Akademie FC Baník Ostrava z.s.

Desatero pro trenéry Akademie FC Baník Ostrava, Šoupalka

Deset zásad komunikace, se kterou děti u sportu vydrží.

1. **Dítě není malý dospělý**
   Mluvte tak, aby to dítě ve svém věku pochopilo. Méně pokynů najednou a konkrétní jazyk místo abstraktních pojmů.

2. **Chvalte snahu a pokrok, ne jen výsledek**
   Konkrétní pochvala říká dítěti, co má opakovat. Prázdné „dobře" časem ztratí význam.

3. **Chvalte veřejně, kritizujte mezi čtyřma očima**
   Veřejná kritika dítě zahanbí a výchovně nefunguje. Pochvala před týmem naopak posiluje.

4. **Mluvte o chování, ne o osobě**
   „Ta přihrávka byla unáhlená" dítě posouvá. „Jsi nemožný" ho jen zraní.

5. **Nejdřív emoce, rozbor počká**
   Po prohře nechte emoce opadnout. Věcný rozbor má smysl až s chladnou hlavou, klidně na dalším tréninku.

6. **Chyba je součást učení**
   Dítě, které se při poctivé snaze nebojí chyby, hraje uvolněně a zlepšuje se rychleji.

7. **Respekt si nezískáte strachem**
   Náročnost a jasná pravidla jdou dohromady s klidným tónem. Strach z trenéra není respekt.

8. **Naslouchejte i tomu, co dítě neříká**
   Otevřené otázky a pozornost k chování řeknou víc než výslech. Když dítě řekne „nic mi není", netlačte a nechte dveře otevřené.

9. **Nesrovnávejte děti mezi sebou**
   Srovnávejte dítě jen s ním samým a dávejte malé dosažitelné cíle. Srovnávání dělá ze spoluhráčů soupeře.

10. **Když se vám dítě svěří, poděkujte a berte to vážně**
    Zůstaňte klidní, neslibujte mlčení a nevyptávejte se na detaily. Vážnou věc neřešte sami, předejte ji kontaktní osobě klubu.

safeguarding.cz