VEK :

1. **Aký je**, podľa teba, obvyklý prejav a správanie **vášho trénera** pri dosahovaní tvojho maximálneho výsledku na **tréningu?** (hlas, očný kontakt, vyjadrovanie)
Zakrúžkuj ku každej z troch možností **iba jednu** odpoveď

1.	**a)** Hlasový prejav je tichý, tréner veľmi nerozpráva	**b)** Hlasový prejav je rázny, hlasný, tréner často zakričí	**c)** Hlasový prejav je kľudný, dôrazný, tréner nekričí
2.	**a)** Komunikuje všeobecne, nevyhľadáva očný kontakt s hráčom	**b)** Sústredený pohľad do očí, dôraz iba na konkrétne chyby a nedostatky	**c)** Pohľad priamo do očí, jasné informácie o chybách avšak dôraz na úspechy

2. **Aký by mal byť**, podľa teba, **obvyklý trénerov prejav a jeho správanie,** aby si dosiahol maximálny výsledok na tréningu? (hlas, očný kontakt, vyjadrovanie)
Zakrúžkuj ku každej z troch možností **iba** jednu odpoveď

1.	**a)** Hlasový prejav je tichý, tréner veľmi nerozpráva	**b)** Hlasový prejav je rázny, hlasný, tréner často zakričí	**c)** Hlasový prejav je kľudný, dôrazný, tréner nekričí
2.	**a)** Komunikuje všeobecne, nevyhľadáva očný kontakt s hráčom	**b)** Sústredený pohľad do očí, dôraz iba na konkrétne chyby a nedostatky	**c)** Pohľad priamo do očí, jasné informácie o chybách avšak dôraz na úspechy

3. **Aké je,** podľa teba, **obvyklé správanie a prejav vášho trénera** pri dosahovaní tvojho maximálneho výsledku na tréningu? (pokyny, obsah a priebeh tréningu)
Zakrúžkuj ku každej z troch možností **iba jednu** odpoveď

1.	**a)** Informácie a pokyny tréner vysvetľuje	**b)** Informácie a pokyny tréner kreslí na tabuľu	**c)** Informácie a pokyny ukazuje priamo na ihrisku, sám alebo s hráčom
2.	**a)** Tréner na začiatku nevysvetľuje obsah tréningu	**b)** Tréner na začiatku určí cieľ a vysvetlí obsah tréningu	**c)** Tréner určí obsah tréningu podľa fyzického stavu hráčov
3.	**a)** Priebeh tréningu na záver nehodnotí	**b)** Hodnotí dôležité momenty na záver tréningu	**c)** Tréner zhodnotí tréning spolu s hráčmi

4. **Aký by mal byť,** podľa teba, **obvyklý trénerov prejav a jeho správanie,** aby si dosiahol maximálny výsledok na tréningu? (pokyny, obsah a priebeh tréningu)
Zakrúžkuj ku každej z troch možností **iba jednu** odpoveď

1.	a) Informácie a pokyny tréner vysvetľuje	b) Informácie a pokyny tréner kreslí na tabuľu	c) Informácie a pokyny ukazuje priamo na ihrisku, sám alebo s hráčom
2.	a) Tréner na začiatku nevysvetľuje obsah tréningu	b)) Tréner na začiatku určí cieľ a vysvetlí obsah tréningu	c) Tréner určí obsah tréningu podľa fyzického stavu hráčov
3.	a) Priebeh tréningu na záver nehodnotí	b) Hodnotí dôležité momenty na záver tréningu	c) Tréner zhodnotí tréning spolu s hráčmi

5. Ktorý z uvedených spôsobov komunikácie a vedenia trénera ti najviac vyhovuje?
Zakrúžkuj iba jednu možnosť

A) Tréner nariaďuje takmer všetky činnosti a pri zadávaní úloh sa častokrát vyjadruje nevhodnými výrazmi. Často sa snaží prekričať ostatných a mať posledné slovo. Nepočúva čo mu hovorí hráč, má iba svoj názor.

B) Tréner koná neistým spôsobom, nevyjadruje často svoj názor, väčšinou sa prikloní k inému názoru. Je mu jedno čo mu hovorí hráč, má ľahostajný postoj. Využíva neisté výrazy.

C) Tréner komunikuje s hráčom hlasno, prísne, ale má prirodzený rešpekt. Načúva hráčovi a hľadá spôsob ako motivovať hráča k lepším výkonom.

6. Čo ťa **ovplyvňuje** a motivuje, aby si podal čo najlepší **výkon počas tréningu?**
Ku každej z možností zakrúžkuj **jedno** číslo (1 = najmenej, 5= najviac)

	Vplyv komunikačného prejavu trénera na emocionálne vnímanie hráča	Číselná škála				
a)	dozviem sa správu o zaradení do zostavy / snaha o zaradenie do základnej zostavy	1	2	3	4	5
b)	motivačná komunikácia trénera – bol som pochválený / radosť z odvedeného tréningového výkonu	1	2	3	4	5
c)	sporadické povzbudzovanie od trénera / moje osobné motivačné myšlienky	1	2	3	4	5
d)	povzbudzovanie od trénera a stanovenie si cieľov / snaha zlepšovať sa, byť najlepším	1	2	3	4	5

7. Čo ťa **ovplyvňuje** a motivuje, aby si podal čo najlepší **výkon počas tréningu?**
Ku každej z možností zakrúžkujte **jedno** číslo (1 = najmenej, 5= najviac)

a) tréner prevažne kričí	1	2	3	4	5
b) tréner pochváli/povzbudí	1	2	3	4	5
c) tréner vytýka chyby/nepochváli	1	2	3	4	5
d) tréner komunikuje o chybe a poučí	1	2	3	4	5