

Achtergrondinformatie

WERKWIJZE De cursus Positief Coachen heeft een interactief karakter. Er wordt veel gebruik gemaakt van bij de thema's passende filmbeelden, maar er wordt ook veel ruimte geboden voor de eigen inbreng vanuit de dagelijks voetbalpraktijk van de deelnemers aan deze cursus. De praktijk leert dat deelnemers juist van elkaar veel kunnen leren. Aan het begin van de 1^e bijeenkomst wordt geïventariseerd welke onderwerpen er bij jullie leven. Tussen de cursusavonden krijgen de deelnemers kleine praktijkgerichte opdrachten mee. Het is ook mogelijk om feedback te krijgen op je coaching tijdens een wedstrijd.

INHOUD Binnen de cursus Positief Coachen besteden we vooral aandacht aan de sociaal pedagogische aspecten van het coachen en begeleiden van een voetbalteam. Iets wat in onze huidige maatschappij niet eenvoudig is.

Uitgangspunten voor deze cursus zijn de **4Inzichten in het trainerschap**, te weten:

1. Structuur bieden

Als trainer, coach, begeleider is het belangrijk om structuur te bieden. Hoe duidelijker de structuur en de afspraken, hoe beter voetballers, maar ook hun ouders/verzorgers, weten waar de grenzen liggen. Dankzij de uitgezette kaders weet iedereen waar hij/zij aan toe is en ontstaat er juist ruimte voor bewegingsvrijheid! Het gaat in dit proces om het met elkaar uitspreken, afspreken en indien nodig aanspreken.

2. Stimuleren

Plezier, leren en veiligheid zijn hier de drie sleutelbegrippen. Een speler die met plezier sport, durft nieuwe dingen uit te proberen. Als een voetballer iets nieuws onder de knie heeft, beleeft hij of zij daaraan plezier, groeit het zelfvertrouwen en neemt de veiligheid toe. Een mooie leercirkel. Stimuleren is het positief aanmoedigen van je spelers en het geven van eerlijk, concrete complimenten. Je richt je niet louter en alleen op het eindresultaat, maar je spreekt ook waardering uit over de persoonlijke vooruitgang van team/speler en hun getoonde inzet.

3. Spelers in een team individuele aandacht geven

Iedere voetballer, klein of groot, wil gezien worden, zich gewaardeerd voelen en heeft de behoefte bij het team te horen. Door als trainer/coach/begeleider iedere speler op waarde te schatten, creëer je een situatie dat iedereen zich op zijn/haar gemak kan voelen binnen een team. Geen voetballer is hetzelfde en leert op dezelfde manier. De ene speler wil graag sturende aanwijzingen, terwijl de andere juist floreert bij vrijheid. Een team is meer dan een optelsom van een aantal spelers.

4. Spelers verantwoordelijkheid geven:'

Het is voor een trainer/coach/leider heel verleidelijk (en vaak ook makkelijk) om tijdens trainingen en wedstrijden precies te vertellen hoe spelers moeten handelen. Het inzicht van spelers verbetert vaak als ze zelf inzien wat ze beter kunnen doen en leren nadenken hoe ze zich kunnen ontwikkelen. De moderne voetbalcoach/trainer/leider betreft ze van jongst af aan bij hun individuele- en teamontwikkeling.

Per leeftijdsgroep worden deze onderwerpen uitgediept.