WEBINÁŘ ČBF

Trenér – Dítě – Rodič: Jeden tým

Jak vytvořit prostředí, ve kterém mohou děti růst a trenéři dobře pracovat

---

Lucie Hudzietzová · Interaktivní workshop

Trenér – Dítě – Rodič: Jeden tým

Jak vytvořit prostředí, ve kterém mohou děti růst a trenéři dobře pracovat

1. PROČ
2. FILOZOFIE
3. PRAVIDLA
4. KOMUNIKACE
5. PŘÍRUČKA

„Proč bych měl řešit rodiče? Já trénuju děti."

Chci se věnovat hráčům

Vedení a rozvoj – to je smysl mé práce.

Nedorozumění berou energii

Čas i radost z práce se vytrácejí zbytečně.

Rodiče jsou součástí prostředí

Prostředí, ve kterém dítě sportuje, spoluutváří i oni.

> „Neřeším rodiče proto, abych je vychovával. Řeším spolupráci, která ovlivňuje prostředí dítěte." → Rodič jako "rozdílový hráč"?

Jedno dítě. Tři vlivy.

🏀 TRENÉR

Vedení, učení, rozvoj

👨‍👩‍👧 RODIČ

Podpora, vztah, očekávání

⭐ DÍTĚ

Vlastní zkušenost, rozhodování, odpovědnost

Situace z praxe

Trenér rozvíjí samostatnost. Rodič při utkání neustále radí. Oba chtějí pomoci – mají však odlišnou představu o tom, co je pro rozvoj dítěte užitečné.

> „Abych mohl rodičům vysvětlit, co od nich potřebuji, musím nejdřív vědět, co sám chci budovat."

Každý trenér už nějakou filozofii má

Projevuje se v každodenních rozhodnutích – vědomě i nevědomě.

Co oceňuju?

Úsilí, výsledky, fair play...

Jak reaguju na chybu?

Trestem, výkladem, prostorem?

Co považuju za úspěch?

Výhru, zlepšení, odvahu zkusit?

Co nechci dělat na úkor hráčů?

Kde je moje hranice?

> „Filozofie se nemusí jmenovat. Pozná se podle toho, jak se chováte – zejména když se nedaří."

Moje trenérská filozofie: 6 navazujících kroků

1. **MOTIVACE**
   Proč trénuju?
2. **VIZE**
   Co chci hráčům předat?
3. **HODNOTY**
   Co je pro mě důležité?
4. **CHOVÁNÍ**
   Jak děti vedu?
5. **PRAVIDLA**
   Co z toho vyplývá?
6. **KOMUNIKACE**
   Jak to vysvětlím?

Kroky 1–4: vytvoříme společně. Kroky 5–6: převedeme do praxe.

KROK 1 – MOTIVACE

Proč jsem začal trénovat?

Hlavní otázka

„Co mě přivedlo k trénování – a proč v něm pokračuju?"

Inspirace

- Láska k basketbalu
- Radost z práce s dětmi
- Předávání zkušeností
- Budování týmu
- Sportovní ambice

✍️ Napište: „Trénuju, protože…" Platí to pro vás ještě dnes?

KROK 2 – VIZE

Co chci, aby si hráči odnesli?

Představte si svého hráče za deset let. Co byste chtěli, aby o zkušenosti s vámi řekl?

„Naučil jsem se nevzdávat."

„Nebál jsem se dělat chyby."

„Naučil jsem se spolupracovat."

„Basketbal mě pořád baví."

„Věřil jsem, že se můžu zlepšovat."

„Dokázal jsem přebírat odpovědnost."

✍️ Napište: „Chci, aby si moji hráči odnesli…"

KROK 3 – HODNOTY

Moje hodnoty

„Co je pro mě při trénování opravdu důležité?"

- Samostatnost
- Odvaha
- Respekt
- Odpovědnost
- Radost ze sportu
- Týmovost
- Disciplína
- Vytrvalost
- Fair play
- Výkonnost
- Důvěra
- Zdravý vztah ke sportu

✍️ Vyberte tři hodnoty. Kterou hodnotu chcete při své práci vědomě více rozvíjet nebo chránit?

KROK 4 – CHOVÁNÍ

Jakým způsobem vedu děti?

„Jak se moje filozofie pozná při každodenním trénování?"

Dávám prostor

Nechávám hráče hledat řešení a rozhodovat.

Dávám strukturu

Jasná očekávání a průběžná zpětná vazba.

Kladu přiměřené nároky

Podporuju úsilí, vytrvalost a odpovědnost.

Buduju důvěru

Naslouchám a komunikuju s respektem.

Jdu příkladem

Sám dodržuju pravidla, která požaduju.

✍️ Vyberte dva projevy chování, které chcete používat vědomě a pravidelně.

Moje filozofie v jedné větě

> „Trénuju, protože ______. Chci, aby si hráči odnesli ______. Proto kladu důraz na ______ a při své práci ______."

Příklad

„Trénuju, protože mě baví pomáhat dětem růst. Chci, aby se nebály rozhodovat a dokázaly se učit z chyb. Proto kladu důraz na samostatnost, odvahu a odpovědnost a dávám hráčům prostor hledat vlastní řešení."

Váš výstup

Napište svoji první pracovní formulaci vlastní filozofie.

Nemusí být dokonalá. Musí být vaše a použitelná.

K čemu mi filozofie bude v praxi?

Rozhodování

Udržím směr v náročných situacích.

Vedení hráčů

Budu konzistentnější den za dnem.

Konflikty

Mám oporu při hledání řešení.

Komunikace s rodiči

Dokážu vysvětlit, co dělám a proč.

> „Filozofie není odpověď na každou situaci. Je to kompas, podle kterého se rozhoduju."

BLOK C – OD FILOZOFIE K PRAVIDLŮM

Hodnota → Chování → Pravidlo → Proč

1

HODNOTA

Co je pro mě důležité?

Samostatnost

2

CHOVÁNÍ TRENÉRA

Jak se to projevuje při tréninku?

Dávám hráčům prostor rozhodovat

3

PRAVIDLO

Co z toho plyne pro rodiče?

Rodiče povzbuzují, nedávají taktické pokyny

4

PROČ

Jaký to má smysl?

Děti se učí číst hru a rozhodovat samostatně

Toto propojení je základem srozumitelných a obhajitelných pravidel pro rodiče.

Jak vysvětlit pravidlo rodičům?

Pouze zákaz

> „Během zápasu dětem neraďte."

Rodič neví proč. Může vnímat pravidlo jako kritiku.

Vysvětlení opřené o filozofii

„Chceme, aby se děti učily samostatně rozhodovat. Potřebují prostor číst hru a někdy udělat chybu. Pomůže nám, když je budete povzbuzovat – taktické pokyny necháte na trenérech."

CO chceme → CO potřebujeme → PROČ

„Rodič nemusí se vším souhlasit. Měl by ale rozumět tomu, co a proč požadujete."

Co říct rodičům na začátku sezony?

01

Naše vize

Co chceme rozvíjet?

02

Náš přístup

Jak vedeme hráče a pracujeme s chybami?

03

Naše pravidla

Co očekáváme od hráčů, trenérů a rodičů?

04

Naše komunikace

Kdy, jak a s kým řešíme problémy?

05

Naše spolupráce

Jak mohou rodiče přispět k prostředí, které vytváříme?

Pravidla nastavujte včas. Jejich smysl vysvětlujte průběžně.

BLOK D – PŘÍRUČKA ČBF

Nejde jen o basketbal

Příručka ČBF pro rodiče: Jak podporovat sebevědomí, odolnost a zdravý vztah ke sportu

- Pomáhá rodičům lépe rozumět jejich roli
- Nabízí praktická témata pro podporu dítěte
- Usnadňuje komunikaci trenérů a rodičů
- Poskytuje společný podklad pro rozhovor

Společný jazyk může usnadnit porozumění a spolupráci.

Klikněte zde

Praktické ukázky z příručky

Nyní se podíváme na klíčové sekce Příručky ČBF živě.

Jak příručku skutečně využít?

Začátek sezony

1

Představím filozofii a doporučím relevantní části příručky.

Konkrétní téma

2

Při fandění, chybách, emocích – využiji odpovídající část jako podklad.

Průběžná spolupráce

3

Vracím se k tématům a propojuju je s děním v týmu.

> „Chceme, aby se děti učily rozhodovat samostatně. V příručce najdete část o rozdílu mezi fanděním a raděním."

Příručka nenahrazuje komunikaci trenéra. Pomáhá mu ji vést.

Stáhněte si Příručku ČBF pro rodiče

Příručka nabízí rodičům praktické tipy a trenérům oporu při komunikaci a budování spolupráce.

Stažení:

Klikněte zde

Praktické tipy pro rodiče i trenéry, jak podpořit rozvoj, sebedůvěru a radost dětí ze sportu.

Dotazy a diskuse

Nyní je čas na vaše otázky a společné sdílení zkušeností.