

SYSTEM SZKOLENIA MŁODZIEŻY **w klubie Górnik Łęczna S.A**



OPRACOWAŁ: TADEUSZ ŁAPA - Trener Koordynator

*Prezentacja w ramach obowiązków uczestnika Kursu Trenerów UEFA PRO
w Szkole Trenerów PZPN w roku 2006/7*

Spis treści

1.Wstęp

1.1. Cel systemu

1.2. Rada Trenerów

2.Organizacja szkolenia;

2.1. Schemat szkolenia,

2.2. Nabór i selekcja,

2.3. Organizacja klas sportowych,

2.4. Opieka szkoleniowa,

2.4.1Przydział trenerów do poszczególnych zespołów.

2.4.2. Udział zawodników I zespołu seniorów w procesie szkolenia,

2.5. Cele i zadania dla poszczególnych grup wiekowych,

2.6. Rozgrywki młodzieżowe,

2.7. Kontrola procesu szkolenia,

2.8. Dokumentacja procesu szkolenia i kontroli,

2.9. Opieka medyczna i odnowa biologiczna,

2.10.Współpraca z innymi klubami,

2.10.1 Procedury pozyskiwania z innych klubów, skauting

2.11. Obozy sportowe,

3.Ocena pracy trenerów,

4.Regulamin nagradzania,

5.Ocena i weryfikacja systemu.

Wstęp

- Podstawowym i strategicznym celem systemu jest wyszkolenie piłkarza kompletnego, tzn. takiego zawodnika, który jest optymalnie ukształtowany, pod względem sportowym jak i moralnym, aby mógł po zakończeniu wieku juniora zasilić kadrę I zespołu GÓRNIK ŁĘCZNA S.A

Cel systemu szkolenia

Uwzględniając przede wszystkim naturalne czynniki procesów rozwojowych stworzono w Górniku łączna S.A system szkolenia młodzieży, by móc prawidłowo kierować procesem szkolenia młodego piłkarza aż po wiek seniora.

Aby każdy system przyniósł pozytywne efekty musi mieć zagwarantowane następujące czynniki:

- **-ciągłość pracy,**
- **-systematyczność pracy,**
- **-weryfikacja(analiza i ewentualne poprawki).**

Za prawidłowe funkcjonowanie systemu odpowiedzialni są:

- **- Trener Koordynator.**
- **- Rada Trenerów**

Rada Trenerów

- Powołanie Rady Trenerów powinno być jednym z podstawowych elementów sprawnego funkcjonowania systemu szkolenia w Górnik Łęczna S.A.
- Radę Trenerów powołuje **Prezes Zarządu**.
- Kandydatów do rady proponuje i opiniuje trener koordynator, który jest jej przewodniczącym. Rada taka powinna na stałe wejść w schemat organizacyjny klubu.

Regulamin Rady Trenerów Górnik Łęczna S.A.

- Z dniem 01.03.2007 powołuję Radę Trenerów Górnik Łęczna S.A.
- Rada Trenerów podlega bezpośrednio Zarządowi Górnik Łęczna S.A.

W skład Rady Trenerów wchodzi

- przedstawiciel sztabu szkoleniowego I drużyny (I trener lub jeden z asystentów)
- trener koordynator grup młodzieżowych
- trenerzy juniorów starszych i młodszych
- jeden z trenerów młodszych grup szkoleniowych, wybrany w drodze głosowania przez wszystkich trenerów pracujących w klubie.

Rada Trenerów wybiera ze swego grona Przewodniczącego RT oraz Sekretarza RT

- **Do obowiązków Przewodniczącego RT należy:**
 - zwołanie minimum raz na dwa tygodnie zebrania RT
 - przygotowanie problematyki i materiałów na zebranie R
 - prowadzenie zebrań RT
 - informowanie o tematach poruszanych na zebraniach RT i wspólnie wypracowanych wnioskach Prezesa Górnika Łączna S.A. oraz innych trenerów zatrudnionych w klubie

Kompetencje Rady Trenerów Górnik Łączna S.A.

- RT ponosi odpowiedzialność, wspólnie z trenerem koordynatorem, za prawidłowe funkcjonowanie systemu szkolenia młodzieży w Górnik Łączna S.A.
- RT opiniuje przydatność transferowanych zawodników do I drużyny seniorów
- RT akceptuje możliwość transferów młodych, uzdolnionych zawodników do drużyn młodzieżowych
- RT wypracowuje opinie co do transferów zawodników z Górnik Łączna S.A. do innych klubów
- RT opiniuje przydział trenerów do poszczególnych drużyn młodzieżowych

Kompetencje Rady Trenerów Górnik Łączna S.A.

c.d.

- RT wnioskuje o nagrody dla trenerów wynikające z realizacji „Regulaminu nagród dla trenerów grup młodzieżowych”
- RT trenerów ocenia przebieg rozwoju najbardziej uzdolnionych chłopców z grup młodzieżowych
- RT na wniosek trenera koordynatora decyduje o przesunięciach zawodników z grupy do grupy szkoleniowej
- RT decyduje o przydziale miejsca dla zawodnika w bursie klubowej

2. Organizacja szkolenia młodzieży w Górnik Łęczna S.A.

■ Schemat szkolenia.

Biorąc pod uwagę system rozgrywek prowadzonych przez POLSKI ZWIĄZEK PIŁKI NOŻNEJ, w celu optymalnego wykorzystania potencjału piłkarskiego dzieci i młodzieży z Łęcznej stworzono następujący schemat organizacji szkolenia:

Schemat organizacji szkolenia



Schemat organizacji szkolenia c.d



Nabór i selekcja

- Aby zapewnić ciągłość szkolenia należy każdego roku, w miesiącu KWIECIEŃ, ogłosić w klasach III szkół podstawowych nabór, do drużyn (grup selekcyjnych) **Górnik Łęczna S.A.** Ogłoszenie powinno mieć jak największy zasięg, należy wykorzystać do tego:
 - -Internet,
 - -prasę (ogólną, lokalną),
 - -ogłoszenia podczas meczy I zespołu,
 - -ogłoszenia wywieszane w szkołach podstawowych.

Selekcja.

- Selekcja wstępna nie może odbyć się jednorazowo, nabór tych samych chłopców jest wydłużony i polega na wielokrotnych spotkaniach do 10 razy.
- **Najistotniejsza umiejętność, jaką powinniśmy poddać ocenie, jest umiejętność gry.**
- Chodzi przede wszystkim o pojmowanie jej sensu;

Selekcja c.d.

- Rozumieniu jej zasad
- Współpraca z partnerem;
 - umiejętność niesienia pomocy współpartnerowi(wyjście na tzw. wolne pole),
 - umiejętność widzenia partnera w fazie posiadania piłki(możliwość podania piłki),
- poziom cech woli,
- zaangażowanie uczuciowe,
- swoboda poruszania się z piłką jak i bez piłki.

Formy gier pomocnych do oceny grup naborowych

- gra w piłkę ręczną (uproszczone zasady),
- gra w piłkę nożną (uproszczone zasady).

Zasady gier

- Liczba osób w zespole 5-6
- Czas gry 2*15min
- Skala ocen 1-5

Zespoły muszą być dobierane przypadkowo w celu uniknięcia zebrania najlepszych zawodników w jednym zespole.

Baza i sprzęt potrzebny do selekcji wstępnej:

- stoper,
- boisko i bramki do piłki ręcznej,
- koszulki z numerami,
- piłki nożne nr.4, piłki siatkowe,
- pacholki,
- arkusz obserwacyjny

Organizacja klas sportowych

- Jednym z najważniejszych elementów do odniesienia sukcesu tegoż systemu jest organizacja klas sportowych na bazie szkół łączących. Głównym zadaniem klubu jest we współpracy z dyrektorami szkół opracowanie schematu organizacji klas sportowych mając na uwadze następujące czynniki:

Organizacja klas sportowych c.d

- **Plan lekcji (dzieci powinny chodzić na rano),**
- **Wybór nauczyciela w-f,**
- **Korzystanie z bazy szkolnej w ramach zajęć poza lekcyjnych(priorytet klubu).**
- Jak wybór szkół podstawowych do organizowania klas sportowych nie jest problemem(podział Łęcznej na dwa osiedla),tak wybór gimnazjum i liceum(szkoły średnie),może stanowić problem.
- Należy w tym wypadku brać pod uwagę bazę szkoły, oraz warunki, jakie zaproponuje szkoła.

Schemat organizacji klas sportowych;

Szkoła podstawowa nr.2

-grupa selekcyjna
-młodzik młodszy
-młodzik starszy

Szkoła podstawowa nr.4

-grupa selekcyjna
-młodzik młodszy
-młodzik starszy



GIMNAZJUM

-trampkarz młodszy
-trampkarz starszy



SZKOŁA ŚREDNIA

Junior młodszy
Junior starszy

Przydział trenerów do poszczególnych zespołów.

- Organizacja szkolenia młodzieży przewiduje udział 8 drużyn w rozgrywkach mistrzowskich oraz naukę podstaw piłkarskich z jednoczesną selekcją w 2 grupach selekcyjnych.
- **Zdecydowanie najlepszym rozwiązaniem w przydziale opiekunów do poszczególnych zespołów jest zachowanie zasady, że każda z drużyn powinna mieć jednego trenera.**

Przydział trenerów odbywa się w/g następującego schematu:

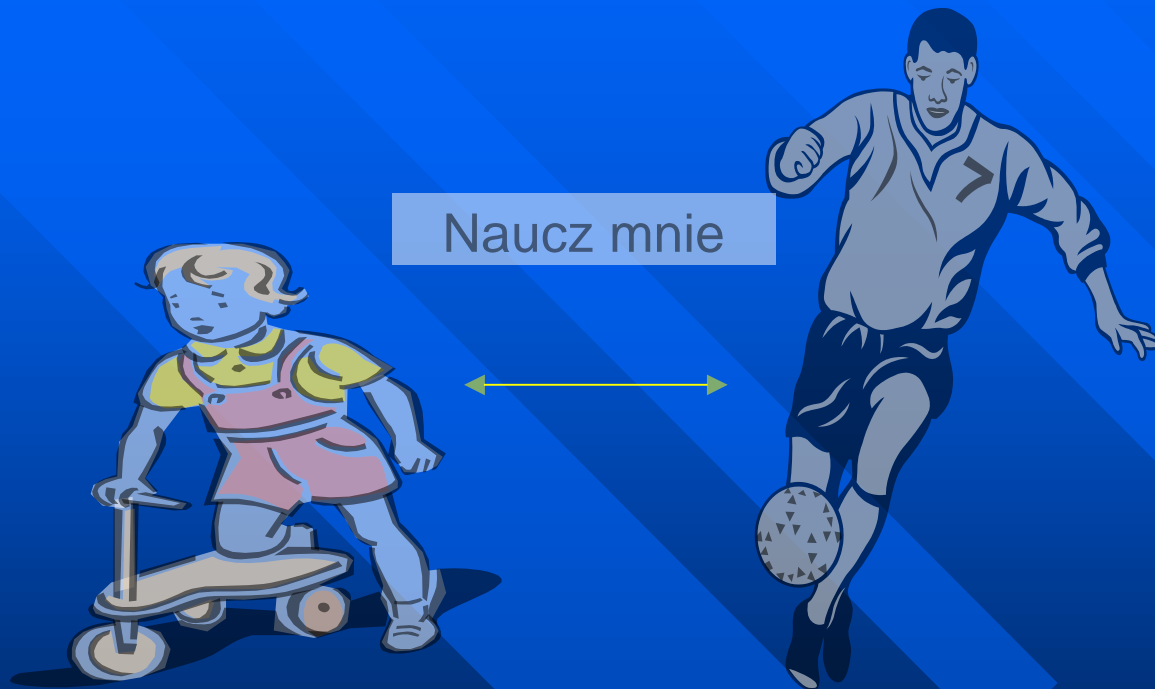
- **Rada Trenerów** opracowuje i opiniuje obsadę do poszczególnych zespołów, następnie oddaje do zatwierdzenia Prezesowi Zarządu,
- **Obsada trenerów musi być zakończona do końca miesiąca maja każdego roku, aby trenerzy mieli czas na przygotowanie planów pracy na następny sezon.**

Udział zawodników I zespołu seniorów w procesie szkolenia

Bardzo korzystnie na proces szkolenia młodzieży ma czynny udział zawodników I zespołu w zajęciach treningowych, w szczególności u tych najmłodszych.

Chłopcy obserwując zmagania ligowe starają się naśladować poszczególnych zawodników, są oni niejako wzorem do naśladowania. Kontrakty tych zawodników powinny być tak skonstruowane, aby obligowały zawodnika do czynnego udziału w procesie szkolenia. Zajęcia takie odbywają się pod okiem trenera prowadzącego grupę. Mowa jest o zawodnikach doświadczonych (duży staż I ligowy), znanych na boiskach I ligowych.

Naucz mnie



Cele i zadania dla poszczególnych grup wiekowych

GRUPA: Młodzicy młodsi

Hasła Kluczowe

Rozwijanie potencjału ruchowego.

Wyposażanie w duży zasób umiejętności technicznych,

Rozpoznanie uzdolnień

ZADANIA

SZKOLENIOWE

- przeprowadzanie atrakcyjnych, bogatych w treści treningowe jednostek treningowych,
- wyselekcjonowanie najzdolniejszych ruchowo,
- zwiększanie możliwości motorycznych,
- opanowanie wszechstronnych umiejętności technicznych,
 - opanowanie indywidualnej i zespołowej taktyki gry,kształtowanie cech wolicjonalnych

ORGANIZACYJNE

- prowadzenie dokumentacji szkoleniowej (plan organizacji szkolenia, dziennik treningowy, karty i listy zgłoszeń, deklaracje),
- dopilnowanie okresowych badań lekarskich, obowiązkowe ubezpieczenie grupy,
- solidne przygotowanie zajęć treningowych,
- przeprowadzanie treningów indywidualnych,
- prowadzenie meczów mistrzowskich,
- organizacja i udział w zgrupowaniach szkoleniowych,
- organizacja i prowadzenie turniejów halowych,
- podwyższanie własnych kwalifikacji,
- kontakty z rodzicami, wychowawcami

SPORTOWE

- wprowadzenie kilku zawodników do kadry województwa
- zajęcie czołowego miejsca w rozgrywkach okręgowej ligi młodzików młodszych,
- zajęcie czołowych miejsc w piłkarskich turniejach halowych

MŁODZICY STARSI

Hasła kluczowe

- Wyposażanie w duży zasób umiejętności technicznych
- Rozpoznanie uzdolnień
- Kształtowanie rozpoznanych predyspozycji i uzdolnień

TRAMPKARZE

Hasła kluczowe

- Kształtowanie umiejętności i predyspozycji techniczno-taktycznych,
- Profilowanie potencjału ruchowego pod kątem funkcjonalnych wymogów piłki nożnej.

JUNIORZY

Hasła kluczowe

-Kształtowanie i doskonalenie mistrzostwa sportowego w piłce nożnej.

Kontrola procesu szkolenia (Testy sprawności ogólnej i specjalnej)

- Ocena efektów treningowych to najbardziej złożony i różnorodny obszar kontroli. Dotyczy przede wszystkim rzeczowej struktury treningu (**przygotowanie sprawnościowe, techniczne, taktyczne, psychiczne**)

- W Górnik Łęczna S.A kontrolę procesu szkolenia opracowano dla każdej grupy wiekowej. Kontrola powinna odbywać się dwa razy do roku w przypadku **młodzików i trampkarzy**, jeśli chodzi o **juniorów** kontrola powinna odbywać się zgodnie z procesem i metodyką treningu tzn:
 - przed rozpoczęciem okresu przygotowawczego
 - w połowie okresu przygotowawczego
 - po okresie przygotowawczym
 - w razie potrzeby w trakcie rundy

Odpowiedzialni za przeprowadzenie kontroli są:

- TRENER KOORDYNATOR**
- TRENERZY ZESPOŁÓW**

Arkusz do przeprowadzenia testów

Imię Nazwisko

Rok ur.

Waga

Wzrost

Nr.zgłoszenia

Ilość spotkań:

-reprezentacja kraju

-województwa

-mecze ligowe

Testy sprawnościowe

- 4x10m
- Skok dosiężny
- Pwc 170
- Test conconiego
- Żaglerka
- taktyka

Dokumentacja procesu szkolenia i kontroli

- Obowiązkiem trenerów prowadzących zespoły jest złożenie do trenera koordynatora pół rocznych planów szkoleniowych na dwa tygodnie przed rozpoczęciem zajęć po przerwach (letnia, zimowa).

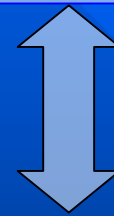
Opieka medyczna

- Każdy z zawodników Górnik Łęczna S.A. ma zapewnioną opiekę medyczną podczas zawodów sportowych zgodnie z wymogami PZPN jak również poza klubem. Chodzi przede wszystkim o zapewnieniu fachowej pomocy w razie kontuzji zawodnika

Odnowa biologiczna

- Każdy z zawodników ma zapewniony swobodny dostęp do urządzeń rehabilitacyjnych i odnowy biologicznej.
- Odpowiedzialni:
 - fizjoterapeuci zatrudnieni w klubie,
 - trenerzy prowadzący zespoły.
- Aby prawidłowo i w miarę szybko zawodnik mógł wyleczyć się z kontuzji musi być ciągły kontakt na linii **trener-zawodnik-fizjoterapeuta**. Chodzi przede wszystkim o jak najszybsze ustalenie rodzaju kontuzji i podjęciu odpowiedniego leczenia

Lekarz +Fizjoterapeuci



Zawodnik



Trener

Współpraca z innymi klubami

- Częścią składową systemu powinna być współpraca z klubami z okolic Łęcznej. Należy stworzyć projekt który by określał zasady współpracy.
- Czynniki decydujące o nawiązaniu współpracy;
 - baza klubu,
 - sztab szkoleniowy,
 - wyniki pracy szkolenia.

Procedury pozyskiwania z innych klubów -Skauting

- Górnik Łęczna S.A jako klub o dobrej bazie szkoleniowej już na poziomie juniora młodszego interesuje się wyróżniającymi zawodnikami z województwa lubelskiego. Aby wyeliminować błąd i pomyłkę stworzono następujący schemat pozyskiwania:
 - -obserwacja podczas meczy mistrzowskich,
 - -zaproszenie do klubu na testy

- Obserwacja powinna odbywać się przez dwóch trenerów wyznaczonych przez trenera koordynatora. Po zasięgnięciu opinii i weryfikacji wyników testów rada trenerów decyduje o przydatności zawodnika. Z chwilą uzyskania pozytywnej opinii, trener koordynator rozpoczyna proces pozyskania zawodnika na szczeblu rodzice-klub, formalnym klub-klub.

- Z wyróżniającymi się zawodnikami, kiedy wchodzi w wiek juniora starszego klub podpisuje kontrakty amatorskie i funduje stypendia. Tak jak w województwie Lubelskim obserwacja utalentowanych zawodników odbywa się podczas rozgrywek ligowych, tak na terenie kraju należy zastanowić się o nawiązaniu współpracy z trenerami z innych województw.

Ocena pracy trenerów

- Wypełnianie przez każdego z trenerów zadań i obowiązków wynikających z faktu opieki nad zespołem piłkarskim jest oceniane raz na pół roku przez trenera koordynatora sekcji młodzieżowej piłki nożnej.
- Na ocenę podstawowy wpływ mają:
 - codzienna obserwacja pracy i wykonywania zadań wychowawczo-szkoleniowych,
 - wynik przeprowadzonych hospitacji zajęć treningowych (minimum raz na pół roku) oraz prowadzenia meczu mistrzowskiego.

Karta hospitacji

- Trener.....
- Data
- Hospitujący
- Grupa.....
- Czas zajęć
- Cel hospitacji
- Temat zajęć...

Cele ogólne

- Dobór metod i środków treningowych:
 - Przebieg zajęć
 - Charakterystyka działań trenera
 - innowacyjność
 - twórczość i kreatywność
 - efektywność
 - elastyczność
 - użyteczność
 - logika i celowość podjętych działań
 - przestrzeganie zasad dydaktycznych: pogładowości, łączenia teorii z praktyką, trwałości wiedzy
 - chęć poszukiwania nowych rozwiązań

■ Organizacja zajęć

- prawidłowość przyjętych etapów

- tempo pracy

- aktywność ćwiczących

- relacje interpersonalne (style kierowania, partnerstwo, wzajemne poszanowanie)

 - trener – zawodnik

 - zawodnik – zawodnik

- atmosfera pracy

- stymulowanie rozwoju zawodnika

- ocenie

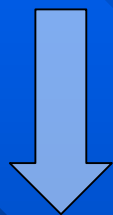
- Organizacja warsztatu pracy
- Samoocena przeprowadzonych przez trenera zajęć
- Tematy do rozmowy pohospitacyjnej (pozytywne przejawy postawy trenera; słabe strony, kierunki doskonalenia i konieczna pomoc dla trenera)

Ocena i weryfikacja systemu

- Przedstawiony system powinien być kluczem do podejmowania decyzji w sprawie szkolenia młodzieży w Górnik Łęczna S.A, ale jak wiemy każdy dzień przynosi nowe rozwiązania, pomysły.
- Dlatego nie należy kluczowo trzymać się schematu, i raz w roku ocenić funkcjonalność tegoż systemu pod kątem:
 - -czy przynosi spodziewane efekty,
 - -czy zadania są realne do wykonania w stosunku do możliwości klubu,
 - -inne.

Oceny takiej dokonują

Prezes Zarządu



Rada Trenerów

