

Nieuwsbrief



Van en voor schietsporttrainers in District 2 - KNSA

District 2 KNSA

1. Trainersbijeenkomst District 2 van 5 oktober 2009.

Verslag trainersbijeenkomst KNSA-District 2, gehouden op 5 oktober 2009.

Aanwezig: 25 trainers aanwezig

Met kennisgeving afwezig: 12

Opening:

Vergadering wordt geopend om 20.15 uur.

Desgevraagd zijn er geen wijzigingen van de agenda, en de notulen van de vorige vergadering worden goedgekeurd. De deelnemers hebben geen vragen of onderwerpen die nader belicht moeten worden.

Hoewel vorige keer aangegeven werd dat er aandacht zou komen voor de nieuwe opleiding van trainers volgens het KSS systeem, is ervoor gekozen dit in de Nieuwsbrief te doen en deze bijeenkomst aan te laten sluiten op het thema van de april 2009 bijeenkomst.

Met betrekking tot het begeleiden en examineren van trainers-A en -B i.o. wordt medegedeeld dat er op 12 december 2009 een cursusdag gehouden wordt waarvoor de KNSA uitnodigingen zal sturen naar daarvoor geselecteerde trainers.

Inbreng deelnemers

De aanwezigen hebben geen onderwerpen ter discussie. Gewezen wordt op de mogelijkheid van het indienen van vragen/discussiepunten/onderwerpen. Het is een leermoment voor ons allemaal. Voorts is het voor de organisatoren prettig ook eens een onderwerp aangedragen te krijgen en niet (al 9 jaar lang) steeds zelf met een onderwerp te moeten komen.

De keuze van begeleiding van de sportschutter

Barend Gerretsen neemt de aanwezigen mee naar het terrein van Effectief inspelen op gedrag. Een inleiding die naast een theoretisch deel ook een workshopachtig karakter krijgt. Hij laat ons zien dat door bewustwording het herkennen en begrijpen van gedrag sterker wordt. Dit vindt zijn toepassing bij het effectief inspelen op het gedrag van anderen met als resultaat: **BETERE SAMENWERKING!** Wat zijn de kenmerken van gedrag en hoe ga je er mee om wordt uitgewerkt aan de hand van het zgn. DISC model.

Dominantie (rood): de manier waarop u omgaat met problemen, uitdagingen en anderen

Invloed (geel): de mate van invloed op anderen

Stabiliteit (groen): het reactiepatroon op veranderingen en diverse activiteitsniveaus

Conformiteit (blauw): de reactie op regels gemaakt door anderen

De deelnemers vragen zich af hoe ze zich zelf positioneren en aan de hand daarvan worden 4 werkgroepen gevormd, die onder leiding van Barend, Joep, Hans en Guus op zoek gaan naar de beste benadering van sporters met een bepaald gedragspatroon. De uitkomsten van de werkgroepjes wordt plenair besproken en ieder krijgt nog de nodige tips mee.

Gezien de complexiteit van dit onderwerp is besloten dat er een aparte verslaglegging komt, die ook voor hen die de bijeenkomst niet hebben kunnen bijwonen een goede indruk geeft van het behandelde. Te zijner tijd zal die op onze website te zien zijn.

Nieuwsbrief



Van en voor schietsporttrainers in District 2 - KNSA

District 2 KNSA

Decentrale bijscholing voor Basistrainers

Joep legt uit dat de decentrale bijscholing voor basistrainer nu echt van start is gegaan. Hij neemt het gehoor mee naar de onlangs gehouden bijscholingen, die gezien het aantal deelnemers en het enthousiasme een succes blijken te zijn. Hij beveelt deze nascholing dan ook van harte aan. Deze bijscholing voor basistrainers heeft wel tot gevolg dat tijdens de trainersbijeenkomsten voor trainers van District 2 - KNSA meer en meer aandacht gegeven zal worden aan onderwerpen die meer voor A- en B-trainers van belang zijn. Indien basistrainers geïnteresseerd zijn, zijn zij natuurlijk wel welkom.

Rondvraag

Van de rondvraag wordt geen gebruik gemaakt.

Sluiting

Met een speciaal woord van dank aan Barend en de organiserende trainers wordt de vergadering wordt om 22.15 uur gesloten. Ook dank aan de deelnemers voor hun aanwezigheid en meedenken / meedoen. Er wordt vastgesteld dat de volgende bijeenkomst op maandag 12 april 2010 gepland staat.

Guus Hagendoorn
Trainer-B / docent KNSA
Amersfoort, 8 oktober 2009.

Nieuwsbrief



Van en voor schietsporttrainers in District 2 - KNSA

District 2 KNSA

2. Field Target

Nederlands kampioenschap onderdeel (Hunter) FieldTarget

In de mooie omgeving van Elspeet op de locatie van SV de Berkenhorst zijn 4 wedstrijddagen gepland om de titelstrijd om het Nederlands Kampioenschap te volbrengen.

De 3 beste resultaten van de in totaal 4 wedstrijden tellen mee voor het behalen van de titel Nederlands kampioen (H)FT.

Er wordt geschoten in 4 disciplines,

FT1 = PCP tot 16,3 Joule

FT2 = veerbuks tot 16,3 Joule

FT3 = tot 7,5 Joule

HFT = Hunter Field Target

De targets staan op een afstand vanaf 7,2 tot maximaal 50 meter (bij HFT maximaal 42 meter)

Voor de reglementen kun je terecht op de website www.dfta.nl



Fieldtarget is een naast een buitenactiviteit ook een team gerelateerde schietsportdiscipline. Tijdens een wedstrijd worden er squads gevormd van 2 á 4 leden die de verschillende lanes als team afwerken. Een lane heeft 3 tot 5 doelen. In Elspeet zijn in totaal 25 lanes beschikbaar.

De puntentelling voor FT; het klapdoel wordt op de hitzone geraakt en valt om 1 punt, anders geen punt. Bij Hunter Fieldtarget; klapdoel wordt op de hitzone geraakt en valt om 2 punten, het klapdoel wordt geraakt zonder om te vallen 1 punt, anders geen punt (hit-zones van 10 tot 40 mm).

Bij een parcours van 50 doelen dus bij FT maximaal 50 punten bij HFT maximaal 100 punten. Het niet schietende squad lid houdt de score bij! Na de wedstrijd tekenen alle squadleden de afzonderlijke scoreformulieren.

21 november 2009 is de finale (H)FT 2009 kijk ook op de website van de DFTA, www.dfta.nl voor verdere informatie!



3. Nieuwe opleidingstructuur voor schietsporttrainers

Doel van de basistraineropleiding

In opdracht van het ministerie van VWS is, onder regie van NOC*NSF in samenwerking met KNVB, KNZB, NeVoBo, door CINOP/SEC een kwalificatiestructuur voor sportleiders ontwikkeld. Het formuleren van een dergelijk structuur biedt de mogelijkheid om sportopleidingen in Nederland op efficiëntere wijze te organiseren en samenwerking tussen opleidingsinstituten eenvoudiger maken. De nieuwe opleidingen tot trainer bij de KNSA is aangepast aan de structuur van deze Nederlandse Kwalificatie Structuur voor Sportopleidingen. (KSS)

In de vorige Nieuwsbrief hebben we een algemene inleiding gegeven, waarin we aangaven dat de KSS 5 niveaus van opleiding heeft. Nu behandelen we de opleiding tot Basistrainer. Het doel van de opleiding tot basistrainer is sporttechnisch kader op te leiden tot het niveau 2-KSS. De opleiding moet waarborgen dat de kandidaten over de volgende kwalificaties beschikken:

Het geven van instructie

Begeleiden bij Proeve van Schietveiligheid

Van de Basistrainer wordt verwacht dat hij of zij over de volgende competenties beschikt:

Begeleiden van schutters

Sporttechnisch handelen

Begeleiden bij Proeve van Schietveiligheid

Burgerschapscompetentie

Leercompetentie

Het woord competentie betekent hier: deskundigheid, bekwaamheid of vaardigheid.

De Basistrainer i.o. wordt begeleid door een Trainer/A. Hiertoe wordt een begeleidingsplan opgesteld waar beiden zich aan confirmeren.

KSS-nummer	Titel PvB/Competenties *	Portfolio-beoordeling	Praktijkbeoordeling		
			Planning-interview	Praktijk	Reflectie-interview
2.1	Geven van instructie	X		X	X
2.2	Begeleiden bij Proeve van Schietveiligheid	X			

* In alle PvB's worden de competenties "Stimuleren van sportieve ontwikkeling" en "Leer- en Burgerschapscompetenties" getoetst.

Nieuwsbrief



Van en voor schietsporttrainers in District 2 - KNSA

District 2 KNSA

De opleiding tot Basistrainer heeft de volgende modules:

Leiding geven

Techniek van pistoolschieten en gewerschieten in 3 houdingen

Aangepast sportschieten

De gestelde eisen worden getoetst om tot een goede beoordeling per onderdeel te komen. De kandidaat zal een portfolio moeten inleveren dat voldoet aan de gestelde eisen voor KSS 2.1 en KSS 2.2. Een portfolio is een dossier van documenten waarin tot uitdrukking komt dat men aan de gestelde competentie/eisen voldoet. Een goedgekeurd portfolio geeft toegang tot het praktijkexamen KSS2.1.

Het praktijkexamen **Geven van Instructie KSS 2.1** bestaat uit de beoordeling van de kandidaat op de volgende schiettechnische gebieden:

Planning van de instructie

Uitvoering van de instructie

Evaluatie van de instructie

De kandidaat krijgt een keuze uit een aantal enveloppen, waarin de te geven instructieles opgegeven is. Deze instructieles moet dan in het praktijkexamen gegeven worden. De volgende instructielessen zijn mogelijk:

Pistool, 1e, 2e, 3e les

Geweer staande houding, 1e, 2e, 3e les

Geweer knielende houding, 1e, 2e, 3e les

Geweer liggende houding, 1e, 2e, 3e les

Naast deze technische onderdelen wordt ook gekeken naar hoe de kandidaat aspirant-schutters begeleidt, omgaat met veiligheid, omgaat met betrokkenen en leercompetentie.

De examinatoren hebben hiervoor een opleiding gehad en een leidraad tot hun beschikking, alsmede een **Protocol PvB 2.1 Basistrainer**. De kandidaat wordt geobserveerd zowel tijdens zijn/haar voorbereiding of Planning van de instructieles als tijdens de uitvoering van de instructieles.

Tijdens de nabespreking (Reflectie) van het praktijkexamen met de Basistrainer i.o. wordt dit formulier volledig ingevuld. Onduidelijkheden kunnen worden rechtgezet, waarna de examinatoren aan de kandidaat kunnen mededelen of wel of niet aan **alle** eisen is voldaan.

Alle documenten gaan naar de Toetsingscommissie. Deze heeft tot taak het traject van examineren te controleren en de uiteindelijke uitslag bekend te maken en toe te zien op het uitreiken van diploma's.



4. Boekbespreking

Deze keer een wat meer uitgebreide bespreking van één boek. We hebben de schrijver Bart Blondeel met zijn boek "Mentale en sociale vaardigheden in jeugdsport" onder de loep. Bart gaat in dit boek in op de rol die de club, ouders en officials spelen bij de motivatie van jeugdigen, dus wat jongeren via sport kunnen opsteken op mentaal en sociaal vlak. Er wordt nogal sterk de nadruk gelegd op concepten als democratie, inspraak, assertiviteit en verantwoordelijkheidszin. De ontwikkeling van de jongere tot een mondige, kritische, maar ook sociale en verantwoordelijke volwassene staat voorop. Lees dit boek met een ópen mind'. De schrijver heeft zich als doel gesteld trainers te helpen bij de begeleiding van hun sporters en heeft geput uit Franstalige literatuur. Het boek is ook interessant voor ouders, clubleiders en alle begeleiders van jeugdige sporters.

Factoren en mensen die van invloed zijn bij de club en op de ontwikkeling van jeugdige sporters zijn o.a.:

Clubfilosofie - structuur, openheid, wedstrijden, gedrag, clubtaken en breedtesport.

Opleiding van kader - gericht op plezier in het sportgebeuren, het geleerde ook bruikbaar maken buiten de sport en vergroten van zelfvertrouwen van de sporter.

Wedstrijden - te zien als oefenterrein voor fysiek, techniek en tactiek, ook mentale en sociale aspecten zijn hier belangrijk.

Ouders - overleg met ouders over hun support aan de ontwikkeling van hun kind(eren), met een kritische, positieve manier naar het werk van de coach kijken en problemen signaleren.

Officials - Goed overleg tussen coach en wedstrijdleiding is hier de sleutel.

De schrijver behandelt een aantal begrippen op mentaal en sociaal vlak. Hij behandelt de mentale sterkte, karakter- en persoonlijkheidsontwikkeling, zelfbeeld en zelfvertrouwen. Dit laatste door o.a. Er mogen fouten gemaakt worden

Persoonlijke doelen stellen

Te grote verwachtingen voorkomen en successen laten halen

Omgang met druk en tegenslagen

Bij motivatie wordt gewaarschuwd voor het in een bepaalde richting duwen van de jeugdige sporter.

Op jeugdige leeftijd kan geoefend worden op concentratie. Emoties leiden meestal tot zichtbaar gedrag (Het 4-G schema: Gebeurtenis -> Gedachte -> Gevoel -> Gevolg). Emotiemanagement is een belangrijke topic in mentale trainingen.

Bij competitie komt spanning en angst vaak om de hoek kijken. Hoe kijkt de sporter tegen het begrip competitie aan en wat kan een coach hiermee.

Naast het behandelen van begrippen als respect, altruïsme, empathie, agressie en assertiviteit wordt ook ingegaan hoe belangrijk communicatie is. Hetzelfde geldt voor het stellen van doelen, korte - middel lange - lange termijn doelen, ambitieus, concreet en gesteld in samenspraak met de sporter.

Faalangst - Emotiemanagement - Faalangst kan zich uiten in het vermijden van bepaalde technieken/bewegingen. Sporters mogen falen, doch moeten begeleid worden en het vertrouwen moet hersteld worden. Sporters mogen zich niet laten meeslepen door hun emoties en daardoor prestaties missen.

Methodes en technieken van de sportpsycholoog, omgang met talent en coachen en winnen krijgen ook volop de aandacht.

Een goed te lezen boek, dat ons trainers veel zal leren en helpen ons werk (nog) beter te doen.

Nieuwsbrief



Van en voor schietsporttrainers in District 2 - KNSA

District 2 KNSA

5. Nieuwtjes / Varia

5.1 Website <http://www.schietsporttrainers.nl>

Deze website is bijgewerkt met de gehouden presentaties, verslag van de laatste vergadering en andere technische zaken. Van harte aanbevolen.

5.2 Sportzorg

Op de site www.sportzorg.nl is informatie te vinden over warming-up, versterking van buik- en rugspieren, versterking van voet- en enkelspieren en van de beenspieren. Eenvoudige oefeningen die de sportschutter meer stabiliteit kunnen geven.

5.3 ISSF regels

De nieuwe ISSF versie 2009 is online te vinden via:

http://www.issf-shooting.org/default.aspx?mod=ifpg&pane=10&inst=6&mpip=rules_rulebook_2009&pmlinkid=100

Neem de moeite om hiervan kennis te nemen. Het voorkomt altijd vragen/discussies.

5.4 Kostenreductie

Ons district kan veel druk- en portokosten besparen als we ons e-mailadres gebruiken om met elkaar te communiceren. Een oproep aan allen: **Zorg dat uw e-mailadres bekend is bij het bondsbureau.** Hartelijk dank voor uw medewerking.



5.5 Vragen

Heeft vragen of onderwerpen die op trainerbijeenkomsten behandeld kunnen worden, laat dit dan tijdig aan de redactie weten. Dit is niet alleen voor U, doch ook voor uw collega trainers van belang!

5.6 Volgende trainersbijeenkomst voor District 2 KNSA.

Deze is gepland op maandag 12 april 2010.

U krijgt hiervoor, zoals gewoonlijk, een uitnodiging.