

Visie Sportkaderopleiding: trainers

Inhoud

1. Inleiding	1
2. Opleidings- en trainerstraject	1
3. Visie Training	3
4. Visie wedstrijd-coaching	4
5. Ontwikkelingslijnen.....	4
6. Definities	5

1. Inleiding

Dit document geeft de visie weer van de VSB inzake opleidings- en trainerstraject in het Vlaamse schermlandschap.

Voor de lezing is het belangrijk te weten dat deze visie op de trainersopleiding, met inbegrip van de richtlijnen voor het takenpakket, kadert in een bredere visie van de VSB waarbij ook de andere rollen een plaats krijgen in het "sportkader": bestuursleden, scheidsrechters, schermers zelf, ouders van minderjarige schermers, en vrijwilligers die allerlei taken uitvoeren in de clubs die nodig zijn om de schermer van een kwalitatieve training te voorzien.

2. Opleidings- en trainerstraject

Basisbeginsel

Elke trainer, en elke assistent trainer, ongeacht niveau of diploma,

- gedraagt zich altijd en overal volgens de regels van het schermen (hoffelijk, gedisciplineerd, sportief)
- past de minimum veiligheidsvoorschriften toe zoals bepaald door de VSB voor de uitgevoerde activiteit (initiatie, training, wedstrijd...)
- streeft een open en actieve houding na in elke situatie
- erkent de noodzaak om zich blijvend bij te scholen, en erkent tevens het potentieel om te groeien in elke activiteit

Aspirant Initiator

De taken van de aspirant initiator zijn:

- assisteren bij trainingen op een niet schermtechnische wijze (basisvaardigheden, spelvormen voor opwarming, hulp bij organisatie van groepsoefening als extra paar ogen, klaar zetten materiaal etc.)
- toezien op het veilig verloop van de training (2^{de} paar ogen, toezien op het volgen van de elementaire veiligheidsvoorschriften etc.)
- helpen de communicatie te verbeteren (geven en ontvangen van informatie inzake training, club, reglementen etc.)

Omdat dit niveau ook een eerste stap richting trainer is, leert de aspirant hoe een gezonde en veilige training in elkaar zit, wat een lesvoorbereiding is, en welke elementen aan bod komen bij het lesgeven (o.a. communicatie, doelgroepen, ethiek, fair-play etc.)

Initiator

De Initiator is binnen de club de hulptrainer. De taken van de Initiator zijn:

- zich ontfemen over de beginners, gekaderd door een hogeropgeleide en meer ervaren trainer:
 - de initiator initieert beginners in de schermsport en leert de basishouding, -bewegingen en –technieken aan
 - de initiator leert de beginner
 - de gebruiken van de club (clubreglement, richtlijnen bestuur...)
 - de gebruiken van het schermen (hoffelijkheid, sportiviteit, discipline)
 - wat het vereiste basismateriaal is en bij wie (binnen of buiten de club) de beginner terecht kan voor advies inzake aankoop
- de initiator geeft training volgens de visie van de VSB
- de initiator kan zelfstandig een lesfiche opstellen, en een recreatieve of niet-tactische training organiseren
- de initiator kan de schermclub kaderen op Vlaams niveau (organisatiestructuur e.d.)
- de initiator kan coachen op recreatief niveau

Bijkomende opmerking:

De initiatoropleiding houdt maar een beperkte opleiding inzake gezond en veilig sporten in. De initiator hoort qua veilig en gezond sporten dus steeds gekaderd te worden door een persoon die wél deze kennis en inzichten heeft (hogeropgeleide trainer, Ba/Ma LO). Van de Initiator die geen hogere opleiding nastreeft wordt verwacht dat hij of zij zich bijschoolt door het volgen van het Algemeen Gedeelte voor Instructeur B of een gelijkaardige bijscholingen ingericht door de VSB.

Trainer B

De Trainer B is de hoofdtrainer en de ruggengraat van de club. De taken van de Trainer B zijn:

- het kader te vormen
 - voor de aspiranten en initiators
 - door structuur te bieden (maand- en jaarplanning)
 - door doelen voor de schermers te stellen (trainings- en wedstrijdplanning)
 - door specifieke lesdoelen aan te reiken, kaderend binnen de planning
 - door aspirant en initiators te helpen vormen (pedagogische verantwoordelijkheid voor junior kader)
- de Trainer B vervolmaakt de scherman op schermtechnisch en tactisch vlak
- de Trainer B adviseert de scherman inzake
 - het traject in de sport
 - doorverwijzing naar nodige omkadering
 - de reglementen en richtlijnen van de competitieve beoefening (FIE reglement, testing, anti-doping, VSB topsportstructuren, BE klassement, soorten wedstrijden, selecties...)
- de Trainer B coacht schermers op nationaal niveau
- de Trainer B coacht schermers op internationaal B niveau

Trainer A

De Trainer A is een topsporttrainer en is hierbij over clubgrenzen heen actief. De taken van de Trainer A zijn:

- topschermers vormen en begeleiden, waarbij de resultaatsdoelen liggen op het niveau EK, WK en OS
- vormt het kader voor de topschermers door advies te geven inzake sportwetenschappelijke en sportmedische begeleiding, en zulke begeleiding te coördineren
- coördineert de kadertraining voor de topschermers, en begeleidt en adviseert de clubtrainers van de schermers op de Blosslijst inzake het trainingstraject, wedstrijdplanning e.d.
- de Trainer A schoolt zich internationaal bij

3. Visie Training

De kwaliteitstraining is een goede en gezonde training, en

- is een gestructureerd gebeuren; ze bestaat uit een begin met opwarming, een midden al naargelang het trainingsdoel, en een slot met cooldown
- heeft aandacht voor de sportpedagogische opdracht, nl. het opvoeden van schermers inzake veilig en gezond trainen door oefeningen voldoende en correct uit te leggen zodat de schermer ze zich eigen kan maken
- laat ruimte voor het spelelement op elk niveau
- biedt naast het schermtechnische en –tactische, voldoende aandacht aan de mentale en sociale kant van de sportbeleving
- schenkt aandacht aan differentiatie, qua
 - leeftijden
 - doelgroepen
 - schermen als bewegingsaanbod en schermen als resultaatsgerichte sport (rec/comp)

De kwaliteitstraining kadert in een periodieke planning (week-, maand- en jaarplanning), en wordt concreet ingevuld aan de hand van lesfiches. De training wordt georganiseerd en gepland door de hoofdtrainer, en verder uitgewerkt en ingevuld door diens assistenten. De assistenten voorzien de nodige groepswerking, de hoofdtrainer leidt de fysieke training, de wedstrijdtraining en de individuele les. De hoofdtrainer houdt bij de planning rekening met de specifieke ontwikkelingslijnen om gewenste vorderingen te plannen en effectieve (trainings-)resultaten in te schatten.

De kwaliteitstraining wordt gekenmerkt door een goede communicatie, en dit

- tussen de hoofdtrainer en zijn assistenten (sturing, feedback, samenwerking)
- met de schermers inzake trainingsdoelen, -planning en -resultaten (analyse voor en na, zelfstandigheid van de schermer)
- met schermers inzake invloeden van buiten de training (context van het individu, betrokkenheid, inschatten gemoedstoestand)

De kwaliteitstraining, ongeacht het niveau of het doel, heeft aandacht voor het reglement van de FIE, en stimuleert waar toepasbaar de arbitrage.

4. Visie wedstrijd-coaching

Beginnersniveau

De begeleiding van debuterende en recreatieve schermers wordt ingevuld door initiators of een door de trainer of club aangeduide wedstrijdbegeleider (niet-trainer), die de waarden en gedragsregels van de schermsport toepassen.

Op dit niveau dient de ontmoeting of wedstrijd om de schermer een eerste basis te geven in:

- weerbaarheid (omgaan met winst en verlies)
- organisatie (ontdekking van de schermwereld en het schermgebeuren)

Hierbij wordt er bijzonder aandacht gegeven aan:

- alle deelnemers, ook buiten de club, en dit ter bevordering van de sportbeleving en het spelplezier van alle debuterende of recreatieve schermers
- het creëren van het ondersteunende netwerk van de schermer, door o.a. ouders te informeren, carpooling te stimuleren, de schermer voor te stellen aan mensen van andere clubs etc.

Competitief niveau

Op het competitieve niveau (nationaal tot internationaal) wordt de begeleiding ingevuld door gediplomeerde trainers die optreden als coach, die de waarden en gedragsregels van de schermsport toepassen.

Op dit niveau is de begeleiding resultaatgericht. De coach werkt *kwalitatief* resultaatgericht, en voorziet hiertoe de nodige

- planning
- sturing inzake omkadering (psycholoog, fysieke trainer...)
- voorbereiding (sporttechnisch en -tactisch, mentaal en praktisch) van de schermer
- afronding (feedback moment op de eerstvolgende training)

De coach

- schoolt zich blijvend bij op het vlak van omgangsvormen en communicatie
- doet het nodige om zich een kalme en beheerste houding aan te meten tijdens het coachen
- werkt aan de opvoeding van de schermer door
 - het ondersteunend netwerk te voeden (reglement uitleggen, duidelijke grenzen stellen)
 - de schermer zijn weerbaarheid verder te vergroten
 - de schermer zijn zelforganisatie (zelfstandigheid) te stimuleren

5. Ontwikkelingslijnen

Het doel van de ontwikkelingslijnen van de wapens is de trainer een kapstok te geven om gewenste vorderingen (planning) of resulterende vorderingen (evaluatie) te kunnen inschatten. Het is een broodnodig element in de toolbox van de trainer.

Via deze ontwikkelingslijnen moet een trainer bijvoorbeeld kunnen inschatten tot welk stapje hij of zij een beginnend schermer kan krijgen tijdens een weekje sportkamp (in tegenstelling tot 6 weken training), welke elementen bij oudere instappers meer tijd zullen vragen vanwege minder flexibele fysiek etc.

6. Definities

Topschermer

De topschermer komt voor als belofte of elite op de topsportlijst van Bloso, en is minstens van de leeftijdscategorie cadet.

Wedstrijdbegeleider vs. Coach

De wedstrijdbegeleider is een niet-trainer die op aansturen van de clubtrainer of club (een) schermer(s) begeleidt, en bij voorkeur een bijkomende opleiding tot wedstrijdbegeleider heeft gevolgd.

De coach is een trainer die (een) schermer(s) op wedstrijd begeleidt.

Ontwikkelingslijn vs. leerlijn

De leerlijn is de progressie in technieken en tactische inzichten die een schermer ontwikkelt. De ontwikkelingslijn integreert de leerlijn in een kader waarin ook rekening gehouden wordt met de mentale en fysieke ontwikkeling van de schermer e.a. leeftijdgebonden factoren.

VSB Beker

Een ontmoeting die bedoeld is als debuut en leermoment voor schermers met relatief weinig ervaring.

VSB Jeugdtraining

De training die over clubgrenzen heen georganiseerd wordt voor schermers met wedstrijdervaring. Voor trainers gelden deze jeugdtrainingen als permanent bijscholingsmoment.

Kadertraining

De training die over clubgrenzen heen binnen een topsportstructuur aangeboden wordt aan topschermers.

