

2. Ilut, Petru - Valori, atitudini si comportamente sociale, Ed. Polirom, Bucuresti, 2004.
3. Physical activity and health in Europe: evidence for action. Copenhagen, WHO Regional Office for Europe, 2006.
4. The world health report 2002 – Reducing risks, promoting healthy life. Geneva, World Health Organization, 2002 (<http://www.who.int/whr/2002>).
5. European physical education review, - Volume11(1), 2007
6. www.unesco.org/education/shs/en

DIFFERENTIATION AND INDIVIDUALISATION - A MUST IN THE TRAINING OF TALENTED SPORTSMEN

Marta BON
University of Ljubljana

Key words: training, talented, sportsmen

Abstract

The path to the top sporting result in handball is long and difficult; it is open only to individuals that have above average motor and physical abilities, suitable and unvarying personal characteristics, moral qualities and other mental aptitudes. External factors, such as organisational and expertise level of the club and coach, also influence the development and success. The beginning and an important part of this path is represented with the training of children and youth and a question: Will the sport of young people utilize its enormous educational potential and turn talents into stars, who will keep winning and at the same time stay happy? It is possible, yet the incorrect approach can result in the loss of handball talents or become a source of negative experiences, stress and pressure. Largely, this depends on a discipline, policy of the sports clubs, associations and society in general; yet mostly it depends on a coach who has daily contact with players in the training process. Handball training is carried out in groups that are usually very heterogeneous and require specific type of work. Differentiation and individualisation are coaching methods for working with a diverse group of handball players. A coach can achieve this by precise organisation of training, which allows practising various exercises within a specific individual task. It is also recommended that several coaches or specialist coaches participate in the work with the youngest age categories.

Introduction

The article describes the differentiation and individualisation of children at the time of general, educational and sports development. Slovenian society still considers “team building” as procedures for achieving equality and uniformity in the team. In extreme cases this leads to a “single society”, where everyone has to think, work and speak as one. On the other side, practice demands from a coach to increasingly develop creativity, elite success and talents, which requires a different way of working. Talented are those individuals with motor abilities and morphological characteristic developed to the point that allows them to become, with suitable development and external factors, elite handball players. Beside talents there are also exceptional individuals (stars). They have above average abilities in one or more areas of morphological or motor status as well as personal characteristics that demonstrate the potential for development into a star sportsman in a selected sport. Personal characteristics of a star sportsman are as a rule very specific. They are manifested outwardly as an individual being difficult to lead, different and unpredictable. If the coach does not recognize this potential it is very likely that a sportsman will be perceived as disturbing and unsuitable for the team or even sport. It is possible that the coach will try to mould the sportsman to his liking. In reality, such talented individuals need a special type of leadership with differentiation and individualization being key components of such leadership. Children encounter this in the primary school education.

In principle it can be differentiated:

TALENT; individuals have a (slightly) more than average developed basic abilities and characteristics (motor, morphology) and less developed dimensions of psychosocial status.

TALENT; individuals have a (or few) highly developed ability and their other abilities are average.

TALENT; individuals have a highly developed ability; other abilities are average.

If the player has manifested leadership skills amongst his personal characteristics, it is very likely for him to become a star of a specific sport.

All the listed talented players have the potential to become elite players, however, the important external factors have to be fulfilled (good coach, encouraging environment in a club, good team players, general development of a sport).

Sports Talent provides checklists and tests to more easily and objectively evaluate whether a young athlete possesses average or exceptional athletic talent. The systematic approach to measurement provides data on the potential of young talent that can then be compared to national averages. This ground breaking, easy to- follow guide will provide much needed insight on how to develop talented athletes to their fullest potential, while providing ways to support them in a positive and productive manner.

Introduction: differentiation of children in school

Training in sport is similar to primary school education as they both work with children. Physical education in primary schools is the only subject in higher school class years where the educational progress of children is differentiated according to gender in the majority of Slovenian schools. This is so-called gender educational differentiation. The purpose of any type of educational differentiation is for teaching process to be more affable and suitable to developmental level of children and their interests, previous knowledge, motor, cognitive, emotional and social characteristics. Educational differentiation is as a type of academic work that has been present in the organised education since its beginnings. According to Strmčnik (1995), it first appeared as a result of two principles: adaptation of the 3 education to the developmental level of children and the gradual principle of the teaching process. The first differentiation in general education (in the time of Komenski, 17th century) separated children according to gender, age, social status and knowledge. Those were times when everyone had his place according to his birth given social status. Later – in the time of capitalist production relationship – external differentiation set in, which separated children according to their abilities, nevertheless, strong influence of class distribution was also present.

The purpose of today's educational differentiation, which started with the movement for new school in the first half of the 20th century, representing mainly an organizational measure and most often separating the children according to their academic efficiency, is adaptation of the teaching process to pupils; guiding, advising and socialisation “that should unite the pupils through occasional differentiation” (Strmčnik, 1995, p. 82).

Differentiation in sport

When discussing one or the other type of training, it is always debatable at what point the use of such a method is wise and when do its effects become unwelcome. Strmčnik (1995) stated that the right to educational differentiation depends on specific basic rules – reasons for differentiation and the time span of differentiation. It is sensible to separate the participants for short periods of time according to their abilities, interests and needs, in order to better facilitate their optimum development. At the same time many authors note that differentiation, which separates the participants permanently (for various educational reasons), is not only unfair, but also regressive.

It is fact that in groups with equal proportion of players, problems arise as a result of the level of their participation. Usually more able players control the group and accept less able players only as long as their participation is within certain limits.

When these limits are crossed, more able players quickly regain control. This results in motorically less able players being less active during practice, compared to more able players who also require more of coaches' attention (Doupona, 1995). Consequences of such practice are that less able players fall behind in the development of motor abilities, mainly in their technical-tactical knowledge.

The main reasons for differentiation according to the abilities lie in the differences in physiological characters – natural, biological (physical) differences.

How do coaches see differentiation and individualization? Despite many similarities with schoolwork, training has its specifics. Apart from mini handball where it is suitable and desired for girls and boys to practice together, training of older age categories is carried out in groups of same gender and very different 4 motor and morphological status, personal characteristics, motivation, values etc.

There are also many other differences, yet coaches often do not consider them.

Practice demonstrates the following situations:

- No firm ideas about individualisation
- No knowledge on talent identification
- Insufficient knowledge about working with talents

- Inability to identify group characteristics, except for age and length of training
- Programmes for boys and girls are practically identical
- Individual development of children is not emphasized
- Coaches do not mention the need for respecting differences and distinction

Working with talents

Successful coaches usually have broad horizons, whereas that of the talented star is limited, as it suffices to “only” perform relatively small spectre of tasks in an excellent way (e.g. good shooter). The work of a coach and talented star cannot be seen from the same point of view, it has to be complementary and in the framework of whole handball team. This can become a source of problems (Mayer, 2004).

A coach who builds his authority and respect on fear is not only limiting the creativity of the players but also automatically stopping constructive thought.

When possession becomes a factor, dysfunctional conflict becomes inevitable, as excessive authority from a coach endangers the mental status of talented player, in particular a future star. In contrast, star behaviour rocks the position of a coach and diminishes the group unity. The group usually splits into two camps that fight for domination.

Furthermore, one-sided consideration of the group also takes away coach’s authority and stops the initiatives from special players. This becomes even more difficult to control, as a special player stops trying because he does not feel valued. A wise coach constantly emphasizes the competences of each individual and underlines the necessity for cooperation and interdependence as means for reaching common goals. In this way the coach facilitates creative freedom within the team and brings to his team the necessary organizational standards and goals of a handball team. If the club management does not agree about the need for such structure, then the development of such a player is questionable.

What can be done?

A handball team with constant progress and high motivation finds itself in situations before important matches that can be resolved only with extreme effort; at that time the players work under strong pressure from outside (spectators, management, friends...). Situations like this result in high emotional tension that can be released in a creative or destructive way. Players act very differently in such situations and very often particularly talented players see such challenges as emotional pressure. They know what is expected of them and they are not sure if they can succeed. Therefore, it is suitable to introduce talented players to different tasks and missions within the team that are already in practice with the use of various methods of differentiation.

It seems most appropriate for a coach to clearly present to the players a special (tactical) mission of a talented or special player and gain approval from everyone involved (probably also from the management). In this way a coach can present and emphasise a role of the key player in order to achieve a common goal. This aim acts like an immune system, preventing the infection with potential conflicts that could endanger a successful working of a unit. Therefore, if a coach wishes for a talented player to fulfil his expectations, he not only has to ensure a special status for such player but also has to achieve that this status is accepted by other team players. It does not mean giving such a player complete freedom and everlasting privileges, as talented player will not be able to show all the abilities without the support from the entire team.

Conclusion

Same as a coach needs the trust of his players, which he acquires with honesty and expertise as well as with the authority deriving from his status; a talented player also requires an opportunity to be different and original, whereas the handball team requires a winning and tolerant atmosphere. This should be created in order to achieve the goals of the club, which are set by all the team players together.

Among the talented players a so-called special player has an even more exposed role and it is appropriate for all the team members to be aware of this. Other players have to understand that they do not miss out with differentiation, quite the opposite they will gain and be rewarded with the team success. Star player has to understand that his team mates offer him support to realise all his potential. A talent or star player will be satisfied that his special abilities are recognised. In order to achieve success in such a team, the task of a coach is to work daily on the relationships within the team. First, he needs to accept that the players are his partners and that he has to act in their best interest. Differentiation brings more work and involvement, both in time and emotions. Differentiation and individualisation start with communication, which is often complex, as it is almost a rule that talented players are complicated and demanding when talked to.

Some advice to coaches for more efficient communication with talented players:

- Try to put yourself in their position
- Be a good listener
- Player has a right to list his demands, yet they do not have to be met
- Communicate with respect
- Establish a personal contact
- Stop the monologue within the player
- Rephrase the message the player is sending
- Check the details
- Try to find what the player has omitted in communication and the reasons for it
- Write down the message if possible
- Follow the non-verbal communication

Whilst knowing all the players and their roles in the team, a good coach has to make sure that everyone involved in the achievement of common team goals will also have common long-term interests.

The team, in which individuals complement each other, also has diverse interests due to the complexity of the situation – balancing the interests of the team and those of the individual personality. This is a part of everyday process and dealings in all the clubs. No club can evade mixed interests of its individuals. The key to controlling the changes is in transformation of detrimental personal interests into creative and constructive attainments.

A good coach has to, as a leader; create an environment that enables successful communication and mutual respect. Only then in the training process can the coach achieve synergic effects of creative mixed interests, which derive from the diversity of people in the team.

Mutual trust between the players has to be actively developed, as this will lead to cooperation and cohesion between players and management, who undoubtedly have different points of view.

Successful management in sport is therefore teamwork based on mutual trust and respect, as well as cooperation and communication.

Successful leaders:

- Have flexible style of leadership
- Are self-aware
- Are aware of the effect they have on others
- Have balanced opinion of themselves
- Accept their weaknesses
- Can recognise strong points in other people
- Accept different people
- Can control diverse personal interests
- Create an environment that facilitates learning and sports development

Many factors of differentiation and individualisation can be realised with structure and organisation of training. This will be presented in the practical part of lecture.

Examples:

1. MODEL: one permanent coach; organisation of training, setting the exercises that allow division of roles and individual approach within a single task
2. MODEL: permanent coach + specialist coach (e.g. for goalkeepers)
3. MODEL: permanent coach coordinates: one coach for specific tasks of players (e.g. special coordination of players) + specialist coach (goalkeepers)
4. MODEL: work on stations; TALENTED players are coordinators of work on the stations
5. MODEL: differentiation in various parts of the practice; only in the final part; main part and warm-up are common
6. MODEL: INDIVIDUAL APPROACH: practical work and theoretical work/practice --- discussion
7. MODEL: differentiation according to playing positions in training and matches.

DIFERENȚIERE ȘI INDIVIDUALIZARE - CERINȚE PRINCIPALE ÎN ANTRENAREA SPORTIVILOR TALENȚAȚI

Marta BON

University of Ljubljana.

(Traducere cu acordul scris al autoarei, Acsinte Alexandru, Lucian Lupescu.)

Cuvinte cheie: antrenare, talent, sportivi

Rezumat

Calea către rezultatele de înaltă performanță în handbal este lungă și dificilă; este deschisă doar pentru cei cu abilități fizice și motrice peste medie, caracteristici personale potrivite și neschimbătoare, calități morale și alte aptitudini psihologice. Factori externi, cum ar fi nivelul organizațional și de expertiză al clubului și al antrenorului, influențează, de asemenea, dezvoltarea și succesul. Începutul și o parte importantă din această cale, este reprezentată de antrenamentul copiilor și juniorilor și de o întrebare: Va folosi sportul pentru tineret enormul său potențial educațional și va transforma talentele în vedete, care vor câștiga încontinuu, rămânând fericiți în același timp? Posibil, însă abordarea greșită poate duce la pierderea talentelor handbalistice, sau poate deveni o sursă de experiențe negative, stres și tensiune. În mare parte, acest lucru depinde de disciplină, de o politică a cluburilor sportive, de asociații și de societate, în general; și totuși, depinde foarte mult și de un antrenor ce are contact zilnic cu jucătorii, în timpul antrenamentelor. Antrenamentul handbalistic se desfășoară în grupuri care sunt, de obicei, foarte eterogene și care necesită un tip de muncă specific. Diferențierea și individualizarea sunt metode de antrenat pentru lucrul cu un grup divers de jucători de handbal. Un antrenor poate realiza acest lucru printr-o organizare precisă a programului de antrenament, ceea ce permite practicarea unor exerciții diferite pentru o sarcină individuală anume. De asemenea, se recomandă ca mai mulți antrenori, sau antrenori specialiști, să participe în lucrul cu cele mai mici categorii de vârstă.

Introducere

Articolul descrie diferențierea și individualizarea copiilor la timpul dezvoltării lor generale, educaționale și sportive. Societatea slovenă încă mai consideră „team building”-ul ca fiind un mod de a realiza egalitatea și uniformitatea într-o echipă. În cazuri extreme, acest lucru duce la o „societate uniformă”, în care toți trebuie să gândească, să muncească și să vorbească la unison. Pe de altă parte, practica îi cere unui antrenor să ajute la dezvoltarea creativității, performanței și talentelor, ceea ce necesită un mod de lucru diferit. Talentați sunt acei indivizi cu abilități motrice și caracteristici morfologice dezvoltate până la punctul în care să le permită să devină, cu o dezvoltare corespunzătoare, depinzând și de factori externi, jucători de handbal de elită. În afară de talente, există și indivizi excepționali (vedete). Aceștia au atât abilități morfologice sau motrice peste medie, cât și caracteristici personale care demonstrează potențialul de a se dezvolta în vedete sportive, într-un anumit sport. Caracteristicile personale ale unui sportiv vedetă, de elită, sunt, ca o regulă, foarte precise. Ele se manifestă în exterior arătând un individ dificil de condus, diferit și imprezvizibil. Dacă antrenorul nu recunoaște acest potențial, este foarte probabil ca sportivul respectiv să fie perceput ca fiind deranjant și nepotrivit pentru echipă, sau chiar pentru sport. E posibil ca antrenorul să încerce să muleze sportivul după voința sa. În realitate, asemenea indivizi talentați au nevoie de un tip de conducere special, diferențierea și individualizarea fiind componente cheie pentru o astfel de conducere. Copiii se izbesc de acest lucru în școala primară.

În principiu, se poate diferenția:

TALENT; indivizii au abilitățile și caracteristicile de bază (motrice, morfologice) (puțin) mai dezvoltate decât media, iar dimensiunile statutului psihosocial mai puțin dezvoltate.

TALENT; indivizii au o abilitate (sau mai multe) foarte dezvoltată(e), iar celelalte abilități ale lor sunt medii.

TALENT; indivizii au o abilitate foarte dezvoltată; celelalte abilități sunt medii.

Dacă jucătorul a manifestat aptitudini de conducere printre celelalte caracteristici personale ale sale, este foarte probabil ca el să devină o vedetă a sportului respectiv.

Toți jucătorii talentați au potențialul să devină jucători, însă condițiile externe de mare importanță trebuie îndeplinite (un antrenor bun, un mediu încurajant în clubul sportiv din care face parte, coechipieri buni, dezvoltarea generală a sportului respectiv).

Sports Talent furnizează liste de aptitudini și teste pentru a evalua mai ușor și într-un mod mai obiectiv dacă un tânăr sportiv posedă un talent sportiv mediu sau excepțional. Abordarea sistematică a măsurării talentului furnizează date asupra potențialului tinerelor talente, date care pot fi comparate cu mediile naționale. Acest ghid revoluționar și ușor de urmărit va furniza informații foarte folositoare despre cum pot fi ajutați sportivii talentați să-și dezvolte întregul potențial, în același timp furnizând metode de a-i sprijini într-un fel pozitiv și productiv.

Introducere: diferențierea copiilor în școală

Antrenamentul sportiv este asemănător cu învățământul din școala primară, în sensul că ambele lucrează cu copii. Educația fizică din școala primară este singura disciplină din anii mai mari în care progresul educațional al copiilor este diferențiat după sex, în majoritatea școlilor slovene. Aceasta este așa-numita diferențiere educațională după sex. Scopul oricărui tip de diferențiere educațională este ca procesul de predare să fie mai binevoitor și mai potrivit nivelului de dezvoltare al copiilor și intereselor lor, cunoștințelor anterioare, caracteristicilor motrice, cognitive, emoționale și sociale. Diferențierea educațională reprezintă un subiect de cercetare academică, ce a fost prezent în pedagogie de la începuturile sale. După Strmčnik (1995), a apărut prima dată în urma a două principii: adaptarea predării la nivelul de dezvoltare al copiilor și principiul treptat al procesului de predare. Prima diferențiere în învățământul general (pe timpul lui Komenski, secolul al XVII-lea) separa copiii după sex, vârstă, statut social și cunoștințe. Acelea erau timpuri în care toți își aveau locul în funcție de statutul lor social dobândit la naștere. Mai târziu – în timpul relațiilor de producție capitalistă – s-a instalat o diferențiere externă, care separa copiii în funcție de abilitățile lor, păstrându-se însă o influență puternică a distribuției după clase sociale.

Scopul diferențierii educaționale din prezent, care a început cu mișcarea pentru o nouă școală în prima jumătate a secolului XX, reprezentând în principal o măsură organizațională și, de cele mai multe ori, separând copiii în funcție de performanțele lor școlare, este o adaptare la elevii a procesului de predare; ghidare, sfătuire și socializare „care ar trebui să unească elevii în timpul diferențierilor ocazionale” (Strmčnik, 1995, p. 82).

Diferențierea în sport

Când vorbim de un tip de antrenament sau altul, este întotdeauna discutabil până în ce punct folosirea acelei metode este înțeleaptă și când anume efectele sale devin nedorite. Strmčnik (1995) menționa că dreptul la diferențiere educațională depinde de reguli de bază clare – motive pentru diferențiere și intervalul de timp al diferențierii. E logic să separi participanții pentru perioade scurte de timp, în funcție de abilitățile, interesele și nevoile lor, pentru a le ușura mai mult dezvoltarea optimă. În același timp, mulți autori observă că diferențierea, care îi separă permanent pe participanți (din diferite motive pedagogice), nu este doar nedrept, ci și regresiv.

Este un fapt recunoscut că în grupuri cu o proporție egală de jucători, apar probleme cauzate de nivelul lor de participare. De obicei, jucătorii mai capabili controlează grupul și îi acceptă pe jucătorii mai puțin capabili doar atâta timp cât participarea lor se desfășoară între anumite limite.

Când aceste limite sunt încălcate, jucătorii mai capabili recâștigă imediat controlul. Acest lucru are ca rezultat faptul că jucătorii mai puțin dotați din punct de vedere motric sunt mai puțin activi în timpul antrenamentelor, în comparație cu jucătorii mai dotați, care necesită, și ei, atenția antrenorului (Doupona, 1995). Consecințele unei astfel de practici sunt că jucătorii mai puțin dotați rămân în urmă cu dezvoltarea abilităților motrice, și mai ales în ceea ce privește cunoștințele lor tehnico-tactice.

Motivele principale pentru diferențiere în funcție de abilități rezidă în diferențele de caractere fiziologice - diferențe naturale, biologice (fizice).

Cum văd antrenorii diferențierea și individualizarea? În ciuda multor similarități cu învățământul primar, antrenamentul are specificul său. În afara minihandbalului, unde e de dorit ca băieții și fetele să exerseze împreună, antrenamentul categoriilor de vârstă mai mari se desfășoară în grupuri de indivizi de același sex și stataturi morfologice și motrice, caracteristici personale, motivații, valori etc foarte diferite.

Există, de asemenea, multe alte diferențe, însă antrenorii, de multe ori, nu le iau în considerare.

Practica ne arată următoarele situații:

- Lipsa unor idei ferme despre individualizare
- Lipsa cunoștințelor despre identificarea talentului
- Insuficiente cunoștințe despre lucrul cu talente
- Inabilitatea de a identifica caracteristicile grupului, în afara vârstei și a lungimii antrenamentului
- Programele pentru băieți și fete sunt practic identice
- Nu este pus niciun accent asupra dezvoltării individuale a copiilor

- Antrenorii nu menționează nevoia de a respecta diferențele și deosebirile

Lucrul cu persoane talentate

Antrenorii de succes au, de obicei, o minte deschisă, în timp ce vedetele talentate au o viziune destul de îngustă, aceasta fiind suficientă pentru a executa un spectru relativ mic de sarcini într-o manieră excelentă (de ex. să arunce bine). Munca unui antrenor și cea a unei vedete talentate nu pot fi văzute din același punct de vedere, ci complementar și în contextul întregii echipe de handbal. Acest lucru poate deveni o sursă de probleme (Mayer, 2004).

Un antrenor care își construiește autoritatea și respectul pe baza fricii, nu numai că limitează creativitatea jucătorilor, dar oprește automat și orice gând constructiv.

Când posesia devine un factor important, conflictul anormal devine inevitabil, autoritatea excesivă din partea unui antrenor putând dăuna stării mintale a unui jucător talentat, mai ales a unei viitoare vedete. În contrast, comportamentul de vedetă zguduie poziția antrenorului și diminuează unitatea grupului. Grupul se divizează, de obicei, în două tabere, care luptă pentru dominare.

Mai mult, accentuarea importanței grupului îl privează pe antrenor de autoritate și oprește inițiativele din partea jucătorilor dotați. Acest lucru devine și mai dificil de controlat, din cauza faptului că un jucător dotat își pierde entuziasmul pentru că nu se simte apreciat. Un antrenor înțelept accentuează constant competențele fiecărui individ și evidențiază necesitatea de cooperare și interdependență ca fiind mijloace de a atinge țeluri comune. În acest fel, antrenorul facilitează libertatea creativă în interiorul echipei și îi aduce acesteia standardele organizaționale și țelurile necesare unei echipe de handbal. În cazul în care conducerea clubului nu este de acord în ceea ce privește nevoia pentru o astfel de structură, dezvoltarea unui astfel de jucător dotat este pusă sub semnul întrebării.

Ce se poate face?

O echipă de handbal cu un progres constant și o motivare ridicată se găsește în situații, înaintea unor meciuri importante, care pot fi rezolvate numai cu un efort extrem; în acele momente, jucătorii lucrează sub o presiune exterioară puternică (spectatori, conducerea clubului, prieteni...). Situații de acest fel au ca rezultat o mare tensiune emoțională, care poate fi exprimată într-un mod creativ sau distructiv. Jucătorii reacționează în moduri foarte diferite în astfel de situații și, foarte adesea, jucătorii talentați, mai ales, văd asemenea provocări ca o presiune emoțională. Ei știu ce se așteaptă din partea lor și nu sunt siguri că pot face față. Din acest motiv, este bine ca jucătorii talentați să fie puși în fața unor diferite sarcini și misiuni în interiorul echipei, care sunt deja practicate în folosirea diferitelor metode de diferențiere.

Pare mai potrivit pentru un antrenor să le prezinte jucătorilor, într-un mod cât mai clar, o misiune specială (tactică) a unui jucător talentat și să câștige astfel aprobarea tuturor celor implicați (probabil și aprobarea conducerii). În acest fel, un antrenor poate prezenta și accentua rolul unui jucător cheie, pentru a atinge un obiectiv comun. Acest țel acționează ca un sistem imunitar, împiedicând infectarea cu potențiale conflicte, care ar putea primejdui funcționarea cu succes a unui grup. Astfel, dacă un antrenor dorește ca un jucător talentat să-i îndeplinească așteptările, nu trebuie doar să-i asigure un statut special acelui jucător, ci trebuie și să facă în așa fel încât acel statut să fie acceptat de ceilalți jucători din echipă. Aceasta nu înseamnă să-i dea unui astfel de jucător libertate totală și privilegii eterne, dar un jucător talentat nu-și va putea demonstra abilitățile fără sprijinul întregii echipe.

Concluzii

Un antrenor are nevoie de încrederea jucătorilor săi, încredere câștigată atât prin onestitate și expertiză, cât și prin autoritatea derivată din statutul său; un jucător talentat necesită, și el, o șansă de a fi diferit și original, în timp ce echipa de handbal are nevoie de o atmosferă victorioasă și tolerantă. Aceasta trebuie creată pentru a atinge obiectivele clubului, care sunt stabilite de toți jucătorii din echipă, împreună.

Printre jucătorii talentați, un jucător așa-zis dotat este cu atât mai expus și se cuvine ca toți membrii echipei să fie conștienți de acest lucru. Ceilalți jucători trebuie să înțeleagă că nu pierd nimic prin diferențiere, ci, dimpotrivă, au de câștigat și vor fi răsplătiți prin victoria echipei. Jucătorul vedetă trebuie să înțeleagă că echipa sa îi oferă sprijinul necesar pentru a-și realiza potențialul. Un jucător talentat, sau vedetă, va fi satisfăcut văzând că abilitățile sale deosebite îi sunt recunoscute. Pentru a avea succes cu o asemenea echipă, sarcina antrenorului este de a lucra zilnic la relațiile din interiorul echipei. În primul rând, el trebuie să accepte că jucătorii sunt partenerii lui și că trebuie să acționeze în interesul lor. Diferențierea aduce cu sine mai multă muncă și implicare, atât în ceea ce privește timpul, cât și emoțiile. Diferențierea și individualizarea încep cu comunicarea, care este, de cele mai multe ori complexă, fiind aproape o regulă faptul că jucătorii talentați sunt complicați și sollicitanți când li se vorbește.

Câteva sfaturi pentru antrenori pentru o comunicare mai eficientă cu jucătorii talentați:

- Încearcă să te pui în locul lor
- Fii un bun ascultător
- Jucătorul are dreptul să-și expună pretențiile, dar asta nu înseamnă că trebuie îndeplinite
- Comunicați cu respect
- Stabilește un contact personal
- Oprește monologul din interiorul jucătorului
- Reformulează mesajul pe care jucătorul îl transmite
- Verifică detaliile
- Încearcă să afli ce a omis jucătorul în comunicare și motivele pentru care a făcut acest lucru
- Scrie mesajul, dacă e posibil
- Urmărește comunicarea non-verbală

Cunoscând toți jucătorii și rolurile lor în echipă, un bun antrenor trebuie să se asigure că toți cei implicați în atingerea obiectivelor comune ale echipei au, de asemenea, interese comune pe termen lung.

Echipa, în care indivizii se completează unul pe celălalt, are, de asemenea, diverse interese datorate complexității situației - echilibrarea intereselor echipei și cele personale ale unui individ. Acest lucru face parte din viața de zi cu zi a unui club. Niciun club nu poate scăpa de interesele amestecate ale indivizilor din interiorul său. Cheia pentru controlul schimbărilor rezidă în transformarea intereselor personale dăunătoare în realizări creative și constructive.

Un bun antrenor trebuie, ca lider, să creeze o atmosferă care să permită o comunicare cât mai ușoară și un respect reciproc. Numai atunci poate antrenorul, în timpul antrenamentelor, să atingă efecte sinergice ale intereselor creative amestecate, care derivă din diversitatea oamenilor din echipă.

Încrederea reciprocă dintre jucători trebuie dezvoltată în mod activ, ea conducând la cooperare și coeziune între jucători și conducerea clubului, care, fără îndoială, are alte puncte de vedere.

Managementul de succes, în sport, este astfel muncă de echipă, bazată pe încredere reciprocă și respect reciproc, ca și pe cooperare și comunicare.

Liderii de succes:

- Au un stil flexibil de conducere
- Sunt conștienți de propriile limite
- Sunt conștienți de efectul pe care îl au asupra altora
- Au o părere echilibrată despre ei înșiși
- Își acceptă slăbiciunile
- Sunt capabili să recunoască puncte tari în alți oameni
- Acceptă persoane diferite
- Își pot controla diferitele interese personale
- Creează o atmosferă care facilitează învățarea și dezvoltarea sportivă

Mulți factori de diferențiere și individualizare pot fi realizați prin structura și organizarea antrenamentului. Acest lucru va fi prezentat în partea practică a prelegerii.

EXEMPLE:

1. MODEL: un antrenor permanent; organizarea antrenamentului, crearea exercițiilor care să permită diviziunea rolurilor și abordarea individuală a unei singure sarcini

2. MODEL: antrenor permanent + antrenor specialist (de ex. pentru portari)

3. MODEL: antrenorul permanent coordonează: câte un antrenor pentru sarcini specifice ale jucătorilor (de ex. coordonarea specială a jucătorilor) + antrenorul specialist (portari)

4. MODEL: lucrul pe poziții; jucătorii TALENTAȚI coordonează lucrul pe poziții

5. MODEL: diferențiere în diferite părți ale antrenamentului; numai în partea finală; partea principală și încălzirea sunt obișnuite

6. MODEL: ABORDARE INDIVIDUALĂ: lucru practic și discuție teoretică despre lucru/antrenament

7. MODEL: diferențiere în funcție de poziția jucătorilor în timpul antrenamentelor și meciurilor.

Bibliografie:

1. Amel Zaouali, M Ed; Tainted Talent (Sport Psychology Case Study) College of Education, University of Minnesota, USA Moez Baklouti, Ph D; School of Kinesiology, University of Minnesota, USA <http://www.thesportjournal.org/sport-supplement/vol14no1/zaouali.asp>
2. Hargrove R. (2002): Masterful Coaching: Extraordinary Results by Implicating People and the

- Way They Think and Work Together, Pfeiffer&Co, New York.
3. Mayer J. (2002): Quod licet Iovi, non licet bovi (Vsak manager ima svojega Zahoviča), Manager, št. 7.8., Gospodarski vestnik, Ljubljana
 4. Mayer J. (2004): Ravnanje z izjemnimi ljudmi v organizaciji, Organizacija, št. 6, Moderna organizacija, Kranj. [*Managing excellent people in the organisation*]
 5. Sout D. M. (1996): Managing Engineers and Technical Employees: How to Attract, Motivate and Retain Excellent People, Artech House Professional Development Library, Boston.
 6. Norman, F., Turner, S., Granados Johnson, J., Schwarcz, H., Green, H., & Harris, J. (1991). "Look, Jane, Look": Anti-sexist initiatives in primary schools. V G. Weiner (Ur.), *Just a Bunch of Girls: Feminist Approaches to Schooling* (str. 134-145). Buckingham & Philadelphia: Open University Press.
 7. O'Sullivan, M., Bush, K., & Gehring, M. (2002). Gender equity and physical education: a USA perspective. V D. Penney (Ur.), *Gender and Physical Education: Contemporary issues and future directions* (str. 163-185). London & New York: Routledge.
 8. Strmčnik, F. (1995). Opredelitev in utemeljitev učne diferenciacije in individualizacije. V M. Blažič (Ur.), *Izbrana poglavja iz didaktike* (str. 81-100). Novo mesto: Pedagoška obzorja. [*Definition and reasons for educational differentiations and individualisation*].

METHODIC PARTICULARITIES REGARDING THE STUDENTS' TRAINING IN THE BASIC TECHNIQUE OF ALPINE SKIING

Luminița BRABIESCU CĂLINESCU
University of Craiova

Key words: alpine skiing, direct way, indirect way

Abstract:

Elaborating theoretical papers, where there dominates the idea of researching and experimentation regarding the tendencies and perspectives of skiing in general, and of alpine skiing in particular, represents one of the major preoccupations of the specialists in the domain who, through their activity, push forward the theory and methodics in skiing training, finding the most efficient methods and techniques of initiation and learning.

The main goal of the paper in the activity of learning the skiing technique is that of forming into the subjects, through the indirect way, the system of motive abilities and skills that could allow them a safe and efficient crossing of the areas covered by snow.

The topic of the present paper and implicitly of the performed activities for its study emphasized the fact that some elements, not enough elaborated, can be factors that limit the progress of the instructed subjects.

Introduction

Elaborating theoretical papers, where there dominates the idea of researching and experimentation regarding the tendencies and perspectives of skiing in general, and of alpine skiing in particular, represents one of the major preoccupations of the specialists in the domain who, through their activity, push forward the theory and methodics in skiing training, finding the most efficient methods and techniques of initiation and learning.

The problem of contemporary skiing, perfected in all its compartments (materials, equipment, working techniques), is much more complex because, nowadays, skiing heats, practiced at a competition level, are totally different from their practice way two or three decades ago.

The changes that appeared were produced due to the positive evolution at the physical training level, at the approached technique of some methods and at the competition tactics level, and in the domain of the psychological, theoretical and biological training.

The research activity specific to the domain leads to new scientific coordinates, that regard the improving of the training and approaching conception of some technical methods, to the simplification of the