

Richtlijnen voor de trainer bij de trainingen



- Als er sneeuw op het kunstgras ligt, mag er niet getraind worden op het kunstgras. Afgelastingen worden op de site bekend gemaakt. Weersomstandigheden kunnen oorzaak zijn van afgelasting, kijk daarom bij twijfel op de site. In geval van onweer nooit twijfelen! Vind je het zelf gevaarlijk dan ga je altijd van het veld af. Hoor je de donder binnen 12 seconden na de lichtflits, dan **moet** je altijd van het veld af.
- Als een training eerder stopt dan gepland, licht dan altijd de ouders direct in. Kan of mag een speler de training niet tot het einde volgen, laat de speler dan niet weggaan zonder eerst contact te hebben gehad met de ouders. Spelers mogen niet zonder jouw toestemming het trainingsveld verlaten;
- Je ziet er uit als een trainer, dwz in sportkleding en op sport/voetbalschoenen;
- Tijdens de training maak je geen gebruik van de mobiele telefoon. Voor de tijd gebruik je jouw horloge of stopwatch;
- Je bent ca. 15 minuten voor aanvang aanwezig. Dan kun je jouw spelers opvangen, de ballen oppompen, de andere materialen klaar zetten, overleggen met je medetrainers enz.;
- Je pakt zelf de materialen en laat dat niet over aan de spelers;
- Je zorgt er voor dat de ballen op de juiste wijze zijn opgepompt;
- Je hebt de oefeningen goed voorbereid en die heb je in je hoofd en anders op papier bij je;
- Probeer de oefeningen zo in te vullen dat je de oefeningen van makkelijk naar steeds iets moeilijker op kunt zetten. Daarmee behoud je de aandacht van de spelers;
- Houd rekening met het niveau van de spelers en maak ze niet te moeilijk;

- **Treed op tegen laatkomers. Laat de ouders van te voren al weten dat je te laat komen niet op prijs stelt. Laat de laatkomers een strafroldje lopen;**
- **Treed ook op tegen de spelers die hun uitrusting niet in orde hebben. Dwz sportkleding, indien een hesje is uitgereikt dan moeten ze dat bij zich hebben, scheenbeschermers enz.;**
- **Bij het bepalen van de oefeningen houd je rekening met de oefenstof die je voorgeschreven krijgt door de TC;**
- **Probeer veel variatie in de oefeningen te brengen, waardoor de spelers geboeid blijven en uitgedaagd worden. Als het altijd het zelfde spelletje is wat ze moeten doen raken ze verveeld en leren ze niets meer bij;**
- **Zorg er voor dat ouders/toeschouwers en hun kinderen achter het hek blijven. Binnen het hek zorgen zij voor afleiding, zeker als er ook kleine kinderen met ballen aan het spelen zijn;**
- **Leg de oefeningen goed uit, doe ze goed voor en daarna de spelers pas laten oefenen. “Praatje – plaatje – Daadje”;**
- **Als de oefeningen vervolgens niet goed uitgevoerd worden, dan leg je het stil en opnieuw eerst weer uitleggen en voordoen. Dus “Corrigeren”, zodat het uiteindelijk goed wordt uitgevoerd;**
- **Gaat er iets goed, dan altijd enthousiast aanmoedigen. Iedereen ervaart positieve opmerkingen als fijn. Zeker kleine kinderen;**
- **Je blijft in taalgebruik en gedrag altijd netjes. Kinderen worden niet uitgescholden. Je hebt een voorbeeldfunctie;**
- **Je zorgt er voor dat je niet in penibele situaties terecht komt. Dwz niet alleen met een kind naar de kleedkamer/verzorgingsruimte/toiletruimte, of bij het douchen aanwezig. Zorg altijd dat er ook andere begeleiders of ouders aanwezig zijn;**
- **De eindtijd van de training is de tijd dat je jouw trainingsveld leeg hebt opgeleverd voor de volgende groep. De volgende groep moet op de aangegeven tijd kunnen beginnen en niet op jouw groep hoeven te wachten;**
- **Je ruimt de materialen netjes op. De ballen in de container of de rekken die voor jouw team aangewezen zijn;**
- **Gebruikte verplaatsbare doelen zet je na jouw training achter veld 2/3 op het tegelpad (niet op het pad tussen de velden 2 en 3);**
- **Je laat de spelers helpen maar je ruimt zelf op en blijft zelf verantwoordelijk voor jouw materialen. Tel altijd de ballen voor en na**

de training. Ga zelf mee naar de kubus om op te ruimen. Zet zelf de container in de kubus/ doe de ballen in de rekken / zet de materialen boven op het rek;

- Je hebt er voor gezorgd dat de materialen anders dan de ballen voor iedereen te gebruiken zijn en niet in jouw container terecht zijn gekomen;**
- Ben je de laatste trainer op het aan jou toegewezen trainingsveld, dan doe je ook het licht uit;**
- Ben je de laatste die de spullen in de kubus gaat zetten, dan doe je ook de kubus op slot;**
- Na het opruimen kijk je of jouw spelers allen richting huis zijn gegaan. Als je een kleedkamer hebt gebruikt en zelf hebt open gedaan, dan doe je die kleedkamer ook weer zelf op slot;**
- Als je thuis komt stuur je een berichtje naar de andere leiders/trainers van het team en geef je door wie er wel/niet aanwezig waren.**