

## SUPPORTIVNO VOĐENJE IGRAČA U TRENINGU TENISA

### 1. UVOD

Proteklih nekoliko godina svjedoci smo iznimnih uspjeha naših športaša na svjetskoj sceni. Koliko je u pozadini njihovih uspjeha genetska predispozicija, a koliko sustav treninga i sve znanstveno dokazane zakonitosti sportske pripreme, moguće je s dosta velikom vjerojatnošću nagađati, ali samo nagađati. Koliki doprinos uspješnosti športaša daje karizmatski trener još je jedan od mogućih ciljeva nagađanja. Cilj je ovog teksta pokušati otvoriti niz pitanja koja su vezana uz područja interpersonalnih vještina. Čin treninga, čin je transferiranja planiranih zahtjeva koji se postavljaju ispred športaša. Odnosna razina koja se pojavljuje između športaša i trenera zasigurno nije zanemariv činbenik u jednadžbi uspješnosti transformacijskog procesa treninga i uspjeha na natjecanju.

Teniski trening kao i svaki drugi trening podrazumijeva intenzivan psihofizički napor. Trenažne napore prema postojećim formulama moguće je skraćeno opisati na sljedeći način:

Trenažni napor = Intelektualni napor + Emocionalni napor + Fizički napor

Ukupni trenažni napor = Intenzitet trenažnog napora + Trajanje trenažnog napora

### 2. STILOVI VOĐENJA ŠPORTAŠA

O vođenju ljudskih potencijala, a tako i športaša, premda postoji veliki broj pisanih tekstova, u praksi kao da i dalje prevladava mišljenje kako je trenerov povik, glasnoća riječi, prijetnja i govor tijela u kojem je hvatanje za glavu učestala pojava, jedan od glavnih modela poticanja športaša.

Športaši s kojima se susrećemo kao učitelji ili treneri u raznim etapama športske pouke ili športskog treninga, posjeduju različite razine znanja i vještina, ali su i potpuno različite osobe. Oni su jedinstvene osobe. Kao jedinstvene i neponovljive osobe oni zahtjevaju i individualni pristup.

Individualni pristup ukratko podrazumijeva:

1. individualiziranje pristupa pouke tehnike uz zadržavanje temeljnih elemenata tehnike – temeljne tehnike,<sup>1</sup>
2. individualiziranje pristupa pouke strategije i taktike zavisno od antropoloških karakteristika igrača njegovoj osobnosti,
3. individualiziranje pristupa motiviranja športaša: za započinjanje bavljenja športskom aktivnošću, zadržavanjem interesa za športskom aktivnošću, odupiranja naporu na športskom treningu i natjecanju, kao i za postizanje rezultata.

Razine motiviranosti, kao i razine znanja i vještina pojavljuju se u različitim omjerima i kombinacijama što potkrepljuje činjenicu kako je individualizirani pristup treningu neminovnost.

Prema različitim kombinacijama znanja i motiviranosti moguće je pretpostaviti različite stilove vođenja športaša. Zbog lakšeg snalaženja i razumijevanja predložena je sljedeća tablica.

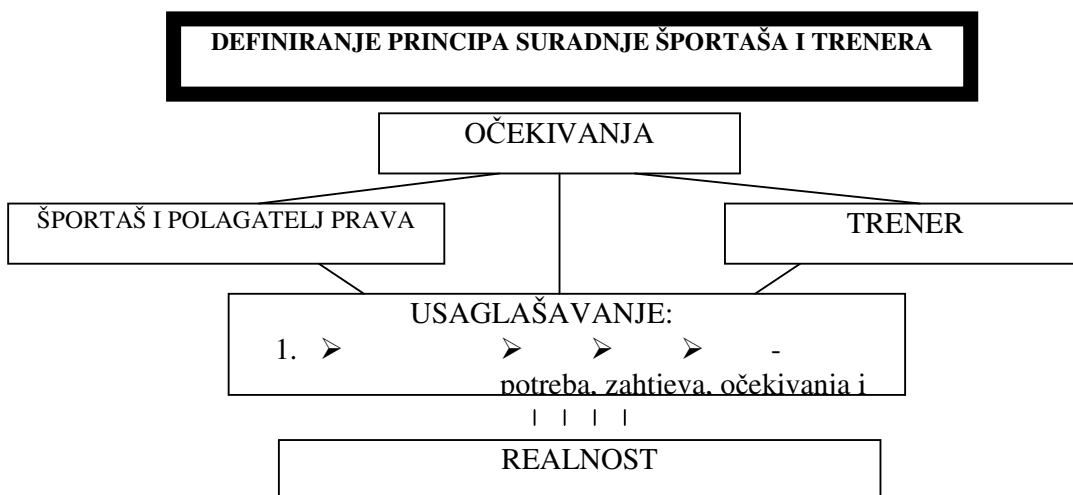
<sup>1</sup> Temeljna tehnika objašnjena je kao osnovna zakonitost pokreta ili tehnike. Podrazumijeva činjenicu kako temeljnu tehniku izvode svi igrači i ona je preduvjet razvoja stila. Za primjer, moguće je uzeti kako prilikom odigravanja forhenda s osnovne crte svi igrači u predmahu spuštaju glavu reketa ispod dolazeće loptice. Uzlazna putanja prema trenutku zgođaja identična je kod svih igrača, dok se putanje zamaha i izmaha razlikuju od igrača do igrača.

OSOBI NE IGRAČA	PONAŠANJE I STILOVI VOĐENJA
IG1 - ne znaju, nesigurni su i/ili nisko motivirani	S1-dajte precizne upute, organizirajte, kontrolirajte, sami donosite odluke
IG2 - ne znaju, sigurni su i/ili visoko motivirani	S2-dajte precizne upute, objasnite koristi od toga, dajte podršku za trud, dopustite pitanja, odluke donosite sami ali ih obrazložite
IG3 - znaju, ali su nesigurni i/ili nisko motivirani	S3 - podržite ih, komunicirajte, surađujte, ublažite im strah, razmotrite njihove ideje, uključite ih u donošenje odluka
IG4 - znaju, sigurni su i visoko motivirani	S4 - postavite zadatak, kontrolirajte, promatrajte, odluke u zadatku su najčešće njihove

Stilovi rukovođenja i ponašanje voditelja, modificirano prema M.Rijavec.

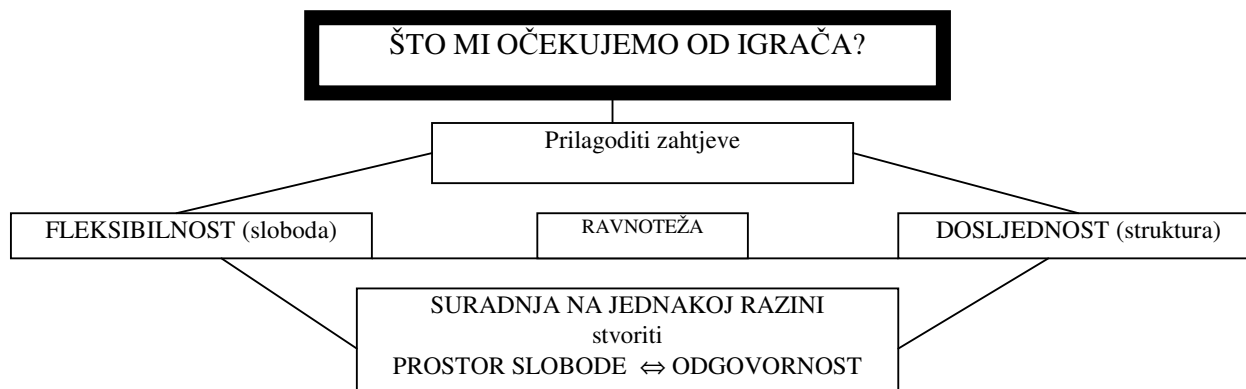
Iz prethodne tablice moguće je zaključiti kako je u dva od četiri modela osobina igrača preporučljivo uključiti športaša u razmatranje i donošenje odluke o zadaći koju je potrebno obaviti.

Pitanje je gubi li se tu autoritet trenera? Autoritet možda nije više moguće objasniti kao onaj isti pojam pod kojim smo podrazumijevali moć neprikosnovene odluke, ali kompetencija trenera svakako se podiže na višu razinu, što u konačnici pridonosi stvaranju sinergije trenera i športaša.



**Samo se na takav način ostvaruje dobra suradnja i smanjuju nesporazumi!**

### SHEMATSKI PRIKAZ PROCESA USPJEHA



### ŠTO TREBAMO ČINITI?

Često smo previše strukturirani, što zna biti povezano s našom nesigurnošću, strahom od nepoznatog, ili zbog želje za kontrolom

Biti kreativni, a ne dogmatični

IMATI PROFESIONALNI STAV – jesmo li svjesni našeg stava, mišljenja i vizija (često i nama treba pomoć, potpora, trenig vještina, edukacija)

**TO JE PROCES uspona i padova!**

**RADITE SA MNOM, A NE NA MENI!**

#### **4. ZAKLJUČAK**

Prethodni shematski prikazi sugeriraju principe suportivnog vođenja športaša. Time se ne želi sugerirati kako visina, boja i intenzitet glasa trenera u datom trenutku nije suportivan za športaša, već samo usmjeriti promišljanja kako je jedan od čimbenika športkog uspjeha i razina interpersonalnih vještina trenera, te njegova sposobnost suportivnog vođenja športskog tima ili športaša.

#### **5. LITERATURA**

1. Bjelica J., Burcar, Ž. Unapređivanje stručnog usavršavanja učitelja u funkciji podizanja kvalitete cjelokupnog odgojno-obrazovnog procesa, Zagreb, Glasnik zajednice osnovnih škola, Vol .9, Hrvatska zajednica osnovnih škola, 2001.
2. Bjelica J., Burcar, Ž. Integracija učenika s teškoćama u razvoju u redovnu osnovnu školu, izaći će u Zborniku radova stručnog savjetovanja, Centar za odgoj i obrazovanje "Slava Raškaj", Mimara, Zagreb, 2001, Izlaganje na međunarodnom skupu.
3. Brajša, P. (1994.) Pedagoška komunikologija. Zagreb, Školske Novine
4. Burcar, Ž. Analiza stavova i želja učitelja o stručnom usavršavanju u svrhu rasterećenja učenika, Lovran 2001, Zbornik radova stručno-znanstvenog skupa: "(Pre)opterećenost učenika, Hrvatski pedagoško književni zbor, Zagreb, 2001.
5. Burcar, Ž. (1994.) Tenis trening. Zagreb, BUR-CAR d.o.o.
6. Burcar, Ž. (1999.) Uvod u metodiku poduke i treninga tenisa. Zagreb, BUR-CAR d.o.o.
7. Matijević, M. (2000.) Učiti po dogovoru. Zagreb, Birotehnika-CDO
8. Neljak, B., Zmajčić, H., Burcar, Ž. Interpersonalna komunikacija u funkciji motivacije tenisača, Sajam športa i nautike 2002., Zagreb, Zbornik radova znanstveno stručnog skupa "Dopunski sadržaji športske pripreme", Kineziološki fakultet u Zagrebu, 2002.