



CZAS GRY

Czas gry jest jednym z najczęstszych źródeł frustracji wielu sportowców, trenerów i rodziców. Każdy chce grać i to jest powód dla którego są w zespole.

Zawodnicy zadają sobie pytanie:

Czy jest to wystarczające?

Czy jest to uczciwe?

Zwłaszcza w młodym wieku zawodnicy, którzy dużo czasu spędzają na ławce często nie odnoszą tak dużych korzyści ze sportu. Młodzi sportowcy kontynuując dobrą zabawę i ciężką pracę muszą czuć, że aktywnie przyczyniają się do sukcesu zespołu. Jeśli zauważysz, że Twoje dziecko jest sfrustrowane krótkim czasem gry, pamiętaj że jest wiele wartościowych cech, które może nabyć podczas meczu, np. **praca zespołowa, determinacja i wytrwałość w dążeniu do celu.**

Musimy się nauczyć jako zawodnicy, że gramy dla trenerów, kiedy uprawiamy sport, tak jak pracujemy dla szefów kiedy jesteśmy w prawdziwym świecie. I musimy nauczyć się komunikować z nimi bezpośrednio a nie przez trzecią osobę (rodzice)''

Kevin Eastman, trener NBA

OCZEKIWANIA

Wielu trenerów dotyczące czasu gry opierają na wielu czynnikach, takich jak: zaangażowanie i frekwencja na treningach, gra w obronie, itd. Upewnij się, czy Twój sportowiec wie, jakie trener podejmuje decyzje dotyczące czasu gry poszczególnych zawodników.

DOJRZAŁE ROZMOWY

Zachęcaj swojego sportowca, aby podszedł do trenera jeśli ma pytania dotyczące czasu gry. Jeśli Twoje dziecko jest młodsze, zalecamy, abyś dołączył do nich aby porozmawiać z ich trenerem, ale pozwól dziecku prowadzić rozmowę. Zawodnik powinien porozmawiać ze swoim trenerem.

ZASADA 24 GODZIN

Najlepiej dla zawodników, rodziców i trenerów jest odczekać co najmniej 24 godziny po meczu, aby omówić wszelkie wątpliwości. Pozwól wszystkim emocjom i myślom uspokoić się przed rozmową z trenerem.

ROZWIĄZANIA

Poszukaj informacji, aby dowiedzieć się więcej o programach (Klubie) w Twojej okolicy. Czy w Twojej okolicy jest inny program, który mógłby lepiej pasować do umiejętności i oczekiwań Twojego dziecka dotyczących czasu gry w następnym sezonie?