Handleiding pedagogisch handelen en de STAR-methode

Visie V.V. De Meern

Bij vv De Meern staat de ontwikkeling van het kind centraal. Voetbal is meer dan een sport; het biedt kinderen de kans om zich te ontwikkelen als voetballer én als mens. Daarom creëren trainers een veilige, positieve en uitdagende omgeving waarin plezier, veiligheid, ontwikkeling en verantwoordelijkheid centraal staan.

Van trainers wordt verwacht dat zij het goede voorbeeld geven, aansluiten bij de leeftijd en ontwikkeling van spelers, zelfvertrouwen en samenwerking stimuleren en gedrag op een zorgzame manier begeleiden. Daarbij geldt steeds het uitgangspunt: **we corrigeren gedrag, niet het kind.**

De rol van een trainer:

- Creëert een veilige en positieve omgeving.
- Geeft het goede voorbeeld.
- Behandelt iedere speler zorgzaam.
- Sluit aan bij de leeftijd en ontwikkeling van de speler.
- Stimuleert zelfvertrouwen, samenwerking en verantwoordelijkheid.
- Corrigeert gedrag op een zorgzame en passende manier.

Een trainer is meer dan een voetbalcoach!

Praktische Richtlijnen voor Trainers:

Voor de training of wedstrijd

- Zorg voor voorbereiding en structuur
- Begroet spelers persoonlijk
- Straal rust en duidelijkheid uit
- Zorg voor passende oefenvormen

Tijdens de activiteit

- Coach positief en stimulerend
- Corrigeer respectvol en consequent
- Bewaak teamnormen
- Betrek spelers bij oplossingen

Na afloop

- Sluit positief af
- Reflecteer kort op eigen handelen
- Communiceer indien nodig met ouders

Waarom de STAR-methode?

De STAR-methode kan trainers helpen om bewust, doordacht en verantwoord te handelen in situaties op en rond het voetbalveld. Door te kijken naar de situatie, de eigen verantwoordelijkheid, de gekozen actie en het resultaat, creëren we een veilige, positieve en leerzame omgeving voor iedere speler.

De STAR-methode staat voor:

S – Situatie
Het objectief waarnemen van wat er gebeurt op of rond het veld.
T – Taak
Het bepalen van de verantwoordelijkheid van de trainer of begeleider in die situatie.
A – Actie
Het bewust kiezen van een passende pedagogische reactie.
R – Resultaat en Reflectie
Het evalueren van het effect van het handelen en leren voor toekomstige situaties.

Bij vragen en of opmerkingen neem contact op met het zorgadviesteam. email: zorgadviesteam@vvdemeern.nl

Handleiding pedagogisch handelen en de STAR-methode

Iedere situatie is een leermoment. De STAR-methode helpt trainers om bewust te kijken, passend te handelen en te leren van hun ervaringen.

Hoe gebruik je de STAR-methode?

S – Situatie
Wat gebeurt er?

Observeer zonder oordeel.
Beschrijf wat je ziet of hoort.
Focus op feiten, niet op aannames.

Voorbeeld: Een speler reageert boos na een wissel.

T – Taak
Wat is mijn verantwoordelijkheid?

Wat heeft deze speler nodig?
Welke pedagogische rol heb ik als trainer?
Hoe bewaak ik veiligheid, respect en ontwikkeling?

Voorbeeld: De speler helpen omgaan met teleurstelling.

A – Actie
Wat doe ik?

Kies bewust een passende reactie.
Benoem gedrag, niet de persoon.
Blijf rustig en respectvol.

Voorbeeld: Na afloop rustig het gesprek aangaan.

R – Resultaat & Reflectie
Wat was het effect?

Wat heeft de speler geleerd?
Heeft mijn aanpak gewerkt?
Wat neem ik mee naar een volgende situatie?

Voorbeeld: De speler voelt zich gehoord en begrijpt welk gedrag gewenst is.

Vuistregels voor trainers

- **Blijf rustig.**
- **Kijk eerst, oordeel later.**
- **Benoem gedrag, niet het kind.**
- **Luister en stel vragen.**
- **Geef richting aan gewenst gedrag.**
- **Maak van elke situatie een leermoment.**

Bij vragen en of opmerkingen neem contact op met het zorgadviesteam. email: zorgadviesteam@vvdemeern.nl

Handleiding pedagogisch handelen en de STAR-methode

Voorbeelden

Voorbeeld 1 – Boos na een wissel
S – Situatie
Een speler wordt gewisseld en reageert zichtbaar boos. Hij moppert, gooit zijn bidon weg en negeert de trainer.

T – Taak
Als trainer erken ik de emotie van de speler en bewaak ik een respectvolle omgang met teleurstelling.

A – Actie
- Ik laat de speler eerst afkoelen.
- Na de wedstrijd ga ik in gesprek.
- Ik benoem wat ik zag: "Ik zag dat je boos werd na de wissel."
- Ik luister naar zijn reactie.
- We bespreken hoe hij de volgende keer met teleurstelling kan omgaan.

R – Resultaat & Reflectie
De speler voelt zich gehoord en begrijpt dat boosheid mag, maar dat respectvol gedrag belangrijk blijft.

Reflectievraag trainer: Heb ik voldoende ruimte gegeven aan de emotie voordat ik het gesprek aanging?

Voorbeeld 2 – Boos gedrag naar teamgenoot
S – Situatie
Een speler scheldt een teamgenoot uit na een fout.

T – Taak
Ik bewaak een veilig teamklimaat en stimuleer respectvolle communicatie.

A – Actie
- Ik grijp direct in.
- Ik benoem het gedrag.
- Ik leg uit waarom dit niet past binnen het team.
- Ik vraag hoe dezelfde boodschap respectvol gegeven kan worden.

R – Resultaat & Reflectie
De norm binnen het team wordt bevestigd en de speler leert verantwoordelijkheid nemen voor zijn gedrag.

Reflectievraag trainer: Was mijn correctie duidelijk én zorgzaam?

Bij vragen en of opmerkingen neem contact op met het zorgadviesteam. email: zorgadviesteam@vvdemeern.nl

Handleiding pedagogisch handelen en de STAR-methode

Voorbeelden

Voorbeeld 3 – Structureel te laat komen

S – Situatie
Een speler komt meerdere trainingen achter elkaar te laat.

T – Taak
Ik help de speler verantwoordelijkheid te ontwikkelen en bied duidelijkheid.

A – Actie
- Ik ga individueel in gesprek.
- Ik vraag naar de oorzaak.
- Ik leg uit waarom op tijd komen belangrijk is.
- We maken concrete afspraken.
-

R – Resultaat & Reflectie
De speler begrijpt de impact van zijn gedrag op het team en weet wat er verwacht wordt.

Reflectievraag trainer: Heb ik eerst onderzocht wat de oorzaak is voordat ik conclusies trok?

Voorbeeld 4 – Protesteren tegen de scheidsrechter

S – Situatie
Een speler reageert boos op een beslissing van de scheidsrechter.

T – Taak
Ik bevorder respect voor officials en geef zelf het goede voorbeeld.

A – Actie
- Ik corrigeer direct en rustig.
- Ik leg uit waarom respect voor de scheidsrechter belangrijk is.
- Na afloop bespreken we alternatieve manieren om met frustratie om te gaan.

R – Resultaat & Reflectie
De speler leert omgaan met beslissingen waar hij het niet mee eens is.

Reflectievraag trainer: Heb ik zelf het gewenste voorbeeldgedrag laten zien?

Bij vragen en of opmerkingen neem contact op met het zorgadviesteam. email: zorgadviesteam@vvdemeern.nl

Handleiding pedagogisch handelen en de STAR-methode

Voorbeelden

Voorbeeld 5 – Emotionele speler

S – Situatie
Een speler is verdrietig en trekt zich terug.

T – Taak
Ik zorg voor emotionele veiligheid en ondersteuning.

A – Actie
- Ik bied rust en ruimte.
- Ik forceer geen gesprek.
- Ik luister wanneer de speler daar klaar voor is.
- Indien nodig betrek ik ouders of een coördinator.

R – Resultaat & Reflectie
De speler voelt zich veilig en gesteund.

Reflectievraag trainer: Heb ik voldoende geluisterd voordat ik advies gaf?

Voorbeeld 6 – Gebrek aan motivatie

S – Situatie
Een speler toont weinig inzet tijdens trainingen.

T – Taak
Ik probeer de oorzaak te achterhalen en de betrokkenheid te vergroten.

A – Actie
- Ik ga één-op-één in gesprek.
- Ik stel open vragen.
- Ik geef positieve feedback op kleine verbeteringen.
- Ik kijk of oefeningen beter kunnen aansluiten bij de speler.

R – Resultaat & Reflectie
De speler voelt zich gezien en raakt meer betrokken.

Reflectievraag trainer: Heb ik voldoende gekeken naar de behoefte achter het gedrag?

Bij vragen en of opmerkingen neem contact op met het zorgadviesteam. email: zorgadviesteam@vvdemeern.nl

Voorbeelden

Handleiding pedagogisch handelen en de STAR-methode

Voorbeelden

Voorbeeld 7 – Ouder bemoeit zich negatief met coaching

S – Situatie
Een ouder roept aanwijzingen of reageert negatief langs de lijn.

T – Taak
- Beschermen van spelers en teamklimaat
- Bewaken van rolverdeling

A – Actie
- Ga na de wedstrijd rustig in gesprek
- Benoem het effect op de spelers
- Verwijs naar afspraken en clubvisie
- Betrek indien nodig een coördinator

R – Resultaat & Reflectie
Duidelijkheid voor ouder en team
Rust langs de lijn
Trainer voelt zich gesteund door verenigingsbeleid

Bij vragen en of opmerkingen neem contact op met het zorgadviesteam. email: zorgadviesteam@vvdemeern.nl