

Aandacht voor jouw trainers en coaches

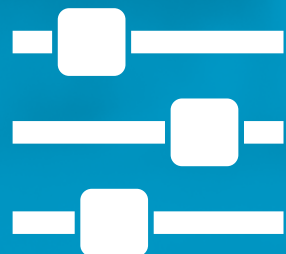
In 3 stappen naar betere en tevreden trainers op jouw club



online training



opleiden



begeleiden



Het moet de normaalste zaak van de wereld zijn: het opleiden en begeleiden van beginnende trainers, coaches en jeugdleiders op jouw club.

Je hebt er als club zoveel baat bij: betere trainers, meer sportplezier, een ontwikkelgericht klimaat, tevreden ouders en een betere sfeer op de club.

//Aandacht voor je trainers, de normaalste zaak van de wereld.



// **stap 1**

Online training

Er is een kersverse online training voor beginnende trainers, coaches en jeugdleiders beschikbaar: 'Een beetje opvoeder'.



Een laagdrempelige manier om de basisprincipes van trainen en coachen te leren

Tien sportbonden hebben de online training 'Een beetje opvoeder ontwikkeld.' Als sportclub kun je bij de Academie voor Sportkader van NOC*NSF inlogcodes aanschaffen voor al je trainers, coaches en jeugdleiders. Deze codes zijn het hele seizoen geldig.

8 modules

1. De basis: Wat is je rol en hoe vul je die in?
2. Hoe zorg je voor structuur en duidelijkheid?
3. Hoe stimuleer en motiveer je jouw sporters?
4. Hoe geef je iedere sporter voldoende aandacht?
5. Hoe geef je sporters verantwoordelijkheid?
6. Hoe ga je om met emoties en lastig gedrag?
7. Hoe ga je om met ouders?
8. Wat zijn de signalen van grensoverschrijdend gedrag?

Wat levert het op?

De trainers staan beter voorbereid en met meer zelfvertrouwen voor de groep. Twee uurtjes op laptop, tablet of smartphone en de basiskennis is binnen. Het is dus ontzettend laagdrempelig!

2uur
op de tablet

// **Aandacht voor je trainers, de normaalste zaak van de wereld.**

Opleiden op de club

Organiseer één of twee bijeenkomsten voor alle trainers en coaches waarin de basisvaardigheden worden verdiept en geoefend. Goed voor iedere trainer!



Iedere sporter verdient een trainer of coach die een positief sportklimaat creëert.

Een trainer heeft een belangrijke voorbeeldrol en is vaak het visitekaartje van de club. Een enthousiaste en bekwame trainer heeft een positief effect op de sporters en op de sfeer op de club. Eén of twee bijeenkomsten waarin ze worden bijgeschoold zorgt direct voor veel effect.

- » Er zijn meerdere van deze workshops: informeer bij de sportbond, de gemeente of de Academie van Sportkader van NOC*NSF.
- » De workshop '4 inzichten over trainerschap' sluit goed aan op 'Een beetje opvoeder'.
- » Nog mooier: zorg ervoor dat iemand van de club zélf bekwaam is deze workshops te verzorgen (bijvoorbeeld de trainersbegeleider – zie de volgende stap).

Wat levert het op?

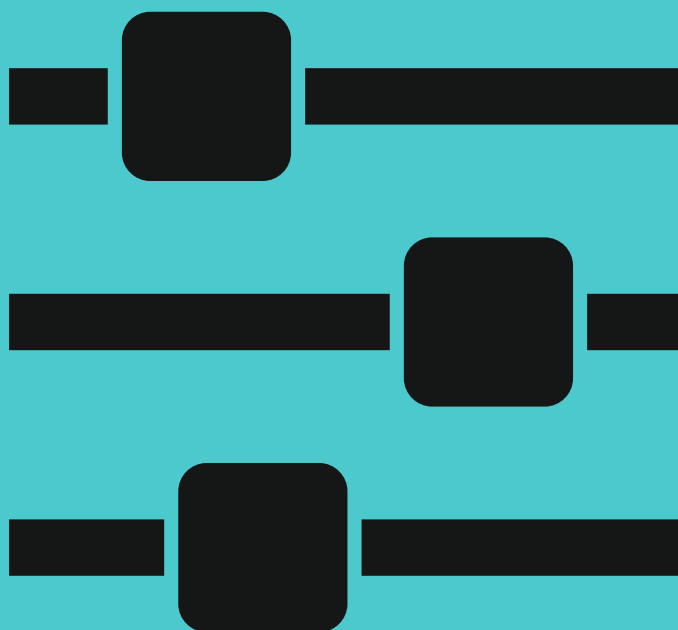
- » Bekwamere trainers en coaches die met meer voldoening hun rol vervullen.
- » Goede afstemming en verbinding tussen de trainers op jouw vereniging.
- » Minder verloop onder de trainers en coaches.

2

workshops op
de club

Begeleiden op de club

Begin met een heldere visie over trainersbegeleiding en geef het een plek in het technisch beleid van de club. Door de begeleiding kunnen trainers en coaches zich beter ontwikkelen, waardoor ze meer plezier ervaren. Dit straalt ook af op hun sporters!



**Aandacht
geven en
serieus
begeleiden
leidt tot een
positieve
clubcultuur**

Veel jonge sporters haken af omdat ze geen plezier meer ervaren en te weinig leren. Ze zijn ontevreden over de trainingen, de trainers en de sfeer op de club. Trainersbegeleiding is de meest effectieve manier om dit structureel te veranderen. Maak werk van trainersbegeleiding!

- » Door het aanstellen van twee of drie trainersbegeleiders die trainingen en wedstrijden bezoeken, goed observeren en feedback geven, leg je de basis voor een positief beleid.
- » Diverse bonden en de Academie voor Sportkader van NOC*NSF bieden trajecten aan waarin mensen van de club worden opgeleid tot trainersbegeleider.
- » Diverse gemeenten zetten buurtsportcoaches in als trainersbegeleider.

Wat levert het op?

- » Trainers en sporters blijven zich ontwikkelen en ervaren meer plezier.
- » Trainers en sporters blijven langer bij de club.
- » Een positief imago van de club.

Trainersbegeleiding... hoe begin je?

Is dit de koers die de club wil varen? Zoek de juiste trainersbegeleiders. Zorg voor een zorgvuldige introductie. Of... ga eerst in gesprek met iemand van de sportbond, de gemeente of een opleider van de Academie voor Sportkader.

Zes stappen

1. Zorg voor een heldere visie binnen jouw club.
2. Zorg voor draagvlak en besluit binnen het bestuur en de technische commissie.
3. Zoek de geschikte trainersbegeleider.
4. Introduceer de trainersbegeleider, zodat iedereen weet wat zijn/haar taken zijn.
5. Positioneer en support de trainersbegeleider.
6. Evalueer regelmatig en stel eventueel bij.

Wie kan trainersbegeleider worden? Een goede trainersbegeleider...

- » heeft een open en coachende houding;
- » is positief, inspireert en bouwt voort op wat goed gaat;
- » zorgt voor meer plezier en zelfvertrouwen bij de trainers die hij of zij begeleidt;
- » kijkt en luistert goed en laat zich daarbij niet leiden door eigen emoties;
- » legt de focus op de pedagogisch-didactische aspecten van de trainersrol;
- » kan observeren en op basis daarvan opbouwende en leerzame feedback geven;
- » geeft tips en suggesties die direct in de praktijk kunnen worden toegepast.

Waar vind je een goede trainersbegeleider?

Op de club; ze lopen er vast rond; mensen die het in zich hebben een goede trainersbegeleider te worden en daarmee hun kwaliteiten voor de club kunnen inzetten. Dat hoeven geen mensen te zijn die sporttechnisch doorkneed zijn, misschien zelfs wel niet. Het zijn vooral mensen die een mensgerichte, coachende basishouding hebben, constructief feedback kunnen geven en weten dat sportpelzieren een voorwaarde is voor ontwikkeling. Vaak zijn het mensen die beroepshalve al een coach- of pedagogische rol vervullen.

Nogmaals: een opleiding tot traineerbegeleider is leuk, leerzaam en helpt enorm om een goede start te maken met trainersbegeleiding op de club.

Maar wat ook kan... In steeds meer gemeenten worden buurtsportcoaches van het gemeentelijk sportservicebureau geschoold om bij verenigingen de rol van trainersbegeleider (of clubkadercoach) te vervullen. Dus naast de eerste variant (mensen van de club) is dit ook soms ook een mogelijkheid. Informeer bij je gemeente of dat voor jullie vereniging een optie is.



vrijwilliger van de club



professional van de club



buurtsportcoach van de gemeente

Wat en waar?

Meer lezen over Opleiden en Begeleiden op de Club?

Ga naar: www.trainersbegeleiding.nl.

Naast filmpjes en achtergrondinformatie vind je ons online magazine *Opleiden en Begeleiden op de Club*.

Aan de slag?

Ga naar www.sportopleidigen.nl. Daar vind je informatie over de verschillende opleidingen en scholingen van NOC*NSF. Onder andere informatie over de online training 'Een beetje opvoeder', de opleiding en het verenigingstraject Coach-de-Coach, de workshops 4 inzichten over trainerschap en nog veel meer.

Je kunt ook een mailtje sturen naar opleidingen@nocnsf.nl of een zogenaamd 'huiskamergesprek' aanvragen om van gedachten te wisselen over de beste manier om een start te maken met opleiden en begeleiden op de club.



Uiteraard kun je ook informatie opvragen bij jouw sportbond.