**1) Αντιδραστικές συμπεριφορές**

περιλαμβάνουν κατηγορίες συμπεριφορών που αναφέρονται σε άμεση απόκριση του προπονητή-τριας σε προηγούμενη συμπεριφορά του αθλητή ή ολόκληρης της ομάδας. Σ’ αυτήν την τάξη υπάγονται οι παρακάτω 8 κατηγορίες:

**α) Θετική Ενίσχυση:** Αφορά θετική ενίσχυση από τον προπονητή-τριας προς τους αθλητές-τριες, λεκτική ή μη, μετά από επιθυμητή συμπεριφορά,

**β) Έλλειψη Ενίσχυσης:** Όταν ο προπονητής-τρια δεν ενισχύει μια ξεκάθαρα επιθυμητή συμπεριφορά,

**γ) Ενθάρρυνση μετά από λάθος:** Ενθάρρυνση από την πλευρά του σε έναν αθλητή-τρια που έκανε λάθος,

**δ) Τεχνική Οδηγία μετά από λάθος:** Υπόδειξη λεκτική ή πρακτική, σε αθλητή-τρια με σκοπό την διόρθωση λανθασμένης εκτέλεσης,

**ε) Τιμωρία:** Αρνητική ή επιθετική αντίδραση μετά από ανεπιθύμητη συμπεριφορά αθλητή. Σε αυτή την κατηγορία συγκαταλέγονται φωνές, προσβολές ή απλώς μορφασμοί και χειρονομίες,

**στ) Σωφρονιστική Τεχνική Οδηγία:** Συνδυασμός της προηγούμενης κατηγορίας με παράλληλη υπόδειξη για διόρθωση του λάθους,

**ζ) Αγνόηση Λάθους:** Έλλειψη απόκρισης, θετικής ή αρνητικής σε λάθος ενός ή περισσότερων αθλητών-τριών, και

**η) Διατήρηση Ελέγχου:** Ενέργειες για την διατήρηση της τάξης κατά την διάρκεια της προπόνησης. Η δεύτερη τάξη συμπεριφορών αφορά

**2) Αυθόρμητες συμπεριφορές**

αναφέρονται σε συμπεριφορές του προπονητή-τριας οι οποίες δεν εκδηλώνονται ως απάντηση σε αναγνωρίσιμο ή πλήρως ξεκάθαρο προηγούμενο ερέθισμα. Σ’ αυτήν την τάξη υπάγονται οι παρακάτω 4 κατηγορίες για συμπεριφορές που σχετίζονται με την προπόνηση:

**α) Γενική Τεχνική Οδηγία:** Καθοδήγηση των αθλητών-τριών από τον προπονητή-τριας χωρίς όμως να έχει προηγηθεί κάποιο λάθος,

**β) Γενική Ενθάρρυνση:** Ενθάρρυνση προς τους αθλητές-τριες χωρίς να έχει προηγηθεί λάθος ή ανεπιθύμητη συμπεριφορά. Πρόκειται περισσότερο για προτροπή προς τους αθλητές-τριες να βελτιώσουν τις μελλοντικές τους συμπεριφορές, παρά να διορθώσουν λάθη που έχουν κάνει,

**γ) Οργάνωση:** Προπονητικές Συμπεριφορές διαδικαστικού χαρακτήρα όπως η οργάνωση της προπόνησης, των αρχικών θέσεων των αθλητών-τριών σε μια άσκηση αλλά και τη διευθέτηση του βοηθητικού υλικού. Τέλος, η κατηγορία που αντιπροσωπεύει συμπεριφορές που δεν σχετίζονται με την προπονητική διαδικασία:

**δ) Γενική Επικοινωνία:** Αλληλεπίδραση με τους αθλητές-τριες για θέματα που δεν αφορούν άμεσα την προπόνηση όπως η ιδιωτική τους ζωή, οι σχολικές τους επιδόσεις κ.α.