

# KUNHEGYES ESE

## EGYESÜLETI KÉZIKÖNYV



**"A sport az nemcsak testnevelés, hanem a léleknek is a legerőteljesebb és legnemesebb nevelőeszköze!"**

Dr. Szent-Györgyi Albert

## Tartalomjegyzék

Tartalomjegyzék .....	2
TEVÉKENYSÉGE .....	3
AZ EGYESÜLET FELÉPÍTÉSE .....	3
FILOZÓFIÁNK .....	4
A KLUB ELVÁRÁSAI .....	4
Játékosok felé:.....	4
Szülők felé: .....	4
FUTBALLFILOZÓFIÁNK .....	5
HITVALLÁS .....	5
STRATÉGIAI CÉLJAINK .....	5
KÉPZÉSI CÉLJAINK .....	6
U7 korosztály képzési céljai - JÁTÉKÖRÖM – ÉN ÉS A LABDA .....	6
Kiemelt feladatok U7.....	6
U9 korosztály képzési céljai - JÁTÉKÖRÖM – ÉN - a LABDA – és a TÁRSAM .....	7
Kiemelt feladatok U9.....	7
U11 korosztály képzési céljai JÁTÉKÖRÖM - ÉN - a LABDA – és a TÁRSAM .....	7
Kiemelt feladatok U11.....	7
U13 korosztály képzési céljai - JÁTÉKÖRÖM - ÉN - és a CSAPAT .....	8
Kiemelt feladatok U13.....	8
U16-U19 korosztályok képzési céljai .....	8
SZAKMAI KÉPZETTSÉG .....	9
Jelenlegi helyzet .....	9
Sportszakemberi képzettségi cél.....	9

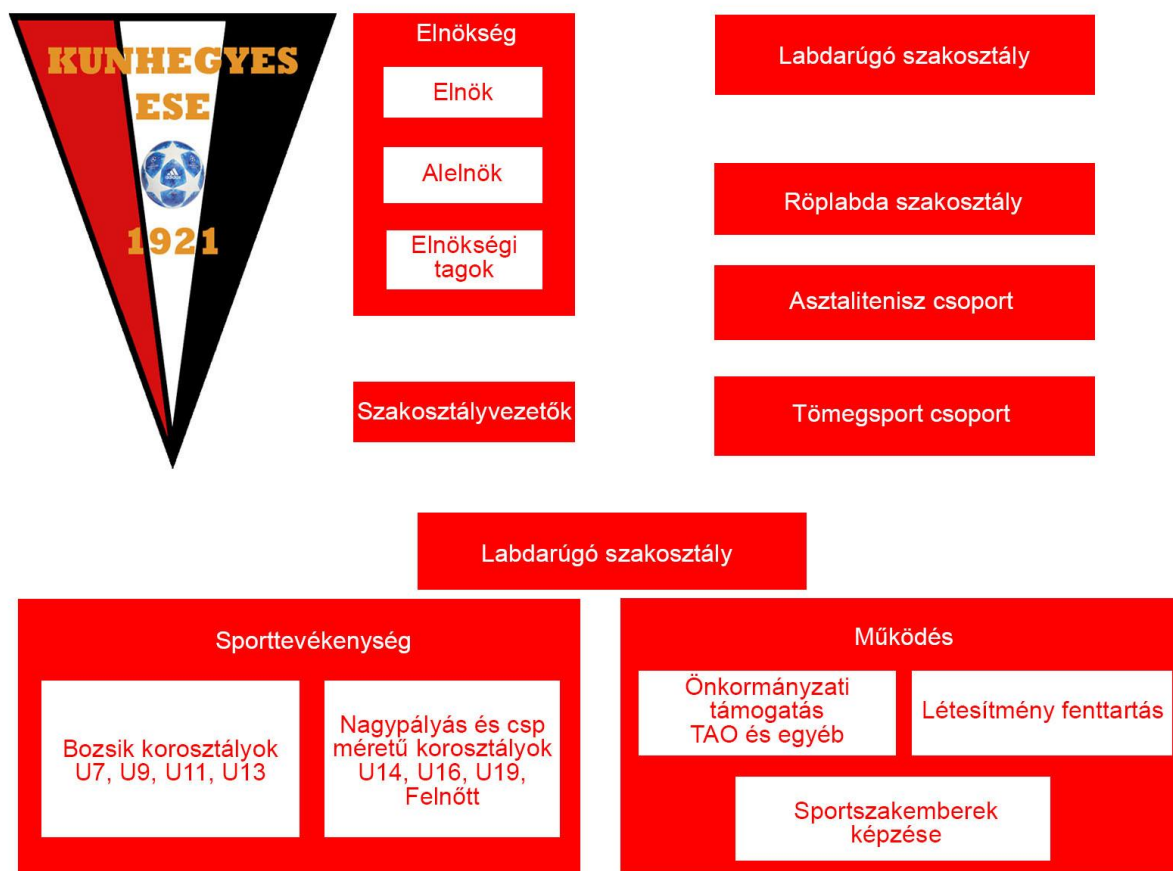
## TEVÉKENYSÉGÜNK

A Kunhegyes ESE Kunhegyes város legnagyobb sportegyesülete, hagyományai alapján ez a település a város igazi sportegyesülete! Jelenleg a labdarúgó szakosztály mellett a röplabda szakosztálya, illetve az asztalitenisz és a tömegsport csoportja működik.

A klub labdarúgó szakosztályának elsődleges tevékenysége a labdarúgó utánpótlás nevelés, amelyben a gyermekek nevelése, a közösségépítés, a baráti közösségek kialakítása élvez prioritást a szakmai célokkal együtt. Természetesen lehetőséget nyújt a felnőtt labdarúgók sportolására is. Cél – közel másfél évtizede kifejezetten deklaráltan – a helyi, vagy a helyi kötődéssel rendelkező fiatal felnőttek szerepeltetése a Kunhegyes ESE csapatában, amelynek összetartó ereje a baráti közösség, a játékosaink közös programjai az edzéseken, a mérkőzéseken túl is.

Jelenleg az egyesület Labdarúgó Szakosztálya 8 korcsoportját versenyezteti, valamint az óvodáskorúak (4-6 évesek) sportolásra való előkészítését végzi. Az egyesület a járás legnagyobb, de a tágabb térség egyik meghatározó sportegyesülete, mely a környező települések gyerekeinek is sportolási lehetőséget nyújt. A sportszervezet sportoló tagjainak túlnyomó többségét 21 éves kor alatti fiatal felnőttek, valamint kiskorú személyek alkotják.

## AZ EGYESÜLET FELÉPÍTÉSE:



## FILOZÓFIÁNK

A rendelkezésre álló adatok szerint az egyesület jogelődje 1921-ben alakult, többszöri névváltoztatást – TE, SK, Traktor, Hunyadi, Medosz, Vörös Meteor – követően, 1976 óta a jelenleg is használt néven működik a Kunhegyes Egységes Sportegyesület, több helyi sportegyesület fúziója után, mely büszke lehet múltjára és jelenére egyaránt.

Az egyesület „fénykora” az 1980-as, 1990-es évekre tehető, amikor a 6-7 működő szakosztályból 4 csapat is nemzeti bajnokságban versenyzett, köztük a labdarúgók is, akik az NB III Tisza-csoportjában szerepeltek. Településünkön működött – eleinte a Kunhegyes ESE részeként – a Labdarúgó Kollégium, a futballakadémiák elődje, ahonnan közel kéttucatnyi későbbi élvonalbeli labdarúgó került ki. Bár a körülmények jelentősen megváltoztak, azonban a klub eltökélt célja jelenleg is az utánpótlás nevelésben rejlik! Célunk – melyet eszköznek is tekintünk – a baráti közösségek kialakítása, jó szellemű csapatokban, tisztességes, jó szellemű emberek nevelése. Klubunk elsődleges célja, hogy olyan labdarúgókat neveljen ki, akik mind a magánéletben, mind a sport területén példaképekké váljanak a fiatalok előtt. Egyesületünk támogatja az edzéseken, mérkőzéseken túl, egyéb, a közösséget építő rendezvények, események szervezését, megtartását. Ezen feladat megvalósításához a szülői jelenlétet fontosnak tartja a klub, számít azon szülők segítségére, akiknek erre lehetősége van. A sportegyesület vezetése is tevékeny részvételt kíván kialakítani az utánpótlás korosztályokban a szülőkkel, de természetesen az oktatási intézményekkel, azok vezetőivel is.

Természetesen a klub működése szempontjából fontos feladat a támogatók felderítése és partneri kapcsolatok kialakítása. Az egyesület elsődleges támogatója a város önkormányzata, mely évtizedek óta zászlóshajója ennek a területnek. Nem csak támogatóként, de többnyire a sporttelep fenntartását is biztosítja egyesületünk kéréseinek és igényeinek megfelelően. Hosszabb távra vonatkozó célunk, hogy minél több ember kötődjön a labdarúgók, illetve a labdarúgást szeretők helyi nagy családjába, ehhez a célhoz pedig a saját eszközeivel kíván segítséget nyújtani, szervezéssel, valamint a helyszín biztosításával, illetve tartalmas programok szervezésével.

## A KLUB ELVÁRÁSAI

### Játékosok felé:

- Elvárjuk, hogy mindig légy szerény, soha ne becsüld le ellenfeled!
- Mindig add önmagad, de soha ne felejtse el, hogy csapatban játszol!
- Hallgass az edzőre, mert ő a legfőbb támogatód!
- Légy csapatjátékos!
- Tegyéél azért, hogy csapatod játékosaiából baráti közösség alakuljon ki!
- Vegyéél részt a közösségépítő rendezvényeken is!
- Soha ne add fel, küzdj az álmaidért!

### Szülők felé:

- Elvárjuk, hogy a szülők, hozzátartozók a mérkőzések alatt sportszerűen szurkoljanak, sportszerű viselkedésükkel folyamatosan példát mutassanak minden játékosnak, a többi szülőnek, s az ellenfél szurkolóinak is.
- Elvárjuk, hogy a mérkőzéseken hagyják a gyerekeket önfeledten, felszabadultan, önállóan játszani, ne adjanak utasításokat. A szülők az edzésen „csendes megfigyelőként” vesznek részt.
- Tapssal jutalmazza a jó teljesítést mind győzelem, mind pedig vereség esetén is.
- Szülők az öltözőben nem tartózkodhatnak.

- Javasoljuk a szülőknek, hogy a gyermeket érintő bármely kérdés, kérdés, probléma esetén forduljanak bizalommal az edzőkhöz,
- Kérjük a szülőket, hogy a csapattal, edzővel, játékosokkal kapcsolatos esetleges észrevételeiket közvetlenül és négy szemközt kizárólag az edzőknek fogalmazzák meg.
- Az Egyesület minden önkéntes és önzetlen segítséget, támogatást köszönettel és hálával fogad. Természetes, hogy amennyiben a szülő egyben támogató is, gyermekének ez semmilyen kiváltságot, előnyt nem jelenthet.

## **FUTBALLFILOZÓFIÁNK**

Egyesületünk eltökélt célja az utánpótlás nevelés, amelynek eszközeként és céljaként is a közösségépítés áll a középpontban. Edzőink erre törekvéssel próbálják minél jobb közösséggé alakítani csapatukat, képezni a játékosait.

A labdarúgást nagyon sokféleképpen lehet megközelíteni: a csapatszellem, a szervezettség oldaláról, a küzdőszellem oldaláról, a játék szépségének oldaláról, a stílus oldaláról, a játékszervezés oldaláról, a játékkonceptió oldaláról, a képességek oldaláról és még sok egyéb szemszögből. Klubunk, és edzőink hitvallása, hogy ezek összességét kell vizsgálni! A csapat egyénekből áll, az egyének különbözőek, ki ebben, ki abban nő társai fölé, de egyéniségeket kell nevelni, akik később csapatba illeszthetők és magukon viselik azokat a jegyeket, amelyeket klubunk utánpótlás-korosztályaiban töltöttek!

## **HITVALLÁS**

Hiszünk benne, hogy a magyar labdarúgás felsőbb színterén rövidesen feltűnhet egy a Klubunkban nevelkedett futballista! Ennek elérése érdekében egyesületünk mindent megtesz, hogy mind szakmailag, mind infrastrukturálisan olyan környezetet teremtsen a fiatal és ezáltal a felnőtt labdarúgóinknak, hogy az pályafutásukat ez nagyban segítse. Abban hiszünk, hogy azon gyerekek, akik egy-egy magasabb osztályú klub látókörébe kerülnek, majdan jó hírért vihetik egyesületünknek és hivatásos labdarúgóvá válhatnak. Azon játékosok akik, pedig maradnak nevelőklubjuknál, vagy évek múltán visszatérnek hozzánk, az évek alatti képzésnek köszönhetően újra sikercsapatot alkothatnak. Ennek tükrében segítjük őket a továbblépésben. Klubunk mindent megtesz, hogy azon kiemelt utánpótlás nevelő klubok, akik fantáziát látnak egyesületünk fiatal labdarúgóiban partnerként tekintsenek ránk. Ez jelen viszonylatban erkölcsi, de távlati célként anyagi elismerést is hozhat.

## **STRATÉGIAI CÉLJAINK**

Egyesületünk jelenleg infrastrukturális szempontból megfelelő adottságokkal rendelkezik. A labdarúgók – az U9 korosztály felett – a Városi Önkormányzat tulajdonát képező Városi Sporttelepet használják, mely 2 db füves labdarúgó pályát (edzőpálya villanyvilágítással ellátott) 1 db műfüves kispályát foglal magába, amely villanyvilágítással van ellátva. Az infrastrukturális helyzete megyei szinten jónak mondható. Pályázati fejlesztések eredményeként teljesen megújult az évek során a sportpálya öltözőépülete, elsősorban TAO támogatások eredményeként tízmillió nagyságrendű fejlesztések történtek a sporttelepen. Ezek során valósult meg a kispadok cseréje, valamint a nézőtér felújítása, ahol 476 db műanyag ülőke került elhelyezésre. A nézőtéri WC hiányosságát egy szaniter konténer megvásárlásával, illetve elhelyezésével oldottuk meg. A sporttelep nyugati oldalán a régi téglakerítés helyett új tetszetős betonkerítést építettünk.

Ezen adottságoknak köszönhetően is az utánpótlás korú labdarúgóink létszáma magas, soha ennyi igazolt labdarúgó nem volt Kunhegyesen. Természetesen nem mondhatunk le a létszámnövelésről, annak ellenére, hogy a városban a gyereklétszám nagyjából fele a húsz évvel ezelőttinek. Ezért szakmai és eszközállományunkkal folyamatosan segítjük a helyi iskolákat és óvodákat abban, hogy a sportot, a labdarúgást népszerűsítő sportrendezvényeket tartsanak.

Az előző évekhez hasonlóan, folyamatosan, körzetvezető egyesületként részt kíván venni az szakosztályunk a Bózsik Egyesületi Program körzeti versenyein, fesztiváljain.

Számos sportrendezvény szervezője volt korábban is a klub és ezt a tevékenységét folytatnia kell, hisz a versenysport mellett támogatja az amatőrök sportrendezvényeit is. Segíti a Városi kispályás labdarúgó bajnokságot a sportpálya, mezek, labdák eszközök biztosításával és ezt a tevékenységét meg is kívánja tartani a jövőben is.

Cél, hogy a felnőtt gárdából kiöregedő játékosokat is az egyesület kötelékében tartsuk. Edzőként, segítőként, vagy távlati célként egy „Öregfiúk” korosztály elindításával.

A téli időszakban sem kell leállni csapatainknak, hiszen a Városi Sportcsarnokban szabványos méretű kézilabda pályán az U11 korosztálytól felfelé minden csapatunk számára tudunk edzéslehetőséget biztosítani heti 2 alkalommal. Az U9, az U7 korosztály, illetve az előkészítősök pedig az általános iskolákban tudnak rendszeresen teremben edzeni.

## **KÉPZÉSI CÉLJAINK**

Klubunk képzési céljait korosztályokra bontottuk. Edzőink a korosztályi sajátosságok és korosztályi képzési célok figyelembe vételével oktatják sportolóinkat. Képzési céljainkat és feladatainkat a grassroots alapelvei mentén építettük fel.

### **U7 korosztály képzési céljai - JÁTÉKÖRÖM – ÉN ÉS A LABDA**

- a játék megszerettetése
- sportághoz kötődés
- önbizalom kiépítése
- a technikai alapok oktatása játékokon keresztül
- alapvető mozgáskultúra kialakítása
- a közösségi érzés kialakítása

### **Kiemelt feladatok U7**

- a gyerekek mozgásigényének kielégítése
- a játékok bemutatása
- a játékok és játékformák gyakori és változatos ismétlése
- utánpótlás képesség fejlesztése
- gyerekekre jellemző nyelvezet használata
- labdaérezkelés fejlesztése
- állandó sikerélmény biztosítása
- dicséret, motiváció
- a közösség építése, ennek megfelelő szellemű háttér kialakítása

Ezen korosztályú gyermekek számára a legnagyobb örömet a játék okozza, ezért az edzéseket játékos formába kell az edzőknek felépítenie. A gyerekek számára alapvető és egyszerű szituációkat kell biztosítani, amelyet minden gyermek képes teljesíteni és ezek a motivációjukkal összhangban állnak.

Az edzéseken a következő játéktípusokat kell alkalmazni:

- gyakorló játékok

- szerepjátékok, szimbólumjátékok
- kisjátékok

### **U9 korosztály képzési céljai - JÁTÉKÖRÖM – ÉN - a LABDA – és a TÁRSAM**

- labdaérezékelés, labdabiztonság fejlesztése
- játékelemek oktatása, fejlesztése
- játékhelyzetek oktatása, a játék alaptényezőinek megismerése
- koordináció, ügyesség, gyorsaság, stabilizáció fejlesztése
- a közösségi érzés kialakítása

#### **Kiemelt feladatok U9**

- a technika érvényesülése a játékhelyzetek megoldásában
- átadások – átvételek
- az első labdaérintés fontossága
- helyezkedés, elszakadás az ellenféltől
- labdabiztonság, labdavezetés, cselezés tempó és irányváltásokkal
- kapura lövés
- labdabirtoklás alap játékelképzelései
- alap játékelképzelések az ellenfél labdabirtoklásánál
- labdabirtoklás váltások felismerése
- kétoldalúság
- a közösség építése, ennek megfelelő szellemű háttér kialakítása

### **U11 korosztály képzési céljai - JÁTÉKÖRÖM - ÉN - a LABDA – és a TÁRSAM**

- a játék megszerettetése
- játékerettség
- a játékszemlélet fejlesztése - tanulás játékokkal
- koordináció, ügyesség fejlesztése
- játékhelyzetek oktatása, a mérkőzés alaptényezőinek megismerése kisjátékokkal
- a közösség erősítése, a közösségi érzés erősítése

#### **Kiemelt feladatok U11**

- egyéni és csoporttaktikai viselkedés
- párharc - cselek összekötése tempóváltással
- játékhelyzetek megoldása kisjátékokban
- átváltások - átkapcsolások
- összjáték - összejátszás
- ritmus - dinamika
- reakció gyorsaság, gyorsaság fejlesztése
- mozgáskoordináció –mozgáskészség kialakítása
- korosztályos játékrendszerek feladatainak ismerete
- fejelés
- erős átadások - lábra
- hatékony átvételek
- szélességi és mélységi játék
- üres terület képzése, bejátszás védők mögé

- háromszög játék
- labdáshoz közelítés
- szélességi, mélységi tagozódás
- kényszerítő
- területvédekezés feladatai
- 2-3-4-játékos együttműködése
- a közösség építése, megfelelő szellemű háttér erősítése

### **U13 korosztály képzési céljai - JÁTÉKÖRÖM - ÉN - és a CSAPAT**

- Mérkőzésérettség
- Csapat, csapatrészek, egyéni feladatköreinek elsajátítása
- Mérkőzéstapasztalat szerzése
- Futball kondíció, törzs tartóizomzatának, a gyorsaság technikai oldalának fejlesztése
- Egyéni képzés
- a közösségépítés, a közösségi érzés fejlesztése

### **Kiemelt feladatok U13**

- Játékosok egymás közötti helyes távolsága
- 2-3-4-játékos együttműködése
- Csapatrészek együttműködésének kialakítása
- Játék tengelyben és széleken
- Mélységi játék
- Az ellenfél saját térfelén történő zavarása
- Létszámfölény a labda körül
- Fejelés
- nagypályás technikai végrehajtások, alkalmazkodás a megnövekedett távolságokhoz (más erőközlés, más szögben történő kivitelezés)
- indítások labdavezetésből mélységi beinduló társ irányába.
- pontrúgások technikai végrehajtásának oktatása, gyakoroltatása (szögletek, szabadrúgások)
- fejelés, lövés kapura beadásból
- alapkoordinációs gyakorlatok újbóli használata „szétesett” mozgások újbóli összerendezése alap koordinációs formákkal, futóiskolákkal
- gyorsaságfejlesztés, lépésfrekvencia fejlesztése
- a közösség formálása, megfelelő szellemű csapat építése

### **U14-U16-U19 korosztályok képzési céljai**

- Tudatos egyéni és közösségi teljesítmény
- A pozícióhoz szükséges speciális technika
- Az egyéni és a közösségi célok összhangja
- Az egyén felelőssége a felkészülésben
- Az életvitel és a teljesítmény kapcsolata
- Felkészülés a pályán kívül
- Felnőtt csapatba való integráció
- A játékosok mentális formálása, aminek eredménye a jó csapatszellem kialakítása



## **SZAKMAI KÉPZETTSÉG**

### **Jelenlegi helyzet**

Egyesületünk jelenleg 8 korosztályban versenyezteti csapatait, ebből 7 utánpótlás korosztály. Sportszakembereink képzettsége az osztályhoz képest átlagosnak mondható, így minden korosztályban szakképzett edző vezetésével folyhat a munka.

- UEFA B diplomával és licenckártyával rendelkező edzőink száma 1 fő
- AMATŐR C diplomával rendelkező edzőink száma 1 fő
- MLSZ GRASSROOTS C diplomával rendelkező edzőink száma 5 fő
- Amatőr sportszervezői végzettség 2 fő

### **Sportszakemberi képzettségi cél**

Legfőbb cél, hogy minden évben bővüljön a sportszakembereink száma. Ennek érdekében az induló edzői és egyéb sportszakmai tanfolyamokra és továbbképzésekre jelentkeztetjük jelenlegi és egykor labdarúgóinkat: Fontos célkitűzés, hogy olyan helyi sportszakemberek dolgozzanak egyesületünkben, akik szívügyüknek tekintik a kunhegyesi labdarúgás fejlődését. Fontos, hogy szakembereink megfelelő jutásban részesüljenek az elvégzett munkájukért ezért minden évben a TAO forrás egy részét az utánpótlás nevelésben ténykedő szakemberek juttatására fordítjuk.

Kunhegyes, 2020.11.15