

Ontwikkelplan trainer

Eén plan per trainer per seizoen. Vul het samen in bij het startgesprek en neem het mee naar elk volgend gesprek.

Trainer	Team	Seizoen
Begeleider	Startgesprek (datum)	Jaren als trainer

Begeleider: de technisch manager, trainerscoördinator of een ervaren trainer uit de club die meekijkt in je training en de gesprekken voert.

1. Waar sta je nu?

In je eigen woorden. Dit is geen beoordeling, maar het startpunt voor je doelen.

Hier ben ik sterk in	Hier wil ik in groeien
Wat vraagt mijn team dit seizoen van mij? (leeftijd, niveau, wat de spelers willen leren)	

2. Mijn doelen voor dit seizoen

Hooguit drie. Schrijf op wat je anders wilt doen in de zaal, zodat iemand die meekijkt het kan zien.

Nr	Doel wat wil ik anders doen?	Zo zie je dat het lukt wat ziet iemand die meekijkt?	Hulp nodig van wie, wat	Klaar in periode
1				
2				
3				

3. Zo ga ik het leren

Kies per doel een of twee manieren en spreek af wanneer.

Doel nr	Wat ga ik doen?	Met wie	Wanneer	Gedaan
				☐
				☐
				☐
				☐
				☐

Ideeën: een cursus of clinic · meelopen bij een andere trainer · samen een training voorbereiden · een training van jou laten bekijken · trainersoverleg in de club · een boek, video of artikel

4. Meekijken in de training

Spreek vooraf één kijkvraag af. Wie meekijkt, noteert wat er gebeurt en niet wat hij ervan vindt. Bespreek het direct na de training.

Datum	Wie keek mee	Kijkvraag	Wat viel op	Afspraak voor de volgende keer

5. Gesprekken

Aan het begin, halverwege en aan het eind van het seizoen. Kijk samen naar de doelen en stel ze bij als dat nodig is.

Gesprek	Datum	Hoe staat het met de doelen?	Wat doen we nu anders?
Start			
Halverwege			
Eind			

Je mag dit sjabloon vrij gebruiken, kopiëren en aanpassen.

Zo kan het eruitzien

Een verzonnen trainer van een jeugdteam van 13 tot 15 jaar, in haar tweede seizoen. Neem de vorm over, niet de inhoud.

Trainer **Sanne**

Team **Meisjes 13 tot 15 jaar**

Seizoen **2026/2027**

Begeleider **Technisch manager**

Startgesprek (datum) **week 2**

Jaren als trainer **1**

Hier ben ik sterk in

De sfeer in de groep is goed en de speelsters komen graag. Ik bereid elke training op papier voor.

Hier wil ik in groeien

Mijn uitleg duurt lang, dan staan de speelsters stil. Ik maak een oefening nog niet makkelijker of moeilijker als dat nodig is.

Wat vraagt mijn team dit seizoen van mij? (leeftijd, niveau, wat de spelers willen leren)

Jonge groep met een paar nieuwe speelsters. Ze willen leren bovenhands serveren en in de wedstrijd vaker drie keer spelen.

2. Mijn doelen voor dit seizoen

Nr	Doel wat wil ik anders doen?	Zo zie je dat het lukt wat ziet iemand die meekijkt?	Hulp nodig van wie, wat	Klaar in periode
1	Oefeningen voordoen in plaats van lang uitleggen	Na de uitleg is de bal snel weer in het spel; wie meekijkt, ziet weinig stilstand	Meekijken door de technisch manager	Periode 1
2	Bij elke oefening een makkelijkere en een moeiljikere variant klaar hebben	De varianten staan in mijn programma en ik gebruik ze in de zaal	Samen voorbereiden met een ervaren trainer	Periode 2
3	Na elke training een kort verslag met één focuspunt voor de volgende	Het focuspunt komt terug in de volgende training	Geen	Hele seizoen

3. Zo ga ik het leren

Doel nr	Wat ga ik doen?	Met wie	Wanneer	Gedaan
1	Een training van mij laten bekijken	Technisch manager	Periode 1	X
2	Twee trainingen meelopen bij een ervaren trainer	Trainer van het oudste jeugdteam	Periode 1	X
2	Clinic over oefenvormen voor de jeugd	Collega-trainers uit de club	Periode 2	☐

4. Meekijken in de training

Datum	Wie keek mee	Kijkvraag	Wat viel op	Afspraak voor de volgende keer
week 6	Technisch manager	Hoe lang staan de speelsters stil tijdens mijn uitleg?	Bij het tweede blok duurde de uitleg lang. Bij voordoen met twee speelsters was iedereen snel bezig.	Elke nieuwe oefening eerst voordoen.

5. Gesprekken

Gesprek	Datum	Hoe staat het met de doelen?	Wat doen we nu anders?
Start	week 2	Doelen samen opgesteld.	Eerste keer meekijken gepland.
Halverwege	week 16	Doel 1 gaat goed. Doel 2 is lastig: varianten bedacht, maar in de zaal vergeten.	Varianten op de oefenkaart schrijven en meenemen in de zaal.
Eind			

Met Koach Club leest de technisch manager in het Teamlogboek mee wat de trainers van elk team hebben vastgelegd: de aanwezigheid, wat er van het programma is gedaan, hun verslag en hun notities over spelers.