

Trainer

De trainer verzorgt de trainer van het team en draagt hiermee bij aan de ontwikkeling (technisch/inzicht) van de spelers.

Algemeen

De trainer zorgt voor een leuke, leerzame training. Hierbij krijgt de trainer hulp van de lijntrainer en de HockeyPraktijk (een verzameling aan allerhande oefenstof en kant-en-klare trainingen).

- bereidt de training voor (samen met de lijntrainer/Hockeypraktijk)
- verzorgt de materialen benodigd bij de training.
- geeft uitleg van de oefeningen aan de spelers.
- heeft periodiek overleg met de coach ten aanzien van mogelijke leerpunten binnen het team.
- draagt zorg voor kinderen (sociaal), team- en groepsproces (en clubgeest)
- is een luisterend oor voor de spelers
- bezoekt regelmatig wedstrijden van het team met als doel zaken/situaties terug te kunnen koppelen/oefenen tijdens de training.
- controleert de aanwezigheid van de spelers voor de aankomende training. Ook registreert de trainer wie er wel/niet aanwezig is geweest bij de training en overhandigt dit periodiek aan de vereniging
- OMHC monitort de kwaliteiten van de spelers op regelmatige basis. De coach speelt hier een rol in aangezien hij/zij gevraagd zal worden om per speler de beoordelingsformulieren in te vullen. Andere begeleiders, waaronder de trainer, zal ook gevraagd worden het formulier in te vullen. Op deze manier is een goed beeld te verkrijgen van de spelers.

Aan het begin van het seizoen

- De trainer zal in gesprek met de manager en coach de taken en eventuele bijzonderheden bespreken. Initiatief voor het overleg ligt bij de manager.

Vorbereiding op de trainingen

De trainer controleert de aanwezig van de spelers voor de aankomende training.

De training

De trainer zorgt ervoor op tijd aanwezig te zijn, heeft de nodige voorbereidingen getroffen zodat de training op de afgesproken tijd kan aanvangen.

Goed om te weten

- NAW gegevens van de spelers zijn te vinden in LISA via de website en app.

- De trainer krijgt toegang tot de 'Hockeypraktijk'. Hierin staat uitgebreide informatie m.b.t. training conform een schema aangepast op de leeftijd van de spelers.
- Vaak zijn er oudere broers/zussen van spelers die het leuk vinden om te ondersteunen bij de training. Hierdoor heeft de trainer tijd vrij om een oefening uit te leggen, specifieke aandacht te geven aan een of meerdere spelers etc.

Verdere uitwerking trainersregels en richtlijnen:

1. *Houd contact met de coach zodat je weet hoe de afgelopen wedstrijd van je te trainen team is verlopen en welk onderdeel extra aandacht nodig heeft. Sluit met de coach kort hoe het tijdens de training is gegaan. E-mailen/Whatsapp zijn handige hulpmiddelen.*
2. *Geef een positief voorbeeld: goede trainingskleding en sportieve / actieve houding (bijvoorbeeld geen handen in je broekzakken).*
3. *Spreek de kinderen aan met hun voornaam.*
4. *Geef tijdens de training duidelijke en heldere instructies en leg uit wat het nut is van de oefening. Vraag hulp aan de trainingscoördinator als dat nodig is.*
5. *Verdeel grote of drukke groepjes in kleinere groepjes. Zet de drukke kinderen eventueel in als 'leider' van een groepje.*
6. *Stel eventueel met de groep groepsregels en eventuele sancties op. Pas de sancties consequent en direct na de overtreding toe.*
7. *Als de training niet zo lekker loopt door ongewenst gedrag.*
 - a. *blijf kalm en spreek zo rustig mogelijk.*
 - b. *Neem een kind dat ongewenst gedrag veroorzaakt, apart en achterhaal waar het negatieve gedrag vandaan komt.*
 - c. *Benoem in de groep het gewenste en ongewenste gedrag.*
8. *Gebruik het systeem van figuurlijke strafkaarten (geel/rood) als dit nodig is (als een waarschuwing of door de groep opgestelde sanctie niet helpt). Dit hoeft geen feitelijke kaart te zijn. Met woorden aangeven is voldoende. Geef het kind dat eruit gestuurd wordt duidelijk aan wat de consequenties zijn.*
Sanctievolgorde:
 - a. *Geef het betreffende kind / de betreffende kinderen eerst een duidelijke waarschuwing.*
 - b. *Als het gedrag niet verbetert, geef je een 'gele kaart'. Dit betekent 10 minuten op de bank zitten.*
 - c. *Als betreffend kind / betreffende kinderen daarna nog steeds de training negatief beïnvloedt / beïnvloeden, geef je een 'rode kaart'. Dit betekent: op de bank zitten tot het einde van de training. Na de training meld je de rode kaart bij de trainingscoördinator*. Hij geeft e.e.a. door aan de coach van het team. Naar aanleiding van de uitgedeelde rode kaart bepaalt TZ welke sanctie volgt en heeft hierover contact met de ouders van het kind. Laat een kind echter nooit eerder alleen naar huis gaan. Dit i.v.m. een mogelijke verplichting voor het kind om met andere kinderen samen naar huis te gaan. Vraag zo nodig advies aan de trainingscoördinator.*
9. *Laat zien dat je de training serieus neemt. Ga tijdens het trainen dus geen privé-zaken doen zoals bellen/sms-en op je mobieltje, of 'socializen' met (langskomende) vrienden/vriendinnen.*