

De Coach (jongste jeugd)

De coach van de jongste jeugd is net weer even iets anders dan het coachen van een elftal. De coach blijft de belangrijkste begeleider van het hockeyteam tijdens de wedstrijd. De coach bepaalt de tactiek en de opstelling. De coach geeft aanwijzingen tijdens de wedstrijd en bepaalt wie en wanneer er wordt gewisseld. Daarnaast heeft de coach een belangrijke rol bij het motiveren van zijn of haar team en spelers. Bij de jongste jeugd gaat het om **plezier, veiligheid en leren**.

De begeleiding van de jongste jeugdteams is zeer afhankelijk van de leeftijdscategorie. Tevens gelden per leeftijdscategorie andere spelregels. Bij 3-, 6- en 8-tallen wordt de wedstrijd geleid door spelleiders, dus nog geen scheidsrechters (meer aandacht is voor uitleg en ondersteuning van de beide teams).

Zie voor uitgebreidere informatie: <https://www.knhb.nl/kenniscentrum> en <http://hockeycoach.nl>. In het KNHB kenniscentrum "downloads" is een uitgebreidere handleiding voor coaches te vinden voor de jongste jeugd: Coachbijdehandje Jongste Jeugd. En informatie per categorie:

- Onder 8:

<https://www.knhb.nl/kenniscentrum/competities/competitie-aanbod-veldhockey-jongste-jeugd#o8>

- Onder 9:

<https://www.knhb.nl/kenniscentrum/competities/competitie-aanbod-veldhockey-jongste-jeugd#o9>

- Onder 10:

<https://www.knhb.nl/kenniscentrum/competities/competitie-aanbod-veldhockey-jongste-jeugd#o10>

De 5 vuistregels voor effectief coachen: doelstelling en kenmerken

1. Instrueer team en spelers, door:

- Twee teams aanwijzingen (thema's): één voor aanvallen en één voor verdedigen.
- Twee persoonlijke, concrete aanwijzingen: zeg nooit niet, zeg wat!

2. Herhaal de aanwijzingen en vraag spelers ernaar (feedback), coach dus **vragenderwijs**. Dit bevordert het zelfstandig herkennen van situaties en keuzemogelijkheden.

3. **Coach positief** voor, tijdens en na de wedstrijd en geef complimenten, dus leg de nadruk op de goede momenten en situaties.

4. **Coach om de bal heen**, d.w.z. coach voornamelijk de spelers zonder bal.

5. Spelers leren door fouten te maken. Benadruk niet de fout, maar instrueer als coach door **oplossingen** aan te bieden. Tijdens de wedstrijd is de interchange hiervoor uitstekend geschikt.

Want...

Spelplezier staat bovenaan! En ontstaat door (zelf)vertrouwen, uitproberen, ervaren, verbeteren en leren dat (onder andere) plaatsvindt door (durven) fouten maken!

Een **goede coach** kenmerkt zich door:

- enthousiasme
 - humor
 - relativeren
 - flexibiliteit
 - luisteren
- Wat zijn de taken van een coach**

Vóór de wedstrijd

- Inventariseren van spelers/invallers, de opstelling maken plus het wisselschema, technische en tactische opdrachten c.q. thema's.
- Controleren van attributen
- Teambespreking ruim vóór de wedstrijd (opstelling en wissels, een à twee thema's met opdrachten/aanwijzingen voor het hele team, of per linie en voor elke speler één à twee persoonlijke opdrachten).
- Ontvangen van coach/begeleiding tegenstander en spelleiding.
- Bespreek van tevoren de gewenste interpretatie van de spe(e)lregels en de eventueel te nemen maatregelen.
- Warming-up.
- Controleer veldmarkeringen.

Tijdens de wedstrijd

- Voorbeeldfunctie: correct omgaan met alle betrokkenen, zoals spelers, spelleiders en tegenstanders. Tevens rust uitstralen.
- Controleren uitvoering thema's/opdrachten/afspraken. Waar nodig corrigeren door middel van (zeer) korte aanwijzingen. Vooral positieve feedback. Vragenderwijs coachen.
- Analyseren van de wedstrijd
- Wissels toepassen (interchange) en wisselspelers begeleiden/instructeren.

In de rust

- Eerst emoties aandacht geven, dan aandacht spelers eisen.
- Alleen informatie die direct relevant is voor thema's winnen/verliezen wedstrijd.
- Negatieve geluiden accepteren.
- Geven van een peptalk of – indien nodig – een relaxtalk.

Na de wedstrijd

- Spelleiders en coaches bedanken.
- Spelers juiste omgangsvorm leren bij winst/verlies (voorbeeldfunctie).
- Onderlinge relatie spelers controleren/corrigeren.
- Complimenten maken tijdens een eventuele nabespreking, zowel in de groep als individueel.
- Controleer eventuele blessures.
- Wedstrijdformulier correct invullen en op de juiste plek inleveren.
- Afronden in het clubhuis, bij voorkeur met de tegenstander.
- Wedstrijdverslag in de teamapp
- Contact opnemen met de trainer over oefenstof naar aanleiding van de wedstrijd.

Hoeveel tijd kost het per week?

Vorbereidingen buiten de wedstrijd om 0,5 -1 uur en dan de wedstrijd zelf.

Bij aanvang van het seizoen zal er wat meer tijd van u worden gevraagd. Ten denken valt aan overleg en taakverdeling coach / teambegeleider / spelbegeleiders, kennismaking met het team (voorkeursposities, spelers, toelichting taak, planning en verwachtingen), overleg met ouders. Gedurende het jaar geeft VVV coaches sessies en andere opleidingen, waar uw aanwezigheid zeer gewaardeerd wordt.