WSDH
SPORT / BUURT / ONDERWIJS

De 4 inzichten van trainerschap

01

Structureren

- Maak basisafspraken met de sporters
- Spreek aan bij het overtreden van de afspraken
- Zorg voor een vaste structuur in de training
- Ken de sporters

02

Stimuleren

- Geef oprechte complimenten
- Zorg voor een actieve houding
- Geef positieve feedback
- Focus op leren en ontwikkelen

03

Individuele aandacht

- Ken de namen van de sporters
- Begroet iedereen persoonlijk
- Maak goede individuele afspraken
- Differentieer in het niveau van de oefening

04

Regie overdragen

- Stel open vragen
- Geef ruimte om te oefenen
- Geef eigen verantwoordelijkheden
- Vertrouw dat de sporters het goed doen