

PVB 3.1 Geven van trainingen

Deelkwalificatie van volleybaltrainer 3

Inleiding

Om het door de Nevobo en NOC*NSF erkende diploma volleybaltrainer 3 te behalen, moet je 2 kerntaken op niveau 3 beheersen. Door met succes een proeve van bekwaamheid (PvB) af te leggen, toon je aan dat je een kerntaak beheerst. De PvB's Training geven en Wedstrijd coachen zijn verplicht om je diploma te halen.

1. Doelstelling

Deze PvB heeft betrekking op kerntaak 3.1: 'Geven van trainingen'. Met deze PvB toon je aan dat je:

- sporters en ouders/derden kunt informeren en betrekken;
- sporters kunt begeleiden bij een training;
- jezelf kunt voorbereiden op het geven van een training;
- trainingen kunt uitvoeren en evalueren.

2. Opdracht

De algemene opdracht voor deze PvB is: 'Geef een training'. Deze opdracht voer je uit aan de hand van vier deelopdrachten.

De vier deelopdrachten hebben betrekking op de volgende werkprocessen:

- 3.1.1 Informeert en betreft sporters en ouders/derden;
- 3.1.2 Begeleidt sporters tijdens en bij trainingen;
- 3.1.3 Bereidt trainingen voor;
- 3.1.4 Voert uit en evalueert trainingen.

3. Eisen voor toelating PvB

Je wordt toegelaten tot de PvB, als je voldoet aan de volgende eisen:

- je bent minstens 18 jaar oud;
- je bent lid van de Nevobo;
- je toestemming hebt van de ondernemer;
- Je hebt je dopingscholing coach 3 succesvol afgerond
- Je hebt het volleybalmasterz certificaat behaald
- Je hebt een geldige VOG die in sportlink geregistreerd staat
- je hebt voldaan aan de financiële verplichtingen voortvloeiend uit de PvB.

4. Onderdelen PvB

De PvB bestaat uit een portfoliobeoordeling en een praktijkbeoordeling. Een portfoliobeoordeling bestaat uit een beoordeling van het portfolio door de PvB-beoordelaar.

De praktijkbeoordeling start met een planningsinterview en wordt afgerond met een reflectie interview. Het planningsinterview richt zich op enkele daartoe aangewezen beheersingscriteria en duurt 30 minuten. De praktijk duurt minimaal 45 minuten. Het reflectie-interview gaat over de beoordelingscriteria die zich in de praktijk niet hebben voorgedaan en/of waarover nog twijfel bestaat wat betreft de beheersing. Een reflectie-interview duurt minimaal 30 minuten.

De beoordelingscriteria staan in het protocol van PvB 3.1.

5. Afnamecondities en locatie

De portfoliobeoordeling heeft betrekking op het jaarplan dat je hebt opgesteld en alle trainingsvoorbereidingen. Je geeft een training aan een team van tenminste 9 sporters (advies) die in verenigingsverband actief zijn. Deze sporters kenmerken zich doordat dit team uitkomt in een van de drie hoogste competities van de regio of (top)jeugdteam A/B. Het is de verantwoordelijkheid van de kandidaat om ervoor te zorgen dat de groep sporters voldoet aan bovenstaande eisen. De praktijkbeoordeling wordt afgenomen op basis van een van te voren ingeleverd trainingsplan dat deel uitmaakt van het bijgeleverde jaarplan en vindt plaats op de eigen trainingslocatie. Het reflectie-interview vindt plaats in een daarvoor geschikte ruimte.

6. Richtlijnen

6.1 Informatie

Informatie over de PvB staat in deze PvB-beschrijving, het toetsplan voor kwalificatie volleybaltrainer 3 en het Toetsreglement Sport. Deze documenten zijn te vinden op www.nevobo.nl.

6.2 Inschrijvingsprocedure

Je schrijft je in voor de PvB door het portfolio en het aanvraagformulier naar de volleybal-academie te versturen. De toetsingscommissie bevestigt digitaal de ontvangst van het portfolio en aanvraagformulier en bevestigt daarmee de inschrijving voor de PvB. Namens de toetsingscommissie ontvang je informatie over de praktijkbeoordeling.

6.3 Voorbereiding kandidaat

Voor de praktijkbeoordeling ben je verantwoordelijk voor een team dat voldoet aan het

gestelde in de 'Afnamecondities'. De trainingsvoorbereiding, jaarplan en uitgewerkte trainingen geef je tenminste vier weken voor aanvang van de praktijkbeoordeling aan de PvB-beoordelaar.

6.4 PvB-beoordelaar

Elk PvB-onderdeel wordt afgenomen door één PvB-beoordelaar. De PvB-beoordelaar wordt aangewezen door de toetsingscommissie van de Nevobo.

6.5 Beoordeling

Beoordeling gebeurt aan de hand van de beoordelingscriteria die zijn opgenomen in het protocol.

De beoordelingscriteria zijn geclusterd op basis van de werkprocessen.

6.6 Normering

Om te slagen moeten de portfoliobeoordeling en de praktijkbeoordeling voldoende zijn. Het portfolio is voldoende, als op alle beoordelingscriteria 'voldaan' is gescoord. Ook de praktijk is voldoende, als op alle beoordelingscriteria 'voldaan' is gescoord.

6.7 Uitslag

De toetsingscommissie stelt de uitslag vast en bericht je binnen 15 werkdagen na de dag van de praktijkbeoordeling.

6.8 Herkansing

Voorgaande richtlijnen zijn ook van toepassing op een herkansing. Het aantal herkansingen voor de PvB is onbeperkt. Wel geldt voor elke herkansing dat hier kosten aan verbonden zijn.

6.9 Bezwaar of beroep

Je kunt bij de toetsingscommissie bezwaar maken tegen de gang van zaken voorafgaand aan, tijdens en na de PvB-afname en/of de uitslag van de PvB.

Tegen een beslissing op bezwaar van de toetsingscommissie of na een beslissing van de toetsingscommissie over fraude kun je beroep aantekenen bij de Commissie van Beroep voor Toetsing. Informatie over bezwaar en beroep staat in het Toetsreglement Sport.

Protocol PvB 3.1 Geven van trainingen – portfoliobeoordeling

Naam kandidaat:	Datum:
	PVB-beoordelaar:
Voldaan aan de afnamecondities: ja / nee* Niveau team: Portfolio bestaat uit: Het portfolio is compleet: ja / nee*	
*Bij 'nee' gaat de PVB niet door. De PVB-beoordelaar motiveert dit bij de toelichting.	
Toelichting	

Beoordelingscriteria	Portfolio	Voldaan	Bewijzen (of het weglaten daarvan) waarop score is gebaseerd
Werkproces 3.1.1 Informeert en betreft sporters en ouders/derden			
De resultaten van dit werkproces zijn: <ul style="list-style-type: none"> • De waarden en normen zijn bekend en worden gerespecteerd; • De omgang is sportief en respectvol. 			
1	Adviseert sporters over materiaal, voeding en hygiëne		
2	Maakt afspraken met sporters en ouders/derden		

3	Gaat vertrouwelijk om met persoonlijke informatie			
4	Handelt in geval van een noodsituatie/ongeluk			
5	Houdt zich aan de gedragscode			
<p>Werkproces 3.1.3 Bereidt trainingen voor</p> <p>Het resultaat van dit werkproces is:</p> <ul style="list-style-type: none"> De training draagt bij aan het realiseren van doelen op langere termijn (= jaar). 				
6	De trainer maakt een jaarplan/ periodeplan op macro- en mesoniveau			
7	Maakt een analyse van de beginsituatie			
8	Maakt een analyse van de individuele spelers			
9	Maakt een zelfanalyse, eigen competenties en kwaliteiten en leerpunten			
10	Benoemt ambities en concrete doelen			
11	Werkt passend binnen het jaarplan trainingen uit			
12	Toont aan dat de spelers invloed hebben gehad op het plan en de uitgewerkte trainingen			
13	Toont aan dat de trainer het verloop van het plan evalueert en de gegevens verwerkt in zijn aanpak en de trainingen			
Resultaat van de portfoliobeoordeling			Toelichting	

Handtekening PVB-beoordelaar:	
Akkoord toetsingscommissie	Naam:

Toelichting beoordelingscriteria VT3 Portfolio PvB 3.1

Werkproces 3.1.1 Informeert en betreft sporters en ouders/derden	
1	Adviseert sporters over materiaal, voeding en hygiëne (keuze en gebruik) Desgevraagd en/of proactief adviseert de trainer de sporters over de kleding, schoenen, blessurepreventieve bescherming, voeding en hygiëne.
2	Maakt afspraken met sporters en ouders/derden In zijn voorbereiding, training en nabespreking laat de trainer-coach zien dat hij rekening houdt met de individuele verschillen tussen sporters en dat hij sporters, ouders en derden de ruimte geeft voor een eigen inbreng. Zo zorgt hij ervoor dat iedereen zich verantwoordelijk voelt de gemaakte afspraken na te komen. De afspraken worden benoemd en gemotiveerd.
3	Gaat vertrouwelijk om met persoonlijke informatie De trainer-coach geeft geen persoonlijke informatie door aan derden zonder toestemming van de betreffende personen. De trainer beschrijft, adhv een voorbeeld, hoe hij hier mee omgaat.
4	Handelt in geval van een noodsituatie/ongeluk De trainer beschrijft in zijn portfolio het proces wat er zich zou afspelen als zich een dergelijke situatie voordoet. Het gaat hierbij om wanneer de trainer een noodsituatie/ongeluk waarneemt, onderneemt hij acties waardoor zo snel mogelijk voor de deelnemende sporters en eventueel andere aanwezigen een veilige situatie ontstaat.
5	Houdt zich aan de gedragscode De trainer heeft een verklaring toegevoegd dat hij zich aan de gedragscode zal houden en geeft blijk de inhoud van deze te kennen.
Werkproces 3.1.3 Bereidt trainingen voor	
6	De trainer maakt een jaarplan/ periodeplan op macro- en mesoniveau. De trainer heeft een duidelijke visie op plannen wat betreft ontwikkeling van het eigen team. De trainer kan aangeven hoe hij deze plannen denkt te gaan realiseren. De trainer brengt bovenstaande elementen samen in een jaarplan/periodeplan. De punten 7 t/m 13 zijn hier in uitgewerkt.
7	Maakt een analyse van de beginsituatie. De trainer-coach maakt van het team een analyse. Hierbij betreft hij alle relevante informatie voor deze planning en motiveert zijn keuze.
8	Maakt een analyse van de individuele spelers De trainer-coach maakt van de individuele spelers een analyse van de technische, tactische, fysieke en mentale mogelijkheden.

9	<p>Maakt een zelfanalyse, eigen competenties en kwaliteiten en leerpunten</p> <p>Beschrijft hierbij evaluatiemethoden en –momenten Geeft aan op welke wijze hij invulling geeft aan dit proces.</p>
10	<p>Benoemt ambities en concrete doelen</p> <p>De trainingsdoelen worden door de trainer SMART geformuleerd. (Specifiek, meetbaar, acceptabel, realistisch en tijdsgebonden.) Vanuit de trainingsdoelen kan de trainer accenten aangeven.</p>
11	<p>Werkt passend binnen het jaarplan trainingen uit.</p> <p>Op basis van het jaarplan (macro) werkt de trainer een periode (meso) een reeks van samenhangende trainingen uit (over die periode). De trainer laat zien dat de trainingen passen in de opbouw van het jaarplan.</p>
12	<p>Toont aan dat de spelers invloed hebben gehad op het plan en de uitgewerkte trainingen</p> <p>De trainer betreft zijn spelers bij het maken van het jaarplan. De trainer maakt zichtbaar dmv voorbeelden op welke wijze dit is gebeurt.</p>
13	<p>Toont aan dat de trainer het verloop van het plan evalueert en de gegevens verwerkt in zijn aanpak en de trainingen</p> <p>De trainer beschrijft hoe hij het jaarplan evalueert, er relevante conclusies uit trekt en verwerkt.</p>

Protocol PvB 3.1 Geven van trainingen – praktijkbeoordeling

Naam kandidaat:	Datum:
	PvB-beoordelaar:
	Plaats:
Voldaan aan de afnamecondities: Locatie en voorbereiding kandidaat: ja / nee* Niveau team: Aantal spelers:	
*Bij 'nee' gaat de PvB niet door. De PvB-beoordelaar motiveert dit bij de toelichting.	
Toelichting	

Beoordelingscriteria	Planning	Praktijk	Reflectie	Voldaan	Waargenomen gedrag en/of uitspraken (of nalaten daarvan) waarop score is gebaseerd
Werkproces 3.1.1 Informeert en betreft sporters en ouders/derden					
De resultaten van dit werkproces zijn:					
<ul style="list-style-type: none"> • waarden en normen worden gerespecteerd; • er wordt sportief en respectvol gedrag vertoond. 					
1	Informeert en betreft sporters bij verloop van de training				
2	Stimuleert sportief en respectvol gedrag				

3	Gaat sportief en respectvol om met alle betrokkenen				
4	Komt afspraken na				
5	Bewaakt waarden en stelt normen				

Werkproces 3.1.2 Begeleidt sporters tijdens trainingen

De resultaten van dit werkproces zijn:

- begeleiding doet recht aan de sportieve mogelijkheden en ambities van de sporters;
- veilige trainingssituatie.

6	Heeft een trainingsvoorbereiding gemaakt conform jaarplan				
7	Stemt de trainingsinhoud af op de omstandigheden en mogelijkheden van de sporters				
8	Houdt rekening met persoonlijke verwachtingen en motieven van sporters				
9	Benadert sporters op positieve wijze, motiveert, stimuleert en enthousiasmeert.				
10	Past de omgangsvormen en het taalgebruik aan de belevingswereld van de sporters aan				
11	Vertoont voorbeeldgedrag op en rond de sportlocatie				

Werkproces 3.1.4 Voert uit en evalueert trainingen

De resultaten van dit werkproces zijn: de training is veilig; de training sluit aan bij de wensen en mogelijkheden van de sporter; de training is geëvalueerd.					
12	Treedt op bij (potentieel) onveilige sportsituaties en besteed aandacht aan het voorkomen van blessures				
13	Doet oefeningen op correcte wijze voor of maakt gebruik van goed voorbeeld				
14	Geeft feedback en aanwijzingen aan sporter op basis van analyse van de uitvoering van de volleybaltechnieken				
15	Maakt zichzelf verstaanbaar				
16	Voert de training efficiënt uit.				
17	Houdt de aandacht van de sporters vast				
18	Evalueert proces en resultaat van de training				
19	Reflecteert op het eigen handelen				
20	Vraagt feedback				
21	Verwoordt eigen leerbehoeften				
Resultaat van de praktijkbeoordeling					Toelichting
Handtekening : PvB- beoordelaar					

Akkoord toetsingscommissie:	Naam:

Toelichting beoordelingscriteria PvB 3.1- Praktijk beoordeling

Werkproces 3.1.1. Informeert en betreft sporters en ouders/derden	
1	<p>Informeert en betreft sporters bij verloop van de training</p> <p>De trainer start de training met uitleg van de doelen en de accenten en vraagt om reacties hierop. Vraagt tevens naar relevante bijzonderheden.</p>
2	<p>Stimuleert sportief en respectvol gedrag</p> <p>De trainer-coach geeft complimenten, als opdrachten goed worden uitgevoerd of een techniek goed wordt toegepast. Ook stimuleert de trainer-coach sporters om positief en respectvol met elkaar om te gaan. Laat actief gedrag zien (aanmoedigingen en correcties e.d.). Na de training wordt er aangegeven wat goed ging en wat beter kon. Sluit de training samen met het team af en neemt afscheid van de sporters.</p>
3	<p>Gaat sportief en respectvol om met alle betrokkenen</p> <p>De trainer-coach heeft duidelijke richtlijnen gegeven aan de betrokkenen voor sportief en respectvol gedrag, wat zij kunnen verwachten en waar zij hem op mogen aanspreken als dit niet gebeurt. Voorbeelden: Voor de training Begroet duidelijk zichtbaar en/of hoorbaar het eigen team, hetzij als groep, hetzij ieder individueel (hangt mede af van de wijze van samenkomen).</p> <p>Tijdens de training Laat sportief gedrag zien (houding, gebaren, verbale reacties e.d.). Laat gedrag zien, waaruit betrokkenheid blijkt (verbaal, non-verbaal). Laat actief gedrag zien (aanmoedigingen en correcties e.d.). Na de training Sluit de training samen met het team af en neemt afscheid van de sporters.</p>
4	<p>Komt afspraken na</p> <p>De trainer-coach formuleert de – samen met de sporters gemaakte - afspraken begrijpelijk en duidelijk. De trainer-coach controleert of de betrokkenen de afspraken hebben begrepen. De trainer-coach voert de afspraken uit en indien, door veranderende omstandigheden, een wijziging van de afspraken noodzakelijk is, worden de betrokkenen tijdig geïnformeerd. In dat geval maakt hij nieuwe afspraken.</p>
5	<p>Bewaakt waarden en stelt normen</p> <p>De trainer-coach maakt - met alle betrokkenen - afspraken, binnen maatschappelijke normen en waarden, hoe in situaties te handelen en te communiceren. De trainer-coach bewaakt dat betrokkenen de afspraken nakomen. De trainer-coach vervult in dezen een voorbeeldfunctie.</p>

Werkproces 3.1.2. Begeleidt sporters tijdens trainingen

6	<p>Heeft een trainingsvoorbereiding gemaakt conform jaarplan/periodeplan</p> <p>De training is gebaseerd op de trainingsdoelen uit het jaarplan. Tevens zijn eigen leerdoelen benoemd. De training is methodisch verantwoord opgebouwd en de daarbij horende intensiteit.</p>
7	<p>Stemt de trainingsinhoud af op de omstandigheden en mogelijkheden van de sporters</p> <p>De opbouw van de oefeningen is afgestemd op technische, tactische en fysieke mogelijkheden van de sporters. De trainer past oefenstof of methodiek aan, als daarvoor gegronde aanleiding is.</p>
8	<p>Houdt rekening met de persoonlijke verwachtingen en motieven van sporters</p> <p>In zijn voorbereiding, voorbespreking, coaching en nabespreking laat de trainer zien dat hij rekening houdt met de persoonlijke individuele verschillen tussen de sporters en dat hij de sporters de ruimte geeft voor eigen inbreng.</p>
9	<p>Benadert sporters op positieve wijze en motiveert en enthousiasmeert sporters</p> <p>De benadering van de trainer-coach past bij de leefwereld van de sporter. Hij stimuleert gewenst gedrag door zijn voorbeeldfunctie en laat de sporters positief met elkaar omgaan. De trainer-coach spreekt sporters op een positieve en opbouwende manier aan. Hij geeft complimenten als opdrachten goed worden uitgevoerd of een techniek goed wordt toegepast. De trainer-coach spreekt sporters op een positieve en opbouwende manier aan. Hij geeft complimenten als opdrachten goed worden uitgevoerd of een techniek goed wordt toegepast.</p>
10	<p>Past de omgangsvormen en het taalgebruik aan de belevingswereld van de sporters aan</p> <p>De trainer-coach communiceert zodanig met de sporters dat deze zijn bedoelingen begrijpen en zij zich uitgenodigd voelen hierop te reageren. De trainer-coach communiceert met de sporters en begeleiders over zijn manier van training geven.</p>
11	<p>Vertoont voorbeeldgedrag op en rond de sportlocatie</p> <p>De trainer-coach is er zich van bewust dat hij als trainer-coach een voorbeeldfunctie heeft. De trainer-coach weet wat het gewenste gedrag is en draagt dit ook uit naar de sporters en de begeleiders.</p>

3.1.4 Voert uit en evalueert trainingen

12	Treedt op bij onveilige sportsituaties en besteed aandacht aan het voorkomen van blessures Zodra de trainer een onveilige sportsituatie waarneemt, onderneemt hij acties waardoor zo snel mogelijk voor de deelnemende sporters en eventueel andere aanwezigen een veilige situatie ontstaat. Dit geldt zowel voor, tijdens als na de training. De trainer ziet toe op geschikte kleding, schoeisel en blessurepreventieve bescherming in de voorbereiding, tijdens en na de training.
13	Doet oefeningen op correcte wijze voor of maakt gebruik van goed voorbeeld De trainer kent de uitvoering van de technieken en spelsituaties en kan die op de juiste wijze zelf of door een ander laten demonstreren.
14	Geeft feedback en aanwijzingen aan sporter op basis van analyse van de uitvoering van de volleybaltechnieken De trainer geeft goede en gedoseerde individuele of groepsgewijze feedback (stelt vragen, geeft aanwijzingen, corrigeert etc.). De trainer controleert of de sporters de feedback begrijpen en opvolgen.
15	Maakt zichzelf verstaanbaar De trainer zorgt ervoor dat hij zijn positie in de training zo zoekt dat hij verstaanbaar is voor de sporters. De trainer roept bij belangrijke uitleg de sporters bij elkaar. De trainer checkt bij de groep of ze hem begrijpen.
16	Voert de training efficiënt uit. De trainer gebruikt een beperkt aantal oefeningen en overgangen daartussen. "Praatje, plaatje, daadje" kan worden toegepast. De training wordt methodisch verantwoord uitgevoerd en past daarbij de oefeningen aan waar dat nodig is dmv verlichten of verzwaren.
17	Houdt de aandacht van de sporter vast De trainer vraagt sporters feedback over intensiteit en uitvoerbaarheid van opgedragen oefeningen.
18	Evalueert proces en resultaat van de training De trainer-coach kijkt samen met de sporters terug op de training, door het stellen van vragen over het doel, de uitvoering en hun mening over de training. Aan de hand daarvan komt hij samen met de sporters tot conclusies en stelt hij verbeterpunten op.
19	Reflecteert op het eigen handelen De trainer laat zien dat hij in staat is te reflecteren op eigen handelen. De trainer evalueert zijn eigen functioneren en vraagt daarbij feedback van anderen. In zijn nieuwe functioneren laat de trainer zien dat de evaluatie en feedback meegenomen worden in zijn handelen. (Reflecteren is terugdenken en overzien, nadenken over jezelf, je gedrag of een activiteit. Doel van het reflecteren is het vergroten van begrip en inzicht en het verbeteren van je gedrag. Reflecteren op het leerproces kan je helpen om effectiever te leren en om de leerstof beter te onthouden.)

20	<p>Vraagt feedback</p> <p>De trainer-coach beheerst de technieken/vaardigheden van het vragen en geven van feedback. Hij weet wanneer hij het geven van feedback moet uitstellen om de sporter zelf regie te laten nemen in zijn ontwikkeling. De trainer-coach vraagt actief om feedback op het eigen functioneren en het functioneren van de sporters.</p>
21	<p>Verwoordt eigen leerbehoeften</p> <p>De trainer formuleert, naar aanleiding van verkregen feedback en eigen waarnemingen, concrete doelen waarin hij zichzelf zou willen verbeteren. De trainer geeft sturing aan het eigen leerproces.</p>