



Shaping Coaching Skills Kształtowanie umiejętności trenerskich

Penny Crisfield
ICCE/Apollinaire

Overview Przegląd

- What's the impact of good coaching?
Jakie znaczenie ma dobra praca trenerska?
- What makes a good coach?
Co powoduje, że trener jest dobry?
- How do coaches become experts?
Jak trenerzy zostają ekspertami?
- How do we optimise coach learning and expertise?
Jak zapewnić trenerom optymalne kształcenie i wiedzę?
- What are the characteristics of a sound coaching system?
Jakie są cechy dobrego systemu pracy trenerskiej?



What makes a great coach?

Co powoduje, że ktoś jest doskonałym trenerem?

Tell your partner about the best coach you have ever known and what made them great.

Opowiedz swojemu partnerowi o najlepszym trenerze, jakiego kiedykolwiek poznałeś – co sprawiło, że był tak dobrym trenerem?



What makes a great coach?

Co powoduje, że ktoś jest doskonałym trenerem?

“A good coach is positive, enthusiastic, supportive, trusting, focused, goal-oriented, knowledgeable, observant, respectful, patient and a clear communicator” IOC.

„Dobry trener jest pozytywnie nastawiony, pełen entuzjazmu, wspiera zawodników, ufa im, jest skoncentrowany, zorientowany na osiągnięcie celu, kompetentny, spostrzegawczy, pełen szacunku, cierpliwy, jasno przekazuje informacje”.

IKOI



What makes a great coach?

Co powoduje, że ktoś jest doskonałym trenerem?

Typically people talk about the coach's

Zwykle ludzie mówią o poniższych cechach trenera:

interpersonal skills and their relationship with each individual
skill in creating a positive learning environment

qualities such as caring, passionate, honest, patient, committed

attitude in treating people as individuals and not just athletes

values such as their thirst for new knowledge and new ideas

umiejętności interpersonalne i relacje z ludźmi

umiejętność tworzenia środowiska sprzyjającego uczeniu się

cechy takie jak opiekuńczość, pasja, uczciwość, cierpliwość, zaangażowanie...

traktowanie wszystkich jako ludzi, a nie tylko sportowców

wartości, takie jak chęć zdobywania nowej wiedzy i nowych pomysłów



**Good coaches
coach the
sport: great
coaches coach
people**

**Dobry trener
szkoli
zawodników,
doskonały
trener szkoli
ludzi**



@Heidi Thomas

What's the impact of good coaching?

Jakie znaczenie ma dobra praca trenerska?

- **Talk to your neighbour about the power of good coaching**
- **Porozmawiaj z osobą obok o tym, jak wielki wpływ ma dobra praca trenerska**



Coaches... / Trenerzy...

**communicate
effectively
skutecznie
porozumiewają się
z ludźmi**

**plan and organise
sessions and
programmes
planują i organizują sesje
i programy treningowe**

**open-minded in developing
their coaching
skills and knowledge
są otwarci rozwijając nowe
umiejętności trenerskie
i wiedzę**



**analyse and evaluate
performance
analizują i oceniają
wyniki**

**create a safe
environment
tworzą bezpieczne
środowisko**

Great coaches ... / Doskonali trenerzy...

build rapport with every athlete and put the person first

budują dobre relacje z każdym zawodnikiem – najważniejszy jest człowiek

help people achieve their potential on and off the sports field

pomagają innym zrealizować swój potencjał w sporcie i poza nim

are hungry for new learning and go on getting better

dążą do zdobywania nowej wiedzy i do samodoskonalenia

caring, trustworthy, honest, emotionally intelligent ..

są opiekuńczy, godni zaufania, szczerzy, o dużej inteligencji emocjonalnej

build self-awareness and help athletes take responsibility for their own development

budują samoświadomość, pomagają zawodnikom w przejęciu odpowiedzialności za ich własny rozwój

create a positive and safe learning environment

tworzą pozytywne, bezpieczne środowisko do nauki



“No coach ever stops learning. That's what makes the great coaches great. They strive to learn more everyday and never stop asking questions”

Tom Crean, former coach to Indian basketball team

„Trener nigdy nie przestaje się uczyć. Dlatego właśnie świetni trenerzy są tacy świetni. Codziennie czegoś się uczą i nigdy nie przestają zadawać pytań”

Tom Crean, były trener hinduskiej drużyny koszykarskiej

How do coaches become expert? Jak trenerzy zostają ekspertami?

- Expert coaches consistently perform to exceedingly high standards across all the roles they fulfil
- Experience $\neq$ expert
- Trenerzy- eksperci konsekwentnie stosują bardzo wysokie standardy przy pełnieniu wszystkich swoich ról
- Doświadczenie $\neq$ bycie ekspertem



Characteristics of expert coaches / Cechy trenera-eksperta

- More knowledgeable about their chosen fields and contexts
- More complex representation of knowledge
- Superior memory performance
- More effective storage and retrieval
- Better at reading situations
- Interpret greater meaning from available data
- Superior anticipation skills
- Better decision-makers
- And more...
- Mają większą niż inni wiedzę na temat swoich dziedzin i tematów
- Bardziej złożony zakres wiedzy
- Doskonała pamięć
- Sprawniejsze zapamiętywanie i wykorzystanie doświadczeń
- Lepiej analizują czytane teksty
- Wyciągają więcej wniosków z dostępnych danych
- Mają świetną umiejętność przewidywania
- Są lepsi w podejmowaniu decyzji
- Itd. ...



Stages of expertise development / Etapy rozwoju wiedzy

TEACHING / NAUKA	EXPERT EKSPERT	EXPERT excelling to expert EKSPERT dążenie do doskonałości	COACHING / PRACA TRENERSKA
	PROFICIENT PROFESJONALISTA	PROFICIENT practising proficiency PROFESJONALISTA działanie profesjonalne	
	COMPETENT KOMPETENTNY	COMPETENT cultivating competence KOMPETENTNY doskonali kompetencje	
	ADVANCED BEGINNER ŚREDNIOZAAWANSOWANY	BEGINNER Novice POCZĄTKUJĄCY nowicjusz	
	NOVICE NOWICJUSZ		

EXPERT excelling to expert / EKSPERT dąży do doskonałości	Consistently outstanding performance Extensive knowledge, committed to learning and synthesising new knowledge Greater variety of strategies for same task Zawsze doskonałe wyniki Rozległa wiedza, chęć ciągłego uczenia się, przyswajania nowej wiedzy Większa różnorodność strategii realizacji danego zadania
PROFICIENT practising proficiency / PROFESJONALISTA działa profesjonalnie	More focused on individual athlete learning Stronger perceptual skills More intuitive, stronger sense of control and accountability Bardziej skoncentrowany na indywidualnym szkoleniu zawodników Lepsza percepcja Bardziej intuicyjne, silniejsze poczucie kontroli i odpowiedzialności
COMPETENT cultivating competence / KOMPETENTNY doskonalili kompetencje	Recognises patterns between events Develops strategic knowledge and contingencies (if...then) Working towards bigger picture goals Zauważa powtarzalność zjawisk Rozwijają strategiczne umiejętności i ocenia zależności (jeśli ... to) Dąży do osiągnięcia szerszej rozumianych celów
BEGINNER Novice / POCZĄTKUJĄCY nowicjusz	Learning rules and norms of coaching Delivering structured sessions where maintaining behaviour is more important than learning Uczy się zasad i standardów pracy trenerskiej Prowadzi zorganizowane sesje, na których odpowiednie postępowanie jest ważniejsze niż sama nauka

How do we optimise coach learning and expertise? / Jak zapewnić trenerom optymalne kształcenie i wiedzę?

- First need to be clear what real learning is (share with a partner)
- Najpierw trzeba wiedzieć, na czym polega proces uczenia się (omów z partnerem)



Learning ... / Uczenie się...

is not a quick fix,
it takes time and
effort

nie jest szybkim
procesem,
wymaga czasu i
wysiłku

involves a structural
not just a chemical
change in the brain

efektem są
strukturalne i
chemiczne zmiany
w mózgu

is not just about
knowledge
acquisition, it
involves skills
and application

to nie tylko
nabycie wiedzy,
ale też
umiejętności
i ich
wykorzystanie

is about creating
new habits and
behaviours

wymaga nabycia
nowych nawyków
i zachowań

is done BY the
person not TO the
person

człowiek musi
nauczyć się SAM –
nikt nie robi tego
za niego

Coaches learn in many different ways Moon 2004

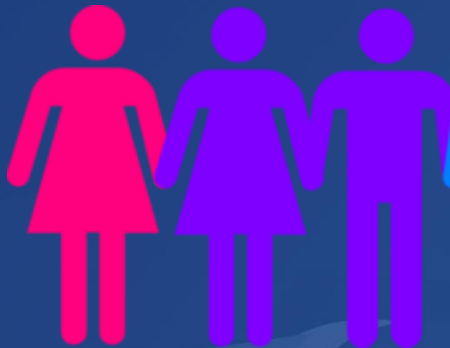
Trenerzy uczą się na wiele różnych sposobów

MEDIATED / Z POMOCĄ INNYCH



formal / w sposób formalny

coaching
awards /
wykłady



non-formal / w sposób nieformalny

seminars
clinics /
seminaria,
analiza
przypadków

UNMEDIATED / SAMODZIELNIE



informal / w sposób pozaformalny

internet
conversations /
nauka przez
internet



incidental / przez przypadek

unconscious
reflection /
nieświadoma
refleksja

What do we need to do to develop expert coaches?

Co jest potrzebne do kształcenia trenerów-ekspertów?

Recruitment and retention: encourage the 'right' people into coaching and to stay in coaching

Właściwa rekrutacja i utrzymanie kadr – zachęcanie „właściwych” ludzi do podejmowania pracy trenerskiej i jej kontynuowania

Develop a coaching pathway that offers:

- formal coach education using well trained coach developers
- non-formal support in the field (eg mentoring, apprenticeships, shadowing...)

Stworzenie ścieżki kariery trenerskiej, obejmującej:

- formalne kształcenie trenerów przez dobrze przygotowanych szkoleniowców trenerów
- nieformalne wsparcie w kształceniu (np. opiekun, staże, osoba nadzorująca...)

Pathways / ścieżki kariery



**Athlete Pathway /
ścieżka zawodnika**



**Coach Pathway /
ścieżka trenera**



**Coach Developer
Pathway / ścieżka
szkoleniowca
trenerów**

What do we need to do to develop expert coaches?

Co jest potrzebne do kształcenia trenerów-ekspertów?

Recruitment and retention: encourage the 'right' people into coaching and to stay in coaching

Właściwa rekrutacja i utrzymanie kadr – zachęcanie „właściwych” ludzi do podejmowania pracy trenerskiej i jej kontynuowania

Develop a coaching pathway that offers:

- formal coach education using well trained coach developers
- non-formal support in the field (eg mentoring, apprenticeships, shadowing...)

Stworzenie ścieżki kariery trenerskiej, obejmującej:

- formalne kształcenie trenerów przez dobrze przygotowanych szkoleniowców trenerów
- nieformalne wsparcie w kształceniu (np. opiekun, staże, osoba nadzorująca...)

What are the characteristics of a sound coaching system? / Jakie są cechy dobrego systemu pracy trenerskiej?

- Refers to *'the structures and delivery mechanisms ... to support coaches and the development of coaching'* (ICCE 2013)

Odniesienie do „struktury i mechanizmów przekazywania wiedzy... wspierania trenerów oraz rozwoju umiejętności trenerskich” (ICCE 2013)

- What are the benefits?
Jakie są korzyści?
- What do you currently have in place?
Jaka jest sytuacja obecna?
- What do you need to do?
Co należy zrobić?



Benefits of a coaching framework / Korzyści z systemu kształcenia trenerów

- The quality of coaching is dependent on the quality of the coaching system and strategy.
Jakość pracy trenerskiej zależy od jakości systemu i strategii kształcenia trenerów
- A one size coaching system definitely does not fit all (government, culture, number of sports and number of coaches....)
Jeden i ten sam system kształcenia trenerów nie jest oczywiście odpowiedni dla wszystkich krajów (czynniki: rządowe, kulturowe, liczba dyscyplin, liczba trenerów...)
- The desire for continuous improvement is the hallmark of every successful endeavour. It is vital to monitor and assure the quality of your coach education programme and services.
Chęć ciągłego rozwoju jest podstawą każdego sukcesu. Niezbędne jest monitorowanie i zapewnienie jakości programów kształcenia trenerów oraz usług w tym zakresie.
- This process should be ongoing and seek to avoid problems, stabilise and improve products and services.
Powinien to być proces stały, służący unikaniu problemów, zapewnieniu stabilności, poprawie jakości produktów i usług.



??

Coaching system / system kształcenia trenerów

??

qualification
system / system
kwalifikacji

audit of
coaches /
kontrola kadry
trenerskiej

coach
developers /
szkoleniowcy
trenerów

train and qualify
coaches /
szkolenia i
kwalifikacje dla
trenerów

monitoring and
evaluation /
monitorowanie
ocena

expert
coaches /
trenerzy -
eksperci

strategic plan
/ plan
strategiczny

vision / wizja



Shaping Coaching Skills

Kształtowanie umiejętności trenerskich

Thank you for your attention and good luck with the development of your coaching systems / **Dziękuję za uwagę!**
Życzę powodzenia w opracowaniu systemów kształcenia trenerów