

Bemutatkozik a

# POZITÍV FELKÉSZÍTÉS

Előadó: Kiss Baranyi Sándor – edzőképző instruktork





# Tartalom

## Az előadás tartalma:

*Mi a helyzet a magyar futballban?*

*Mi a pozitív felkészítés?*

*A pozitív felkészítés célja*

*Kiknek szól a pozitív felkészítés?*

*Miért van szükség a pozitív felkészítésre?*

*A pozitív fejlesztési környezet*

*Középpontban a célkitűzések*

*A dicséret szignifikáns hatásai*

*A hibák értéke*

*A hibák következménye*

*Futballképzés az értékek mentén*

*A pozitív felkészítés várható hatásai*

# Mi a helyzet a magyar futballban?

Az U8-as Kolyókliga Nyugati csoportjának bajnokcsapata! 13 mérkőzés, 12 győzelem, 1 döntetlen! Gratulálunk mindenkinek!!!  
Kézi László, Boros István, Árkai László, Lőrincz

2016 Kölyökliga U10 Nyugati csoport Bajnokcsapata! 12 meccs 12 győzelem.

**U8 Kolyókliga Keleti csoport eredmény táblája**

Kör	csapat	meccs	győzelem	döntetlen	vereség	gólok	gólok	gólkül.	pont
	száma	száma	száma	száma	száma	száma	száma	száma	száma
1	Bajcs MSZ	22	23	1	0	88	53	35	70
2	Lepke SE	22	23	0	2	52	62	10	50
3	Budapesti Sportklub RSE	22	13	1	8	113	58	55	38
4	FC Móránépfő	22	17	2	3	72	45	27	50
5	Békás SE	22	14	2	6	66	66	0	50
6	Budapesti József Attila Sportkör	22	11	1	10	54	73	19	40
7	Tevecs Kábelcső Klubfenék	22	12	1	9	56	61	5	37
8	Gyermek SE	22	11	1	10	38	52	14	34
9	Dunabogdány VSE	22	11	1	10	60	101	41	34
10	Értékes VSE	22	9	2	11	38	58	20	30
11	MTK 2004 SESE	22	7	2	13	70	86	16	25
12	Térségi SE	22	6	0	16	24	141	117	18
13	Ópusztaszer FC	22	5	1	16	63	139	76	15
14	FC Zebegény	22	1	0	21	22	151	129	2

**U9 Kolyókliga Keleti csoport eredmény táblája**

Kör	csapat	meccs	győzelem	döntetlen	vereség	gólok	gólok	gólkül.	pont
	száma	száma	száma	száma	száma	száma	száma	száma	száma
1	Bajcs MSZ	22	24	2	0	88	25	63	54
2	Budapesti Sportklub RSE	22	11	1	10	56	25	31	32
3	Tevecs Kábelcső Klubfenék	22	11	0	11	75	54	21	30
4	Békás SE	22	8	0	14	35	24	11	24
5	Lepke SE	22	6	0	16	44	57	13	24
6	FC Móránépfő	22	7	2	13	58	22	36	23
7	Ópusztaszer FC	22	7	1	14	43	67	24	22
8	Értékes VSE	22	6	1	15	45	51	6	19
9	Budapesti József Attila Sportkör	22	2	2	18	56	47	9	8
10	Dunabogdány VSE	22	2	0	20	38	58	20	5
11	MTK 2004 SESE	22	2	1	19	28	40	12	5
12	Térségi SE	22	2	0	20	18	68	50	5
13	Lepke SE	22	1	0	21	35	68	33	5
14	FC Zebegény	22	1	0	21	38	58	20	5

**U10 Kolyókliga Keleti csoport eredmény táblája**

Kör	csapat	meccs	győzelem	döntetlen	vereség	gólok	gólok	gólkül.	pont
	száma	száma	száma	száma	száma	száma	száma	száma	száma
1	Bajcs MSZ	22	22	0	0	90	29	61	66
2	Lepke SE	22	18	0	4	75	25	50	54
3	FC Móránépfő	22	13	1	8	61	17	44	31
4	Budapesti József Attila Sportkör	22	9	2	11	56	25	31	30
5	Békás SE	22	8	2	12	62	52	10	28
6	Budapesti Sportklub RSE	22	8	0	14	43	56	13	24
7	Budapesti József Attila Sportkör	22	8	1	13	41	65	24	24
8	MTK 2004 SESE	22	4	1	17	25	75	50	13
9	Ópusztaszer FC	22	1	1	20	12	70	58	3
10	Gyermek SE	22	4	0	18	27	42	15	12
11	Értékes VSE	22	4	0	18	40	45	5	12
12	Térségi SE	22	1	0	21	18	62	44	3
13	Tevecs Kábelcső Klubfenék	22	1	0	21	18	62	44	3
14	FC Zebegény	22	0	0	22	9	75	66	0

2017.02.07.

kbs@mlsz.hu

# Mi a Pozitív Felkészítés?

*Küldetésünk, hogy a Pozitív Felkészítés által létre hozzunk egy olyan futball kultúrát Magyarországon, ahol a fiatal játékosok részletekig megtervezett pozitív, biztonságos, támogató környezetben gyakorolhatnak, fejlődhetnek és győzhetik le a fáradtságot, valamint az életben, a pályán kívül is értékes készségeiket fejleszthetik.*



## A pozitív felkészítés reform program célja,

hogy egy pozitív környezetet hozzon létre a futballban a fiatalok számára, arra tanítva őket:

- értékeljék a tanulásba fektetett erőfeszítéseket
- fejlesszék a saját teljesítményüket
- előhozzák a versenyszellemet, de a sportszerűség keretein belül
- pozitívan tekintsenek a hibáikra



# A pozitív felkészítés szól:

**vezetőknek,  
edzőknek,  
szülőknek,  
nézőknek,  
és a játékosoknak,**

annak érdekében, hogy megkapják a Pozitív Felkészítés eszméinek megfelelő tanítást.

# Összehasonlítás:

## **Mi a jellemző manapság:**

99,5% - a gyermekeknek soha nem jut el az elit sport szintjére. Mégis még mindig van egy olyan megközelítés, ami alapján a győzelem minden áron mentalitást átveszik a profi sportból.

## **Mi a Pozitív Felkészítés útvonala:**

A gyerekekre egyénekként kell tekinteni, és a hosszú távú fejlődésükre kell összpontosítani. A Pozitív Felkészítés módszere egy realisabb alternatívát mutat. Természetesen igyekszik megnyerni a mérkőzést, versenyt, de a legfontosabb cél, hogy a fiatalokban kialakítsunk egy jó életvezetési felfogást, szemléletmódot.

# CSALÁDI HATÁRERŐSZEPPALYASA legígéretesebb futballistájává vált.

15

késő este megszakadt  
s Chelsea tizenhárom  
óta tartó győzelmi  
idegenben 2-0-ra  
hamtól. A siker fő  
ét gólt fejelő Dele  
st annyi gólt (tízet)  
5 szezonban. Ma-  
urs menedzsere  
legígéretesebb  
szó. A szak-  
elfogultnak,  
t beszél, el-  
melkedik a  
yítja jobban,  
mint másfél  
ben, a har-  
s Donsban  
ár tizenöt-  
a Premier

League egyik legerősebb csapatának meghatározó játékosa.

Arról egy korábbi cikkünkben mi is beszámoltunk, hogy rögzös úton jutott el idáig. Apja egy héttel születése után lelépett, alkoholproblémákkal küszködő édesanyja pedig a tizenhárom éves fiát másik családhoz küldte, mert az otthoni áldatlan állapotok rossz hatással lehettek volna kezdődő karrierjére.

„Nehéz gyermek-kora volt, amelynek meghatározó szerepe volt a személyiségfejlődésében – mondta Mike Dove,



az MK Dons utánpótlásának feje a Daily Telegraphnak. – Nem fél semmitől, semmi sem aggasztja. Sok időt töltött az utcákon. Amikor tizenegy évesen leigazoltuk, biztonságos

környezetbe került. Láttam rajta, hogy egyfolytában azon gondolkodott, hogyan tudná a meccseken felhasználni az utcai futbalozás során tanultakat. Edzőként szociális munkásként, szülőként és pszichológusként is segítened kell a fiatalokat. Dele számára az volt a lényeg, hogy élvezze, amit csinál. Ha üvöltöztél vele és utasításokat adtál neki, hamarosan megunt az egészet, az volt a legjobb, ha hagytuk, hogy felszabadultan játsszon a pályán.”

A futballista állítólag tavaly óta már nemigen tartja a kapcsolatot családjával, sőt mezén már nem a vezetékneve, hanem a beceneve, a Dele (Bamidele néven született) van kiírva.

„Azt szerettem volna, ha olyan név szerepel a mezemen, amely

zetekkel  
nem érzek  
Nem volt kö  
gondolkoztan

A magáné  
hézségek az  
látszanak me  
jelek szerint s  
nem szabad t  
fiatal labdarúg  
váló munkame  
Dele Allit már  
gokhoz hasonl  
még előtte áll  
hetetlen, hog

THE  
SPORT  
Az FA-  
erőpróba  
együttes  
WEST H  
1: 4.65  
Tovább  
-Nemzet

# Összehasonlítás:

## **Mi a jellemző manapság:**

A fiatalok több mint 70%-a felhagy a sporttal 14 éves korukig. Ez a szám lényegesen magasabb a lányoknál, akik nem élnek a sportolási lehetőséggel, hogy miközben készülnek az életre, mellette fizikailag aktívak maradjanak.

## **Mi a Pozitív Felkészítés útvonala:**

olyan módszereket, technikákat és eszközöket alkalmazni, amelyek bátorító légkört teremtenek annak érdekében, hogy a fiatal magyar labdarúgók felnőtt korukban is szeressék és űzzék a sportot.



# Miért van szükség a Pozitív Felkészítésre?

A sport nagyszerű lehetőségeket kínál a fiataloknak. A sport értéke túlmutat magán a sportoláson, hatással van a fiatalok személyiség formálódására, hatással van az iskolai tevékenységre, könnyebben szocializálódnak a sport által és ugyanígy a sport által számos lehetőség mutatkozik számukra a foglalkoztatottság terén. Mindezek mellett hatalmas egészségügyi segítség, ha valaki minél tovább sportol, hiszen így csökkenteni lehet az elhízások arányát, segít leküzdeni a szorongást és mentálisan jobban érzik magukat az emberek a sport által.

Pozitív tanulási környezetet teremtünk a fiataloknak azért, hogy tovább maradjanak a sport kötelékében és élvezzék azt, emellett ki tudják használni annak minden előnyét.

# Hogyan fedezzük fel az alábecsült tehetséget?

# Miért fociznak manapság a gyerekek?

**A fiatalok így nyilatkoznak:**

- barátaikkal lehetnek
- boldogok lehetnek
- fejleszthetik magukat
- tanulhatnak
- fittebbek és egészségesebbek lehetnek

**Amikor ugyan ezt kérdeztük a szülőktől....**

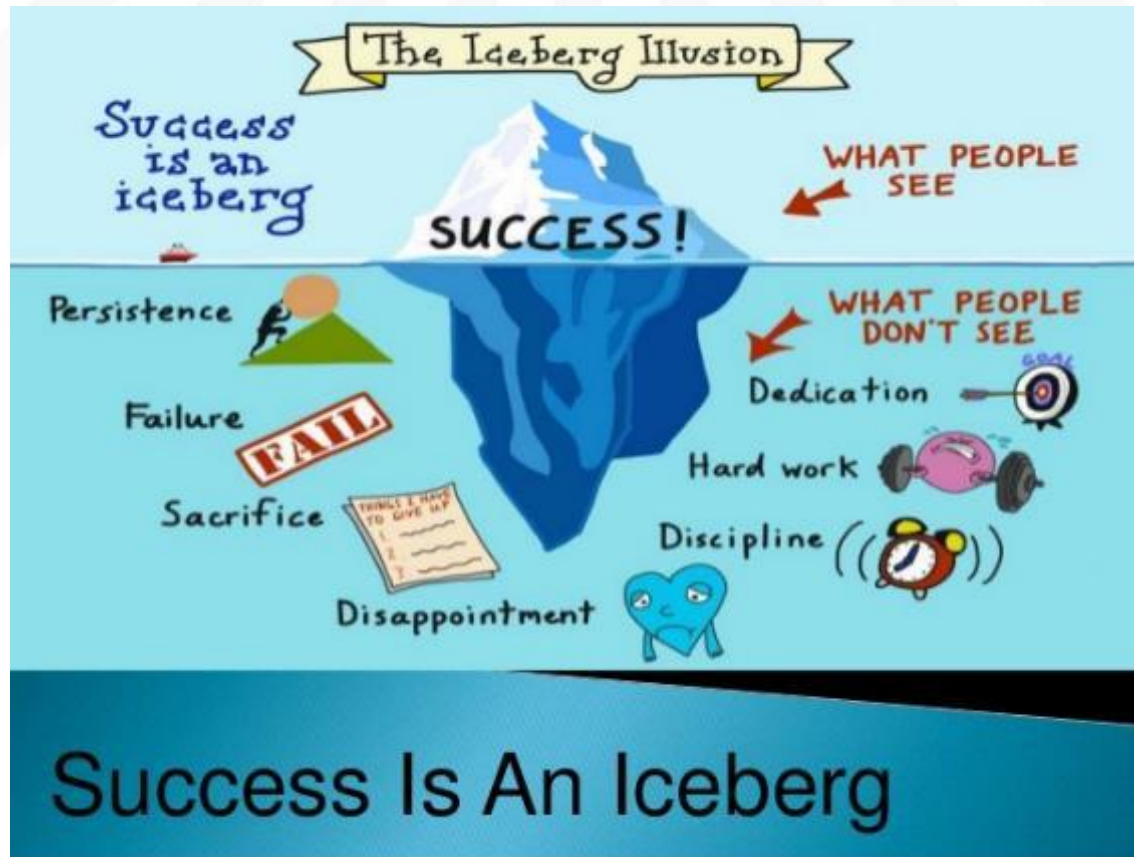
A válaszuk: GYŐZELEM

**Tanácsunk:**

- a gyerekek eredendően motiváltak
- csak a szülők hisznek a külső motivációban – helytelenül

# Hogyan definiálhatjuk a Sikert?

A sikerhez idő kell, elkötelezettség, hibák és nagyon sok láthatatlan munka.



# Mit nevezünk kiváló edzői tevékenységnek?

## Amikor a középpontba:

- a siker érdekében tett erőfeszítés,
- a tanulás és fejlesztés,
- a hibákból tanulás,
- a hosszú távú fejlesztés,
- és az élményközpontúság **kerül!**

# Mit nevezünk hatékony erőfeszítésnek?

**A siker alapja a célok középpontba állítása:**

- okosan dolgozni
- keményen dolgozni és küzdeni
- kötelezettségvállalás és kitartás
- különböző stratégiák kipróbálása
- kilépni a komfort zónából
- siker elérése erőfeszítések árán
- előremutató szemléletmód

# Pozitív Fejlesztési környezet:

**A dicséret szignifikáns hatást gyakorol a fiatalokra!**

**Helyes, amikor a folyamat ér dicséretet!**

**Dicséret jár:**

- technikáért
- erőfeszítésért
- attitűdért
- a tanultak alkalmazásáért

**Nem helyes, az eredmény ér dicséretet!**

**Dicséret jár:**

- a győzelemért
- a helyezéért
- eredményért
- képességért

Barry White



# Az elkövetett hibák értéke:

**A játékosok nem minden esetben sikeresek, ha sikeresek akarnak lenni, akkor mindig tanulniuk kell az elkövetett hibákból!**

A pozitív edzők értik:

- a hibák szükségesek
- a hibákat rugalmasan kell megoldani
- a hiba után gyors sikerélményt kell biztosítani
- jól kell reagálni a fontos dolgokra.

# Az elkövetett hibák következménye:

**A hibák kiküszöbölése!**

**A pozitív edzők pontosan értik:**

Mi a fontos ma?

Töröld meg a szemed, ezzel engedd útnak a hibád!

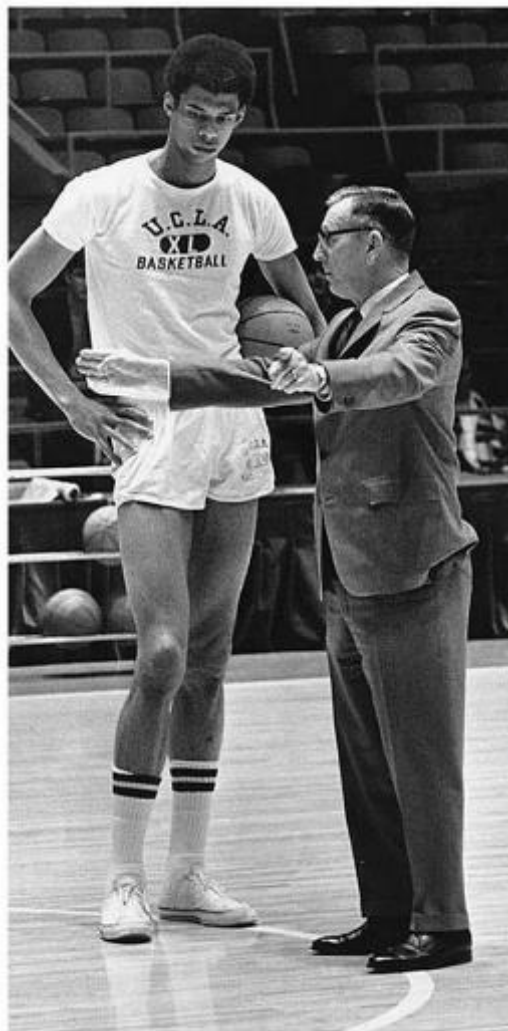
Igazítsd meg a gallérod, és lépj gyorsan tovább!

# Futballképzés az értékek definiálása mentén:

Az edző szerepe, hogy az edzések és mérkőzések alkalmával a pozitív értékeket bemutassa és segítse erősödni!

CSAPATMUNKA	FEGYELEM	TISZTELET	URALKODÁS AZ ÉRZELMEK FELETT
ÖNBECSÜLÉS	FEJLŐDŐ SZEMLÉLETMÓD	TÁMADHATAT- LANSÁG	FELELŐSSÉG
EGYÜTTÉRZÉS	ŐSZINTESÉG	KITARTÁS	EGYENLŐSÉG

# Pozitív Érték



# Hogyan tudjuk ezt biztosítani?

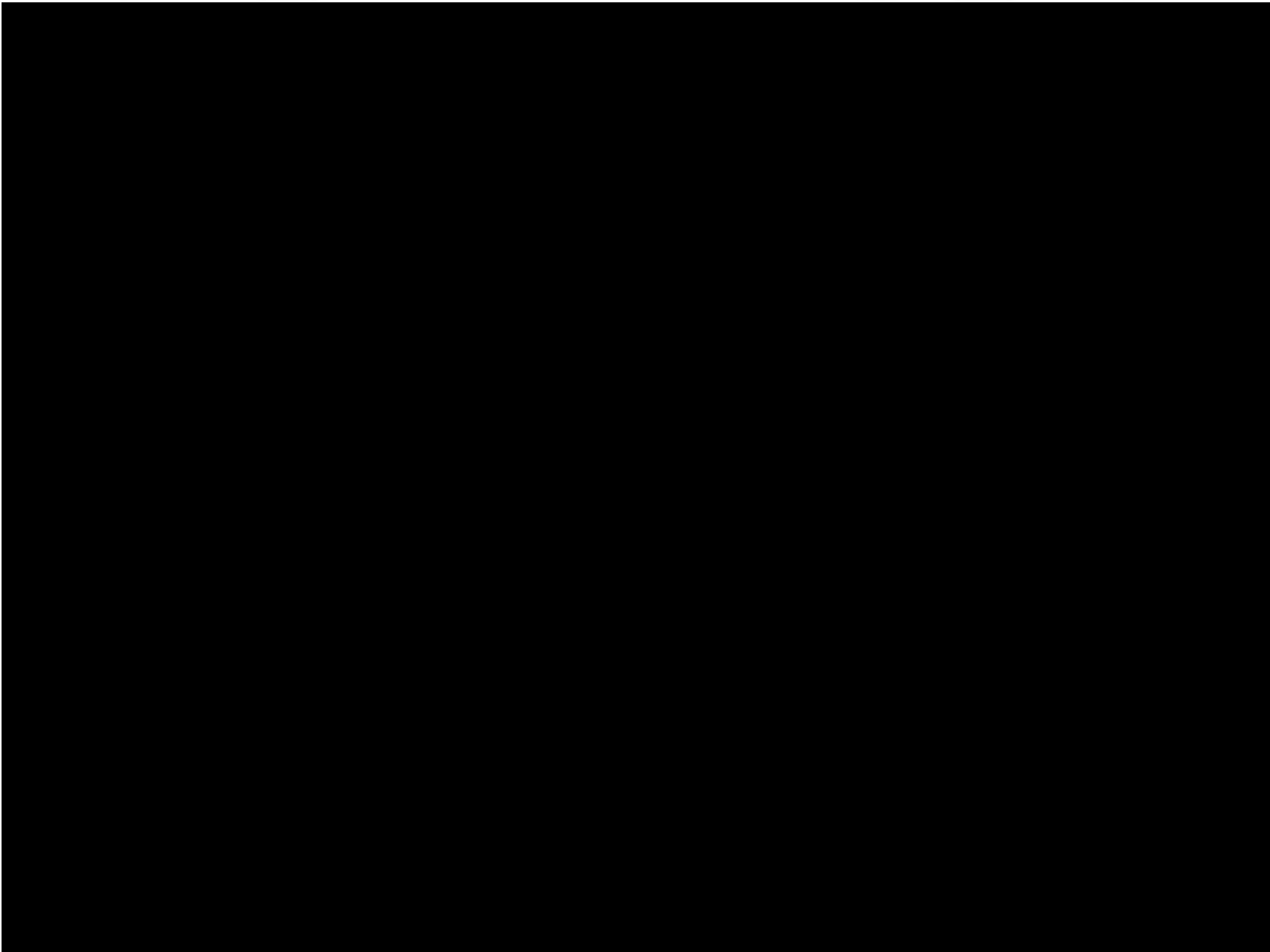
- ✓ Pozitív Felkészítés – megbeszélések, értekezletek
- ✓ Erőforrások és eszközök előteremtése
- ✓ Bajnokságok és klubok formálása  
(vezetők, edzők, szülők, játékosok)
- ✓ Integrálni a fejlesztési területeket  
(klubfejlesztés, edzőképzés, játékosvá válás útvonala, iskolák, és önkormányzatok tevékenysége)
- ✓ Együttműködni más sportági szövetségekkel
  - ✓ - kulcs – gondolatok megfogalmazása a játék lényegéről
  - ✓ - közös kezdeményezések az erőforrások és eszközök tekintetében
- ✓ Kommunikáció

# Milyen utakat járhatnak be a klubok?

- ✓ kis beavatkozás és nincs fejlődés
- ✓ erős egyéniségek járják a saját útjukat
- ✓ komoly beavatkozás, letisztult és közös víziók

# Milyen hatások várhatóak, milyen lehet a JÖVŐ?

- ✓ Pozitív változás és megerősödés a beállítódásban, a vezetők, az edzők, szülők és játékosok körében.
- ✓ Erősödik ez a szellemiség, hogy általánossá váljon és biztosítson egy kultúraváltást Magyarországon.
- ✓ A sportszakemberek körében általánossá válnak a kulcs üzenetek, felelősségek.
- ✓ Minden pályán, tornán és mérkőzésen megváltozik a hangulat.
- ✓ Klub kultúrák jönnek létre.
- ✓ A fejlődés eredményeképpen a fiatalok frusztráció – mentes személyisége alkalmas lesz arra, hogy a számukra hasznos területekre figyelhessenek a klubban, a versenyeken, az iskolában és a településükön is.



# Pozitív Felkészítés

- ✓ Klub kultúra
- ✓ Jobb Emberek
- ✓ Jobb Társadalom

## Sok Sikert!