Doplňující materiály:

Tipy pro trenéry k podpoře autonomie či budování týmové kultury:
https://psychologievykonu.cz/ctyri-tipy-pro-trenery.html

Problematika pozitivní a negativní zpětné vazby:
https://psychologievykonu.thinkific.com/courses/trenerska-zpetna-vazba

Další materiály:

https://psychologievykonu.cz/blog-treneri.html

Motivace, zvědavost a růstový přístup

MGR. VÁCLAV PETRÁŠ

HTTPS://PSYCHOLOGIEVYKONU.CZ

Motivovanost

„Chce se mi“, „Baví mě to“

Jak tento stav provokovat a jak ho (ne)ubíjet?

Maximalizace aktivity
(i té mentální)

Maximum aktivity, minimum řad.

Více skupinek, více „stanovišť“, využití „čekacího času“.

Trénink mentálních dovedností a návyků

Nejlepší spoluhráč byl skvělý v tom, že …

Tichá pošta + demokracie = trénink komunikace a leadershipu

Pravidlo jedné minuty.

Využití již známých termínů/příkladů (špagety)

Repetice bez stereotypu

Téma dne/aktivity (změna rolí – neobvyklé řešení – pět vteřin do konce – „pšššt“)

Neustálá „evoluce“ cvičení – „skok v čase“

Přivlastněte si cvičení

Propojení s atraktivními aspekty sportu

Kultura zvědavosti a snahy o pochopení, nikoli „cvičených opic“

Pane Trenére, proč to mám dělat?

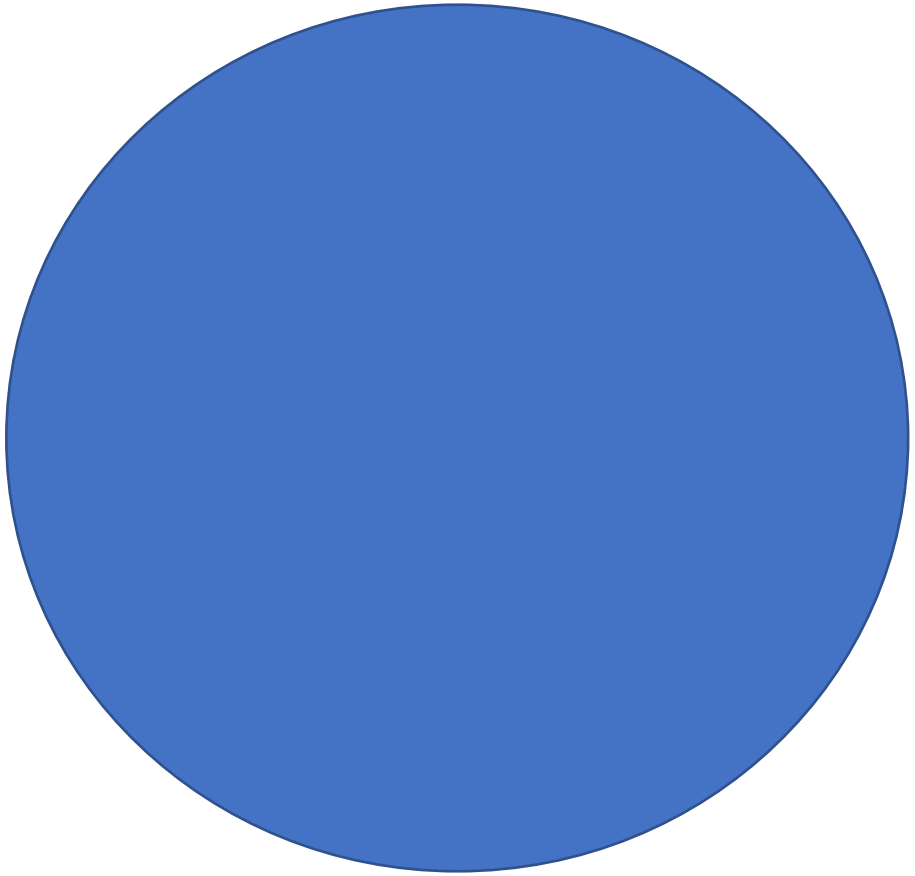
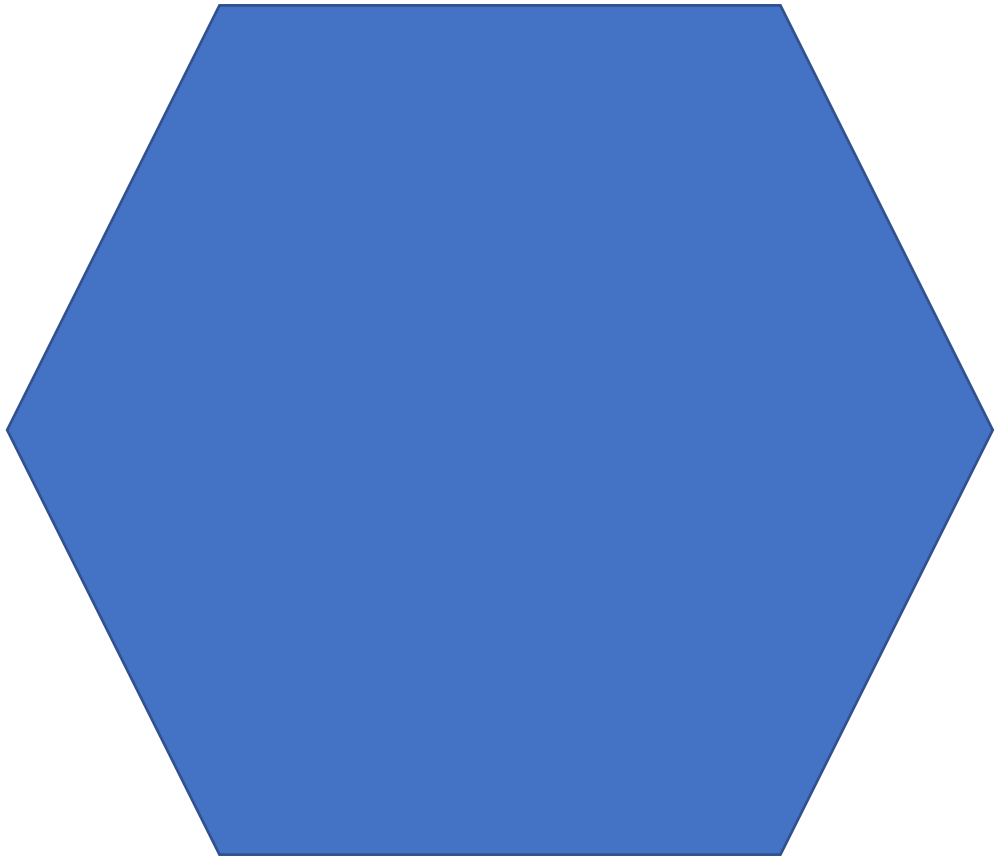
Co je lepší?

Uvolněně/Křečovitě

Špička/pata

Hlavně opatrně…?

Budeme si nadávat

Tři kličky

Spoluvytváření řešení