

FUNiñoTM

Egy csodálatos játék gyerekeknek

A legújabb minifutball 4 kapuval,
a kreativitás és a játékind intelligencia
feltárására és fejlesztésére

FUNiñoTM



Horst Wein teljes fejlesztési programja
fiatal játékosok számára 7–9 éves korig

Fordította: Hasulyó István

Kiadó: Magyar Labdarúgó Szövetség

Felelős kiadó: Dr. Vági Márton főtktár

Nyomdai előkészítés: Sprint Kft.

Nyomás: Pannónia Nyomda Kft.

ISBN 978-963-89675-2-7

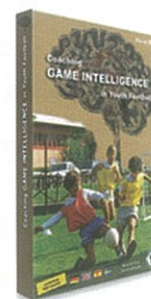
A szerző szeretné megköszönni Dermot Daltonnak az értékes hozzájárulását a www.thebeautifulgame.ie elektronikus könyv angol változatának létrejöttéhez.

A Csodálatos Játék



A labdarúgás, amely a fejben kezdődik és a lábbal fejeződik be

Fútbol a la medida del niño de Horst Wein



Horst Wein „**JÁTÉKINTELLIGENCIA FEJLESZTÉSE A LABDARÚGÁSBAN**” online videójának eléréséhez látogass el a következő oldalra:
<http://www.youtube.com/watch?v=vzUYvIhB74>

copyright©2013 www.thebeautifulgame.ie.

Minden jog világszerte fenntartva.
Ezen könyv bármilyen formában történő újbóli előállítás vagy felhasználása a szerző engedélye nélkül nem engedélyezett.

TARTALOM

Bevezetés – Játékintelligencia – Áttörés a modern labdarúgásban ..	9
A FUNIÃO szabályai	20
Miért FUNIÃO és nem 4 a 4 ellen?	23
Miért FUNIÃO és nem 7 a 7 ellen?	26
Előkészítő/javító játékok	28
Játékos-kiértékelési teszt FUNIÃO-játékokkal	44
A FUNIÃO öttusa	46
A FUNIÃO-játékok választéka – Optimális eszköz a játékintelligencia ösztökélésére és fejlesztésére	50
A FUNIÃO-játékok listája	52
FUNIÃO általános változatok	83
Javaslat klubon belüli FUNIÃO bajnokok ligájára	91
Javaslat klubok közötti FUNIÃO Fesztiválra	93
Átmenet FUNIÃO-ból 7 a 7 elleni játékba – A leegyszerűsített játékok folyamata a játékosok segítségére, hogy megértsék a 7 fős csapat összes pozíciójának feladatait	94
Hogyan gondozd a fiatal labdarúgó tehetségét	97
Játékosaid ismerete – A 7 és 9 éves kor közötti gyerekek jellemvonásai, szükségletei és jogai	100
A FUNIÃO előnyei	110

Előszó

Az utóbbi évtizedek a magyar labdarúgásban nem a sikerekről szóltak. Ennek számos oka van, ám én mégis úgy hiszem, hogy a legfontosabb hiányosságokat az utánpótlásban találhatjuk meg. Még akkor is, ha utánpótláscsapatunk esetleg néha fel tudtak mutatni eredményeket. Ez eléggé megtévesztőleg hathat. Ugyanis az utánpótláscsapatok eredményessége nem szabad, hogy elsőrendű cél legyen. Az egyedi érték mérő az, hogy az utánpótlásból kikerülő egyes játékosok milyen szintet képviselnek a felnőtt labdarúgásban és ott milyen sikereket tudnak elérni, mit tudnak a csapatuk sikerességéhez hozzátenni. Ha innen közelítettük meg a dolgokat az utóbbi évtizedekben, akkor már könnyen észrevehető, hogy az utánpótlás-labdarúgásunk nem adott sikeres játékosokat. Mert ha folyamatosan elegendő számú kész labdarúgót nevelt volna ki, akkor az az eredményekben is megmutatkozott volna mind klubszinten, mind a felnőtt válogatottnál. Sajnos az eredményeket ismerjük...

Az nyilvánvaló, hogy rengeteg tehetség hagyta abba a labdarúgást, mielőtt még egyáltalán elérte volna a felnőttkort vagy maradt az örök tehetség kategóriájában. Ennek számos oka van. Vannak olyanok, amiket közvetlenül nem áll módunkban befolyásolni. Ám van egy olyan dolog, amit mindenképpen tudunk befolyásolni és kell is, hogy megtegyük. Ez pedig az utánpótlásban dolgozó edzők lehető legmagasabb szintű képzése.

Ehhez szükségesek a könyvek, videók, tanfolyamok, továbbképzések, magasabb szintet képviselő klubok látogatása, internet használata stb. Elengedhetetlen a nyitottság, a rugalmasság, az akarás a fejlődésre, az alázat, a tanulás és a régi szemlélet megváltoztatása.

Az utánpótlásban nem szabad, hogy a csapatok eredményessége, a trófeák és érmek gyűjtése legyen a legfontosabb és elsőrendű cél. A játékosok egyéni fejlődésére kell helyezni a hangsúlyt. Arra, hogy mire a játékos felnőtt korba ér, addigra lehetőleg mindent elszámítsa, amire egy kész, teljes értékű labdarúgónak szüksége van.

Nem lenne szabad az utánpótláscsapatokban szereplő játékosokra nyomást gyakorolni az együttes eredményessége érdekében. Ezt kellene megérteniük mind az edzőknek, szakosztályvezetőknek, elnököknek, szülőknek és mindenkinek, aki azt szeretné, hogy a magyar labdarúgás újra sikeres legyen! Továbbá azt, hogy a fiatal egyének fejlődése a legfontosabb, függetlenül attól, hogy kik a szülei, milyen háttérrel rendelkezik, honnan jön, milyen származású stb...

Sajnos vannak területek, mint például a magyarul íródott, a labdarúgás utánpótlásában tevékenykedő edzőknek szóló könyvek hiánya, ami megnehezíti az edzők továbbfejlődését.

Nos, a FUNINO című könyv ezt a hiányt próbálja meg ellensúlyozni. Az írója Horst Wein, aki 34 könyvet publikált és a világon az „edzők edzőjeként” tartják számon, mivel a világ legsikeresebb klubjaitól kezdve a vezető válogatottakon át jóformán mindenhová hívják az edzők képzésére, továbbképzésére.

Legújabb, Funino című könyvében a grundfoci 21. századi változatát dolgozta ki, amely a 7–9 éves korosztály számára íródott elsősorban.

Az edző személyéről a hangsúlyt a játékosra irányítja. Az edzőközpontú oktatás helyett a játékosközpontú edzéseket helyezi előtérbe. A játékintelligencia fontosságát hangsúlyozza ki, ami a különbséget jelentheti két labdarúgó között. Ahhoz, hogy a játékos intelligensen viselkedjen a pályán, ahhoz olyan edzéseken kellene részt vennie labdarúgó-pályafutásának kezdetétől, ami segíti a potenciáljának kinyílását, fejlődését és kiteljesedését. Ehhez pedig olyan edzőre van szükség, aki tisztában van azzal, hogy milyen tréningeket kell terveznie a siker érdekében. Ha eddig esetleg ezt valaki nem tudta elérni, annak nyilvánvalóan örömhír ez a könyv. Ebben minden le van írva arról, hogyan és mit is kell tennie az edzőnek azért, hogy játékosai magabiztosakká váljanak, a labdával kitűnő barátságot ápoljanak, a saját agyukat, kreativitásukat, intelligenciájukat használni képesek futballistákat nevelhessenek, gondozhassanak.

Az külön öröömre szolgál, hogy ez a könyv az MLSZ támogatásával jelenik meg a magyar piacon, ami bizonyítja, hogy a mai vezetőség nem csak beszél az utánpótlás fontosságáról, hanem lépéseket is tesz annak érdekében, hogy az utánpótlásban dolgozó edzők megszerezhesék ugyanazt a felkészültséget, mint más országokban dolgozó kollegáik.

Ez a könyv nagy segítségére lehet a magyar labdarúgásnak abban, hogy újra a régi fényében tündökölhessen!

Hasulyó István
a **FUNINO**
magyarországi menedzsere
funino.hu@gmail.com



BEVEZETÉS

– JÁTÉKINTELLIGENCIA – ÁTTÖRÉS A MODERN LABDARÚGÁSBAN

Lehet, egyesek azzal érvelnek, hogy a labdarúgás egy egyszerű játék, esetleg, hogy a legjobb képviselőik egyszerűen művelik. Ez csak azért lehet igaz, mert vagy egy egyszerű formáját játszod, mint a „Rúgd és fuss”, vagy mert a csapatodnak megfelelő tudása van a játék terén és érti is azt. Így egyszerűnek tűnhet.

A valóságban a labdarúgás egyáltalán nem egy egyszerű játék. Sok változó, bonyolult séma, fölcserélt, irányíthatatlan elemből tevődik össze. A csapatnak döntést kell hoznia, hogy milyen formációt alkalmazzon. 4:4:2, 4:3:3, 3:5:2 vagy 4:5:1 stb? A 4 középpályásuk egy vonalban, esetleg rombusz alakzatban játszon? A szélső hátvéd felfusson rendszeresen? A védekezési stratégia emberfogó, zóna-védekező vagy letámadásos, esetleg ezek kombinációja legyen, az adott játékhelyzettől függően? Stb., stb...

A játékban lévő több változás, változtatás még tovább bonyolítja a helyzetet. Így kijelenthető, hogy az egyszerű **FUNIA** (3 a 3 ellen, négy kapuval) játék mérföldekre van a felnőtt 11 a 11 elleni játéktól. Tehát így szolgál, mint ideális eszköz, elindítva a hosszú, lépcsőzetes folyamatot a játékinteelligencia fejlesztésében.

Egy teljes játékidő alatt **egy mezőnyjátékos labdatartásának az átlagos időtartama kevesebb, mint 90 másodperc**, illetve 2% a pályán töltött ideje alatt. A meccs legnagyobb része arról szól, hogy mit csinál a játékos labda nélkül, mintsem hogy azzal. Így a döntések arról szólnak, merre és mikor fusson.

Fel kell ismernie, hogy a játék bármely adott pillanatában meg kell határoznia egy konkrét feladatot vagy szerepet a maga számára, akár támadásban vagy védekezésben. A döntéshozatal folyamata a játék fontos része, mely megköveteli a gyerektől, hogy lépésről lépésre tanulja meg, miként kell olvasni a játékot.



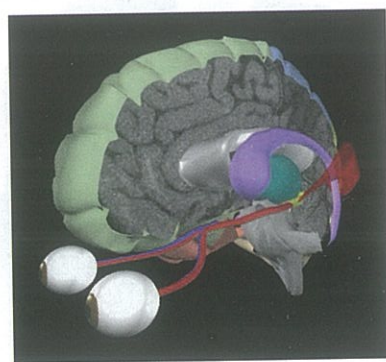
A labdarúgás rengeteg különböző technikai, taktikai helyzetekből tevődik össze, amelyet először is fel kell ismerni, aztán pedig értelmezni kell. A megoldást a problémákra, amelyekkel ezekben a játékhelyzetekben szembesülünk, először is fel kell ismerni, majd gyakorolni és végül végrehajtani a meccsen. Mikor már a focista gyakorlottá válik felismerésben és megoldásban, csakis akkor jó technika igényeltetik a helyes végrehajtáshoz.

A játékolvasás érdekében, a futballistáknak **kitűnő érzékelőképesség** birtokában lenniük, amely kifejlődik az egyszerűsített játékok széles választékának a gyakorlásával. Az ismétlődő játékhelyzetek legegyszerűbb példája a 2 az 1 elleni szituáció, amely 17 megoldásra váró különböző problémát jelent meg.



A 2 az 1 ellen az egész játék legapróbb alkotóeleme, és a futballban körülbelül háromszor bukkan fel egy percen belül, illetve háromszázszor egy meccs alatt. Kevés játékos veszi észre a 2 az 1-et, mialatt játszik.

A professzionális labdarúgásban elvégzett kísérletek kimutatták, hogy a labdavesztés több mint 60%-a a gyenge érzékelés és döntéshozás, mintsem a technikai hiányosságok miatt van. Mégis az edzők nagy része világszerte még mindig a játékttechnikai elemekre koncentrál. Az edzés még mindig túlságosan technikaorientált.



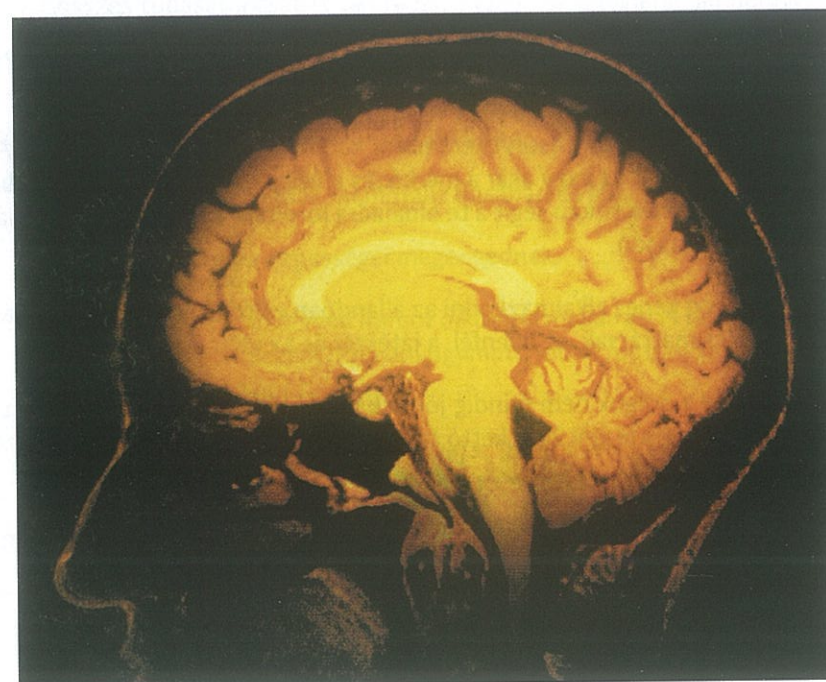
„Gondolkodás nélkül focizni olyan, mint célpont nélkül lövöldözni.”



A játéktintelligencia fontossága

Dióhéjban a játéktintelligencia azt jelenti, hogy a játékos használja az eszét, mielőtt cselekszik. **A jövő futballja mindig a fejben kezdődik és a lábban végződik.** Mielőtt a labda megérkezik, a játékosnak már fel kell becsülnie a helyzet minden lényeges információját (érzékelés), mérlegelnie a lehetséges megoldásokat, a kockázat/előny tényezőt, végül meghoznia a döntést, mielőtt végrehajtaná azt, amit az agy választott. Ezért van az, hogy az **érzékelést, értelmezést és döntéshozatalt** (mielőtt bármilyen technikai végrehajtást kivitelezne), éveken keresztül gyakorolni kell annak érdekében, hogy javítsuk bármely játékos teljesítményszintjét.

A labdarúgásban a csapaton belüli minden pozíció vagy szerep egy speciális típusú intelligenciát igényel. Az intelligencia, amit a kapus igényel, különbözik a középhátvédétől vagy a csatártól, mivel a probléma, ami a játék fázisához (támadás vagy védekezés), vagy a játéktpozícióhoz (középpálya szemben a 16-os területtel) kötődik, különböző módokban oldódik meg.



A játékos **intelligenciájára** úgy kell tekintenünk, mint a **teljesítménye mögötti valódi hajtóerőre**. Két játékos között a különbség gyakran az intelligenciaszint, amit a játékban felmutat. Az intelligenciája az, ami meghatározza a sikerességét.

A labdarúgást magas szinten művelni csak a játéktintelligencia használatával lehetséges. Az a játékos, akinek jó az erőnléte és technikailag képzett, de nincs meg az éberség vagy mentális gyorsaság az elé kerülő problémák megoldására és a megfelelő cselekvésre, az nem tekinthető **kész, teljes játékosnak**.

Hogyan mutatja meg a játékos az intelligenciáját a pályán?

Az intelligens játékos:

- ✓ Rendszerint a legjobb lehetőséget választja a legrövidebb időn belül.
- ✓ Nem csak a problémára való legjobb megoldást keresi – amivel a pályán szembenéz –, gyorsan rangsorolja az összes szóba jöhető alternatívát, hanem a bennük levő kockázati lehetőségeket is számba veszi. Nem igazán veszti el a koncentrációját addig, amíg meg nem oldotta a helyzetet.
- ✓ A meccs bármelyik pillanatában tudja, hogyan és mikor kell gyorsítani vagy lassítani a játék tempóját és ritmusát.
- ✓ Sosem kapkod, biztonságban érzi magát és magabiztos, mikor egy adott mozdulatot teljesít a játéktér bármelyik részén. Minden irányban megnézi az egész játéktérrel, hogy bizonyosan előnyére fordítsa a szűkös vagy a tágas területet. Úgy tűnik, mindig van ideje és tudja, hogy a kapkodás hajlamos hibákat „szülni”.
- ✓ Megpróbál mindig egyensúlyt teremteni kockázat és biztonság között. A túl sok kockázat a labda vagy akár a mérkőzés elvesztését jelentheti, miközben a rizikó nélküli játék ritkán segít a te oldaladra fordítani a meccset. Ő elég bátor, hogy kockáztasson.
- ✓ Kitűnik, mert képes alkalmazkodni az állandóan változó helyzetekhez a játékvezető, a csapattársak, az ellenfél, a játéktér és az időjárás viszonyában.
- ✓ Tudja, hogy a dolgok nem mindig jönnek be. Ezért van az, hogy a teljesítménye ritkán romlik le egy vagy kettő (esetleg három), sorozatban elkövetett hiba következtében.
- ✓ Tudja, hogy mikor és hová passzolja a labdát, és azt mikor jobb inkább megtartani.

„Miként a labdarúgás főként egy észlelési játék, tanácsos koncentráltan megtanulni egy jelentős adatbázis kiépítését a játékos, edző és helyzetek közötti kiegyensúlyozott kölcsönhatás által elérve.”

Eduardo de la Torre (1998)



- ✓ Jó periférikus látása, erős érzékelő képessége és térbeli tudatossága van. Teljes körű látása segít helyesen megbecsülni az ő és a csapattársai, az ellenfél, a játéktér vonalai és a kapu között lévő távolságot. Ezeket az érzékelő képességeket a hosszú évek alatt gyakorolt, egyszerűsített játékokkal és versenyekkel szerzi meg, melyek a döntéshozatali képességét is élesítik, fejlesztik.
- ✓ Egyszerűen játszik. Csak a mesteri, kimagasló futballista képes egyszerűen játszani.
- ✓ Tudja, hogy mit fog a labdával csinálni, még mielőtt megkapja és lekezeleli.
- ✓ A csapata és csapattársai érdekében használja a kreativitását.
- ✓ Tudja, hogyan játsszon a labdával vagy anélkül. Folyamatosan elérhetővé teszi magát és lehetőséget kínál a társai számára.
- ✓ Az összes tudását a csapat javára használja. Az a focista, aki nem használja intelligenciáját a csapattársai szolgálatára, sohasem lesz sikeres a fociban, mert csak a játék bizonyos részeit hajlamos érzékelni és nem a teljes képet.
- ✓ Gyakran kérdez és gyorsan tanul a hibáiból.
- ✓ Jó a játék sok variációjának memorizálásában és feleleveníti azokat.
- ✓ Csak azt teszi, amit a képességei megengednek.
- ✓ Tudja, hogy a játékban milyen iramot diktáljon magának. A tapasztalata segíti, hogy megfelelő döntéseket hozzon, úgymint: mikor fusson, vagy az mikor lenne energipazarlás.
- ✓ Nincs stressz hatása alatt, mert tudja, hogy a belső feszültség hajlamos csökkenteni a koncentrációt, érzékelést és döntéshozatalt. Ez megmagyarázza, hogy kulcsjátékosok néha miért nem járulnak hozzá pozitívan egy sorsdöntő meccshez. A nyomás semlegesíti az általában intelligens játékokat.

Noha igazságtalan lenne a 7–9 évesektől elvárni, hogy felnőjenek az intelligens játékos ilyenfajta magas követelményeihez, úgy véljük, hogy **FUNIA**-val kezdve és fokozatosan munkálkodva, az Utánpótlás Fejlesztési Modell szintjein keresztül segíteni fogja a gyermekeket lépcsőzetesen és természetesen elérni az alkalmasság eme szintjét.

„A labdarúgásban egy változatos és haladó edzésprogram egyszerűsített játékokkal a legjobb módja annak, hogy lépcsőről lépésre fejlesszük és javítsuk az intelligenciát”



Játékintelligencia edzése

Bármelyik focista játékintelligenciájának fejlesztése magában foglalja a következőkre való tanítást:

- Olvasd a játékot és értsd meg, hogy mi történik a pályán (melyekhez egy bizonyos szintű érzékelés, tudás és tapasztalat szükséges).
- Használd a múltbeli tapasztalatokat egy adott helyzetben annak érdekében, hogy a helyes döntés meghozataláig eljuss.
- Gyorsan és hatásosan hajtsd végre a döntő cselekvést a megfelelő technikai képességgel.

Mint ahogy legyen képes olvasni a közvetlen játékhelyzetet, **az intelligens focista, használva a múltbeli tapasztalatai tárházát képes előre látni, valószínűleg miképp fog alakulni a játék.** Ez az előrelátási képesség – mely a jó érzékelés, megértés és tapasztalat eredménye – az intelligens játékosok fontos eszköze.

Annak érdekében, hogy egy bizonyos helyzetben maximális odafigyeléssel koncentráljon, gyorsan és helyesen döntsön a következő mozdulatról, a technikai végrehajtásnak természetesen kell jönnie. Csakis ebben az esetben lesz képes magasabb szinten játszani.

„Nines a pályán nagyobb hatalom, mint a játékosok intelligenciája!”

Fiatal futballisták edzésén manapság nagy hangsúly van az erőnléti és technikai fejlesztésen. Minden gyerek – már a 8 és 9 éves is – a bemelegítés, gyakorlatok, körözések és sprintek rendszerének van alávetve, és esetleg mint jutalom, az edzés végén van egy rövid játék. Ez visszatükrözi az általános hangsúlyt az igazi meccsen majdnem minden szinten.

Ám a labdarúgás megváltozott és ma már észleljük **egy új típusú focista felbukkanását.** Ennek a játékosnak nemcsak a technikája és testi ereje jó, hanem birtokában van a **játékintelligencia** nagyon fontos összetevőinek – a játékhelyzetnek megfelelően képes érzékelni, értelmezni és megfelelő döntést hozni.



Sajnos ma még mindig nagyrészt az edzőközpontú edzői stílus az uralkodó, nagyon kevés párbeszéddel és a gyerekek segítőkész bevonása nélkül. Az edzőknek hajlamuk van sok időt fordítani utasításokra és ismétlődő kondíciós gyakorlatok alkalmazására. Ez korlátozott, robotszerű alkalmazkodást eredményez és olyan futballistákat, akik nem képesek saját maguk gondolkodni.

Az egyetlen mód a játékosok intelligenciájának fejlesztésére, ha **fiatal koruktól bevonjuk őket** egy széles körű és haladó fejlesztési programba, egyszerűsített játékokat használva, továbbá kérdéseket teszünk fel egymásnak.

A képesség arra, hogy felnyissuk és szisztematikusan fejlesszük a játékos játékintelligenciáját, még mindig túl távoli a legtöbb edző és tanár számára. Sajnos kevés szakirodalom van forgalomban a teljesítmény ezen kritikus eleméről a labdarúgást és más sportokat illetően is. Emellett a legtöbb edző nincs felkészülve az edzői stílusának megváltoztatására, képessé téve magukat a játékintelligencia stimulálására.

Az edzők nagy többsége által adott **parancsok és utasítások** állandó sörtüze az edzésen és meccsen, **meggátolja a játékosokat szellemi képességeik használatában.** Ahelyett, hogy „megajándékozná” a focistákat a megoldásra váró problémákkal, az edző tálcán kínálja a megoldást, amit nekik egyszerűen csak végre kell hajtaniuk. Ez a merev és tekintélyelvű edzői stílus nem fejleszt tudatos és felelős, intelligens játékost.



A gondolkodó focisták kinevelésének érdekében **az edzőknek kevesebbet kell utasítania és többet ösztökélnie.** Sokkal inkább tanácsadónak és irányadónak kellene lenniük. Az elsőrendű feladatuk, hogy elősegítsék a játékosokat, tanulási élményt nyújtva, megtervezve és megszervezve a megfelelő helyzetet az edzésen, ami engedélyezi nekik, hogy játékspecifikus, tapasztalati tudást gyűjtsenek.

A képesség arra, hogy gyorsan és hatásosan módosítson egy korábban elsajátított készséget, gyakorlatot, csak akkor lehetséges, ha a játékos szellemi kapacitását szisztematikusan fejlesztik. Egészen fiatal korától kezdve addig, amíg a legmagasabb szintet képviselő sportszemélylé válik.

„Az őszinte edző ötleteket ad és serkenti a tanítványa gondolkodását. Az ő távolba mutató feladata, hogy engedje őket gondolkodni, ahelyett, hogy helyettük tenné azt. Ez azt jelenti, hogy az edző bizonyos szabadságot engedélyez a tanítványainak, hatásos kérdeztétést alkalmazva, segítve, hogy ők oldják meg a problémát és hozzák meg a döntést.”



Három alapvető alkotóelem a játékontelligencia fejlesztésére

A mai modern, haladó edzői gondolkodás három fő jellemvonása, ami hangsúlyozza a játékontelligencia fejlődését, a következő:

- a) Játékosközpontú, tevékenyen tanító edzői stílus
- b) Inkább játékok, mint gyakorlatok
- c) Hatásos kérdezés

A képzett, modern edző használni fogja mindhárom összetevőt és folyamatosan javítja az edzéseit a következő területeken:

a) Játékosközpontú, tevékenyen tanító edzői stílus (az edzőközpontúsággal szemben).

Az edzőnek inkább egy útmutatóvá kell válnia, megterveznie egy olyan környezetet, ahol a játékosnak több szava van, értékelve érzi magát és **tevékenyen részt vesz a saját tanulásában, képzésében.** A régi stílusú „kiabál” és „megmond” oktatás bizonyítottan nagyon hatástalan és nem motiválja a focistát.

Ahelyett, hogy csak utasítást és gyakorlatokat használnánk, segítsük a futbalisták érdeklődését felkelteni a játék alapismereteivel kapcsolatban, technikailag és taktikailag egyszerűsített játékokon keresztül. Továbbá a hatásos kérdések lehetővé teszik számukra, hogy új információkat szerezhessenek, melyek mélyítik az értelmüket és elősegíti a jobb döntéshozatalt. A lehetőség arra, hogy egyszerűsített játékok keretében és versenyképes meccsek alatt használva gyakorolják ezeket az újonnan tanult technikákat, taktikákat, hatásosan öleli egybe a tanulási ciklust és ez plusz motiváló erő a fiatal játékosok számára.

Az aktív tanulás sokkal jobb, hosszú távú memóriamegtartást eredményez, akár 70%-ost, összehasonlítva a 10-15%-os passzív, tétlen tanúlással. (John Whitmore)

Az edző által kialakított légkör mérvadó. Az edző kínálhat egy biztonságos, nyugodt, szórakoztató környezetet azáltal, hogy elérhető, bensőséges és nem ítélkező. Biztatnia kell a játékosokat, hogy kockáztassanak és próbáljanak ki új dolgokat, azaz a tudattal, hogy a hibákért nem lesznek büntetve.

b) Játékok (inkább, mint gyakorlatok)

Senki sem született a labdarúgásban használatos magas szintű játékontelligenciával, ezért hogy fejlesszük a focista veleszületett adottságait, azokat rendszeres, az egyszerűsített játékok sokszínű és haladó edzésprogramján belül kell felszínre hozni. Ezen egyszerűsített játékok jelentik a kulcsot a játékontelligencia csiszolásához, de úgyszintén a technikai és taktikai tudás tökéletesítéséhez.

Amint készek rá, mindegyik fiatal meg kell ismertetni az egyszerűsített játékokkal, hogy közvetlenül megtapasztalják, elsajátítsák a jó taktikai szokásokat. Minél több tapasztalatot szerez a fiatal, annál jobb! A tudás és tapasztalat megszerzését nagyban növeli, ha az edző elmagyaráz, figyelmesen kérdez és bemutat, hogy a lecke világos és érthető legyen.

Emellett gondoskodik egy optimális számú ismétlésről, hogy a gyerekek felismerjék és alkalmazzák a megoldást. A tanulási folyamat elemei együtt alkotnak egy szolid alapot a játékontelligencia fejlesztésére a játékos agyában.

A játékontelligencia elsősorban a globális módszeren (játék) keresztül fejlődik, mintsem az elemző módszeren át (gyakorlat). Ez az egyszerűsített játékok technikai/taktikai sorozata – mint a 3 az 1 ellen, 2 az 1 ellen vagy 3 a 2 ellen – játékosoknak való bemutatását jelenti. Az adott egyszerűsített játéktól függően mindegyik labdarúgónak szembesülnie kell és megoldania a feladatok sorát, melyek megfelelőek kell hogy legyenek az ő fizikális, technikai és mentális képességeinek.

A **FUNIA**-program előre haladó játékok és gyakorlatok nagy választékát tartalmazza, melyek lehetővé teszik a fiatal játékos tudatosságának és gondolkodásának lépcsőzetes fejlődését, feldolgozását. Saját maga, az edző útmutatásával fedezi fel a „megoldás menü” választékát majdnem minden helyzetre, amivel szembe találhatja magát futball közben. Az nem számít, hogyan érkezik el egy adott megoldáshoz, esetleg egy hasonló helyzet gyakori ismétlésein keresztül az edzésen vagy az ő spontán kreatív gondolkodásával. Az a fontos, hogy a gyerekek sikerül megértenie és átlátnia a helyzetet, továbbá sikeresen megoldania a problémát.

Ösztönző edzések

Focizva lehet a legjobban megtanulni a játékot. Játékosainknak szükségük van a játékra és a következők gyakorlására:

- Egyenlő mértékben stimulálni őket technikailag, taktikailag, fizikálisan és az észlelést illetően.
- Támogatni a játékismeretüket.
- Javítani az érzékelésüket és döntéshozatali képességüket.
- Segíteni nekik megtanulni gyorsan és hatásosan alkalmazkodni a folyamatosan változó játékhelyzetekhez mind a védekezésben, mind a támadásban.

A játékok a gyerekek testi és mentális kapacitásához szabása nagyon fontos lépés a futbal edzők módszereinek modernizálása felé, és a megbizonyosodás, hogy az edzés annyira serkentő, mint a grundfoci, mialatt hű marad a valódi játékhoz.

c) Hatásos kérdezés (inkább, mint kizárólagos utasítás)

A tanítás egy kölcsönhatás edző és játékos között. A tanítás és tanulási folyamat így egy párbeszéd, mintsem egy monológ. A teljesítmény fokozásáért javítsd ezt a párbeszédet, értékeld és használd a játékos sajátosságát és tapasztalatát. A kérdés kísérletezést követel az edzőtől – mert a legtöbb ember természetes hajlama, hogy egyszerűen csak megmondja.

A legtöbb gyerek olyan környezetben él, ahol az utasítás az uralkodó. Az edző sokkal többet segít nekik, ha bevonja őket a döntéshozatali folyamatba. Tanulmányok sokasága kimutatta, hogy amennyiben a játékos saját maga ismeri fel a szük-



ségeit és hiányosságait, az sokkal jobban motiválja azok pótlásában, mintha valaki megmondaná neki (rendszerint kritizálva).

A hatásos kérdés vagy „útmutató rávezetés” egyszerűen azt jelenti, hogy az edző sokkal közvettebb módot használ az új információkhoz. A nyitott és tartózkodó kérdésekkel növeli a tudatosságot és választási lehetőségekkel látja el a gyerekeket, felébresztve a kíváncsiságukat. Továbbá irányítja őket, hogy válaszolják meg maguk a kérdéseket.

Néhány javaslat az edzésen való kérdés bevezetésére:

- Fejleszd az egyszerűsített játék alapos ismeretét és céljait!
- Annyira kevés közvetett kérdést használj, amennyire csak lehetséges! Ez egyszerűen csak egy igent vagy egy nemet igényel, és nem serkentik a játékost a gondolkodásra.
- A nyitott kérdések, mint a ki, mit, mikor, hol, miért és hogyan, további megfontolást követelnek.
- Néha szükséges a tanulót különböző kérdések sorozatán keresztül irányítani a problémák megoldásához.
- Sose utasítsd el a játékosok válaszát! Ha esetleg mellétaláltak, egyszerűen irányítsd őket újra egy másik kérdéssel!
- Adj biztatást a válaszadásokra, hogy megmutasd, igenis hallgatod a válaszaikat!

„Nagyon fontos, hogy a fiatal játékosokat rávedd, gondolkodjanak saját maguk.”

A **FUNiño**-programnak megvan a saját beépített kérdéssorozata az Előkészítő/Javító játékok és a **FUNiño**-játékok sorozatában.



Játékintelligencia fejlesztése **FUNiño** használatával

A **FUNiño** jelentősen hozzájárulhat az intelligens játékosok kineveléséhez.

Előkészítő/javító játékok

A játékintelligencia fejlesztéséhez az edző a **FUNiño**, Előkészítő/javító játékok listáján levő játékokkal kellene, hogy kezdje. Ezek a gyakorlatok és játékok haladó módon vannak megtervezve, így a fiatal játékos egyszerűen játszva tanulja meg az alapkövetelményeket, majd fokozatosan bonyolultabb helyzetekkel találkozik. A játék 3 a 0 ellen indul, majd 3 az 1 ellen addig, amíg a játékosok készek élvezni és felfedezni az összes 3 a 3 elleni variációt.

FUNiño játékok sorozata

A 33 játék a sok változatával egy széles körű tartalmat ajánl a stimulálásra, a kreativitás és játékintelligencia fejlesztésére:

1. A kisebb játéktér és különösen a **lehetőség**, hogy két szélesen elhelyezett kapu van a pálya mindkét végén, arra ösztökéli a játékosokat, hogy **először a fejükkel játsszák a játékot, mielőtt a lábukkal befejeznék a cselekvést**. A játék-helyzet elemzése és tudni, melyik kaput támadja, jó érzékelő képességet követel meg annak érdekében, hogy jó megoldást válasszon.

2. A két-két szélen elhelyezett kapu eredményeként kevesebb az esély, hogy a játékosok tömörüljenek, **időt és teret adva ezáltal arra, hogy észleljenek és gondolkodjanak**.

3. A pálya mindkét végén lévő, két szélen elhelyezett kapu helyzete magától értetődően biztatja a játékosokat, hogy nézzenek fel, lássák, milyen választás lehetséges, így jó **periférikus** látás fejlődik, ami az első lépés az intelligens játékhoz.

4. Kevesebb labdarúgóval az edzőnek és a játékosnak is **könnyebb elemezni** a helyzeteket. Plusz a **döntéshozatal sokkal könnyebb**.

5. A **legfontosabb játékhelyzetek gyakori ismétlése** a gyerekeknek lehetőséget biztosít, hogy megtanulják és alaposan elsajátítsák azokat.

6. A sokrétű variációk igénylik, hogy a játékos mindig éber és kész legyen a változó helyzetekre, **újításra, rögtönzésre és kreativitásra**.

7. A játék egyszerűsége azt jelenti, hogy a játékosok **védekezésben és támadásban** intenzívebb tapasztalatot szereznek, mint a terjedelmesebb játékokban.

8. A játék fizikai intenzitása miatt sokkal tevékenyebben vannak bevonva, így gyorsabban kifáradnak, ami arra kényszeríti őket, hogy együttműködjenek a csapattársakkal és passzolják a labdát.

Megjegyzés: A játékosok ebben a korban nagyon egocentrikusak és szeretnek annyi időt a labdával tölteni, cselezni és gólt rúgni, amennyit csak lehetséges. Természetesen maguknál tartják a labdát, és az edzőnek nem szabad a passzolást erőszakolni. Időt kell adni nekik ebben a korban, hogy gyakorolják a cselezést, hogy túljussanak az ellenfélen, gólszerzési lehetőséget teremtve, ami nagyon értékes.

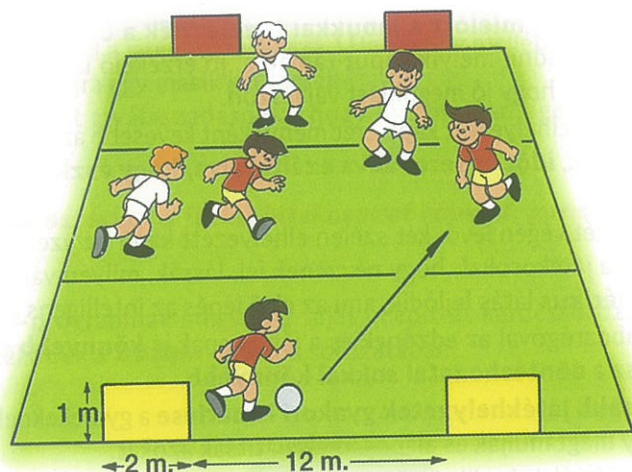


A FUNiño SZABÁLYAI

A **FUNiño** a Horst Wein által írt Labdarúgó Utánpótlás Fejlesztési Modell – **Futbol a la medida del Niño** – alapékköve. A 10 év alatti játékosok ideális versenyzéseként van elfogadva. Felkészíti őket, hogy sikeresen játsszák majd az 5 az 5 elleni éles meccseket, később pedig a 7 a 7 ellenit. Fiúk és lányok együtt játszhatnak a csapatban.

Játéktér

A **FUNiño** egy 20-25 m szélességű és 25-30 m hosszúságú területen játszódik. Két kapu van a pálya mindkét végén, méretük 2 m × 1 m. Bizonyosodj meg, hogy a két kapu között 12 m van. Mindkét végén van egy gólszerzési terület, amely 6 m-re van az alapvonalától.



Csapatok

Egy **FUNiño** csapat négy főből áll, 3 játékos és egy cserejátékos. Háromnál nem lehet kevesebb csapatonként.

Mikor egy csapat bármelyik **FUNiño** játékban 3 gólos hátrányba kerül, engedélyezd az extra játékos hozzájuk való beállítását, vagy csökkentsd a győzelemre álló csapat létszámát 2 játékosra. Ez mindkét csapat előnyét szolgálja. A „gyengébb” csapat biztatva van, hogy küzdjön tovább, míg az erősebbnek egy sokkal jelentősegteljesebb próba. Egyirányú eredmény nem szolgálja sem a vesztest, sem pedig a győztest!



Időtartam

Háromszor 10 perces időtartam 5 perces szünetekkel, ha csak egy meccs van egy nap. Ha több meccs is van egy nap, akkor kétszer 10 perces időtartam az ajánlatos.

Technikai szabályok

A játék kezdése – A bíró bedobja a labdát a pálya közepére.

Újrakezdés – Egy gól után a játékot egy passzal vagy a játékos magának passzolásával kezdi újra az a csapat, amelyik a gólt kapta.

Mindegyik gól után mindkét csapatból lecserélődik egy játékos. A cserejátékos mindig a felezővonalnál jön be, miután a csapattársa lejött a pályáról, ugyanazon a helyen. A gólt kapó csapat cserejátékosa kezdi a játékot újra egy passzal vagy „saját magának adott passzal” (passz vagy labdavezetés) a 6 métert jelző vonalról.

Gólszerzés – A gól akkor gól, ha a labda teljesen áthaladt a gólvonalon és a lövés a kijelölt lövési területen belülről történt. Ha a kapufa elmozdul a meccs alatt, és a labda áthalad az eredeti gólvonalon, akkor a bíró megadhatja azt.

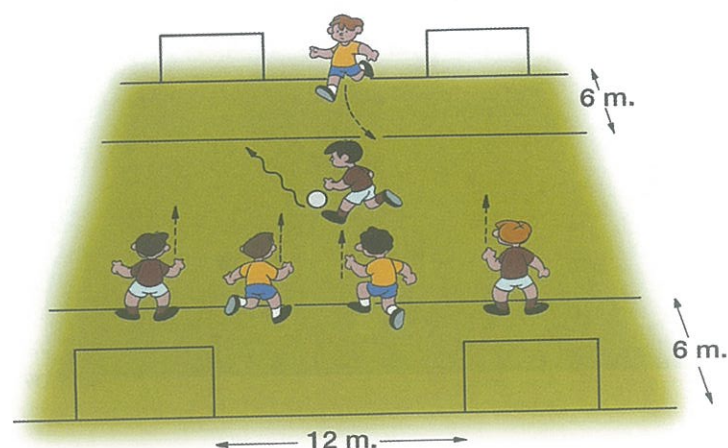
Vétségek. A játékos nem

- maradhat több mint egy másodpercig valamelyik kapuban,
- játszhatja meg a labdát a kezeivel,
- használhat erőszakos és aljas hangnemet.

A szabály bármilyen megszegése esetén egy „szabad passzt” (szabadrúgás) kell megítélni az ellenfélnek, amely vagy egy csapattárshoz passzolva vagy pedig egy „saját magának adott passzal” (passz vagy labdavezetés) hozza játékba a labdát onnan, ahol a szabálysértés történt. Ám ha az három méternél kevesebbre van a lövési terület vonalától, akkor a szabadrúgás legalább 3 méterre a lövési területtől kívülről történik, és a védőknek legalább 3 méterre kell lenniük a labdától. Ha a védők a saját lövési területükön belül követnek el szabálytalanságot, akkor büntető adatik.



Büntető – Nincs „tizenegyes” a csapat saját gólszerző területén belüli szabály megszegéséért. Ehelyett az ellenfélnek egy „**büntető támadás**” van megítélve a pálya közepéről.



A büntető támadásban mindegyik játékosnak – kivéve egy védekezőt, aki az alaponról indul – 5 méterrel a labdabirtokló támadó játékos mögött kell maradnia. Miután a bíró megadta a jelet a támadásra, mindannyian csatlakozhatnak a védekezésben és a támadás segítésében is. Ha egy védekező megszegi a szabályt a büntető támadás alatt, akkor újra kell indítani.

Les – A **FUNIÑO**-ban nincs les.

Szöglet – A **FUNIÑO**-ban nincs szöglet.

Oldalvonallabda – Nincs bedobás. A labdát vagy magának vagy egy csapattársnak passzolva folytatódik a játék.

Fegyelmező szankciók – A büntetés – sporthoz nem méltó viselkedésért – 5 perc a büntetőpadon.

Játékvezető

Egy játékvezető irányítja a meccset és érvényesíti a szabályokat. A jövő bírónak a biztatására és felkészítésére, 16 év alatti gyerekek vezetik a **FUNIÑO**-meccset.

Felszerelés

Labdák – 3-as és 4-es méretű labda használata segíthet a tumultus elkerülésében és javítja a fiatalok technikai képességeit.

Ruházat – Mindegyik csapatnak saját felszerelésre van szüksége összeillő felsővel, rövidnadrággal és sportszárral.

Védőruházat – Mindegyik játékos számára megkövetelt a sípcsontvédő használata.



„Az edzőknek bizonyosnak kell lenniük abban, hogy a játékosaik sikeres légkörben tanulnak. Nem lenne szabad nekik a következő játékot bemutatni addig, amíg a növendékek nem mesterei az előzőnek.”

Miért **FUNIÑO** (3 a 3 ellen 4 kapuval) és nem 4 a 4 ellen (2 kapuval)?

A 7-től 9 évesek számára való két versenyzés összehasonlítása

FUNIÑO (3 a 3 ellen 4 kapuval)	4 a 4 (2 kapuval)
I. A két szélén lévő kapu ösztrökéli a fiatalokat, hogy használják a széleket. Két kapu a páratlan számú játékosokkal azt jelenti, hogy egy kapu állandóan kevésbé van levédve, mint a másik, és ez ösztökéli a játékost, hogy nézzen fel (jó periférikus látást fejleszt), értelmezze a helyzetet és válasszon jó megoldást a labda megjátszására. A kulcskérdés a következő: A két kapu közül melyik a kevésbé levédkezett?	I. Az egy, középen lévő kapu csőlátást eredményez és sokszor a játékosok labda körüli tömörülését. Utóbbi hatása még kihangsúlyozottabbá válik, ha több játékos van bevonva. (Így 4 a 4 ellen mindig „rendetlenebb” lesz, mint 3 a 3 ellen). A tömörülés megakadályozza a játékost, hogy elegendő ideje és területe legyen megfigyelni és elemezni a játékhelyzetet, majd meghozni a helyes döntést. Továbbá hiányzik a „hozzáadott serkentő”, amit a két ráadáskapu jelent, mely több lehetőséget ad nekik a passzolásra vagy cselezésre.



FUNiño (3 a 3 ellen 4 kapuval)	4 a 4 (2 kapuval)
2. Mindig van elegendő rendelkezésre álló idő és terület . A gyerekek alkotó futballt játszanak, és addig passzolják a labdát egymásnak, míg felfedezik a behatolásra váró területet. Így egy sokkal mélyebb tudást szereznek arról, hogy mi történik a pályán. Az ismétlődő játékhelyzetek ismerőssé válnak, így a kevésbé ügyes játékos is megtanulja megérteni és végül megoldani őket.	2. A FUNiño -val összehasonlítva, 25%-kal több növendék van a játéktéren, feleannyi kapu, a terület nagyban leszűkített és a tanulási lehetőség nagyban lecsökkentett. Kevésbé fejlődik a fantázia és a kreativitás, az egy, középen elhelyezett kapu miatt.
3. A játékos többet érinti a labdát és a „legjobb barátjává” válik. A tiszta passzolási lehetőségek lecsökkentik az „elkerülhetetlen”, hosszan kivágott labdákat.	3. Egy csapat 4 játékoskal sokkal összetettebb játékhelyzeteket hoz létre, és gyakran az egyetlen látszólagos megoldás a hosszan előrevágott felszabadítás.
4. Támadásban és védekezésben is egy háromszögű alakzat van alkalmazva, amely jobb kommunikációt, összeköttetést és együttműködést engedélyez.	4. A játékosok rombusz alakzatot használnak támadásban és védekezésben is, amely kicsit bonyolultabb ezen korosztály számára, mint a háromszög.
5. Nincsenek állandó pozíciók. Mindenki fel kell készülni a támadásra vagy védekezésre. Mindenki kiveszi a részét és nincs terület az elbújásra, pihenésként.	5. 4 játékos esetében megfigyelhető egy tendencia: túl korán egy pozícióra vagy szerepre specializálódnak, amely sokkal megfelelőbb a felnőtt játékra.
6. Mind a 3 játékosnak van esélye gólt szerezni, ami nagyon motiváló. Mind a három a középpontban lehet.	6. Kevesebb gól esik, ami kisebb élvezetet és motivációt jelent. A focisták kevésbé vannak bevonva a játékba.
7. Jelentős időtartam van az érzékelésre, a játék olvasására, aztán a jó döntéshozatalra, végül pedig az elhatározott akció végrehajtására. Ez kevesebb hibázást jelent még a kevésbé tehetséges gyerekek számára is. Jobb teljesítményt, több sikert és végső soron nagyobb élvezetet, elégedettséget nyújt.	7. A játékosoknak kevesebb idejük van az észlelésre, elhatározásra és a szükséges feladat végrehajtására, amely több hibát és sérült énképet eredményez.
8. Ez a játék több mentális és fizikai részvételt követel, mint a 4 játékosal történő játék.	8. A 25%-kal több játékos következtében kisebb a részvétel mind mentálisan, mind fizikailag. A játékosok néha „elbújhatnak” a játék alatt.



FUNiño (3 a 3 ellen 4 kapuval)	4 a 4 (2 kapuval)
9. Mindegyik játékos részvétele nagyon fontos . A kevésbé tehetséges gyerekek hozzájárulása nagyobb hatással van ezen játék kimenetelére, mint a 4 a 4 elleni játék.	9. Több focistával a kevésbé tehetséges gyerek részvétele nem annyira mérvadó, mert ő gyakran kevésbé járul hozzá a csapat játékához.
10. A FUNiño újratereinti az alapvető játékhelyzeteket (úgy mint 2 az 1 ellen) és több lehetőséget biztosít a gyerekeknek, hogy felfedezzék saját egyéni kreativitásukat, mielőtt készek lennének olyan felnőttesebb fogalomra, mint a csapatjáték.	10. A 4 a 4 elleni „mérkőzés” közelebb áll a felnőtt játékhoz, így sokkal alkalmasabb az idősebb gyerekek számára.

ÖSSZEGZÉS

A **FUNiño** minden más labdarúgó tevékenységnél jobban ösztönzi és fejleszti a 7–9 éves fiatal gyermek elméjét és testét. Elősegíti a tevékeny részvételt mindenki számára, javítja a kommunikációs készséget, hangsúlyozza a tudatos gyakorlottságot és a kreativitást. Mindez annak köszönhető, hogy fókuszában a két kaputámadás áll, ellentétben az egy kapu támadásával.



Miért **FUNiño** (3 a 3 ellen 4 kapuval) és nem 7 a 7 ellen?

A 7-től 9 évesek számára való két versenyzés összehasonlítása

FUNiño 4 kapuval	7 a 7 elleni labdarúgás
- A két szélén lévő kapu ösztökéli a fiatalokat, hogy a támadásban használják a széleket. 2 kaput támadva a játék jobb átlátására és értésére ösztökél, ami magában foglalja a periférikus látást, érzékelést és döntéshozatali képességeket, még a cselekvés előtt. - Jobban stimulálja az intelligenciát, észlelést, fantáziát és kreativitást, mint bármelyik másik tradicionális labdarúgójáték. - Az elegendő terület és idő módot ad a gyerekeknek a játék átlátására, az alkotó focira és az alap kommunikációs készség fejlesztésére. - A több idő és terület, a jobb döntéshozatal és technikai végrehajtás kevesebb hibát jelent. - Annak következtében, hogy ugyanazon alapjátékhelyzetek újra és újra megjelennek (azaz a 2 az 1 elleni helyzetek), a fiatal játékos nagyon gyorsan tanul. - A FUNiño-ban a 8 és 9 évesek több labdaérintést élvezhetnek, úgy tekintve rá, mint a legjobb barátira. Nem lehet hosszú felszabadításokat vagy vad és veszélyes rúgásokat látni, melyek „eltörik a labdát”. - A játékosok háromszög alakzatban támadnak és védekeznek a jobb kommunikáció és együttműködés reményében. Könnyű a játéktéren való helyezkedés.	- Az egy, középen elhelyezkedő kapu a megszokott tumultust okozza ennél a korosztálynál, amely megakadályozza az alkotójátékot. - Az helyzetértelmezés, megértés és a döntéshozatal fejlődése akadályozott, mert sok gyerek van a labda körül. - Kevésbé lehetséges az intelligencia, észlelés, fantázia és kreativitás kibontakoztatása. - Különösen a 8 és 9 éveseknek a tömörülés nehezíti a játék értelmezését, a játékból hiányzik a struktúra és gátolt a kommunikáció. - A kevesebb idő és terület több hibázáshoz vezet. - Több mint kétszer annyi növendékkel a pályán, a játék sokkal bonyolultabb, mint a FUNiño-ban és az alaphelyzetek nem jelennek meg olyan gyakran. - Ahogy a játékhelyzetek kevésbé rendszerűek, a futballisták gyakran messzire elrúgják a labdát a veszélyes területről. Gyakran játszanak a labda „ellen” és nem vele. - Maguk elhelyezése a 7 a 7 elleni játékban sokkal véletlenszerűbb.



FUNiño 4 kapuval	7 a 7 elleni labdarúgás
Teljes körű fejlődést engedélyez minden résztvevőnek, mivel nincs lekötött pozíció a csapatban, ami meggátolná a túl korai specializálódást. Mindenkinek támadni kell, mint ahogy védekezni is, az egész pályát használva. - Rendszerint sok gól esik és sok a gólveszélyes akció. Mindegyik növendék több mint egy gólt szerez játékonként. - Mindenki megtapasztalja a főszerepet ebben a dinamikus játékban. - Mindhárom gyerek, a gyengébbeket is beleértve, fontos szerepet játszik ebben a játékban. Mentálisan és fizikálisan is be van vonva az egész meccs folyamán. Senki sem rejtőzhet el!	- A játékosok rendszerint megragadnak a kijelölt pozíciójuknál, szerepüknél, és nem tapasztalják meg a mozgások és hatáskörök sorát, mint a FUNiño-ban. - Kevesebb a gól és gólveszélyes akció. - Kevesebb játékos szerez gólt. - Rendszerint csak az erősebb játékosoknál van a labda. - A gyengébb játékosok kevésbé vannak bevonva a játékba, mint a tehetségesebbek, képzetesebbek, és hajlamosak elbújni.



„A játékos teljesítményszintje nem a többi játékosal összehasonlítva van meghatározva. A saját képességeivel kell, hogy összefüggjön.”

