



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

NEDERLANDSE BASKETBALL BOND

**OPDRACHTENBOEK**

**BT4**

VERSIE 2025-2026 CONCEPT

[Typ hier]



**NBB**  
NEERLANDSE  
BASKETBALL BOND

Winning is important to me, but what brings me real joy is the experience of being fully engaged in whatever I'm doing.

Phil Jackson



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Voorwoord

Voor u ligt het opdrachtenboek ten behoeve van de opleiding BasketballTrainer / Coach, niveau 4. In dit portfolio toont de coach aan dat hij/zij beschikt over kennis en vaardigheden, zoals beschreven in de kwalificatie structuur Sport (KSS: [12. Kwalificatiestructuur Opleidingen Trainer-coach - NOCNSF](#))

Het beroepsprofiel van een coach op niveau 4 behelst:

*“De trainer-coach 4 werkt met getalenteerde en/of geselecteerde sporters. Dit kunnen jeugdsporters, volwassen sporters en/of sporters met een beperking zijn. De getalenteerde sporters acteren op het niveau van de landelijke top voor hun leeftijdsklasse. De geselecteerde sporters nemen deel aan competities tot op landelijk niveau. Het werkterrein kan een (top)vereniging, een (afdeling van een) sportbond (bijvoorbeeld een RTC) of een andersoortige sportorganisatie zijn.”*

De eerste versie van het opdrachtenboek in 2022 is geschreven door Sabrina Oudkerk Pool (Hogeschool van Amsterdam), Janey van Asperen (Hogeschool van Amsterdam) en Marieke Jonker (Koninklijke Nederlandsche Schaatsenrijders Bond). Bij de constructie zijn vertegenwoordigers vanuit het werkveld geraadpleegd. In de loop der jaren is het opdrachtenboek specifiek op de basketball situatie aangepast.

In dit opdrachtenboek begeleid je een sporter en team in zijn of haar doel naar een vooraf gesteld doel. Denk bijvoorbeeld aan een sporter die dicht bij een selectie van een nationale jeugdselectie staat, of de stap gaat maken naar een WBL of BNXT team. Een BT4 coach is in staat om deze sporter planmatig te helpen bij dit doel. In de theorielessen beogen we om vanuit de wetenschap sport overstijgende kennis over te dragen. Een leercoach zal je ondersteunen in het proces om de koppeling tussen en de basketbal praktijk te maken.

In het verlengde van dit opdrachtenboek ligt het toets document waarin staat beschreven op welke manier de examinering plaats vindt. We raden de deelnemer aan op dit document ook goed door te nemen.

De inhoud van dit opdrachtenboek is voor de KNSB en Hogeschool van Amsterdam vrijuit te gebruiken. Niets uit deze uitgave mag daarbuiten openbaar worden gemaakt, verspreid en/of verveelvoudigd door middel van internet, druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de Hogeschool van Amsterdam en KNSB.

Wij wensen u veel plezier en succes met de opleiding!

[Typ hier]



## Inhoudsopgave

### Inhoud

Voorwoord .....	3
Inhoudsopgave .....	4
De opdrachten voor de cursist.....	5
Persoonlijk Ontwikkel Plan (POP).....	5
Leerresultaat 1: Aanbieden van trainingen/ ontwikkelen van spelers .....	7
Opdracht 1: Beschrijf (eind)doelen van de sporter(s) en werk een meerjaren-, jaar- en geperiodiseerd trainingsplan uit .....	7
Opdracht 2: Werken naar een piekmoment .....	9
Opdracht 3: Ontwerp trainingen, voer trainingen uit en beoordeel het beheersingsniveau van de sporter(s).....	10
Opdracht 4: Coach, instrueer en begeleid sporter(s) tijdens trainingen .....	11
Opdracht 5: Monitort de kwaliteit van de trainingen en reflecteert op eigen handelen .....	12
Leerresultaat 2: Coachen van wedstrijden.....	13
Opdracht 1: Voorbereiding op de wedstrijd; .....	14
Opdracht 2: Tijdens de wedstrijd; .....	14
Opdracht 3: Evaluatie van de wedstrijd; .....	15
Leerresultaat 3 Ondersteunen sporttechnisch beleid.....	16
Opdracht 1 Schrijf een advies aan de organisatie over de uitvoering van hun sporttechnisch beleid .....	16
Leerresultaat 4 Samenwerken met begeleidingsteam en deskundigen .....	17
Opdracht 1 Werk samen met interne en externe deskundigen om de prestaties van de sporter(s) samen te optimaliseren.....	17
Leerresultaat 5 Herkennen en ontwikkelen van talenten.....	18
Opdracht 1 Gebruik een stappenplan, observatie- en registratieformulier om talent te herkennen .....	18
Opdracht 2 Registreer en monitor de talentontwikkeling in een persoonlijk ontwikkelingsplan (POP) van de sporter(s) .....	22
Bijlage 1: voorbeelden bij opdracht 1. ....	23



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## De opdrachten voor de cursist

Je start de opleiding met het opstellen van een Persoonlijk Ontwikkel Plan (POP). Met jouw leercoach bespreek je hoe je het POP vorm gaan geven. In het POP beschrijf je jouw leerpad, leervragen en de daarbij behorende opdrachten.

### De opdrachten

De trainer-coach 4 opleiding bestaat verder uit het opstellen van een POP en de volgende vijf leerresultaten:

1. Aanbieden van trainingen
2. Coachen van wedstrijden
3. Ondersteunen sporttechnisch beleid
4. Samenwerken met begeleidingsteam en deskundigen
5. Herkennen en ontwikkelen van talenten

In dit opdrachtenboek wordt per leerresultaat de leeruitkomsten weergegeven. Deze leeruitkomsten geven aan wat een trainer-coach 4 aan het einde van het opleidingstraject moet kunnen aantonen. ~~De opdrachten die beschreven zijn horen bij één of meerdere leeruitkomsten. Deze opdrachten kun je op jouw eigen wijze uitwerken en uiteindelijk verantwoorden.~~

## Persoonlijk Ontwikkel Plan (POP)

### Inleiding

Als het aankomt op je persoonlijke ontwikkeling, ben je nooit uitgeleerd. Je Persoonlijk Ontwikkel Plan (POP) houdt je dan ook gedurende je hele opleiding bij en pas je waar nodig aan. Je start de opleiding met het opstellen van jouw POP. Een POP is een schriftelijke afspraak tussen jou en je leercoach, waarin jij jouw leervragen en te maken opdrachten opschrijft en je samen met jouw leercoach en praktijkbegeleider vastlegt hoe jullie elkaar kunnen helpen, maar ook wanneer je opdrachten gaat opleveren.

In je POP beschrijf je waar je goed in bent en wat je misschien al beheerst in relatie tot alle opdrachten. Mochten jij, en je leercoach van mening zijn dat je op onderdelen vrijstelling kan aanvragen, dan kan je dit doen via de Toetsingscommissie, neem daarvoor contact op via [opleidingen@basketball.nl](mailto:opleidingen@basketball.nl) Maar, wat vooral belangrijk is dat je in dit plan ook opneemt op welk gebied je jezelf nog wilt ontwikkelen, hoe jij jouw rol als trainer-coach nog beter kunt uitvoeren en wat jouw ambities voor de toekomst zijn.

### Doel van de opdracht

Het doel van het POP is om inzichtelijk te maken waar je in relatie tot de beoogde leerresultaten staat en welke opdrachten in welk tijdspad uitgevoerd gaan worden. Weten wat jouw sterke punten zijn, waar je nog kunt groeien, wie je daarbij hulp kunt vragen en wat je kunt toevoegen aan jouw rol als trainer-coach. Daarnaast is het POP een middel om gemaakte afspraken tussen jou, jouw leercoach en praktijkbegeleider vast te leggen.

### Werkwijze

Maak een afspraak met jouw leercoach en doorloop het format POP samen. Beantwoord daarbij de volgende vragen die in het POP terug moeten komen:

[Typ hier]



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

### 1) Wie ben ik?

- Curriculum Vitae (CV)
- Een (sport)biografie: Daarin opgenomen de belangrijkste gebeurtenissen in je leven zoals jij die beleefd hebt en wat ze voor je hebben betekend of nog steeds betekenen. (max 1 A4).

### 2) Wat kan ik?

Een 360 graden feedback. De vragen die je hierin stelt stem je af met de leercoach en vraag je aan verschillende personen, bijvoorbeeld:

- Een sporter
- Jouw praktijkbegeleider
- Iemand uit je privéleven
- Jezelf
- Een collega trainer-coach
- Iemand uit een andere werkomgeving (als je die hebt) of een eerdere werkgever

We adviseren de volgende personen te bevragen: 4

### 2B) Een SWOT-analyse van jezelf

(Sterke-, zwakke punten, kansen en bedreigingen) mede gebaseerd op de resultaten van de 360 graden feedback die je hebt gekregen.

### 3) Leerdoelen

Ambitie: waar wil ik over 5 jaar als coach staan? En wat heb ik nodig om dat te bereiken?

- Wat is daarvan al aanwezig?
- Wat zijn de belemmeringen?
- Wat moet je nog doen?
- Welke leervragen/ontwikkelpunten komen daaruit naar voren?

### 4 Planning

Maak een planning van de opdrachten uit deze opleiding en stem met jouw leercoach af wanneer je deze gaat opleveren. In deze planning neem benoem je per opdracht:

- Wanneer doe ik deze opdracht?
- Wie vraag ik om begeleiding/feedback?
- Wat zijn mijn aandachtspunten
- Wanneer is de opdracht uiterlijk gereed?

Besprek de opgestelde planning met de leercoach en jouw praktijkbegeleider.

Eindproduct

Het POP met daarin opgenomen:

- CV
- Uitgebreide (sport)biografie)
- 360 graden feedback
- SWOT-analyse
- Leerdoelen (ambitie)
- Planning, afgestemd met de leercoach en praktijkbegeleider

[Typ hier]



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Leerresultaat 1: Aanbieden van trainingen/ ontwikkelen van spelers

Leeruitkomsten: De trainer-coach niveau 4:

1. Beschrijft doelen van het sporter(s) en team
2. Stemt een meerjaren-, jaar- en geperiodiseerd trainingsplan op elkaar af
3. Ontwerpt trainingen, voert trainingsactiviteiten uit en beoordeelt het beheersingsniveau van de sporter(s) tijdens trainingen
4. Coacht, instrueert en begeleidt sporter(s) tijdens trainingen
5. Monitort de kwaliteit van de trainingen en reflecteert op het eigen handelen

---

**Opdracht 1: Beschrijf (eind)doelen van de sporter(s) en werk een meerjaren-, jaar- en geperiodiseerd trainingsplan uit**

### **Inleiding**

In een talentontwikkeling/ topsport omgeving van het Nederlands Basketball zal je te maken hebben met doelen vanuit de club, van het team en de individuele sporter. Als talentcoach begeleid je sporters naar hun ultieme doel. Op dit niveau betekent dit, dat het doel moet zijn, om met jouw professionele begeleiding, de speler klaar te stomen voor een nationaal (jeugd)team of dat zij op weg zijn naar de WBL of BNXT. Misschien overwegen ze een stap naar College of een Europese club.

In het eerste leerresultaat zetten we de doelen van de sporter centraal. Als talentcoach identificeer jij het doel en help jij de speler bij deze laatste stap naar het volgende podium. Je neemt kennis van de verschillende ontwikkelingsdimensies die nodig om op een hoger / professionelere niveau te komen.

In deze opdracht zoomen we in op 1 speler, om daarmee de workload voor het portfolio beperkt te houden. Echter, in de praktijk zal je deze aspecten voor meerdere/ al je teamspelers uitwerken.

### **Doel van de opdracht**

Het doel van deze opdracht is om realistische doelen voor je sporters te beschrijven en daarbij een duidelijke koers te bepalen om jouw sporters en het team naar dat doel te brengen. Je werkt een geperiodiseerd meerjarenplan (macro) uit, alsmede een jaarplan (meso) en een korte periode naar een piekmoment (micro)

[Typ hier]



**NBB**  
NEEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Werkwijze

- Stap 1: Je begint met het onderzoeken van het uitstroomniveau van je spelers. Dit kan binnen je eigen club of daarbuiten. Op basis hiervan maak je per positie profielen van het gewenste uitstroom niveau.
- Stap 2: Het gewenste eindniveau zet je vervolgens weg in een macro planning. Hierbij ontleed je de einddoelen naar een 2 of 3 jaren plan. (zie voorbeeld 1) Dit doe je op basis van verschillende posities, jaren en verschillende dimensies<sup>1</sup>.
- Stap 3: Vervolgens beschrijf je van één geselecteerde speler de persoonlijke ontwikkelingsplan op de verschillende dimensies, welke je monitort gedurende de opleidingsduur.

Om deze opdracht te kunnen voldoen, zal je inzicht moeten hebben het gewenste instroomniveau van het team / organisatie / selectieplek waar jouw speler naartoe werkt. Hiervoor zoek je contact met de coach van dat programma en /of volg je een snuffelstage bij een team van een hoger niveau<sup>2</sup>. In maximaal 1 A4 leg je uit hoe op het gewenste niveau gespeeld dient te worden en dit verduidelijk je aan de hand van videobeelden. Tevens reflecteer je op je huidige niveau van de gekozen speler; welke groei zal hij/zij moeten doormaken om het gewenste niveau te bereiken? Hoe kan jij het programma inrichten om het einddoel te bereiken? Zijn de doelen van de spelers realistisch, in de huidige omstandigheden? Zijn ze in lijn met de doelstellingen van de club en/of de speelstijl?

## Eindproduct

Een beschrijving van de doelstellingen van het complete team en 1 geselecteerde sporter, met daarin:

- Een beknopte (maximaal 1 A4) beschrijving van gewenste speelstijl, met gebruik van video<sup>3</sup>, van het niveau / programma waar de speler naar toe werkt.
- Bespreek en benoem de gewenste spelersprofielen met de coach van het programma waar de speler naar toe werkt<sup>4</sup>
- Beschrijf in een meerjarenplan de gewenste ontwikkeling **per positie, per jaar** aan de hand van de volgende **dimensies**: technisch, tactisch, fysiek, mentaal (prestatiegedrag en topsport leefstijl/sociaal emotioneel) en voeding. (meerjarenplan, macro). Zie bijlage 1
- Beschrijf de (gewenste) trainingssituatie van een seizoen (meso), waarbij de macro planning kan worden behaald.
- Werk uit en reflecteer op de huidige situatie op de club (trainingsuren / mogelijkheden) en de leefstijl van de sporter (overzicht van het weekprogramma (micro) van de sporter met daarin opgenomen werk, privé, sport, slapen, reizen, school, etc.); zijn de gestelde doelen ook echt haalbaar?
- Verantwoording voor de gemaakte keuzes, met onder andere aandacht voor het voorkomen van blessures (dosering belasting in relatie tot belastbaarheid)
- Input vanuit de sporter.

NB deze opdracht wordt bij opdracht 5.2 herhaalt, maar dan voor een sporter die nieuw is in jouw programma. Het kan praktisch zijn dat je deze opdracht nu al bekijkt.

<sup>1</sup> dimensies: technisch, tactisch, fysiek, prestatiegedrag (en topsport leefstijl/sociaal emotioneel) en voeding.

<sup>2</sup> De NBB biedt snuffelstages aan bij OLA en/of NJT-teams

<sup>3</sup> Voor deze opdracht stelt de NBB een tijdelijke licentie bij onze partner NAC Sports ter beschikking. Vraag bij de NBB naar de mogelijkheden.

<sup>4</sup> Het komt regelmatig voort dat spelers moeten worden "omgeschoold" naar een andere positie, omdat er op het hogere niveau andere wensen zijn

[Typ hier]



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Opdracht 2: Werken naar een piekmoment

### Inleiding

Tijdens het seizoen zal je werken met teamdoelstellingen. In sommige fases betekent dit dat je toewerkt naar een piekmomenten. Dit kan bijvoorbeeld de playoffs zijn, een bepaald toernooi of een andere belangrijke moment in het seizoen.

Door middel van periodisering kan je spelers hier fysiek optimaal op voorbereiden. In deze opdracht zal je laten zien dat je deze competentie beheerst.

### Doel van de opdracht

Toepassen van specialistische kennis rondom periodisering gedurende een piekmoment.

### Werkwijze

Kies het moment waarop jij met je team wil pieken. En maak een trainingsplan van c 4-6 weken ter voorbereiding naar dit doel.

### Eindproduct

- Een planning van een korte periode van 4 -6 weken waarin je je team voorbereid op het piekmoment en deze doorloopt. Maak wederom gebruik van de verschillende dimensies.
- Een evaluatie van het piekmoment.



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Opdracht 3: Ontwerp trainingen, voer trainingen uit en beoordeel het beheersingsniveau van de sporter(s)

### Inleiding

In deze opdracht staat centraal het trainen van relevante:

- Techniek,
- Tactiek
- Atletische / Fysieke eigenschappen
- Mentale aspecten

### Doel van de opdracht

Je leert door deze opdracht trainingen voor te bereiden en uit te voeren binnen een cyclus op basis van theoretische en praktische inzichten. De trainingen zijn bij deze opdracht gericht op het verbeteren van de atletische/ fysieke, mentale vaardigheden, techniek van de sporters en verbetering van het spel van het team.

### Werkwijze

In opdracht 1 heb je een jaarplanning en een geperiodiseerd trainingsplan uitgewerkt. In deze opdracht ga je aantonen dat je bekwaam bent in het opbouwen van een reeks trainingen, en dat je didactische vaardigheden beschikt.

Van de 4 dimensies (techniek, tactiek, fysiek en mentaal) kies je een uitwerking wat je over een langere periode kan trainen. Bijvoorbeeld:

- Fysiek: wendbaarheid
- Tactisch; verdedigen van P/R
- Technisch: Ballhandling onder druk
- Topsportgedrag: autonomie

Gedurende de looptijd van je opleiding film je oefeningen /opdrachten die gericht zijn op het verbeteren van het gekozen onderwerpen. Hiermee toon je aan dat je structureel kan werken aan de verbetering van een (spel)element, waarbij je rekening houdt met de verschillende voorkeuren en inzichten rondom motorisch leren.

### Eindproduct

Vier videoclips, van het door jouw gekozen onderwerp, trainingsvormen (16 clips in totaal). Zorg dat de clips lang genoeg zijn om elke drill en de progressie goed te kunnen zien, zodat de leercoach en de beoordelaar een vlot beeld hebben van jouw trainingsvormen en progressie.

Zorg dat je feedback vraagt aan:

- Spelers
- Praktijkbegeleider
- Eventueel mede cursisten

NB lees voordat je de videoclips gaat maken, opdracht 4 goed door. Dit kan je combineren.

[Typ hier]



**NBB**  
NEEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Opdracht 4: Coach, instrueer en begeleid sporter(s) tijdens trainingen

### Inleiding

Het coachen, instrueren en begeleiden van jouw sporters tijdens trainingen is essentieel om sporters op de trainingen efficiënt te laten leren, en ontwikkelen naar hun einddoel. Het is daarbij van belang dat je jouw manier van communiceren afgestemd is op de doelgroep. Weten de sporters wat er van hen verwacht wordt tijdens een training? Begrijpen de sporters jouw uitleg? Is jouw relatie met spelers zodanig dat ze in hun “learning zone” komen?

### Doel van de opdracht

Het doel van deze opdracht is jouw sporter(s) van de juiste instructie en feedback te voorzien met als doel hen te helpen de trainingen op een goede wijze uit te voeren. Je leert om op een heldere en duidelijke wijze te communiceren, opbouwende feedback te geven en waar nodig ondersteuning te bieden.

### Werkwijze

Je filmt gedurende de opleiding een aantal trainingen (dit mag in combinatie met opdracht 3). Zorg dat je zelf (ook) goed zichtbaar en hoorbaar bent, in de wijze waarop je jouw sporter(s) tijdens de trainingen hebt gecoacht, geïnstrueerd en hebt begeleid zodat zij op een zo goed mogelijke wijze de training hebben kunnen uitvoeren.

Gedurende de opleiding verzamel je feedback van jouw praktijkbegeleider. Dit doe je door hem/haar meerdere keren uit te nodigen op jouw trainingen.

### Eindproduct

- Maakt een reflectie op de videofragmenten (van opdracht 3 of anderen) waarbij je jezelf observeert hoe jij jouw sporter(s) hebt gecoacht, geïnstrueerd en hebt begeleid tijdens de trainingen met daarin opgenomen:
  - Manier van communiceren
    - Frequentie (richtlijn: begin van een training, tijdens oefeningen, feedback en na de training een korte evaluatie) + verantwoording.
    - Wanneer je wel of niet ingrijpt
  - Hoe stel je jezelf op als coach in de groep (leidinggevende, onderdeel van de groep of beide)?
  - Feedback van de sporter(s)
  
- Feedback van je praktijkbegeleider.



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Opdracht 5: Monitort de kwaliteit van de trainingen en reflecteert op eigen handelen

### Inleiding

Training is een belangrijke factor voor het beter worden als speler en het leveren van prestaties. De trainingen die jij als trainer-coach maakt, dienen tussentijds en aan het einde goed geëvalueerd kunnen worden, zodat het succes en de verbeterpunten duidelijk zichtbaar worden gemaakt. Dat betekent dat jij de gegevens moet verzamelen die relevant en meetbaar zijn. In deze opdracht staat het evalueren van de kwaliteit van de trainingen en het reflecteren op eigen handelen centraal.

### Doel van de opdracht

Gebruik een monitoringssysteem of (evaluatie)instrument waardoor de effecten en de kwaliteit van de trainingen gemeten kunnen worden. In de eerdere opdrachten heb je duidelijke doelen gesteld, hoe ga je deze gedurende de periode van het (meer)jarenplan meten? En wat doe je als de tussenmetingen (nog) niet het benodigde effect hebben?

### Werkwijze

Stel je op de hoogte van de laatste inzichten met betrekking tot monitoring van de kwaliteit van trainingen. Evalueer aan de hand van jouw gekozen instrument de voortgang van de 4 onderwerpen die je hebt gekozen bij opdracht 4. Hiermee meet je de effecten die de trainingen hebben gehad op de prestatie van jouw sporters. Zorg er ook voor dat dit meetmomenten zichtbaar opgenomen zijn in jouw jaarplan (opdracht 3). Presenteer de gegevens van de sporter die je gekozen hebt bij opdracht 1. Vraag feedback aan de sporter en andere betrokkenen en bespreek de opvallende punten die uit de evaluatie naar voren komen. Stel waar nodig de planning bij op basis van de resultaten uit deze evaluatie. Reflecteer daarbij ook op jouw handelen als trainer-coach volgens de STARRT-methode.

### Eindproduct

Evaluatieverslag met daarin opgenomen:

- Grijp terug op de 4 doelen van de benoemde speler
- Het gekozen monitoringssysteem of (evaluatie)instrument
- Verantwoording voor de gemaakte keuze
- Bijstelling als de jaarplannen op basis van de metingen, indien nodig
- Gegeven feedback van sporters en de praktijkbegeleider
- Reflectie van jouw eigen handelen volgens de STARRT-methode.



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Leerresultaat 2: Coachen van wedstrijden

Leeruitkomsten: De trainer-coach niveau 4:

- Bereidt de sporter(s) en het team voor op de wedstrijd
- Beschrijft de voorbereiding voor de wedstrijd in een wedstrijdplan
- Coacht en begeleidt sporter(s) gericht op de wedstrijden en voert het wedstrijdplan uit
- Evalueert het (gedurende de game) wedstrijdplan en reflecteert op eigen handelen

---

### Inleiding

Daar waar we in het vorige leerresultaat specifiek bezig waren met de ontwikkeling van een individu, zoomen we nu iets uit en kijken we naar jou en de werking van het team. We focussen ons hierbij vooral op het coachen van wedstrijden.

Er zijn verschillende factoren die de prestatie in een wedstrijd kan beïnvloeden. Als coach bouw je de omgeving waarin de spelers optimaal kunnen functioneren. Hierbij maken we een onderscheid tussen voorbereiding, in game coaching en evaluatie.

### Doel van de opdracht

Je leert door deze opdracht een wedstrijd volgens een wedstrijdplan voor te bereiden, uit te voeren en te evalueren, waarbij je rekening houdt met alle facetten die bij een wedstrijd komen kijken. Je leert door deze opdracht op een pedagogisch verantwoorde wijze te communiceren en samen te werken met jouw sporters en met andere betrokkenen.

### Werkwijze

Deze opdracht wordt in twee stappen uitgevoerd. Bij de eerste stap nodig je een medecursist uit voor een observatie van de laatste (tactische) training, de wedstrijd en de evaluatie. Deze geeft jouw feedback op jouw handelen. Je formuleert verbeterpunten waar je gedurende het seizoen aan gaat werken.

De praktijkbegeleider en eventuele “experts” monitoren dit proces.

Aan het einde van het seizoen werk je veel met video waarbij je onderstaande criteria vastlegt. Deze keer gebruik je het materiaal ten behoeve van je portfolio. Je praktijkbegeleider geeft hierop feedback.

[Typ hier]



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Opdracht 1: Voorbereiding op de wedstrijd;

Laat zien (eerst aan de mede cursist, en aan het einde van de opleiding voor je portfolio/praktijkbegeleider) hoe jij je sporters voorbereidt in aanloop naar de wedstrijd

### Doelen

Wat zijn de teamdoelen van deze wedstrijd en de individuele spelers?

### Tactisch

De aanpak van de aankomende wedstrijd volgt onder andere uit jouw tactische analyse (video en data) van de tegenstander en jouw eigen sporter(s). Wat is het plan, wat verwacht je dat de tegenstander doet? Waar zit de kracht van de tegenstander en jouw eigen sporter(s)? Waar zitten de mogelijkheden om de tegenstander te verslaan?

### Mentaal

Welke externe factoren kunnen invloed hebben op de uitvoering van het plan? Zijn er bepaalde spanningen die belemmerend kunnen werken? Ben jij, maar zijn ook jouw sporters en het team op de hoogte van alle regels en/of reglementen?

### Fysiek

Zijn de spelers fysiek klaar om een maximaal resultaat te leveren? Denk hierbij aan periodisering, loadmanagement en voeding. **Hoe zorg je dat de spelers richting het einde van de wedstrijd nog fris zijn -voorgenomen wisselschema?**

## Opdracht 2: Tijdens de wedstrijd;

### In Game coaching

Het coachen en begeleiden van jouw sporters en het team tijdens wedstrijden is essentieel om sporters en het team optimaal te laten presteren. Iedere sporter en ieder team is uniek en vraagt een andere manier van coachen. De ene sporter is erbij gebaat om met duidelijke instructies in het coach vak te staan en de andere sporter wil vooral rust en stilte. Daarom is het van belang dat jouw manier van communiceren en dus coachen afgestemd is op de sporter en het team dat past in een pedagogisch veilige sportomgeving. Maar dat verwacht je ook van jouw sporters en het team en begeleidt hen daarbij.

### *Groep coaching*

Als coach ben jij een boegbeeld voor jouw team en club. Jouw manier van coaching draagt bij het beeld wat spelers, supporters en andere omstanders hebben van jouw club. Tevens is jouw manier van coachen bepalend voor de wijze waarop jouw team zal presteren op het veld. Wat ziet je mede cursist/ praktijkbegeleider als hij jou ziet coachen. Wat is jouw coaching stijl?

### *Time out coaching / End of game coaching*

Als basketbal coaches hebben we, in tegenstelling tot sommige andere sporten, de mogelijkheid om gedurende de wedstrijd uit te oefenen op de prestatie van ons team. We kunnen time-outs nemen om zaken bij te sturen. In deze opdracht geef je elkaar feedback op de momenten van de time-outs, de wijze waarop je deze gebruikt, en analyseer je of deze effectief zijn ingezet.

### *Individuele coaching*

Hoe ga je om met individuele verschillen en individuele ontwikkeling van spelers, binnen een wedstrijd context?

[Typ hier]



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

### Opdracht 3: Evaluatie van de wedstrijd;

Evalueer met alle betrokkenen het wedstrijdplan en de uitgevoerde wedstrijd. Trek conclusies welke doelstellingen er behaald zijn en welke niet. Wat vraag extra aandacht en hoe ga je dat voor de komende wedstrijd anders vormgeven? Vraag daarbij input aan de sporters, je mede cursist, praktijkbegeleider en andere betrokkenen.

#### Eindproduct

##### ➤ 0-meting

Observatie van een medecursist op basis van de voorbereiding, in game coaching + evaluatie van een wedstrijd. Waar kan jij je als wedstrijdcoach in ontwikkelen?

##### ➤ Proces

Beschrijf welke acties je hebt ondernomen om beter te worden ten opzichte van de 0-meting.

##### ➤ Portfolio

Maak via videobeelden/ verslaglegging van duidelijk dat je de volgende competenties beheerst:

- Voorbereiding: Wedstrijdbespreking, inclusief video analyse, voorafgaande aan een wedstrijd.
  - Doelstellingen voor de sporter(s) en het team
  - Een analyse van jouw individuele sporter(s) en het team (matchups)
  - Een analyse van de tegenstander(s)
  - Factoren die van invloed kunnen zijn op het verloop van de wedstrijd (zoals: scheidsrechters, historie tussen teams, etc.)
  - Beschrijf wanneer je begint met de wedstrijdvoorbereiding. Denk daarbij aan voeding, rust en periodiseren.
  
- In game coaching: 8 wedstrijdbeelden van groep coaching, time out coaching en/of individuele coaching
- Evaluatie van de coaching voor, tijdens en na de wedstrijd
- Gegeven feedback van sporters en de praktijkbegeleider

[Typ hier]



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Leerresultaat 3 Ondersteunen sporttechnisch beleid

Leeruitkomsten: De trainer-coach niveau 4:

Adviseert de organisatie over de uitvoering van hun sporttechnisch beleid

---

### Opdracht 1 Schrijf een advies aan de organisatie over de uitvoering van hun sporttechnisch beleid

#### Inleiding

Als trainer-coach kun je te maken krijgen met sporttechnisch beleid van de organisatie waar je werkzaam bent. Je wordt gevraagd dit beleid opvolging te geven. Maar sluit dit beleid aan op jouw plan om sporters optimaal te laten presteren in een veilige omgeving? Of ligt er helemaal geen beleid en moet dit nog ontwikkeld worden?

#### Doel van de opdracht

Door deze opdracht leer je jouw organisatie te adviseren over de uitvoering van hun sporttechnisch beleid. Door het huidige beleid door te nemen en een eigen mening te vormen leer je om jouw organisatie te voorzien van feedback.

#### Werkwijze

Inventariseer de huidige plannen en verdiep je op het gebied van sporttechnisch beleid binnen jouw eigen organisatie. Breng in kaart wat de belangrijkste speerpunten of doelstellingen zijn uit het beleid en formuleer daarop jouw advies hoe de organisatie dit kan verbeteren. Stuur dit advies ter beoordeling aan de organisatie en ontvang de gegeven feedback hierop. Evalueer vervolgens met alle betrokkenen het sporttechnische beleid waar jij als uitvoerder bij betrokken bent. Trek conclusies welke doelstellingen er in de uitvoering behaald zijn en welke niet. Vraag daarbij input aan alle betrokkenen.

#### Eindproduct

Een beleidsadvies waarin is opgenomen:

- Huidig sporttechnisch beleid van de organisatie
- Speerpunten of doelstellingen die jij wil behandelen
- Geschreven advies
- Feedback van de organisatie

Evaluatie met daarin opgenomen:

- Conclusies van de resultaten
- Aanbevelingen voor de uitvoering van het sporttechnische beleidsplan
- Input van alle betrokkenen
- Reflectie van jouw eigen handelen als trainer-coach volgens de STARRT-methode

[Typ hier]



**NBB**  
NEEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Leerresultaat 4 Samenwerken met begeleidingsteam en deskundigen

Leeruitkomsten: De trainer-coach niveau 4:

- Herkent, vindt en werkt samen met interne en externe deskundigen om de prestaties van de sporter(s) te optimaliseren

---

### Opdracht 1 Werk samen met interne en externe deskundigen om de prestaties van de sporter(s) samen te optimaliseren

#### Inleiding

De begeleiding van getalenteerde sporters op niveau van landelijke (sub)top is intensief en vraagt om verschillende deskundigen. Vandaar dat er steeds vaker een team of netwerk van interne en externe deskundigen rond sporters wordt gevormd. Je bent als trainer-coach dus niet meer de enige die zich bezighoudt met de ontwikkeling van een sporter. Dat vraagt afstemming en samenwerking met de betrokkenen.

#### Doel van de opdracht

Je leert door deze opdracht na te denken over de gewenste begeleiding van de sporters en de deskundigheid die daarvoor nodig is. Ook als deze in jouw club nog niet aanwezig is.

#### Werkwijze

Herken welke begeleiding de sporter in deze fase van zijn ontwikkeling nodig heeft en vindt interne en externe deskundigen, die de ontwikkeling van de sporter en prestaties van het team optimaliseren. Je maakt een organigram of andere beschrijving van de gewenste staf. Houdt daarbij rekening met zowel expertises als kwantiteit van de samenstelling. Vraag de sporter(s) en eventueel leden van het huidige begeleidingsteam naar de gewenste samenstelling.

Breng de gewenste situatie in kaart en plaats daarnaast de huidige situatie. Onderbouw de wenselijke situatie en maak een voorstel met daarin de stappen/maatregelen om de gewenste situatie te realiseren. Geef daarbij ook aan hoe de communicatie verloopt met deze deskundigen om de sporter(s) zo optimaal mogelijk te laten presteren. Bespreek dit vervolgens met de sporters en leden van het huidige begeleidingsteam. Evalueer tot slot samen met het begeleidingsteam de begeleiding en stem de inzet af op de individuele ontwikkeling van de sporter(s) en het team.

#### Eindproduct

Voorstel voor de optimalisering van de samenstelling van en de samenwerking binnen het begeleidingsteam, waarin is opgenomen:

- Overzicht samenstelling begeleidingsteam (interne & externe deskundigen) met bijbehorende taken en verantwoordelijkheden;
- Op welke wijze er samengewerkt wordt met collega trainer-coaches;
- Op welke wijze er contact wordt onderhouden en gecommuniceerd met en over de begeleiding van de sporters en het team;
- Op welke wijze de evaluatie plaatsvindt over de begeleiding van de sporters en het team;
- Evaluatie van deze opdracht

Voor alle aspecten maak je een verschil tussen de huidige situatie en de gewenste situatie, waarbij je realistisch bent ten aanzien van de mogelijkheden op de middellange termijn.

[Typ hier]



**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

## Leerresultaat 5 Herkennen en ontwikkelen van talenten

Leeruitkomsten: De trainer-coach niveau 4:

- Gebruikt een stappenplan, observatie- en registratieformulier om talent te herkennen
- Registreert en monitort de talentontwikkeling in een persoonlijk ontwikkelingsplan (POP) van de sporter(s)
- Begeleidt sporters bij hun sport(loopbaan)ontwikkeling en reflecteert op het eigen handelen

---

### Opdracht 1 Gebruik een stappenplan, observatie- en registratieformulier om talent te herkennen

#### **Inleiding**

In deze opdracht ga je kijken naar de samenstelling van de selectie voor komend jaar. Voordat je talenten kunt selecteren is het eerst van belang om precies te weten op grond waarvan je deze talenten kunt herkennen (bijvoorbeeld op welke prestatiebepalende factoren). Hiermee bepaal jij het instroomniveau.

Deze opdracht kent overeenkomsten met de eerste opdracht, alleen is jouw organisatie nu degene die een speler aanneemt. Als tip geven we mee om de dimensies, fysiek, techniek, tactiek, prestatiegedrag in deze opdracht te betrekken.

#### **Doel van de opdracht**

In deze opdracht leer je om tot meer gedegen keuzes te komen om talentherkenning van jouw club uit te voeren. Door deze opdracht leer je criteria voor talentherkenning en -identificatie te herkennen, gegevens te verzamelen en te ordenen.

#### **Werkwijze**

Inventariseer de plannen op het gebied van talentherkenning binnen jouw organisatie. Breng in kaart hoe de talentherkenning daadwerkelijk plaatsvindt op de werkvloer. Welke factoren bepalen of iemand "goed genoeg is"? (of goed genoeg kan worden). Doe actief suggesties om vanuit het denkkader van de opleiding hier veranderingen in aan te brengen, om meer methodologisch talentherkenning uit te voeren.

Maak een (stappen)plan voor talentherkenning en identificatie van de sporters in jouw omgeving (doorstroom eigen club of van buiten). Voer dit stappenplan uit bij 2 sporters, die nieuw in jullie programma zouden kunnen komen.

[Typ hier]



**NBB**  
NEERLANDSE  
BASKETBALL BOND

[Typ hier]



**NBB**  
NEERLANDSE  
BASKETBALL BOND

[Typ hier]



**NBB**  
NEERLANDSE  
BASKETBALL BOND

[Typ hier]



## Opdracht 2 Registreer en monitor de talentontwikkeling in een persoonlijk ontwikkelingsplan (POP) van de sporter(s)

**NBB**  
NEDERLANDSE  
BASKETBALL BOND

### Inleiding

Nadat een sporter geselecteerd is voor een selectie blijft de ontwikkeling van die sporter een belangrijk aandachtspunt voor jou als trainer-coach. Eenmaal geselecteerd betekent niet dat je het talent kunt loslaten. Een stappenplan kan je helpen om inzichtelijk te krijgen wat jouw sporter nodig heeft om zich nog verder te ontwikkelen, maar ook welke verwachtingen deze sporter heeft van jou als trainer-coach.

### Doel van de opdracht

Met deze opdracht krijg je inzicht hoe een talent zich ontwikkelt en wat jouw rol als trainer-coach daarin kan betekenen. Je weet hoe je kunt handelen als trainer-coach, welke hulpmiddelen je daarvoor inschakelt en wat de wederzijdse doelstellingen zijn.

### Werkwijze

We werken nogmaals een POP uit (zie opdrachten 1.1 en 1.5) Op basis van de beschreven doelen in leerresultaat 1 registreer en monitor je de stappen. Het verschil is echter dat je je nu richt op een sporter die instroomt in jouw programma/ groep. Bespreek de ondernomen stappen met de sporter(s) en andere betrokkenen rondom de sporter en beschrijf hoe je hun input hebt meegenomen om de ontwikkeling van het talent van de sporter te optimaliseren. Uiteindelijk voer je het stappenplan uit.

Aan het einde van het stappenplan volgt een POP gesprek. Dit kan een slecht nieuws gesprek opleveren. Op welke wijze voer je dit gesprek en zorg je voor de juiste nazorg?

### Eindproduct

Een uitgewerkt persoonlijk ontwikkelplan (POP) van de sporter waarin het volgende is opgenomen:

- De geschiedenis van de sporter (denk aan: trainingshistorie, belasting en belastbaarheid) en de Ontwikkelruimte van de sporter
- Doelstellingen van de sporter voor één seizoen;
- Wijze waarop je de doelstellingen gaat bereiken (denk aan: periodisering, monitoring);
- Wat en wie je nodig hebt om de doelstellingen te bereiken;
- Wanneer ben jij en de sporter tevreden aan het einde van het seizoen?
- Video, geluidsopname (indien akkoord sporter) of verslag van het evaluatie moment aan het einde van het traject
- Feedback van de praktijkbegeleider;
- Reflectieverslag volgens de START-methode, met daarin een beschrijving van aandachtspunten en valkuilen van jou als trainer-coach; Wijze van communiceren en het stellen van verwachtingen;

[Typ hier]



## Bijlage 1: voorbeelden bij opdracht 1.

In de uitwerking moet rekening gehouden worden met de dimensies uit opdracht 1:

- Fysiek: Ontwerp, eventueel in samenspraak met een externe, een trainingsschema, voor een optimale fysieke ontwikkeling en voorbereiding op het einddoel met diverse meetmomenten. Voer uit en evalueer de cyclus.
- Techniek: Perfectioneer de uitvoering van technische handelingen. Train de techniek, evalueer en stel zo nodig bij.
- Tactiek: Welke tactische kennis/ game IQ moet de speler beheersen. Train deze tactiek, evalueer en stel zo nodig bij.
- Prestatiegedrag: Vanuit NOC\*NSF zijn er 14 vastgestelde competenties vanuit prestatiegedrag die van belang zijn. Kies uit deze 14 één competentie en ontwerp een aanpak/trainingsschema daarvoor. Voer de aanpak uit, evalueer en stel zo nodig bij.
- Voeding: Laat je door een (externe) deskundige informeren en adviseren over welke voeding de sporter(s) moeten nemen om goed te ontwikkelen en herstellen van een inspanning.

Een voorbeeld: de U19 is een 3 jarige cyclus (macro), verdeeld over 3 seizoenen (meso)

Jaar 1: 2009

	<i>Technisch</i>	<i>Tactisch</i>	<i>Fysiek</i>	<i>Voeding</i>	<i>Topsportgedrag</i>
<i>Guard</i>					
<i>Forward</i>					
<i>Center</i>					

Jaar 2: 2008

	<i>Technisch</i>	<i>Tactisch</i>	<i>Fysiek</i>	<i>Voeding</i>	<i>Topsportgedrag</i>
<i>Guard</i>					
<i>Forward</i>					
<i>Center</i>					

Jaar 3: 2007

	<i>Technisch</i>	<i>Tactisch</i>	<i>Fysiek</i>	<i>Voeding</i>	<i>Topsportgedrag</i>
<i>Guard</i>					
<i>Forward</i>					
<i>Center</i>					

**Einddoel**

	<i>Technisch</i>	<i>Tactisch</i>	<i>Fysiek</i>	<i>Voeding</i>	<i>Topsportgedrag</i>
<i>Guard</i>					
<i>Forward</i>					
<i>Center</i>					

[Typ hier]