

Nowoczesny hokej

Part of Erasmus+ HC Den Bosch

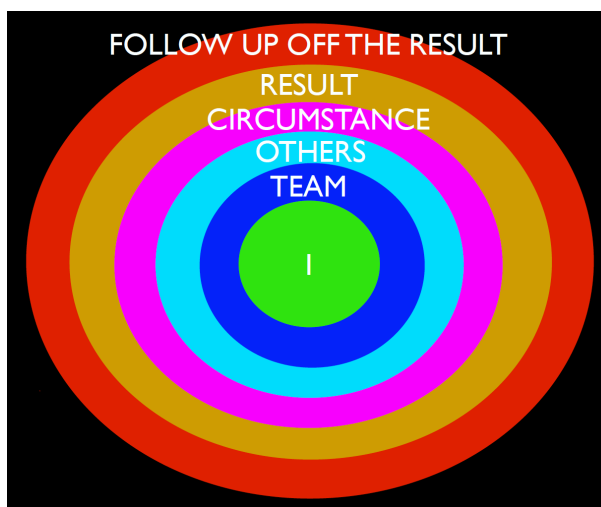
Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Marc Lammers-Trener i mówca z innowacyjnym podejściem, były trener reprezentacji narodowej Hiszpanii, Holandii oraz Belgii

„Myśleć samemu” to główne przesłaniem Marca Lammersa dla wszystkich uczestników programu Erasmus +. Ta fraza ma jedno i jedyne znaczenie, a więc zawsze myśleć inaczej, nigdy nie bać się próbować czegoś nowego, czego nikt inny jeszcze nie próbował.

Kluczem do umożliwienia tych rzeczy jest tylko nasz umysł z wystarczającą ilością motywacji. Marc zaprezentował nam kilka z zagrywek mentalnych, które możemy używać w pracy trenera. Jednym z pierwszych, które pokazał nam Marc Lammers, było skupienie się na tym, na co możemy wpłynąć. Jest tak, ponieważ tylko na jedną rzecz możemy mieć 100% wpływ, a mianowicie na nas samych. Jak widać na zdjęciu, im dalej od centrum, tym ciężiej nam wpływać na dany czynnik.



We współczesnym hokeju konieczna jest praca z danymi. „Mierzenie to wiedza”, dlatego im więcej danych, tym więcej faktów. Dane mogą być łatwo wykorzystane do karania, ale musimy je wykorzystać do motywacji. Przewaga nad wrogiem to chęć pomiaru wszystkiego.

W ostatniej części prezentacji, Marc pokazał, dlaczego tak ważne jest w treningu nie skupianie się na słabości, ale przede wszystkim na sile. Głównym powodem jest to, że ciężko jest wygrać mecz myśląc o słabościach, a zdecydowanie łatwiej gra się w momencie, kiedy o tych słabościach nie myślimy.