

## DE OPDRACHTEN BT4 (Gekoppeld aan de kerntaken en werkprocessen)-versie 02

### Opdracht scan POP/PAP

Geef met behulp van de competentiescan aan wat je als trainer-coach 4 in opleiding al beheerst en wat je wilt leren ( POP en PAP ). De Competentiescan Trainer-coach 4 staat in het uitgebreide [hulpboek](#). Tevens kan je gebruik maken van de werkbladen uit het hulpboek. ( site NBB)  
Aangezien je met meerdere perioden werkt is het aan te bevelen om je POP / PAP regelmatig te evalueren zodat je deze kunt bijstellen en nieuwe leerdoelen en leeractiviteiten ( opdrachten) kunt opstellen.

\* basketbaler en speler; hier wordt ook de vrouwelijke vorm bedoeld.

4.1	Onderwerp	Opdracht Training	Werkproces
De opdrachten in dit leertraject zijn een middel om te leren (betere) trainingen te geven aan een bepaalde doelgroep basketballers* in de vereniging of buiten de verenigingsstructuur. Te denken valt aan : academies, selectieteams op niveau. Anders gezegd: als trainer-coach 4 ben je in staat om zelfstandig trainingen te geven die bijdragen aan het realiseren van doelen op( lange) termijn. Als trainer-coach BT4 word je in staat geacht voor deze doelgroep een planning voor een heel seizoen (met perioden) op te kunnen stellen en een meerjarenbeleid op te zetten c.q. aan de nieuwe normen aan te passen. Daarbij gaat het vooral om het beschrijven van algemene doelstellingen die gerelateerd zijn aan de verrichtingen tijdens wedstrijden en de individuele ontwikkeling van spelers. Verder denk je na over hoe je omgaat met blessures, preventie en sportiviteit & respect, maar ook hoe je talenten herkent en inpast in het geheel.			

4.1.a	1	Leefstijl	Besprek met basketballers hoe ze hun leven in relatie tot hun sportbeoefening inrichten en coach ze zo nodig in de gewenste richting.	4.1.1
4.1.b	2	Meerjarenplan	Stel een globaal meerjarenplan op voor (een team van) talentvolle basketballers of basketballers die presteren op het niveau van de landelijke (sub)top.	4.1.2
4.1.f1	3a	Trainingsopbouw na een blessure	Maak een programma voor een geblesseerde basketbaler of een basketbaler die na een blessure weer terug wil komen.	4.1.1, 4.1.3
4.1.f2	3b	Evaluatie jaarplan gericht op blessures	Inventariseer, analyseer en evalueer de blessures van uw basketballers in het afgelopen jaar aan de hand van het geperiodiseerde jaarplan.	4.1.1, 4.1.4

De opdrachten 4 t/m 8 kunnen als één geheel gezien worden. Het is te adviseren om **meerdere trainingen en een aantal deeltrainingen** (speciale posities) in je trainingsopdrachten 4.1 op te nemen zoals die onderdelen die hieronder genoemd worden: periodisering, specifieke warming-up, verschillende werkvormen etc.

- Meerdere trainingen en een aantal delen van trainingen gericht op specialisaties met altijd reflecties en het benoemen van minimaal drie leerpunten; passend binnen het jaarplan-periodeplan.
- Begeleid trainingen voor een bepaalde subgroep.
  - Iedere groep doet dan de oefening die past bij de betreffende basketballers (voorbeeld forwards, point-guards) en/of bij het niveau van sportbeoefening (beginners en/of gevorderden).
  - Geef in je reeks van trainingen daarnaast een aantal trainingsonderdelen waarbij in subgroepen gewerkt wordt of waarbij je specifieke doelgroepen aanspreekt.
  - Geef in je reeks van trainingen aan hoe je geblesseerde spelers terugbrengt op wedstrijdniveau
- De trainingen zijn gebaseerd op fundamentals, tactische aanvallende en verdedigende aspecten zoals één tegen één t/m drie tegen drie, maar ook MTM, zône en pressure defense ( total basketball)
- De trainingen worden beoordeeld door een gekwalificeerde, gecertificeerde begeleider / leercoach. Hij of zij beoordeelt de werkprocessen.

Het is aan te bevelen om trainingen of delen van trainingen op te nemen en deze op een digitale manier vast te leggen.

Het is belangrijk om het teamproces, maar ook de ontwikkeling van de individuele speler \* goed te volgen en vast te leggen.

## DE OPDRACHTEN BT4 (Gekoppeld aan de kerntaken en werkprocessen)-versie 02

4.1			Onderwerp	Opdracht Training	Werkproces
4.1.c	4	Geperiodiseerd jaarplan	Ontwerp een gefundeerd en geperiodiseerd jaarplan op basis van een globaal meerjarenplan. Doe dit voor basketballers die presteren op het niveau van de regionale top/landelijke subtop.	4.1.2 4.1.3 4.1.4	
4.1.d1	5	Trainingsprogramma's fysiek	Ontwerp meerdere trainingsprogramma's of trainingscycli gericht op het realiseren van doelstellingen van fysieke aard. Voer de trainingsprogramma's uit en evalueer ze.	4.1.1, 4.1.2, 4.1.3, 4.1.4	
4.1.d2	6	Trainingsprogramma tactiek	Ontwerp een trainingsprogramma gericht op het aanleren, verbeteren, perfectioneren van (team)tactiek(en) gericht op aanvallen, verdedigen (en omschakelen). Voer het trainingsprogramma uit en evalueer het.	4.1.1, 4.1.2, 4.1.3, 4.1.4	
4.1.d3	7	Trainingsprogramma techniek	Verbeter op basis van een analyse de techniek van basketballers, doe dit door een trainingsprogramma op maat aan te bieden (dat wil zeggen afgestemd op de individuele basketballers).	4.1.2 4.1.3 4.1.4	
4.1.e	8	Testen en meten	Kies gemotiveerd een aantal testen om de effecten van uw trainingen te meten. Voer de metingen uit en stel zo nodig uw planning bij.	4.1.4	

4.2			Onderwerp	Opdracht Wedstrijd coaching	Werkproces
<p>De opdrachten binnen dit leertraject zijn een middel om beter te leren 'begeleiden/coachen bij wedstrijden'. Je begeleidt / coacht meerdere <u>wedstrijden</u> om te voldoen aan de beheersingscriteria. De opdrachten worden gezien als één geheel. Je voert de onderstaande opdrachten meerdere keren uit. Op die manier kun je aantonen dat je aan de beheersingscriteria hebt voldaan.</p> <p>Een wedstrijd begint met een voorbereiding (planning vervoer, shirts etc., hoe en wat train je in de aanloop naar die wedstrijd?). daarna de voorbespreking van de wedstrijd (analyse van de tegenstander, welk plan heb je) en hoe ga je coachen (wanneer en waarom wissel je, op welke momenten en op welke wijze geef je aanwijzingen, wie zit er in de basis, wat doe je bij een D-fout of foutenlast, heb je special plays in speciale omstandigheden etc.) en vervolgens het belangrijkste; hoe kijk je op de wedstrijd terug, wat zou je anders doen (reflectie). Er komt heel wat kijken bij het coachen / begeleiden van een wedstrijd. <b>De opdrachten staan los gepland maar werk ze uit als één geheel.</b> Na de reeks wedstrijden die je hebt gecoacht, is een laatste reflectie op de beheersingscriteria uiterst belangrijk.</p> <p><b>Tip:</b> gebruik de <b>scoreformulieren / je gameplan als bijlagen en als naslagwerk voor je reflecties.</b></p>					

4.2.a	9	Wedstrijdvorbereiding	Ontwerp een trainingsprogramma voor het beter leren concentreren tijdens wedstrijden en/of presteren onder druk. Voer het programma uit, evalueer het en stel het zo nodig bij.	4.2.1, 4.2.2, 4.2.3
4.2.b	10	Wedstrijdanalyse	Analyseer het handelen, fysieke en mentale kenmerken van uw team/basketballer(s) in relatie tot het prestatieverloop en -resultaat van de wedstrijd, gericht op het vinden van verbeterpunten. Maak gebruik van video analyse.	4.2.2
4.2.c1	11	Wedstrijdplan	Stel voor een bepaalde wedstrijd een wedstrijdplan op dat mede gebaseerd is op de kwaliteiten van uw team/basketballer(s), de tegenstanders en/of relevante omgevingsfactoren.	4.2.2, 4.2.4
4.2.c2	12	Randvoorwaarden	Formuleer aanbevelingen voor optimale randvoorwaarden rond een wedstrijd.	4.2.1, 4.2.2
4.2.d1	13	Wedstrijdbegeleiding	Begeleid basketballer(s) voor en na een wedstrijd.	4.2.1, 4.2.2
4.2.d2	14	Wedstrijdcoaching	Coach een team/basketballer(s) tijdens een wedstrijd.	4.2.1, 4.2.3
4.2.e	15	Wedstrijdevaluatie	Evalueer samen met uw team/basketballer(s) en andere betrokkenen de wedstrijd op een systematische manier en trek conclusies voor het vervolg.	4.2.4

## DE OPDRACHTEN BT4 (Gekoppeld aan de kerntaken en werkprocessen)-versie 02

Je zou het jezelf niet vergeven wanneer uw basketballers door uw toedoen worden benadeeld (bijvoorbeeld gediskwalificeerd). Vandaar dat u op de hoogte moet zijn van de regelgeving, zowel voor inschrijving als voor aanmelding (voorbeeld meenemen van spelers uit andere teams), coaching en afhandeling (tekenen wedstrijdformulier, aantekenen protest). Onderstaande opdracht heeft te maken met alle formaliteiten rond de wedstrijd, iemand die een E of BS3 heeft, kent vaak de procedures en weet hoe hij moet handelen. Maar het kan geenszins kwaad om alle formaliteiten rondom een wedstrijd op een rijtje te zetten.

<b>4.2.f1</b>	16	Voeding	Stel voor basketballers een voedingsadvies op dat past bij een bepaalde trainings- en wedstrijdcyclus.	4.2.1
<b>4.2.f2</b>	17	Doping	Formuleer de aandachtspunten waarop gelet dient te worden bij het voorkomen van bewuste en onbewuste overtredingen van het dopingreglement.	4.2.1, 4.2.3, 4.2.4

4.3	Onderwerp	Opdracht	Ondersteunen van sporttechnisch beleid	Werkproces
<p>De opdrachten in dit leertraject zijn een middel om jezelf verder te bekwamen in het ondersteunen van het sporttechnische beleid. Als trainer-coach 4 werk je mee aan de ontwikkeling en uitvoering van het sporttechnisch beleid van de organisatie waar u werkt. Je draagt het sporttechnische beleid waaronder de visie en plannen op het gebied van talentherkenning en -ontwikkeling uit. Je zorgt dat je sporttechnische meerjarenplan en jaarplan (zie: geven van trainingen) aansluit bij het sporttechnische beleid.</p> <p>Als trainer-coach 4 moet u beleidsplannen kunnen analyseren en evalueren en input kunnen leveren voor de verdere ontwikkeling/bijstelling van beleid. Herkenning en vooral ook de ontwikkeling van talenten zijn verankerd in het sporttechnische beleid van de organisatie. Op basis van voortgangsrapportages besluiten bestuurders over de voortzetting of de bijstelling van het beleid., Rapportages van het gevoerde beleid zijn essentieel.( 4.3a t/m 4.3c)</p> <p>De opdrachten <b>4.3.d1 en 4.3.d2</b> zijn gericht op het beïnvloeden van de manier waarop iedereen binnen de vereniging met elkaar omgaat en zodoende bijdraagt aan een veilig sportklimaat. Het is aan te raden <b>beide opdrachten als een geheel</b> te verwerken .</p>				

<b>4.3.a</b>	18	Beleidsadvies	Analyseer en evalueer het sporttechnisch beleid van de organisatie en schrijf op basis hiervan een advies.	4.3.1, 4.3.2, 4.3.3, 4.3.4
<b>4.3.b</b>	19	Talentherkenning en -ontwikkeling	Werk mee aan de ontwikkeling en uitvoering van plannen op het gebied van talentherkenning en/of -ontwikkeling.	4.3.1, 4.3.2, 4.3.3
<b>4.3.c</b>	20	Beleidsrapportage	Maak een voortgangsrapportage om het bestuur te informeren over de uitvoering van het beleid.	4.3.2, 4.3.3, 4.3.4
<b>4.3.d1</b>	21a	Beleid gericht op sportiviteit en respect	Analyseer en evalueer het beleid aangaande het stimuleren van sportiviteit en respect van de organisatie en schrijf op basis hiervan een advies ( zie ook kerntaak 4.1 en werkprocessen 4.1)	4.1.1, 4.1.2, 4.1.3
<b>4.3.d2</b>	21b	Beleid gericht op sociale veiligheid- VSK gerelateerd	Analyseer en evalueer het beleid aangaande het voorkomen en aanpakken van (seksuele) intimidatie van de organisatie en schrijf op basis hiervan een advies. ( zie ook kerntaak 4.2 en werkprocessen 4.2)	4.2.1, 4.3.2, 4.3.3

## DE OPDRACHTEN BT4 (Gekoppeld aan de kerntaken en werkprocessen)-versie 02

4.4	Onderwerp	Opdracht	Bevorderen competentieontwikkeling sportkader	Werkproces
<p>De opdrachten in dit leertraject zijn een middel om sportkader dat in opleiding is of op een bepaald niveau werkzaam is, beter te begeleiden in de praktijk bij het uitvoeren van opdrachten. Anders gezegd: Als praktijkbegeleider 4 moet je in staat zijn om het leren van sportkader in opleiding of werkzaam op niveau te stimuleren en te faciliteren. Als praktijkbegeleider kun je sportkader (trainer-coaches/instructeurs) die in opleiding zijn ondersteunen door het creëren van een krachtige leeromgeving. Een krachtige leeromgeving biedt sportkader de gelegenheid om de praktijkopdrachten uit te voeren op een niveau dat past bij de kwalificatie waarvoor zij in opleiding zijn. Als praktijkbegeleider observeer je regelmatig sportkader (in opleiding) dat in de praktijk aan het werk is. Op grond van de observatie geef je feedback dat positief bijdraagt aan de verdere ontwikkeling van het sportkader.</p>				

4.4.a	22	Leeromgeving	Draag bij aan een krachtige leeromgeving binnen je vereniging/organisatie door het raadplegen van relevante personen/informatie en het doen van voorstellen voor het leerwerkplan.	4.4.1, 4.4.2 en 4.4.3
4.4.b	23	Begeleiding	Begeleid sportkader, dat al dan niet in opleiding is, in de praktijk.	4.4.3

4.5	Onderwerp	Opdracht	Samenwerken met begeleidingsteam en het onderhouden van externe contacten	Werkproces
<p>De opdrachten in dit leertraject zijn een middel om het samenwerken met een begeleidingsteam en het onderhouden van externe contacten verder te ontwikkelen. Anders gezegd: als trainer-coach 4 moet je in staat zijn om samen te werken met anderen die betrokken zijn bij de begeleiding van je basketballers. In dit leertraject gaat het erom dat je beseft waar de grens van jouw expertise ligt en hoe je de expertise van anderen kunt aanwenden voor jouw basketballers. Hierbij gaat het om het stellen van de juiste vragen. De opdrachten 4.5.c1 en 4.5.c2 zijn gericht op het maken van afspraken binnen het begeleidingsteam over onderwerpen als sportiviteit &amp; respect en seksuele intimidatie. Bij de opdrachten kerntaak 4.3 zijn gelijkende opdrachten gesteld t.w. 4.3d1 en 4.3d2. Deze afspraken of uitgangspunten mogen niet strijdig zijn met het geheel. Probeer deze opdrachten als geheel af te ronden.</p>				

4.5.a	24	Begeleidingsteam	Werk een voorstel uit voor (verbetering van) de samenstelling, samenwerking en taakverdeling van het begeleidingsteam.	4.5.1
4.5.b	25	Netwerk	Bouw een netwerk op ter ondersteuning van uw werkzaamheden als trainer-coach 4.	4.5.1, 4.5.2, 4.5.3
4.5.c1	26a	Afspraken over sportiviteit en respect	Maak met het begeleidingsteam afspraken over het eigen voorbeeldgedrag ten aanzien van sportiviteit & respect en de naleving ervan.	4.5.1.
4.5.c2	26b	Afspraken over sociale veiligheid	Bespreek in het begeleidingsteam hoe samen gewerkt kan worden aan het verbeteren/onderhouden van een veilig klimaat, waaronder het voorkomen en aanpakken van seksuele intimidatie, voor de basketballers en begeleiders.	4.5.1, 4.5.2, 4.5.3

4.6	Onderwerp	Opdracht	Scouten van basketballers	Werkproces
<p>De opdrachten in dit leertraject zijn een middel om het scouten van (talentvolle) basketballers verder te ontwikkelen. Anders gezegd: als trainer-coach 4 moet je in staat zijn de ontwikkelingsmogelijkheden van basketballers te signaleren en te analyseren en basketballers te adviseren over mogelijke vervolgstappen in hun sportcarrière. Voordat je in- en/of extern gaat scouten, is het van belang om precies te weten op grond waarvan je talenten kunt herkennen en in hun ontwikkeling wilt volgen. Je hebt valide instrumenten nodig. Valide wil zeggen dat je meet wat je wilt meten. Anders gezegd dat de basketballers die je scout ook daadwerkelijk talenten zijn. Binnen de kaders van het sporttechnische beleid (zie ook opdracht 4.3.b) is het daarom noodzakelijk om concrete criteria te formuleren.</p>				
4.6.a	27	Observatie- en registratie-instrument	Maak een observatie- en registratieformulier (instrument) gericht op het op systematische wijze herkennen en/of volgen van potentiële talenten voor uw eigen organisatie.	4.6.1, 4.6.2, 4.6.3
4.6.b	28	Scouting	Bepaal op basis van gegevens van meerdere scouts welke basketballers als talentvol kunnen worden aangemerkt.	4.6.2, 4.6.3
4.6.c	29	Scoutingsgesprek	Bespreek met een basketballer (en eventueel ouders) wat de uitkomst van de scouting is.	4.6.2, 4.6.3

## 4.1 Geven van trainingen

- 4.1.1 Begeleidt specifieke (groepen) basketballers
- 4.1.2 Stelt plannen op voor langere termijn
- 4.1.3 Plant en voert trainingen uit
- 4.1.4 Evalueert uitvoering van plannen en trainingen

## 4.2 Coachen bij wedstrijden

- 4.2.1 Begeleidt basketballers bij wedstrijden
- 4.2.2 Bereidt wedstrijden voor
- 4.2.3 Geeft aanwijzingen
- 4.2.4 Evalueert wedstrijden

## 4.3 Ondersteunen van sporttechnisch beleid

- 4.3.1 Formuleert (mede) doelstellingen sporttechnisch beleid
- 4.3.2 Stelt sporttechnisch beleidsadvies op
- 4.3.3 Voert beleidsmatige taken uit
- 4.3.4 Evalueert uitvoering beleid

## 4.4 Bevorderen competentieontwikkeling sportkader

- 4.4.1 Informeert sportkader (in opleiding)
- 4.4.2 Creëert leeromgeving voor sportkader (in opleiding)
- 4.4.3 Begeleidt sportkader (in opleiding)

## 4.5 Samenwerken met begeleidingsteam en onderhouden van media/externe contacten

- 4.5.1 Begeleidt begeleidingsteam
- 4.5.2 Raadpleegt specialisten
- 4.5.3 Onderhoudt contact met media/externen

## 4.6 Scouten van basketballers

- 4.6.1 Formuleert doelstellingen en criteria scouting
- 4.6.2 Verzamelt en interpreteert scoutinggegevens
- 4.6.3 Selecteert en begeleidt basketballers