

Themagericht trainen en coachen van pubers

WAAROM en voor Wie deze bijscholing

Jongeren in de puberleeftijd zijn druk bezig een eigen identiteit te ontwikkelen. De hormonen gieren door het lijf, ze spiegelen zich constant aan anderen, zoeken grenzen op en zijn altijd op zoek naar het nut en de zin van de opdrachten die ze krijgen. Dat is niet alleen vervelend voor jou als trainer, maar ook voor de jongeren zelf! Want niet alleen in de sport, maar ook op school en daarbuiten wordt er veel van hen gevraagd. Betrokkenheid, doelen stellen en doorzettingsvermogen zijn dan ook belangrijke thema's in hun ontwikkeling en daar kun jij als trainer-coach een grote bijdrage aan leveren.

Wat op school vaak niet mogelijk is, kan in de sport wel... Laat pubers zelf hun doelen stellen, laat ze reflecteren op hun eigen inzet en doorzettingsvermogen, laat ze ervaren wat ze wel en wat ze nog niet kunnen. Verlang niet altijd het heilige vuur, maar creëer een plezierige sportomgeving waarin zij zich gezien en gehoord voelen. Jij als trainer bent in staat pubers meer te betrekken in hun eigen ontwikkeling.

In deze (bij)scholing krijg je de kennis, inzichten en vaardigheden aangereikt om tijdens trainingen betrokkenheid bij jongeren te vergroten. Belangrijke onderdelen van de (bij)scholing zijn: **plezier, positieve aandacht, gezamenlijk doelen stellen en zelfontdekkend leren**. Oftewel: de jongeren worden zich bewust van wat ze hebben geleerd en bereikt.

De (bij)scholing is bedoeld voor alle trainers, coaches en begeleiders, dus niet alleen voor hen aantoonbare ervaring hebben met het zelfstandig geven van lessen en trainingen aan sporters. Een diploma is niet vereist.

De (bij)scholing is "sportbreed", dwz trainers, coaches en begeleiders uit alle takken van sport zijn welkom (vaak een meerwaarde tijdens de bijscholing).

Deze (bij)scholing wordt kosteloos aangeboden op KSS niveau 3 van een bij NOC*NSF aangesloten sportbond.

Hoe lang, Wat, Hoe

3 dagdelen

In deze (bij)scholing leer je hoe je ontwikkelthema's als: betrokkenheid, doorzettingsvermogen en doelen stellen, expliciet een plaats kan geven in de opbouw van je training.

In de eerste twee dagdelen van deze (bij)scholing krijg je inzicht in ontwikkelingskenmerken van pubers. Daarbij ga je op zoek naar antwoord op vragen als: hoe leren jongeren in deze leeftijd? Wat is mijn rol als trainer? En welke invloed heb ik als trainer?

Vervolgens wordt aandacht besteed aan de achterliggende principes van de ontwikkeling van plezier, betrokkenheid en aanverwante thema's. Met de benodigde informatie bij de hand ervaar je zelf in de gymzaal hoe al deze onderwerpen een plek kunnen krijgen in de opbouw van je training. Ter afsluiting van het tweede dagdeel ga je aan de slag met het voorbereiden van je eigen vernieuwde training voor pubers.

Het derde en laatste dagdeel staat in het teken van doen! Je gaat je eigen training, waarin sociale en persoonlijke ontwikkeling centraal staan, uitvoeren en evalueren. Je leert dus hoe je - naast sporttechnische en tactische vaardigheden - je sporters ook kunt introduceren in specifieke ontwikkelthema's.

Dit bevordert uiteindelijk het zelfontdekkend leren bij de puber: zij ervaren wat ze kunnen en wat ze geleerd hebben. Het zorgt voor meer plezierbeleving en betrokkenheid. Dit is waardevol voor de verdere ontwikkeling binnen de sport, maar zeker ook daarbuiten

Het tweede en derde dagdeel van de (bij)scholing vinden plaats in een gymzaal en tijdens het praktijkdeel ben je zelf deelnemer. Neem dus niet alleen pen en papier mee, maar ook zaalschoenen en sportkleding.

Leerdoelen

- Bewust worden van jouw visie op de rol van een trainer;
- In staat zijn om tijdens trainingen plezier en betrokkenheid van de sporters te bevorderen;
- In staat zijn om sporters zelfontdekkend te laten leren tijdens trainingen.

Je ontvangt na afloop van de (bij)scholing een bewijs van deelname. Informeer bij je bond of deze (bij)scholing mogelijk licentiepunten oplevert.

Waar

De HandbalSchool Brabant gaat in samenwerking met het NOC*NSF, en Jean Troquet de komende tijd bijeenkomsten organiseren door Brabant.

Wie

Docent van deze bijscholing is Jean Troquet. Hij heeft ruime kennis, kunde en ervaring van zowel de doelgroepen (pubers en trainers) als in het geven van opleidingen, trainen en bijscholingen. Hij is ruim 30 jaar actief als handbaltrainer in Nederland (max 1^{ste} divisie), België (ere divisie en bondscoach) en Duitsland (3^{de} Bundes Liga). Daarnaast is hij NLP-docent (communicatie en gedrag begeleiding en optimalisatie)

Meer info:

- Jean Troquet / 06 46 617 900 / jeantroquethandbal@gmail.com
- <http://www.academievoorsportkader.nl/bijscholingen/themagerichttrainenencoachenvanpubers#1>