



**A junior tehetség útjának kialakítása
az alapoktól a kiemelkedő teljesítményig**

Szakmai háttéranyag
a Magyar Fallabda (Squash) Szövetség
számára
hosszú távú nemzeti fallabda (squash) tehetséggondozási program
kidolgozásához

2020. május

Előszó

Jelen dokumentum célja szakmai betekintést adni a Magyar Fallabda (Squash) Szövetség elnöksége számára az Angliában sikeresen működő squash tehetséggondozási rendszer működésébe. A dokumentum esettanulmány keretében részletesen bemutat egy hatékony iskolai együttműködési modellt is, amely évek óta folyamatos utánpótlásbázist biztosít a squash sportágnak.

A szakmai háttéranyagban foglaltak segítséget nyújtanak az elnökségnek több szempontból áttekinteni a sportág utánpótlás jelenlegi helyzetét és a hazai lehetőségek ismeretében megfontolni egy, a gyermek- és ifjúsági korú játékosok specifikus oktatására és a kiemelkedő tehetségek gondozására irányuló rendszer szintű program kidolgozását.

A Szerzőről

A szakmai anyag szerzője Steve Franks, aki az England Squash (ESR) szervezet által elismert Level 4 szintű, Kiemelkedő Teljesítményű edző, a Sporttudományokban posztgraduális diplomával és 15 éves főállású edzői gyakorlattal rendelkezik. Ez alatt az idő alatt több játékost képzett kezdőtől országos szintig, a Kent megyei csapatot országos bajnoki címig vezette és megyei szinten mentorál olyan edzőket, akik ezt a továbbiakban hasznosítják kiemelkedő teljesítményű fiatalok képzésében. A 15 év során alapvetően Angliában tevékenykedett, de Abu Dhabiban is több szinten edzett játékosokat.

A dokumentum különböző projekteket mutat be, például az Akadémia projektet, amelyet a Szerző fejlesztett ki és alkalmaz bizonyított sikerrel Angliában. Ezek a projektek az England Squash szervezet Tehetség Kibontakozási pályafutás programjába illeszkednek és segítenek a Kentben élő juniorokat országos szintű játékosá fejleszteni.

A szakmai anyag tartalma

1. Az Edzői Csapat
2. A Tehetség pályafutásának kialakítása kezdő szinttől a kiemelkedő teljesítményig
3. Együttműködés iskolákkal és fenntartható utánpótlásbázis kialakítása
4. A Tehetség azonosítása
5. Versenyzői pályafutás kialakítása klub / területi / országos szinten
6. Forrásanyagok, angol nyelvű ajánlott irodalom lista

1. Az Edzői Csapat

Előjáróban ki kell jelenteni, hogy a sikeres junior pályafutás kialakításához egyirányba tartó, elhivatott edzői gárdát kell fejleszteni, akiknek szintén követniük kell egy meghatározott edzői pályát.

Angliában az edzőket 5 szintbe sorolják

1. Level 4 - Kiemelkedő Teljesítményű – országos szint
2. Level 3 – megyei szint
3. Level 2 – klub szint
4. Level 1 – klubasszisztens szint
5. Elismert Résztvevő / Fiatal Vezető – önkéntesek klubban vagy iskolában

A sikeres junior pályafutás eléréséhez a folyamatban résztvevő edzőknek együtt kell működniük és az úton elfoglalt helyüktől függetlenül egyformán fontosnak kell lenniük. Lehet egy országnak a világon a legjobb Kiemelkedőbb Teljesítményű edzője, ha nincs a kezdő szinteken (a fenti felsorolásban 3-5. helyre sorolt) edző, akkor nem lesz olyan junior, aki a fejlődési pályán elindulna. A sikeres junior pályafutás működéséhez alapvetően fontos nagy utánpótlásbázis kialakítása azért, hogy az ehhez szükséges képességekkel rendelkező fiatalokat felismerhessük.

Elterjedt gyakorlat volt a Level 2 klubedzők körében, hogy nem ösztönözték tehetséges fiataljaikat haladásra a versenyzői pályán, hogy induljanak külső, országos versenyeken. Ennek oka a fiatal tanítvány továbblépése miatti bevételkieséstől való félelem volt. Erre megoldásként az edzőket kezdték képezni arra a szaktudásra, hogyan kell együttműködni iskolákkal egy erős utánpótlásbázis kialakítása érdekében klubjuk és önmaguk számára úgy, hogy egyszerre érezzék magukat biztonságban az nemzeti edzői csapat részeként és egyúttal biztosítottak a megélhetésüket. Ez rámutat arra a fontos szempontra, hogy a nagy utánpótlásbázis eléréséhez a Level 4 kiemelkedő teljesítményű edzőknél sokkal nagyobb létszámban kellene klubedzők, asszisztensek és fiatal vezetők (önkéntesek). Ők azok az edzők, akik a helyi közösséggel kapcsolatba lépve új résztvevőket adnak a sportágnak.

Angliában, Kent megyében az Általános Iskolai Program 6 évvel ezelőtti bevezetése óta közel 1000 fiatalot vezettek be a squash játékba és óvatos becslés szerint a megtartási arány 40%.

Gyakori, hogy egy kiemelkedő teljesítményre esélyes fiatalnak több edzője legyen. Minden edző más és különböző szakmai tudáskészletet tud nyújtani a játékos megerősítéséhez, például taktikai tudást, az ütések fejlesztését, erősítést és kondicionálást, motiválást stb. Ez felveti az edzők közötti kommunikáció kialakításának szükségességét.

Lehet, hogy egy ország sokat fektet minden szinten olyan edzők képzésére, akik mind hozzá akarnak járulni a juniorok pályafutásához és vállalják saját részüket egy sikeres országos junior programban, de az edzőknek azt is meg kell tanulniuk, hogyan kommunikáljanak egymással. Ezért lennie kell egy olyan irányító csapatnak lehetőleg az edzők köréből, akik felelősek egy eseménynaptár és egy központi weboldal vagy Facebook fiók, illetve más közösségi média csatorna létrehozásáért, amely közvetít az edzők között. Ezt a portált minden edző használhatja, hogy a pályafutás kialakításában érintett összes szereplő között gördülékeny legyen a kommunikáció.

A juniorok szülei is akarnak hozzáférést majd az edzői portálhoz, ahogy az edzési és versenyidőpontokhoz is. Ez fontos, hiszen a szülők támogatják a juniort, őket a képzést végző csapat részének kell tekinteni és a lehető legtöbb információval ellátni... végülis ők hozzák a fiatalokat!!

Ebben a szakaszban azt is meg kell vizsgálni, megkérdezni, hogy az edző miért akar oktatni. A Szerzőnek pályafutása során volt alkalma számos jó edzővel együtt dolgozni. A squash pályán mindenkinek más technikai stílusa van, de kivétel nélkül valamennyien szenvedélyesen szeretik a sportágot és szívükön viselik a játékosait érdekét. Bármelyik jó edzőt megkérdezzük, azonnal az edzői filozófiájáról kezd beszélni, mert ez vezetett oda, ahol most edzőként tart. Ahhoz, hogy egy edző fejlődni tudjon, létfontosságú, hogy beiktasson olyan időszakokat, amikor elgondolkodik és leírja edzői szemléletét, majd időnként visszatér és megnézi, hogy ez változott-e.

Az edzői filozófia

A dokumentum végén található Forrásanyagok között szereplő kutatások alapján úgy tűnik, van egy közös gondolatmenet, amelynek mentén az edzői filozófia idővel és az edző tapasztalataival változik választott szakterületén belül és kívül egyaránt. A Szerző véleménye szerint **az edzői filozófia tükrözi az edző teljesítmény- módszereit formáló összes tapasztalatot és erkölcsi nézetet, azt, hogy az edző mit vár el a játékosaitól és azt, hogy játékosai mit várhatnak tőle.**

A Szerző hiszi, hogy az alábbi Sikerpiramis ábra segít felvetni az alapkérdéseket, mire is van egy edzőnek szüksége ahhoz, hogy jó edzői filozófiát alakítson ki, mert ebben keveredik a megalapozott technikai tudás igénye és a játékosokkal történő jó személyes kommunikációhoz szükséges képességek.

Mindenesetre az edzőnek erős, érett nézetekkel kell rendelkeznie, mert ez biztosítja, hogy üzenete pozitív módon érjen célba, ami jó személyes képességek esetén azt jelenti, hogy az edző nem csak játékosával szemben támaszt követelményeket, hanem időnként a saját fejlődése érdekében szakmai önvizsgálatot is tart.



1.ábra A tanítási sikerpiramis

Részletesebb meghatározás található arról, hogy milyen emberi tulajdonságokat kell figyelembe venni az edzői filozófia kialakítása során a Tanítási sikerpiramis a sportban (Pyramid of Teaching Success in Sport) című publikációban, melyet 2010-ben Gilbert, Nater, Siwick & Gallimore jegyzett. Munkájukat John Wooden edző ("Coach of the century" - Gilbert 2010) arról vallott nézeteire alapozták, hogy milyen tényezők tették őt sikeres, kiemelkedő teljesítményű edzővé.

Miért hasznos az edzői filozófia?

Az edzői filozófia segít az edzőnek megérteni saját céljait és növeli játékosaiiban a bizalmat, hogy edzőjüket a legjobb szándék vezérli.

Az edző filozófiája idővel változik, mivel beépülnek az edző adott időszakban szerzett tapasztalatai, amelyek hozzájárulnak teljesítményének változásához. Ezt megerősíti Nash Sproule egy esettanulmánya, amely kimutatta, hogy a Level 3-4 szintű, tapasztaltabb edzők sokkal jobban meg tudták magyarázni az óráik felépítése mögötti indítékokat, mint a Level 1-2 szintű edzők, akik inkább a teljesítmény technikájára koncentráltak, kevés érveléssel.

Ha át tudjuk adni ezt a magyarázatot és megértést a játékosnak, az lehetővé teszi, hogy az edző-sportoló páros partnerként dolgozzon együtt, melynek eredményeként a játékos gyorsabban tanul és hatékonyabb együttműködés épül.

Az ilyen szintű bizalom edző és játékos között átalakítja a tanulás elméleti modelljét: a viselkedés alapú modelltől a közösségen alapuló, építő jellegű modellre, ami minden bizonnyal felgyorsítja a játékos fejlődését. Ez azt jelenti, hogy a kapcsolat túllép a főnök / tanuló jellegűen, és az edző lehetővé teszi játékosának, hogy a képességeivel kísérletezzon azért, hogy kialakítsa saját egyedi stílusát.

A Szerző edzői filozófiája

- *Azért vagyok edző, mert pozitív hatással akarok lenni a játékosok életére.*
- *Nyílt párbeszédre bátorítom a játékosokat, mert mindketten emberek vagyunk, nem robotok.*
- *Nem kell félni a veszéstől, de csak addig elfogadni a vereséget, amíg az edző-játékos párosunk tanulni tud belőle.*
- *Népszerűsítom az erkölcsi felfogást, amely szerint élek és amit a játékosok tisztelhetnek.*
- *Biztosítanom kell a játékosaimat arról, hogy mindig számíthatnak rám.*
- *Azért van szükség önvizsgálatra, hogy el tudjam fogadni a változást.*

Az Edzői Csapathoz tartozás technikai és tárgyi előfeltételei

Angliában az edzőknek az alábbi három érvényes dokumentációval kell rendelkezniük:

- DBS (Disclosure and Barring Service disclosure) – rendőrségi nyilatkozat arról, hogy ellenőrizték az edző háttérét, alkalmas gyermekekkel együtt dolgozni, nincs gyermekekkel szembeni visszaélésre vonatkozó bűnügyi előélete
- Safeguarding and protecting Children certificate – igazolás arról, hogy az edző elvégezte a gyermekek jólétének gondozására és a visszaélések jelentési eljárására vonatkozó aktuális irányelveket ismertető tanfolyamot
- First Aid certificate – elsősegély-nyújtói igazolás arról, hogy az edző hivatalos tanfolyamon alkalmasnak bizonyult CPR (szív- tüdő újraélesztési eljárás) és egyéb elsősegély nyújtására, beleértve a jelentési eljárást is

A három igazolást háromévenként meg kell újítani az edzői engedélyhez, ellenkező esetben az edzők nem oktathatnak. Mindenkinek érdeke, hogy csak engedéllyel rendelkező edzők lehessenek az Edzői Csapat tagjai, mivel ez jelentős profizmust ad a rendszerhez és biztosítja, hogy a gyerekeket országos szinten alkalmasnak nyilvánított edzők oktassák.

Továbbképzések

Az edzőnek is törekednie kell a következő szint elérésére, részt kell vennie a rendszeres CPD (Continuing Professional Development) workshopokon, hogy lépést tudjon tartani az új edzői módszerekkel és a mögöttük lévő gondolkodásmóddal.

Módszertan és eszközök

Az edzőnek rendelkeznie kell egy mappával, amiben a mini squashtól (iskolai foglalkozások) az elit szintig kidolgozott edzésterveket tartja. Ezt a mappát használhatja (használhatják) az edző asszisztense(i), ez segít nekik a kiválasztott órát megtartani a vezető edző részvétele nélkül, amikor az edző már biztos segítője képességeiben.

Ezen kívül az edzőnek rendelkeznie kell tucatnyi ütővel, különböző méretű labdákkal kezdőtől a kétsárga-pontos labdáig, szemvédőkkel (ami az egész ESF rendszerben kötelező), padlójelekkel a célpontok és a kondicionáló játékok pályájának kijelöléséhez. Az iskolai munkához ajánlott eszközök részletes listája megtalálható a dokumentum „Együttműködés iskolákkal” részében.

2. A Tehetség pályafutásának kialakítása kezdő szinttől a kiemelkedő teljesítményig

Ennek a pályának az elfogadása elengedhetetlen a sporttestület számára, mivel érthető mintát ad az edzőktől a juniorokon keresztül a szülőkhöz minden érintettnek.

Az edző tudja, miben van kulcsszerepük a juniorral és szüleivel az út során, amikor a sportágba belépve elindulnak a squash világába.

Elengedhetetlen, hogy ezt a pályát országosan népszerűsítsék az összes csatlakozó klubbal, hogy az információ az összes új szülő számára elérhető legyen. Ha ez nem történik meg – ahogy régebben tapasztalható volt Angliában - , a szülők csalódottá válnak, mert nem ismerik a folyamatot és esetleg nem támogatják tovább a sportágot.

A játékos pályafutását Angliában a legmagasabbtól indulva a következő szinteken értelmezik:

1. Nemzeti szintű játékos
2. Feltörekvő ('Aspire' - korábbi elnevezése: Regionális) szintű játékos
3. Megyei szintű játékos
4. Klub szintű játékos
5. Utánpótlás (elsősorban iskolai fókusz, de bármely U18 korcsoport, pl. kezdők)

A következő oldalon egy példán keresztül mutatjuk be részletesebben ezt a pályafutást.



Nemzeti

A Feltörekvő Csoportban kiemelkedően teljesítőket meghívják az Angol Csapatokba a Potenciál – Fejlődés – Akadémia – Csoport pályafutáson keresztül.

2020 januárjában Kent megye 4 játékost adott ezeknek a csapatoknak

Aspire

Feltörekvő
(Regionális)

A Feltörekvő Csoportot a Régió Feltörekvők Edzője választja ki a régióhoz tartozó 4 megyéből az ESR Országos Ranglista helyezések, az Arany / Ezüst tornákon nyújtott teljesítmény és a Megyei Edző javaslata alapján. A csapatot két részre bontják: az 'Állandó' és 'Csere' játékosokat novembertől márciusig törekvésüknek megfelelően képzik.

Verseny: Feltörekvők Országos Versenye

A Megyei Edző választja ki a Juniorok közül a Megyei 10 Csapatot a klubedzők javaslatai és a 2 Kent ligán nyújtott teljesítményük alapján.

A tíz fős csoportot két részre osztják: az A csapat a Megyék Közötti Országos Bajnokságban, a B csapat pedig a 6 Megye Grand Prix-en versenyez.

A korhatári besorolást az OB döntő napja határozza meg, ami után kialakítják a következő versenyszézonban induló csapatot.

Versenyek: Megyék Közötti OB, 6 Megye GP, ESR Arany / Ezüst / Bronz tornák

A fiatal Junior tagként belép a klubba, ahol egy ESR minősítésű edző segítségével elindul pályájának fejlesztése, pl. arany, ezüst vagy bronz szintre. A Klub Juniorokat belső és külső tornákon vezetik be a versenyzésbe.

Versenyek: Ligák a Klubon belül, Kent Junior Klub Liga, Területi Egyéni Ligák, ESR Réz/Bronz tornák



Megyei



Klub

Az iskolákban tartott Mini Squash Tanfolyamok alapozzák meg a helyi squash centrumokban induló Iskolai Akadémiák bázisát.

Kapcsolat ifjúsági szervezetekkel, pl. cserkészek

Versenyek: Kenti Általános Iskolai Akadémia Kupa; Kenti Iskolák Versenye, Megyei Mini Squash Fesztivál



Kezdő
(Utánpótlás)

2.ábra A Kent megyei Junior Pályafutás összefoglaló táblázata

A Junior korosztály 18 éves korig tart, a korcsoportok felosztása: U11, U13, U15, U17 és U19, valamint ezeken belül Fiú / Lány Csoportok vannak.

3. Együttműködés iskolákkal és fenntartható utánpótlásbázis kialakítása

- Esettanulmány -

Háttér és mérföldkövek

A Kenti Általános Iskolai Akadémia projekt a 2014/15-ös tanévben kezdődött a bearstedi Roseacre iskola 4. évfolyamával azért, hogy az iskolákban akkor már 6 éve tartott mini squash tanfolyamokból erősebb fejlődési pálya alakuljon ki.

A projekt az általános iskolai 3. és 4. évfolyam (7-9 éves) korcsoportjának edzését választotta ki, mivel ebben a csoportban már kellően fejlett a gyorsaság / egyensúly / koordináció és a kéz-szem kapcsolat képesség, valamint nincsenek iskolai vizsgák. Ezen a projekten keresztül bebizonyosodott, hogy ebben a két korcsoportban a legmagasabb a megtartási arány.

A projekt bevezetése előtti időszakban is működtek edzők az iskolákban, de a tanfolyamok végén csak a diákoknak adott szórólapokra támaszkodtak, ami minimális eredménnyel járt, mivel a szórólapok nem feltétlenül jutottak el a szülőkhöz. Ezen projekt keretében az iskola küld emailt minden szülőnek, ennek pozitív fogadtatása eredményeként megerősödött az átmenet az iskolából a klubba.

Az első Akadémia a Maidstone Squash Clubban indult 16 résztvevővel. Közülük most, hat évvel később nyolcan még fallabdáznak klub / megyei szinten és egyikük a jelenlegi kenti U15 Lány bajnok.

2016 júliusában elindult az Akadémia Kupa verseny azzal a céllal, hogy a projektnek legyen egy versenyeleme is. A verseny azóta is fennmaradt, minden évben az összes akadémia nevez egy csapatot, és ma már a Kenti Junior versenynaptár része. A verseny lehetővé teszi, hogy a teljesen kezdők először megtapasztalják egy squash tornán, milyen a hozzájuk hasonló szintű ellenféllel szemben játszani.

2020-ban 40 Iskolai Akadémia működik szerte Kent megyében mintegy 700 résztvevővel, akik közül sokan már csatlakoztak helyi squash klubokhoz, amelyek játékosokkal látják el a Kenti Fejlesztő csoporttal induló Megyei csoportokat.

Az Akadémia létrehozása

Az igények felkeltése és a csatlakozás érdekében a helyi iskolával olyan kapcsolatokat kell kialakítani, amelyekkel az edző éveken át dolgozhat. Angliában az első kapcsolódási pont a területi Iskolai Játék Szervezővel való találkozás a program bemutatása céljából.

Az Iskolai Játék Szervezők felelősek a területükön szervezett iskolai versenyekért. Ők fel tudják venni a kapcsolatot a klub környezetében lévő összes helyi általános- és középiskolával. Az edző a klub körül egy 5 mérföld sugarú körben keresi az iskolákat azért, hogy az utazás ne okozzon majd gondot a szülőknél.

Az Iskolai Játék Szervező hirdetni akarja majd a projektet, fontos tehát, hogy az edzőnek legyen egy szórólapja, amelyben részletesen leírja az ajánlott szolgáltatást, valamint azt, hogy miért lesz ez hasznos az iskola számára. Például egy új sportágit tud ajánlani az iskolának, ami növeli a tanulók gyorsaság / egyensúly / koordináció képességeit és ütőkészségeit, valamint összekapcsolja az iskolát a klubbal jövőbeni események céljából.

Ebben a fázisban Mini Squash Fesztiválok rendeznek, melyek keretében meghívják az iskolákat a klubba. Jelen szakmai dokumentumban alább található a Fesztivál során játszott játékok listája, amelyben jól látszik, hogy ezek az ütővel játszott sportokhoz szükséges általános készségekre fókuszálnak, egy kis elfogultsággal a squash irányában. A Fesztivál célja, hogy bemutassa az iskoláknak, milyen munkát végez majd az edző az iskolában és ezáltal eladja az iskolának a projektet.

Amennyiben az iskola elfogadja a meghívást a projektbe, kitűzik a 6 hetes tanfolyam kezdési időpontját és az edző elkezdheti a 6 hetes óraterv megvalósítását.

Az első héttől kezdve az edző a tanárral együttműködve készíti az osztály 'Tehetséges és rátermetten teljesítők' listáját. Ez a lista hetente változik, ráadásul lesznek olyanok, akik bár társaiknál kevésbé tehetségesek, de nagyobb lelkesedést és jó hozzáállást tanúsítanak az órákon. A cél minden osztályból 6-10 lányt és 6-10 fiút meghívni az Akadémiára. Angliában az osztálylétszám jellemzően 30-34 fő és évfolyamonként 2-3 osztály van. Ez azt jelenti, hogy az edző 60-90 gyerekkel foglalkozik 2-3 párhuzamosan futó 6 hetes óraterv keretében és meg akar hívni 60 gyereket, hogy kezdje el az Akadémiát. A 60 meghívásra várhatóan 20 pozitív válasz érkezik.

A tanfolyam előrehaladásának második hetében az edző kérésére az iskola emailt küld a szülőknek, amelyben a klubban Nyílt Napot hirdet a kurzus 5. hetére. Itt a gyerekek lehetőséget kapnak bemutatni újonnan szerzett képességeiket, valamint szüleikkel együtt megismerik a helyet, ahova az Akadémiára járnak majd, ezáltal kapcsolat alakul ki a klubbal.

A Nyílt Nap után az edző kérésére az iskola emailt küld mindenkinek, aki szerepel a 'Tehetséges és rátermetten teljesítők' listáján. Fontos, hogy a levél az iskolaév befejezése előtt kimenjen, hogy a szülők figyelmét a szünetre való felkészülés ne vonja el.

Az 1. számú mellékletben található egy minta a meghívó levélre.

A válaszok beérkezése után a következő félév első vagy második hetében elkezdődik az Akadémia. Az első alkalom a környezethez szoktatásról szól, azután az edző már a squash edzésre fókuszál, de még használ a mini squash programból ismert elemeket a bemelegítő játék során.

Kivel kell felvenni a kapcsolatot?

A fentiekben bemutatásra került az Iskolai Játék Szervező szerepének fontossága Angliában az Akadémia projekt elindítása során.

Az első bejelentkezési pont azonban mégsem feltétlenül az Iskolai Játék Szervező. Lehet, hogy a klubtagok, vagy az edző már ismeri a helyi iskola vezető tanárát, testnevelési koordinátorát, esetleg a személyzet vagy a tantestület más tagját. Bármelyikük bemutathat a megfelelő embernek az iskolában, hogy el lehessen ott indítani az Akadémiát.

A klubban már játszó fiatalok szülei is segíthetnek a fontos első kapcsolatfelvételen, ami szükséges ahhoz, hogy az iskola megismerje a projektet.

Az iskolában – 6 hetes óraterv és felszerelés



3.ábra Az iskolákban használt visszapattanó háló

Egy harmincnál nagyobb létszámú osztály esetén az óra megtartásához a következő felszerelésekre van szükség: 12 db gyerekütő, 12 db kezdő (tanuló) labda, tucatnyi bója és 3 db visszapattanó háló. Az osztály hat, 4-6 fős csoportra oszlik; a háló használatakor a háló mindkét oldalán dolgozik egy-egy csoport.

A foglalkozások egy 6 hetes iskolai óraterv szerint zajlanak. Az óraterven adott esetben lehet módosítani vagy javítani, de eddigi 12 éves használata során már kiállta az idő próbáját és sikeresnek bizonyult. Az óratervben használt tevékenységek és az ezekhez szükséges eszközök részletes leírása segíti az edzők munkáját.

A klubban - az Akadémia elindítása

A tanfolyam megkezdése előtt az iskolával fontos egyeztetni, mikor lesz iskola után a tanulóknak szabadidejük, hogy az Akadémiára járjanak.

Ha adott időpontban már van egy másik népszerű foglalkozás, akkor nyilvánvalóan rossz ötlet akkorra tenni az új Akadémiát. A cél a lehető legtöbb új résztvevő megnyerése és mivel a squash az új sport, fontos elkerülni, hogy a fiatalnak választani kelljen egy bejáratott

foglalkozás és az új között, mivel a szülő nagy valószínűséggel a bejáratott foglalkozás mellett dönt, hiszen az már beépült a napirendjükbe, a heti rutinba.

A 8-9 éves korosztálynál el kell fogadni, hogy a gyerek próbálgatja a sportokat és később dönti majd el, hogy mire akar fókuszálni. Jelen dokumentumban később ezt a kijelentést bővebben kifejtjük a Tehetség pályafutása cím alatt, mivel fontos, hogy az edző ezt megértse.

Az Akadémia napjának kiválasztásába be kell vonni a klubot is, hogy biztos legyen a pálya elérhetősége és a pályadíj mértéke. A költségek ismerete alapján tudja megállapítani az edző az egy gyermekre jutó tandíjat. A tandíjnak fedeznie kell az edző díját, a pályadíjat és bármilyen segítő díját, ha szükséges. Ajánlatos, hogy a gyermekek szülei egy adott időszakra és az időszak kezdete előtt kifizessék a díjat. Az alkalmankénti fizetéses rendszer működtetése az edző számára az Akadémia bevételeinek csökkenését vetíti előre, mert nem lesz 100%-os részvétel betegségek, illetve közösségi eseményekkel ütközés és sok más ok miatt.

Az Akadémia fenntarthatósága miatt fontos a klubnak megérteni és a klub vezetőségével jóváhagyatni, hogy alkalmanként 16-20 gyerek használja majd a klubot egy olyan időszakban, ami korábban valószínűleg csendes volt. Jellemző probléma az Akadémia órák időpontjának foglalása során a klubnál, hogy ez hatással lehet más, régi tagok foglalásaira, akik nem hajlandóak elfogadni az új juniorok képzését a klubban. A klubvezetéssel történő együttműködés eredményeként ezt a problémát a klub oldja meg úgy, hogy az később ne üssön vissza az edzőre.

Az iskolával és a klubbal közösen kialakított dátum és időpont megléte után az Akadémiát a korábban leírt meghívó levéllel lehet meghirdetni és a tanulóknak folyamatosan „adagolni”, hogy mikor kezdődik. Ez segít a szülőknek a következő tanév megtervezéses során.

Intézményes kapcsolattartás és személyes kötődés

Az Akadémia kezdetekor fontos, hogy az új résztvevők kötődjenek az új klubhoz és népszerűsítsék másoknak is. Az alábbi fotó 6 éve készült az első kenti Akadémiáról. A képen látszik, hogy minden gyereken új Akadémia póló van, ami identitás érzést adott nekik, miközben a klubot is reklámozta. Ez a kép megjelent egy helyi lap cikkében, aminek eredményeként több iskola is érdeklődött az Akadémia létrehozása iránt.

A Roseacre iskola 6 év elteltével is kapcsolódik még a klubhoz, 2020-ban indították a hetedik Akadémiájukat. A kapcsolat életben tartásával mintegy 100 gyereknek nyílt lehetősége, hogy pályafutása első lépéseit az iskola után a klubban folytassa. Ennek eléréséhez alapvetően fontos volt az iskolával folytatott párbeszéd, a tanulóik előrehaladásáról adott visszajelzések, az iskola bevonása versenyekbe stb. Az edzőnek biztosítani kell ezen munkamódszer fenntartását, hogy folyamatosan tölteni tudja az utánpótlásbázist.



4.ábra Az első kenti Akadémia diákjainak csoportképe

Angliában a tehetség pályafutása Akadémiák létrehozásán alapul minden szinten, ahol minden Akadémia egy lépcsőfok a következőhöz, amíg a fiatal eléri az Országos Válogatott Akadémiát. A következő Akadémiára való fellépés alapja a junior versenyeken nyújtott teljesítménye, valamint képességeinek fejlődése, amit az adott Akadémia edzője ítél meg.

Tanulság a magyar utánpótlás neveléshez

A Szerző az eddig kapott információk alapján úgy gondolja, hogy Magyarországon a játékosok pályafutása leginkább verseny alapú. Ez felveti az állandó vita tárgyát képező kérdést, hogy a gyakorlást, vagy a játékot tartjuk-e fontosabbnak.

Ebben a témában több tanulmány is készült. Egy ausztrál futball területén végzett vizsgálat során például azt tapasztalták, hogy a nemzeti válogatott néhány tagja nagyon kevés edzéssel kezdte a pályafutását, helyette arra buzdították őket, hogy a játékon keresztül tanuljanak. A vizsgálat megállapította, hogy ezek a játékosok sokkal jobban megtanulták kezelni a meccseken fellépő stresszhelyzeteket azokhoz képest, akik korábban strukturált készségfejlesztésben részesültek, de cserébe az utóbbiak erősebb technikai alapokkal rendelkeztek.

Ezt a két megközelítést összevetve úgy tűnik, hogy az angol modellben a játékosokat mindkét területen fejlesztik és ezért érdemes megvizsgálni a magyar versenyzői pályafutás

támogatása érdekében több technikai képzés bevezetését. A több képzés elősegítené a csapatok és az utánpótlás műhelyek fejlődését és azt, hogy a versenyzők ne ugorjanak a klubból azonnal országos szintre, hanem a folyamaton keresztülhaladva építsék fel a magabiztosságukat.

Úgy tűnik, hogy a junior versenyek rendezése során Magyarországon problémát jelent a játékosok alacsony létszáma. Ezt a nagyobb utánpótlásbázis fejlesztésére összpontosítva lehet megoldani, amit Angliában a fentiekben bemutatott, kiterjedt Iskolaprogram kialakításával sikerült elérni, ezáltal is táplálva a helyi klubokat.

4. A Tehetség azonosítása

A versenyek jelentőségét a következő fejezetben tárgyaljuk majd, de itt is hangsúlyozom, hogy az edzőnek meg kell értenie a 'Tehetség Azonosítási út Modell' fontosságát. Javaslom, ha teheti, szánjon az Olvasó időt a Forrásanyagoknál szereplő kutatók által ebben a témában írt angol nyelvű tanulmányok elolvasására.

A Williams & Reilly (2000) által jegyzett 'Kiválóságra törekvés' modell azt mutatja be, hogy a pályafutás miatt az erős utánpótlás szint megteremtésére összpontosít a programban jól teljesítő(k) kiválasztásához szükséges alábbi négy lépcsőfok vonatkozásában:

1. **A Tehetség Észrevétele** – azon potenciális szereplők azonosítása, akiknek valószínűleg van a sportághoz érzéke
2. **A Tehetség Felismerése** – a jelenlegi játékosok között felismerni azokat, akikben megvan az élvonalba jutás lehetősége
3. **A Tehetség Fejlesztése** – a sportolóknak megfelelő tanulási környezet biztosítása
4. **A Tehetség Kiválasztása** – Erős kiválasztási szempontrendszerrel rendelkező szervezet

Kent megye squash életében a Kent Iskolai Akadémia projektnek köszönhetően megnövekedett a Tehetségek észrevétele. Ennek eredményeként több mint 700 új junior játszott squasht az elmúlt 7 év során, ezzel bővítve a bázist, amelyből azonosítani lehetett azokat a kiválóan teljesítő fiatalokat, akik tovább tudtak lépni a megyei / regionális és országos programokba.

A Tehetség észrevételének folyamata az utánpótlás edző első találkozásakor az iskolai osztályával elkezdődik és az egész pályafutás alatt alkalmazzák. Tudatában kell azonban lenni a ténynek, hogy a játékos fejlődése nem lesz egyenes ívű, mivel nem csak fizikai és pszichológiai érettségét kell megvizsgálni a fejlődés mérésekor. Jelentős hatással van a játékos fejlődésére az is, ami a squash környezetén kívül történik, pl. a tanulmányai, a családi, baráti kapcsolatai és mindaz, ami a testi-lelki-társadalmi egészség témakörhöz tartozik. Azért elengedhetetlen jó kapcsolatot nem csak a játékosal, hanem a szüleivel is

fenntartani, hogy tudjuk, mi történik a fiatal életében, mert ez hozzá tartozik a hatékony edző-sportoló kapcsolathoz.

Az edző számára hasznos lehet a tehetség azonosítási modellek tanulmányozása. A Forrássanyagok között 7. 8. 9. és 10. sorszámmal szereplő szakirodalom tárgyalja azokat a fejlődési szakaszokat, amelyeken a sportolónak végig kell menni kezdő szinttől az élsportolóig. Ezek a modellek megmagyarázzák korábbi kijelentésemet a „próbálgatásról”, mely szerint 8 éves kor körül a legtöbb gyerek annyi sportágat kipróbál, amennyit csak tud.

12-13 éves korában a fiatal elenged néhány sportágat és elkezd egy vagy két sportra szakosodni. 15 és 17 éves kor között jönnek rá, hogy melyik sportban a legerősebbek és abba az egybe fektetik összes erre fordítható idejüket. A kiemelkedően teljesítők esetében lehet az említett korcsoportokban eltérés.

Az edzőnek feltétlenül meg kell értenie, ha adott időszakban a fiatalok nem tudnak olyan elkötelezettséget tanúsítani, amelyet az edző elvárna, mert éppen most döntenek el, hogy merre vezet az útjuk. Ilyen esetben az edzőnek nem szabad forszírozni a döntést, mert az valószínűleg ahhoz vezet, hogy a fiatal elhagyja a sportágat.

Az edzőnek kihívásokkal teli, versengő, de a közösség tekintetében vonzó környezetet kell teremtenie a fiatal számára, hogy rendszeresen meg akarjon jelenni.

5. Versenyzői pályafutás kialakítása klub / területi / országos szinten

A squash versengő sportág és ezért természetes, hogy az utánpótlástól az élsportoló szintig versenyek lesznek azért, hogy próbára tegyék a résztvevők által elsajátított képességeket és megmutatkozzon, hol kell még fejlődniük ahhoz, hogy pályájukon előre tudjanak lépni.

A legtöbb junior meccset akar játszani

Ha az óra elején megkérdeznénk, mit szeretnének csinálni, a borítékolható válasz a 'meccset játszani' lenne, nem pedig az, hogy „a játékuk gyenge pontján javítani”. Ha a csoportfoglalkozások során mérkőzés-szituációkat játszanak, akkor a fiatalok úgy érezhetik, ők irányítják az óra menetét, miközben az edző rávezetheti őket bizonyos taktikákra és kihívás elé állíthatja gyengeségeiket. Az óra keretében az edző beléphet, hogy kijavítson egy ütést és rákérdezzen a meccs bizonyos helyzeteire. Másik gyakorlási lehetőség 5-10 percet adni az edzés végén, hogy rendes meccset játsszanak. Ez az edzési forma segít, hogy a fiatal versengő környezetben tanuljon, ami felgyorsítja fejlődését. Az ilyen felépítésű órán az

edzőmegadja a fiataloknak a lehetőséget, hogy versenykörnyezetben edzhessenek akár már kezdő szinten is, miután megtanulták a szabályokat, valamint a 6 ütőfajtát: alapütés / röpte / emelés (lob) / ejtés (drop) / felütés (boast) / adogatás (szerva).

A Tehetség pályafutás program a versenyre koncentrál

Mivel a tornákon elért eredmény alapján lehet a haladást legjobban megítélni, ezért felállítottak egy rendszert, amelyben a résztvevők pontot kapnak minden versenynevezésért és a versenyen elért teljesítményükért. Angliában minden, az England Squash (ESR) szervezet által elismert versenyre történő benevezéssel a résztvevők Országos ranglista pontokat gyűjtenek a megfelelő korosztályos ranglistán, ami lehet U11,13,15,17 és 19, ezeken belül Fiú / Lány. Ehhez hasonlóan minden eseményen - beleértve az elismert junior / felnőtt csapatbajnoksági meccseket, megyék közötti tornákat, osztályba sorolt eseményeket – a résztvevők Squash szint pontokat gyűjtenek, ami egy összesített rangsorolási rendszer.

Az edzők vagy csapatkiválasztók fel tudják mérni egy játékos fejlődését ezen két rangsor adatainak elemzésével. A kiválasztás felülvizsgálata során ez igazolhatja egy játékos elmozdítását felfelé (vagy lefelé) a megfelelő csoportba / Akadémiára.

Ez a rendszer nem csak arra inspirálja a játékost, hogy minél több tornán vegyen részt, hanem arra is, hogy többet akarjon edzeni az előrelépéshez szükséges pontok gyűjtése érdekében. A rendszer azonosítja azokat a juniorokat, akik fejlődni akarnak, hogy betörhessenek a következő szintre, ezzel kihívást jelentenek a magasabb csoportban lévők számára, ami viszont erősíti a klubot, a megyét és az országot.

Fontos körülmény, hogy a versengés a Tehetség pályafutás minden szintjén strukturált, külső versenyeken zajlik.

A 2. ábrán példaként bemutatott kenti Tehetség pályafutáshoz tartozó táblázatban pirossal kiemeltük az egyes szintekhez köthető versenyeket, de az egyértelműség kedvéért az alábbi táblázatban tisztázzuk az angol versenyzési modellt.

Tehetség Pályafutás Szint	Verseny
Országos (nemzeti)	Nemzetközi tornák ESR által elismert Platina és Arany versenyek
Feltörekvő (regionális)	Feltörekvők Országos Csapatversenye ESR által elismert Platina, Arany és Ezüst versenyek
Megyei	Megyék Közötti Bajnokságok (A és B Csapat) ESR Arany, Ezüst és Bronz tornák
Klub	Megyei Junior-csapat Klub Liga Területi Egyéni Ligák ESR Réz és Bronz tornák
Kezdő (utánpótlás)	Akadémia Kupa Területi versenyek Mini Squash Fesztiválok

Az országosan elismert versenyek 5 kategóriába sorolhatók, melybe a Réz szinten léphetnek be a fiatalok, akiknek még új a squash és a versenyzés. Bárki benevezhet, ahogy a Bronz tornákra is. Ezüst szinttől már az Országos ranglista pontszám alapján, illetve pl. a British Junior Open esetében meghívással lehet részt venni. Itt kezdi a versenyző megtapasztalni a külföldi ellenfeleket, akikkel egyébként korábban már találkozhatott, hiszen sok, ezen a szinten játszó junior vesz részt Anglián kívül rendezett versenyeken.

Ha 13 éves korára eléri a Megyei szintet, akkor a fiatal klubja elkezd szerepeltetni a felnőtt csapatligában. Ez megerősíti a juniort, ezért nem csoda, ha az élsportoló az U19 korosztály elérésekor már nem csak a Feltörekvő Angol Junior Csapat tagja, de a Top 5 megyei felnőtt között is helye van.

A squash, mint életpálya

Az U17/19 korcsoportban az országos szinten élsportoló fiatal eldönti, hogy a squasht választja-e életpályának és csatlakozik-e a PSA körhöz. Ez az előrelépés természetes, mivel a junior sikeresen végighaladt a tehetség pályafutás állomásain, elérve az országos szintet. Ekkorra a fiatal versenyző valószínűleg már sok felnőtt sporteseményt nyert és játszott több alacsony rangsorolt PSA játékosal, akik maguk is ugyanazt a pályafutást járták be, mint ő, és megyénkben vezető játékosok.

Ebben az esetben a fiatal PSA jelöltnek támogatásra van szüksége, mivel nagy anyagi ráfordításokkal szemben kis pénzügyi bevétel előtt áll. Támogatással a kör bezárulhat, ha a játékost felveszik a Nemzeti edzői csapatba, ami kiegészíti jövedelmét és a pályán történő edzésekre létesítményeket biztosít. Az edzői csapaton belül megtanulja az edzés üzleti oldalát és azonosítja a finanszírozási módokat, amelyek segítségével fenn tudja tartani pályafutását.

Az ország, amelyik képes olyan junior élsportolókat kinevelni, akik csatlakoznak a PSA körhöz, az bebizonyítja tehetség pályafutási modelljének erejét. Mert ez nem csak edzői csapatának minőségét bizonyítja, hanem azt is, hogy olyan rendszere van, ami elég nagy utánpótlásbázist biztosít ahhoz, hogy az edzői csapat azonosítani tudja a jó képességű és sikerre éhes fiatalokat. A versenyzői pályafutás létrehozása összpontosítja ezekben a fiatalokban azokat a képességeket, amik az éles versenyben a győzelemhez szükségesek, így nagy teljesítményre képes élsportolóknak bizonyulnak.

6. Forrásanyagok, ajánlott szakirodalom

1.

Szerzők: Andrew Bennie & Donna O' Connor

Cím: Coaching philosophies perceptions

Megjelenés: International Journal of Sport Science & Coaching - Vol 5 Nov 2010

2.

Szerzők: Daniel Gould & Scott Pierce

Cím: How coaching philosophy drives Coaching Action

Megjelenés: International Sports Coaching Journal 17

3.

Szerző: Nash Sproule

Cím: Coaching Philosophy

Megjelenés: University of Edinburgh, Open Access 1/10/17

4.

Szerzők: Gilbert, Nater, Siwick & Gallimore

Cím: Pyramid of Teaching Success in Sport

Megjelenés: Journal of Sport Psychology in Action, 2010

5.

Szerzők: Williams & Reilly

Cím: Talent identification and development in soccer.

Megjelenés: Journal of Sports Sciences, 18, 657-667, 2000

6.

Szerzők: Vaeyens, Lenoir, Williams & Philippaerts

Cím: Talent identification and development programmes in sport

Megjelenés: Sports Medicine, 38(9) 703-14., 2008

7.

Szerző: István Balyi

Cím: Sport System Building and Long-term Athlete Development in British Columbia Canada

Megjelenés: SportsMed BC, 2001

Különböző publikációk Balyi István: A Hosszú-Távú Sportolói Felkészítés (LTAD) témakörben

8.

Szerkesztő: Dr. Benjamin Bloom

Cím: Developing Talent in Young People

Megjelenés: Ballantine Books, New York, 1985

9.

Szerző: F. Gagné

Cím: Giftedness and talent: Re-examining a re-examination of the definitions

Megjelenés: Gifted Child Quarterly, 29, 103-112, 1985

10.

Szerző: J. Côté

Cím: The Influence of the Family in the Development of Talent in Sport

Megjelenés: The Sport Psychologist, 13, 395-417, 1999

11.

Szerző: Donald J. Kiesler

Cím: The Biopsychosocial Model (Beyond the Disease Model of Mental Disorders)

Megjelenés: Praeger Publishers, 1999

1. számú melléklet – Egy példa az esettanulmányban említett meghívólevélre

Meghívólevél

Az iskolai akadémia neve (példánkban: Roseacre Primary School Academy)

Kedves Szülő!

Idén a Roseacre iskola 4. évfolyamának rendkívül vidám és tartalmas edzéseket volt alkalmam tartani.

Ennek a mini squash tanfolyamnak nem csak az volt a célja, hogy a korcsoportot bevezessük a squash világába, hanem az is, hogy a tavalyi 4-ikes Akadémia sikere után megalapítsuk a következő Roseacre iskolai akadémiát.

Az időszak során az osztály tanára és én kiválasztottuk a csoportból a tehetséges és rátermett tagokat. Nehéz volt a választás, mivel a korcsoport kiemelkedően tehetségesnek bizonyult, de hiszem, hogy akik kiválasztásra kerültek, rendelkeznek azokkal a képességekkel, melyek révén kiemelkedően sikeres játékosokká válhatnak, ha akarnak. Az osztályban nagy lehetőséget látok és szeretném, ha minden tagja kipróbálhatná a squash játékot a Roseacre Akadémiáján.

Tehát nagy örömmel szeretném meghívni gyermekét, hogy csatlakozzon az Akadémiához.

Az Akadémiát hétfőnként délután 3-3.45 között, a Willow utcai Mote Squash Clubban tervezzük tartani. Az iskola beleegyezett, hogy az Akadémia tagjait időben elengedi, hogy részt tudjanak venni. A költség alkalmanként £7, melyet az időszakra előre kell nekem megfizetni: XXXXX XXXX. Idén a létszámot 10 főre korlátozom, de érdeklődés esetén további foglalkozást is indítok igény szerint.

A foglalkozások tavaly november óta folynak a 4-ik évfolyam másik két osztályával, de most az Ön gyermekének osztályát is szeretném meghívni, mert ma fejeztem be velük a mini squash tanfolyamot. Szeretettel várjuk őket 3-án hétfőn, hogy csatlakozzanak azokkal a negyedikesekkel együtt, akik az előző időszakban nem tudtak jönni.

A szünetben Akadémiai Squash Táborot szervezünk, a jól teljesítő tagok meghívást kapnak majd a Kenti U11 csapatba és bátorítjuk őket, hogy a helyi squash klubok egyikében csatlakozzanak a junior szakaszhoz.

Ha szeretné, hogy gyermeke csatlakozzon az Akadémiához, kérem keressen az alábbi elérhetőségen:

Email – xxxxxxx@xxxxxx.com or phone – xxxxxxxxxx.

Üdvözlettel

Xxxxx Xxxxx - (az edző képesítéseinek, címeinek és eredményeinek felsorolása)