כיצד לשפר את מעמדי בקבוצה

"המאמן לא מחזיק ממני", "המאמן אוהב את יניב ולכן מכניס אותו", "המאמן הזה דפוק", "שיטת המשחק לא מתאימה לי", "יש לו משהו נגדי" וכו...
עם גישה כזו, לא מגיעים רחוק. אז מה אני אמור לעשות כשלא משחק מספיק?

הגעתם עם מלא מוטיבציה לתחילת העונה, אבל משהו השתבש בדרך ואתם מוצאים את עצמכם משחקים פחות ממה שמגיע לכם. בכל קבוצת כדורגל ישנם לפחות 10 שחקנים שחשים את התחושות האלו. הציטוטים שקראתם בתחילת המאמר נאמרים לי הרבה, על ידי שחקנים שמגיעים אליי. הגישה הזאת מובילה בהכרח לאיבוד האמון של המאמן בך, לייבוש ממושך על הספסל ואפילו להרחקה מהקבוצה. אז מה עושים?

ראשית חשוב שתבינו מהו המאמן בשבילכם. המאמן **הוא המחליט** כמה ומתי תשחקו. **המאמן הוא הבוס!** הוא **המנהל הישיר שלכם** ואתם כפופים לו!

שנית, חשוב להבין, מהי מטרת העל של המאמן? למאמן קבוצה בישראל, יש בדרך כלל מטרה עיקרית אחת והיא לנצח כמה שיותר. אם הקבוצה תנצח, יסיקו שהמאמן עושה עבודה טובה ומכאן הקידום מתקרב...ישנם כמובן יוצאים מן הכלל שחשובה להם התפתחות השחקנים בכל הרבדים, אבל בינינו, אלא מאמנים בודדים ויחידי סגולה.

מכאן, אתם בוודאי כבר מתחילים להבין שאם אתם רוצים לשחק יותר, עליכם לשכנע את הבוס שאתם יכולים לעזור לקבוצה לנצח, יותר מהשחקנים האחרים בתפקידכם. זוהי הבנה בסיסית אבל חשובה מאוד. אין פה מקום להיכנס לשטויות כמו המאמן אוהב או לא אוהב אותי! תשכנע את המאמן שאתה יכול לעזור לו לנצח ואז אתה תהיה על המגרש!

שלב ראשון בשכנוע הוא לשים לב מה הדגשים המקצועיים שחשובים למאמן. ישנם מאמנים שחשוב להם מאוד הלחץ על הכדור ורוב ההערות באימון הן על הנושא הזה. ישנם מאמנים שחשוב להם מאוד המשחק הקבוצתי והרבה מסירות מהירות, ישנם מאמנים שמקדשים יצירתיות וישנם כאלה שמתלהבים מלחימה ומנהיגות. תראה איך השחקן שהמאמן הכי אוהב מתנהל, שים לב לצעקות ולפירגונים של המאמן, מה הוא אוהב? עשה לך רשימה של 2-3 עקרונות שחשובים ביותר למאמן והפוך אותם לעקרונות המשחק שלך. כתוב אותם על היד ובכל דקה באימון ובכל דקה על המגרש אתה מיישם את העקרונות האלו! גם אם היית רגיל למשהו אחר וגם אם המאמן הקודם אמר לך לעשות בדיוק את ההיפך.

השלב השני הוא לתת למאמן תחושה שאתה שלו. מאמנים אוהבים שחקנים ממושמעים שהם יכולים לבטוח בהם ושעושים בדיוק מה שנאמר להם. כשהמאמן מעיר לך הערה מקצועית אתה לא מסתכל לרצפה, לא עושה פרצוף ובטח לא מתווכח איתו על כך. תזכור, הוא הבוס היחיד! אתה מסתכל לו בעיניים, מפנים מה הוא רוצה לראות, מהנהן בהסכמה ובהתלהבות, אומר לעצמך מה לעשות ועושה את זה מיד על המגרש. כשהמאמן ירגיש שהוא יכול לסמוך עליך, שאתה שחקן ממושמע ושלו, הוא יתן לך לשחק יותר.

הימנע מללכלך על המאמן, גם מול שחקנים אחרים וגם מול ההורים. תבין שהדברים שאתה אומר או רוח הדברים, מגיעים בסופו של דבר למאמן וזה בטח לא יתרום לאמון ולביטחון שלו בך. המסר הזה חשוב גם להורים, אחד הדברים השנואים על מאמן זה הורים שמלכלכים ומנסים להתערב מקצועית. זה לא תורם כלום ובד"כ זה לא מסתיים טוב. תתאפקו, גם אם זה קשה.

לפעמים זה קצת יותר מורכב. זה לא תמיד פשוט לשנות רושם ראשוני. ראיתי מקרים של מאמנים שגיבשו דעה מסויימת על שחקנים לפי ההתנהלות שלהם בתחילת העונה, ולא הצליחו להבחין בשינוי בהתנהלות השחקן לאחר מכן, גם אם היה שינוי משמעותי. אם זה המצב, זכור שהמצב הזה זמני ונסה למצות את המיטב. עשה

כמיטב יכולתך לקדם את עצמך מקצועית ולהבליט את עצמך בעיניי המאמן. אם שום דבר לא עוזר, תמיד אפשר לעבור קבוצה, אבל בעיניי זה המוצא האחרון. בהצלחה!

צור איתי קשר עכשיו!
(https://www.mvpcoaching.co.il/so/6M27yF08/click?w=LS0tDQowMDM3Y2ZmMy05MzE5LTRmMzEtYTJmYy01MDBjNWVhODk3YzUNCmh0dHBzOi8vd3d3Lm12cGNvYWNoaW5nLmNvLmlsL2NvbnRhY3QNCi0tLQ)

אתה מוזמן לבקר באתר שלי
(https://www.mvpcoaching.co.il/so/

Share Via:

(http

050 8110708 (tel:050 8110708)