



## Trainer

Als **Trainer** ben je verantwoordelijk voor het reilen en zeilen binnen het team. Natuurlijk is het beter leren voetballen van de spelers in je team de belangrijkste taak, maar dit is zeker niet de enige taak. Je zorgt voor een goede sfeer, zodat het een hecht team kan worden, waar plezier in het spel voorop staat. Op deze manier zorg je ervoor dat iedere speler op zijn eigen top kan komen. Uiteraard hoef je dit niet helemaal alleen te doen. Er zijn altijd ervaren trainers of één van de jeugdspelers, die een handje willen helpen.

### Wat vragen wij?

- Je tijd. Ongeveer 5 a 6 uur per week
- Je vindt het leuk om een team te leren voetballen, maar je leert ze ook om ECHT een team te worden.
- Je enthousiasme

### Wat krijg je hiervoor terug?

- Elke maand een nieuwe volledig uitgewerkte (carrousel) training
- Ballen, pionnen en hesjes
- Een coachjas (in bruikleen), want Heerjansdam-groen staat iedereen
- 9 a 10 leergierige en enthousiaste spelers
- Train-de-trainer sessies
- Je mag meedoen met de leiderswedstrijd; de jaarlijkse strijd tussen alle trainers/leiders.

### Hoe ziet een gemiddelde week van een trainer eruit?

Tussen alle dagelijkse verplichtingen door, oefen je stiekem nog even de oefeningen in de woonkamer, want de nieuwe maandtraining is afgelopen weekend weer binnengekomen in de Trainers-Whatsapp-groep.

Rond 17:45 uur rijd je de Molenwei op en ga je naar de ballencontainer voor je spullen. Je checkt nog even snel of de ballen hard genoeg zijn en loopt dan richting het veld.

Je zet de oefening uit want jouw team begint vandaag op "*Station 2: CvD Techniek*"

Een paar minuten later komen de eerste spelers al op het veld en gaat de training van start. Na een kwartiertje draai je met je team door naar het volgende station. Aan het eind van de training, berg je de spullen weer netjes op en geniet je van de rest van je avond.

Op zaterdag word je met een gezonde wedstrijdspanning veel te vroeg wakker. Zouden ze laten zien wat ze afgelopen week hebben geleerd? In de kleedkamer geef je de opstelling en nog wat laatste aanwijzingen. Het fluitsignaal klinkt en de bal rolt. Ondanks dat er wat zaken zijn die beter kunnen, blijf je positief coachen en zorg je dat iedereen evenveel speeltijd krijgt. Voor je het weet klinkt het laatste fluitsignaal. Je vraagt aan wat ouders of ze willen helpen met het opruimen van de doelen, want als trainer mag je af en toe lekker wat delegeren. Met een voldaan gevoel rij je richting huis en denk je: "Was het maar weer zaterdag..."



## De taken van de trainer zijn onder meer:

- Bijhouden van de website (Je krijgt samen met de teamleider een **login van de website**):
  - Wedstrijdverslagen invullen
  - Opstellingen publiceren
  - Trainingen afgelasten
  - Trainingsopkomst vastleggen
  - Verzamel en vertrektijd invoeren
  - Speler foto's plaatsen
  - Spelers beoordelingen invoeren
- Beheren van materialen:
  - Je krijgt samen met de teamleider een **sleutel van het ballenhok** zodat de materialen opgeslagen kunnen worden op de vereniging
  - Je beheert de materialen, en zorgt ook voor het opruimen hiervan en het inleveren aan het eind van het seizoen
- Twee keer per week een training geven:
  - Er wordt getraind in de carrousel vorm
  - De trainingen worden opgesteld door de talentontwikkelaar en de coördinatoren
  - Je bereidt de training voor (oefenstof, materiaal)
  - Je informeert tijdig de spelers indien er niet getraind mag/kan worden
  - Je zorgt voor vervanging mocht je een keer niet kunnen
  - Je bespreek regelmatig met de spelers hoe je training vond gaan, vraag ook hoe zij het vonden gaan.
  - Je houdt bij welke speler aanwezig of afwezig is. Ook houdt je bij wie er te laat komt.
- Gesprekken houden met de spelers, ouders en de coördinatoren:
  - Deelnemen en vertegenwoordigen van team bij het leeftijdsgroep overleg
  - Je houdt voortgangs- en beoordelingsgesprekken met de spelers van je eigen team.
  - Je bent aanwezig bij de evaluatiegesprekken samen met de coördinatoren.
  - Je voert regelmatig overleg met de teamleider
- Coachen op de wedstrijddagen:
  - Je maakt de opstelling bekend en vertel wat je van de spelers verwacht.
  - Je zorgt voor een goede warming up.
  - Je zorgt dat elke speler even veel speeltijd krijgt tijdens de wedstrijd door eerlijk door te wisselen.
  - Je geeft je team positieve feedback tijdens (in de rust) en na de wedstrijd.
  - Je zorgt er voor dat spelers zich na afloop van de wedstrijd douchen.
  - Je zorgt er samen met de teamleider voor dat het omkleden voor en na de wedstrijd goed verloopt (geldt vooral voor pupillen)
  - Je zorgt ervoor dat de kleedkamer schoon wordt achter gelaten. Ook dit mag je weer lekker delegeren.
  - Je bespreek de wedstrijd na met je spelers. Laat ze vooral zelf aangeven wat ze goed vonden gaan en wat er beter kan.