

plāns.

I Atskats par 76. klubiņa tēmām, ko es izmantoju no visa:

1. Profesionālais sports un psiholoģiskā veselība;
2. Jaunie un enerģiskie treneri dominē;
3. Jaunieši paši viens otru trenē;
4. Nejaukties citu treniņā;
5. Skolu sports 2026;
6. Kas ir bezemaksas - nekvalitatīvs;
7. Ko mācīties no mūzikas un mākslas skolām;
8. Dažāda vecuma jaunieši vienā treniņā.

II Diskusija:

- papildinājumi iepriekšējām tēmām
- jaunas tēmas, aktualitātes;
- pieredzes no treneru ikdienas prakses;

III Noslēgums:

- brīva diskusija;
- joki, atmiņas, stāsti;
- Neformāla domu apmaiņa.

Tēmas par ko runāt:

1. Trenera robežas mūsdienu sportā

- Kur beidzas trenera atbildība?
- Kad treneris palīdz, bet kad kaitē?
- Vecāku, sportistu un trenera trijstūris

👉 ļoti sasaucas ar tēmām par *nejaukšanos cita treniņā* un *psiholoģisko veselību*.

2. Talants vs disciplīna

- Ko darīt ar ļoti talantīgu, bet “grūtu” sportistu?
- Vai disciplīna joprojām ir vērtība?
- Kā mainījusies jaunās paaudzes motivācija?

3. Treneris kā līderis, nevis tikai speciālists

- Autoritāte bez kliegšanas
- Kā panākt cieņu, ne bailes
- Trenera personība kā galvenais “treniņu instruments”

4. Kad rezultāts nav galvenais mērķis (bet tomēr ir)

- Ilgtermiņa attīstība vs sacensību spiediens
- Kā skaidrot vecākiem “kāpēc šogad neuzvaram”
- Vai visi sportisti ir jāved uz rezultātu?

5. Jaunie treneri: ko viņi dara citādi (un ko pareizi?)

- Ko pieredzējuši treneri var mācīties no jaunajiem
- Kur jaunajiem pietrūkst pieredzes
- Kā veidot sadarbību, nevis paaudžu konfliktu

6. Vienas komandas princips klubā

- Individuāli treneri vs kopīga sistēma
- Kā panākt, lai klubs nav “atsevišķu saliņu” kopums
- Informācijas apmaiņa starp treneriem

7. Sportists ārpus stadiona

- Skola, miegs, telefons, uzturs
- Ko treneris drīkst prasīt?
- Kurā brīdī jālaiž vaļā kontrole?

8. Kad treneris pats ir noguris

- Izdegšana treneru vidū
- Kā atpazīt, ka “vairs nevelk”

- Kā saglabāt deģsmi pēc 10, 20, 30 gadiem sportā