



Dutch  
Gymnastics



# HET PEDAGOGISCH ABC VOOR TRAINER-COACHES

Verantwoord omgaan met  
kinderen in de gymnsport



## NOODZAAK PEDAGOGISCH SPORTKLIMAAT

Sporten is belangrijk voor kinderen, dat weten we allemaal. Het is gezond, kinderen ontwikkelen sociale vaardigheden en het is goed voor hun emotionele welzijn. Daarnaast vinden ze het vooral heel leuk om te sporten. Lekker spelen en bewegen. Met leeftijdsgenootjes samen zijn en lol hebben. Nieuwe dingen leren. Deelnemen aan wedstrijden. Talloze voordelen die sporten met zich meebrengt. Niet voor niets gaan er zoveel kinderen met plezier naar hun sportclub. Dat blijkt ook wel uit het groot aantal jeugdige sporters in ons land. De georganiseerde jeugdsport heeft een groot bereik: in 2016 was 78% van de kinderen tussen de 6 en 12 jaar lid van een sportclub. Het is een mooi gegeven dat veel kinderen, met behulp van hun ouders, de weg naar de gymnasiumomgeving weten te vinden.

Sporten is dus belangrijk én leuk. Of kinderen gemotiveerd blijven om te sporten, hangt voor een groot deel af van hoe de gymnasium wordt georganiseerd. Het gaat er niet alleen om wat er wordt aangeboden, maar ook op welke wijze. Uit cijfers van kinderen die hun lidmaatschap opzeggen, blijkt dat de trainer-coach een belangrijke reden is waarom een kind stopt met bijvoorbeeld turnen of acrobatische gymnastiek. Hierbij gaat het om onvoldoende sporttechnische kennis van de trainer-coach, waarbij ook een slechte band met de trainer-coach bijna even vaak wordt genoemd.

De trainer-coach speelt een cruciale rol bij het inrichten van de gymnasiumomgeving en bij het begeleiden van het kind in deze sportsetting. Het doel van een pedagogisch sportklimaat is kinderen met plezier laten sporten, waarbij ze zich zo optimaal mogelijk kunnen ontwikkelen. Om kinderen zoveel mogelijk gemotiveerd te houden om te (blijven) sporten, vraagt dat van de sportwereld een pedagogische verbeteringslag.

## THEORETISCHE ONDERBOUWING

### Holistische visie

'De holistische visie als centraal mensbeeld' is het basisprincipe voor de manier waarop binnen de gymnasium naar kinderen wordt gekeken. De gedachte hierachter is dat het geheel één systeem vormt en hierbinnen alles met elkaar is verbonden. Als je dit vertaalt naar de pedagogiek, betekent dit dat het kind als mens centraal staat. Zowel thuis, op school als in de gymnasium draait het om één gemeenschappelijk doel: het kind ondersteunen in de ontwikkeling naar een volwassen zelfstandig individu met een eigen identiteit. Elke setting levert een belangrijke bijdrage aan de ontwikkeling van het kind.

### **"HET DRAAIT IN EERSTE INSTANTIE OM HET ONTWIKKELEN VAN HET KIND"**

Bezien vanuit het holistisch perspectief gaat het in eerste instantie niet om het beter maken van de jonge gymnasiumporter of scholier. Het draait om het ontwikkelen van het kind als mens. De context geeft vervolgens richting aan deze invulling. Bijvoorbeeld in de gymnasium worden kinderen gestimuleerd zelfstandig keuzes te maken. Dit draagt weer bij aan het beter uitvoeren van de gymnasium. De ontwikkeling van ieder kind is ook te beschouwen vanuit een holistisch perspectief. Waarbij de fysieke, cognitieve, sociale en emotionele ontwikkeling met elkaar verbonden zijn. Ieder gebied verdient aandacht met oog op de totale ontwikkeling van het kind.

### Sportinhoud en handelen

Het is goed om onderscheid te maken tussen het 'wat' → de sportinhoud en het 'hoe' → het handelen. Het 'wat' kan pedagogisch sterker worden gemaakt door het gymnasiumaanbod aan te laten sluiten op de ontwikkelfases en beleavingswereld van kinderen. Het 'hoe' is de manier van handelen van volwassenen richting het sportende kind. Om een pedagogische verbeteringslag hierin te maken, is het cruciaal dat tegemoet wordt gekomen aan de universele psychologische basisbehoeften van de mens. In dit geval van het kind.

De zelfdeterminatietheorie van Deci en Ryan (2000) is hierbij als uitgangspunt genomen. Een motivatietheorie, waarbij de kern bestaat uit drie universele basisbehoeften: autonomie, binding en competentie. Als aan deze drie behoeften wordt voldaan, leidt dit tot intrinsieke motivatie. En vervolgens tot een optimaal functioneren, welbevinden en groei van het kind.

## Basisbehoeften

De drie universele basisbehoeften, in eenvoudige termen uit te drukken in de 'A-B-C', zijn:

- **Autonomie:** het belang dat kinderen hechten aan vrijheid, zelf keuzes maken en verantwoordelijk zijn voor de dingen die zij interessant vinden en doen.
- **Binding:** de behoefte van kinderen om gewaardeerd en gerespecteerd te worden. Ze willen ergens bij horen en verlangen naar aandacht en erkenning.
- **Competentie:** het gevoel van kinderen dat zij 'iets' kunnen. Dat ze bijvoorbeeld een bijdrage leveren aan hun team. Of het gevoel hebben succesvol te zijn door het aanleren van een nieuwe vaardigheid.

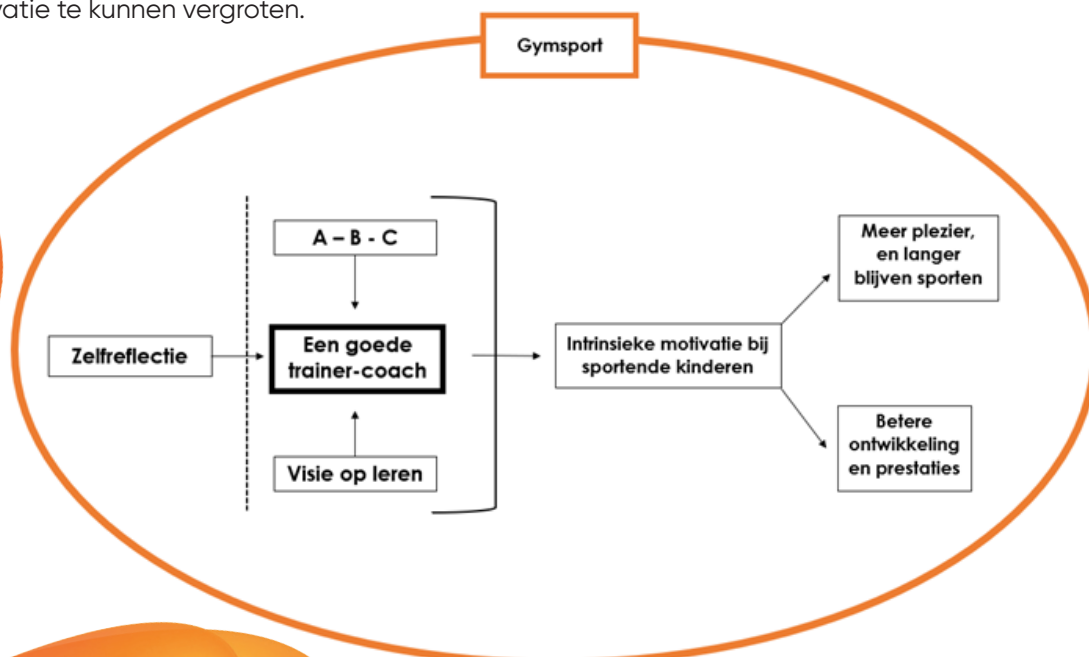
## Intrinsieke motivatie

Voldoen aan de A-B-C heeft als belangrijk gevolg dat de intrinsieke motivatie van het kind, dat wil zeggen de motivatie die uit hemzelf komt, wordt vergroot. In het geval van gymnsport heeft deze intrinsieke motivatie een positieve relatie met sportdeelname, ontwikkeling en daarmee het presteren. Als een kind sterker intrinsiek gemotiveerd raakt, is de kans groter dat hij langer en met plezier blijft sporten. En dat hij zich beter ontwikkelt en betere prestaties behaalt. De zelfdeterminatietheorie vormt daarom het fundament voor de totstandkoming van pedagogisch verantwoord handelen binnen een positief sportklimaat.

### “HET KIND MOET WEL ZIJN MENING DURVEN GEVEN”

Het is echter niet zo dat deze A-B-C als losstaande behoeften kan worden beschouwd. Er zit samenhang tussen deze drie. Een kind kan bijvoorbeeld pas zelf keuzes maken als de relatie met de trainer-coach goed is, want het kind moet wel zijn mening durven geven.

Tot slot is er ter uitbreiding op de A-B-C nog een extra behoefte, namelijk de behoefte aan structuur. Doordat volwassenen kaders en regels stellen, wordt het voor een kind overzichtelijk en schept het duidelijkheid. Hierdoor ervaart een kind rust en veiligheid. Dit is nodig om de mate van intrinsieke motivatie te kunnen vergroten.





## ROL TRAINER-COACH

Er is binnen het opleiden van trainers-coaches steeds meer aandacht gekomen voor het 'hoe' in de vorm van didactiek. In bovenstaand model aangeduid als de visie op leren. Anders gezegd het lesgeven: hoe geef je invulling aan een training en hoe leer je kinderen iets, zodat kinderen op de meest efficiënte manier kunnen leren? Pedagogiek – hoe ga je om met kinderen waarbij je een bijdrage levert aan de ontwikkeling van het kind tot een volwassen autonoom persoon – blijft tot nu toe wat onderbelicht. Pedagogiek en didactiek zijn van elkaar te onderscheiden, maar niet te scheiden; je kunt ze binnen de gymnsport niet los zien van elkaar. Daarom is het duiden van pedagogisch handelen door middel van de A-B-C een noodzakelijke toevoeging aan het totale handelen van de trainer-coach.

### Duidelijke structuur

Een duidelijke structuur bieden – afspraken, regels en wijze van omgang – is een randvoorwaarde om vanuit die kaders te bekijken welke benadering kinderen nodig hebben. Hoe kinderen worden voorzien in de A-B-C is namelijk niet eenduidig. Oog hebben voor verschillen met soms een iets andere benadering per kind is nodig. Zo ervaart het kind een veilige omgeving en wordt het beste uit hem naar boven gehaald.

Maatwerk bieden aan elk sportend kind gaat hand in hand met situationeel handelen. Dit houdt in dat een trainer-coach herkent wat er in een specifieke situatie bij die sporter nodig is en hier ook naar handelt. Elke situatie is namelijk anders. Wat de ene keer wel werkt, werkt de volgende keer niet. De complexiteit van het begeleiden van kinderen moet niet worden onderschat. Het vraagt veel van de capaciteiten van de trainer-coach. Een normatieve coachaanpak (een trainer-coach vertellen wat hij precies wanneer moet doen) aanreiken, is gezien de diversiteit van kinderen en verschillende situaties zinloos.

Hoe het gedrag van een trainer-coach uitwerkt op een kind hangt bijvoorbeeld af van specifieke kenmerken van het kind. Zoals leeftijd, geslacht, mate van zelfvertrouwen, interesses en (etnische) achtergrond. Ook kenmerken van de trainer-coach zelf (bijvoorbeeld trainerservaring, persoonlijkheid, sociale en communicatieve vaardigheden), de relatie tussen de trainer-coach en het kind én de context en timing op het specifieke moment spelen een rol.





## Zelfreflectie

Om maatwerk te bieden en situationeel te handelen, vraagt dit in eerste instantie om zelfreflectie van de trainer-coach. Hij moet weten wie hij is, waar hij voor staat en wat zijn kwaliteiten en valkuilen zijn. Afstand houden tot het kind en de situatie is nodig om te bepalen welke vaardigheden de trainer-coach bewust inzet voor een positief resultaat op langere termijn. Het streven naar een medaille of kampioenschap en de keuzes en handelingen die dit met zich meebrengt (korte termijn) mogen nooit belangrijker worden gemaakt dan de ontwikkeling en de plezierbeleving van het kind (lange termijn). Het bewustzijn van eigen wensen en ambities van de trainer-coach is belangrijk. Zeker wanneer impulsen moeten worden onderdrukt als een situatie om een andere reactie vraagt. Het gaat dus om bewuste bekwaamheid van trainers-coaches met oog op het langere welzijnstermijn van het kind.

### **“EEN GOEDE TRAINER-COACH REFLECTEERT OP ZIJN EIGEN HANDELEN”**

Een goede trainer-coach is iemand die zelfreflectie toepast op zijn eigen handelen, maatwerk biedt aan elk kind en situationeel handelt in een gymsetting. De een heeft dit meer in zich dan de ander. Gelukkig is zelfkennis en zelfreflectie aan te leren tot op latere leeftijd. Ook trainers-coaches die hier minder bekwaam in zijn, hebben de kans zichzelf hierin te (blijven) ontwikkelen.

## PRESTEREN BINNEN PEDAGOGISCH SPORTKLIMAAT

De opbrengst van het pedagogisch handelen van de trainer-coach is het vergroten van de plezierbeleving en ontwikkeling van sportende kinderen. Hierdoor wordt de kans vergroot dat ze langer blijven sporten en het optimale uit zichzelf halen en beter presteren.

Belangrijk hierbij is dat het streven naar prestaties niet het doel moet zijn, omdat een trainer-coach hier niet de totale controle over heeft. Of bijvoorbeeld een wedstrijd wordt gewonnen hangt van verschillende factoren af. Een trainer-coach moet zich daarom richten op het gymaanbod dat hij creëert én zijn eigen pedagogisch-didactisch handelen. Oftewel, het A-B-C in combinatie met de visie op leren. Met als doel het versterken van de intrinsieke motivatie van elk kind. Waardoor de kans het grootst is dat plezierbeleving, ontwikkeling (en prestaties) van elk kind op langere termijn wordt geborgd.

### **“PRESTEREN MOET NIET HET DOEL ZIJN”**

Presteren en pedagogiek gaan wel heel goed samen. Sport is een belangrijke omgeving waarin een kind veilig kan oefenen, óók in minder fijne ervaringen. Want sporten is niet altijd even leuk. Als een turner bijvoorbeeld van de balk valt, niet geselecteerd wordt of geen medaille wint, dan zijn dat voor hem geen leuke momenten. Dit wil niet zeggen dat het dan vanzelfsprekend een nutteloze of slechte ervaring was. Het draagt namelijk bij – mits dit goed begeleid wordt – aan de persoonlijke groei van het kind. Waarbij uiteraard eveneens fijne ervaringen nodig zijn om de gymporter ook op korte termijn plezier te laten ervaren.

Wat presteren in combinatie met pedagogiek lastig maakt, is het belang dat wordt gehecht aan het winnen en presteren en de waarde die het krijgt door de volwassenen om het kind heen. Want stel dat de trainer-coach ten koste van alles wil winnen en daarmee kinderen regelmatig te kort doet in hun basisbehoeften. Of een ouder wordt boos op de coach en club omdat zijn kind niet geselecteerd is. Dan is er geen sprake van verantwoord pedagogisch handelen, omdat het kind en zijn behoeften binnen deze voorbeelden niet centraal staat. Als daarentegen een trainer-coach en een ouder het kind zo goed mogelijk begeleiden óók bij teleurstellende ervaringen, wordt het juist een waardevolle ervaring. En hoeft het geen afbreuk te doen aan het plezier van het gymportende kind.



## EENDUIDIGE AANPAK

In dit document is veel gesproken over de trainer-coach, omdat hij een belangrijke rol vervult in het creëren van een pedagogisch sportklimaat. Trainers-coaches zijn hier zeker niet alleen verantwoordelijk voor. Om aan de ambitie te voldoen dat 'pedagogisch handelen' in de toekomst hetzelfde is als 'logisch handelen', is één van de belangrijke stappen dat de visie op dit handelen eenduidig is en in alle lagen van de sport is doorgevoerd. De KNGU moet deze visie en de sportinhoud zó vormgeven, dat het geheel aansluit op de belevingswereld en ontwikkelfase van kinderen. Door bijvoorbeeld dit thema structureel op te nemen in alle opleidingen van trainers-coaches. Op deze manier worden trainers-coaches vanaf het begin van hun opleiding hierin meegenomen.

Ook ouders, clubbestuurders, juryleden en andere betrokkenen binnen de gymclub spelen een belangrijke rol om een pedagogisch sportklimaat na te streven. De afgelopen jaren zijn veel mooie initiatieven en veranderingen op dit gebied doorgevoerd. Nu is het belangrijk om het aanbod en het handelen nog meer op elkaar af te stemmen. De betrokken volwassenen rondom het kind moeten elkaar versterken door samen te werken. Om zo gezamenlijk de verantwoordelijkheid voor het sportende kind op zich te nemen en de pedagogische verbeterslag samen te realiseren.

### **BETEKENIS** **EEN PEDAGOGISCH SPORTKLIMAAT:** **VERANTWOORD OMGAAN MET KINDEREN IN DE SPORT**

Vanuit het holistische perspectief staat 'het kind en zijn ontwikkeling tot een zelfstandig individu' centraal.

De trainer-coach is de meest cruciale persoon voor het scheppen van een verantwoord pedagogisch sportklimaat. Hij creëert dit door wat en vooral hoe hij iets aanbiedt. Voor het verantwoord begeleiden van kinderen is zelfkennis en zelfreflectie noodzakelijk. Dit maakt een trainer-coach bewust bekwaam in zijn handelen.

De trainer-coach streeft er door maatwerk en situationeel handelen naar ieder kind te voorzien in de drie basisbehoeften vanuit de zelfdeterminatietheorie (autonomie, binding en competentie → A-B-C). In combinatie met het bieden van structuur vergroot dit de intrinsieke motivatie van het sportende kind. Met als gevolg dat een plezierig en ontwikkelingsgericht sportklimaat tot stand komt, dat wordt geïdentificeerd als een pedagogisch sportklimaat.

Alle betrokken volwassenen rondom het kind moeten elkaar versterken. Zo nemen ze gezamenlijk de verantwoordelijkheid voor het sportende kind op zich en werken ze constructief met elkaar aan het maken van een pedagogische verbeterslag.