



TRENER, STILI VODENJA IN KOMUNIKACIJA Z IGRALCEM



1. Dejavniki trenerjeve uspešnosti
2. Stili vodenja
3. Komunikacija

1. DEJAVNIKI TRENERJEVE USPEŠNOSTI

1. Notranji dejavniki (teniško znanje, pedagoške sposobnosti idr.)
2. Zunanji dejavniki (delovni pogoji, razpoložljivi rekviziti idr.).

Naloge teniškega trenerja

Naloge teniškega trenerja so:

- pomaga igralcu, da se razvija in napreduje
- pomaga, da zmaga
- pomaga, da uživa v igri in da ima tenis rad (ITF, 2002).

Kakšen naj bo trener?

- teniški trener kot strokovnjak
 - teoretična in praktična znanja o tehniki, taktiki, metodah učenja, psihologiji idr.
- teniški trener kot pedagog
 - vzgojno delovanje pri obnašanju, prenašanju porazov, sodelovanju idr.
- teniški trener kot spremljevalec
 - organizator potovanj in prevozov, prehrane, bivanja idr.
- teniški trener kot organizator
 - načrtovanje in organizacija treninga, tekmovanj idr.
- ima še mnoge druge vloge:
 - motivator, “policaj”, administrator, prijatelj, študent, znanstvenik, šofer, nadomestni starš, “manager” idr.

2. STILI VODENJA

Poznamo tri različne stile vodenja:

- AVTORITATIVNI STIL - Pri avtoritativnem vodenja ima osrednjo vlogo trener. Določa dogajanje pri vadbi, razlaga, demonstrira, ocenjuje, daje navodila in ukaze ter hvali.
- DEMOKRATIČNI (“CO-OPERATIVNI) STIL - Pri demokratičnem stilu vodenja se trener o poučevanju dogovarja z učenci in na osnovi dogovora sprejemajo skupne odločitve.
- “LAISSEZ-FAIRE” ali “CASUAL” - Pri stilu vodenja laissez-faire/casual trener dogajanje prepusti predvsem učencem. V bistvu sploh ne gre za vodenje ampak nevodenje.

Različni cilji in pristopi

Cilj učnega/trenažnega procesa	Uporaba primernega pristopa
A. Doseči dobro tehnično osnovo (natančnost in kontrola)	1. Samo-nadzor
B. Doseči, da igralec razmišlja in najde novo rešitev	2. Trening/naloga
C. Prilagoditi vajo igralčevim sposobnostim	3. Individualni program
D. Dati igralcu možnost, da soodloča o poteku treninga	4. Samo-učenje
E. Igralec odloča, trener opazuje trening	5. Vodeno odkrivanje
F. Doseči, da igralci delajo istočasno (veliko št. ponovitev)	6. Vključitev (inclusion)
G. Igralci iščejo rešitve predstavljenega problema	7. Reševanje problemov
H. Doseči odnos med igralci (socializacija)	8. So-pomoč (buddy teaching)
I. Doseči, da se igralec zaveda lastnih napak	9. Ukazovanje
J. Igralec ne potrebuje trenerja	10. Učenčeva pobuda

Različni cilji – vloga trenerja

	Razlaga	Demonstracija	Vadba	Povratna info.
1. Ukazovanje	T	T	T/I	T
2. Trening/naloga	T	T	I	T
3. So-pomoč (buddy teaching)	T	T	I	I
4. Samo-kontrola	T	T	I	I
5. Diferencijacija (inclusion)	T	T	I	I
6. Vodeno odkrivanje	-	-	I	I
7. Reševanje problemov	-	-	I	I

3. KOMUNIKACIJA

- je pošiljanje in sprejemanje sporočil med dvema ali več osebami (def.)
- uspešen teniški trener je tudi dober komunikator
- eden od temeljev treniranja je komunikacija
- komunikacija pri poučevanju tenisa mora biti v prvi vrsti prilagojen starosti in sposobnostim učencev.
- trener z govorom vodi proces učenja, opisuje in razlaga udarce, posreduje navodila za vaje in izvedbo udarcev, postavlja naloge in zahteve, korigira udarce in komunicira z učenci.
- pomembno je, da je trenerjev govor:
 - **stvaren** (informacije, ki jih posreduje, se morajo nanašati na aktivnost)
 - **razumljiv** (trener mora glasno posredovati preproste, jedrnate informacije)

Komunikacije trener - igralec

Zakaj je pomembna?

- trener podaja informacije
- vpliva na motivacijo igralca
- igralcu zagotavlja povratno informacijo (ang. feedback), da pospeši učenje
- je nepogrešljiv del ekipnega duha (ang. team spirit)

Pomen komunikacije:

- je “igra” razumevanja (trener-igralec uporabljata enake ključne besede (ang. cue words).

(ITF, 2002).

Komunikacija - situacije

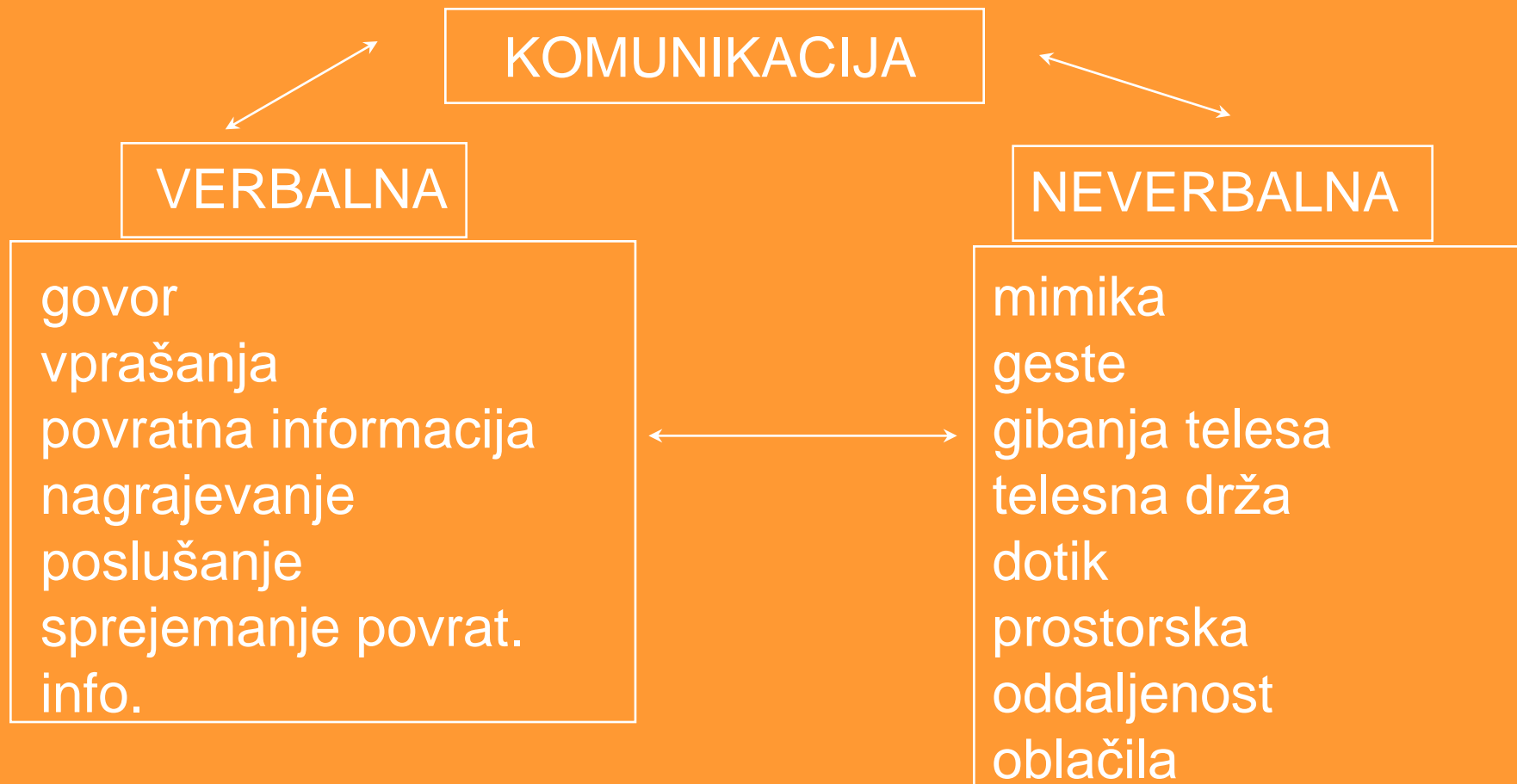
Trener komunicira:

- z igralcem v času treningov in tekmovanja
- s starši
- z uradnimi osebami (sodniki, trenerji...)
- z mediji, navijači, pokrovitelji,...

Situacije, ko komunikacija ni uspešna:

- trener ne pove prave vsebine
- verbalna in neverbalna informacija se ne skladata
- poslušalca stvar ne zanima
- poslušalec noče poslušati
- informacija je razumljena narobe
- poslušalec je prizadet, ker ne more izraziti svojega mnenja (ITF, 2002).

Vrste komunikacije



Vrste komunikacije

V osnovi poznamo dve vrsti komunikacije:

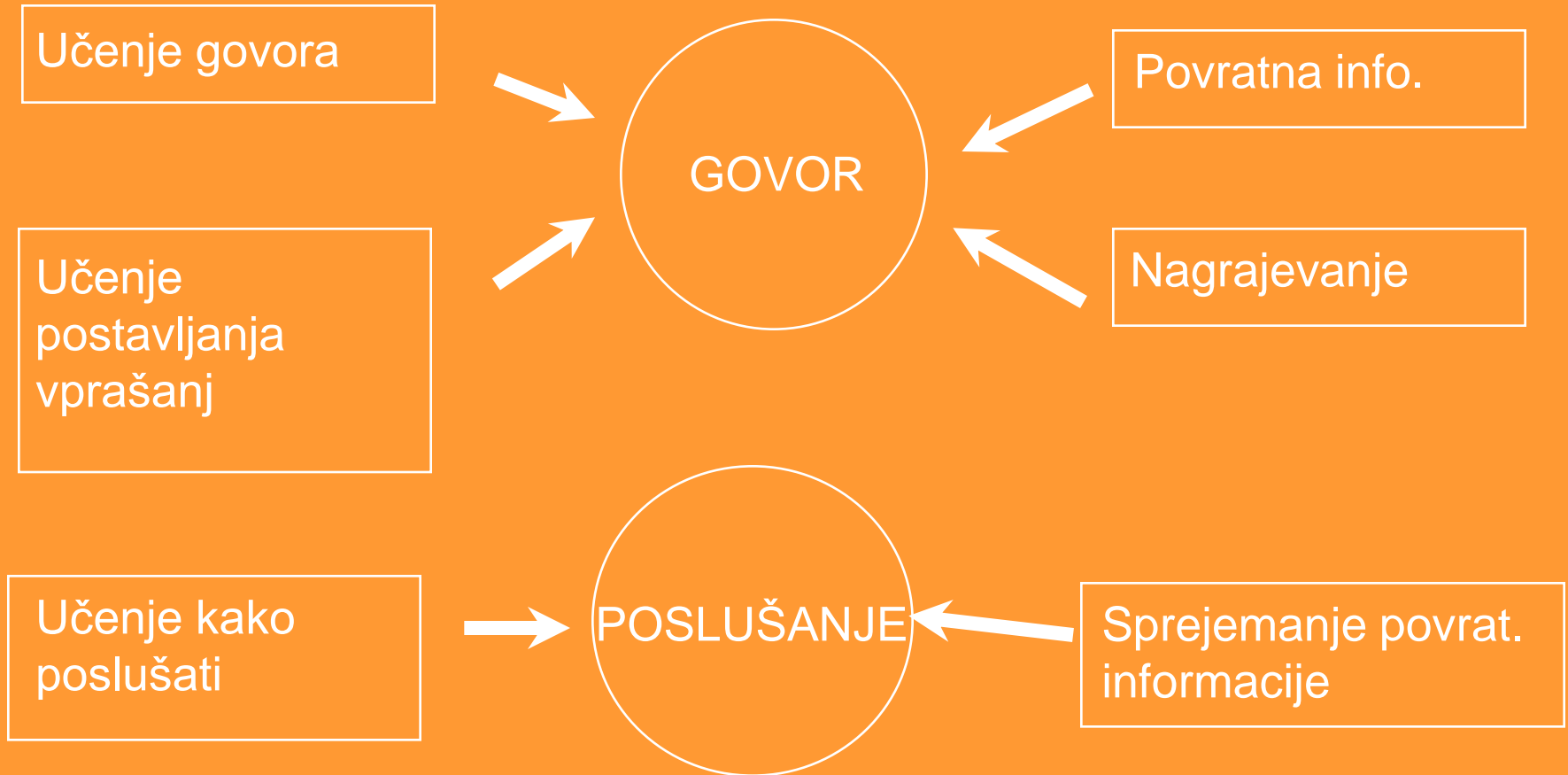
- verbalno
- neverbalno

Komunikacija je sestavljena iz:

- vsebine sporočila (kaj hoče povedati; običajno izražena verbalno – z besedami)
- čustvenega naboja (kako je bilo sporočilo prenešeno; običajno izraženo neverbalno (geste, mimika obraza, kretnje...))

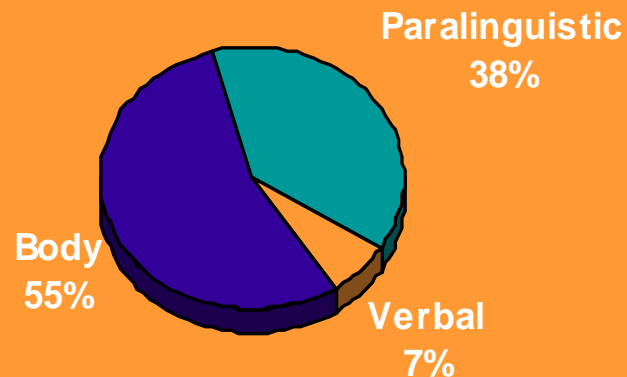
(ITF, 2002).

Verbalna komunikacija



Neverbalna komunikacija

Več kot 90% informacij posredujemo preko neverbalnega kanala.



Učenje komunikacije

Tako kot drugih veščin, se je tudi komuniciranja moč naučiti.

Pomembno je, da trener dnevno:

- analizira svojo komuniacijo
- izpopolnjuje svoje komunikacijske veščine
- trener se mora zavedati možnosti in poznati osnove komunikacijskih tehnik

(ITF, 2002).

Naloge/specifične situacije

Situacije:

- vaš igralec je izgubil tekmo; tekmo sta gledala tudi njegova starša in sinova igra jih je razočarala; sta zelo napadalno nastrojena
- vaš igralec je zmagal tekmo; čez eno uro igra proti igralcu s katerim je vedno zmagal/izgubil
- vaš igralec je izgubil tekmo v treh nizih; v tretje je vodil in izgubil v podaljšani igri
- vaš igralec se je zelo nešportno obnašal (metal loparje, preklinjal..)
- trener ni zadovoljen s svojo plačo; od predsednika kluba želi višjo plačo.

Literatura

1. Filipčič, A. (1999). Tenis – učenje. Ljubljana: Fakulteta za šport.
2. ITF. (2002). Advanced coaches manual – 2. edition. London: ITF.
3. Prestor, M. (1998). Ocenjevanje teniških trenerjev. Ljubljana:
4. Strmec, M. (1998). Model teniškega trenerja. Ljubljana: Fakulteta za šport.