

# TRENER, STILI VODENJA IN OSNOVE KOMUNIKACIJA Z IGRALCEM

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

# CILJI

1. Poznati značilnostih 3 stilov vodenja
2. Poznati pomen verbalne in neverbalne komunikacije
3. Uporabiti ustrezno komunikacijo v različnih situacijah.

# 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 zmaguje
- pomaga, da uživa v igri, ostane v tenisu in da ima tenis rad (ITF, 2002).

# Kakšen naj bo trener?

- teniški trener kot strokovnjak
- teniški trener kot pedagog
- teniški trener kot spremljevalec
- teniški trener kot organizator
- 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 nevedenje.

# Različni cilji in pristopi

## Cilj učnega/trenažnega procesa

- A. Doseči, da ima igralec dobro ravnotežje pri bekendu.
- B. Doseči, da igralec odigra ostro diagonalno s spin rotacijo.
- C. Igralec išče eno rešitev problema, trener usmerja.
- D. Doseči, da imata dva različna igralca ustrezen trening.
- E. Igralec išče več rešitev problema, trener opazuje.
- F. Doseči, da se dva igralca zavedata pomena višine leta žoge.
- G. Naučiti bekend smeš.
- I. Igralec ima "natakarski" zamah pri servisu.
- J. Igralec sodloča ali serviral s krajšim ali daljšim zamahom.
- K. Igralec po treningu sam trenira servis.

## Uporaba primerne pristopa

1. Samo-kontrola
2. Trening/naloga
3. Vodeno odkrivanje
4. Diferencijacija
5. Reševanje problemov
6. Pomoč prijatelja
7. Ukazovanje
8. Individualni program
9. Samo-učenje
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. Pomoč prijatelja	T	T	I	I
4. Samo-kontrola	T	T	I	I
5. Diferencijacija	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

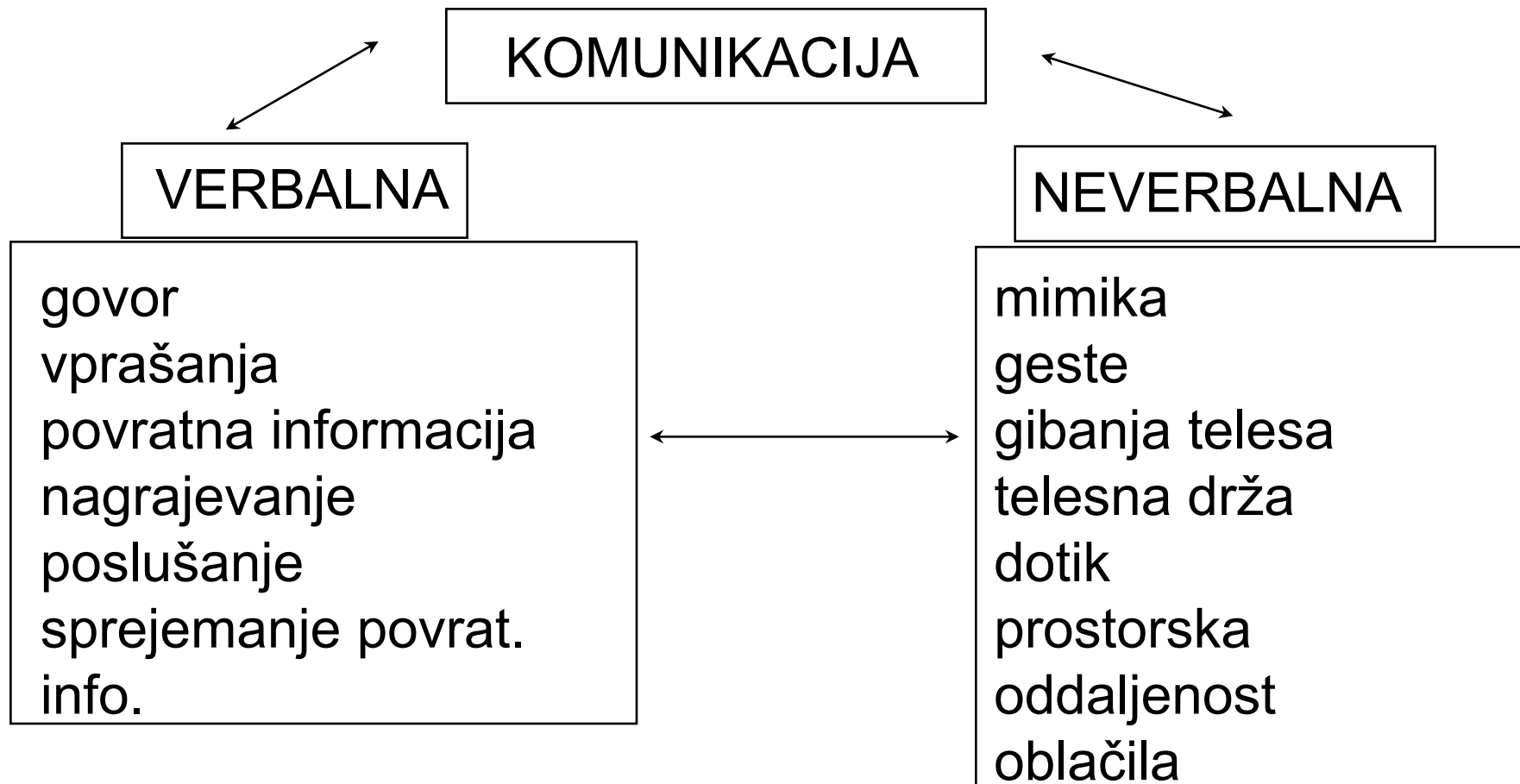
## Trener komunicira:

- 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

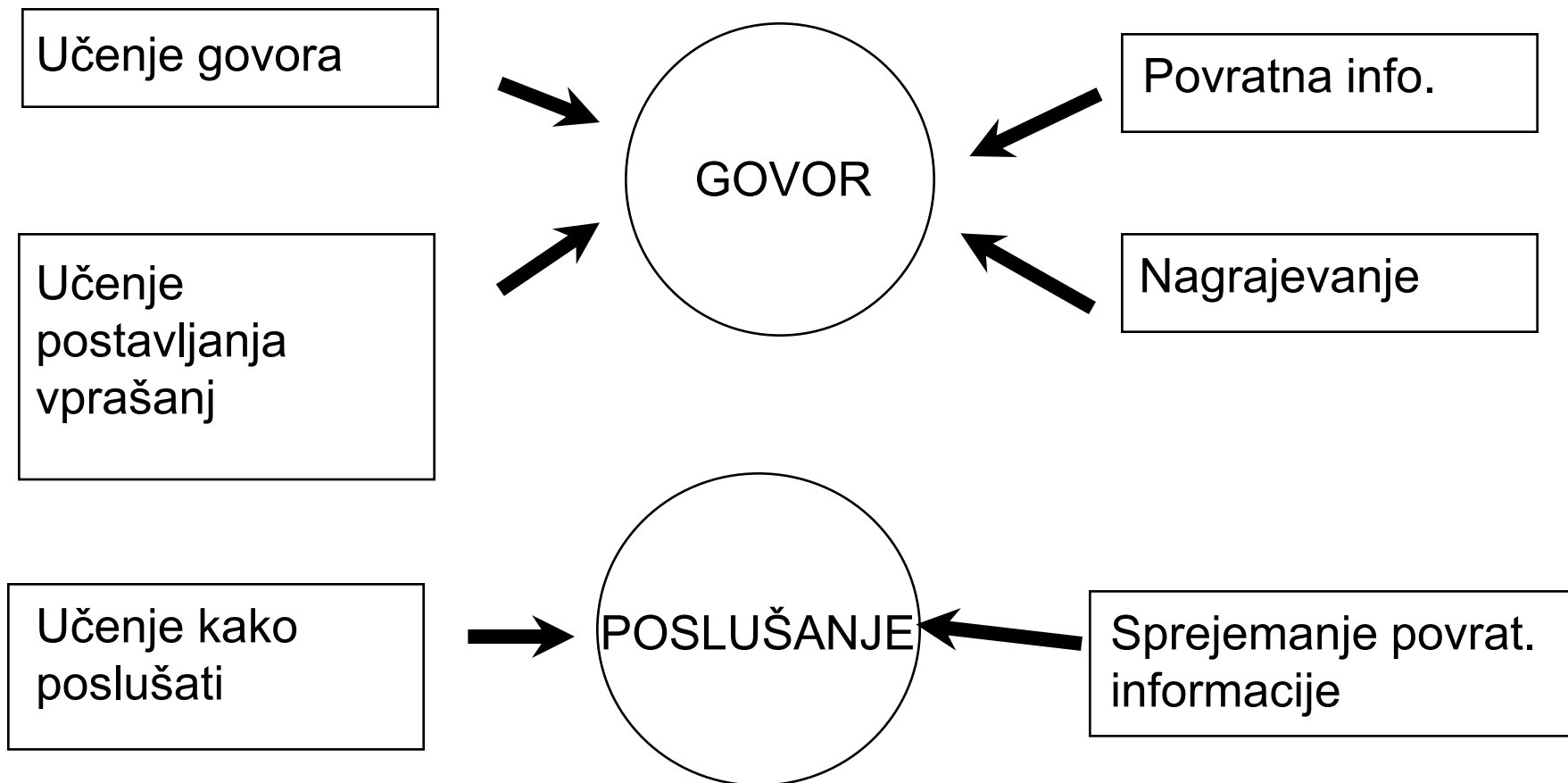
V osnovi poznamo dve vrsti komunikacije:

- verbalno
- neverbalno

Komunikacija je sestavljena iz:

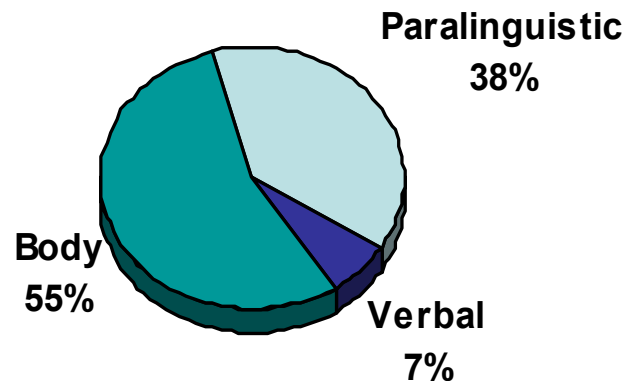
- vsebine sporočila (kaj hoče povedati; običajno izražena verbalno – z besedami)
- čustvenega naboja (kako je bilo sporočilo prenešeno; običajno izraženo neverbalno (geste, mimika obraza, kretnje...)  
(ITF, 2002).

# 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.

# Vprašanja?