



Þjálfun ungra knattspyrnumanna “erum við á réttri leið?”

Willum Þór Þórsson
Þjálfari

Þjálfun ungra knattspyrnumanna

- **Þróunin**
 - Tímarammi
 - Aðbúnaður
 - Aldursviðmið
 - Fagleg uppbygging
 - Stefnumörkun
 - Fræðsla
 - Þjálfun

ÞRÓUNIN

- Tímarammi
 - 10 ár
- Aldursviðmið
 - “fyrstu skrefin í mfl.”
- Aðbúnaður
 - Reykjaneshöll; 10 ára (2000-upphafið)
 - Fífan; 8 ára (2002)
 - Egilshöll; 8 ára (2002)
 - Boginn; 7 ára (2003)
 - Risinn; 5 ára (2005)
 - Akraneshöllin; 4 ára (2006)
 - Fjarðabyggðarhöllin; 4 ára (2006)
 - Grindavík 1. árs (2009)
 - Sparkvallaráttak KSÍ 2004 – 2007 (111 vellir)



Mótun ungra knattspyrnumanna

- Hvað á að skoða?
- Spurningar
 1. “Koma ungir leikmenn koma almennt og fleiri betur tæknilega skólaðir upp á afreksstig (í mfl.) en fyrir 10 árum?”
 2. “Koma ungir leikmenn koma betur leikfræðilega og taktískt skólaðir upp á afreksstig (í mfl.) en fyrir 10 árum?”

Niðurstöður rannsóknar
Lokaverkefni B.s. KHÍ, 2007

“Áhrif tilkomu knattspyrnuhallanna á knattspyrnuna á Íslandi”

Elvar Þór Friðriksson
William Geir Þorsteinsson

- Niðurstöður
- Aukin knattækni?
 - Já; 69% mikil og 31% mjög mikil.
 - Aðrar jákvæðar niðurstöður
 - Minni meiðslahætta
 - Aukinn fjöldi iðkenda
 - Auðveldara að skipuleggja æfingar
 - Aukin gæði æfinga

Tilkoma knattspyrnuhallanna

- Umræða
- Forsenda frampróunar
- Ungir leikmenn koma tæknilega betur skólaðir upp í meistaraflokkana (áður en hallirnar komu til)
 1. Knattspyrnan hefur eflst og tekið framförum
 2. Aukinn áhugi og fjölgun iðkenda
 3. Markvissar æfingar lengur yfir árið
- Íslensku unglíngalandsliðin eru merki þess
 - Árangur U-17 undir stjórn Luka Kostic

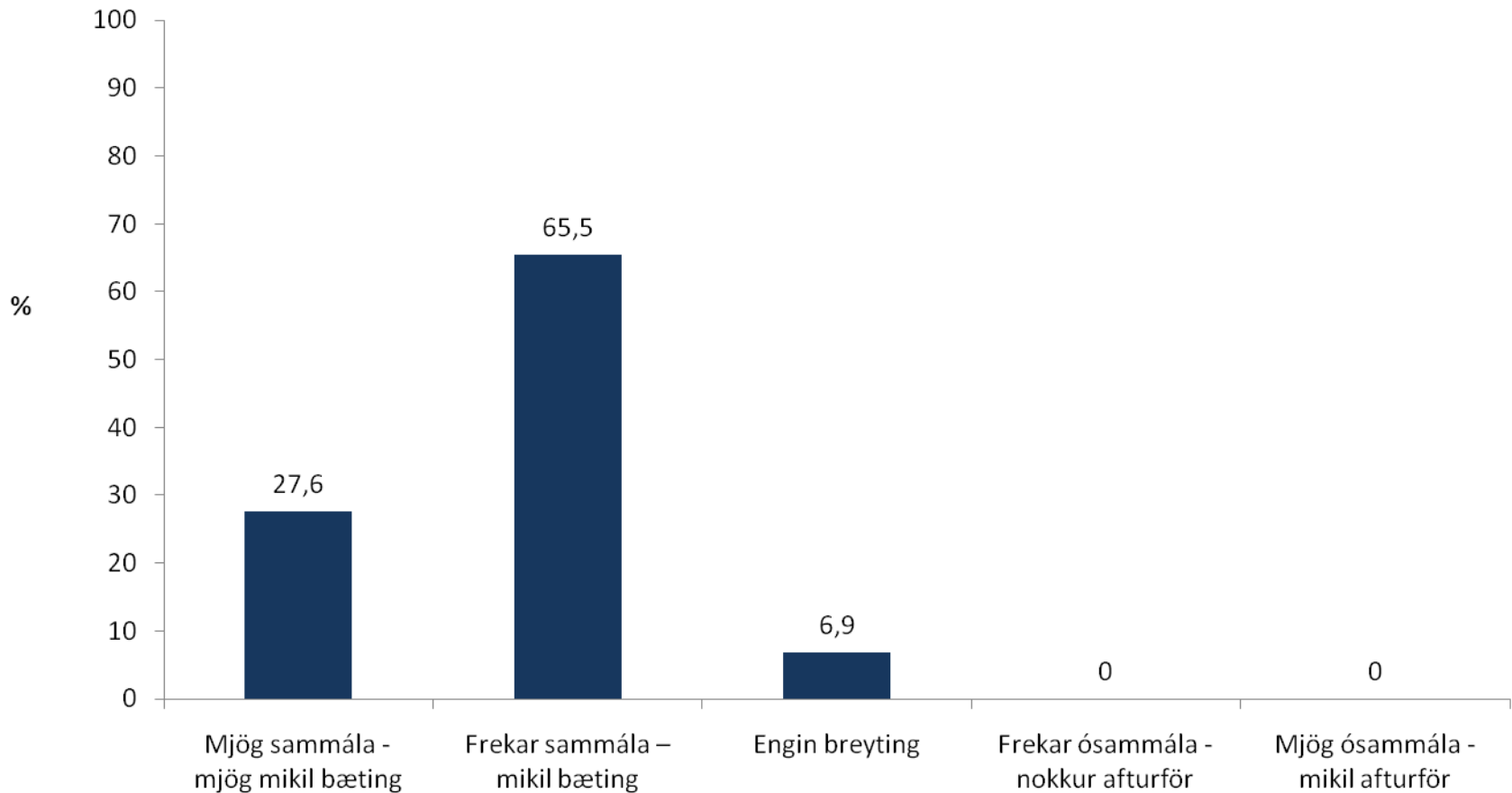
Erum við á réttri leið?

- Könnun á meðal þjálfara
- Svarhlutfall 80%
 - Þjálfarar
 - 28 karlar svörðuð
 - Ein kona
- 23 þjálfarar karla
- 3 þjálfarar kvenna
- 3 þjálfara sem þjálfar bæði karla og konur
- Um helmingur þjálfarana hefur þjálfað í meira en 15 ár
 - 28% í 1-5 ár
 - 7% í 6-10 ár
 - 17% í 11-15 ár

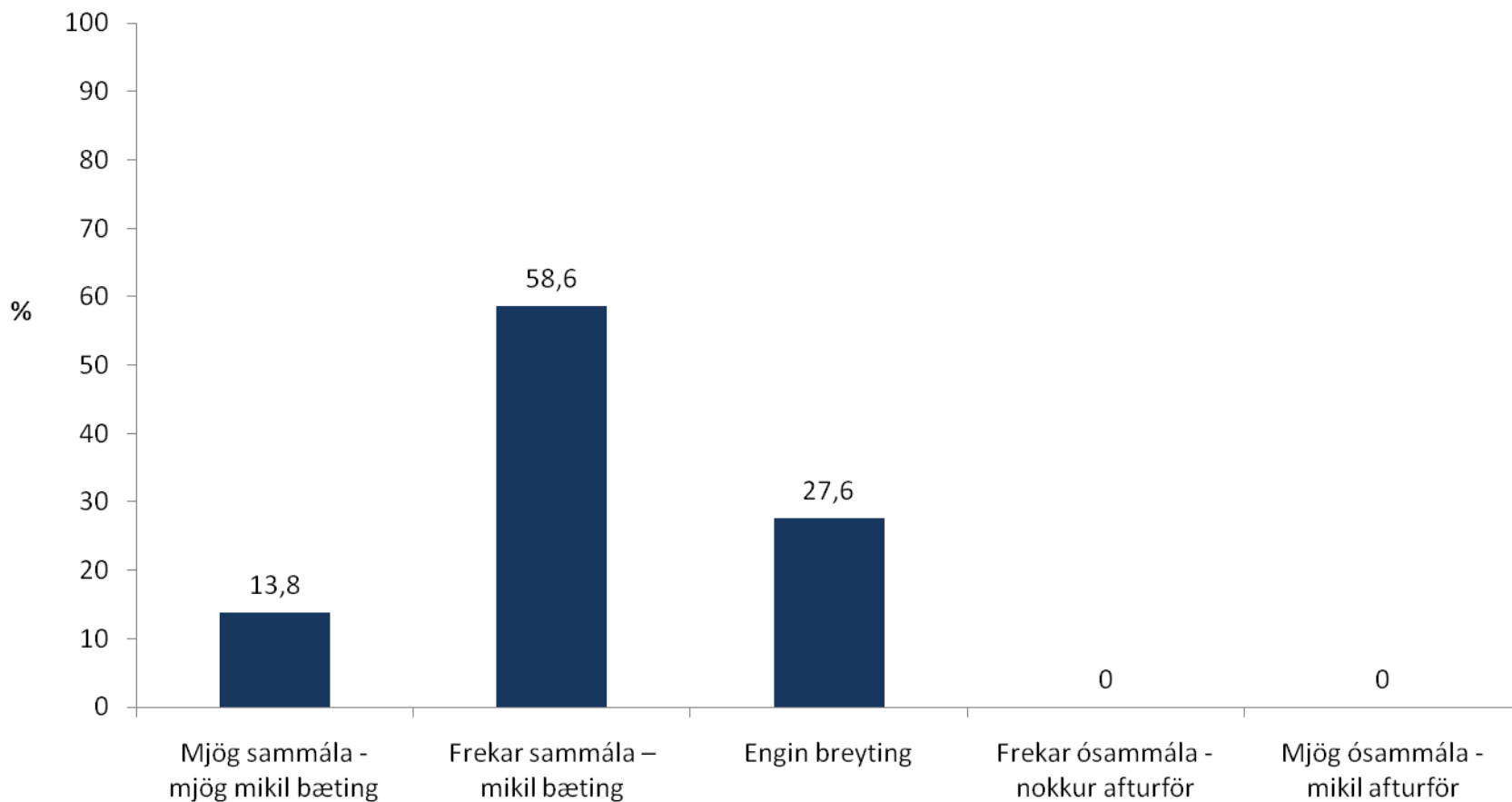
Erum við á réttri leið?
Tæknileg geta

Tæknileg geta
Sendingar
Knattrak
Móttaka

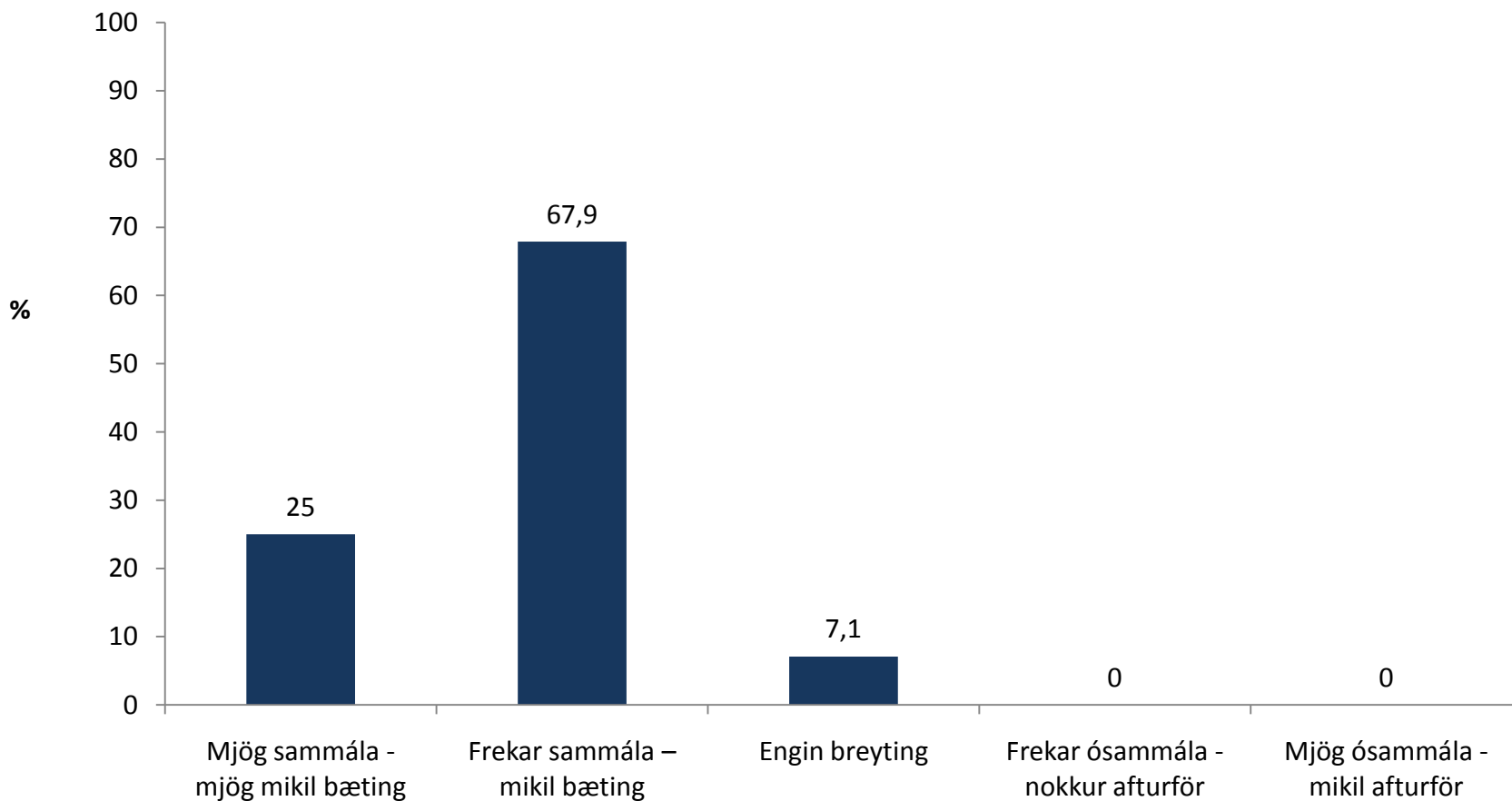
Hversu sammála eða ósammála ert þú því að leikmenn séu almennt tæknilega betri nú en fyrir 10 árum?



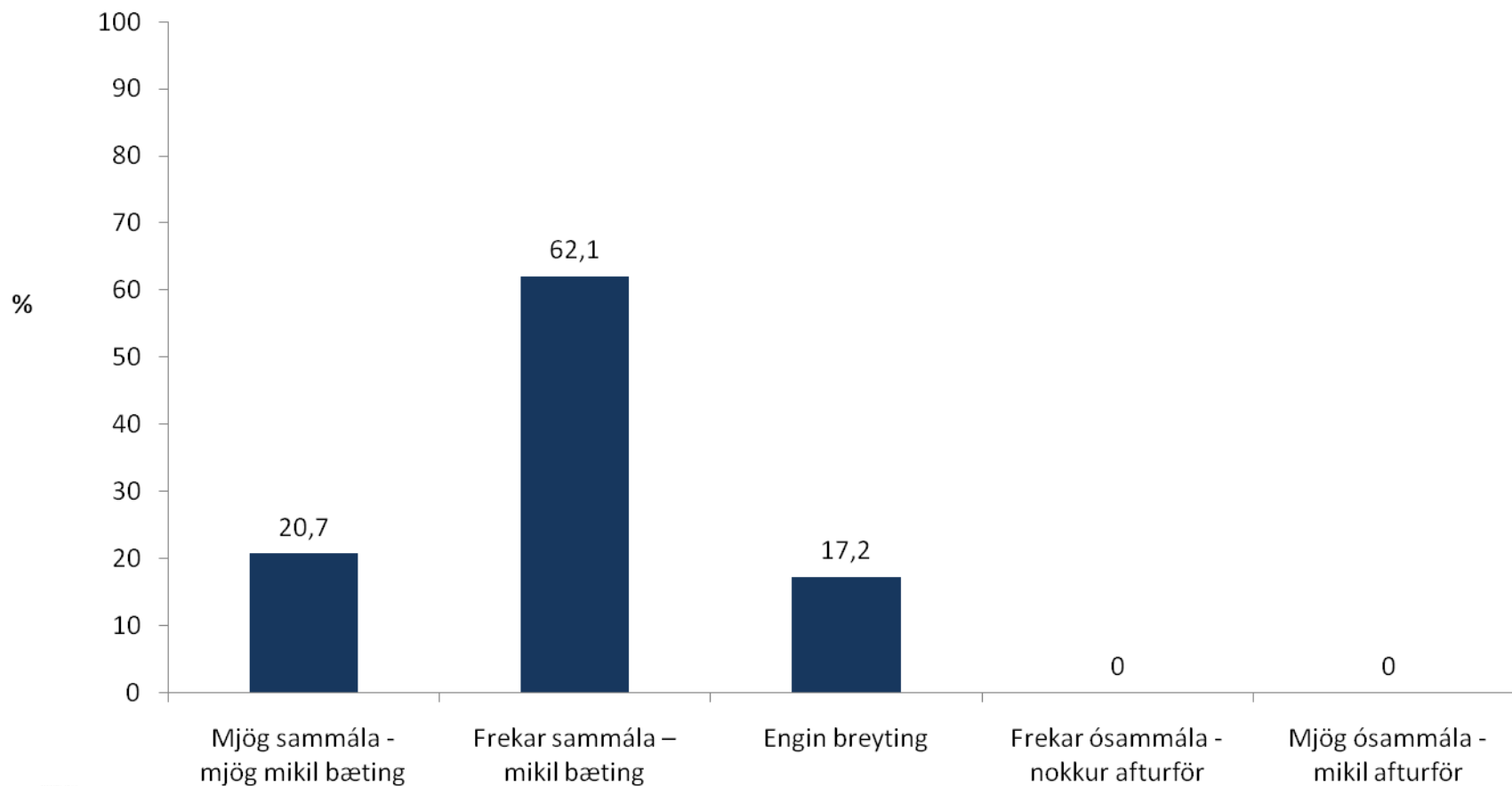
Hversu sammála eða ósammála ertu því að sendingargeta leikmanna sé almennt betri nú en fyrir 10 árum?



Hversu sammála eða ósammála ert þú því að knattrak leikmanna sé almennt betra nú en fyrir 10 árum?



Hversu sammála eða ósammála ert þú því að móttaka leikmanna sé almennt betri nú en fyrir 10 árum?



Er um við á réttri leið?

Leikfræðileg/taktísk geta

Hreyfing án bolta

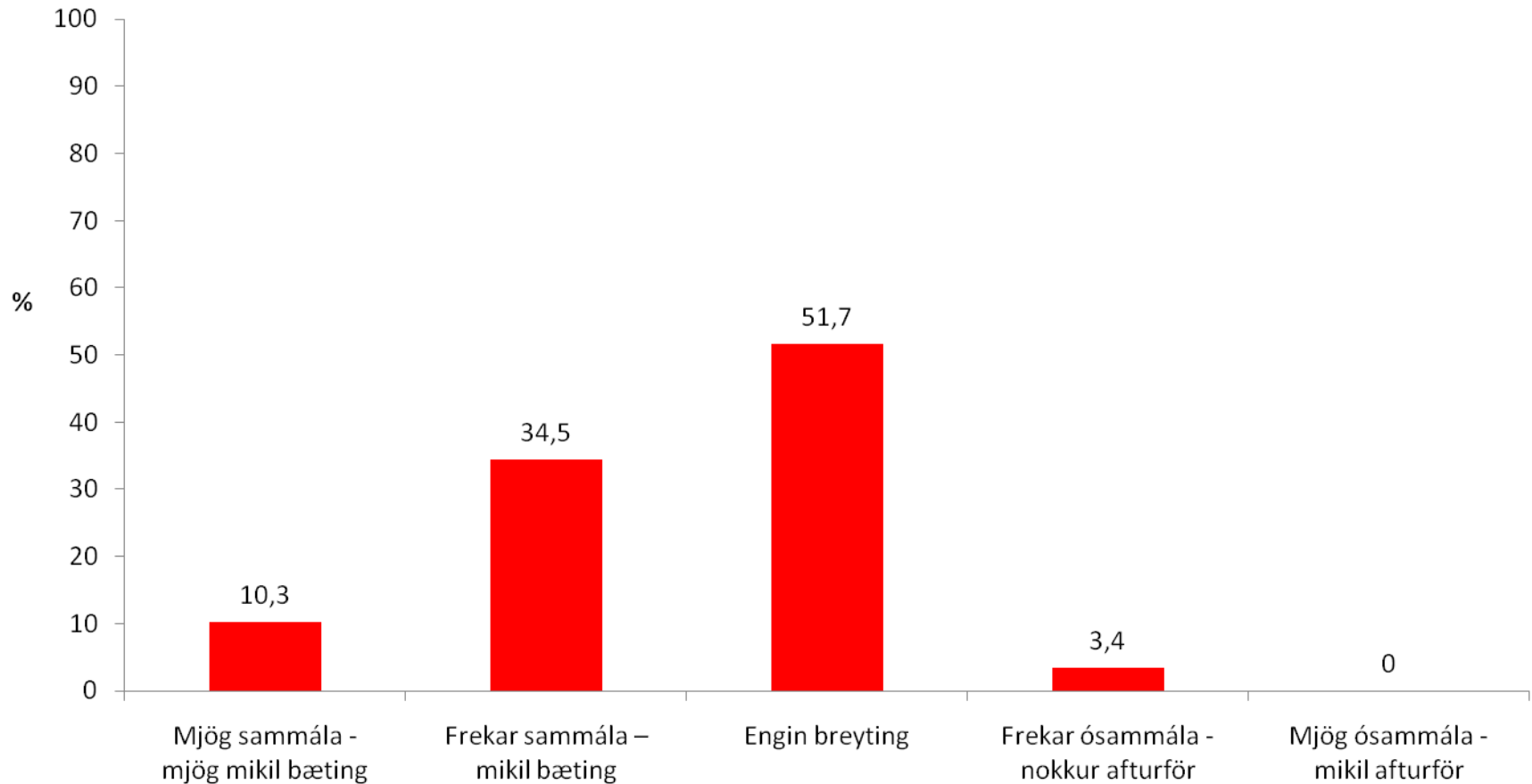
Leikskilningur (lesa leik)

Stöðumat (staðsetningar)

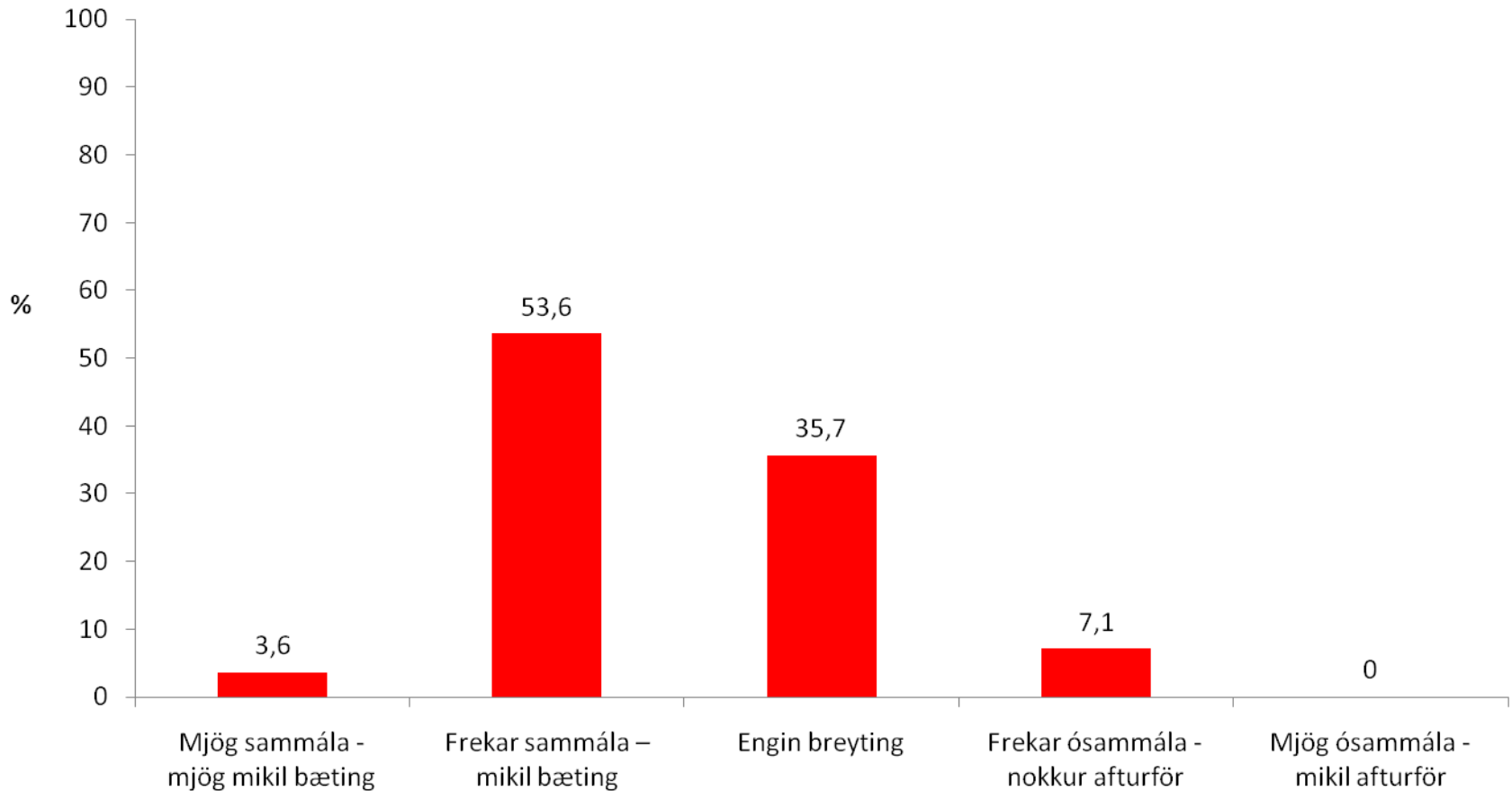
Ákvörðunataka

Skilningur á mismunandi grunnskipulagi

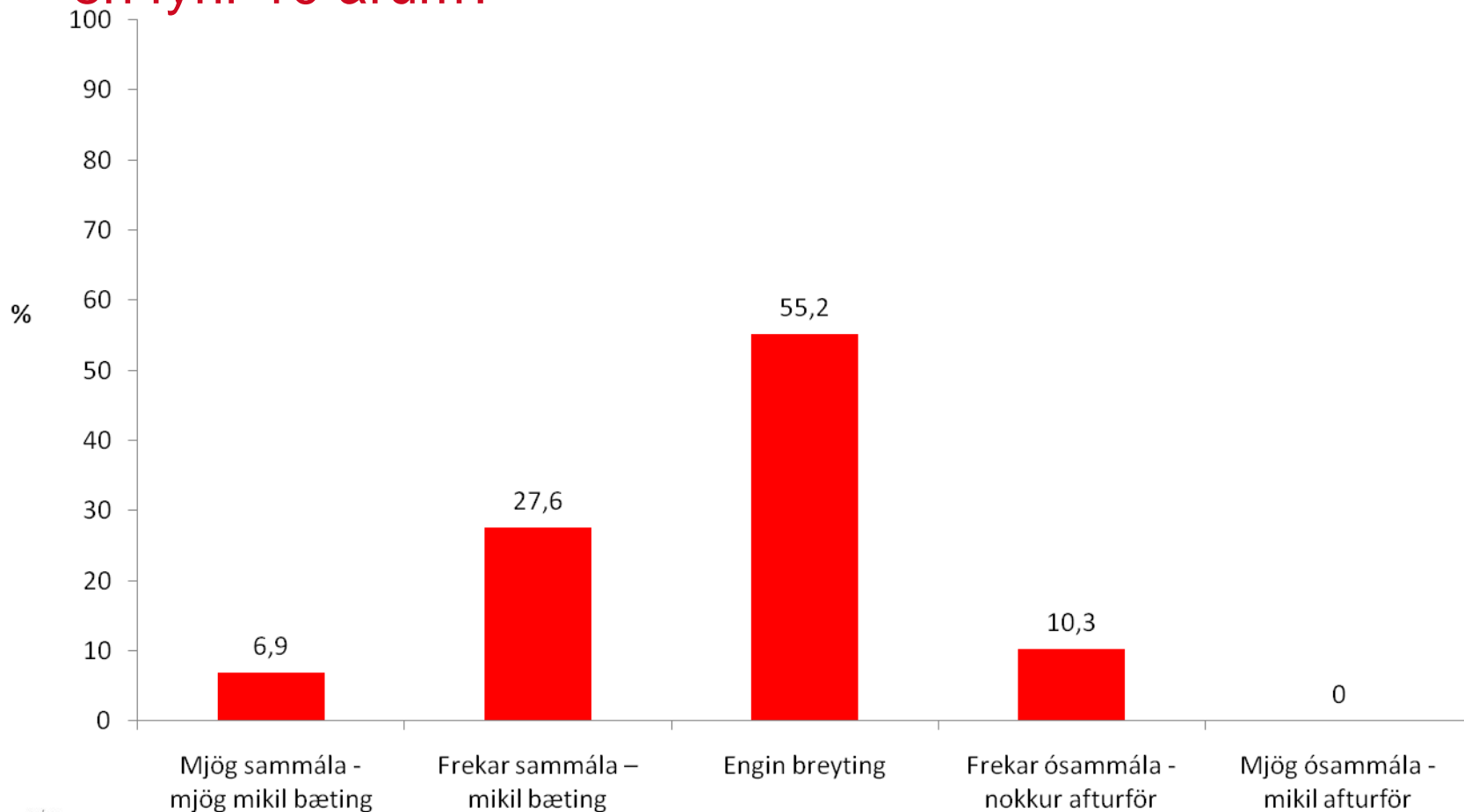
Hversu sammála eða ósammála ert þú því að ungir leikmenn komi nú betur leikfræðilega og taktískt skólaðir upp á afreksstig (í mfl.) en fyrir 10 árum?



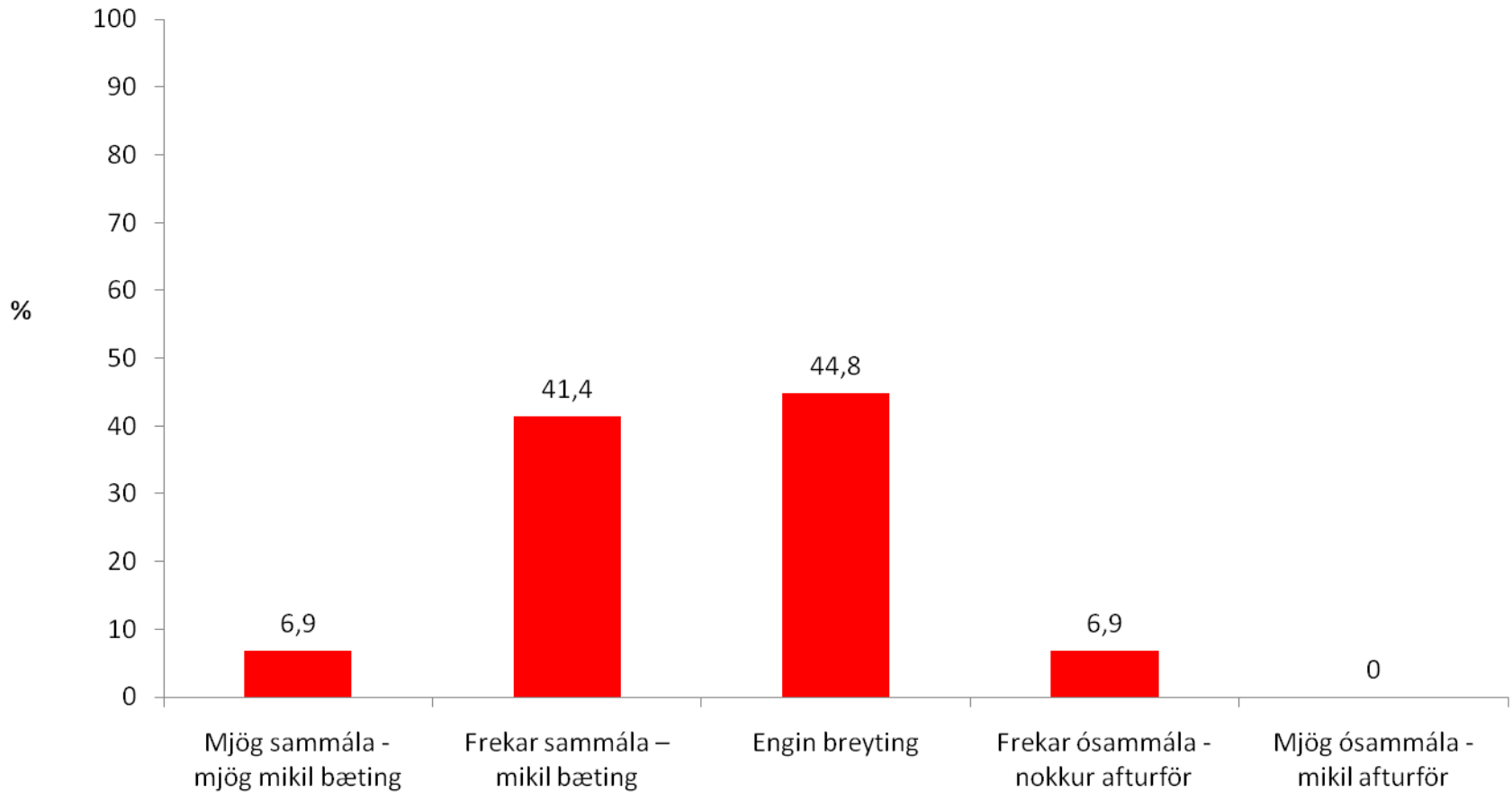
Hversu sammála eða ósammála ert þú því að hreyfing leikmanna án bolta sé almennt betri nú en fyrir 10 árum?



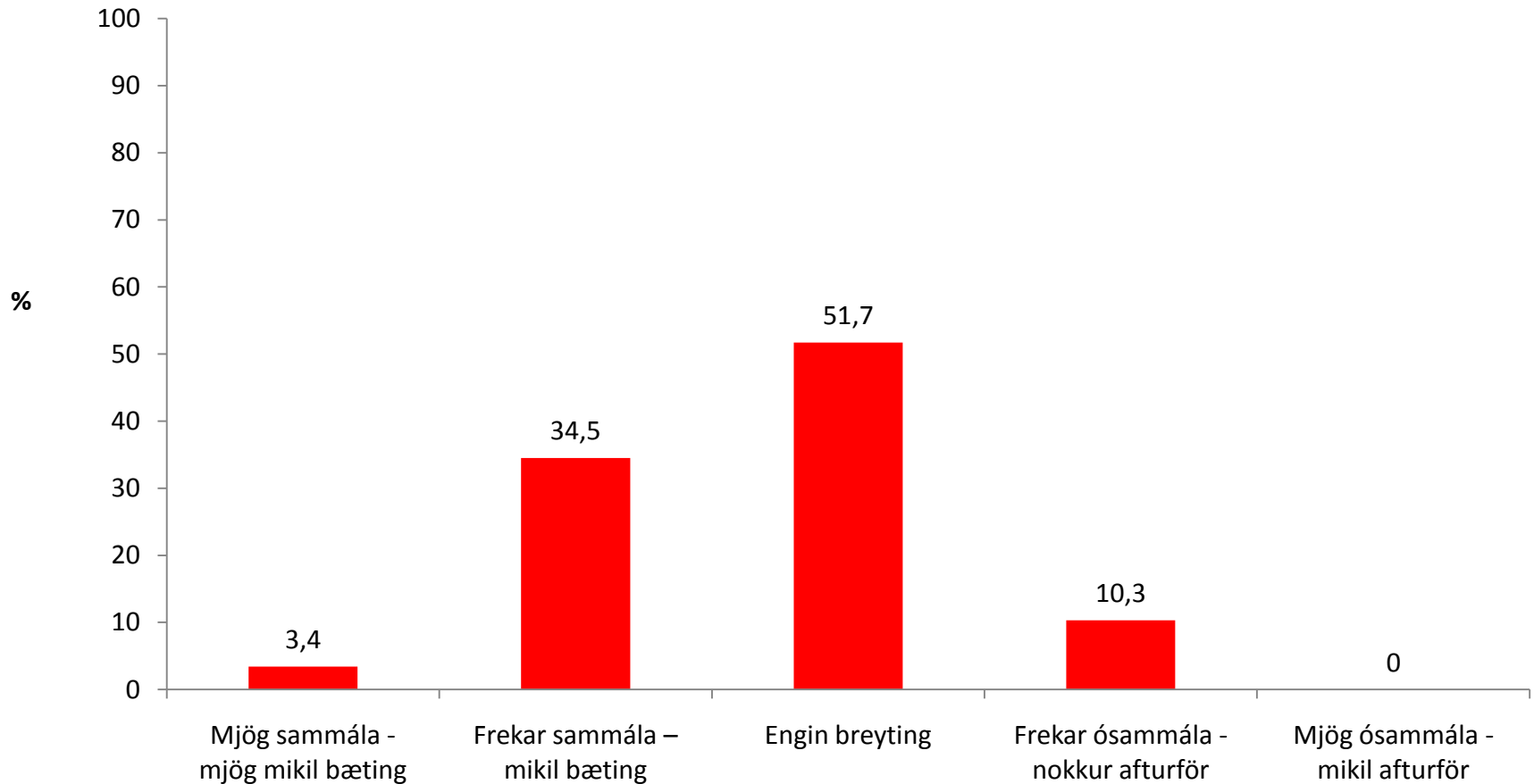
Hversu sammála eða ósammála ert þú því að leikskilningur (lesa leik) leikmanna sé almennt betri nú en fyrir 10 árum?



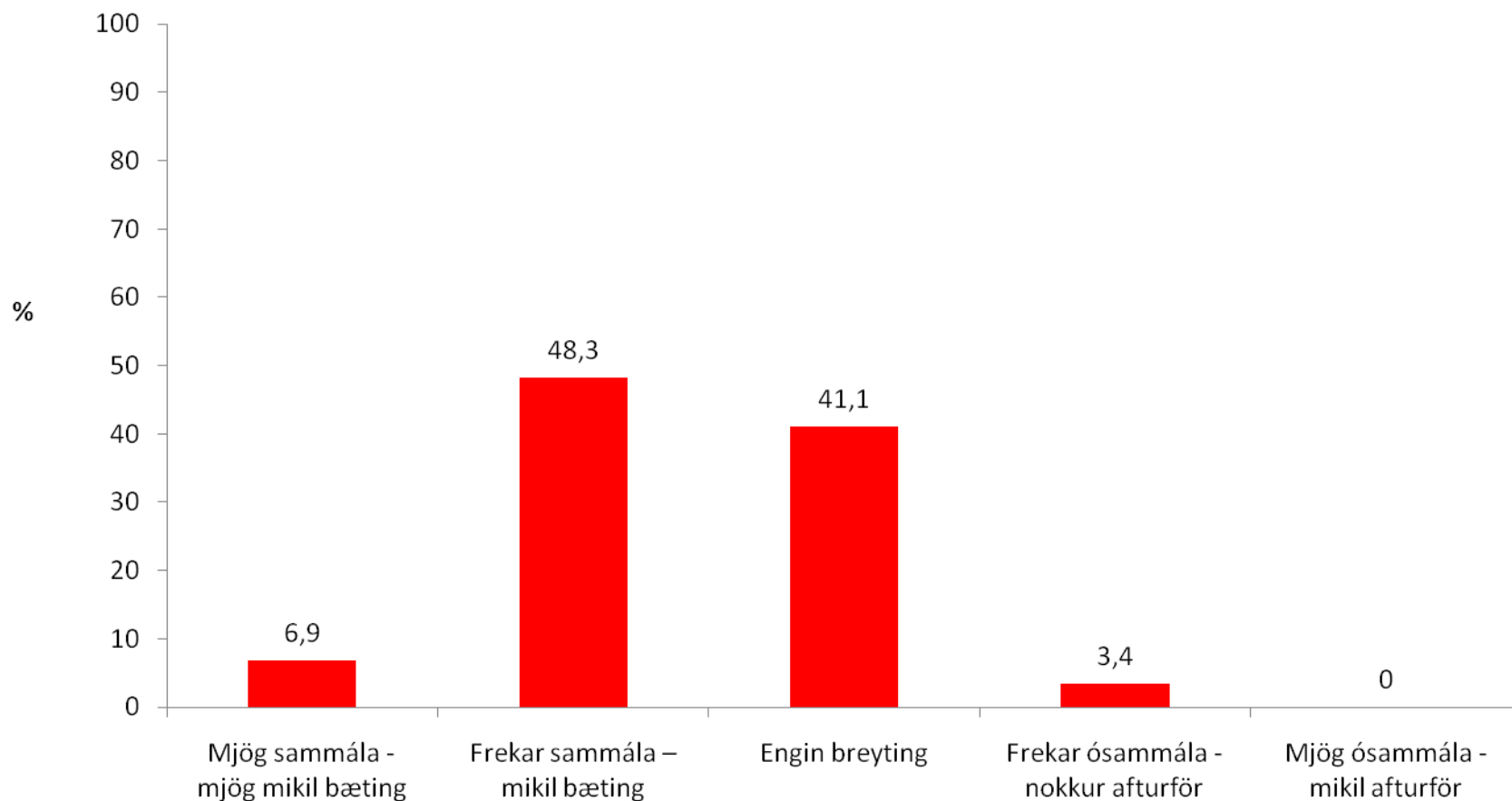
Hversu sammála eða ósammála ert þú því að stöðumat/staðsetningar sé almennt betra nú en fyrir 10 árum?



Hversu sammála eða ósammála ert þú því að ákvörðunartaka leikmanna sé betri nú en fyrir 10 árum?



Hversu sammála eða ósammála ert þú því að skilningur leikmanna á mismunandi grunnskipulagi (fljótir að aðlagast sóknar-/varnarfærslum) sé betri nú en fyrir 10 árum?



Erum við á réttri leið?

NIÐURSTÖÐUR
UMRÆÐUR

Erum við á réttri leið? Tæknilega?

- Almennt ; 93,1% eru á þeirri skoðun
- Sendingar; 72,4% eru á þeirri skoðun
- Knattrak; 90% eru á þeirri skoðun
- Móttaka; 82,8% eru á þeirri skoðun

Tæknileg geta – “athugasemdir”

- “Höfum bætt okkur í stöðunni 1 v 1”
- “Tæknilega séð er veruleg breyting til batnaðar”
- “Sé ekki stórkostlegan mun á sendingagetu”
- “Betri menntun þjálfara hefur skilað árangri á þessu sviði”
- “almennt eru fleiri að ná lágmarksgetu, en þeir bestu ekkert endilega betri en þeir bestu áður”
- “ekki nógu mikil bæting m.v. aukinn tíma og bætta aðstöðu”

Erum við á réttri leið? Leikfræðilega og taktiskt?

- Almennt; 55,2% þjálfara segja ekki
- Hreyfing án bolta; 42,8% þjálfara segja ekki
- Leikskilningur; 65,5% segja ekki
- Stöðumat; 51,7% þjálfara segja ekki
- Ákvörðunataka; 62% segja ekki
- Skilningur á grunnskipulagi; 45,5% segja ekki

Leikfræðileg og taktísk geta – “athugasemdir”

- “leikfræðileg geta hefur ekkert aukist”
- “okkur vantar klókari og útsjónarsamari leikmenn”
- “leikskilningi er ábótavant, að sjá hlutina fyrir eins og þriðja mann”
- Grunnhreyfingar í 11 manna bolta á að kenna í 5. flokki
- Þjálfarar þora ekki að kenna og fylgja stefnu þar sem þrýstingur foreldra er mikill og þeir sitja líka í stjórn.
- Mikill fjöldi hamlar skipulagi á taktískum æfingum

Leikfræðileg og taktísk geta

- “tækni leikmanna hefur batnað en leikfræðilegur skilningur hefur ekki tekið tilsvarandi framförum”
- “leikskilning er erfitt að kenna”
- “engin bæting á þessu sviði; léleg kennsla og stefnuleysi hjá félögunum og einnig hjá KSÍ.”

Erum við á réttri leið?

1. “Koma ungir leikmenn almennt og fleiri betur tæknilega skólaðir upp á afreksstig (í mfl.) en fyrir 10 árum?”

JÁ

Erum við á réttri leið?

2. “Koma ungir leikmenn betur leikfræðilega og taktískt skólaðir upp á afreksstig (i mfl.) en fyrir 10 árum?”

NEI

Erum við á réttri leið?

- Fagleg uppbygging
 - Stefnumörkun
 - Fræðsla
 - Þjálfun