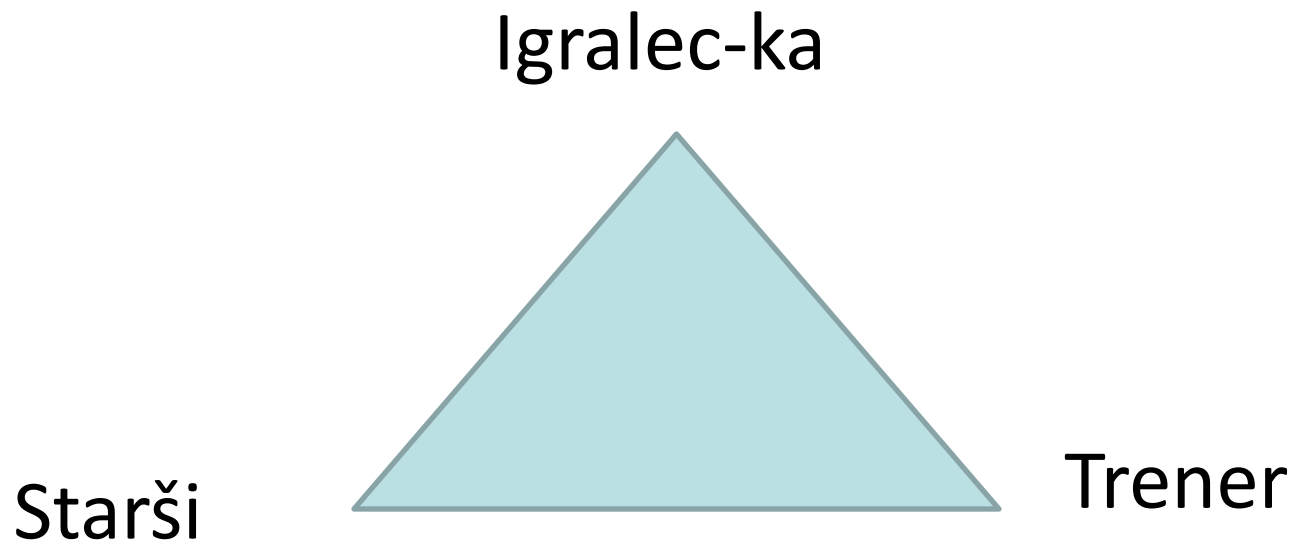


ODNOS S STARŠI

Teniški trikotnik



Teniški trikotnik

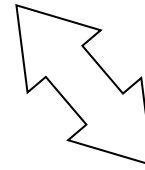
OTROK/IGRALEC

Vloga:

- Trenira & nastopa v skladu s svojimi zmožnostmi
- Upošteva & pokaže športne vrednote



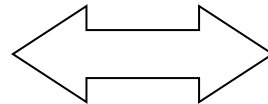
Zaupanje



STARŠI

Vloga:

- Zagotavlja varno okolje
- Zagotavlja finančno pomoč
- Podpira treninge/tekmovanja in prevoz
- Razvija športne vrednote



TRENER
vloga:

- Zagotavlja razvojno pot in treniranje
 - Taktično
 - Tehnično
 - Psihološko
 - Kondicijsko
- Razvija športne vrednote: spoštovanje, disciplina, vrhunskost

Vloge v teniškem trikotniku

Vsak član teniškega trikotnika ima svojo vlogo:

- Igralec-ka je tisti-a, ki vpliva na aktivnosti ostalih članov (notranja motivacija = notranji trener)
- Starši so tisti, ki na različne načine podpirajo aktivnosti igralca-ke (finančno, časovno, čustveno...) in so temeljni vir samozaupanja
- Trenerji so tisti, ki s strokovnim delom pomagajo igralcem razviti svoje potencialne (pomagati priti na vedno višjo stopničko).

Vprašanje 1

Opišite lastno izkušnjo v odnosu starši – trener/učitelje? Lahko izberete obe vlogi!

Neprimerno obnašanje staršev 1

- Niso vključeni v igralčev tenis, ne kažejo interesa, niso dosegljivi
- So preveč vključeni, vsiljivi, zaščitniški do igralca
- Ne podpirajo tekmovanj
- Družinske obveznosti so v prvem planu, tenis je samo ena od aktivnosti, veliko pozornosti posvečajo šoli
- Silijo igralce, da igrajo veliko tekem, ustvarjajo pritisk, nimajo realnih ciljev, načrta, ne razumejo igralčevih odzivov...
- Obnašajo se nasilno (verbalno ali telesno)

Neprimerno obnašanje staršev 2

- Usmerjajo igralca k nepravim vrednotam, ne spoštujejo športne etike, tekmecev, trenerjev, sodnikov
- Obtožujejo igralca, ustvarjajo občutek krivde pri igralcu, dajejo sarkastične, cinične pripombe, so kritizerski, napadalni, imajo nerealne zahteve, dajejo preveč/premalo pohval, posmehujejo se drugim igralcem, ob porazu iščejo izgovore, svojega igralca idealizirajo...
- Precenjujejo igralčevo raven igre, sposobnosti, motivacijo, interes za tenis

Neprimerno obnašanje staršev 3

- Imajo preveč/premalo ambicij
- Obnašajo se glede na zmago/poraz, ne upoštevajo igre („performance“)
- Ne dopuščajo samostojnosti, stalno se vmešavajo v odločitve, tenis je vzrok za spore (igralec-starš, mama-oče)
- Med tekmo motijo potek, so živčni, dajejo navodila
- Po tekmi delajo obširne analize, vidijo samo napake, dajejo navodila, ki so različna trenerjevim
- Kritično so do dela trenerja, vmešavajo se v delo, se ne pogovarjajo, so v sporu s trenerjem.

Primerno obnašanje staršev 1

- Kažejo interes (čustvena opora igralcu, finančna in materialna pomoč, organizacija družinskega življenja, prevozi, prehrana, šolske obveznosti...)
- So motivatorji, mentorji, vplivajo na samozaupanje, razmišljanje, obnašanje igralcev
- Odrekanje (hobiji, počitnice, denar..)
- Gledajo na rezultate z vidika: pomen/raven tekmovanja, objektivnosti, ranking je manj pomemben, razvoja vrednost (trdo delo, „fair play“, spoštovanje, borbenost, nepopustljivost, primerno obnašanje, disciplina, poštenost, pozitivnost...)

Primerno obnašanje staršev 2

- Razvijajo igralčevo samostojnost in neodvisnost
- So prisotni na tekmah in podpirajo igralca (so nevtralni, diskretni, nevpadljivi)
- Spoštujejo ostale igralce in starše, organizatorje in sodnike
- Ustvarjajo dialog (odločitve so igralčeve, pozitivna komunikacija, pozorni na igralčeve potrebe, utrujenost, izčrpanost...)
- Postavljajo realne cilje (razumejo pomen igre in zabave, objektivno spremljajo napredek)

Primereno obnašanje staršev 3

- Razumejo tenis kot šport (tekmovalnost)
- Podpirajo igralčevo ukvarjanje z drugimi športi
- Razumejo pomen kondicijske priprave
- Nudijo močno čustveno oporo po porazih, ob poškodbah...
- Usmerjajo igralca k športnemu načinu življenja
- Skupaj s trenerjem posredujejo igralcem povratno informacijo, spoštujejo cilje in sprejete odločitve)

Usmeritve za starše

- Naj bodo otroku vzor
- Odprta komunikacija z otrokom/igralcem
- Različne vloge – starši in trener
- Vloga družine
- Vmešavanje staršev
- Dober delovni odnos s staršem
- Pomen staršev pri vodenju otroka/igralca
- Starši naj bodo starši.

Vloga staršev

7 uspešnih obnašanj staršev:

1. Stalno spremljanje napredka
2. Treniranje je potovanje
3. Na treningu je bolj pomembno kako delajo, kot s kom delajo
4. Proces je pomembnejši kot rezultat
5. Poudariti: njihovo obnašanje vpliva na igralčevo uspešnost
6. Razumeti: ROI (ang. return on investment)
7. Ne pozabiti: cela stvar je, da se otrok/igrallec igra z žogo.

Vloga staršev

- Najpomembnejša vloga
- Reakcije po zmagah/porazih
- Poseben odnos (tenis)
- Obnašanje staršev
- Pomembna vzpodbuda staršev
- Dolgoročni razvoj

Usmeritve za trenerja 1

Obdobje	Opis obdobja	Vloga staršev
Uvodno Traja od 3. do 8. leta, otroci v povprečju začnejo pri 6,5 letih (Monsaas,1985).	Začetne aktivnosti otroka v različne aktivnosti, velik pomen igre, odkrivanja in poskušanja.	Vodenje Ustvarjajo pogoje, da otrok uživa v športu in razvija osnovne gibalne veščine in sposobnosti v skladu s hitrostjo njegovega biološkega razvoja.
Specifično Traja od 8. do 13. leta.	Otrok se usmeri na 1 ali 2 športa in postopoma povečuje vključenost v specifične aktivnosti. Otrok je motiviran, da trenira bolj trdo in bolj resno.	Podpora Finančno in materialno podpirajo otrokovo ukvarjanje s športom, prilagodijo svoj dnevni urnik otroku, da se lahko ukvarja s športom, razvijajo specifične veščine, usmerjajo otroka k večji storilnosti. Dnevni urnik prilagodijo otrokovim obrokom, treningom in tekmovanjem. Družinske počitnice so prilagojene otrokovemu urniku. Mesto bivanja prilagodijo otrokovemu ukvarjanju s športom.

Usmeritve za trenerja 2

Obdobje	Opis obdobja	Vloga staršev
Investiranje Traja od 13. do 15. leta (Wolfenden and Holt, 2005).	Igralec se odloči za en šport. Ima visoke cilje in stalen odnos s trenerjem. Igralec spoznava, da šport ni več igrater, da vsakodnevno na različnih področjih razvija svoje potenciale.	Podpora/Usmerjanje Nudijo moralno in čustveno oporo igralcu, vključno z občutkom varnosti domačega okolja. Finančno podpirajo igralčeve treninge in tekmovanja.
Vzdrževanje Traja od 20. leta dalje.	Igralec je vrhu svojih dosežkov in je želi stalno ponavljati odmevne rezultate.	Podpora/Spremljanje Starši razumejo, da se tam, če jih igralce potrebuje, predvsem v posebnih okoliščinah (poškodbe, izčrpanost, pritisk...). Z igralcem delijo tudi uspehe.
Odplačevanje Traja od 30. leta dalje)	Igralec še vedno ostane v stiku s športom in na različne načine pomaga pri razvoju in promociji športa.	Spremljanje Nudijo čustveno oporo, pozitivne povratne informacije in drugo pomoč. s).

Zaključki

- Starši so ključ
- Tenis je psihološka igra
- Uživanje v igri
- Športno obnašanje.

Vprašanja?