Iedereen (trainers, ploegbegeleiders, scheids, tegenstrever,...) met respect benaderen.

5. Communicatie

5.1. Secretariaat



Hoofdsecretaris (GC)	Jeugdsecretaris
Etienne Verlinden	Luc Martens
rrcgentzh.verlinden@pandora.be	Martens-luc@skynet.be
09 / 226 83 95	0475 / 91 42 37

*Er is nog geen nieuw clubadres beschikbaar.

5.2. Website

www.krcgent.be

5.3. activiteitenkalender

Herman Vervust

Aktiviteitenkalender 2009 - 2010

Datum	Activiteit
26-06-09	Voorstelling A-kern en jeugdtrainers
25-07-09	Vergadering met jeugdtrainers // opstart nieuw seizoen
27-07-09	Start jeugdtrainingen volgens weekschema Kledij uitdelen
27-07-09	AC Milan junior camp tot 7/8/09 te Oostakker
01-08-09	Jeugdtrainingen // U7 => U13 om 10u - U14 => U19 om 13u
08-08-09	Juniorentornooi (8 ploegen)
09-08-09	Wedstrijden U10, U11, U13, U15, U17, (U19) tegen Ronse
17-08-09	Zomerstage Footinstruct tot en met 21/08/09 te Oostakker
22-08-09	Opendeurdag-Wisseldag Dilbeek
sep	Etentje U16 => A-kern
okt	Etentje U14 => U15
nov	Halloween ??
11-11-09	Navorming voor jeugdtrainers : Trainersdag (Henk Mariman)
nov	Mossselfestijn
06-12-09	Sinter Klaas + Etentje U7 => U11
31-12-09	Oudejaarsavond
14-01-10	Nieuwjaarsreceptie
feb	Quizavond
07-02-10	Kennismakingsdag
21-02-10	Kennismakingsdag
06-03-10	Etentje U12 => U13
14-03-10	Kennismakingsdag
28-03-10	Kennismakingsdag
apr	Aktie paaseitjes
04-04-10	Ronde Van Vlaanderen
3+5/4	Paastornooi

Herman Vervust

