



ROKOMETNI KLUB GROSUPLJE  
Ljubljanska cesta 40A

1290 GROSUPLJE

---

# PRIPOROČILA ZA USPEŠNO SODELOVANJE STARŠEV Z RK GROSUPLJE



## ***1. Podpiranje otroka***

ne samo v finančnem smislu. Raziskave so pokazale, da večina otrok sodeluje v športu predvsem zaradi zabave. Otroci ne razmišljajo o igranju v Bundesligi ligi pri 11-ih letih, kot je to prisotno pri nekateri starših. Otroci naj se zabavajo, ker je to njihova zabava, zato se zabavajte in uživajte tudi vi. Vsak starš naj poskuša razumeti, da če plačevanje opreme ter vadbine še ne pomeni, da so lastniki igre.

## ***2. Pravočasnost na treningih in tekmah***

ne samo zaradi privajanja na disciplino, točnosti ter nemotenega poteka treninga. Trening se namreč ne začne s prihodom v dvorano. Začne se s pravočasnim prihodom v garderobo, najmanj 15 min pred začetkom treninga in s pripravo na trening (ogrevanje, ...). V ekipnih športih je lahko garderoba, v času pred in po tekmi ali treningu, v mnogih primerih bolj koristna pri učenju življenjskih lekcij in včasih tudi bolj zabavna kot tekma sama.

## ***3. Spoštovanje prostora garderobe***

to je prostor, kjer so karte za vstop podeljene trenerju, tehnični ekipi in seveda igralcem.

## ***4. Podpiranje trenerja***

kritiziranje trenerja pred očmi vašega otroka je kontraproduktivno. S tem le spodkopavate otrokovo lastno izkušnjo. Čeprav se kot starš morda ne strinjate z odločitvijo, zlasti če sele-ta nanaša na vašega otroka, morate razumeti in spoštovati vlogo trenerja.

## ***5. Komuniciranje s trenerjem***

če imate trenerju kaj za povedati, počakajte 24 ur po dogodku preden boste z njim razpravljali. V tem času dobite boljšo perspektivo ravno tako kot trenerji. Med tem časom se v procesu veliko argumentov izloči. Najbolje je, da se čustva umirijo preden govorite s trenerjem. Razgovor opravite tako, kot se za dve odrasli osebi spodobi.

## ***6. Komuniciranje z otrokom-igralcem***

to lahko postane točka velikega trenja med mladimi nadebudneži in starši. Ko se po tekmi usedete v avto, jih ne zasujte z milijon vprašanji. Ne kritizirajte njihove igre - ali celo igre soigralcev. Pustite jim govoriti. Naj povedo, kar imajo v mislih, vprašajte jih, če so se zabavali. Komunikacija z otrokom po tekmi je včasih lahko zelo čustvena.

## ***7. Spodbujanje otrok***

Rokomet je zelo težek šport, za igranje rokometu je potrebno veliko znanja in poguma.

Bodite potrpežljivi in spodbujajte otroke, da naj igrajo po svojih najboljših močeh. Nekateri otroci potrebujejo več časa za učenje, podobno kot pri vožnji s kolesom, ampak na koncu se vsak vozi s kolesom na enak način. Ne ponujajte denarja za dosežene gole. Strasti, ljubezni in zagona do rokometu ni mogoče naučiti ali kupiti. Spodbujajte svojega otroka, da skače za žogo, blokira mete in naj se bori za žogo - to jim bo dobro služilo v življenju.

## ***8. Sodelovanje med starši***

ena od velikih lekcij ekipnega športa je, da se naučimo kako skupinsko delo lahko marsikaj spremeni. Timsko delo med starši je pogosto tako pomembno, kot timsko delo med otroci.

## ***9. Sojenje***

če bi bilo sojenje tako preprosto, bi lahko sodil kdorkoli ampak očitno večina tega ne zmore. Sodniki slišijo skoraj vse. Sodniki, vsaj večina, na tekmi sodijo po najboljših močeh. Delajo napake, tako kot trenerji in tako kot igralci. Izgubiti živce v dvorani je v prvi vrsti neprijetno za vašega otroka, kaj šele za vas. Poskušajte razumeti, da ste zgled svojim otrokom in naj Vam ne bo vseeno, kako se obnašate, kaj govorite/kričite, medtem ko iz tribune spremljate otroke pri igri.

## ***10. Razumevanje ekipnega športa***

starši naj razumejo in spoštujejo koncept ekipe in naj se zavedajo, da so v vsaki ekipi igralci, ki so za odtenek boljši od drugih, vendar je za ekipni uspeh potrebno sodelovanje vseh in vsakogar, ki je član ekipe. Noben posameznik v zgodovini ekipnih športov, ne glede na to, kako velik in odličen je bil, ni doživel uspeha brez ostalih članov ekipe.

## ***11. Ogledi tekem***

starši morajo spoznati, da so rokometaši tisti, ki igrajo tekmo. Če mora mladi nadebudnež kadarkoli med tekmo nenehno čakati kričeča navodila ali če mora oprezati za signali iz tribune, se otrok nikakor ne more osredotočiti na tekmo in posledično izgubi stik s trenerjem, soigralci ter učenjem kako se odzivati in sodelovati med tekmo.

## ***12. Merjenje uspešnosti otrok***

čeprav sta rezultat in lestvica pri malce starejših nadebudnežih do neke mere pomembna, je merjenje uspešnosti izključno na podlagi točk, zmag in porazov lahko zelo nevarno. Dober starš priznava, da ne glede na to, koliko ima sam rad roket in koliko "želja" ima za svojega otroka, je na koncu otrok tisti, ki mora razviti strast do igre in pokazati željo, da vloži vse potrebno za igranje po svojih najboljših močeh. To je njihova igra. Naj jo igrajo.

## ***13. Spodbujajte otrok izven dvorane***

spodbujajte otroke v šoli in pri učenju. Skupaj bodite ponosni tudi na otrokov učni uspeh in življenje izven dvorane. Zakaj? Ker mora biti športnik v svojem življenju pripravljen na najslabše, a hkrati močno upati na najboljše. Če se v življenju športnika nekaj ne izide, se lahko vedno nasloni na izobrazbo in znanje.

Grosuplje, 01.09.2016

UO IN ČLANI  
RK GROSUPLJE