

Fæðingardagsáhrif í knattspyrnu

Sigurður Ragnar Eyjólfsson
fræðslustjóri KSÍ

Hvaða dag ertu fæddur?

- Hvaða dag ársins þú fæðist getur haft mjög mótandi áhrif á þig sem persónu og líf þitt.
- Þessi áhrif geta verið miklu meiri en fólk gerir sér almennt grein fyrir.
- Þessi áhrif eru mikið til staðar í fótboltanum hér á landi eins og víða erlendis.
- Þjálfarar og foreldrar þurfa að vera meðvitaðir um þetta!



Hvað eru fæðingardagsáhrif?

Börn fædd á sama ári eru samt misgömul í mánuðum talið og er t.d. allt að því ársmunur á þroska janúar og desember barna. Þessi ársmunur í þroska getur haft heilmikil áhrif. Við köllum þessi áhrif sem stafa á aldursmuni innan sama árs – fæðingardagsáhrif.

Fæðingardagar landsliðsmanna Íslands (Arnar Bill)

Landslið	Janúar-Apríl	Maí - Ágúst	Sept - Des
A-okt '05	7/18 (38%)	6/18 (33%)	5/18 (28%)
U-21 jan '06	17/29 (57%)	6/29 (21%)	6/21 (21%)
U19 jan '06	14/29 (48%)	8/29 (28%)	7/29 (24%)
U17 jan '06	19/32 (59%)	7/32 (22%)	6/32 (19%)
U16 jan '06	28/70 (40%)	31/70 (44%)	11/70 (16%)
Laugarvatn '05	33/64 (52%)	17/64 (27%)	14/64 (21%)
Samtals	118/242 (49%)	75/242 (31%)	49/242 (20%)

Fæðingarmánuður leikmanna á leikskýrslu U-21 landsliðs karla árin 2009 og 2010

Janúar-Mars	16 leikmenn	47.06%
Apríl-Júní	7 leikmenn	20.59%
Júlí-September	9 leikmenn	26.47%
Október-Desember	2 leikmenn	5.88%

Birtingarmyndir fæðingardagsáhrifa

- Leikmenn fæddir seint á árinu eru valdir hlutfallslega sjaldnar í öll landslið KSÍ.
- Árið 2006 á U18 ára móti í Tékklandi voru 8 landslið, 126 leikmenn en enginn leikmaður á mótinu var fæddur í desember.
- Í U-18 landsliði Ungverjalands voru 15 leikmenn af 18 fæddir á fyrstu fjórum mánuðum ársins.

“Ég var nánast alltaf í byrjunarliði nema í 3.flokk, þá þótti ég of lítil til að vera í byrjunarliði og var á bekknum hjá Fjölni í 3.flokk yngra ári og svo á bekknum hjá Breiðablik eldra ári í 3.flokk, einnig fyrsta ár í 2.flokk var ég á bekknum þar sem ég hafði ekki líkamsburðinn í eldri leikmenn að sögn þjálfara”.

Alfreð Finnbogason

Alfreð Finnbogason

En Alfreð Finnbogason er fæddur í febrúar!

Því megum við ekki bara hugsa þetta vandamál út frá fæðingardegi heldur líta frekar á vandamálið út frá þroska leikmannanna!

(Það eru til desemberbörn sem eru stór og janúarbörn sem eru lítil)!

Fæðingardagsáhrif hjá körlum í KR (allir iðkendur í Felix)

- Jan-Mars 93 stk
- Apr-Júní 102 stk
- Júlí-Sept 116 stk
- Okt-Des 68 stk

Könnun á fæðingardögum
allra leikmanna
KR í öllum flokkum karla og kvenna 2006

Jan-Apríl	Maí-Ágúst	Sept-Des
228 leikmenn	178 leikmenn	161 leikmaður
40.2%	31.4%	28.4%

Erlendar rannsóknir hafa sýnt að...

- Börn sem eru fædd seint á árinu eru almennt með lægri meðaleinkunn í skóla við 6 ára aldur, 13 ára aldur og í háskóla.
- Börn sem eru fædd seint á árinu eru líklegri til að þurfa sérkennslu.
- Börn/unglingar sem eru fædd seint á árinu eru líklegri til að vera með lægra sjálfsmat og minna sjálfstraust.
- Börn/unglingar sem eru fædd seint á árinu eru líklegri til að fremja sjálfsmorð.
- Þetta er alþjóðlegt vandamál og er þekkt í mörgum íþróttagreinum.

Af hverju eru fæðingardagsáhrif til staðar í knattspyrnu?

- Hæð, þyngd, hraði, styrkur, þol og samhæfing eru öll nátengd aldri. Börn og unglingar sem eru fædd fyrr á árinu munu því að jafnaði sýna betri frammistöðu í knattspyrnu en þeir sem eru fæddir seint á árinu.
- Of mikil pressa á sigur/árangur í yngri flokkum? - Af hverju?
- Þjálfarar með of mikla áherslu á að vinna leiki í stað þess að kenna leikmönnum? – Af hverju og hvað getum við gert?
- Þjálfarar sinna ekki b og c-liðinu eins mikið eins og a-liðinu. Þetta er mjög stórt atriði (hrós, hvatning, 1:1 tími með þjálfara, spiltími, sigrar á æfingum o.s.frv.)
- Leikmenn, foreldrar, þjálfarar og aðrir eru almennt ómeðvitaðir um þessi fæðingardagsáhrif.

Af hverju er þetta mikilvægt?

- Öll börn ættu að hafa tækifæri til að ná langt í knattspyrnu óháð því hvenær þau fæðast á árinu.
- Börn fædd seint á árinu eiga kröfu á að fá jafnmikla athygli og tíma frá þjálfaranum og hinir.
- Við erum mögulega að missa út fullt af leikmönnum sem gætu verið landsliðsefni eða efni í góða meistaraflokksleikmenn.
- Mikilvæg vitneskja til að minnka brottfall.
- Það jaðrar við að við séum að mismuna börnum sem eru fædd seint á árinu. Þeim er hættara við að verða undir í lífinu.

Hvaða afleiðingar hefur þetta fyrir börnin?

- Aukin hætta á brottfalli, minni athygli og minni tími frá þjálfaranum
- Börnin sjá snemma hvort þau eigi möguleika á að ná árangri og gefast frekar upp og hætta því þeim finnst þau ekki eiga möguleika
- Barn sem stundar ekki íþróttir er líkleggra til að nota vímuefni
- Börnin komast sjaldnar í þá aðstöðu að takast vel upp, sigra og ná árangri
- Veikari sjálfsmynd, minna sjálfstraust?

Getur verið?

- Að þjálfarar barna leggi of mikla áherslu á sigur og of litla áherslu á að kenna leikmönnum og þróa þá?
- Að foreldrar ætli að búa til næsta Eið Smára og Margréti Láru þegar barnið þeirra er ennþá mjög ungt?
- Að foreldrar og þjálfarar haldi að sömu lögmál gildi í þjálfun barna og fullorðinna og yfirfæri því þessa mikla siguráherslu
- Að félag geri of lítið í að minnka brottfall, rannsaka brottfall og fylgja leikmönnum eftir sem hætta, gæti þetta orðið ein af skyldum þjálfarans?

Getur verið?

- Að félög ráði og reki þjálfara og meti árangur þeirra út frá því hversu margir leikir og mót unnust?
- Að of mikil áhersla sé á keppni í þjálfun yngri flokka á Íslandi og of lítil áhersla á kennslu á réttri færni?

Félög þurfa að meta frekar árangur þjálfara barna út frá því hvort iðkendum sé að fjölga í flokknum, hvort færni leikmanna þeirra sé að aukast, hvort börnunum hlakki til að fara á æfingar og finnist gaman að æfa fótbolta og fái þar lífstíðaráhuga fyrir íþróttinni og félaginu sínu. Félög ættu að velja þjálfara sem “kenna” íþróttina, og “kenna” rétta tæknilega færni.

Það er alls ekki bannað að hafa sigurveila og stefna á sigra en það á ekki að vera það eina sem skiptir máli í þjálfun barna.

Hvað er hægt að gera í málunum?

- Vera með fræðslu um þetta mál til foreldra, þjálfara, leikmanna í yngri flokkum og annarra sem koma að uppeldi barna og unglinga í knattspyrnu.
- Vera með eftirfylgni þegar leikmenn vilja hætta að æfa knattspyrnu - hitta leikmenn eða hringja í þá!
- Reyna að búa til aðstæður/æfingar/æfingaleiki þar sem leikmenn fæddir seint á árinu fá að njóta sín
- Fækka keppnum/mótum í yngri flokkum?
- Leikmenn sem eru fæddir seint á árinu og eru á yngra ári eru í sérstaklega mikilli hættu á að hætta í fótbolta.

Hvað er hægt að gera í málunum?

- Vera með annað yngra landslið í gangi eins og England gerir?
- Vera með sérstaka knattspyrnuakademíu eða knattspyrnuskóla fyrir þessa stráka eins og Finnland gerir?
- Aldursskipta mótum eða flokkum meira en við gerum?
- Ert þú með góða hugmynd?

- Það er mikilvægt að geta valið úr sem flestum góðum leikmönnum þegar komið er á meistaraflokksaldur. Við vitum nefnilega aldrei hvenær menn taka út sinn þroska og springa út...

- Það er ekki síður mikilvægt að halda leikmönnum sem lengst inni í íþróttinni okkar því íþróttaiðkun hefur svo mörg jákvæð áhrif á líf einstaklingsins, t.d. út frá námi, líðan, áhættuhegðun, sjálfstrausti, sjálfsmati o.s.frv.

Þessir leikmenn voru aldrei valdir í U-17 eða U-19 landslið Íslands



Fótbolti fyrir alla

Á Íslandi getum við ekki leyft okkur að útiloka neinn af þeim 21.000 leikmönnum sem iðka knattspyrnu, Maður veit aldrei hver á eftir að springa út og skara fram úr.

Verið meðvituð um fæðingardagsáhrif hjá börnunum og unglingunum ykkar og gefið þess vegna öllum börnum jöfn tækifæri.

Frekari heimildir:

- Jakob Leó Bjarnason og Vilberg Sverrisson. Fækkun iðkenda í knattspyrnu og tengsl við fæðingardag. Lokaverkefni til B.S. gráðu í íþróttافرæði við Háskóla Íslands, maí 2011
- Hrannar Leifsson. Tengsl fæðingardags á brottfall úr knattspyrnu hjá 4. flokki karla og kvenna. Lokaverkefni til B.S. Gráðu í íþróttافرæði við Háskóla Íslands, maí 2009
- Andrés Þórarinn Eyjólfsson og Jóhanna Ingvarsdóttir. Námsgeta eftir fæðingarmánuði: samanburður einkunna í 4. og 7. bekk í íþróttum og samræmdum prófum í íslensku og stærðfræði. Háskóli Íslands, 2007.
- Ritgerðir aðgengilegar af www.skemman.is

Kærar þakkir!

Sigurður Ragnar Eyjólfsson

fræðslustjóri KSÍ

B.S. Íþróttافرæði

M.S. Íþróttasálfræði

Fæðingardagur 1. desember!