Egbert Boxma en Edwin Groot, Voetbaltraining Totaal

ELK KIND LATEN STRALEN

Voetbaltraining Totaal is meer dan een voetbalschool waar kinderen hun voetbalvaardigheden kunnen verbeteren. Egbert Boxma en Edwin Groot hebben een leerlijn opgezet, waardoor de kinderen zich ook op sociaal pedagogisch vlak kunnen ontplooien. "We willen kinderen het gevoel geven dat ze lekker naar het voetballen gaan, maar bieden daarnaast ook persoonlijkheidsontwikkeling aan."

In de visie van Voetbaltraining Totaal heeft elk kind een talent. Het is echter zo dat deze talenten niet altijd de juiste omgeving vinden om te stralen. Voetbaltraining Totaal heeft de doelstelling om elk kind trots en bewust te maken van zijn of haar talent, door een veilige leeromgeving te bieden. Het ontwikkelen van zelfvertrouwen speelt daarbij een grote rol. "Wij creëren een leeromgeving waar kinderen zich niet alleen veilig, maar ook gelijkwaardig voelen. De voetbalschool stelt kinderen in staat om elk vanuit zijn of haar eigen niveau een ontwikkelstap te zetten op voetbaltechnisch niveau en op het gebied van houding en gedrag", zegt Egbert Boxma. "Onze ambitie is om spelers leerervaringen mee te geven waar ze de rest van hun leven profijt van hebben. De trainingen worden gegeven door professionele trainers met een sportopleiding en een achtergrond bij een betaald voetbalorganisatie. Ook is een sociaal pedagogisch specialist aan Voetbaltraining Totaal verbonden om continu de balans te vinden tussen voetbaltechnische en sociaal pedagogische aspecten." Boxma kan op een ruime schat aan ervaring terugvallen, gezien zijn trainersachtergrond. Hij heeft jeugdteams getraind bij onder andere Almere City en FC Volendam, van E-pupillen tot A-junioren. Collega Edwin Groot kan op zijn beurt een beroep doen op diverse directieposities, die hij in twintig jaar tijd heeft bekleed. Hij wilde altijd al iets doen met de creativiteit van kinderen. Groot: "Ik was C1-trainer bij CV Wieringermeer en kwam bij die club in aanraking met Egbert. Door mijn interesse in het sociaal pedagogische karakter, zag ik dat Egbert daar onbewust al veel mee bezig was."

Breedte-ontwikkeling

"Ik ben jurylid geweest in het televisieprogramma Green Dream District, waarbij we op zoek waren naar de meest duurzame uitvinder onder kinderen tussen zeven en zeventien jaar. Dat programma heeft mij geïnspireerd, vanwege de creativiteit en kracht van kinderen", vervolgt Groot. "Maar het heeft mij ook geraakt, omdat mij duidelijk werd dat wij als volwassenen niet altijd in staat zijn om een omgeving te creëren waarin kinderen zich veilig voelen en hun creativiteit kunnen tonen. De redactie kreeg destijds een brief van een tienjarige jongen die bij ons had meegedaan. Hij won een aflevering en werd tweede in de finale en kreeg eindelijk de erkenning voor zijn ideeën. In de brief vertelden zijn ouders dat hij op zevenjarige leeftijd niet meer wilde leven, omdat hij het gevoel had dat hij anders was dan zijn vriendjes. Hij dacht na over het terugdringen van uitlaatgassen van auto's en kon daar met niemand over praten. Doordat wij hem tijdens het programma een podium gaven, kon hij zijn creativiteit tot uiting brengen en dat heeft mij geraakt. Ik wil kinderen graag helpen om zich maatschappelijk te ontwikkelen en sport daarvoor als middel gebruiken. Ons programma gaat uit van de breedte-ontwikkeling van het kind en gaat verder dan het ontwikkelen van voetbalkwaliteiten."

"Wat mij opvalt als ik kijk naar de ontwikkeling van voetballers is dat er vooral aandacht is voor het ontwikkelen van technische vaardigheden, tactisch inzicht en het team. Hier wilden wij een ontwikkelingsrichting aan toevoegen, zodat wij kinderen zich verder kunnen laten ontwikkelen dan alleen de kwaliteiten op voetbalgebied", zegt Groot. "We hebben Desiree Orij, onze sociaal pedagogisch deskundige, erbij gehaald en zijn samen met haar en de trainers gaan zitten om een programma samen te stellen. Het programma is er op gericht om kinderen ook op sociaal-emotioneel vlak te ontwikkelen." Voetbaltraining Totaal wil kinderen het gevoel geven dat ze naar een voetbaltraining gaan, waarbij het voetballen wel centraal staat. De leerlijn gaat uit van zeventig procent voetbaltechnische oefenstof en dertig procent van het programma heeft een sociaal-emotionele inslag. "We zijn een weg ingeslagen, waar de sociaal-emotionele ontwikkeling naar

"WIJ CREËREN EEN VEILIGE OMGEVING"

"ANGST OM TE FALEN IS UIT TE SCHAKELEN"

voren wordt gehaald en er zijn trainingsvormen gecreëerd, die nog nooit eerder op voetbalgebied zijn aangeboden", vult Boxma aan. "Voorbeelden hiervan zijn de complimententraining, een ouder-kind-oefening, de samenwerkingsoefening met vriendjes- en vriendinnetjes en de inbeeldingsoefening. Het pakket gaat uit van tien activiteiten en om de drie trainingen staat een oefenvorm centraal die gericht is op sociaal-emotionele ontwikkeling. Wat deze oefenvormen kenmerkt is dat we uitgaan van de kracht van kinderen en niet van de angst om te falen."

Het Triple E-concept

"Belemmerende gedachten komen overal en bij iedereen terug. Een mens is over het algemeen bang om te falen, neem bijvoorbeeld een penalty. Kinderen zijn eerder bang om te missen dan dat ze denken aan scoren in de kruising", meent Groot. "Dat draaien wij om door in te spelen op zelfvertrouwen. Dat heeft geleid tot het 'Triple E-trainingsconcept': Education, Experience en Explore. We leren kinderen voetballen, maar laten ze ook ervaren dat je positief naar elkaar kunt kijken en stimuleren kinderen om te ontdekken welke benadering ze prettig vinden. Het doel is dat kinderen uiten wat ze prettig vinden. De complimententraining is een voorbeeld van Experience. Er wordt vijf tegen vijf gespeeld en de spelers van de teams worden genummerd van één tot vijf. De teams verdedigen allebei drie dobbelstenen, die op een pylon liggen. Als een dobbelsteen van de pylon wordt geschoten, geeft het getoonde getal de score weer. Ligt er een vijf, dan sta je direct met 5-0 voor. Na een doelpunt komen alle spelers bij de trainers samen en moeten de nummers vijf van beide teams elkaar een compliment geven. Hierdoor dwingen wij de spelers naar een tegenstander te kijken en naar iets positiefs op zoek te gaan. Onze ervaring is dat kinderen het moeilijk vinden om elkaar een compliment te geven, maar ook om een compliment te incasseren. Dit zorgt voor een bepaalde sfeer, omdat er geen smerige overtredingen worden benoemd, maar goede passes of een slimme loopactie. Een opmerking die wij van een speler kregen, is dat zijn trainer ook naar onze training moest gaan, omdat hij negatief coacht. Dat is een voorbeeld hoe een kind kan ontdekken wat hij prettig vindt. Voetbal is een mooie manier om meer uit jezelf te halen, maar ook om kinderen

zelfvertrouwen te geven om voor zichzelf op te komen. Zie voetbal dus als een middel om ieder kind te laten stralen."

De E van Explore komt tot uiting in bijvoorbeeld de ouder-kind-oefening. Ieder kind leidt zijn ouder door een parcours, terwijl de ouder geblinddoekt is. Normaal gesproken zijn kinderen afhankelijk van hun ouders, maar nu draaien we de rollen om door de ouders afhankelijk te maken van hun kind. Iedere ouder-kindrelatie is anders, waardoor er verschillende benaderingen zijn. Het ene kind gaat achter zijn vader staan en duwt hem door het parcours heen, terwijl een ander kind haar moeder door middel van coaching naar de eindstreep begeleidt", zegt Boxma. "Bij deze oefening is de sociaal pedagoog ook aanwezig om te observeren wat er gebeurt. Na afloop van de oefening stelt zij de ouders een aantal vragen over hun optreden. Er zijn namelijk verschillende reacties mogelijk, zoals 'wat heb je mij goed geholpen' of 'wat bedoelde je met rechts, ik begreep je niet'. Wij zoomen graag in op de gevolgen van de reacties: wat doet een reactie met een kind? Oordelen doen we niet, maar we sturen iedere ouder per mail wel een overzicht met opmerkingen en wat dit met een kind doet. Op die manier kunnen kinderen en ouders ontdekken welke benadering het beste bij hun situatie past en waar ze zich het meest prettig bij voelen. Dat kan per kind en ouder verschillend zijn, dus zie het als bewustwording van een reactie en het gevoel dat veroorzaakt wordt. Omdat deze trainingen best heftig zijn, worden zulke oefeningen afgewisseld met trainingen waar deze componenten niet in naar voren komen. Hierdoor ontstaat een veilig leerklimaat."

Positieve benadering

Groot: "De samenwerkingsoefening met vriendjes- en vriendinnetjes heeft als doelstelling om kinderen bewust te maken van hun eigen rol. Iedere deelnemer neemt een vriendje of vriendinnetje mee van buiten de voetbalschool. Door koppeltjes te vormen, moeten ze continu samenwerken en zoomen wij in op de onderlinge rolverdeling. Wij maken ze afhankelijk van elkaar, waardoor we de koppels bewust kunnen maken van de rolverdeling. In onze visie staat dat we spelers iets leren door vragen te stellen in plaats van te vertellen. Dat kan heel kort tussen de oefeningen door. De trainers stellen vragen, zoals 'wie had de leiding?' 'hoe vond je dat?' en 'wat zou je ervan vinden als we de rollen omdraaien?' Het is ontzettend leuk om kinderen bewust te maken dat samenwerken een bepaalde aanpak vraagt, maar we willen wel dat ze elkaars kwaliteiten optimaal benutten. Niet ieder kind is een denker of een impulsieve doener. Alleen door elkaars kwaliteiten positief naar voren te halen, ontstaat er een goede samenwerking. Wij halen zelfvertrouwen als het ware naar voren. Op school moeten kinderen ook samenwerken tijdens de les of bij het maken van een werkstuk. In plaats van ruzie te maken over de taakverdeling en elkaar op fouten te wijzen, hopen wij kinderen mee te geven dat je elkaars kwaliteiten optimaal kunt benutten door positief naar elkaar te kijken. Kinderen zijn bijvoorbeeld bang om een onvoldoende te halen voor een toets. Daarom geven wij de kinderen mee dat je er ook positief naar kunt kijken: je kunt de toets leren door op te letten in de les en de lesstof thuis te bestuderen. Dat is met voetballen niet anders, want als je zaterdags een wedstrijd wilt winnen, moet je naar de trainers luisteren en met elkaar samenwerken tijdens de trainingen. Door op positieve elementen in te zoomen, krijgen kinderen zelfvertrouwen. Wij zetten de angst om te falen liever om naar een positieve gedachte. Positief denken levert successen op."