



Observatie opdracht voor trainers

Doel:

Door middel van observatie ga je variaties in coachgedrag zien, die je kunt gebruiken om jouw eigen vaardigheden als coach te optimaliseren.

Nodig:

Pen en papier waarop staat wat je gaat observeren en waarop je kunt meeschrijven.

Opdracht:

Ga eens een training of een wedstrijd observeren bij een collega coach. Dat kan iemand zijn van je eigen vereniging of van een andere club. Je bepaalt zelf of je een coach zoekt vanuit jouw eigen sport en doelgroep of daarbuiten.

Vraag de collega-coach of hij je kort introduceert bij de groep sporters en daarbij vertelt dat je naar de coach komt kijken, zodat ze weten waarom je er zit.

Het is de bedoeling dat je oordeelvrij naar het coachgedrag kijkt. Dus je beschrijft wat de coach doet of zegt zonder daar een goed of fout aan te hangen. Je kunt tijdens de observatie naar het volgende kijken:

- Waar zit of staat de coach ten opzicht van de groep sporters als hij uitleg geeft?
- Hoe zorgt de coach ervoor dat de groep de uitleg snapt? Denk aan taalgebruik en het geven van voorbeelden, praat-plaatje-draadje.
- Hoe gaat de coach om met sporters die heel goed mee doen aan de training? Wat doet hij, wat zegt hij en welk effect heeft dit?
- Hoe gaat de coach om met sporters die juist geen goede inzet hebben? Wat doet hij, wat zegt hij en welk effect heeft dit?
- Welke complimenten deelt de coach uit?

Evaluatie

Beantwoord voor jezelf de volgende vragen:

- Welk coachgedrag herken je van de trainer die je hebt geobserveerd?
- Hoe komt dat over op de sporters?
- Welke aspecten die de coach uitvoerde vond je zinvol voor de sporters?
- Wat neem jij mee van deze observatie?