

## **Modul B: RSA metoda - ocenjevanje igralcev in ekipe v nogometu :**

Ocenjevanje naših igralcev je opisno in tudi številčno. S takim pristopom poskušamo orisati (karakterizirati) igralčeve kognitivne, čustvene, socialne in motorične dosežke z vidika doseganja zastavljenih ciljev in nekaterih standardov veščin, znanj ter v luči njegovega individualnega razvoja v nogometu in splošnega razvoja njegove ekipe v kateri igra.

Opisna ocena ni omejena zgolj na igralčevo in s tem ekipno doseganje standardov znanj, ampak zajema doseganje celotnega programa našega sistema dela v nogometu.

Ocena vsebuje hkrati povzetek sedanjega stanja kot tudi predloge za nadaljnje delo, in nakazuje tudi vizijo prihodnjega razvoja.

**1. pravilo:** jedro nogometne igre je v skladu, sožitju vseh elementov igre od tehnike, taktike, kondicije in psihične priprave.

**2. pravilo:** igralec je »enotnost« in se ne more razvijati na področju nogometnega znanja brez odgovarjajočega ali celo večjega razvoja na področju nogometnih čustev in nogometne volje.

Ocenjevanje bo potekalo individualno in skupinsko, neposredno z navedenimi preizkusi znanja na treningu in posredno, ko usvojeno nogometno znanje ocenjujemo kot sodelovanje v ekipi, klubu, odnos do trening - dela ter nastopi na trening - tekmah, nastopi na prvenstvenih tekmah, sodelovanju v šolah nogometa v okviru selekcij MNZ in NZS.

### **Didaktična priporočila našim trenerjem pri kontrolnem delu:**

- nenatančna demonstracija posameznega elementa nogometne igre izgubi vso privlačnost in verodostojnost v pravilnost izbire elementa igre.
- gojiti kultivirano razpravo o samem delu, vajah, kot tudi o napakah v igri, ter tako spodbujati izražanje in oblikovanje lastnega mnenja pri igralcih.
- izbrali smo vsebine – teste po lastni presoji in smiselno upoštevali želje ter vprašanja igralcev in predvsem »ekipe«.
- igralcem, ekipi predstavljamo idejo vaje, igre in ideal igralca v vsej koristnosti za igralca in ekipo.

Splošna ocena ekipe:

**1.** Igralci ob izvajanju in ponavljanju elementov tehnike, taktike, kondicije povečujejo povezanost in skladnost gibalne organiziranosti telesa z enakim področjem v drugih igralcih in s tem tudi v ekipi.

**Ocena:**

2. Eden od ciljev nogometne vzgoje je, da uravnoteži-harmonizira igralčevo nogometno naravo z njegovo telesno organizacijo. Tako telesu pomaga, da postane gibanje igralca, neprisiljeno in lepše bolj budno, skladnejše s tistim kar igralec kot del ekipe notranje je.

**Ocena:**

3. Delo v četvorkah, trojkah, dajejo doživetje igralcem v prostoru, in pomagajo igralcu obogatiti izkušnje in predstave osnovnih zahtev, oblik v postavitvi v sami skupini in kultivirajo notranji občutek za orientacijo na samem igrišču.

**Ocena:**

4. Znotraj skupinskega dela se mora igralec osredotočiti na svoje lastno gibanje, hkrati pa razvijati smisel in občutek za delo ekipe kot celote. Če igralcu oboje uspe, uživa svojo soudeležbo igranja v ekipi.

**Ocena:**

5. Da bi bil sposoben izvajati vaje harmonično in v skladu z skupino, ne zadošča le obrobno zaznavanje pozicij ostalih igralcev, ampak mora biti prisotna želja, hotenje – dopustiti ostalim, da imajo svoje lastne zahteve na svojih pozicijah v okviru skupine.

**Ocena:**

6. Različne vaje se uporabljajo da bi igralec utrdil in povečal svoje gibanje v prostoru in orientacijo v njem. Te navedene test - vaje imajo moč, saj pomagajo igralcu oblikovati zaupanje vase, s tem pa gradijo njegovo notranje ravnotežje.

**Ocena:**

7. Test – vaje; prostor, teren doživljajo igralci skozi različne krive in ravne linije v prostoru, a gibanje vedno znova izhaja iz same nogometne igre. Nogometna igra je nevidni vzgojitelj, ki v igralcu počasi a vztrajno prebujata občutenje, zavedanje samega sebe.

**Ocena:**

8. Pri oblikovanju vaj in gibanja se izhaja iz vedenja, da je igralec v tem času poln moči posnemanja, da intenzivno živi s svetom okoli sebe. Igralec mora doživeti vpetost v skupino, vadi se sprejemati informacije in tudi informacije dajati.

**Ocena:**

9. Vaje za koncentracijo in spretnostne vaje, kar test – vaje so, kažejo sliko igralcev da so še polni sil posnemanja, hkrati pa se začena v njih prebujati tudi samostojnost. Igralec svoje telo obvlada in se gibanja veseli, hrepeni po izkazovanju spretnosti, zato so te vaje v povezavi z vajami koncentracije dobrodošel izziv.

**Ocena:**

**10.** Bolj ko se te vaje pilijo, bolj ko se vztraja na natančnosti, dovršenosti izvajanja in zahtevnosti kombinacij gibov, večje je zadovoljstvo igralcev, bolj nogomet podpira igralčev notranji razvoj v tem času. Test - vaje – sinhronizacija ;zrcalne oblike v prostoru, vaje ki urijo spretnost, hitrost in natančnost v gibanju. Za seboj ima igralec doživetje šestih smeri gibanja v prostoru : levo-desno, naprej-nazaj, gor-dol. Razvija se samostojnost skozi spretnostne vaje, vaje koncentracije, daje se prednost akciji.

**Ocena:**

**11.** Igralci skozi Test - vaje izkusijo ter doživijo lepoto, ritem in obliko vaj. Tri in štirikotniki: številne variacije in preobrazbe doživijo igralci skozi lastno telo in v prostoru. Te Test - vaje spodbujajo in razvijajo sposobnosti orientacije, sposobnosti nogometnega razmišljanja. Test - vaje, ki razvijajo občutek za ritem, frekvenco pripomorejo k obnavljanju koordinacije.

**Ocena:**

**12.** Vse Test - vaje morajo nagovarjati koordinacijo, zaporedja gibanja so jasno določena. Vaje razvijajo pozornost, natančnost in vodijo v mojstrsko dovršenost izvajanja elementov tehnike gibanja igralcev v skupini.

**Ocena:**

**13.** Kdor ni vztrajen pri tem obnavljanju enakih vaj, se zadovolji z površnim znanjem. Posledica pa je nezadostno predznanje za poglobljanje in nadaljevanje učenja.

Igralec mora v sebi razviti globoko zakoreninjen občutek da se vedno lahko nekaj nauči, da se lahko vedno napreduje v nasprotnem primeru ne more napredovati.

**Ocena:**

## **Cilji, ki jim sledimo z našim delom so v posameznih procesih:**

### **1. proces:** dojemanje ideje treniranja in igranja- DITI

Način, kako igralec osvaja določene ideje: igralec mora vsako idejo notranje dojeti, dobiti »pomen« vaje, videti v njej določeno informacijo o nogometu. Truditi se mora, da gre v smeri odstranjevanja napačnih informacij iz njegovega treniranja.

#### **Ocena:**

### **2. proces:** odločanje o pravilnem treniranju in igranju- OPTI

Način, kako se igralec odloča v treningu: odloča se na osnovi temeljitega premišljevanja tudi o povsem »navadnih« vajah, ki izgledajo tako nepomembne. Odstranjovati mora vse, kar je »brez smisla«, »nepomembne« postopke. Za vsako vajo, za vse, mora najti razloge in dati v stran vse tisto za kar ne najde razloga, da bi lahko bogatilo igro.

#### **Ocena:**

### **3. proces:** komuniciranje na treningu, tekmi - KATT

Način, kako igralec komunicira na treningu: govori se samo tisto, kar ima smisel in kar je pomembno. Govorjenje zaradi govorjenja igralca oddaljuje od pravega dela. Tudi v prostem času naj se izogiba skupin, kjer govorijo, »blebetajo« samo da nekaj govorijo. Nikoli ne govoriti brez osnove.

#### **Ocena:**

### **4. proces:** urejanje »zunanjega« sveta- URZS

Treningi, tekme se morajo harmonično vklopiti v okolje v katerem igralec živi. Ko igralec reagira na zahteve okolja mora skrbno ocenjevati kako tem zahtevam odgovoriti. Ko igralec »deluje« iz sebe, potem zelo razumljivo deluje v svojem treniranju.

#### **Ocena:**

### **5. proces:** urejanje »nogometnega« sveta- URNS

Način, kako igralec poskuša dojeti duh ekipe, kluba: igralec ne prehitava z zahtevami in ni počasen v njih. Nogomet je kot sredstvo dela in njegov odnos do nogometa je pravilen: ne pretirava z treningi in tudi ne manjka v trenažnem procesu.

#### **Ocena:**

### **6. proces:** urejanje igralskih ambicij -URIA

Način, kako igralec ureja svoje ambicije: igralec testira svoje sposobnosti, zmoglosti, lastnosti in se ravna v smislu spoznavanja sebe. Nič ne pretirava in nič ne prepušča slučaju. Postavlja si cilje, ki so v zvezi z ideali v nogometu, z velikimi dolžnostmi in odgovornostjo v igri. Svoje obveznosti izpolnjuje, izvršuje vse boljše in popolnejše.

**Ocena:**

**7. proces:** usmerjenost na čim hitrejšo učenje -USHU

Način, kako igralec doseže čim več in čim hitreje nogometno znanje: trud, napor je usmerjen da se čim več nauči v treningu. Nič ne gre mimo igralca, da mu ne daje neke izkušnje koristne za nadaljnje delo v treningu ali tekmi. Če naredi napako, mu ta izkušnja omogoča, da naslednjič v enaki situaciji ne bo ponovil napake. Opazuje tudi druge igralce in zbira bogastvo izkušenj in iz njih vleče poduk. Nič ne dela brez »pogleda nazaj« kar bi mu lahko pomagalo v prihodnje.

**Ocena:**

**8. proces:** spoznavanje svojega nogometnega znanja- SNOZ

Način, kako igralec doseže čim boljše spoznanje o svojem nogometnem znanju: igralec mora občasno, da se »ozre« v samega sebe, da se skrbno »posvetuje« sam s sabo, da naredi in pregleda svoja nogometna načela, da v sebi naredi »bilanco« svojega nogometnega znanja, da poskuša oceniti svoje dolžnosti, da razmisli o vsebini in cilju nogometnega življenja.

**Ocena:**

## SISTEM POGOJEV IN KRITERIJEV ZA IGRANJE

Glede na analizo dela in analizo posameznih igralcev je treba sestaviti določene kriterije, po katerih se mora izbrati igralce, ki so sposobni izvajati program:

### 1. testi osnovne motorike in testi specialne motorike (Fakulteta za šport)

ŠVK:	1. leto:
2. leto:	3. leto:

### 2. splošni igralski pogoji: ti pogoji morajo biti na brežibni ravni.

1. prag A:	1. prag B:
2. prag A:	2. prag B:

### 3. temeljni nogometni pogoji: igralčevo razumevanje prostora, časa, vzročnosti in sinhronizacije.

prostor:	čas:
vzročnost:	sinhronizacija:

### 4. posebni pogoji: sposobnost igralca izvajati selekcijski program.

volja:	mišljenje.
občutenje:	rezultat:

## SPLOŠNI IGRALSKI POGOJI:

**1. pridnost, marljivost :** to pomeni, da mora igralec vsakodnevno trenirati, ali v klubu ali doma.

Igralec:	klub:
volja:	trener v klubu:
mišljenje:	inštruktor:
občutki:	trener v reprezentanci:

**2.natančnost:** igralec mora biti pri svojem delu natančen, saj neuspeh leži v nenatančnosti:

prostor:	čas:
vzročnost:	sinhronizacija:

**3. viden psihični napor:** igralec mora vsako vajo predelati psihično, vizualizirati vajo.

kondicija:	tehnika:
taktika:	ekipa:

**4. skrbnost za delo:** skrbeti mora da je točen, redoljuben in predvsem da si želi delati.

trening:	tekma:
kriterij:	kamp-priprave:

TEMELJNI NOGOMETNI POGOJI:

**1. testi in selekcija:** igralec mora biti testiran z različnimi testi in na podlagi njih se dela selekcija.

kondicija:	tehnika:
taktika:	ekipa:

**2. praksa, izkušnja:** igralec mora imeti poleg prvenstvenih in test- tekem tudi v okviru kluba mednarodne izkušnje.

prvenstvo:	turnirji:
kriteriji:	reprezentance:

**3. pravilnost programa:** v klubu in v reprezentanci mora dobiti informacije, ki ga »boljšajo«

trener:	inštruktor:
trener reprezentance:	selektor:

**4. nestalna zveza po poti slučajnosti:** določeni uspeh ali neuspehi, ki jih ne more predvideti.

ritem:	frekvenca:
stil:	sprostitev:



## POSEBNI POGOJI

**1. odgovornost, poslušnost:** s tem se misli predvsem na delo, ki ga mora opraviti v okviru kluba - ekipe.

obramba:	prehod iz obrambe v napad:
napad:	prehod iz napada v obrambo

**2. disciplina v igri:** igralec mora najti stik s samim seboj v igri – ne sme ga »voditi« igra.

ekipa vodi:	ekipa izgublja:
odnos do sodnika:	pritisk publike:

**3. razmišljanje, ustvarjalnost v igri:** igralec mora zavestno širiti svoj igralni repertoar.

priprava:	delo:
igra:	testiranje:

**4. pripadnost ekipi:** igralec se mora podrežati skupnemu duhu ekipe.

cilj igralca:	sposobnost igralca:
prilagodljivost igralca:	komunikativnost igralca: