

Bijscholing “Trainen en Coachen van Pubers”



Trainen en Coachen van Pubers

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.

Opleidingsstructuur

De opleiding bestaat uit 3 dagdelen. In deze (bij)scholing leer je hoe je diverse ontwikkelthema's als: betrokkenheid, doorzettingsvermogen en doelen stellen expliciet een plaats kan geven in de opbouw van je training.

Als eerste 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 jouw doelgroep.

Het 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 doelgroep: 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.

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 zelf-ontdekkend te laten leren tijdens trainingen

Afsluiting

Indien de trainer volledig aanwezig is geweest kan de trainer afhankelijk van de aangesloten sportbond licentiepunten ontvangen. Neem contact op met je sportbond om te zien hoeveel licentiepunten dit jou op kan leveren. De Nevobo geeft de VT2 en VT3 trainer **10 licentiepunten** voor volledige deelname.

Opleidingsduur en kosten

De bijscholing wordt nog deels gesubsidieerd. Dat betekent dat de trainer slechts 60 euro betaald voor 3 bijeenkomsten. Een vereniging die de opleiding inhouse wil organiseren met meerdere trainers, kan hiervoor speciale afspraken maken. Trainers die in de laatste 2 jaar een afgeronde VT2 of VT3 opleiding via Ine Klosters hebben gevolgd, krijgen 50% korting op deze bijscholing.

Toelatingseisen

De (bij)scholing is bedoeld voor trainers die aantoonbare ervaring hebben met het zelfstandig geven van lessen en trainingen aan sporters. Een diploma is niet vereist. Deze (bij)scholing wordt aangeboden op niveau 3, echter een niveau 2 trainer kan aansluiten.

Informatie:

Voor meer info of opname op de deelnamelijst:
ineklosters@volleybal-west.nl