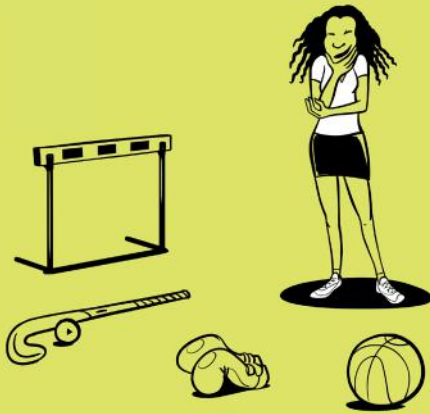


# 1



## Autonomie

 Coaches/trainers

Vraag na de training welk onderdeel ze het leukst vonden en waarom. Je kunt hun feedback in de volgende training gebruiken. Als jongeren merken dat je tactieken en doelen met ze bespreekt en ze serieus neemt, zullen ze zich beter durven uiten en makkelijker vragen durven stellen tijdens de training.

Keep Youngsters Involved  
Landelijk Netwerk  
Jeugdvoetbal

# 1



## Autonomie

 Coaches/trainers

Begin de training met een korte warming-up en laat de spelers kiezen welk spel ze daarvoor willen gebruiken en welke rol ze daarbij willen vervullen. Iemand kan bijvoorbeeld zelf de warming up geven, scheidsrechter zijn, coachen, of de tijd in de gaten houden.

Keep Youngsters Involved  
Landelijk Netwerk  
Jeugdvoetbal

# 1



## Autonomie

 Coaches/trainers

Een leuke vraag die je ze kunt stellen is: hoe ziet jouw ideale sportseizoen eruit? Help ze om dat te bereiken.

Keep Youngsters Involved  
Landelijk Netwerk  
Jeugdvoetbal

# 1



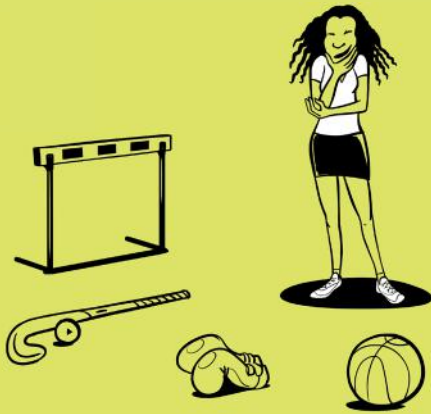
## Autonomie

 Clubs

Maak een jeugdcomité, zodat jongeren ook een stem hebben bij belangrijke clubzaken. Medezeggenschap leidt namelijk ook tot waardering van de sport.

Keep Youngsters Involved  
Landelijk Netwerk  
Jeugdvoetbal

1



## Autonomie



Zorg voor een positieve en opbouwende dialoog met je jeugdige spelers. Hierdoor durven ze zelf initiatief te nemen. Bied ze keuzes en uitdagingen en stimuleer hun eigen verantwoordelijkheid.

1

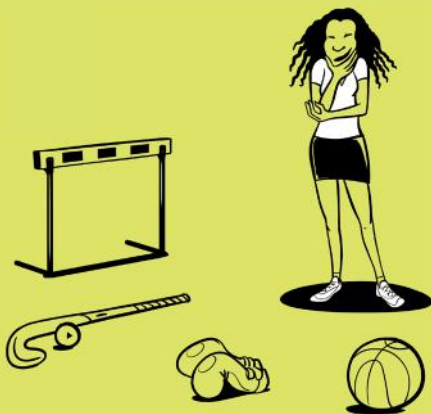


## Autonomie



Geef jongeren een actieve rol in het werven en verwelkomen van nieuwe leden.

1



## Autonomie



Een speler voelt zich gewaardeerd en belangrijk als je hem persoonlijk vraagt om mee te doen aan clubactiviteiten.

1



## Autonomie



Versterk de autonomie van jongeren door ze zelfstandig beslissingen te laten nemen over activiteiten en onderdelen waar ze graag aan mee willen doen.

1

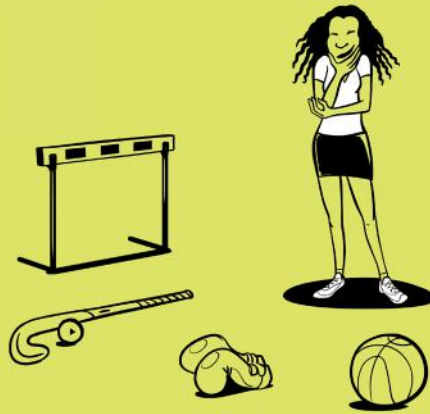


## Autonomie



Bied voldoende gelegenheid en variëteit om te sporten binnen de club. Zelf een onderdeel kiezen wat je leuk vindt, geeft een jongere de meeste voldoening.

1

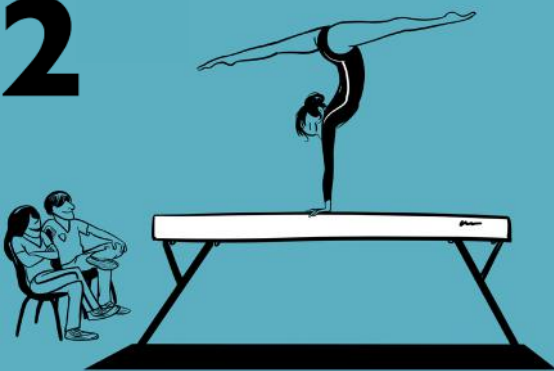


## Autonomie



Begeleid de jongeren bij dit proces, maar vergeet niet dat ze het zélf moeten doen.

2

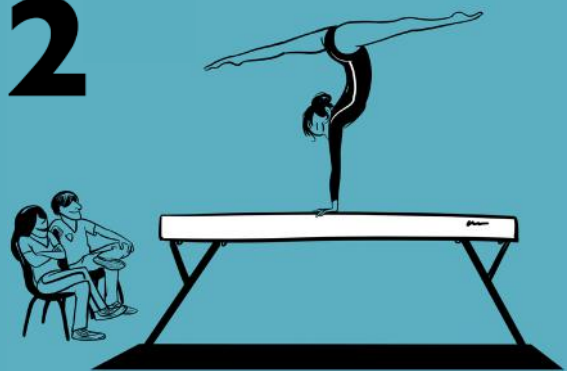


## Waargenomen competentie



Positieve feedback zorgt voor verbetering. Geef jongeren complimenten voor hun inzet en resultaten.

2

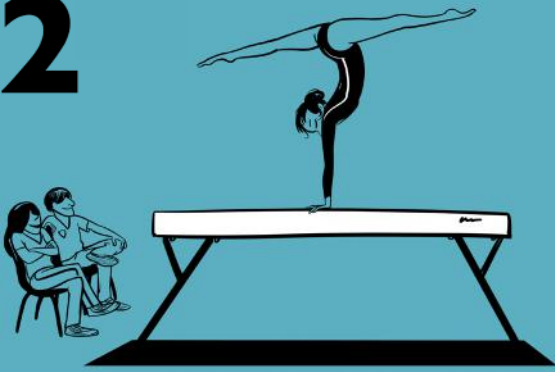


## Waargenomen competentie



Geef jongeren trainingen op maat: pas de oefeningen aan hun tempo aan en geef ze nieuwe uitdagingen als ze er aan toe zijn. Door hen nieuwe uitdagingen te geven, laat je zien dat je vertrouwen in ze hebt.

2

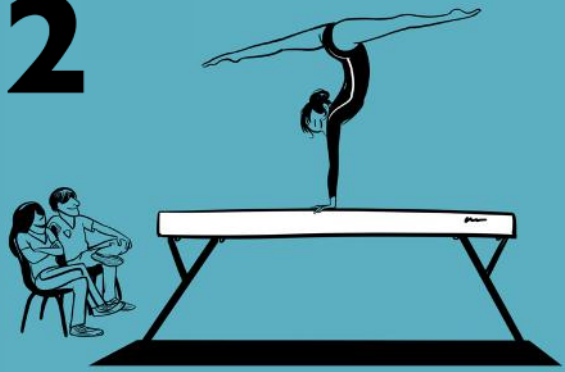


### Waargenomen competentie

 Coaches/trainers

Zorg voor een goede balans tussen uitdaging en succes.

2

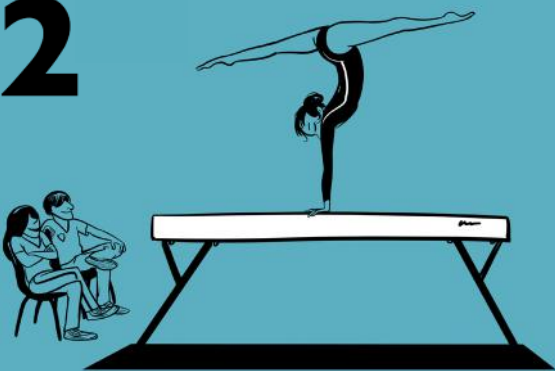


### Waargenomen competentie

 Coaches/trainers

Gebruik infographics (beeld en tekst), zodat de jongeren kunnen zien wat je bedoelt met opdrachten en oefeningen.

2

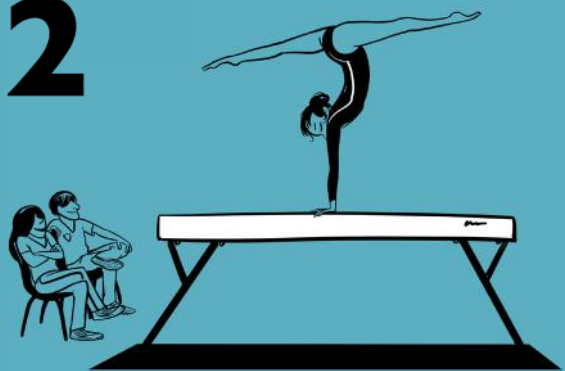


### Waargenomen competentie

 Coaches/trainers

Geef zinnvolle uitleg die aandacht schenkt aan cognitieve vaardigheden, persoonlijke doelen, wensen en interesses van de jeugdige spelers.

2

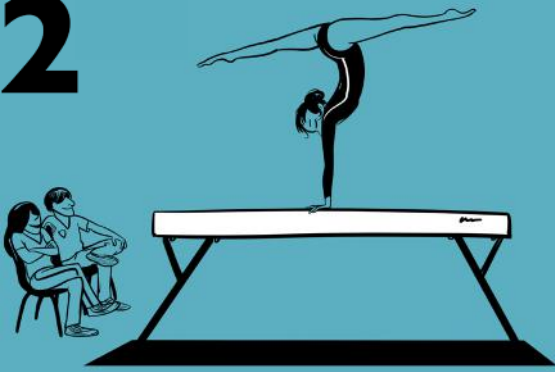


### Waargenomen competentie

 Coaches/trainers

Probeer via opbouwende feedback elk beetje vooruitgang dat wordt geboekt aan te moedigen.

2

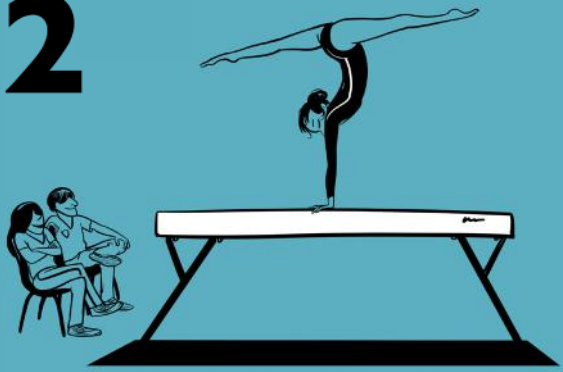


### Waargenomen competentie

 Coaches/trainers

Geef aan dat je vertrouwen hebt in het kunnen van je jongeren als je hen uitdagende taken laat uitvoeren.

2

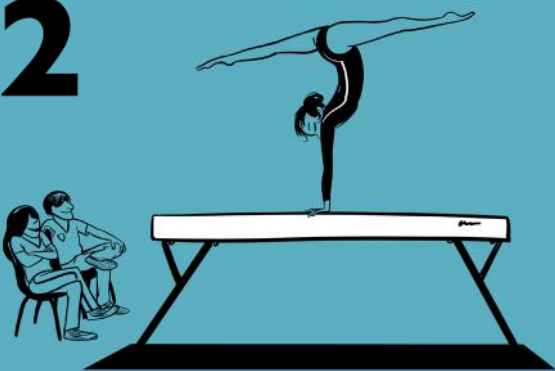


### Waargenomen competentie

 Coaches/trainers

Benadruk niet de fouten die jongeren maken. Het is juist belangrijk dat ze leren van hun fouten om zo problemen te overwinnen.

2

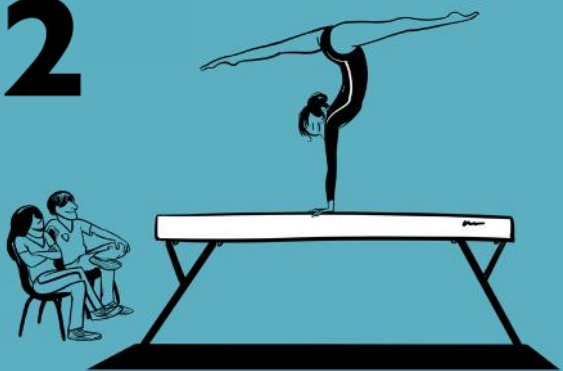


### Waargenomen competentie

 Coaches/trainers

Iedere speler en ieder team is anders: benader ze als individuen.

2

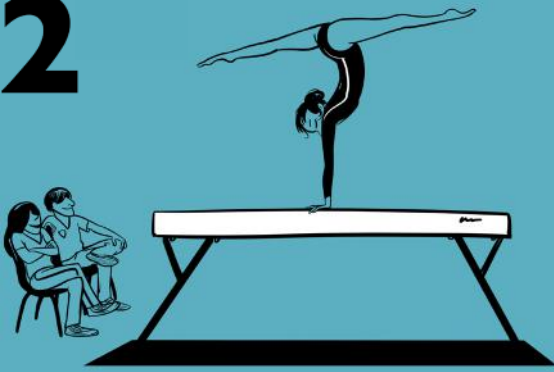


### Waargenomen competentie

 Coaches/trainers

Laat spelers over zichzelf nadenken: wat zijn hun eigen verwachtingen? Help hen bij deze zelfreflectie.

# 2

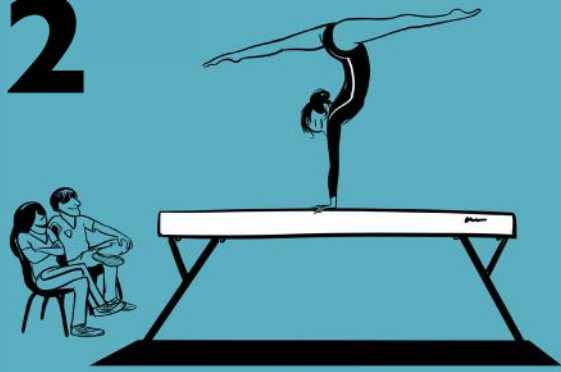


## Waargenomen competentie



**Maak actieve jeugdige spelers (assistent-)trainer. Dat kan op vrijwillige basis of met een vergoeding.**

# 2

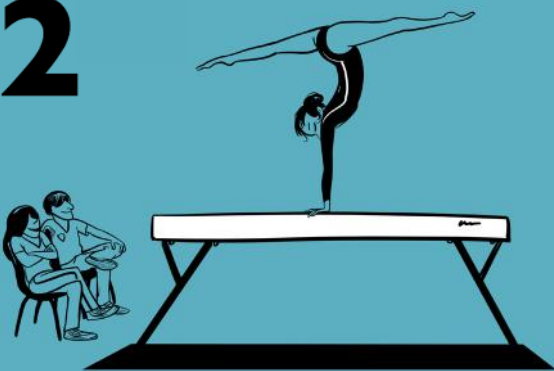


## Waargenomen competentie



**Jongere spelers kunnen rolmodellen worden als je ze een actieve rol in zowel het trainingsproces als in hun maatschappelijke omgeving geeft. Focus hierbij op het individuele talent van een speler.**

# 2

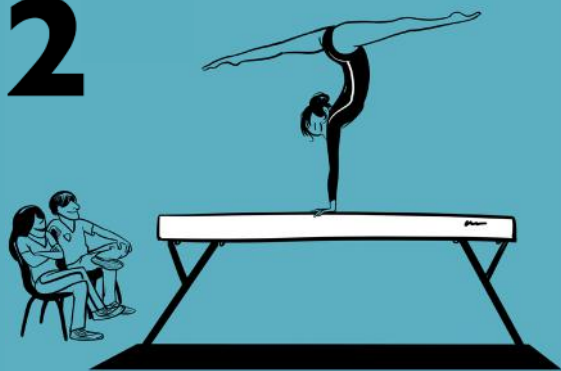


## Waargenomen competentie



**Geef de jongeren een kans om mee te helpen aan activiteiten, wedstrijden en de organisatie van evenementen. Zo hebben ze verantwoordelijkheden en specifieke doelen om naar toe te werken.**

# 2

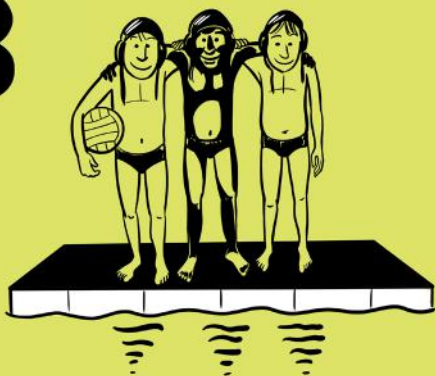


## Waargenomen competentie



**Zorg dat jongeren fysiek en/of sociaal betrokken zijn door bijvoorbeeld een sportactiviteit te organiseren voor (kwetsbare) mensen uit de buurt. Op deze manier ondervinden ze dat ze invloed hebben op hun sociale omgeving. Dit en het feit dat ze anderen kunnen helpen, vergroot hun zelfredzaamheid en hun zelfbeeld.**

3

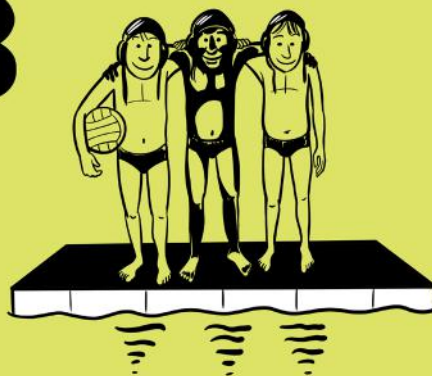


## Verbondenheid

 Coaches/trainers

Probeer een nauwe band met jongeren te scheppen door er elke training bij te zijn en een pro-actieve houding aan te nemen.

3

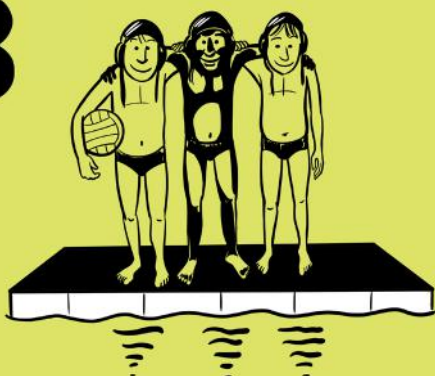


## Verbondenheid

 Coaches/trainers

Creëer een gastvrije omgeving voor de jeugdige spelers. Toon belangstelling en ben er voor hen als ze vragen, zorgen of problemen hebben.

3

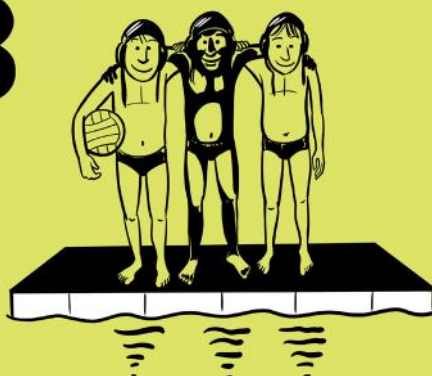


## Verbondenheid

 Coaches/trainers

Maak gebruik van social media zoals Facebook en WhatsApp, die jongeren zelf ook gebruiken, naast andere communicatievormen (brieven, mail).

3

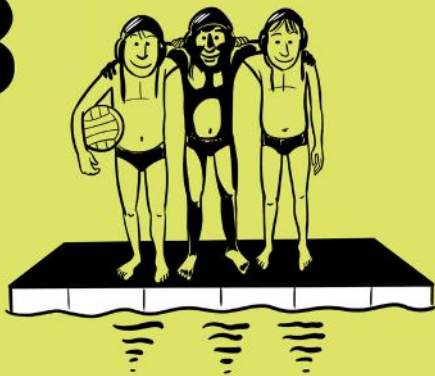


## Verbondenheid

 Coaches/trainers

Respecteer de achtergrond, etniciteit en culturele waarden van de jongeren.

3



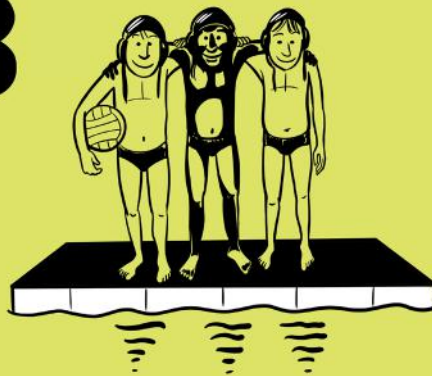
## Verbondenheid

 Coaches/trainers

Weet wat er leeft bij je spelers, bij je team en bij jezelf. Leer de spelers vaardigheden om beter om te gaan met moeilijkheden en uitdagingen. Als ze ontevreden zijn, zich buitengesloten voelen of geen plezier meer hebben, bespreek dan met ze wat ze nodig hebben om hun problemen op te lossen.

Keep Youngsters Involved  
Samen met de Nederlandse Voetbalbond

3



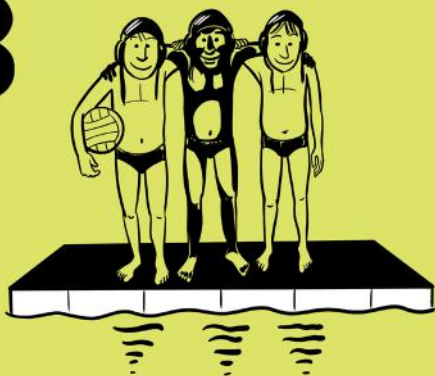
## Verbondenheid

 Coaches/trainers

Versterk de onderlinge samenhang door groeps- en teambuildingsactiviteiten. Spreek je waardering uit als ze elkaar allemaal bij het spel betrekken. Laat dit saamhorigheidsgevoel ook terugkomen in hoe jij zelf met de jongeren communiceert.

Keep Youngsters Involved  
Samen met de Nederlandse Voetbalbond

3



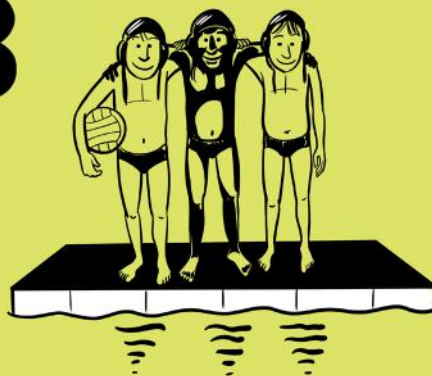
## Verbondenheid

 Coaches/trainers

Stuur een geblesseerde of zieke speler een beterschapskaartje of berichtje.

Keep Youngsters Involved  
Samen met de Nederlandse Voetbalbond

3



## Verbondenheid

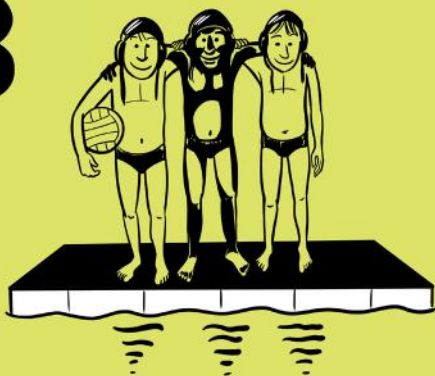
 Coaches/trainers

Probeer er te zijn voor jongeren wanneer ze het moeilijk hebben, zodat ze op je kunnen bouwen voor emotionele ondersteuning.

Keep Youngsters Involved  
Samen met de Nederlandse Voetbalbond



3

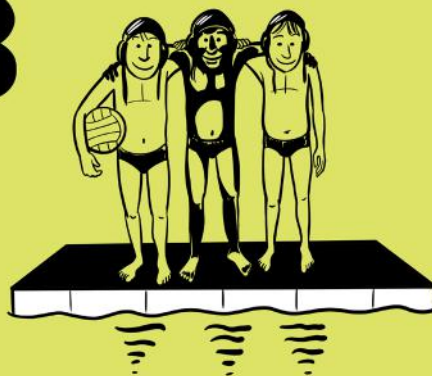


## Verbondenheid

 Coaches/trainers

Communiceer open en eerlijk en schaad het vertrouwen niet door kwaad te spreken achter de rug van de jongeren om.

3

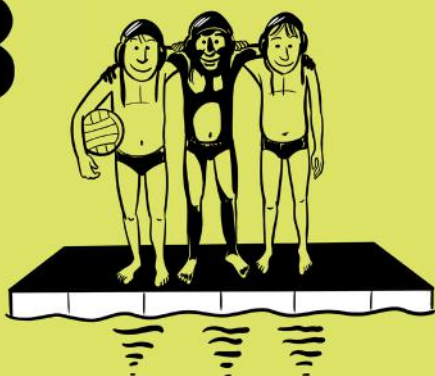


## Verbondenheid

 Coaches/trainers

Praat met jongeren als het lijkt dat ze er geen plezier meer in hebben en vraag wat er kan worden verbeterd of wat ze nodig hebben om hun problemen op te lossen.

3

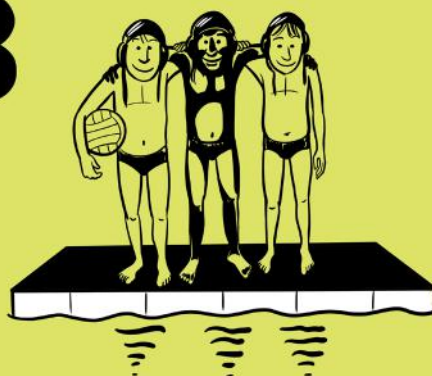


## Verbondenheid

 Coaches/trainers

Geef elke jongere gedurende de training de gelegenheid om persoonlijk met je te praten over praktische, maar ook emotionele zaken.

3

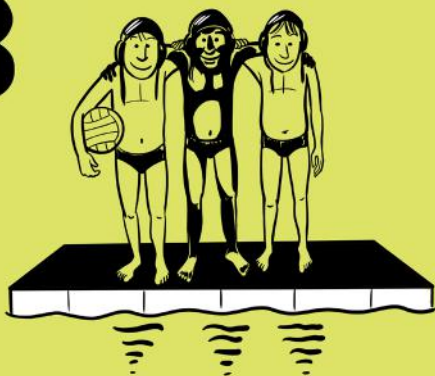


## Verbondenheid

 Clubs

Zorg ervoor dat trainingen en andere activiteiten aansluiten bij de belevingswereld van jongeren door ze 'cool' en 'hip' te maken.

3

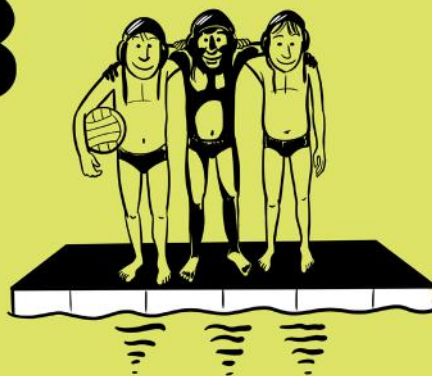


## Verbondenheid



Steek energie in jongeren door hen trainingen en workshops aan te bieden, als ze het leuk vinden om trainer of scheidsrechter te worden.

3

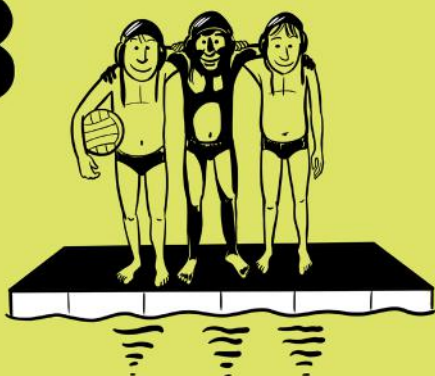


## Verbondenheid



Als er samen veel activiteiten (sport, sociaal en huiswerk) worden ondernomen met duidelijke regels over positief gedrag, structuur en respect, krijgen jongeren het gevoel erbij te horen.

3

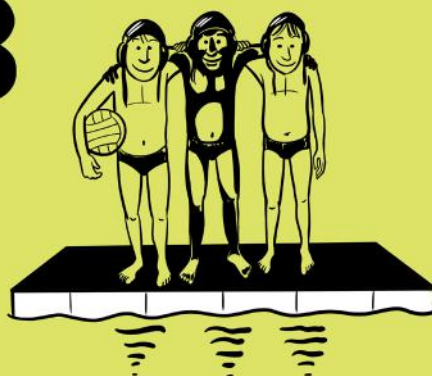


## Verbondenheid



Steun jongeren die vrijwilligerswerk voor de club willen doen.

3

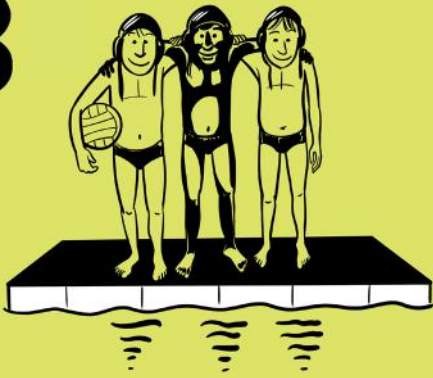


## Verbondenheid



Betrek meiden bij het organiseren van activiteiten voor meiden en laat hen deel uitmaken van het bestuur of commissies.

3

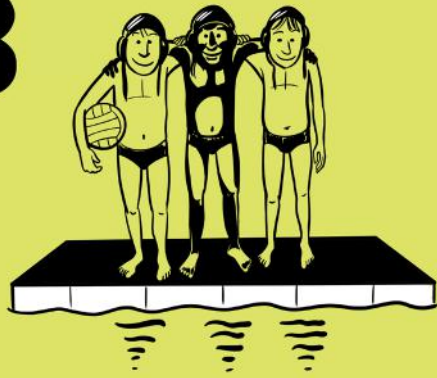


## Verbondenheid



Zorg dat er goede apparaten en materialen beschikbaar zijn en leg de verantwoordelijkheid voor het onderhoud bij de teams.

3

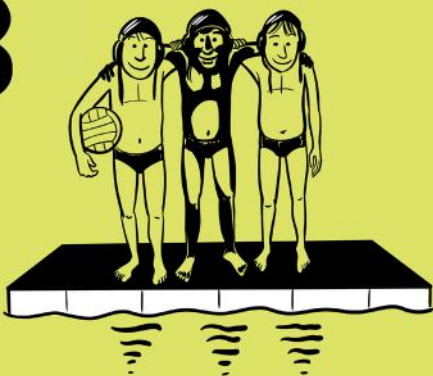


## Verbondenheid



Laat een vaste fysiotherapeut die ondersteuning kan bieden en die het voor jongeren makkelijker maakt om met blessures om te gaan samenwerken met je club.

3

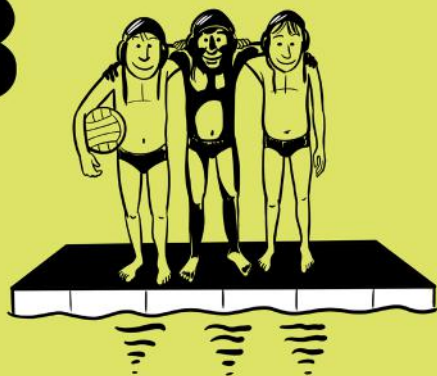


## Verbondenheid



Sta bij de sportclub open voor maatschappelijke stages.

3

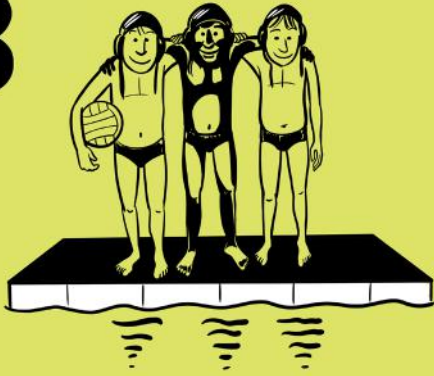


## Verbondenheid



Probeer het aspect 'plezier hebben' te stimuleren bij de voorgestelde activiteiten door zoveel mogelijk afwisseling te bieden in de vorm van spelletjes, ludieke onderdelen, uitdagende activiteiten of activiteiten die nieuwsgierig maken of begeleide ontdekking bevorderen.

3



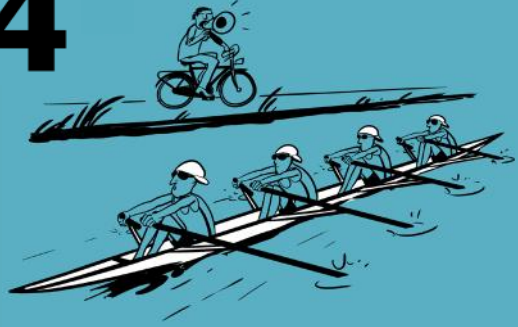
## Verbondenheid



Clubs

Organiseer extra activiteiten voor jongeren, zoals een feestje.

4



## Positief leerklimaat



Coaches/trainers

Creëer een goede sfeer op de sportclub. Want een gezellig en sociaal sportklimaat bevordert niet alleen de teamgeest en de leermogelijkheden, maar bevordert ook de ontwikkeling van talenten en competenties van jongeren.

4



## Positief leerklimaat



Coaches/trainers

Behandel iedereen gelijk en geef iedereen dezelfde kansen.

4



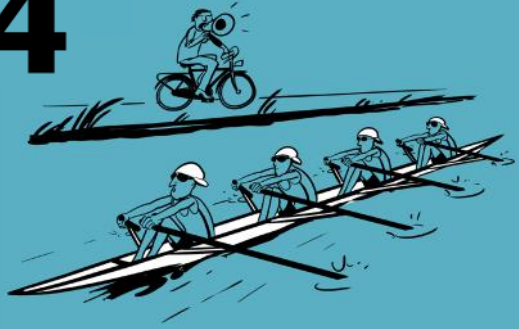
## Positief leerklimaat



Coaches/trainers

Zorg dat je tijdens het spel elke speler evenveel aandacht geeft en voorkom dat iemand wordt uitgesloten op basis van het spelniveau → iedereen draagt bij.

4



### Positief leerklimaat

 Coaches/trainers

Geef jongeren positieve feedback die gericht is op het proces en benadruk de interpersoonlijke ontwikkeling (taak- en doelorëntatie).

4



### Positief leerklimaat

 Coaches/trainers

Heb oog voor eventuele verschillen tussen jongens en meiden.

4

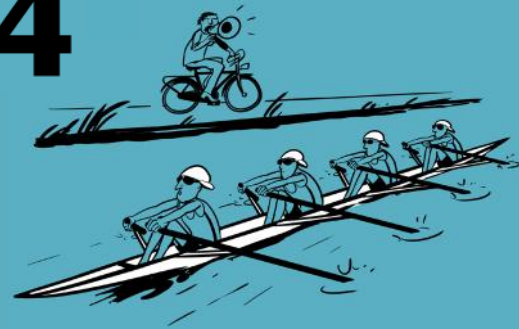


### Positief leerklimaat

 Coaches/trainers

Leer je spelers dat het gaat om sportiviteit en eerlijk spel. Om ze dit te laten ervaren, kun je ze om de beurt de rol van 'toeschouwer' geven. Een toeschouwer welteverstaan, die de nadruk legt op het plezier van eerlijk spel.

4

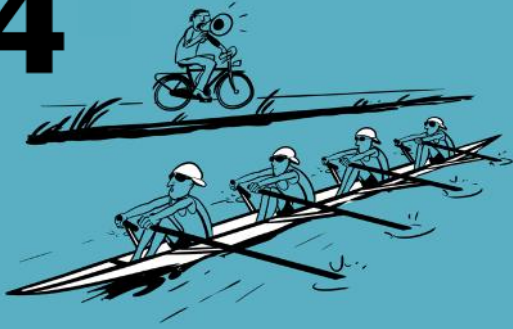


### Positief leerklimaat

 Coaches/trainers

Ontwikkel teambuildingsspellen, zodat jongeren elkaar meer gaan helpen en aanmoedigen.

4

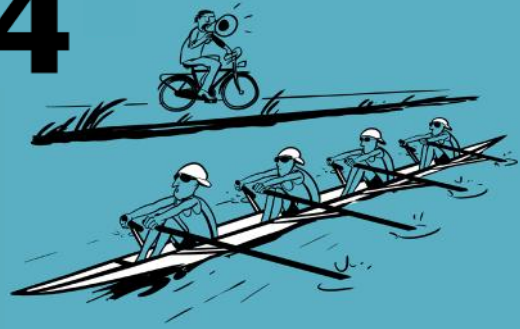


### Positief leerklimaat

 Coaches/trainers

Leg tijdens de training de nadruk op de inspanning, dan volgt de ontwikkeling van vaardigheden (competenties) vanzelf.

4



### Positief leerklimaat

 Coaches/trainers

Na een oefenwedstrijdje wijst elk team iemand van het andere team aan die naar hun gevoel zijn team aanmoedigde en ondersteunde.

4



### Positief leerklimaat

 Coaches/trainers

Jongeren vinden het leuk om te trainen op muziek. Zet een muziekje op tijdens de training als dat mogelijk is.

4



### Positief leerklimaat

 Clubs

Bied trainers en coaches sessies met praktische voorbeelden aan, of laat ze educatieve workshops volgen die over de verschillende manieren van coachen en over het gedrag van de spelers gaan.

4



## Positief leerklimaat



Clubs

Beloon de jongeren die positief bijdragen aan een sportief sportklimaat met een prijsje, bijvoorbeeld 'Speler van de week' of 'Team van de maand'.

5



## Efficiënte tijdsindeling



Coaches/trainers

Help en ondersteun de jongeren bij hoe ze hun tijd (meer efficiënt) kunnen indelen.

5



## Efficiënte tijdsindeling



Coaches/trainers

Laat jongeren weten dat ze sport kunnen combineren met school (of werk).

5



## Efficiënte tijdsindeling



Coaches/trainers

Zorg dat de jeugdige spelers enthousiast worden, want hoe leuker jongeren het sporten vinden, hoe meer tijd ze eraan willen besteden.

5



### Efficiënte tijdsindeling

 Coaches/trainers

Stem sportactiviteiten van de jongeren zo flexibel mogelijk af op schoolactiviteiten.

5



### Efficiënte tijdsindeling

 Clubs

Wijs ouders op de mogelijkheid van gedeeld vervoer of samen fietsen als de reisafstand tussen school of thuis en de sportclub een belemmerende factor speelt.

5



### Efficiënte tijdsindeling

 Clubs

Geef sporttrainingen aan het eind van de middag, na school. Denk als club eens buiten de gebaande paden en bied naast trainingen ook faciliteiten aan waar de jongeren huiswerk kunnen maken (voor of na het sporten).

5



### Efficiënte tijdsindeling

 Clubs

Bied bij de sportclub huiswerkbegeleiding en ondersteuning aan als de trainingen niet ideaal aansluiten op het schoolrooster.



5



### Efficiënte tijdsindeling

 Clubs

Ontwikkel een time-management cursus en biedt deze de jeugdige spelers en hun ouders aan.

5



### Efficiënte tijdsindeling

 Clubs

Open een clubfaciliteit in de buurt, om de reisafstand van jongeren en hun ouders (halen/brengen) te verminderen.

5



### Efficiënte tijdsindeling

 Clubs

Het halen en brengen naar (uit)wedstrijden kost vaak veel tijd. Zoek naar praktische oplossingen in het organiseren van wedstrijden.

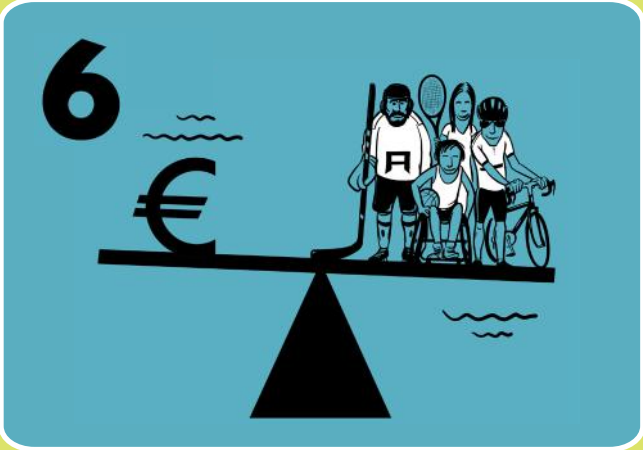
6



### Kosten

 Clubs

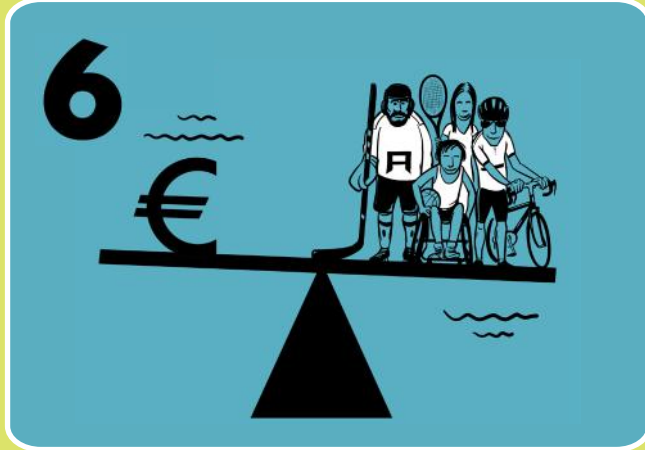
Bied groeps- of familielidmaatschappen met korting aan.



### Kosten

Clubs

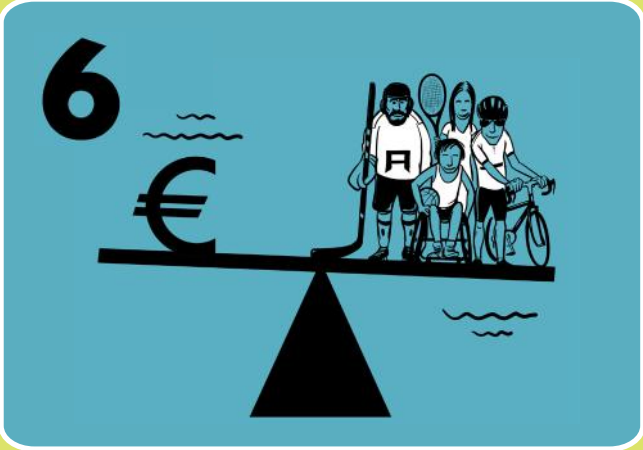
Ga op zoek naar extra middelen, zoals gemeentesubsidie of fondsen, als ouders en de club niet voor alle (contributie)kosten kunnen opdraaien.



### Kosten

Clubs

Bied jongeren een goedkoper lidmaatschap aan in ruil voor het doen van vrijwilligerswerk bij de sportclub.



### Kosten

Clubs

Bied verschillende betaalwijzen aan (bijvoorbeeld gespreid betalen) die aansluiten bij de financiële draagkracht van ouders.



### Kosten

Clubs

Wees meteen duidelijk over de precieze kosten van een clublidmaatschap, zodat ouders en hun kind een weloverwogen keuze kunnen maken over waar de jongere lid van gaat worden.





## Kosten



Als een jongere overstapt op een volwassen lidmaatschap, is dit vaak duurder. Ondersteun ouders en jongeren hier zonnodig bij.



## Kosten



Ontwikkel specifieke programma's die gericht zijn op kwetsbare jongeren.



## Kosten



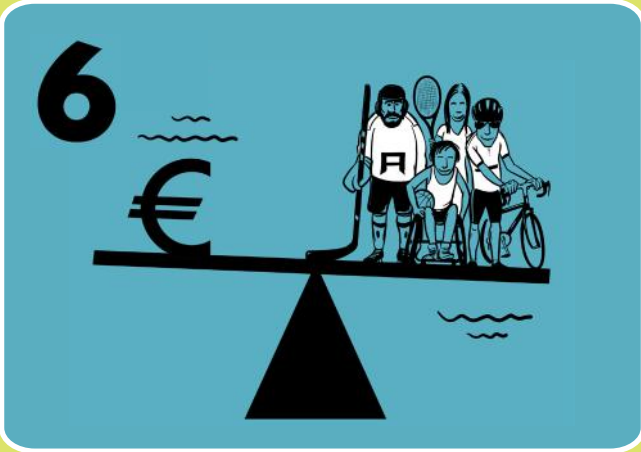
Start gezamenlijke projecten met ouders en de gemeenschap om de kosten te drukken.



## Kosten



Als dat mogelijk is, moet de club jongeren met een zwakke economische achtergrond alternatieven bieden om de kosten terug te dringen, bijvoorbeeld door het aanbieden van gratis trainingen. Ze moeten er echter wel voldoende tijd in steken en tijdens de training laten zien dat ze vooruitgang boeken.



## Kosten



Ga op zoek naar landelijke of regionale ondersteuningsprogramma's of (sport)fondsen, zodat je als club de kosten van een lidmaatschap lager kunt houden.



## Duidelijke verwachtingen



Wees duidelijk over de clubcultuur, bijvoorbeeld competitief of recreatief.



## Duidelijke verwachtingen



Houd een informatiebijeenkomst waarin je de belangrijkste sport- en teaminformatie onder de aandacht brengt.



## Duidelijke verwachtingen



Geef de jongeren een duidelijk schema waarin staat wat er van hen verwacht wordt (warming-up, trainingsplan, participeren) en praat erover met ze.

7



### Duidelijke verwachtingen

 Coaches/trainers

**Maak samen met de jongeren duidelijke regels en richtlijnen op het gebied van tijd, kleding, inspanning, pesten en absentie.**

7



### Duidelijke verwachtingen

 Coaches/trainers

**Probeer helder te communiceren door concrete verwachtingen te scheppen en structuur te bieden.**

7



### Duidelijke verwachtingen

 Coaches/trainers

**Stel vragen tijdens de training om er zeker van te zijn dat de spelers het doorhebben en om reële verwachtingen te ontwikkelen.**

7



### Duidelijke verwachtingen

 Clubs

**Wissel met ouders en jongeren van gedachten over de clubcultuur, de trainingen en andere clubgerelateerde onderwerpen, zodat hun verwachtingen reëel zijn of aangepast worden.**

# 7



## Duidelijke verwachtingen



Zorg voor een goede communicatie tussen de trainer/coach en de betrokkenen (ouders, bestuur, leden) over de missie en doelen van de club.

# 8



## Clubwaarden



Stimuleer vertrouwen, respect en plezier. Als jongeren dit van hun coaches en teamspelers meekrijgen, versterkt dat hun vorderingen en daardoor hun waardering voor sport.

# 8



## Clubwaarden



Nodig een rolmodel uit, zoals een professional of senior speler, om over sportethiek te praten.

# 8



## Clubwaarden



Leer jongeren de tegenstander met respect te behandelen. Laat ze bijvoorbeeld handen schudden voor en na de wedstrijd en leer ze netjes taalgebruik.

8



## Clubwaarden

 Coaches/trainers

Organiseer een overleg over de afspraken binnen het team en bespreek met je team welke normen en waarden hierachter zitten. Deel alle bevindingen met elkaar en zorg ervoor dat iedereen uit het team zich betrokken voelt.

Keep  
Youngsters  
Involved

8



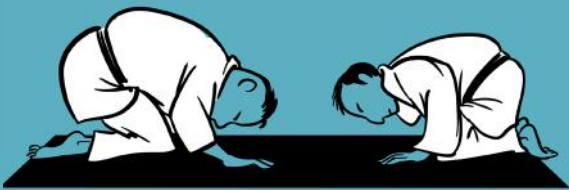
## Clubwaarden

 Coaches/trainers

Zorg ervoor dat je sporters naar een doel toewerken en dat ze zich houden aan afspraken, spelregels en morele waarden.

Keep  
Youngsters  
Involved

8



## Clubwaarden

 Coaches/trainers

Benadruk het belang van sportief spel en morele waarden.

Keep  
Youngsters  
Involved

8



## Clubwaarden

 Coaches/trainers

Benadruk de voordelen van sporten en bewegen aan jongeren en hun ouders.

Keep  
Youngsters  
Involved

8



## Clubwaarden

 Clubs

**Gebruik infographics (beeld en tekst) om het belang van deze waarden duidelijk te maken.**

Keep  
Youngsters  
Involved  
Centrum voor  
Jeugd en Sport

8



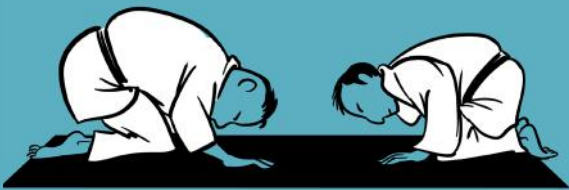
## Clubwaarden

 Clubs

**Geef ouders en jongeren informatie over het belang van een gezonde leefwijze, fysieke gezondheid en hoe ze betrokken kunnen blijven.**

Keep  
Youngsters  
Involved  
Centrum voor  
Jeugd en Sport

8



## Clubwaarden

 Clubs

**Vind manieren om de hele familie enthousiast te maken voor de (sportieve) hobby van één van hen, waardoor zij ook actief worden.**

Keep  
Youngsters  
Involved  
Centrum voor  
Jeugd en Sport

8



## Clubwaarden

 Clubs

**Organiseer bijeenkomsten waaraan de hele familie (jongeren én hun ouders) deelneemt en bijdraagt.**

Keep  
Youngsters  
Involved  
Centrum voor  
Jeugd en Sport



9



Relatie tussen coach en sporter

 Coaches/trainers

Ontwikkel een hechte band met de spelers door je aanwezigheid en betrokkenheid tijdens de trainingen. Zorg daarnaast voor een gastvrije, warme omgeving door belangstelling te tonen voor je spelers en er voor ze te zijn als ze vragen, klachten of zorgen hebben.

9



Relatie tussen coach en sporter

 Coaches/trainers

Schep een nauwe band met jongeren door aanwezig te zijn en voor hen klaar te staan.

9



Relatie tussen coach en sporter

 Coaches/trainers

Vervang dwingende (krachtige/botte) taal door meer uitnodigende taal en let ook op je lichaamstaal.

9



Relatie tussen coach en sporter

 Coaches/trainers

Maak de jongeren duidelijk wat er onder gewenst gedrag wordt verstaan, hoe jongeren zich moeten gedragen en waar de grenzen liggen. Stimuleer positief gedrag en bouw een vertrouwensrelatie met ze op. Hoe beter je de spelers leert kennen, hoe beter je de sfeer ook buiten de trainingen begrijpt.

9



Relatie tussen coach en sporter

 Coaches/trainers

Heb oog voor de sfeer buiten de trainingen om en probeer de jongeren beter te leren kennen.

9



Relatie tussen coach en sporter

 Coaches/trainers

Communiceer open en eerlijk en schaad het vertrouwen niet door kwaad te spreken achter de rug van de jongeren om. Gebruik positieve feedback waardoor ze zich kunnen ontwikkelen.

9



Relatie tussen coach en sporter

 Coaches/trainers

Laat de jeugdige spelers feedbackformulieren of vragenlijsten invullen om hun welbevinden, plezier en (zelf)vertrouwen tijdens de trainingen te beoordelen.

9



Relatie tussen coach en sporter

 Coaches/trainers

Als winnen belangrijker wordt dan het spel of de speler, komt samenwerken en het groepsgevoel in het gedrang.

9



### Relatie tussen coach en sporter

 Coaches/trainers

**Jongeren willen net als volwassenen voor vol aangezien worden. Behandel ze daarom met respect.**

Keep Youngsters Involved  
Initiatief van de Nederlandse Vereniging van Voetbalbonden

9



### Relatie tussen coach en sporter

 Coaches/trainers

**Sta open voor tekenen van irritatie door een nieuwsgierige en motiverende houding aan te nemen als er weerstand is bij de spelers.**

Keep Youngsters Involved  
Initiatief van de Nederlandse Vereniging van Voetbalbonden

9



### Relatie tussen coach en sporter

 Clubs

**Help de jongeren hun competenties te vergroten door aanvullende materialen, demonstraties en de juiste fysieke ondersteuning beschikbaar te stellen.**

Keep Youngsters Involved  
Initiatief van de Nederlandse Vereniging van Voetbalbonden

9



### Relatie tussen coach en sporter

 Clubs

**Zorg ervoor dat problemen tussen coach/trainer en spelers bewaakt en opgelost worden.**

Keep Youngsters Involved  
Initiatief van de Nederlandse Vereniging van Voetbalbonden

9



### Relatie tussen coach en sporter

 Clubs

**Maak beleid en stel richtlijnen op over wat te doen in geval van intimidatie en misbruik. Waar kan iemand dit melden en bij wie kan iemand hulp krijgen?**

9



### Relatie tussen coach en sporter

 Clubs

**Laat coaches en trainers zelf het goede voorbeeld geven tijdens trainingen en wedstrijden.**

9



### Relatie tussen coach en sporter

 Clubs

**Informeer coaches en trainers over redenen waarom jongeren gaan sporten en waarom ze er juist mee stoppen.**

9



### Relatie tussen coach en sporter

 Clubs

**Wijs coaches en trainers op kwaliteiten die spelers graag bij hen zien, zoals eerlijkheid, behulpzaamheid en aanmoedigen.**

9



Relatie tussen coach en sporter

 Clubs

Organiseer teambuildingsactiviteiten om de relatie tussen coach/trainer en spelers te verbeteren.

9



Relatie tussen coach en sporter

 Clubs

Wijs coaches en trainers op de gelijkheid van mannen en vrouwen, maar ook op verschillen in benaderingswijze van jongens en meiden.

9



Relatie tussen coach en sporter

 Clubs

Zorg ervoor dat coaches en trainers kunnen groeien: vraag hem/haar zichzelf en de spelers tijdens de trainingen te observeren. Laat hem/haar op papier zetten wat hij/zij ze vertelt, hoe de vaardigheden van de spelers zijn en hoe de interactie tussen hem/haar en de spelers is.

10



Betrokkenheid met andere spelers

 Coaches/trainers

Begin elke wedstrijd met 10 'respectpunten'. Spelers kunnen punten winnen of verliezen voor hun team op basis van het getoonde gedrag en acties richting hun teamspelers, tegenstanders en scheidrechters.

10



**Betrokkenheid met andere spelers**

 **Coaches/trainers**

**Organiseer direct na school sportlessen met vrienden en klasgenoten.**

10



**Betrokkenheid met andere spelers**

 **Coaches/trainers**

**Nodig vrienden van de jongeren uit en betrek ze bij de trainingen of lessen.**

10



**Betrokkenheid met andere spelers**

 **Coaches/trainers**

**Doe spelletjes die het ijs breken, zodat sociale drempels tussen jongeren wegvallen.**

10



**Betrokkenheid met andere spelers**

 **Coaches/trainers**

**Als jongeren tijdens de trainingen deel uit gaan maken van een groepje, houd ze dan zo lang mogelijk bij elkaar.**

10



**Betrokkenheid met andere spelers**

 **Coaches/trainers**

**Moedig de spelers aan een vriend of vriendin mee te nemen. Je kunt ook een speciale training organiseren waarin de focus ligt op het aantrekken van nieuwe spelers.**

10



**Betrokkenheid met andere spelers**

 **Coaches/trainers**

**Creëer een beloningssysteem voor teams. Beloon een team met een extra punt wanneer spelers elkaar positieve feedback, aanmoediging of steun geven.**

10



**Betrokkenheid met andere spelers**

 **Coaches/trainers**

**Versterk de relaties tussen de spelers door te zorgen voor een gezellige, positieve sfeer tijdens de trainingen.**

10



**Betrokkenheid met andere spelers**

 **Clubs**

**Versterk tijdens de trainingen de rol en betrokkenheid van elk teamlid en zorg ervoor dat niemand buiten de groep valt.**

10



**Betrokkenheid met andere spelers**

 Clubs

**Benadruk het nul-tolerantiebeleid jegens pesten en intimidatie.**

10



**Betrokkenheid met andere spelers**

 Clubs

**Introduceer een 'buddy-systeem', waarin een buddy (een clublid) een nieuwe speler onder zijn hoede neemt, zodat het nieuwe lid zich welkom voelt op de sportclub.**

10

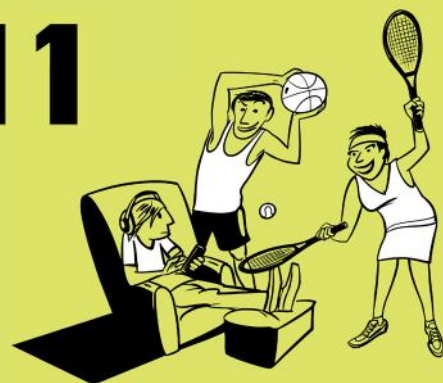


**Betrokkenheid met andere spelers**

 Clubs

**Vraag de jongeren om de club op geschikte locaties zoals op scholen en jeugdverenigingen te promoten via flyers, social media en/of posters.**

11



**Support van ouders**

 Coaches/trainers

**Bespreek met ouders dat ze hun kind aanmoedigen om te gaan sporten. Dat kunnen ze doen door het kind kennis te laten maken met sport of door zelf als vrijwilliger mee te doen met de sportprogramma's voor kinderen.**



11



## Support van ouders

 Coaches/trainers

Heb het met de ouders over de ontwikkeling en het gedrag van hun kind; zij zijn hiervoor per slot van rekening medeverantwoordelijk.

11



## Support van ouders

 Coaches/trainers

Bespreek regelmatig met ouders en hun kind wat je doet op de trainingen, zodat de ouders begrijpen waar hun kind mee bezig is en het geleerde zelfs thuis kunnen stimuleren.

11

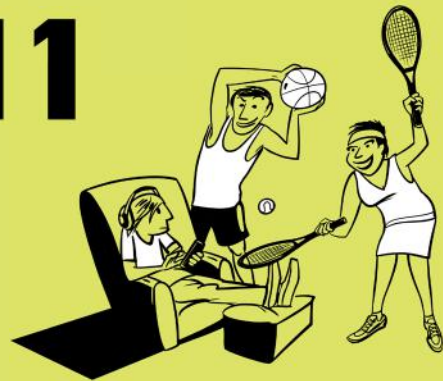


## Support van ouders

 Coaches/trainers

Nodig ouders uit actief te zijn in de sportclub. Laat ouders merken dat ze welkom zijn.

11



## Support van ouders

 Coaches/trainers

Laat de jongeren weten dat hun ouders hen steunen.

11



## Support van ouders



Clubs

**Nodig ouders uit bij informatie- en clubbijeenkomsten.**

11



## Support van ouders



Clubs

**Als een jongere zich inschrijft, vraag zijn/haar ouders dan of zij ook een bijdrage willen leveren aan het reilen en zeilen van de club.**

11



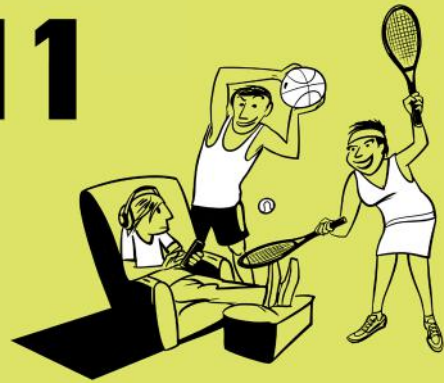
## Support van ouders



Clubs

**Vraag ouders welke bijdrage ze kunnen leveren als ze een jongere inschrijven.**

11



## Support van ouders



Clubs

**Organiseer evenementen, zoals een recreatielooptocht of een wandelclub, waaraan coaches, spelers én ouders kunnen meedoen.**

# 11



## Support van ouders



Clubs

Bied ouders activiteiten aan die inspelen op de behoeften van de club.

# 11



## Support van ouders



Clubs

Ook regelmatig en op vaste momenten met ouders communiceren is onderdeel van je communicatiebeleid. Gebruik de juiste (media)kanalen tussen club & ouders en tussen coaches & ouders, bijvoorbeeld kwartaalbijeenkomsten of social media.

# 11



## Support van ouders



Clubs

Leer ouders dat ze hun kind kunnen helpen basisvaardigheden te ontwikkelen door samen vrijblijvend te sporten.

# 11



## Support van ouders



Clubs

Leer ouders hoe zij hun kind kunnen helpen bij het creëren van realistische verwachtingen wat de sport betreft.

# 11



## Support van ouders



Clubs

**Maak de ouders duidelijk dat intimideren en dwingen geen goede manieren zijn om jongeren tot sporten aan te zetten.**

# 11



## Support van ouders



Clubs

**Zorg binnen de sportclub voor een systematisch beleid om communicatie met ouders te ontwikkelen.**

# 12



## Preventiebeleid



Coaches/trainers

**Kijk wat de juiste strategieën en 'best practices' zijn en pas die toe om jongeren bij de sport betrokken te houden.**

# 12



## Preventiebeleid



Coaches/trainers

**Wees op de hoogte van drop-out factoren en wees je hiervan bewust.**

# 12



## Preventiebeleid

 Coaches/trainers

**Praat met je spelers over verschillende redenen om te stoppen met sporten. Toon interesse in hun opvattingen.**

# 12



## Preventiebeleid

 Coaches/trainers

**Probeer het clubbeleid om uitval te voorkomen, te verbeteren. Baseer je hierbij op goede voorbeelden en op je eigen ervaring.**

# 12



## Preventiebeleid

 Clubs

**Signaleer de oorzaken van sportuitval en neem tegenmaatregelen om jongeren voor de sport te behouden.**

# 12



## Preventiebeleid

 Clubs

**Creëer als sportclub een omgeving waarin je de jongeren behoudt. Richt als club je coachingsbeleid zó in dat de coach zijn aandacht voor 100% op de spelers kan richten.**

# 12



## Preventiebeleid



Promoot je beleid om jongeren voor de sport te behouden. Gebruik daarvoor informatiebijeenkomsten, maar verspreid het ook via social media.

# 12

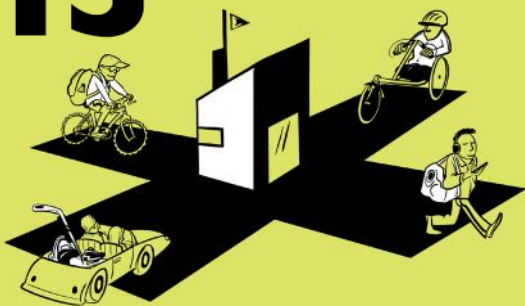


## Preventiebeleid



Organiseer een bijeenkomst met de trainers en coaches om te praten over het beleid om jongeren binnenboord te houden.

# 13

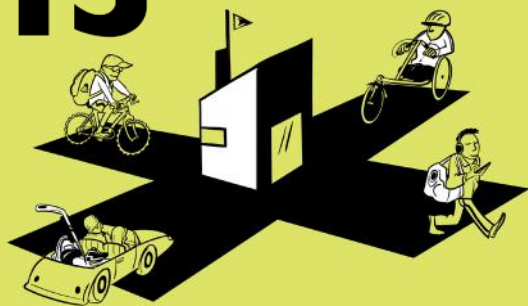


## Fysieke toegankelijkheid



Het plaatsen van sportfaciliteiten dichtbij school of op de schoolcampus kan kosten en reistijd reduceren.

# 13



## Fysieke toegankelijkheid



Neem het lokale sportbeleid onder de loep met de gemeente: zijn er betere locaties denkbaar voor sportaccommodaties?

# 13

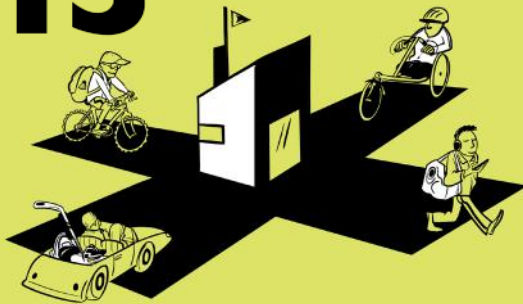


## Fysieke toegankelijkheid



Zorg ervoor dat zowel de infrastructuur als de sportfaciliteiten van de club goed onderhouden en veilig zijn. En zie erop toe dat goede apparaten en materialen beschikbaar zijn.

# 13

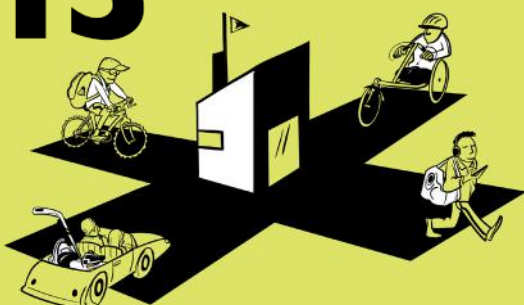


## Fysieke toegankelijkheid



Zorg voor aangepaste voorzieningen voor jongeren en/of ouders met een beperking.

# 13

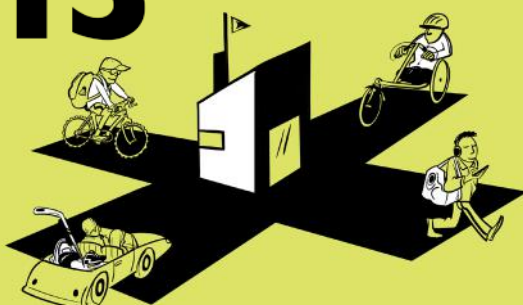


## Fysieke toegankelijkheid



Probeer de sportfaciliteiten overdag open te houden, zodat jongeren er met hun vrienden kunnen sporten en bewegen.

# 13



## Fysieke toegankelijkheid



Creëer een ruimte speciaal voor jongeren, waar ze kunnen chillen en kletsen.

# 13

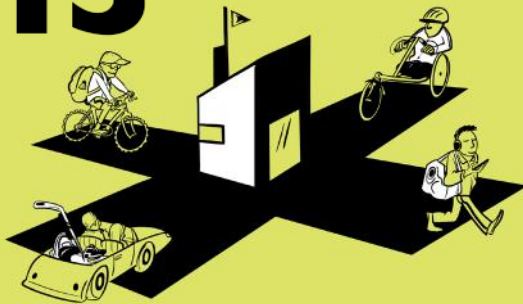


## Fysieke toegankelijkheid



Toegankelijke wifi maakt het voor jongeren aantrekkelijker om op de sportclub te zijn.

# 13

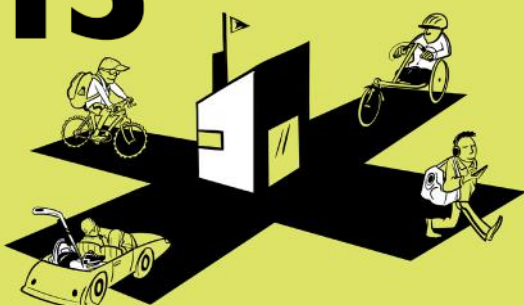


## Fysieke toegankelijkheid



Ga in overleg met de gemeente om de infrastructuur te verbeteren, door bijvoorbeeld de plaatsing van een fietsenstalling, een bushalte of verkeerslichten.

# 13



## Fysieke toegankelijkheid



Zorg voor een veilige sportomgeving: waarborg de veiligheid en kwaliteit van de infrastructuur. Voer, als dat nodig is, verbeteringen door.

# 13



## Fysieke toegankelijkheid



Probeer landelijke of gemeentelijke financiële steun te krijgen bij het realiseren van nieuwe of betere sportfaciliteiten.



14



### Gevarieerd sportaanbod

 Coaches/trainers

Wees je ervan bewust dat overspecialisatie op jonge leeftijd kinderen de mogelijkheid ontzegt om andere sporten te leren kennen. Zo kunnen ze niet ontdekken welke sport ze het leukst vinden.

14



### Gevarieerd sportaanbod

 Coaches/trainers

Gebruik variatie in de trainingen om ze aantrekkelijker te maken.

14



### Gevarieerd sportaanbod

 Coaches/trainers

Help jongeren een andere sport(club) te vinden als ze willen stoppen.

14



### Gevarieerd sportaanbod

 Coaches/trainers

Help jongeren en ouders een nieuwe sportclub te vinden als ze verhuizen of als ze willen stoppen met sporten bij jouw sportclub.

# 14



## Gevarieerd sportaanbod

 Clubs

Zorg voor coaching op alle niveaus en geef spelers de tijd om zich te ontwikkelen.

Keep Youngsters Involved  
Uitvoering van de Nederlandse Sportwet

# 14



## Gevarieerd sportaanbod

 Clubs

Organiseer uitwisselingen tussen nabijgelegen (sport)clubs.

Keep Youngsters Involved  
Uitvoering van de Nederlandse Sportwet

# 14



## Gevarieerd sportaanbod

 Clubs

Als scholen en sportclubs samenwerken (door bijvoorbeeld clinics te geven op scholen), krijgen jongeren de kans uit verschillende sporten te kiezen.

Keep Youngsters Involved  
Uitvoering van de Nederlandse Sportwet

# 14



## Gevarieerd sportaanbod

 Clubs

Bied sport aan op verschillende niveaus en let daarbij op competenties, kracht, moeilijkheidsgraad en mate van betrokkenheid. Maak aparte trainingsgroepen voor prestatieve en recreatieve sporters. Houd bij gemengde teams ook rekening met de (lichaams) ontwikkeling, met name voor en na de puberteit.

Keep Youngsters Involved  
Uitvoering van de Nederlandse Sportwet

14



## Gevarieerd sportaanbod

### Clubs

**Bied jongeren op speciaal daarvoor bestemde tijden de mogelijkheid om recreatief te sporten en te bewegen en spelletjes te doen. Doe dit buiten de reguliere trainingstijden om.**

Keep  
Youngsters  
Involved

Commissie voor  
Jeugd en Sport