AKADEMIA FUTBOLU

SPARTA PŁOCK

poradnik dla Rodzica

– Podaj! Strzelaj! Szybciej! – inni głośno sterują dziećmi niczym robotami, ale nie Lewandowski. Różni się od tamtych rodziców. Zapewne dlatego, że jako były sportowiec wie, jaki skutek przynoszą wykrzyczane podpowiedzi – zamiast dzieciom pomagać, głównie dekoncentrują.

– Od zwracania uwagi jest trener, a nie wy. Wy macie tylko patrzeć – cierpliwie tłumaczy rodzicom, kiedy zbierają się po meczu pod szatnią w oczekiwaniu na dzieci.

Najczęstsze błędy rodziców

Rodzic, wypełniając swoją rolę polegającą na wsparciu rozwoju talentu sportowego swojego dziecka, czasem popełnia błędy, które mają istotny wpływ na zahamowanie tego rozwoju.

Są to najczęściej:

- **akcentowanie wyniku**, a nie samego udziału dziecka a treningu/meczu
- **zbyt wysokie oczekiwania** względem własnego dziecka | często nierealne do osiągnięcia
- **„trenowanie" własnych dzieci** | rodzic musi być przede wszystkim rodzicem
- **porównywanie dzieci** między sobą
- **krytykowanie** poczynań na boisku w stosunku do: dzieci, trenerów, sędziów
- **Nadopiekuńczość i wyręczanie dzieci**

Komunikacja rodzic-dziecko

9 darmowych rad dla rodziców:

1. **BĄDŹ RODZICEM, NIE TRENEREM** – w szkoleniu każdy ma do spełnienia swoją rolę
2. **KOMUNIKACJA** – nie podnoś głosu, nie wypowiadaj zbyt długich komunikatów odwracających uwagę dziecka od trenera/treningu/meczu
3. **UNIKAJ PORÓWNAŃ** – szczególnie do innych z zespołu, każde dziecko rozwija się w swoim tempie i w różnych okresach szybciej
4. **CHWAL, CHWAL, CHWAL** – oczywiście jeśli jest za co
5. **KONTROLUJ SWOJE EMOCJE –** najważniejsze są emocje dziecka
6. **NIE ZMUSZAJ DO TRENINGU** – inspiruj, motywuj, zachęcaj
7. **BĄDŹ OBIEKTYWNY –** odsuń na bok myślenie „moje dziecko jest najlepsze”
8. **NIE PRZERZUCAJ SWOICH NIESPEŁNIONYCH MARZEŃ NA DZIECKO**
9. **DLA DZIECKA NAJWAŻNIEJSZA JEST DOBRA ZABAWA**

AKADEMIA FUTBOLU

SPARTA PŁOCK

Postawa trenera i rodzica podczas meczu

- Podczas meczu trener **nie steruje dziećmi** - nie mówi dokładnie co mają robić na boisku w danej chwili, ale daje wskazówki
- Na boisku grają zawodnicy. To ich mecz, nie Twój.
- **Pozwól dzieciom podejmować decyzje samodzielnie.** Tylko wtedy uczą się ich konsekwencji, dowiedzą się co zrobili dobrze, a co mogli zrobić lepiej.
- Podpowiadając dzieciom z boku sprawiamy, że swoją grą będą chciały zaspokoić nasze oczekiwania. **W głowie dziecka nie ma wtedy miejsca na nowe pomysły, rozwijanie kreatywności.**

AKADEMIA FUTBOLU

SPARTA PŁOCK

Czym jest WYNIK?

w szkoleniu w młodszych kategoriach wiekowych wynik jest **środkiem - nie celem**

Wiele dzieci odnoszących sukcesy i wyróżniających się na tle rówieśników w początkowym etapie szkolenia nie osiąga sukcesów w piłce seniorskiej – dlaczego?

- dzieci rozwijają się w różnym tempie | zawodnik słabszy we wcześniejszych etapach może być wiodący na dalszych
- zadaniem naszych trenerów jest umożliwienie gry wszystkim dzieciom
- naszym nadrzędnym celem jest przede wszystkim **GRA**, A NIE WYNIK!
- kładąc nacisk na wynik powodujemy, iż wielu młodych zawodników odwraca się od piłki, klubu lub nawet od sportu. Dlatego…

nie wywierajmy presji na dzieciach

AKADEMIA FUTBOLU
SPARTA PŁOCK

Czym jest WYNIK?

- nadrzędnym celem szkolenia jest umożliwienie dzieciom czerpania przyjemności z gry i rywalizacji z przeciwnikiem w duchu fair play
- chcą grać i pokazać swoim rodzicom wszystko, czego się nauczyły
- ciągła krytyka utrudnia prawidłowy rozwój psychofizyczny
- **wyniki i sukcesy przyjdą z czasem**
- **każde dziecko ma prawo do popełnienia błędów**

presja wyniku nie sprzyja rozwojowi zawodników w młodszych kategoriach wiekowych

AKADEMIA FUTBOLU
SPARTA PŁOCK

Czym jest WYNIK?

- **tabele wyników DLA NAS - TRENERÓW są nieważne**
  DLA WAS - RODZICÓW też powinny być nieważne
- Czy dla dzieci wyniki są ważne?
  Dziecko zawsze musi dążyć do zwycięstwa, TO JEST SPORT. Każdy sportowiec wychodzi po zwycięstwo – motywacja, idea sportu, kształtowanie charakteru. Jednak nie jest to kryterium oceny wartości zawodnika.
- Dlatego: **chwalmy za wygrane mecze, motywujmy po przegranych, szukajmy pozytywów i elementów do poprawy.**

nie karćmy za niepowodzenia

dziecko zawsze gra na 100% swoich indywidualnych możliwości w danym momencie

AKADEMIA FUTBOLU
SPARTA PŁOCK

Regulamin wewnętrzny grupy

- **INFORMUJ I BĄDŹ INFORMOWANY**. Rodzic jest zobowiązany zawsze powiadomić trenera o nieobecności dziecka na treningu/meczu, możliwie jak najszybciej – poprzez aplikację ProTrainUp. **Trener, planując trening czy mecz, zawsze zakłada 100% obecności swoich zawodników.**

  Co by się wydarzyło gdyby to trener nie powiadomił o swojej nieobecności?
  Czy jak jesteś umówiony ze znajomym i coś Ci wypadnie to też nie dasz mu znać?

- Na informacje o meczach/sparingach **ZAWSZE** odpowiadamy. Unikamy odpowiedzi typu „Jasia nie będzie". Jeżeli to nie jest tajemnica, prosimy o podanie powodu - potrzebujemy tego do oceny poziomu zaangażowania rodzica/dziecka. Brak odpowiedzi dla trenera nie oznacza, że dziecka nie będzie, tylko, że nie rodzic nie powiadomił go o swoich zamiarach. Rodzic wymaga od klubu wysokiej jakości działań. Czym szybciej trener zbierze informacje od wszystkich, tym zawody będą lepiej zorganizowane.

Regulamin wewnętrzny grupy

- **SYSTEMATYCZNOŚĆ KLUCZEM DO ROZWOJU**. Nieobecność szkodzi zawodnikowi oraz kolegom z zespołu. 80% to słaba frekwencja!
- W trakcie zajęć treningowych i zawodów rodzice/opiekunowie nie powinni komunikować się z dziećmi, ponieważ wpływa to na ich **DEKONCENTRACJĘ**.

- Podczas meczów rodzice/opiekunowie/kibice (osoby postronne) powinni przebywać na trybunach obiektu sportowego, na którym odbywają się zawody lub w odpowiedniej odległości od linii bocznej.
- Wstęp na płytę boiska oraz do szatni mają tylko zawodnicy, trenerzy oraz inni pracownicy Akademii.
- Rodzice/opiekunowie w czasie meczu powinni zachowywać się kulturalnie, akceptować wszystkie decyzje sędziego i nie obrażać drużyny przeciwnej.

AKADEMIA FUTBOLU
SPARTA PŁOCK

Kreatywność

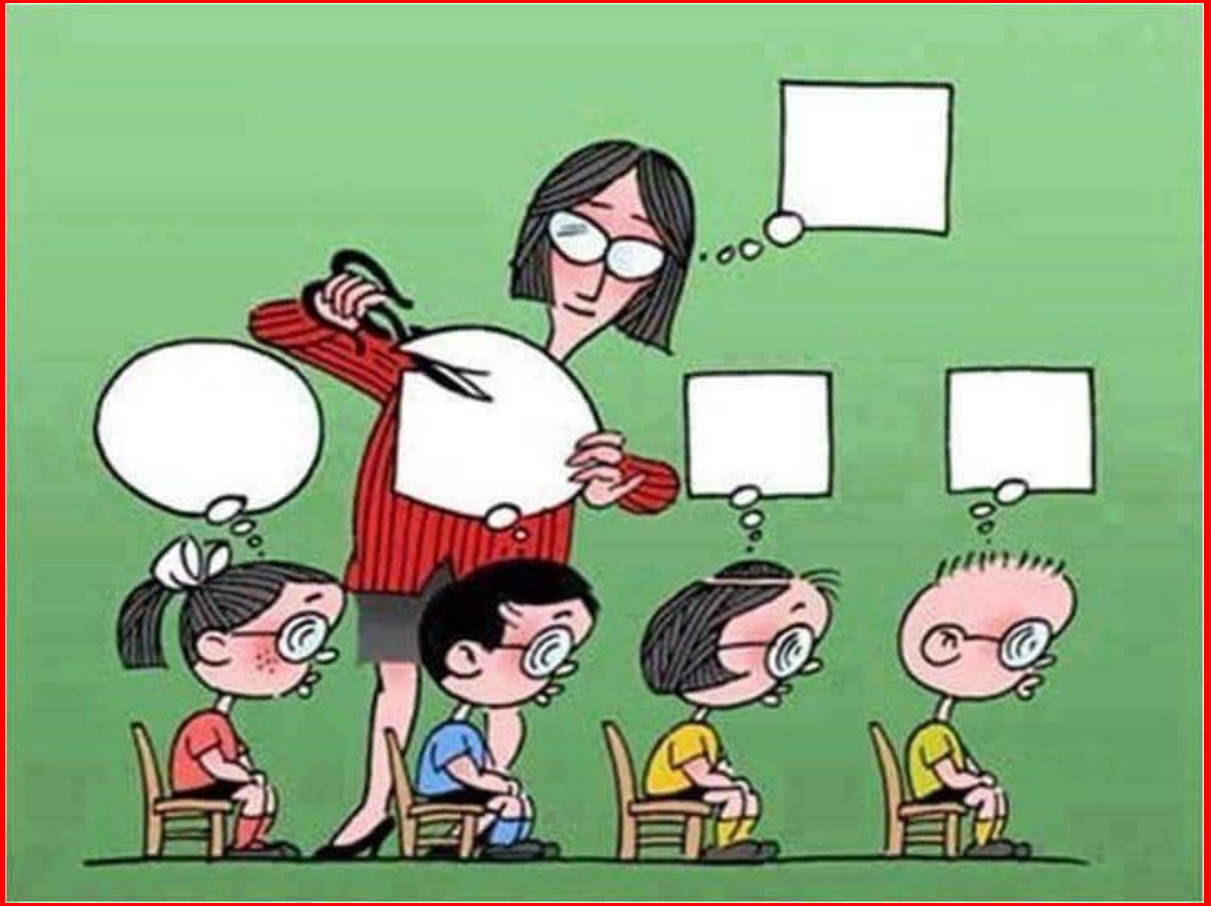
Pozwólmy dzieciom podejmować własne decyzje, uczyć się, popełniać błędy.

Dziecko nie może się bać podejmować na boisku ryzyka, realizować własnych pomysłów.

Ma to znaczenie nie tylko dla ich rozwoju piłkarskiego, ale przełoży się na całe ich życie.

AKADEMIA FUTBOLU
SPARTA PŁOCK

Nie zamykajmy dzieci w naszych schematach, pozwólmy uwolnić im kreatywność



AKADEMIA FUTBOLU
SPARTA PŁOCK

Drogi rodzicu, bardzo prosimy:

1. Bądź wzorem do naśladowania dla swojego dziecka.
2. Panuj nad emocjami, zachowuj spokój i nie krzycz w czasie meczu.
3. Zajmij miejsce w wyznaczonej dla kibiców strefie, boisko i jego okolice pozostaw zawodnikom.
4. Zachowuj się kulturalnie i unikaj niestosownego języka oraz gestów.
5. Kibicuj z całych sił, pozytywnie i konstruktywnie.
6. Nagradzaj brawami zarówno super zagrania, jak i nieudane próby.
7. Wspieraj zawodników w każdej sytuacji.
8. Okazuj szacunek wszystkim drużynom, zawodnikom, trenerom, sędziom, kibicom i organizatorom.
9. Daj sędziemu w spokoju pełnić swoje obowiązki, nigdy się z nim nie spieraj, nawet gdy popełni błąd.
10. Pamiętaj, że wynik nie jest najważniejszy.
11. Pozwól dzieciom cieszyć się grą i nie nakładaj zbędnej presji.
12. Daj podejmować dzieciom własne decyzje. Zapomnij o podpowiedziach podczas gry.
13. Nawet między meczami wskazówki dotyczące gry zatrzymaj dla siebie.
14. Zaufaj trenerowi i jemu zostaw rozmowy o rozegranych meczach.
15. Koncentruj się na pozytywach, szukaj dobrych stron, nawet po przegranym meczu.
16. Po meczu nagradzaj zawodników brawami, niezależnie od wyniku.
17. Po zawodach powiedz swojemu dziecku „jestem z Ciebie dumny".
18. Zawsze przestrzegaj ustalonych zasad.

Zachowując się w ten sposób wspierasz rozwój swojego dziecka!

www.pilkanoznadladzieci.pl PNDD

Jeśli tu jesteście, to znaczy, że ufacie w nasze metody szkolenia.
Jeśli nam ufacie - pozwólcie nam pracować nad rozwojem naszych zawodników, a waszych dzieci.

RAZEM MOŻEMY WIĘCEJ

AKADEMIA FUTBOLU
SPARTA PŁOCK