

Treneri i ozračje za treniranje

Najodgovornija osoba u plivačkome klubu za kreiranje dobrog ozračja na klupskom nivou je trener. Zbog tog razloga važno je uzeti u obzir i podržati to što trener svojom kreativnošću stvara. To nema veze s intezitetom i opsegom treninga nego postizavanje osjećaja pozitivnog ozračja.

Ako su nezadovoljni, plivači najviše pritužbi imaju na to kako su tretirani od strane trenera. Ti prigovori uvijek su negdje vezani uz atmosferu na treningu. Uobičajeni prigovori u svezi s trenerom počinju otprilike rečenicom, "On kaže ovo..." i "kaže nam da radimo ovo" itd.

Mi ćemo i dalje raditi na što većem jačanju dobre suradnje i povjerenja na relaciji Trener – Plivač, razvijajući programe i inicijative koji promiču plivačku kulturu unutar kluba.

Možda će, trenerima, a i svima koji su involvirani u plivanje, pomoći neke sugestije u kreiranju solidne atmosfere koja je orijentirana na sve članove kluba; Ove sugestije su koristili i koriste mnogi eminentni svjetski plivački klubovi, sve u svrhu podizanja ozračja na treningu i promicanja dobre suradnje unutar samih klubova.

- **Ne zapostavljati plivače na začelju** – i oni trebaju biti uključeni i treba im se pokloniti stanovita pažnja. Ne mareći puno za plivača koji pliva u pruzi na začelju može prouzročiti da će taj plivač polako gubiti interes i napustiti šport. I da nevolja bude veća, možda je upravo taj plivač mogao imati potencijal da bude odličan za 2-3 godine, možda je upravo on bio onaj prsaš za kojim tragate ali nije izdržao u športu dovoljno dugo da postigne vrhunac.

- **Treba napraviti da bude zabavno** – Čak i pobjeđivanje može postati dosadno, pogotovu ako pobjeđujete dulje vrijeme. Trebate li više zatvorenih utrka unutar grupe da bi opet bilo zabavno? Sigurno je zabavno i uzbuđljivo natjecati se u zatvorenim utrkama s prijateljima – natjecanje bude zabavnije a u konačnici odražava se i na bolje rezultate.

- **Kada su na programu jaki treninzi, važno je naglasiti smisao i važnost napornog rada** – Čak se i najvećim svjetskim plivačima smuči od konstantno napornog rada – uvidjelo se da je ponekad dosadno. Naporan i oštar rad u principu je podnošljiv ako ga slijede rezultati (ne zaboravljajući da `rezultati` nisu samo dobivanje utrka).

- **Kreirati prilike gdje će se svi članovi grupe istaknuti** – Nepobjeđivanje nije kažnjavanje i nije neuživanje. Isto tako, treba razvijati kulturu održavanja `zadovoljavajućih iskustava` – gdje uspjeh/pobjeđivanje nije samo `doći prvi`.

- **Biti fleksibilan** – U određenome momentu i djeca i roditelji počet će razmišljati o budućnosti. Postoji percepcija da oni ne mogu sve, plivati i potpuno se posvetiti fakultetu ili pak ispunjavati zahtjeve visoko školskog obrazovanja.

Isto tako neke od svakodnevnih aktivnosti mogu se kositi s treningom ili natjecanjima. Treba nastojati i biti pun razumjevanja za «želje» plivača.

- **Sustav motiviranja nagradama i kaznama** – nije bitno na kojem je plivač nivou, važno je pobrinuti se za priznavanje i postizavanje cilja za budućnost. Više se može pomoći u stvaranju dobre škvadre i tima motivacijom i uživanjem u plivanju, bez obzira na kojoj razini, nego s više utrka i natjecanja
- **Tehnike komuniciranja** – treba voditi računa o tome kako se govori i paziti na riječnik koji se rabi

