



Beleidsplan Meidenafdeling asv de Dijk

2025 -2029



Inhoud:

1: Algemeen:

- 1.1: Visie op Meidenvoetbal
- 1.2: Doelstelling Meidenafdeling
- 1.3: Introductie strategische pijlers
- 1.4: Meidencommissie: rollen en aandachtsgebieden.
- 1.5: Meidenhub asv de Dijk

2: Strategische pijlers

- 2.1: Aandacht
- 2.2: Kwaliteit
- 2.3: Groei
- 2.4: Binding

3: Voetbaltechnisch beleid

- 3.1: Visie
- 3.2: Pedagogische uitgangspunten
- 3.3: Voetbalinhoudelijke uitgangspunten
- 3.4: Organisatie en begeleiding

4: Praktisch beleid

- 4.1: Teamsamenstelling
- 4.2: Kledingbeleid en uitstraling
- 4.3: Gedragscode
- 4.4: Sanctiebeleid
- 4.5: Pest-protocol
- 4.6: Teambegeleiders / ouders

5: Jaaragenda

- 5.1: Werving: vriendinnen trainingen / Meidenvoetbaldag
- 5.2: Stimulering Meidenvoetbal regio: Meiden van t IJ
- 5.3: Binding met de club: Oliebollentoernooi, familie-toernooi

Hoofdstuk 1: Algemeen

1.1: Visie op meidenvoetbal bij asv de Dijk

Bij asv de Dijk geloven we dat meidenvoetbal een vanzelfsprekend en waardevol onderdeel is van onze vereniging. We bouwen aan een meidenafdeling die stevig is verankerd in de bredere clubstructuur – gelijkwaardig in aandacht, faciliteiten en ambities – en die tegelijk ruimte houdt voor wat meiden in het voetbal specifiek nodig hebben om zich prettig en krachtig te ontwikkelen.

We willen een omgeving creëren waarin alle speelsters zich welkom, veilig en gezien voelen. Waar plezier in het spel hand in hand gaat met persoonlijke groei en sportieve ontwikkeling. We investeren in begeleiders die voetbaltechnisch worden opgeleid en oog hebben voor verschillen in leerstijl, motivatie en sociale dynamiek, en waarin rolmodellen een belangrijke plek krijgen.

Meidenvoetbal bij asv de Dijk is geen eiland binnen de vereniging, maar een stevig onderdeel van het geheel – met eigen accenten, ambities en zichtbaarheid. Zo bouwen we aan een toekomstbestendige meidenafdeling die niet alleen meegroeit met de club, maar ook bijdraagt aan de ontwikkeling van asv de Dijk als inclusieve en vooruitstrevende voetbalvereniging.

1.2: Doelstelling Meidenafdeling

Onze ambitie is om de huidige meidenafdeling structureel te verankeren in de vereniging, ondersteund door een duidelijk mandaat, heldere doelen en voldoende capaciteit om te groeien. Om zo te kunnen doorbouwen aan een levendige, duurzame meidenafdeling waarin alle speelsters plezier ervaren, zich optimaal ontwikkelen en zich verbonden voelen met de club.

We streven ernaar dat de meidenafdeling in seizoen 2028–2029 is doorgegroeid naar 190 leden in totaal met in de onderbouw in elke jaargang minstens twee teams. Op deze manier bouwen we een gezonde doorlopende piramide van teams, een sterke doorstroom van onder- naar bovenbouw en een structureel levendige afdeling die bijdraagt aan het meidenvoetbal in Amsterdam-Noord en binnen asv de Dijk als geheel.

4. **Binding:** sociale cohesie en ouderparticipatie worden versterkt door communicatie, warme ontvangst, gezamenlijke activiteiten en betrokkenheid bij de vereniging.

1.4: Meidencommissie

De meidencommissie is verantwoordelijk voor de uitvoering van het beleidsplan voor de meidenafdeling van asv de Dijk en haar status als officiële Meidenhub. De meidencommissie heeft als aandachtsgebied alle meidenteams in de jeugd (onderbouw en bovenbouw) en de damesteams bij de senioren.

De commissie heeft als doelstelling om:

- de meidenafdeling structureel te versterken en beter te positioneren binnen de vereniging;
- de voetbaltechnische en pedagogische kwaliteit te verhogen door opleiding en begeleiding van trainers en teambegeleiders;
- de omvang van de afdeling gezond uit te bouwen, met nadruk op instroom in de onderbouw en doorstroom naar de bovenbouw (de eerder genoemde piramideopbouw).

De meidencommissie werkt in nauwe samenwerking met het bestuur, en de club-brede voetbaltechnische commissie verantwoordelijk voor het beleid voor de jeugdopleiding. De meidencommissie beschikt over het mandaat om het plan "Meiden-Hub 2025-2028" actief te realiseren (zie hiervoor ook de betreffende intentieverklaring Meidenhub tussen asv de Dijk en de gemeente Amsterdam).

Rol	Taken
Voorzitter	Bewaakt voortgang van de beleidsplan, leidt de commissie-vergaderingen, aanspreekpunt en vertegenwoordiger voor het clubbestuur voor lopende zaken en periodieke rapportage over voortgang en knelpunten.
Technisch coördinator meidenvoetbal	Verantwoordelijk voor de voetbaltechnische kwaliteit: ontwikkelt trainingsprogramma speelsters + opleidingstrajecten voor trainers, ambassadeur voor promotie meidenvoetbal in Amsterdam Noord.
Coördinator werving en promotie	Zorgt voor zichtbaarheid van de meidenafdeling in de regio, ontwikkelt en organiseert kennismakingsactiviteiten, onderhoudt contact met scholen en voert het wervingsplan uit
Coördinator teamindeling en oudercommunicatie	Stelt teamindelingen op samen met de Meiden Coördinator, bewaakt doorstroom van onder- naar bovenbouw, onderhoudt communicatie richting (nieuwe) ouders en bevordert ouderparticipatie

Coördinator bovenbouw, werving train(st)ers en faciliteiten	Zorgt voor voldoende begeleiding in de bovenbouw, wervingsbeleid voor trainers/staff en afstemming over benodigde faciliteiten op het sportpark
Coördinator financiën en sponsoring	Beheert het budget van de meidenafdeling, adviseert over investeringen in kwaliteit en instroom, en initieert sponsoracties ter ondersteuning van de afdeling

1.5: Meidenhub asv de Dijk

Per juni 2025 is asv de Dijk door de gemeente Amsterdam officieel benoemd tot Meidenhub. Een Meidenhub is een vereniging die binnen haar stadsdeel een centrale rol vervult in het versterken, verbinden en laten groeien van meidenvoetbal. Vanuit deze rol werken we aan de duurzame ontwikkeling van meisjes in de voetbalsport – zowel op sportief als sociaal vlak.

Als Meidenhun bieden wij een herkenbare en toegankelijke plek waar meiden van alle niveaus kunnen instromen, zich kunnen ontwikkelen en met plezier kunnen blijven voetballen. Met deze status onderstreept asv de Dijk haar ambitie om hét centrum te zijn voor meidenvoetbal in Amsterdam-Noord – stevig verankerd binnen de club en met volle aandacht voor de groei en het plezier van iedere speelster.

Het programma betekent onder meer dat de gemeente de meidenafdeling van asv de Dijk ondersteunt met middelen en kennis, bedoeld voor het verder uitbouwen en versterken van onze meidenafdeling. Hierdoor kunnen we onze organisatie structureel verbeteren, de voetbaltechnische kwaliteit verhogen en een veilige en stimulerende omgeving bieden voor alle speelsters.

Als meidencommissie zorgen wij voor vertegenwoordiging van de meidenafdeling in het Bestuur (de bestuurder verantwoordelijk voor Jeugdzaken heeft de voorzitter van de meidencommissie als direct aanspreekpunt en nodigt de voorzitter van de meidencommissie uit voor bestuursvergaderingen wanneer dit relevant is). En zorgen we ervoor dat de meidenafdeling kan werken met een eigen, gealloceerd budget (verantwoording achteraf).

Hoofdstuk 2: Strategische pijlers

2.1: Aandacht

De pijler 'Aandacht' richt zich op het waarborgen van aandacht en ruimte voor meidenvoetbal op de club door het structureel verankeren van de meidenafdeling binnen ASV De Dijk en het waarborgen van zichtbaarheid en steun vanuit het bestuur. Dit betekent dat de afdeling een volwaardige plek krijgt in de bredere clubstructuur, met voldoende middelen en organisatorische ruimte om het plan Meiden Hub 2025–2028 uit te voeren.

Actiepunten seizoen 2025 - 2026:

- Officiële verankering meidencommissie in bredere clubstructuur (Meiden Bestuurder/ Meidencommissie)
- Vaststellen eigen budget meidenafdeling
- Opstellen eigen sponsorplan Meidenafdeling

2.2: Kwaliteit

Onder 'Kwaliteit' verstaan we de ontwikkeling van zowel speelsters als trainers, met nadruk op voetbaltechnische en pedagogische begeleiding. Dit omvat opleidingstrajecten, begeleiding en ondersteuning van trainers en het versterken van de huidige teams met oog voor talentontwikkeling en plezier in het spel.

Actiepunten seizoen 2025 - 2026:

- Inwerken hoofdcoördinator meidenafdeling
- Versterken huidig team trainsters (w.o. hulpouders)
- Opstellen en uitvoeren opleidingsplan trainers

2.3: Groei

De pijler 'Groei' richt zich op het vergroten van het ledenbestand en het creëren van een gezonde doorstroom van onderbouw naar bovenbouw. Daarnaast wordt gewerkt aan de zichtbaarheid van de meidenafdeling binnen de regio en het stimuleren van instroom door promotie en laagdrempelige kennismakingsactiviteiten.

Actiepunten seizoen 2025 - 2026:

- Zorgen voor vaste uitingen / promotie-middelen (flyers/materialen voor scholen, etc)
- Ontwikkelen vaste terugkerende werving-events: vriendinnentraining / meidenvoetbaldag, etc
- 3 x promotie event / clinic bij scholen in de regio
- 2 onderbouw teams groeien gedurende de loop van het seizoen.

2.4: Binding

De pijler 'Binding' richt zich op het sociale aspect van de vereniging, het versterken van de betrokkenheid van ouders en speelsters, en het creëren van een warme, inclusieve cultuur binnen de meidenafdeling. Daarnaast wordt expliciet ingezet op de verbinding tussen de meidenafdeling en de bredere club, zodat speelsters, ouders en vrijwilligers zich onderdeel voelen van de gehele vereniging en de meidenafdeling geïntegreerd is in het clubleven.

Actiepunten seizoen 2025 - 2026:

- Samenwerking toernooicommissie asv de Dijk voor gezamenlijke inkoop
- Ouder/dochter toernooi
- Vernieuwd onboardingpakket voor nieuwe ouders, incl vrijwilligers-afspraken.

Hoofdstuk 3: Voetbaltechnisch beleid

3.1: Visie

We willen bouwen aan een meidenafdeling waarin plezier, ontwikkeling en teamgevoel centraal staan, en waarin alle meiden zich welkom en gezien voelen. Een afdeling waar elke speelster zich uitgedaagd voelt om te groeien – ongeacht niveau of ambitie.

We geloven dat meidenvoetbal draait om verbinding en samen leren. De kracht van het team, de sfeer binnen de groep en onderlinge relaties bepalen in hoge mate het plezier en de ontwikkeling van de speelsters. Daarom investeren we bewust in een positieve, veilige en hechte teamcultuur.

Onze ambitie is om een begeleidingsteam te vormen dat niet alleen technisch sterk is, maar ook begrijpt wat meiden nodig hebben om te groeien: duidelijkheid, betrokkenheid en vertrouwen. Trainers en trainsters werken samen vanuit één herkenbare voetbal- en omgevingsvisie, waarin persoonlijke aandacht even belangrijk is als prestatie.

Zo bouwen we stap voor stap aan een meidenafdeling die staat voor kwaliteit, saamhorigheid en ontwikkeling – op én naast het veld. Deze ambitie vormt de basis voor ons voetbaltechnisch beleid, waarin techniek, tactiek en spelinzicht systematisch worden ontwikkeld, én ons pedagogisch beleid, waarin het sociale aspect, de groepsdynamiek en persoonlijke begeleiding centraal staan. Samen zorgen beide pijlers ervoor dat elke speelster zich kan ontwikkelen in een veilige, stimulerende en plezierige omgeving.

3.2: Pedagogische uitgangspunten

Onderbouw (8–12 jaar):

- Plezier en veiligheid eerst: speelsters ervaren voetbal als leuk en uitdagend; fouten maken mag.
- Spelenderwijs leren: oefeningen zijn afwisselend en speels, met veel balcontacten en kleine partijvormen.
- Aandacht voor elk kind: iedereen krijgt speelminuten en persoonlijke feedback; ontwikkeling staat boven resultaat.
- Teamgevoel: spelers leren samenwerken, elkaar ondersteunen en respectvol omgaan met elkaar.

Bovenbouw (13–18 jaar):

- Eigenaarschap: speelsters krijgen meer verantwoordelijkheid voor hun training, gedrag en teamrol.
- Teamcultuur en respect: nadruk op samenwerking, omgaan met winst en verlies, en groepscohesie.

- Ambitie en leerhouding: speelsters worden uitgedaagd, maar plezier en welzijn blijven uitgangspunt.
- Mentale ontwikkeling: zelfvertrouwen, weerbaarheid en zelfreflectie zijn onderdeel van begeleiding.

3.3: Voetbal Inhoudelijke uitgangspunten

Onderbouw (8–12 jaar):

Doel: brede technische basis en spelinzicht ontwikkelen.

- Techniek en spel: dribbelen, passen, aannemen, schieten en 1v1 situaties.
- Kleine partijvormen: 3v3 of 4v4 om initiatief, inzicht en samenspel te stimuleren.
- Keeperstraining: geïntegreerd in spelvormen.
- Wedstrijden: ontwikkelingsgericht; focus op durven spelen en posities leren kennen.

Bovenbouw (13–18 jaar):

Doel: tactisch inzicht, fysiek vermogen en teamafspraken verder ontwikkelen.

- Tactiek en teamspel: positiespel, druk zetten, omschakelen en ondersteuning.
- Techniek onder weerstand: balbehandeling, passing en afronding in realistische situaties.
- Fysieke ontwikkeling: snelheid, wendbaarheid, kracht en uithoudingsvermogen.
- Wedstrijdfasegericht trainen: aanval, verdediging en omschakeling geïntegreerd.

3.4: Organisatie en begeleiding

- Technisch coördinator meiden: bewaakt lijn, ondersteunt trainers en bewaakt ontwikkelingsdoelen.
- Trainsters: doelstelling is om zoveel mogelijk te werken met vrouwelijke trainsters. We bieden hen scholing gericht op didactiek en meidenvoetbal, werken samen als team.
- Wedstrijd coaches: worden aangemoedigd om bijv. Coaching Girls Module te volgen en verzorgen terugkoppeling van de wedstrijden aan de trainsters/Technisch Coördinator
- Evaluatie: twee keer per seizoen voortgangsgesprekken met teams en trainers. Doorstroming: talentvolle speelsters kunnen doorschuiven naar oudere leeftijdsgroepen of gemengd team.

Hoofdstuk 4: Praktisch beleid

4.1: Teamsamenstelling

Binnen de meidenafdeling stellen we teams samen volgens een aantal vaste principes. Ons uitgangspunt is altijd dat meiden met plezier voetballen in een veilige, gezellige en passende omgeving.

1. Volgorde van uitgangspunten bij teamindeling

1. Geboortjaar: Teams worden in eerste instantie samengesteld op basis van leeftijd. Dit sluit aan bij de KNVB-leeftijdscategorieën en zorgt voor gelijke ontwikkelfases.
2. Sociale klik & teamdynamiek: Een fijne sfeer is het allerbelangrijkste. Meiden die zich prettig voelen in hun team, ontwikkelen zich beter, blijven langer voetballen en dragen positief bij aan de groep.
3. Spelniveau: Hoewel we niet doorselecteren om 'het beste' team te maken, houden we wel rekening met te grote niveauverschillen. Te grote verschillen kunnen frustratie of onzekerheid veroorzaken. We streven daarom naar teams waarin iedereen goed mee kan komen en plezier beleeft.

We selecteren nooit blindelings op talent. De sfeer in het team gaat altijd boven het formeren van een zo sterk mogelijk team.

2. Maximale teamgrootte

Voor elke leeftijdscategorie hanteren we een maximaal aantal teamleden, gebaseerd op het aantal speelsters dat past bij de betreffende wedstrijdvorm (bijvoorbeeld 6x6, 8x8, 11x11) plus een passend aantal wisselers. Dit voorkomt: te weinig speeltijd, te volle teams, onrust binnen de groep.

Als de team limiet is bereikt kunnen er wel nog nieuwe meiden kunnen instromen als trainingslid. Ze trainen volledig mee met de groep maar ze doen in principe nog niet mee aan wedstrijden totdat er plek ontstaat in het team, of er voldoende nieuwe speelsters zijn om een nieuw team te starten. Zo kan iedereen kennismaken met voetbal, zonder druk op bestaande teams.

3. Verantwoordelijkheid teamindeling

De coördinator meidenvoetbal is – in overleg met de meidencommissie – verantwoordelijk voor de teamindeling. Dit gebeurt altijd volgens de hierboven beschreven uitgangspunten: geboortjaar, sociale klik en passend spelniveau. Ouders en speelsters kunnen hun voorkeuren aangeven; dat helpt ons om een compleet beeld te krijgen. De uiteindelijke beslissingen over de teamindeling worden echter door de coördinator en meidencommissie

genomen. We verwachten dat iedereen deze keuzes respecteert – ze worden altijd gemaakt in het belang van het geheel: het welzijn, plezier en de ontwikkeling van alle meiden.

4.2: Kledingbeleid en uitstraling

Om als team goed voor de dag te komen en veilig te kunnen trainen en spelen, volgen we binnen de meidenafdeling de onderstaande kledingrichtlijnen.

1. Wedstrijddagen – Verplicht wedstrijdtenue

Tijdens wedstrijden dragen alle speelsters:

- asv de Dijk wedstrijdshirt (juiste maat, netjes), ASV De Dijk wedstrijdbroekje
- en asv de Dijk kousen
- Scheenbeschermers (verplicht!) – geen uitzondering
- Voetbalschoenen (kicksen) – goede noppen, schoon en passend
- Haren vast (staart of vlecht) om zicht en veiligheid te bevorderen.
- Optioneel bij koud weer: zwarte ondershirt of zwarte legging (geen kleur).

Iedere speelster is zelf verantwoordelijk voor een compleet en schoon wedstrijdtenue.

2. Trainingen – Sportkleding, géén wedstrijdtenue

Tijdens trainingen dragen speelsters:

- Sportkleding die vies mag worden (geen wedstrijdshirt of -broekje)
- Scheenbeschermers en voetbalschoenen (kicksen) zijn verplicht
- Haren vast!
- In de winter: lange sportbroek en sport jas/hoodie toegestaan (geen spijkerbroeken).
- In de zomer: sport shirt en korte sportbroek volstaan.

Trainsters mogen een speelster zonder scheenbeschermers of voetbalschoenen niet laten meetrainen.

3. Warme kleding & regen

- Bij regen: regenjas mag, maar daarna gaat deze weer uit.
- Bij koud weer: handschoenen, muts en thermoshirt zijn toegestaan (geen sjaals vanwege veiligheid).

Overig:

- Meiden en ouders zorgen zelf voor compleet tenue en trainingskleding. Tekort of schade? → via teamleider of clubshop regelen.

- Teamleider / trainster checkt vóór iedere wedstrijd/training of iedereen volledig en veilig is aangekleed. Bij ongeschikte kleding mag de speelster deelname worde geweigerd.

4.3: Gedragscode

Bij asv de Dijk draait het om plezier, ontwikkeling en respect – voor jezelf, voor elkaar en voor de sport. Onze gedragscode geldt voor ons allemaal: voor speelsters, ouders en begeleiders.

1. We zijn sportief en respectvol

- We behandelen elkaar zoals we zelf behandeld willen worden. Zowel op de club als er omheen.
- We sluiten niemand buiten en pesten niet.
- We blijven van andermans spullen af.

2. We respecteren trainsters, coaches en scheidsrechters

- We komen op tijd voor trainingen en wedstrijden. En melden ons op tijd af als we niet kunnen komen.
- We luisteren als de trainster praat (*stil, aandacht erbij, ogen naar voren*) en doen actief mee aan de oefeningen en houden ons aan de opdrachten.
- We hebben een positieve houding: geen gemopper, geen geklier, geen grote mond.

Belangrijk: Als een speelster herhaaldelijk niet luistert, de training verstoort of weigert mee te doen, kan de trainster haar tijdelijk uit de oefening of training zetten. Daarna sluiten we weer aan zodra het kan. Zo houden we de training leuk en leerzaam voor iedereen.

3. We zijn een team – op én naast het veld

- We moedigen elkaar aan en mopperen niet op teamgenoten.
- Fouten maken hoort erbij: we helpen elkaar beter te worden.
- We spelen samen: iedereen krijgt de bal en iedereen doet mee.

4. We spelen sportief

- We schoppen, slaan, schelden of natrappen niet.
- We accepteren beslissingen van scheidsrechters en grensrechters.
- We begroeten onze tegenstander voor én na de wedstrijd.

5. We zijn goede vertegenwoordigers van ASV De Dijk

- We gedragen ons netjes in kleedkamers, clubhuis en op andere sportparken.
- We ruimen onze rommel op en respecteren materialen en vrijwilligers.

4.4: Pestprotocol

Uitgangspunt

Bij asv de Dijk vinden we dat iedere speelster zich veilig, welkom en gezien moet voelen – of ze nu de beste van het veld is of nog leert overspelen. Pesten hoort niet thuis in ons voetbal.

Maar we weten ook dat het in groepen van jonge meiden soms toch voorkomt: groepsvorming, uitsluiting, of stekende opmerkingen. Dat is menselijk, maar we nemen het serieus. Als we het samen vroeg herkennen en aanpakken houden we de teamspirit in stand en zorgen dat het plezierig blijft voor alle meiden.

Wat is pesten – en wat niet?

Pesten is: herhaald gedrag dat iemand kwetst of buitensluit – bijvoorbeeld tussen meiden die beter zijn en meiden die nog wat meer leren. Bijvoorbeeld:

- Niet overspelen naar één of meerdere meiden.
- Zuchten, uitlachen of nare opmerkingen maken bij fouten.
- Iemand buitensluiten in de kleedkamer of teamapp.
- Roddelen of anderen aansporen om niet met iemand te praten.

Wat géén pesten is:

- Een keertje ruzie of botsing tijdens een wedstrijd.
- Een kritische opmerking over een spelsituatie
- Een grap of misverstand dat snel wordt uitgepraat.

De vuistregel: Zodra gedrag structureel, kwetsend of ongelijkwaardig is – en iemand zich er niet prettig bij voelt – noemen we het pesten.

Herkenning: zo helpen we trainsters en coaches pesten te signaleren.

Onze (veelal jonge) trainsters zijn belangrijke schakels om teamdynamieken en pesten te herkennen. Maar ze zijn doorgaans ook nog jong. Daarom spannen we ons als meidencommissie in om hen te helpen bewust te zijn van teamdynamiek en veiligheid. En daarmee in staat te stellen om pestgedrag te herkennen. Dat doen we door:

- Een vaste coördinator meidenvoetbal als aanspreekpunt te hebben bij zorgen of signalen. En duidelijk te maken wat wel hun rol is (en wat ze kunnen overlaten coördinator meidenvoetbal).
- Aandacht te besteden aan sociale veiligheid tijdens trainersbijeenkomsten: wie hoort erbij, wie blijft achter, wie lijkt stiller of juist bozer te worden?
- Regelmatig actief te vragen hoe het gaat in de teams, ook op sociaal vlak.

- Concrete situaties waarin er mogelijk sprake is van pesten te bespreken met alle trainsters zodat ze van elkaar leren.

Stappenplan: wat we doen als er sprake is van pesten.

Onze aanpak is gebaseerd op de 'no blame approach': we zoeken niet naar schuldigen, maar naar herstel en begrip. Het doel is dat iedereen zich weer veilig voelt in het team en dat het gedrag stopt.

Stap 1: Signaleren en melden

Een trainer, ouder, de teamcoach of speelster merkt op dat iets niet goed voelt. Meldt het bij de coördinator meidenvoetbal. We nemen elk signaal serieus.

Stap 2: Bespreken met de coördinator meidenvoetbal

De trainer overlegt met de coördinator meidenvoetbal (en evt de meidencommissie). Samen bepalen ze of het om pesten gaat, of om een ander groepsprobleem.

Stap 3: Gesprek met betrokken speelsters

De trainster + de coördinator meidenvoetbal praten samen met de betrokken meiden. Rustig, zonder schuld of straf. We willen begrijpen wat er speelt en herstellen wat niet goed gaat. De norm is: bij asv de Dijk voetballen we mét elkaar, niet tegen elkaar.

Stap 4: Ouders betrekken (en evt coach informeren)

Als er meer aan de hand is, praten we ook met de ouders – eerst individueel, daarna eventueel gezamenlijk. We kijken samen wat iedereen kan doen om het gedrag te stoppen en het vertrouwen te herstellen. In geval de trainster niet de teamcoach is op zaterdag zorgen we dat ook de teamcoach op de hoogte is van de situatie en de aanpak.

Stap 5: Teamgesprek

Als het nodig is, organiseren we met trainsters een teammoment om samen afspraken te maken over gedrag, samenwerking en sportiviteit.

Stap 6: Opvolging

Na een paar weken kijken we hoe het gaat. We praten nog even met de betrokken meiden en ouders om te checken of de sfeer goed blijft.

Wat kun je doen als ouder?

Als ouder speel je een belangrijke rol bij het signaleren en oplossen van pestgedrag. Je kent je dochter het beste en merkt vaak als eerste dat ze minder plezier heeft of iets haar dwarszit.

Praat er rustig over thuis.

Vraag wat er gebeurt zonder te oordelen of direct te willen ingrijpen. Luister vooral, laat haar merken dat je haar gelooft en dat ze er niet alleen voor staat.

Meld het bij de juiste persoon.

Meld je zorg bij de coördinator meidenvoetbal. Zij bespreekt de situatie met de betrokken trainster. Vaak kunnen zij samen het gedrag goed plaatsen en er direct op inspelen. Als het lastig is om dat rechtstreeks te bespreken, of het probleem lijkt groter, neem dan contact op met de meidencommissie. Zij zijn er speciaal om dit soort situaties te begeleiden.

Blijf in contact.

Nadat je het gemeld hebt, blijf je betrokken. Vraag na een paar weken hoe het gaat en geef signalen door als het niet verbetert.

Draag bij aan een positieve sfeer.

- Spreek waardering uit voor goed gedrag in het team.
- Help je dochter om ook zelf verbinding te zoeken met anderen.
- Vermijd negatieve gesprekken over andere meiden of ouders – dat helpt niemand verder.

We willen dat elke ouder zich vrij voelt om iets te melden. Bij asv De Dijk zien we dat niet als klagen, maar meewerken aan een veilig sportklimaat.

Rollen en verantwoordelijkheden

Rol	Taak
Trainer / coach	Signaleert gedrag, voert eerste gesprekken, houdt sfeer in de gaten.
Coördinator meidenvoetbal	Eerste meldpunt voor ouders. Begeleidt de trainster, bespreekt signalen en volgt het proces op.
Meiden Commissie	Zorgt dat het pestprotocol bekend is en dat er begeleiding is voor trainers. Begeleiding van meer complexe / aanhoudende situaties
Ouders	Melden zorgen als ze er zijn. Maken gedrag bespreekbaar thuis, steunen hun dochter én de aanpak van de club.

Speelsters	Houden zich aan de teamafspraken: we sluiten niemand buiten en helpen elkaar beter worden.
------------	--

4.5: Sanctiebeleid

We werken met vier niveaus van overtredingen. Hoe hoger de categorie, hoe ernstiger de overtreding. In alle categorieën geldt: herstel, veiligheid en respect staan centraal. We hanteren verschillende maatregelen voor:

- Onderbouw (Mo8 t/m Mo13) – meer leer- en herstelgericht.
- Bovenbouw (Mo13 t/m Mo17) – meer verantwoordelijkheid, strakkere consequenties.

Categorie 1 – Lichte overtredingen

Voorbeeld	Actie	Sanctie
<ul style="list-style-type: none"> - Te laat komen / niet (tijdig) afmelden - Niet meedoen of bewust trainen verstoren - Slecht omgaan met materiaal - Onvriendelijke opmerkingen / mopperen op teamgenoten - Niet nakomen van teamtaken (zonder te ruilen of melden) 	<ul style="list-style-type: none"> - Direct aanspreken op het gedrag door trainster - Uitleg + kans om te herstellen 	<p>Onderbouw:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Max 3x aanspreken → daarna korte time-out of oefening overslaan - Bij herhaling: bericht naar ouders <p>Bovenbouw:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Max 2x aanspreken → officiële waarschuwing - Bij herhaling: 1 training niet meedoen

Categorie 2 – Matig ernstig gedrag

Voorbeeld	Actie	Sanctie
<ul style="list-style-type: none"> - Lichte fysieke overtredingen (duwen, trekken uit frustratie) - Lichte verbale agressie (schelden, beledigende opmerkingen) - Buitensluiten, negeren of opzettelijk niet overspelen 	<ul style="list-style-type: none"> - Gesprek + melding aan coordinator - Kort verslag door trainster (max 5 regels) 	<p>Onderbouw:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 training missen of deel van training niet meedoen - Oudergesprek verplicht - Herstelafpraak met kind

<ul style="list-style-type: none"> - Herhaald gedrag uit categorie 1 - Het veld betreden zonder toestemming (wedstrijd) 		<p>Bovenbouw:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1–2 trainingen of 1 wedstrijd niet meedoen - Schriftelijke waarschuwing naar ouders - Herstelopdracht (excuses, teamafpraak, samen oplossing formuleren)
---	--	--

Categorie 3 – Ernstig gedrag

Voorbeeld	Actie	Sanctie
<ul style="list-style-type: none"> - Hard schoppen / slaan / natrappen - Ernstige verbale agressie (schelden met intentie om te kwetsen) - Weigeren veld te verlaten - Discriminatie - Herhaald gedrag uit categorie 2 	<ul style="list-style-type: none"> - Kind onmiddellijk uit situatie halen - Verslag door trainster + melding bij meidencommissie - Meidencommissie schakelt ouders in - Bespreking met technisch coördinator / meidencommissie 	<p>Onderbouw:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tijdelijke schorsing: 1 week niet trainen of 1 wedstrijd niet spelen - Herstelgesprek verplicht voor terugkeer <p>Bovenbouw:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schorsing 2–3 wedstrijden of 2–3 weken <p>Herstelgesprek + maatwerkplan</p> <p>Eventueel begeleiding door HJO of coördinator</p>

Categorie 4 – Zeer ernstig / excessen

Voorbeeld	Actie	Sanctie
<ul style="list-style-type: none"> - Diefstal - Bewust fysiek geweld met intentie - Ernstige vernieling of vandalisme - Ernstig discriminerend gedrag - Drugs/alcoholgebruik 	<ul style="list-style-type: none"> - Directe verwijdering van training/wedstrijd - Verslag door trainster + melding bij meidencommissie én bestuur - Oudergesprek door 	<p>Onderbouw:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schorsing tot 2 weken - Maatwerkherstelplan - Laatste waarschuwing <p>Bovenbouw:</p>

- Herhaald ernstig gedrag	meidencommissie en technisch coördinator	- Schorsing 4–6 weken - Bij zeer ernstige gevallen: terreinontzegging of (bij bestuur) voorstel tot roeyement.
---------------------------	--	---

Meld structuur:

- Categorie 1 → geen melding nodig
- Categorie 2 → melden bij technisch coördinator
- Categorie 3 → melden bij technisch coördinator + meidencommissie
- Categorie 4 → meidencommissie + technisch coördinator + bestuur

Ouders worden betrokken wanneer:

- Gedrag vaker voorkomt,
- Er sprake is van categorie 2, 3 of 4,
- Herstel afspraken nodig zijn.

4.6: Teambegeleiders / ouders

- Teams in de onderbouw worden meestal begeleid door een teambegeleider die het team op zaterdag coacht, maar zelf geen trainingen verzorgt.
Vanaf de bovenbouw streven wij ernaar te werken met een trainer die zowel de trainingen als de wedstrijdcoaching verzorgt, bij voorkeur ondersteund door een toegewijde teambegeleider.
- Zowel coaches als teambegeleiders worden geacht de gedragsnormen en het bredere inhoudelijke beleid van de meidenafdeling uit te dragen, zowel richting hun eigen teams als naar betrokken ouders en bezoekende clubs.
- Indien teambegeleiders het in hun wijze van begeleiden, de teamsamenstelling of andere beslissingen niet eens zijn met het vastgestelde beleid van de meidenafdeling of de club, behoudt de meidencommissie zich het recht voor de samenwerking te beëindigen.
- Wanneer ouders het niet eens zijn met het door de meidencommissie gevoerde beleid of genomen beslissingen, is de meidencommissie altijd bereid deze keuzes toe te lichten. Van ouders wordt daarbij verwacht dat zij zich bij deze besluiten neerleggen. Indien dit niet gebeurt, kan de meidencommissie besluiten de betreffende ouders en/of speelsters te schorsen of – in het uiterste geval – hen te verzoeken de club te verlaten.

Hoofdstuk 5: Jaaragenda

We werken als meidenafdeling met een vaste jaaragenda met jaarlijks terugkerende activiteiten die gericht zijn op:

1. Het werven van nieuwe leden
2. Stimulering van meidenvoetbal
3. Verdere verankering van de meidenafdeling in de club
4. Oudercommunicatie

5.1: Werving: vriendinnen trainingen / Meidenvoetbaldag

- Vriendinnen training (eerste weken van het seizoen):
- Meidenvoetbaldag (april / mei)
- School-clinics (3 x per seizoen)

5.2: Stimulering Meidenvoetbal in de regio: Meiden van t IJ

Sinds 2024 organiseren we Meiden van het IJ: een jaarlijks terugkerend 'Meiden-only' voetbaltoernooi voor clubs uit Amsterdam en omstreken. Op deze dag ontvangen we als club ruim 30 onder- en bovenbouw teams, versterken we ons connecties met andere clubs die meidenvoetbal een warm hart toedragen en onderstrepen we onze rol als 'Meidenhub'.

5.3: Binding met de club: Oliebollentoernooi, ouder-dochter-toernooi

- Oliebollentoernooi (januari)
- Ouder/dochter toernooi (nog the plannen)

5.4: Oudercommunicatie

- Ouder-informatieavond (eind augustus bij de start van het seizoen).