



# Is kiezen verliezen?

VTS Flash 26 mei [#3]

Je maakt als trainer heel wat **keuzes** tijdens trainingssessies, wedstrijden en contacten met jeugdporters en hun ouders. Sommige keuzes liggen voor de hand en worden door anderen niet in twijfel getrokken. Maar er zijn ook situaties waarin je voor een dilemma wordt geplaatst en je keuze minder vanzelfsprekend is. Druk van het bestuur, ouders, medetrainers, spelregels, tradities, competitieelementen, gangbare opvattingen, enz. beïnvloeden permanent je keuze.

Te vaak wordt hierdoor de keuze waarin de integriteit van de sporter of een groep sporters voorop staat als een moeilijke weg ervaren. Maar trainers die hier toch steeds weer bewust voor **kiezen** zullen ervaren dat hun sporters niet enkel **winnen** aan sporttechnische vaardigheden, maar ook aan sociale vaardigheden, motivatie, spelplezier, inzet en zoveel meer.

De **Vlaamse Trainersschool** en **ICES** slaan de handen in elkaar en helpen trainers om bij dilemma's te kiezen voor de oplossing waarbij sporters **op lange termijn winnen**.

En wij van de VSB voorzien telkens een schermspecifiek woordje extra ☺

## De aard van het beestje

Voor velen is het schermen juist een aantrekkelijk sport omwille van het spel van oppositie en het zich meten aan een ander. Daarin is inherent vervat dat je je tegenstander wel of niet overwint. Het is dus niet eenvoudig om de woorden "winnaar" en "verliezer" te vermijden in het schermen.

Er zijn echter tal van schermwijsheden die je kan aanwenden om schermers in hun verlies te steunen, zoals "de belangrijkste tegenstander zit tussen je eigen oren" of "op een schermwedstrijd is er maar één iemand die al zijn wedstrijden gewonnen heeft".

In het kader van de langere termijn ontwikkeling van de schermers is het belangrijk zo vroeg mogelijk te leren andere doelen te stellen dan puur winnen op score. Thematisch schermen, zoals in de nota bij Is Kiezen Verliezen #1 (maart) beschreven werd, biedt een antwoord op die situatie en is een leuke manier om te trainen. Maar om de schermers te leren doelen stellen moeten de oefeningen wel expliciet gekaderd worden en het proces van "andere doelen stellen" zichtbaar worden gemaakt.

## Sociale dimensie

Het kan helpen om 'samenwerken' als doel te stellen. Vaak wordt dan gedacht aan ploegschermen, maar ploegschermen is, in tegenstelling tot volleybal of hockey, geen ploegsport. Ploegschermen kan voor kinderen een donkere zijde hebben: het vierkante wiel aan de wagen zijn in niet leuker voor een kind dan voor een volwassene, en de volwassene is mentaal beter gewapend tegen de druk en het zelfverwijt als hij zich 'de prutser' van de ploeg voelt.

Er zijn echter wel manieren om team spirit en het sociale element boven de score plaatsen:

Je kan ook bij ploegschermen thematische opdrachten inleggen.

Of je kan het concept van ploegschermen creatief uitbreiden, door bijvoorbeeld gedurende de periodes waarin de schermers op de piste elkaar aflossen, de niet-actieve schermers een opdracht te geven die de ganse score op zijn kop kan zetten. Het is dan zaak om de opdrachten zo te kiezen dat de beginners of technisch zwakkere schermers hun sterkere kanten kunnen gebruiken, en de opdracht hoeft hierbij ook helemaal geen fysieke of sportieve te zijn: het kunnen aanwenden van de grijze materie is immers even belangrijk in onze sport! Zo zou de opdracht kunnen zijn: bij de score van de tegenstander wordt één punt afgetrokken telkens iemand een volledige pistelengte kan sprinten. Of je voorziet tafels van vermenigvuldiging, sommen of een scherm-quiz over het reglement waarbij het totaal van juiste antwoorden bij de score van de eigen ploeg bijgeteld wordt.

Een andere oplossing om bij ploegschermen samenwerking te maximaliseren is de formule die tijdens het 24-uur schermen van Fencing for Life wordt gebruikt: de volledige groep schermers wordt opgedeeld in een A en B ploeg en in kleinere ploegjes over de beschikbare pistes verdeeld. Schermers blijven een bepaalde tijd op de piste (er wordt dus niet in manches geschermd, maar bijvoorbeeld gedurende twee minuten). De scores van alle A en B ploegen worden samengeteld. Zelfs zeer competitieve kinderen zullen na een tijdje de tel van hun eigen score niet meer bij kunnen houden, en enkel plezier hebben in hun bijdrage aan één van die twee monsterscores.