

Vorbereiding teamgesprek: tips voor (jeugd)trainers

Aan het begin van het seizoen is het waardevol om met je team een gezamenlijk gesprek te voeren. Dit helpt om duidelijke afspraken te maken, elkaar beter te leren kennen en samen te bepalen wat jullie belangrijk vinden in het seizoen.

Hieronder vind je suggesties voor onderwerpen die je tijdens het teamgesprek kunt bespreken. Kies vooral wat bij jouw team past.

Suggesties voor het teamgesprek

1. Kennismaken met elkaar

Gebruik bijvoorbeeld een spelvorm of kennismakingskaartjes. Ook als spelers elkaar al kennen, is het leuk en nuttig om elkaar op een andere manier beter te leren kennen. Dit versterkt het teamgevoel.

2. Wat voor team zijn we?

Bespreek waar iedereen vandaan komt (vanuit ander team, buiten volleybal), wat jullie belangrijk vinden in volleybal (bijv. plezier, ontwikkeling, prestaties) en wat jullie gezamenlijke doelstelling is. Welke afspraken maken jullie met elkaar?

3. Speelsysteem

Leg uit welk systeem jullie gaan spelen en waarom. Stem dit vooraf goed af met je medetrainers/coaches.

4. Inzet en gedrag

Wat verwachten jullie van elkaar qua motivatie, inzet en gedrag? En wat doen jullie als dat bij iemand tijdelijk minder gaat?

5. Gespreksmomenten

Is er ruimte voor team- of individuele gesprekken tijdens het seizoen? Hoe vaak en met welk doel?

6. Rol van de coach

Wie neemt de rol van coach op zich en wat houdt dit in? Bespreek ook hoe jullie omgaan met speeltijd en wissels tijdens wedstrijden.

7. Aanvoerderschap

Hoe regelen jullie dat? Kiezen jullie een vaste aanvoerder, een duo of wisselt het per wedstrijd?

8. Appgroep

Is er een teamappgroep? Wat wordt hierin gedeeld en door wie?

9. Afwezigheid en vervanging

Hoe geef je door dat je niet bij een training of wedstrijd kunt zijn? En wie regelt vervanging?

10. Douchen na training/wedstrijd

Bespreek dit open met elkaar. We stimuleren het douchen na wedstrijden (en eventueel trainingen), zeker als je daarna samen in de auto zit of op de club blijft. Uiteindelijk is het een persoonlijke keuze.

11. Ballentas

Het team gebruikt samen een ballentas. Wie neemt die mee naar de trainingen en wedstrijden? Dit kan steeds dezelfde persoon zijn of jullie kunnen het laten rouleren.

12. Invallen of extra trainen bij een ander team

Soms worden spelers gevraagd om in te vallen of extra te trainen bij een ander team. Dit gaat altijd in overleg tussen de trainers en daarna met de speler (en eventueel ouders). Spelers kunnen zelf ook aangeven of ze dit graag zouden willen.

13. Ouderbijeenkomst

Plan een bijeenkomst met spelers, ouders en trainers waarin praktische zaken aan bod komen, zoals vervoer, afspraken rondom wedstrijden en het organiseren van activiteiten. Vaak wordt er ook een teamouder gezocht die kan ondersteunen.

14. Taken binnen de vereniging

Binnen elke vereniging zijn er taken die door spelers worden uitgevoerd, zoals tellen of fluiten bij wedstrijden. Bespreek hoe dit bij jullie club geregeld is en wat er van het team wordt verwacht.

15. Verenigingsactiviteiten

Veel clubs organiseren toernooien of activiteiten waarbij hulp van teams gevraagd wordt. Bespreek welke momenten er zijn en zorg dat iedereen hiervan op de hoogte is.

16. Veilig en vertrouwd teamklimaat

Belangrijk is dat iedereen zich veilig en prettig voelt binnen het team. Maak bespreekbaar dat je altijd terecht kunt bij je trainer, coach of vertrouwenspersoon als er iets speelt. Veel verenigingen hebben gedragsregels en contactpersonen; wijs het team hierop.

17. Sportiviteit en respect

Spreek af hoe jullie met elkaar omgaan, met trainers, tegenstanders en scheidsrechters. Belangrijk uitgangspunt: fanatiek en met plezier spelen, maar altijd op een sportieve en respectvolle manier.

18. Teamuitje aan het begin van het seizoen

Organiseer een gezellig teamuitje om het seizoen samen te starten. Denk aan een activiteit buiten het volleybal, zoals bowlen, picknicken of een spelletjesavond. Dit versterkt het teamgevoel.

Heb je als trainer behoefte aan meer inspiratie? Kijk eens naar onderstaande artikelen of werkvormen over teamgesprekken, sportiviteit en het creëren van een veilig sportklimaat.

- [Voorkom uitval van jongeren in de sport door een goede relatie tussen coach en sporter – Allesoversport.nl](#)
- [Voorkom uitval van jongeren in de sport door een betrokken omgang met andere sporters – Allesoversport.nl](#)
- [5 tips om sportief gedrag te stimuleren – Allesoversport.nl](#)