

ZNALOSTI, SCHOPNOSTI, OSOBNOSŤ A PRÁCA TRENÉRA



Práca trenéra je nesmierne rôznorodá, nastavená na školenie a výchovné pôsobenie, motivovanie a tvarovanie osobnosti pretekárov. Základným predpokladom práce trenéra je schopnosť spojenia teórie a praxe, poznávania a pôsobenia, snaha zaistiť schopnosti a znalosti jemu zvereným pretekárom, ale tiež aktívneho odpočinku, psychického uvoľnenia a zábavy. Ak chce tréner toto všetko zvládnuť musí neustále rozširovať a zdokonaľovať svoje schopnosti a znalosti ako praktické tak aj teoretické. Žiadny zo športov nestagnuje, ale neustále sa vyvíja, obohacuje o nové poznatky a prvky. Týka sa to tiež aj šermu a preto tréner, ktorý nie je schopný ďalej rozširovať svoje znalosti a nepriahne po nových poznatkoch a rozširovaní svojich znalostí nielen, že stagnuje, ale de facto se vracia vo svojom vývoji zpeť, ale pod tlakom svojej „namyslenosti“ a „dokonalosti“ pôsobí negatívne na rozvoj svojich pretekárov.

Skutočnosťou je, že tréner stále pracuje s ľuďmi, predovšetkým s mládežou, ale tiež s ostatnými trénermi, funkcionármi, novinármi, rodičmi a pod. Vznikajú blízke, niekedy emocionálne vzťahy medzi trénerom a žiakom a preto je samozrejmosťou, že zodpovednosť trénera za chovanie je veľmi vysoká. Ak kováč vyrobí zlú podkovu je to nepríjemné, ale nie je to tragédia, ale ak tréner svojim nezodpovedným chovaním zdeformuje a zničí charakter mladého športovca, potom spoločenský význam takejto chyby je oveľa závažnejší, tým viac, že pri vystupujúcich emóciách je zodpovednosť na strane trénera veľmi vysoká. Sú rôzne športové odvetvia a združujú ľudí rôznej kultúrnej a spoločenskej úrovne. Iný typ bude prevádzať hokej, futbal, box, zápas grécko-rímsky a iný tenis alebo šerm. Šerm patril a patrí medzi športy s vysokou spoločenskou úrovňou a vytvára prostredie veľmi kultivované. Napriek tomu aj v tomto športe vystupujú tréneri s takmer psychopatickou závislosťou na výsledkoch. Často, soje emócie až na hranici primitívnych pudov nedokážu krotiť ani pred svojimi žiakmi. Arogantné a hulvátske chovanie je nielen ukážkou nízkej úrovne takýchto „učiteľov“, ale má úplne negatívny vplyv na výchovu pretekárov. Vo veľkej väčšine mladí pretekári nemajú odvahu ani vnútornú silu čeliť a protestovať proti takémuto chovaniu, podliehajú vôli prevádzať svoj šport a mlčky trpia a prehliadajú chovanie svojho trénera.

Pozorná odovzdanosť a poslušnosť vo vnútri prerastá v pozdejšie pohrdanie takýmto trénerom. Nie je nevyhnutné zdôrazňovať celospoločenskú škodlivosť takéhoto jednania a negatívny vplyv na výchovu mládeže. Diktátorský spôsob jednania dokáže donútiť závodníkov k výsledkom, ale je celkom nepochybne narušená psychika mladého pretekára. Mizne láska k športu a vznikajú apatické, technicky zdatné stroje. Ak sa tréner sústreďuje len na získavanie medailí, môže veľmi ľahko zabudnúť na veľkú zodpovednosť a výchovné pôsobenie, môže zničiť talent žiaka cez nezmyselné preťažovanie možnosti žiaka a to ako po fyzickej tak psychickej stránke. Nahráva tomu prílišná glorifikácia výsledkov mladých pretekárov. Tréneri ako keby zabúdali, že vstupné obdobie vo výchove je zasvätené učeniu pre budúcnosť. V snahe vlastného uspokojenia vyťažujú mladého pretekára za hranice jeho možností, jasajú nad jeho a svojimi úspechmi a snád' skutočne nevnímajú, že niekedy veľmi úspešne zabíjajú v pretekárovi dlhodobou motiváciou, radosť zo športu a ostávajú stáť v údive, že po niekoľkých rokoch intenzívneho a predsa tak výborného tréningu ich pretekárov ostávajú pozadu v zrovnání z inými, ktorí pracovali pomaly, ale systematicky.

Pretekár ostáva v najlepšom prípade v lepšom priemeru a brány úspechov a najvyššie ciele sú pre neho uzatvorené.

Bohužiaľ v očiach trénera sú za to zodpovedné všetky iné faktory len nie jeho vlastné chyby. Nevnímá ich. Prehnanou a nekontrolovanou ctižiadosťou možno zničil talentovaného pretekára. Samozrejme stáva sa, že takýto pretekár (čo potvrdzuje jeho talent) získa čiastočné výsledky, ale to len utvrdzuje jeho trénera v správnosti zvolenej cesty. Výnimočne sa tiež stáva, že pretekár dosiahne najvyššieho cieľa v seniorskej súťaži, získa medailu na MS či Olympiáde.

Vo chvíli, keď je to aká si ojedinelá kytička v rukách trénera, dá sa s istotou prehlásiť, že je to pretekár, talent, ktorému keby prekážali všetci treneri sveta, aj tak by dosiahol úspechu. Práca trénera a jeho schopnosti prakticko-metodické sú rozdielne v rôznych športových odvetviach.

V športoch, kde je podstatou schopnosť funkčne-pohybová, zvlášť výdrž a kondícia je úlohou trénera tvarovať tieto schopnosti, a technika, často len jako uzatvorený pohybový návyk hrá len úlohu pomocnú a slúži k zvýrazneniu sily, rýchlosti alebo výdrže. V športoch s umelckým charakterom je podstatou práca trénera, náuka bohatej, elegantnej techniky a schopnosti funkčne - pohybovej (v tom schopnosti kondičnej a koordinačnej) plní len úlohu pomocnú pre rad mnohých, zložitých a rôznorodých návykov uzavrených. V športoch, kde rozhodujúcu úlohu plní technika, taktika a psychické procesy (pozornosť, postreh, správne rozhodovanie) je problém oveľa zložitejší. V takýchto športoch je všetko podriadené taktike, jej správne použitiu v situáciách nepredvídaných a meniacich sa v situáciách zápasu.

Neexistuje jedno a jediná správna "trenérska filozofia", nie je žiadny vzorec ideálneho trénera, ale tí najlepší majú veľa spoločných vlastností.

1. Veľmi široké odborné vlastnosti neustále doplňované, rozširované o nové poznatky a to nielen v odvetví športu, ktorý prvdzajú, ale tiež v športoch, ktoré svojou povahou môžu pomôcť v rozvoji vlastnej disciplíny.
2. Vysokú úroveň technických schopností zaisťujúcich kvalitnú prezentáciu návyku a ich pozdejšie učenie.
3. Hlboké teoretické znalosti a schopnosti ich aplikovanie, vysoká úroveň praktických metodických schopností.
4. Schopnosti veliteľské a organizačné.
5. Schopnosti vychovávacie, inspiračné, adekvátne motivovanie žiakov a čo je nesmierne dôležité, prosteedniectvom vlastného príkladu.
6. Novátorský postoj, stálé hladanie cest a sledovanie zmien v športe.
7. Schopnosť plánovania, programovania a organizovania procesu športovej prípravy, samokontrola priebehu školenia, pozorovania turnajov a schopnosť analýzy poznatkov.
8. Používanie všetkých spravnych pravidiel pestrého a bohatého, tréningu, rôznorodé prvky vedenia tréningu a tým tvarovanie zájmu o svoj šport u pretekárov, láska k športu a ztotožňovanie sa so svojou disciplínou.
9. Schopnosť spolupráce z funkcionármi, so školou, z psychologom, doktorom apod.
10. Predávanie svojich znalostí mladším trénerom.

Trenér je predevšetkým učiteľom a vychovávateľom, ale bohužiaľ musí plniť aj iné úlohy.

Zaujímavo to popísal R.J. Sabock vo svojej knihe „The coach“ Third edition /1995/:
Trenér vystupuje v rôznych spoločenských úlohách, ako osoba udržiavajúca poriadok a

disciplínu ako „predajca svojho tovaru“ na tréningu, v škole, v médiách, hovorca, poradca a vychovávateľ mládeže, diplomat v kontaktoch so školou, funkcionármi a rodičmi /ako živý príklad/ vychováva predovšetkým tým aký je, svojim chovaním /ako detektív/, keď v šatni alebo na turnaji sa niečo stratí/. Žalobca, sudca a advokát v prípade priestupku pretekára, ako matka, otec, diktátor, politik, herec, zberateľ finančných prostriedkov, organizátor, opravár vybavenia, hlavný veliteľ a stratég, psychológ, masér, dôverník, člen spoločnosti, školy, združenia. Mnoho povinností, ktoré letka na ramenách trénera je rozhodne javom negatívnym. Čím via sa tréner musí venovať zháňaniu peňazí, nákupu vybavenia a jej oprave, zariadeniu ciest na turnaje, tým via stráca na kvalite jeho práca, psychická phododa a zhoršuje sa kvalita tréningu.

Zbigniew Czajkowski