



Модул 1. Подготовка на състезатели

Тема 7. КОМУНИКАЦИЯ С РОДИТЕЛИ



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union





СЪДЪРЖАНИЕ

- Ролята на спорта
- Ролята на организирания спорт
- Спортният триъгълник
- Комуникацията през трите фази на развитие
- Очаквания на треньора към родителите през ранните години
- Очквания на треньора към родителите при по-големи деца
- Съвети към родителите според ТЕНИС 10
- Очаквания на треньора към родителите на „елитни“ спортисти
- Очаквания на родителите към треньора
- Критерии за избор на треньор
- Очаквания на треньора към играчите
- Мотивация на играчите
- Родителска среща
- Възможни проблеми
- Заключение





*Започнах да преподавам тенис в средата
на 1950г. Нито един ден не е минал
където не съм си казал „Ето пак!“. Най-
трудните ми тренировки са били не с
играчите, а с техните родители*

Ник Болитиери, 4 Декември 2013





РОЛЯТА НА СПОРТА

Днешният спорт, особено младежкия е с особено важна роля:

- поради нарастващата липса на движение, с всички последствия от това,
- като алтернатива на голямото влияние на новите медии, като мобилни телефони, персонални компютри и др.,
- заради положителното му влияние му върху психологическото развитие на младите хора,
- неговите добре документирани ползи за здравето, както и
- житейските уроци, които се научават при активно участие.



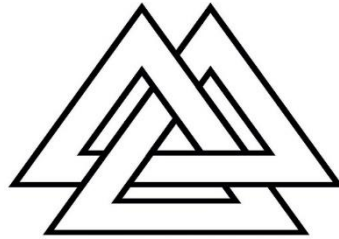


РОЛЯТА НА ОРГАНИЗИРАНИЯ СПОРТ

- Без финансова и емоционална подкрепа, както и времеви ангажимент, повечето спортисти трудно биха останали в организираните спорт.
- Това е моментът, където родителите също влизат в играта. Обикновено те се включват – независимо дали им харесва или не – в спортната кариера на децата си.
- Това е и моментът, където често започват или не започват проблемите:
- Прекалено ентузиазирани или дори фанатизирани родители оказват силен натиск не само върху децата си, но, за съжаление, и върху треньорите на своите деца.
- Умерените и сдържани родители е по-вероятно да осигурят правилния баланс между забавление и предизвикателство, така че детето им да развие своите умения.



СПОРТНИЯТ ТРИЪГЪЛНИК



- Спортист
- Родители
- Треньор

Всеки в този триъгълник трябва да поеме определени роли, определени отговорности и да покаже определено поведение, за да може да бъде постигнат успех.

Всички те трябва да имат обща философия.

Взаимоотношенията в този триъгълник могат да окажат дълбоко влияние върху психологическото, а до известна степен и върху физическото развитие на младия играч.

Разбира се и треньорите и родителите желаят да създадат най-добрите условия за развитие на играчите.

Ако обаче враждебността и различните мнения засенчат триъгълника, положителното развитие на играча е в опасност, което в най-лошият случай може да завърши с прекратяване на спортната кариера на играчите.





КОМУНИКАЦИЯ ПРЕЗ ТРИТЕ ФАЗИ НА РАЗВИТИЕ

Експертите никога не се уморяват да подчертават колко е важно родителите и играчите да знаят своите роли, отговорности и очаквания, като в същото време не забравят, че тези фактори обикновено се променят с възрастта и нивото на играчите.





Очаквания на треньора към родителите в ранните години

Позитивни:

- Да осигурява транспорт
- Емоционална, логистична и финансова подкрепа
- Да създаде възможности и осигури ресурси
- Да мотивира към игра, без да създава напрежение
- Да прояви емоционален контрол
- Да поставя забавлението на преден план
- Да държи на добро поведение на корта

Негативни:

- Да се държи негативно, да крещи и да се ядосва
- Да създава напрежение, като изисква прекалено много
- Да загуби перспективата и да е прекалено ангажиран



Очаквания на треньора към родителите на по-големи деца



Позитивни (допълнение към тези от ранните години) :

- Да дава допълващи съвети/инструкции
- Да осигурява правилна перспектива за ролята на спорта
- Да държи на труд и полагане на усилия

Негативни (допълнение към тези от ранните години):

- Да говори прекалено много за тенис
- Да надценява победи и резултати
- Да стресира детето
- Да реагира емоционално по време на мачове
- Да ограничи социалният живот на детето
- Да е прекалено негативен/критичен
- Да е прекалено ангажиран





СЪВЕТИ КЪМ РОДИТЕЛИТЕ СПОРЕД ТЕНИС 10

Подкрепа:

- Останете родители
- Не се опитвайте да сте треньори
- Не присъствайте на всеки мач, игра или турнир
- Подкрепяйте добро държане по време на тренировки и турнир
- Дайте възможности за развитие на самостоятелност и независимост
- Награждавайте усилията и не само резултата

Респект:

- Възпитавайте в респект към правила, треньор и противник



Очаквания на треньора към родителите на „елитни“ спортисти

Позитивни:

- Да поемат отговорност за задачи извън корта, като хранене, спане, екипировка и др.

В случай, че родителят е запознат с техническите и психологически изисквания на спорта:

- Да дават съвет, когато треньорът не е наличен.
- Да наблюдава упражненията и мачовете.

Негативни:

- Да надценява победите
- Да е прекалено критичен и негативен
- Да не дава възможност за развиване на самостоятелност и независимост.
- Да се намесва прекалено много в спорта на детето си.
- Постоянно да контролира играча
- Да има несъгласия с треньора





Очаквания на родителите към треньорите

Позитивната връзка между треньор и родител е важно условие младите атлети да са успешни и продължат в своя спорт.

Основни очаквания на родителите към треньорите:

- Високо ниво на разнообразие, забавление и креативност
- Добра демонстрация с фокус върху важните неща
- Честно и постоянно отношение
- Критика ориентирана към промяна на грешката, а не към играча
- Редовна комуникация с родителите относно екипировка и график на турнири и тренировки.

Не трябва да се забравя, че повечето млади спортисти играят основно за забавление.





Критерии за избиране на треньор

Изборът на добър треньор е предизвикателство

Поинтересувайте се относно:

- Квалификация и сертификат
- Ниво на професионализъм
- Отдаденост, мотивация и ентузиазъм
- Ниво на игра
- Опит като треньор
- Резултати като треньор
- Способност за комуникация и характер
- Знание как да поддържа състезателите си здрави и сигурни.



Очаквания на треньор към състезатели



- Добро държане
- Респект спрямо съотборници, треньори и противници
- Да печели и губи като победител
- Да показва готовност да се учи и да се труди
- Да информира треньора, ако ще отсъства
- Готовност за самостоятелна работа извън тренировките





Очаквания на треньор към състезатели

През отделните фази на развитие очакванията изглеждат така:

- До 12 години:
 - Да подготвят чантата си и екипировката преди тренировка и мач
 - Да са навреме за тренировка
 - Да знаят основните правила на играта

- До 14 години:
 - Да загреват правилно
 - Да имат правилен режим на хидратация
 - Да търсят партньор на двойки сами
 - Сами да носят ракетите си за пренаплитане



Очаквания на треньор към състезатели



Под 16-18:

- На тренировка:
 - Играейки със или без треньор, играчът трябва:
 - Да тренира качествено и интензивно през цялото време
 - Да контролира емоциите си (както на тренировки, така и на мачове)
- По време на турнир:
 - Да резервират сами тренировъчни кортове и сами да взимат тренировъчни топки
 - Да организират кога да станат
 - Сами да проучат следващите си противници
 - Да поддържат добри хранителни навици
 - Да поставят всичко в чантите си (включително лепенки, грифчета, кърпи и т.н.)
 - Да разбират различните турнирни нива
 - Да оценяват представянето си след мач





Мотивацията на играча

Много треньори все още погрешно мислят, че основната мотивация на спортистите за участие в спорта е победата.

Изследванията обаче разкриват, че основните мотиви на младите играчи са

- Да се забавляват
- Да изпитват предизвикателства и да тестват границите си
- Да подобряват играта си и да учат нови умения
- Да са с приятели и да създават нови приятелства

Имайки това предвид, треньорите е добре да преосмислят своите мотивационни приоритети и да се уверят, че създават среда, в която не всичко се върти около победата и загубата.

Между другото, основните източници на стрес на играчите са крясъците от треньори, родители, съотборници и фенове.





Родителска среща

Веднага след като треньорът е наясно с очакванията както на играчите, така и на родителите, треньорът е по-добре подготвен да се справи с проблемите, които могат да възникнат в хода на сезона.

Една от най-практичните и полезни мерки за предотвратяване на евентуални конфликти в основата им е родителската среща в началото на годината.

Тази среща трябва да бъде

- Задължителна за един от двамата родители
- Присъствието на играча, зависи от желанието на треньора
- Детайлите на срещата е добре да бъдат комуникирани преди срещата
- Срещата не трябва да продължава повече от 60 минути





Родителска среща

На срещата треньорът трябва да се придържа към следния ред:

- Да представи себе си и своите помощник треньори
- Да изложи в детайли своята треньорска философия, целите и правилата
- Преглед на очакванията на играчи и родители за тренировки и състезания
- Представяне на графици за тренировки и мачове, включително информация за очакваното поведение на спортист, родител и фен
- Родителите да се представят на други родители





Справяне с проблеми през сезона

Организирането на първоначална среща в началото на годината обаче не е гаранция, че проблемите няма да изникнат през сезона. Ако това е така, важно е треньорът

- Обсъди проблема с всички участващи в честна двустранна комуникация,
- Да е отворен към гледните точки на другия,
- Обмисли възможността да е сгрешил,
- Да помни защо родителите и треньорите са там,
- Да напомни на родителите, че оказването на твърде голям натиск върху децата им може да навреди на удоволствието от спорта и да попречи на личностното израстване,
- Да обясни, че проблемите трябва да се решават своевременно, за да се избегне негативното влияние върху играчите.





Последни бележки относно комуникацията

Цел на комуникацията:

- Убеждава
- Оценява
- Информира
- Мотивира и вдъхновява
- Решава проблеми

Видове комуникация

- 50% до 70% са невербални (изражения на лицето, позиция на тялото, жестове, интонация и т.н.)
- Вербална (устно или писмено)

Ефективна комуникация

- Отделете достатъчно време, за да опознаете играчите и техните особености
- Бъдете присъстващи по всяко време и отделете цялото си внимание на играча
- Отнасяйте се към своя играч като към отделен индивид и адаптирайте своя подход към неговите нужди
- Изяснете какво искате да споделите с играча
- Отнасяйте се с вашия играч по начин, по който бихте искали той да се отнася с вас.
- Доброто чувство за хумор и усмивката обикновено помагат много.





Благодарим за вниманието!

Повече информация е налична в обучителната програма на TC4DC

