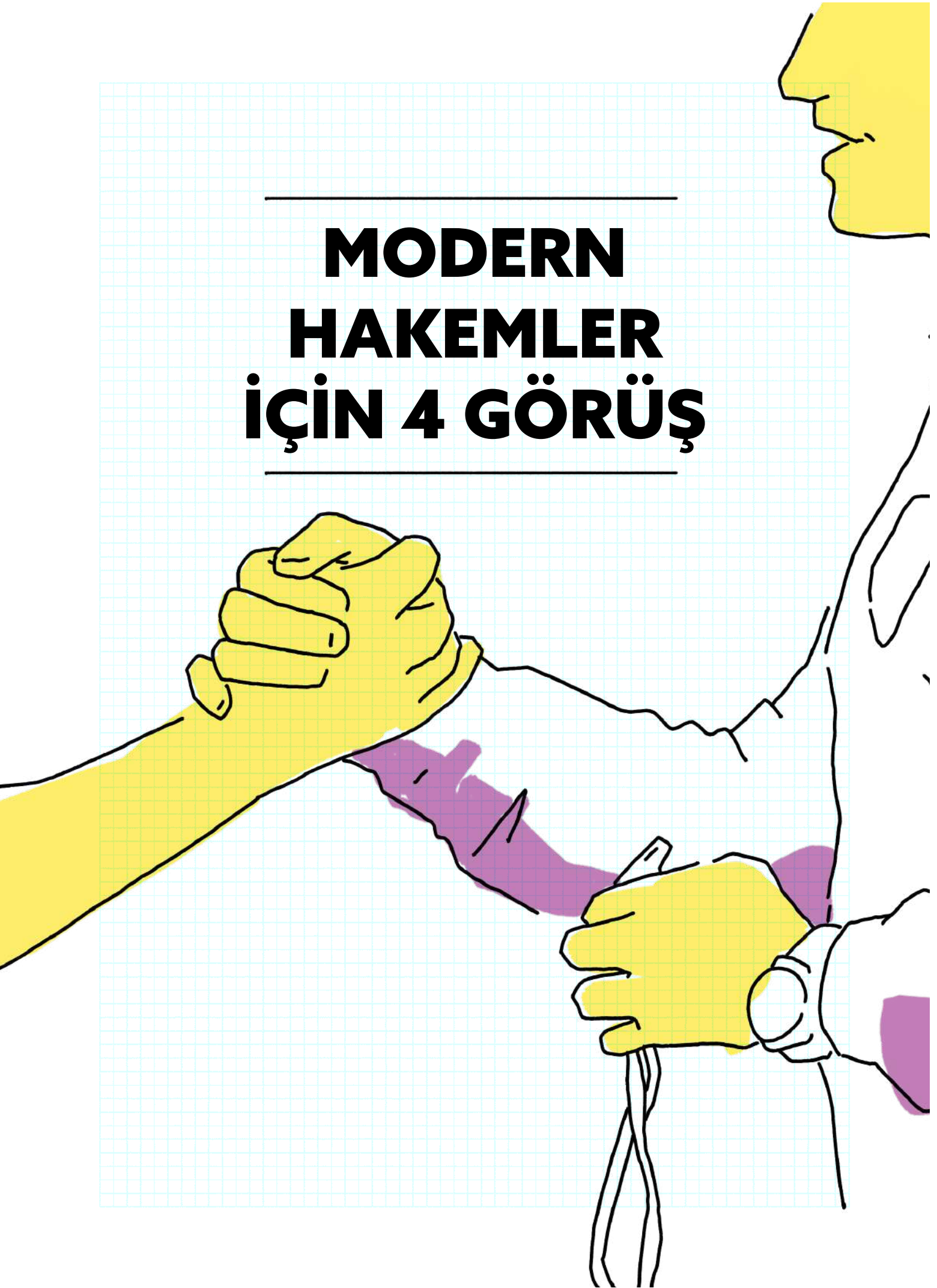

MODERN HAKEMLER İÇİN 4 GÖRÜŞ





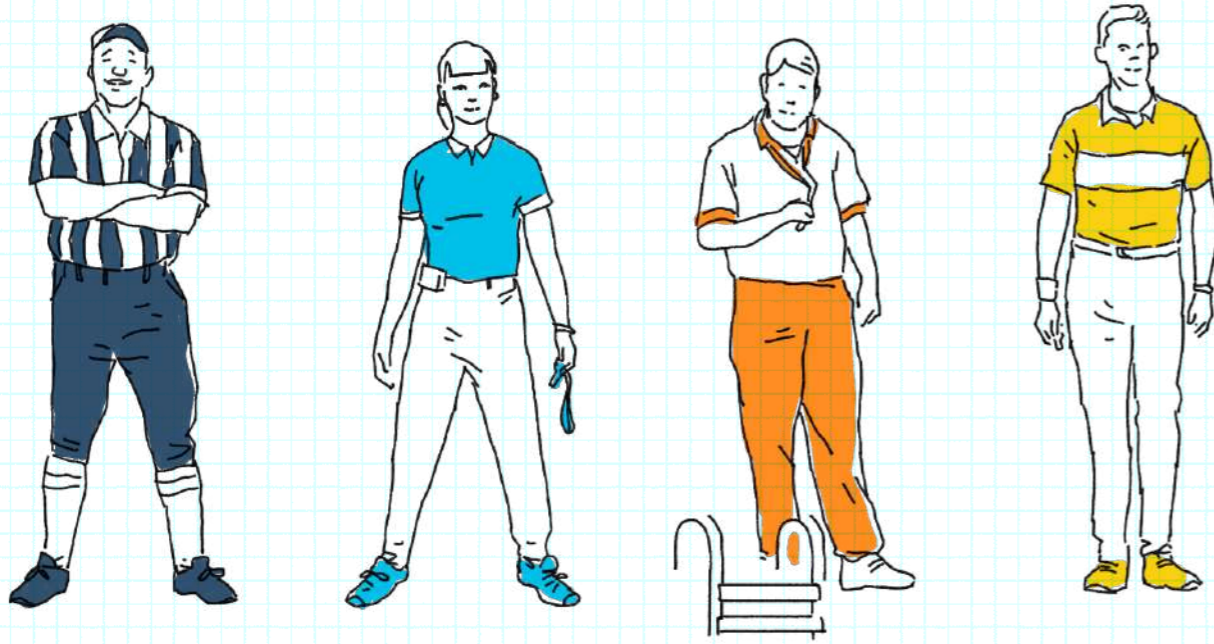
Hollanda'da spordaki ilgili ortaklar, sporda arzu edilen davranışları teşvik etmek ve kabul edilemez davranışları önlemek için birlikte çalışmaktadır. Hakemler, spor yapmanın güvenli olmasını ve oyuncuların eğlenmesini sağlamak için önemli bir bağlantıdır. Hollanda Olimpiyat Komitesi NOC*NSF, daha güvenli bir spor ortamı yaratmak için performanslarını iyileştiren hakemleri desteklemek için "modern hakem için 4 görüş" geliştirdi.

Toplum değişir ve bu bağlamda hakemin rolü de değişir. Bu kitapçık, bu yeni role aktif olarak katılmanız için size rehberlik edecektir.

İyi şanslar!

NEDEN MODERN HAKEMLERE 4 GÖRÜŞ SUNULUYOR?

İster amatör ister profesyonel spor olsun, her spor coşkulu hakemler gerektirir. Spora tutkuyla bağlı, kurallara uyulmasını ve oyuncuların eğlenceli bir spor deneyimi yaşamasını sağlayan kişiler... Çünkü bütün mesele bu: birlikte eğlenmek!



Spor bir histir

Ancak, sporda eğlenmek, zaman zaman o anın sıcaklığında akıllara gelmez. Hakemin kararları bazen çok tepki uyandırır. Hakem, oyuncular, antrenörler, ebeveynler veya diğer seyirciler tarafından eleştiriyile - veya daha da kötüsü: küfür veya fiziksel tehditlerle - karşı karşıya kalır. Eskiden de öyleydi, şu anda da öyle.

Eskisinden daha güçlü oyuncular

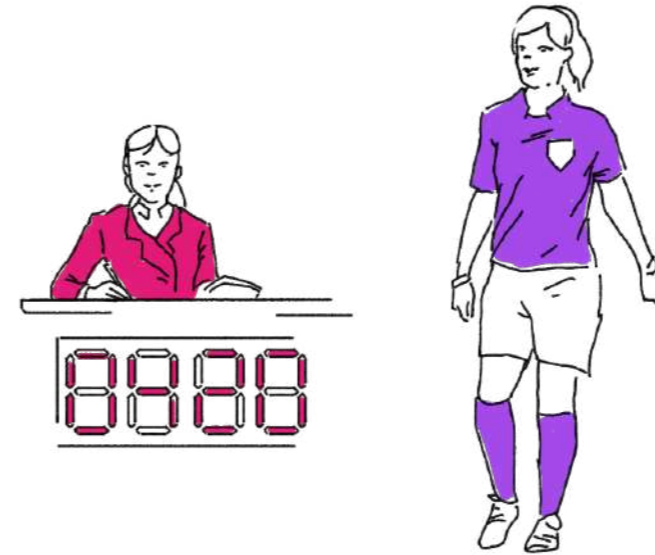
Hızla değişen bir toplumda hakemin daha fazla baskı altında olduğunu görüyoruz. Kişiler, bireyselleşme nedeniyle kendilerini savunmak için kullanılır ve eğitilir. Bu aynı zamanda hakemin rolüyle çelişen sporcunun artan yetkilendirmesinde de gösterilmektedir. Bir hakem olarak bu yetkilendirmeyi nasıl ele alabilirsiniz?

'Polis memuru'ndan 'uzlaştırmacı'ya

Geçmişte, insanlar hakemin 'polis memuru' rolüne ilişkin algıya sahipti ve hakemler eğitimlerinde 'Onları uzakta tutun', 'Konuşma başlatmayın' ve 'Onlara kart gösterin' gibi konuları öğrendiler. Hakemin rolü, yıllar içinde, iletişime daha fazla odaklanarak hızlı bir gelişme göstermiştir. Bu gelişme şimdi de empatiye dönüşmeye ve birlikte çözüm aramaya devam ediyor. Modern hakem bir "uzlaştırmacı"dır.

Modern hakem tanımı

Bir uzlaştırmacı olarak, oyuncuların oyundan mümkün olan en yüksek düzeyde keyif almalarını sağlamak için oyundaki kesintileri minimumda tutmaya çalışırsınız. Değişen bu hakem algısında, sadece oyunun saygılı bir şekilde devam etmesinden sorumlu değilsiniz, bunu diğer görevliler, antrenörler, kaptanlar ve oyuncularla birlikte yaparsınız. İşler ters gittiğinde, 'Bunu birlikte nasıl çözeceğiz?' diye sorarsınız.



MODERN HAKEMLER İÇİN 4 GÖRÜŞ NEDİR?

'Başarılar!' Bu genellikle bir hakem olarak bir maçın başında antrenörlere, kaptanlara veya oyunculara söylediğiniz sözlerdir. Ancak spor yapmanın ilgili tüm bireyler için olumlu bir deneyim olmasını nasıl sağlıyorsunuz?

İdeal spor ortamı

Araştırmalar ideal bir spor ortamının iki koşulu yerine getirdiğini göstermiştir. Birincisi, her sporcunun kendini sosyal olarak güvende hissettiği bir ortamdır. Herkes hoş karşılanır, değerli hisseder ve herkes kaygısız ve eğlenerek spor yapabilir. İkincisi, bu ortamdaki oyuncuların öğrenmesi, ve kendilerini geliştirmesi önemlidir. Sadece spor yaparken değil, anlaşmaları yerine getirmek, başkalarına saygı duymak, dayanıklılık ve özgüven oluşturmak gibi diğer alanlarda da.

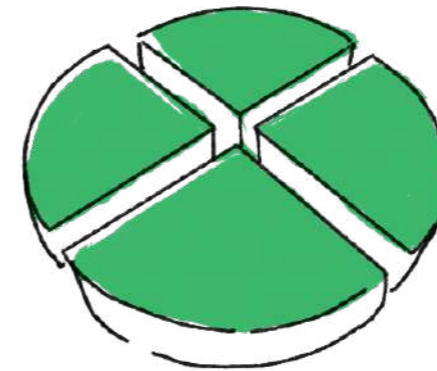
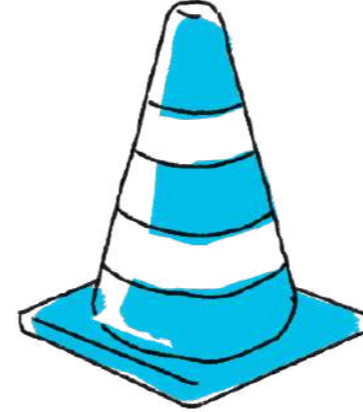
Sporun gizli tuzakları

Spor yapmanın da olumsuz bir etkisi olabilir. Hiyerarşik bir düzen gelişebilir veya daha da kötüleşebilir: oyuncular zorbalığa uğrar ve olumsuz benlik saygısı geliştirir. Ya da odak sadece kazanmaktır. Bu, birçok antrenör,

ebeveyn ve seyirci için gizli bir tuzaktır ve bunun sonucunda oyuncular gerginleşir ve başarısızlık kaygısı geliştirir. Eğlenirken spor yapmak ortadan kalkar ve sporcu bazen sonsuza kadar sporu bırakır.

Spor yaparken ve hakemlik yaparken eğlenmek

Sporda eğlenen oyuncular, performanslarında gösterilen mümkün olan en iyi gelişim sonuçlarını elde ederler. Eğlenmeye odaklanıldığında, ilerleme kendiliğinden gerçekleşir: oyuncular kendilerini geliştirir, yeni beceriler öğrenir ve daha fazla özveri ve disiplin gösterir. Bir hakem olarak keyifli bir spor ortamı yaratmada kilit rol oynuyorsunuz. Peki, sporda eğlenceyi sürdürürken ve oyunun momentumunu korurken oyunun kurallarını nasıl uygulayabilirsiniz?



Modern hakem için dört görüş size destek olabilir:

Düzeni kurun

Şeffaflık ve düzen sağlarsınız. Spor federasyonunun maç öncesi, maç sırası ve sonrasında geçerli olan tüm yükümlülüklerini yerine getirirsiniz. Bu sayede herkes kendisinden ne beklediğini bilir ve herkes kendisine adil davranıldığını hisseder.

Teşvik edin

Oyuncuları arzu edilen ve sportmen davranışlar sergilemeye teşvik edersiniz. Motive eder, alkışlar ve iyi giden şeylere odaklanırsınız.

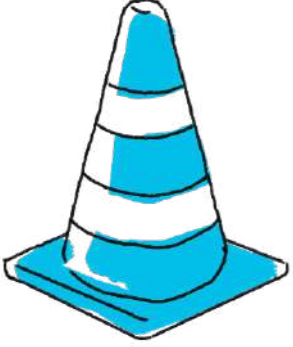
Özel ilgi gösterin

Her sporcunun fark edildiğini, değer verildiğini ve saygı duyulduğunu hissetmesini sağlarsınız. Duygulara anlayış gösterirsiniz. Talimatlarınızı, kimseye fayda sağlamadan bireysel oyuncularla uyumlu hale getirirsiniz.

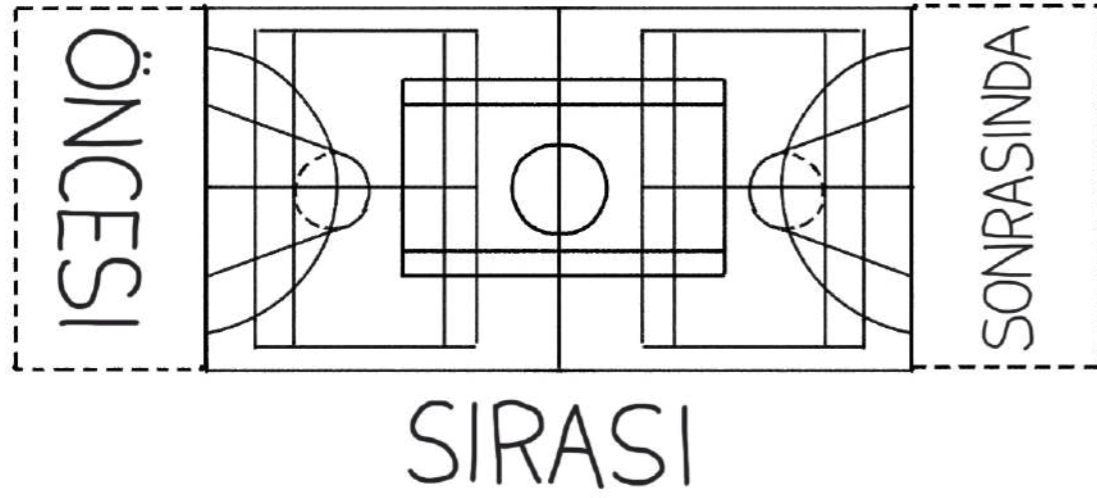
Sorumluluğu paylaşın.

Güvenli ve eğlenceli bir spor ortamı yaratmak için antrenörleri, kaptanları, oyuncuları ve diğer yetkilileri yakından ilgilendiriyorsunuz. Oyunun sürecinde ve ilerlemesinde sorumluluğu paylaştığınızı açıklarsınız.

1. DÜZENİ KURMAK



Oyuncuların spor yapmaktan zevk alabilmek için düzene ve netliğe ihtiyacı vardır. Açık normların, kuralların ve düzenlemelerin yokluğunda kafa karışıklığı ve mutsuzluk ortaya çıkar: neye izin verilir ve neye izin verilmez? Kim, neden ve ne zaman sorumludur?



Maç öncesi, sırası ve sonrasında

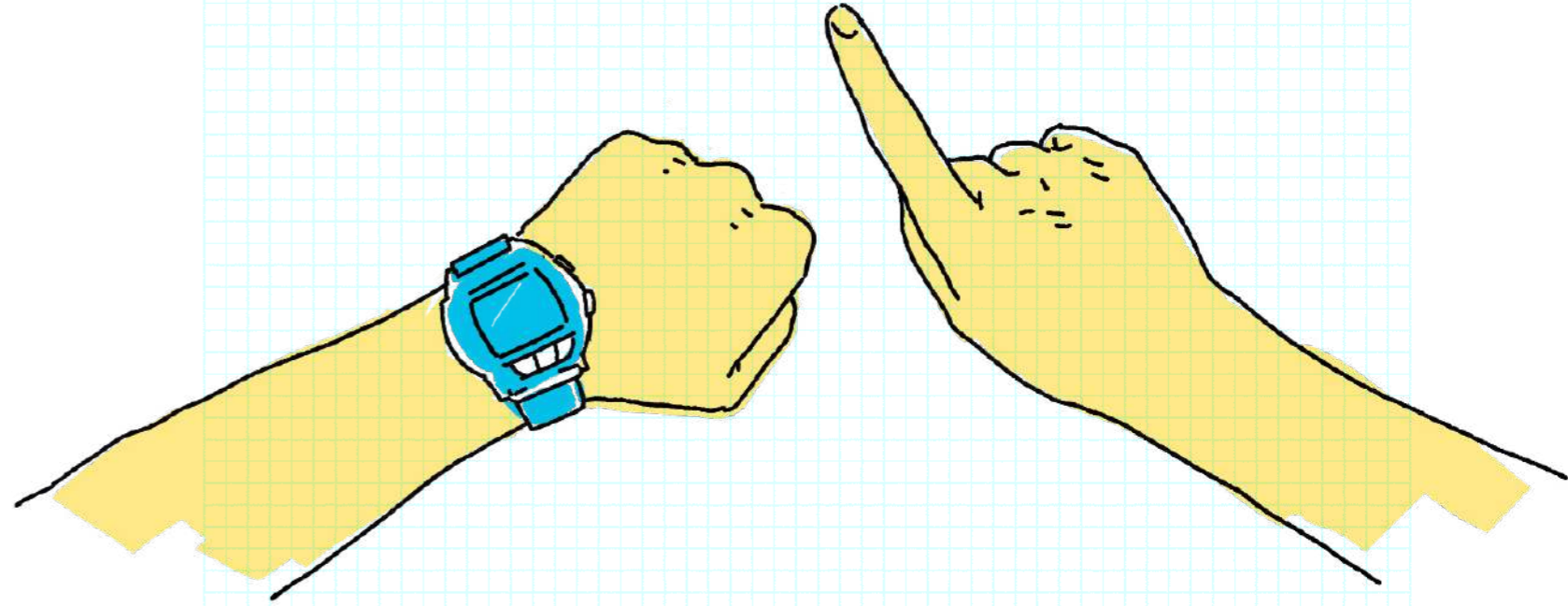
Şeffaflık ve düzen sadece oyun sırasında değil, öncesinde ve sonrasında da gereklidir. Beklentilerinizi oyundan önce diğer görevlilere, kaptanlara ve antrenörlere açıkça belirtirseniz, ne üzerinde anlaşmalarını bileceklerdir ve oyun sırasında ve sonrasında buna daha kolay başvurabilirsiniz.

Oyunun akışına izin verin

Oyunun kurallarını tutarlı, açık ve tarafsız bir şekilde uygulayın ki herkes kendisine adil davranıldığını hissetsin. Ancak bu, her hata için düdük çalmanız gerektiği anlamına gelmez. Oyunu durdurmak veya devam etmesine izin vermek için doğru seçimi yaptığınızda, oyuna gelişmesi ve ilerlemesi için gereken alanı vermiş olursunuz.

PRATİK İPUÇLARI

- Spor federasyonunuzun talimatlarına göre oyun kurallarını uygulayınız.
- Oyunu ilgili tüm kişilerle birlikte hazırlayın: yardımcı hakemler, antrenörler ve kaptanlar. Bunu nasıl hallederiz? Kim neden sorumludur? Bir olay meydana geldiğinde hangi konuda anlaşırız?
- Herkesin kendilerine adil davranıldığını hissetmesini sağlamak için sınırları aştıklarında oyuncularla veya antrenörleriyle zamanında yüzleşin.
- Kararlarınızda tutarlı, doğru ve net olun.
- Kararlara tarafsız bir şekilde ulaşın, tarafsız olduğunuzu gösterin.
- Zaman zaman düdük çalmayı erteleyin, oyuna devam ederken araya girmekten daha olumlu bir etkisi olduğunu bilin.
- Kararları, kelimeler ve hareketlerle ifade edilen net iletişimle netleştirin, böylece herkes - hatta sahadaki daha uzaktaki oyuncular da anlayabilsin.
- Gerektiğinde oyunu durdurun ve talimatları devreye sokun, bunun sonucunda güvenli bir spor ortamı yaratın.





2. TEŞVİK EDİN

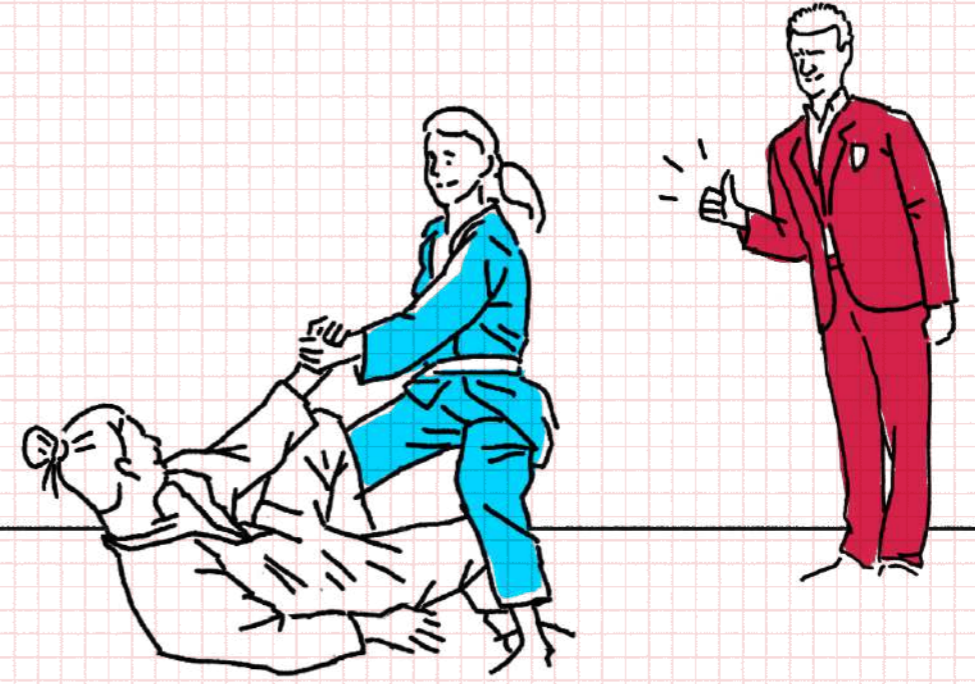
Oyuncuları iltifat ederek kabul edilebilir ve sportmen davranışlar sergilemeye ve neyin iyi gittiğine odaklanmaya teşvik edebilirsiniz. Olumlu bir iklimde, oyuncuların ve tabii ki sizin de bir hakem olarak en iyi haliniz ortaya çıkar!

Neyin iyi gittiğine odaklanın

'Maçı kaybetme, tamam mı?', 'Ne kötü bir orta!', 'Hayır, yapma!' Spor sahalarında ve çevresinde, oyuncuların ve antrenörlerin neyin iyi gitmediği ve oyuncuların yapmaması gerekenler hakkında çok fazla konuştuğunu görürsünüz. Doğası gereği, insanlar neyin yanlış gittiğini vurgulama eğilimindedir. Bunun etkisi tamamen ters olsa da. Bir sporcuda en iyiyi ortaya çıkaran ve arzu edilen davranışı sağlayan şey kesinlikle olumlu teşviktir.

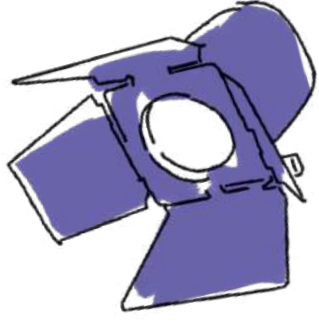
İltifat etme

İstenmeyen davranış durumunda elbette müdahale etmeniz gerekir, ancak istenen davranışı bir iltifat veya basit bir kafa sallama ve gülümseme ile de ödüllendirebilirsiniz. Bunu her iki taraf için yaptığınızda tarafsız kalırsınız, bunun avantajı sayesinde sporcuların özgüvenleri artar ve hangi davranışı onayladığınızı hemen öğrenirler.



PRATİK İPUÇLARI

- **Herkese karşı pozitif, saygılı ve sportmen olun, çünkü bunu iyi örnekler takip eder.**
- **Maçtan önce, maç sırasında ve sonrasında enerji ve pozitiflik yayın: açıkça öyle hissediyorsunuz! Ayrıca oyun sırasında eğlenmenin ve mutluluğun oyunun bir parçası olduğunu gösterin.**
- **Doğru davranış ve gelişmenin önemini vurgulayın, örneğin, bir oyuncunun dürüstçe topun çıktığını kabul etmesinin iyi bir davranış olduğunu düşünmeniz gibi.**
- **Sonuç yerine sporcunun çabasına yönelik iltifatlarda bulunun, örneğin, birinin bir durumu iyi çözdüğünü veya iyi çözmeye çalıştığını belirtin.**
- **Ayrıca sözsüz iletişimi, örneğin bir kafa sallama veya gülümseme ile sporcuların davranışlarını onaylamanın basit bir yolu olarak düşünün.**
- **İyileştirme noktalarını somut bir görev veya ipucu şeklinde formüle edin, bu nedenle çok genel "Acele edin!" değil, spesifik "Daha hızlı at!"**
- **Her zaman samimi olun, çünkü sporcular sahte iltifatlar, aldatmacalar ve çifte mesajları görürler.**



3. BİREYSEL İLGI GÖSTERMEK

Her oyuncu, özellikle hakem gibi çok önemli biri tarafından fark edilmek ve değer görmek ister.

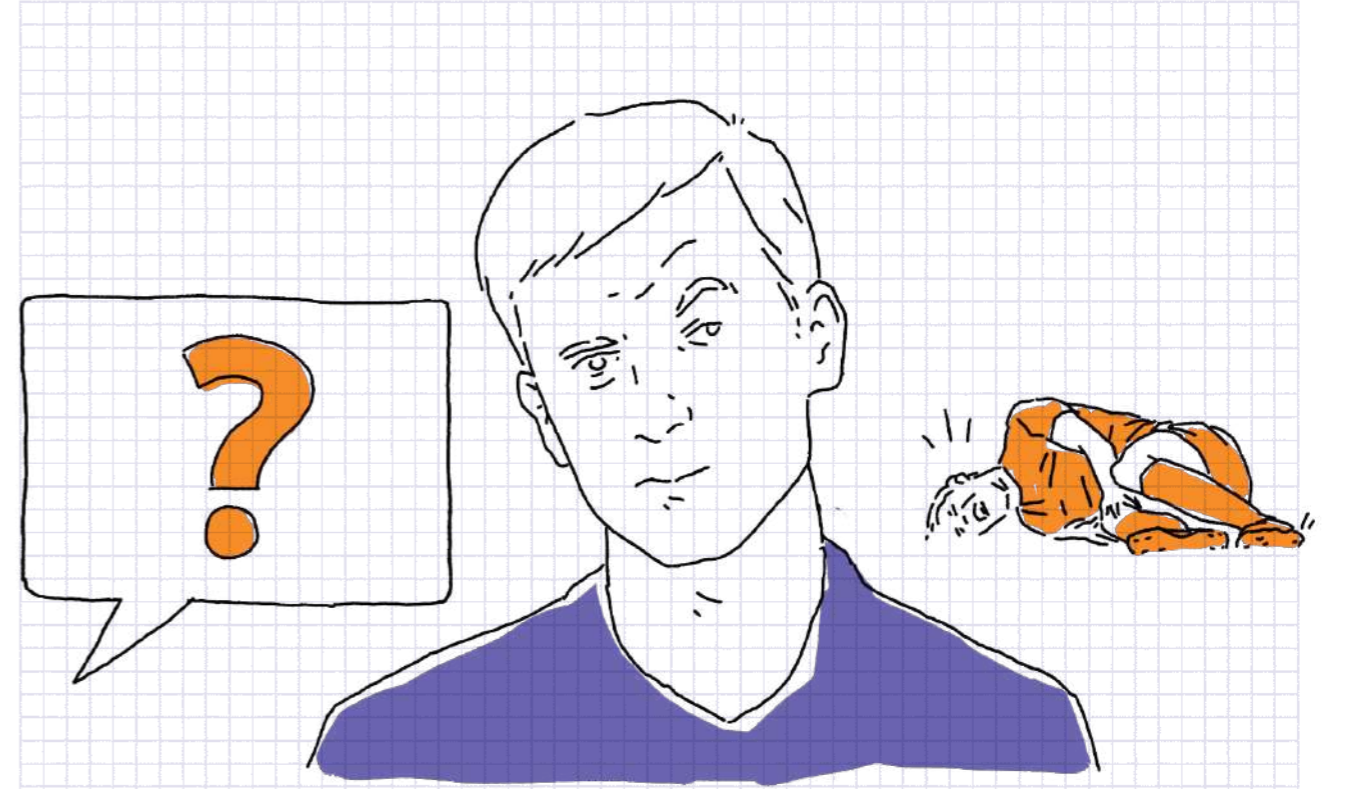
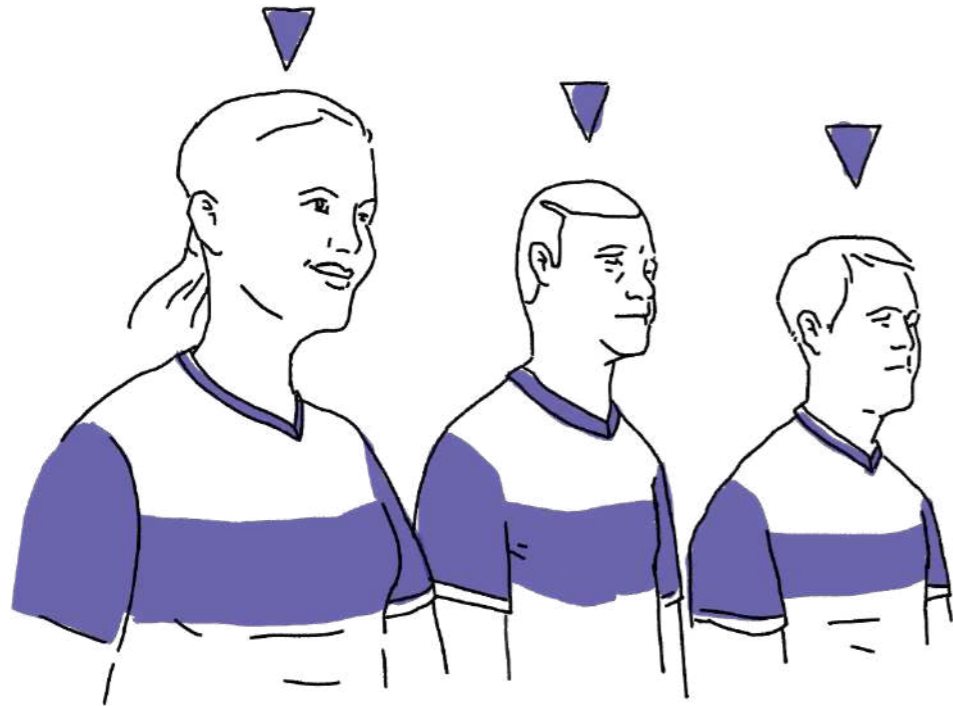
Her oyuncuya saygılı bir şekilde davranın, çünkü özen ve dikkatinizi verdiğiniz her şey gelişecektir. Ve bu size olumlu olarak geri dönecektir!

İlgi gösterirseniz ilgi alırsınız

Oyun sırasında ve sonrasında her sporcunun oyuna olumlu katkılarını vurgulayın. Sadece dikkatinizi çeken kaptanlar ve oyuncuları değil tüm oyuncuları takdir etmeye çalışın. Zaman zaman kendiniz de geri bildirim isteyin. Bu sizin için bir öğrenme deneyimidir ve böylece birilerine sizi övmeye şansı vermiş olursunuz.

Yanıtınızdaki gerilimi azaltın

Her oyuncunun - çoğunlukla iyi - niyetlerini aklınızda bulundurun. Bazı oyuncular sakin kalırken diğerleri gergin olur. Kuralları katı bir şekilde uygulamak her zaman yardımcı olmaz çünkü bu, durumun kızışmasına neden olabilir. Neler olup bittiğini sormak, genellikle durumu sakinleştirmeye yardımcı olabilir ve size yeni fikirler verebilir.



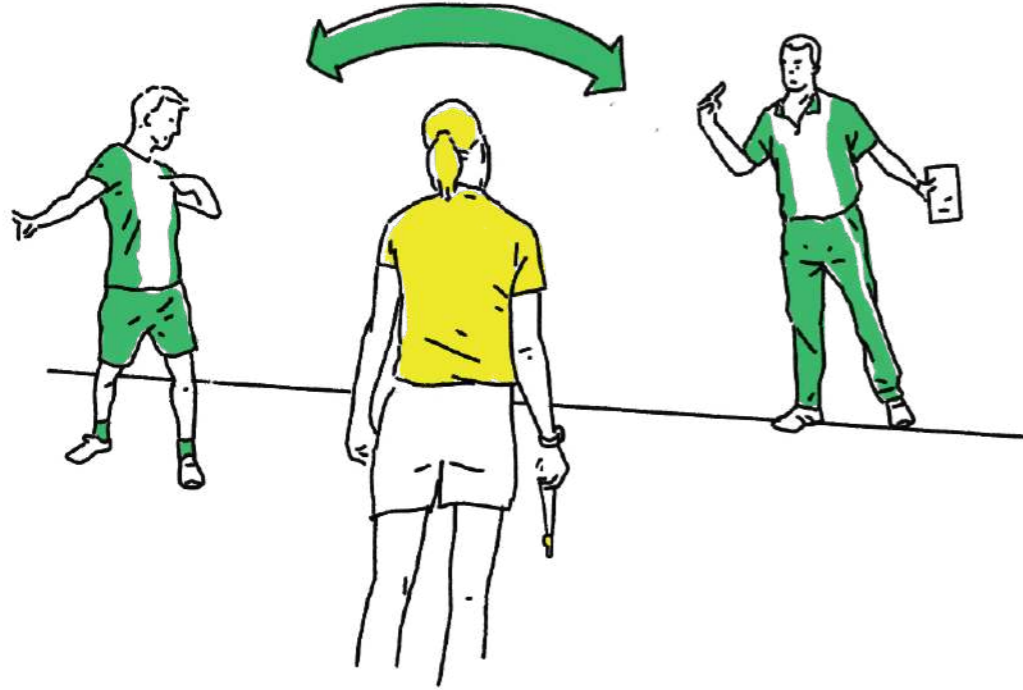
PRATİK İPUÇLARI

- Örneğin bir mola veya sakatlık sırasında bir oyuncuyla kısa bir diyalog için sakin bir an seçin.
- Ayrıca oyun sırasında küçük jestler yaparak oyuncularla bağlantı kurun: bir gülümseme, göz teması veya basit bir baş hareketi şimdiden fark yaratabilir.
- Ağrısı olan veya kaygılı olan bir oyuncuyla temas kurun, çünkü oyuncular anlaşılmaktan memnun olurlar.
- Ayrıca daha mütevazı veya daha sessiz oyunculara odaklanın, çünkü özellikle onlardan karşılıklı takdir ve saygı bekleyebilirsiniz.
- Oyuncuların farklı tepkilerine karşı duyarlı olun. Gerilim yükseldiğinde, duygular yükselebilir ve bazen ilk önce 'Neler oluyor?' gibi bir soru sormak daha iyi olabilir.
- Bir anlaşmazlık durumunda, oyunculara doğrudan ama aynı zamanda açık sorular sorun. Örneğin, 'Bundan sonra bunu nasıl önleyebiliriz?'



4. SORUMLULUĞU PAYLAŞIN

Sorumluluğu diğer yetkililer, antrenörler ve kaptanlarla paylaşın, böylece onları oyunun adil seyrini oluşturmaya yakından dahil edin. Bu onların spordaki motivasyonuna ve eğlencesine olduğu kadar size de katkı sağlar.

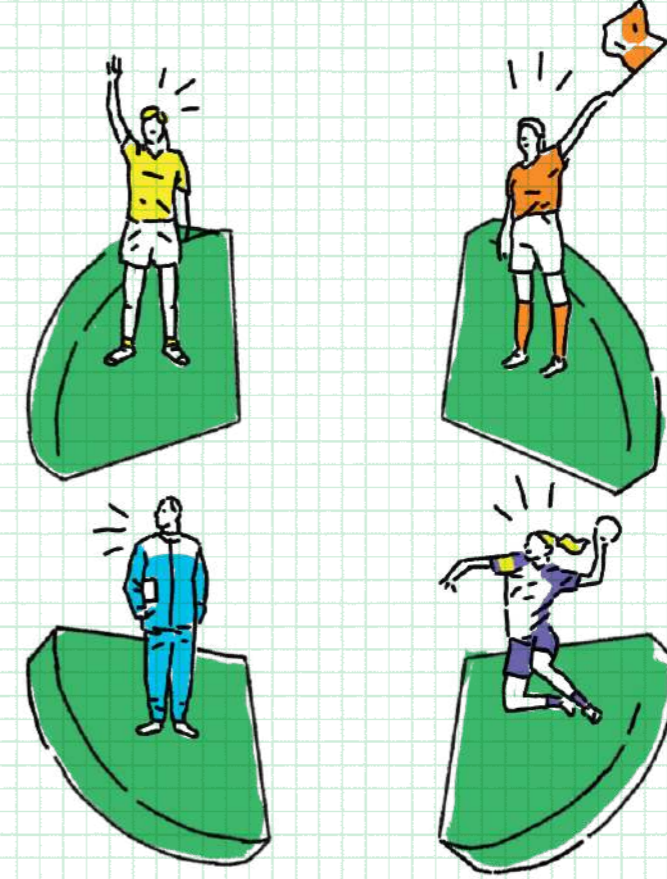


Kendi çözümleri için alan oluşturma

Bir hakem olarak tüm sorumluluğu tek başınıza taşımak zorunda değilsiniz. Oyuncuları ve antrenörleri dahil edin, böylece kendi çözümlerini oluşturabilecekleri alanı deneyimlesinler. Bu, daha az düdük çalmanızı sağlayacak ve oyunun daha akıcı ilerlediğini fark edeceksiniz.

Sorumluluğu paylaşmak sorumluluk almaktır

Birine açıkça sorumluluk verirsiniz, bu kişinin sorumluluk alması çok daha olasıdır. Bu nedenle, bir antrenör veya kaptanın hangi durumlarda sorumluluk almasını bekleyeceğinizi düşünün ve bunu önceden tartışın. Bu şekilde oyun sırasında işbirliği yapmalarını isteyebilirsiniz.



PRATİK İPUÇLARI

- Sakin bir anda sorumluluk almayı kabul edin, böylece bir dakikanızı ayırıp bunu tartışabilir ve üzerinde anlaşabilirsiniz. Böylece oyun anında bunu düşünmenize gerek kalmaz.
- Kendiniz için bir "sorumluluk kontrol listesi" oluşturabilmeniz için oyundan önce önemli endişelerin ve risklerin bir listesini yapın.
- İletişim süreci üzerinde anlaşın (örneğin; soru sorabilecek tek kişinin kaptan olup olmadığı ve antrenörün oyuncularla iletişimde sınırlarının neler olduğu gibi).
- Oyun sırasında, ulaşılabilecek sonuçlar için oyuncularından ve antrenörlerden işbirliği isteyin, çünkü oyuncular, antrenörleri veya takım arkadaşları istediklerinde davranışlarını daha hızlı değiştireceklerdir.
- Oyundan sonra, katılımcı bireylerin sorumluluk paylaşımı konusundaki deneyimlediklerini değerlendirmek için biraz zaman ayırın. Örneğin, gelecekteki oyunlar ders olması adına zorlayıcı bulduğunuz belirli bir durumu tartışın.

MODERN HAKEM

Her hakem, branşına duyduğu tutkuyla ve oyuncularla birlikte çalışma isteğiyle hareket eder. Hakemliğinizi nasıl geliştirebileceğinizi ve rolünüzden nasıl daha fazla keyif alabileceğinizi kendinize sormak için 4 bilgiyi kullanın.

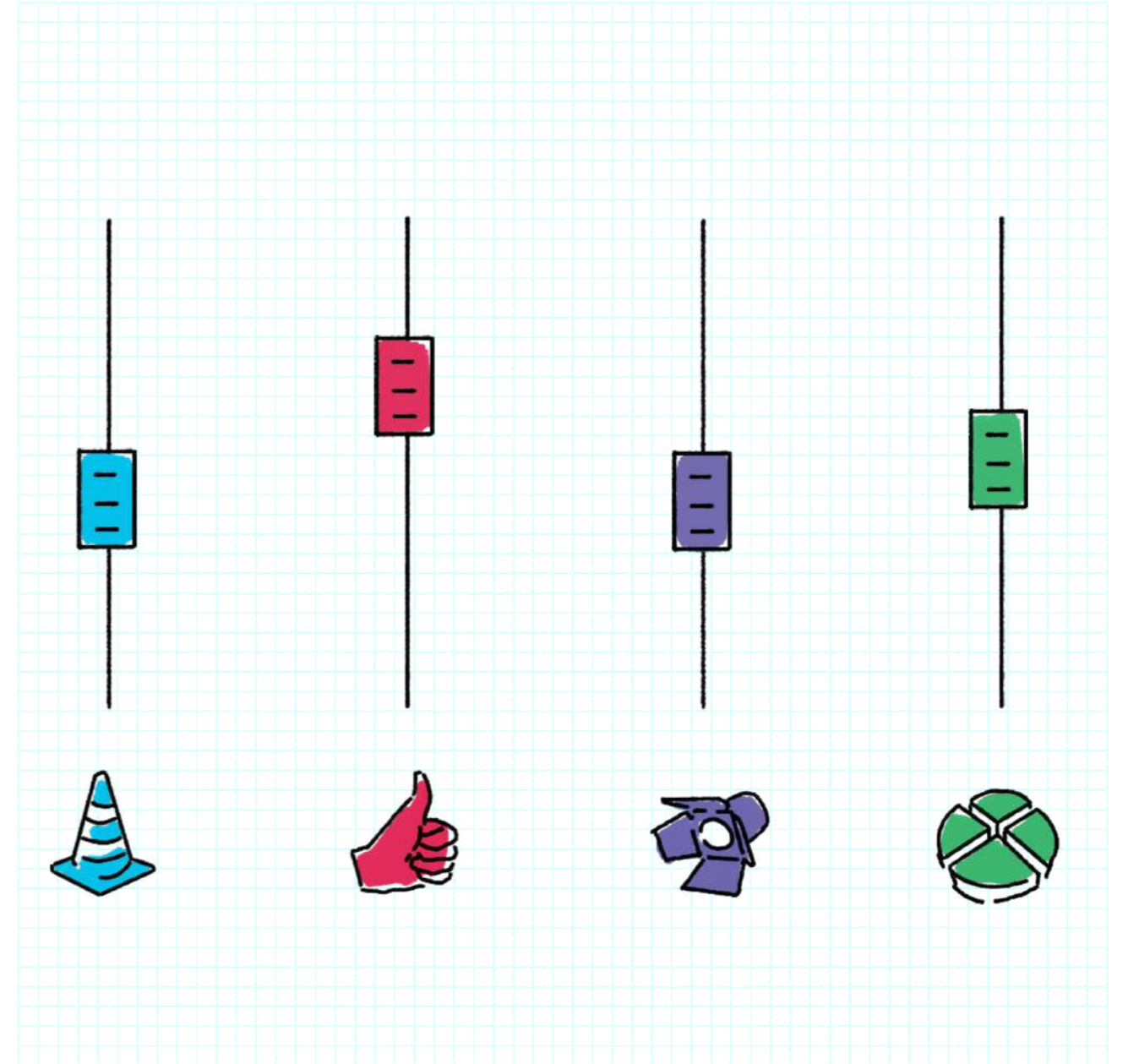
Kendinize karşı dürüst olun

Hakem olarak kim olursanız olun, kişi olarak size yakışanı yapmanız önemlidir. Bazı hakemler düzen kurmada, teşvik etmede, kişisel ilgi göstermede veya sorumluluğu paylaşmada daha iyidir. Bazı hakemler deneyimlerini kullanıp kuralları sıkı bir şekilde uygularken, diğerleri çekiciliklerinden ve oyuncularla temas kurmaktan daha fazla yararlanır. Doğru ya da yanlış yoktur. En önemli şey şudur: Öğrenmek için açık fikirli olun.

Soru sorun

Öğrenmek istiyorsanız soru sormalısınız. Bir hakem olarak günümüzde her türlü soru ve ikileme karşı karşıya kalıyorsunuz ve anında cevap veremeyebiliyorsunuz:

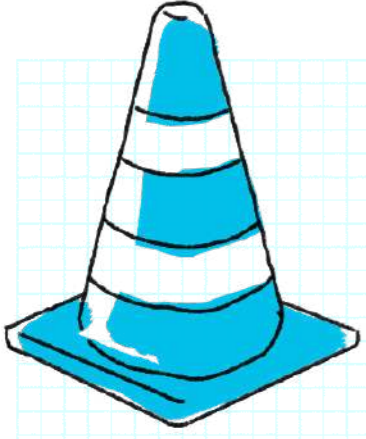
- Sporun içerisinde nasıl kolaylaştırıcı olabilir ve eğlenceyi teşvik edebilirsiniz ... eğer aynı zamanda kurallara da uymak zorundaysanız?
- Bir oyuncuya nasıl aynı zamanda hem övgüde bulunup hem tarafsız olabilirsiniz?
- Oyunu nasıl yönetebilirsiniz... ve aynı anda hem işbirliği yapıp hem de sorumluluğu başkalarına devredebilirsiniz?



Aynaya bakmaya cesaret edin

En iyi öğretmeniniz kendinizsiniz. Bu yüzden oyunlar üzerinde düşünün ve ikilemelerinizi başkalarıyla tartışın. Kendinize nasıl daha iyi bir hakem olabileceğinizi sorun. Gelişim noktalarınız nelerdir? Sizin için zor olan nedir? Ve bunu geliştirmek için hangi adımları atabilirsiniz?

Bu sayede hem öğrenmeye hem de hakemlikte eğlenmeye devam edersiniz!



DÜZENİ KURMAK

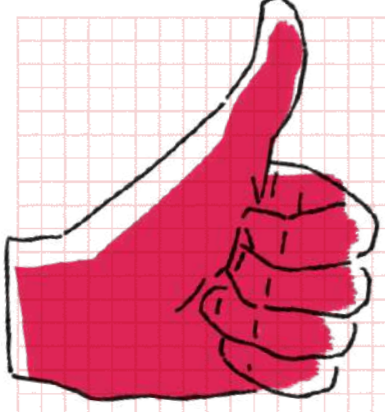
sorular/ düzeni

Kararlarımı katılımcı tüm bireyler için nasıl daha da netleştirebilirim?

Düdüğü çalmak için doğru anı nasıl belirleyebilirim?

Bu konuda nasıl kararlı kalabilirim?

A large grid area on the right side of the page, intended for writing answers to the questions.



TEŞVİK EDİN

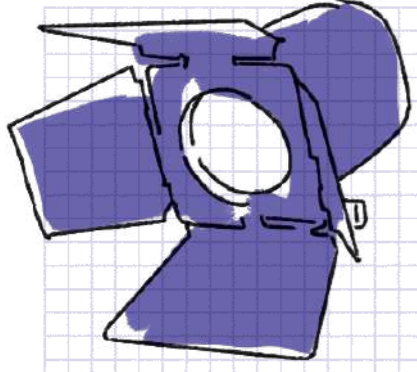
sorular/ düzeni

Pozitifliği ve enerjiyi nasıl yayarım?

İstenen davranışa yeterince dikkat ediyorum mu - ve bunu nasıl gösterebilirim?

Bu konuda şimdiye kadar ne başardım?

A large grid area for writing answers to the questions on the left page.



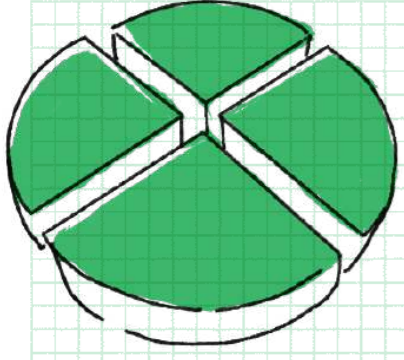
BİREYSEL İLGI GÖSTERMEK

sorular/ düzeni

Hangi sporcunun daha fazla dikkate ihtiyacı olduğunu nasıl öğrenebilirim?

Oyuncular/antrenörler gergin olduğunda nasıl tepki veririm?

Kendinizi geliştirmek için neye ihtiyacınız var?



SORUMLULUĞU PAYLAŞIN

sorular/ düzeni

Sorumluluğu paylaşmada antrenörlerin katılımını nasıl teşvik edebilirim?

Oyun bittiğinde diyalogu nasıl başlatırım?

Bir dahaki sefere neyi değiştirmek istiyorum?

A large, empty grid area on the right side of the page, intended for writing answers to the questions.

Tarafından geliştirilmiştir:



Tarafından kabul edildi:



Tarafından desteklenen:

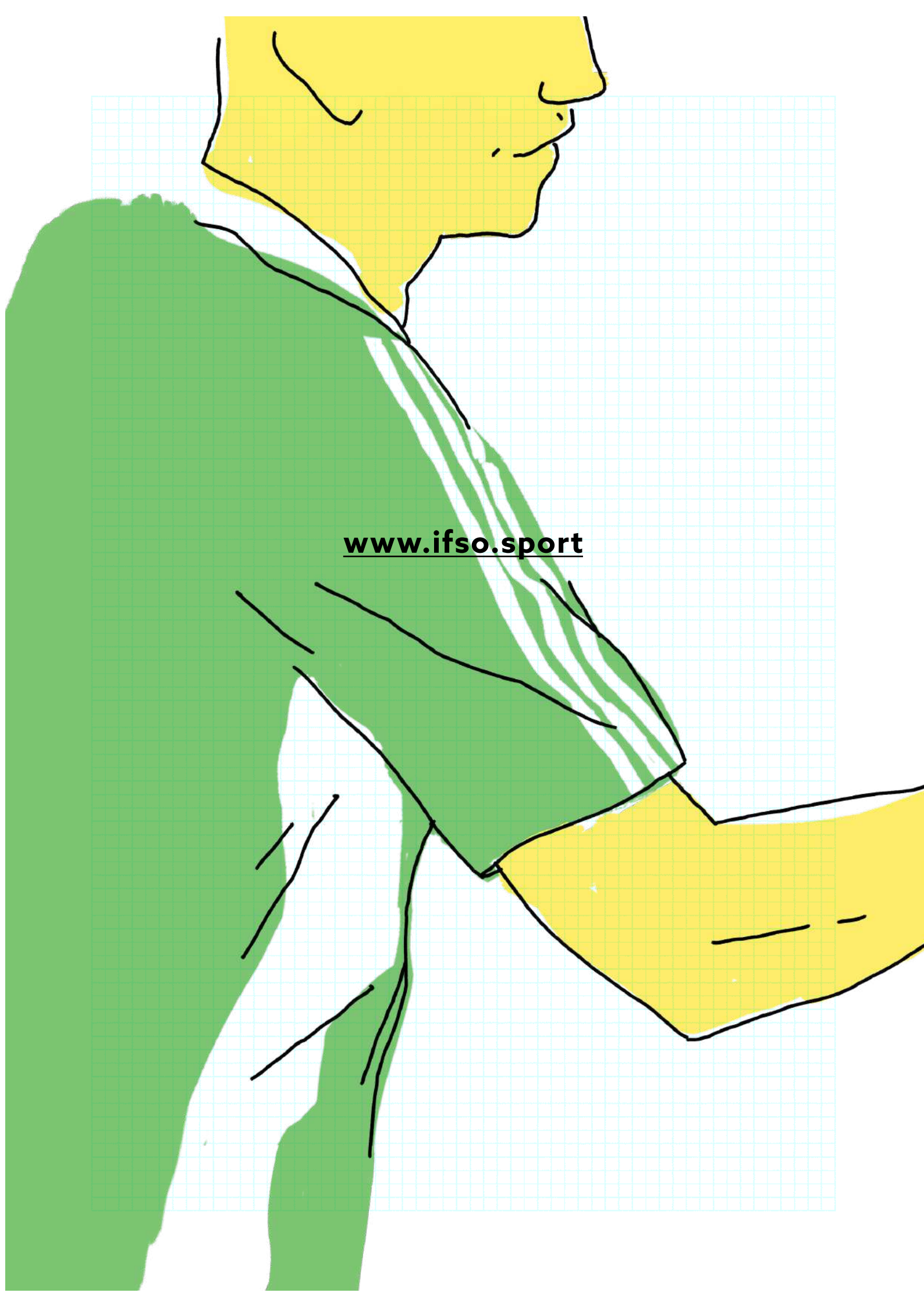


Tarafından desteklenmektedir:



Konsept ve tasarım:





www.ifso.sport