

Inhoudsopgave

1. Wat is P.E.P.?	7
2. Plezier	9
3. Eenheid	13
4. Prestatie	19
5. P.E.P. je team!	29

1. Wat is P.E.P.?

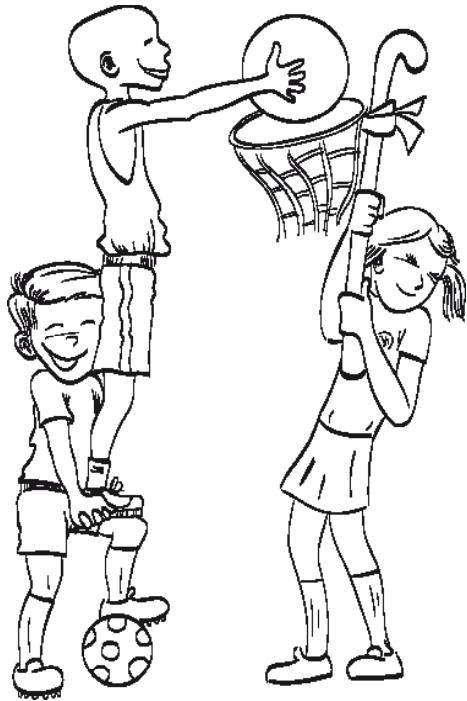
Het P.E.P.-model is gebaseerd op 3 pijlers: Plezier, Eenheid en Prestatie.

Deze 3 staan in de juiste volgorde:

1. Plezier

2. Eenheid

3. Prestatie



Mijn visie is dat een kind dat Plezier heeft in wat hij doet, gemotiveerder is. Een kind dat met Plezier ervaart en leert ontwikkelt zich op een ontspannen manier.

Dit heeft het meeste effect wanneer hij dit Plezier ervaart in een veilige omgeving. Een veilige omgeving creëer je door te zorgen dat er Eenheid is binnen het team. Binnen de Eenheid mag iedereen zijn wie hij is: niemand is hetzelfde, iedereen is uniek. Er wordt openlijk met elkaar gesproken en iedereen hoort erbij (ook de ouders).

Plezier en Eenheid zijn de basis voor de Prestatie. Dat geldt voor zowel de Prestatie die het kind persoonlijk levert binnen zijn capaciteiten als de Prestatie van het team.

Wanneer P.E.P. in de juiste balans is en op een Praktische En Positieve manier wordt ingezet, draagt het bij aan het welzijn en de ontwikkeling van jonge sporters.

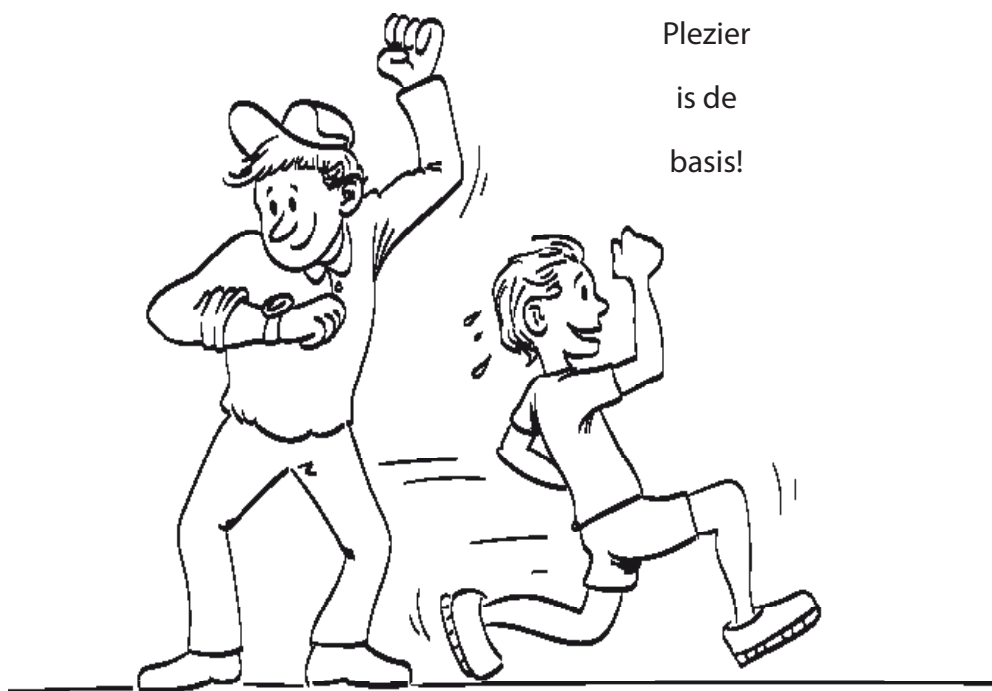
Tegelijkertijd blijf jij jezelf ook ontwikkelen in je rol als trainer/coach. P.E.P. geeft jou als trainer/coach een duidelijke structuur om mee te werken. Het geeft je een basis en houvast en daarmee vertrouwen. Je voelt je lekker in je rol en excelleert waar nodig. Je merkt bovendien, dat het principe team overstijgend is en een bijdrage levert aan een positieve clubcultuur: een win-winsituatie voor de club, de ouders, het kind, het team en jijzelf!

2. Plezier

Niet voor niets is Plezier de eerste pijler van het P.E.P.-model.

In de thuissituatie, op school of in de omgang met vrienden en vriendinnen, overal is Plezier de basis voor een positieve ontwikkeling. Wanneer er Plezier aanwezig is ontstaat motivatie en vanuit motivatie kan een kind zelfvertrouwen ontwikkelen en ervaring opdoen vanuit nieuwsgierigheid.

Waar Plezier is durven kinderen bovendien fouten te maken en van hun fouten leren ze weer. Daarnaast verlopen zaken gemakkelijker en spontaner. Om het Plezier in de sport te stimuleren kijken we hoe je dit als trainer/coach integreert in je team.



Waarom kiest een kind voor een sport?

Kinderen sporten vanuit verschillende motieven.

Vanuit de invloed van de ouders

Je hebt als trainer/coach natuurlijk te maken met de ouders. Zij hebben een grote invloed op het kind en de keuze van een sport. In hoeverre is het kind 'gestuurd' door de ouders? Is het logisch en normaal dat het kind gaat voetballen, omdat vader ook op zondag een balletje trapt en dat altijd zo gezellig was? Heeft een van de ouders op hoog niveau gesport en gunnen ze hun kind in de betreffende sport dezelfde ervaring? Maakt het hen niet uit welke sport het wordt, als het kind maar regelmatig beweegt of vinden zij juist het sociale aspect het meest belangrijk? Hoe dan ook, ouders hebben invloed op de keuze omdat zij, uiteraard, het dichtst bij het kind staan.

Vanuit sociaal motief

Een kind kan voor een sport kiezen, omdat zijn of haar vrienden of vriendinnen dat ook doen. Hier speelt een sociaal motief een grote rol. Uit onderzoek blijkt dat met name bij meisjes het sociale aspect een grote rol inneemt. Ergens bij horen, gezellig kletsen en je identificeren met de ander is op een bepaalde leeftijd belangrijk. Dus wanneer een aantal klasgenootjes na de zomervakantie naar de hockey gaat, is dit van grote invloed op de keuze van het kind, want het wil natuurlijk wel mee kunnen praten!

Vanuit de wens de beste te worden

Ook kan het kind voor de betreffende sport kiezen, omdat hij er helemaal gek op is! Van jongs af aan zat het erin en de keuze komt helemaal van het kind zelf. Ouders en sociale motieven spelen hierin een kleinere rol. Het kind heeft misschien talent, wil gewoon de beste worden en de top bereiken.

Kijkend naar de kinderen in jouw team: heb je de verschillende motieven al ontdekt?