

Fehér Ferenc

Utánpótlás edzőtábor szervezésének módszertana

Edzőtábor:

Az adott sportágban felkészülési céllal szervezett tábor, ahol a szakmai fejlődés a legfőbb feladat.



Amit egy edzőtábor nyújthat:

szakmai fejlődés

teljesítményfokozás

elméleti képzés

technikai és taktikai fejlődés

mozgásműveltség, mozgáskoordináció,

alkalmazkodás, együttműködés,

versenyzési ismeretek, fair play,

ismerkedés, játék, pihenés



A SZERVEZÉS

Tervek, ötletek, elképzelések:

A tábor célja!

Kinek, mit, hol, mikor, kivel?



A SZERVEZÉS

Kinek? (igényfelmérés helyett)

Célcsoport?

Korosztály - vegyes

Nem – vegyes

Zárt – nyílt tábor



A SZERVEZÉS

Mit?

A tábor célja!

Általános képzés

Speciális



A SZERVEZÉS

Általános (cél)

A lehetőségek kihasználásával
a lehető legszélesebb körű,
legváltozatosabb edzésfeladatok, módszerek
alkalmazása az adott terepen.

A SZERVEZÉS

Speciális (cél)

Adott versenyre

bajnokság, világverseny

Adott tereptípusra

technikai követelmények

domborzatilag szabdalt

növényzetileg változatos

speciális/új jelleg (pl. sziklaalakzatok)

fizikai követelmények

szintes, meredek terep

lapos, homokos terep

városi terep

Adott versenyszámra

hosszútáv, középtáv, rövidtáv

váltó

A SZERVEZÉS

Hol?

Lehetőségek

Terep - Térkép

Szakemberek

Szállás/étkezés

Utazás – megközelíthetőség

Engedélyek



A SZERVEZÉS

Mikor?

Nyáron, télen, szünetben...

A célcsoportból minél többen elérhetőek legyenek



A SZERVEZÉS

Kivel?

Megbízható, szakmailag képzett segítők
Minden területre

Szervezés - Gazdasági – pénzügyi – Kommunikáció

Szakmai feladat – Pedagógia

Kiegészítő programok – Étkeztetés

Egészségügy



A SZERVEZÉS

DÖNTÉS!

Kinek, mit, hol, mikor, kivel!



A SZERVEZÉS

Előkészületek 0.

Helyszín – edzések

Térkép használat engedélyezése

Feltételek! Igény esetén szerződés! - Nyomtatási lehetőségek.

Terephasználat

Kezelők - Erdészet! Területgazdák! - Hatósági engedélyek!

A SZERVEZÉS

Előkészületek 1.

Feladatok elosztása

Program összeállítása

Tábor meghirdetése

Helyszínek megismerése – edzések, szállás

Pályázat, támogatók bevonása

A SZERVEZÉS

Előkészületek 2.

Szakmai programok tervezése (külön)
Kiegészítő programok szervezése
Jelentkezések összegyűjtése – adatlap
(speciális igények)
Utazás szervezése



A SZERVEZÉS

Előkészületek 3.

A jelentkezés lezárása
(szülői nyilatkozatok)

Létszám!!

Program véglegesítése

Étkezés véglegesítése

Beszerzések...



A SZERVEZÉS

Előkészületek 4.

Eszközök

Kinyomtatott térképek – edzés eszközök –
kiegészítő programok eszközei - játékok –
egészségügyi doboz - gyógyszerek

A LEBONYOLÍTÁS

A tábor lebonyolítása

Időrend!

Napirend – állandó programok

Szakmai programok

Kiegészítő programok

Esőprogram

Pihenés aránya!



A LEBONYOLÍTÁS

Szakmai programok – 1.

Napi 1-2-3 edzés

Programok egymásra épülése

(könnyebbtől – a nehezebb feladatig)

Megfelelő terhelés



A LEBONYOLÍTÁS

Szakmai programok – 2.

Elméleti képzés

Elemzések

Egyéni foglalkozás

Korosztályi nehézségi fok

Folyamatos kontroll



A LEBONYOLÍTÁS

Szakmai programok – 3.

Értékelés

Jutalmazás

Csapatépítő játékok

Szabadidő



Tábor zárása - értékelés

Táborvezető értékelés
Résztevők véleménye
Jutalmazás
Köszönetnyilvánítás
Elköszönés
Kommunikáció - kifelé



A jó táborvezető

Megfelelő pedagógiai, lélektani, szakmai felkészültséggel és
kellő empátiával rendelkezik,

Megnyerő, rendezett külsejű, vidám, figyelmes, segítőkész,
toleráns és türelmes,

Jól beszélő, jó kapcsolatteremtő, ért a gyermekek nyelvén,

Felkészült a gyerekek számára fontos helyzetekre,

Tud a tájfutásban is „gyerekfejjel”, gondolkodni,

Nem szülő kell a gyerekeknek – hanem olyan aki hiteles!

Elfogulatlan!

Szervezési tanácsok

Figyelem – minden területre

Szakmai alázat

Gyerekközpontúság

Változatosság

(táboron belül - évente)

„B” terv

Tanítsuk tanítani! (haladók)



Utánpótlás edzőtábor szervezésének módszertana



Fehér Ferenc
info@ztc.hu

The image features a bright, glowing sun low on the horizon, creating a lens flare effect. In the foreground, the silhouettes of four children are visible, standing with their arms raised in a gesture of celebration or triumph. The background is a clear, light blue sky.

KÖSZÖNÖM a FIGYELMET!