



Spsm MFK Chrudim

Martin Štěpán

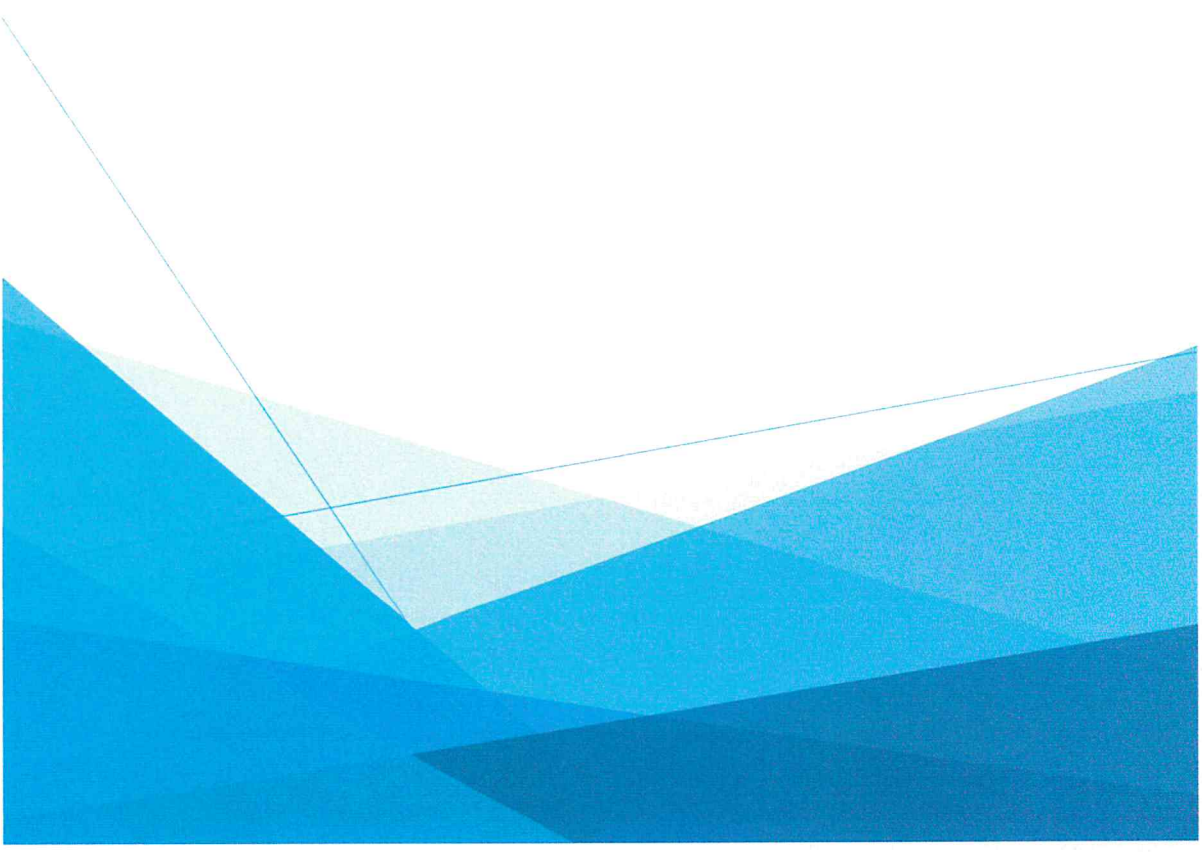
Úvod

- ▶ Dnešní populace obecně málo sportuje a rodiče mají stále méně času.
- ▶ Proto je organizovaný sport pro děti důležitější než dřív



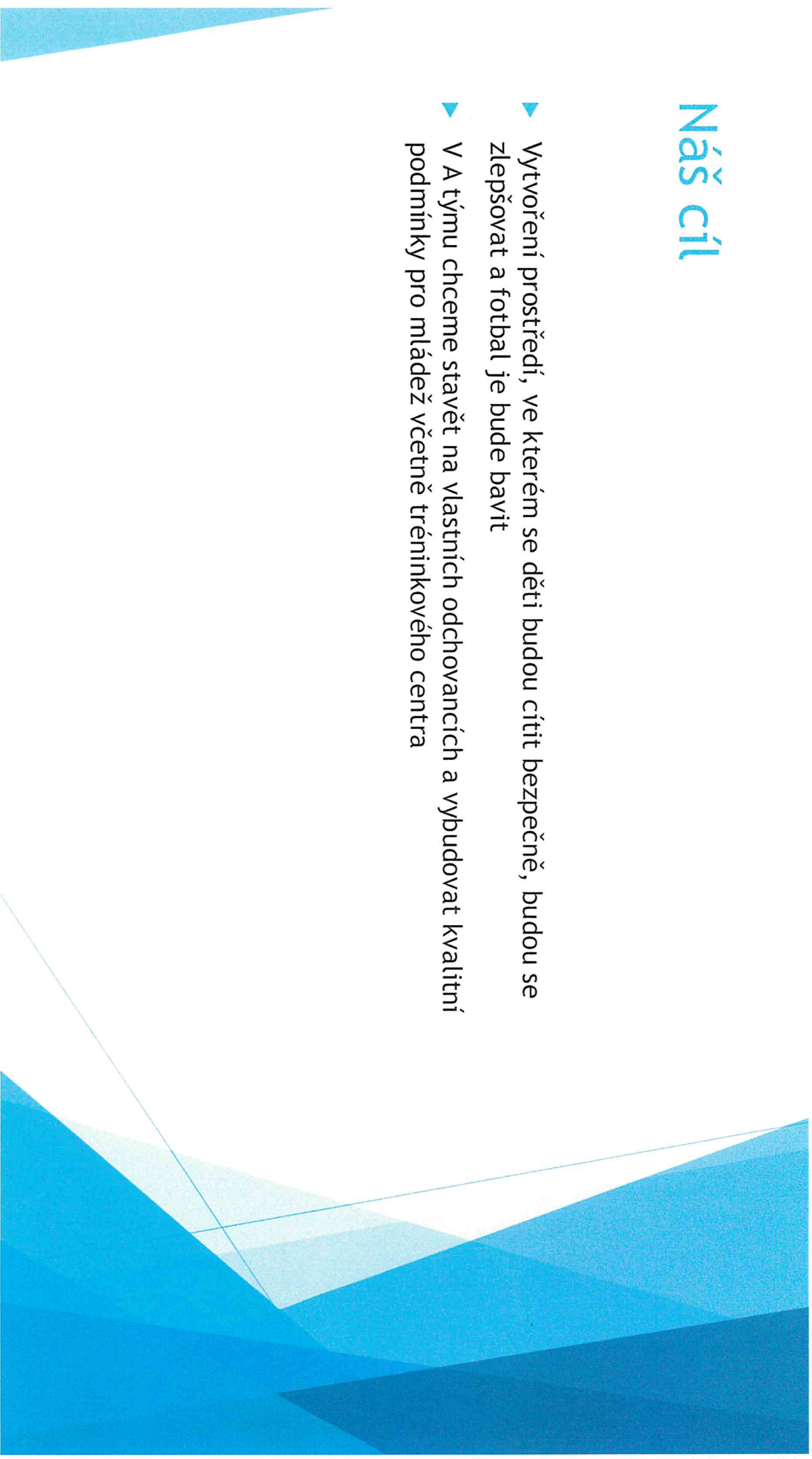
Nabízíme

- ▶ Možnost pohybu
- ▶ Seberealizace
- ▶ Přátelství
- ▶ Radost z vlastního pokroku
- ▶ Radost i smutek z týmového výkonu



Náš cíl

- ▶ Vytvoření prostředí, ve kterém se děti budou cítit bezpečně, budou se zlepšovat a fotbal je bude bavit
- ▶ V A týmu chceme stavět na vlastních odchovancích a vybudovat kvalitní podmínky pro mládež včetně tréninkového centra



Co děti potřebují od dospělých

- 1) **Bezpečí a jistotu** - vědomí, že mají kolem sebe dospělé, kterým mohou důvěřovat
- 2) **Pozitivní povzbuzení** - pochvala, podpora a uznání jim dodávají odvahu zkoušet a překonávat překážky
- 3) **Důvěru o oporu** - potřebují vědět, že dospělí věří v jejich schopnosti a pomohou jim s jejich nesnázemi
- 4) **Jasná pravidla a strukturu** - děti potřebují rámec, který je vede, ukazuje cestu a tím v nich podporuje stabilitu
- 5) **Prostor pro seberealizaci** - příležitost zkoušet, učit se a zažívat pokrok, objevovat, tvořit si na svět názor
- 6) **Přijetí a respekt** - jedná se o základní potřebu každého člověka
- 7) **Možnost chybovat** - chyby jsou součástí učení, přijmeme chybování jako přirozenou cestu nikoli důvod k hněvu, urážení a nadávání
- 8) **Radost a zábavu** - sport má být i místem, kde se děti smějí a užívají si ho, přestože vytváří discomfort a přenáší na dítě nároky

Role trenéra a rodiče

- **Trenér** je pro dítě průvodcem, který učí dovednosti, motivuje, vytváří bezpečné a podmětově bohaté prostředí
Je také tím, kdo nastavuje pravidla a přináší zpětnou vazbu
- **Rodič** - je oporou dítěte, pomáhá mu udržet rovnováhu, podporuje a ukazuje mu důvěru
Respektuje přitom roli trenéra a spoluvytváří pozitivní atmosféru kolem fotbalu
- **Vztah trenér - rodič - dítě** je klíčový!! Aby fungoval, potřebujeme vzájemný respekt, důvěru a jasná pravidla komunikace

Pravidla

- ▶ Komunikujte s trenérem včas, otevřeně a s respektem (složku komunikace s přibývajícím věkem více přebírají děti)
- ▶ Respektujte trenérovo rozhodnutí a nediskutujte s ním během zápasů či tréninků (pokud je problém, domluvte si osobní schůzku po odeznění emocí)
- ▶ Dohlížejte na dochvilnost dítěte a na to, aby mělo potřebné vybavení
- ▶ Podporujte samostatnost dítěte - postupně by mělo zvládat více věcí bez vaší pomoci
- ▶ Pravidla se vyvíjejí podle věku dítěte a trenér je může přizpůsobit dané kategorii
- ▶ Dodržujte sami vykomunikovaná pravidla - pomáhají předejít nedorozumění

Chování rodiče na trénincích a zápasech

- ▶ Dítě potřebuje vědět, že mu věříte. Na hřišti potřebuje klid, důvěru a podporující prostředí.
- ▶ Nekřičte na dítě ani na trenéra, nefanděte negativně vůči soupeřům, neradíte dítěti během hry. **Na hřišti platí jen jedna autorita a tou je trenér!**
- ▶ Trenér potřebuje prostor pro vedení týmu. Váš klid a respekt mu pomáhají dělat svou práci co nejlépe. Své výhrady komunikujte na osobní schůzce.

Podpora dítěte v každodenním životě

- ▶ Chvalte úsilí, ne jen výsledek
- ▶ Povzbuzujte, i když se nedaří
- ▶ Pomáhejte dítěti nacházet rovnováhu mezi fotbalem, školou a odpočinkem
- ▶ Mluvte s dítětem o tom, jak se cítí, co ho baví, co mu jde i nejde
- ▶ Neřešte s ním výkony hned po zápase - buďte oporou, ne trenérem
- ▶ Buďte svým chováním vzorem pro své dítě

Časté otázky rodičů

- ▶ Co když dítě ztrácí motivaci? Mluvte s ním, naslouchajte. Ne vždy je třeba zasahovat. Pokud nejde o chvilkový útlum, promluvte si s trenérem
- ▶ Jak se chovat při zápase? Povzbuzujte, fanděte pozitivně, nehodnoťte a nesud'te výkony druhých. Respektujte, že na hřišti je autoritou trenér.
- ▶ Co když dítě prožívá stres? Zeptejte se ho, co cítí. Nabídněte mu bezpečí a klid. Pomuže, když budete klidní i vy. Zvládnáním vlastních emocí mu ukazujete řešení.
- ▶ Jaké vybavení je potřeba? Vždy se ptejte trenéra a sledujte pokyny. Vybavení má být funkční a odpovídat věku. Na klubové akce vždy věci MFK.

Příspěvky?

- ▶ Poslední dobou proběhla velká inflace, vše je dražší.
- ▶ Celkově se příspěvky za půl roku zvýšili o 3.900 Kč.
- ▶ Je hrazené oblečení a doprava na zápasy (podle vzdálenosti)
- ▶ Díky XPS a Veo kamerám bude zajištěn individuální rozvoj dětí
- ▶ Zvýšení kvality tréninkového procesu - profesionální trenér mládeže
- ▶ Zvýšení konkurence schopnosti díky vznikajícímu skautingu
- ▶ Dlouhodobá udržitelnost a růst - stabilní financování díky příspěvkům

Příspěvky?

- STŽ za půl rok proběhne cca 87 tréninků, to je 130,5 hodiny
- 7800 Kč : počtem hodin = 59,77 Kč (jedna hodina tréninku).
- Zápasů čítají 32 hodin (bez dopravy, čekání...).
- Celkem 162,5 hodin za půl roku.
- **Výše příspěvku je 7.800 Kč : 162,5 = 48 Kč na hodinu**
- MLŽ za půl rok proběhne cca 66 tréninků, to je 99 hodin
- 7800 Kč : počtem hodin = 78,78 Kč (jedna hodina tréninku).
- Zápasů čítají 32 hodin (bez dopravy, čekání...).
- Celkem 131 hodin za půl roku.
- **Výše příspěvku je 7.800 Kč : 131 = 59,54 Kč na hodinu**

Postup pro vyřizování požadavků

- ▶ Trenéra kontaktujte s běžnými záležitostmi, ptejte se, komunikujte
- ▶ Šéftrenér SPSM - doplňuje tým trenérů a vytváří oporu při projednávání složitých záležitostí
- ▶ Šéftrenér mládeže Robert Grof - doplňuje šéftrenéra žáků v případě potřeby, když nebude vyřešeno s vedoucím SPSM

Tréninky a plánování rodiny

- ▶ Tréninky 3 - 4x týdně + zápas
- ▶ Mladší žáci - začíná větší důraz na tréninkový režim, důležitá je pravidelnost tréninků, vzniká hodnocené prostředí, důraz na rozvoj pohybových schopností, důslednost a kvalita jsou důležitější než kvantita, zápasy obvykle o víkendu
- ▶ Starší žáci - vyšší nároky na docházku a přístup, nástup skupinových potřeb a získání role v týmu, tvorba týmové hierarchie, rostoucí vliv dětí na pravidla a trénink

Důležitá myšlenka

- ▶ Vše budete vědět s dostatečným předstihem, tak žádáme o vstřícné plánování dovolených a rodinných aktivit tak, aby dítě nepřicházelo zbytečně o týmové akce a sezónní vrcholy. Přihlášením do našeho klubu se zavazujete podporovat společné úmluvy a pravidla. Nebráňte dítěti zůstat aktivní součástí vrstevnické skupiny.
- ▶ Podporujete tým dítě v disciplíně, osobní zodpovědnosti a důslednosti.
- ▶ Podílte se tak na získání kvalit a schopností, které rozhodnou o jeho úspěchu i životní spokojenosti

Jsme tady pro vás a staráme se o vaše děti

- ▶ Nesmírně vám děkujeme, že podporujete své děti v organizované sportovní činnosti. Pomozte nám vytvářet podnětné prostředí pro jejich zdravý růst a rozvoj.
- ▶ Jde nám o to, abychom pro kluky vytvořili prostředí, kde se rozvine jejich osobnost - zodpovědná, sebevědomá, ambiciózní...