

A MAGYAR RÖPLABDA FEJLESZTÉSI TERÜLETEI

3. AZ UTÁNPÓTLÁS-NEVELÉS HOLISZTIKUS MEGKÖZELÍTÉSE, AVAGY A SPORTOLÓI KARRIERTERV ÉS ÉLETPÁLYAMODELL KIALAKÍTÁSA

SZERZŐ:



DR. ZALAI DÁVID PhD.

Főtitkár
Magyar Röplabda Szövetség

BEVEZETÉS

A röplabda, mint dinamikus és technikailag magas szinten űzött sportág, világszerte egyre nagyobb népszerűségnek örvend, így egyre nagyobb a versenyhelyzet és egyre nagyobbak a kihívások, így **a fejlődés és a fejlesztés már nem versenyelőnyt, hanem versenyben maradást jelent csupán.**

A nemzetközi szinten való versenyképesség eléréséhez és fenntartásához elengedhetetlen egy jól átgondolt, hosszú távú és komprehenzív utánpótlás-fejlesztési stratégia, amely folyamatában biztosíthatja a felnőtt válogatottak eredményességét.

Jelen cikk célja, hogy bemutassa azokat a kulcsfontosságúnak vélt elemeket, amelyek hozzájárulhatnak a magyar röplabda utánpótlásának fejlődéséhez, ezáltal a jövőbeni nemzetközi eredmények eléréséhez.

Ahhoz, hogy a magyar röplabda meghatározó szereplője legyen az európai és világszintű versenyeknek, elengedhetetlen **a tehetségek felismerése, szisztematikus gondozása, és a produktivitás növelése** az utánpótlásban.

FEJLESZTÉSI ÉS FEJLŐDÉSI LEHETŐSÉGEK

A magyar röplabda jelenlegi helyzete számos pozitívumot és kihívást hordoz magában. A teljesség igénye nélkül az elmúlt időszak vonatkozásában egyértelműen pozitívumként értékelendő a Röplabda Specifikus Módszertani Központ (a továbbiakban: RSMK) megalakulása, a folyamatosan megjelenő szakmai folyóiratok, lefordított szakanyagok, magas színvonalú konferenciák és szakmai napok (neves külföldi előadókkal), fokozódó nyitottság és együttműködési hajlandóság, utánpótlás EB kvalifikációk női és férfi vonalon egyaránt, edzőképzési reformprogram, az LA10 programban való 4 strandröplabda kvótaesély, sikeres női szereplés a 2024-es Silver League és EB-selejtező kapcsán, illetve a magyar klubcsapatok kapcsán is fontos megemlíteni a nemzetközi szereplések eredményességét.

Azonban a kihívások kapcsán is számos kiemelt jelentőségű szempont van előttünk és körülöttünk, elég csak a TAO sportágak közötti versenyhelyzetre gondolni, hogy melyik gyerek melyik sportágot választja, itt férfi vonalon sajnos jelentősen le vagyunk maradva, a sporttudományi és digitalizációs lehetőségek és facilitás hálózat még nem felel meg a 21. századi kívánalmaknak, holott ezek a szempontrendszerek már elengedhetetlenek a nemzetközi szintű eredmények elérésének és a minőségi utánpótlás-képzésnek. Mindezek mellett napjainkban már állandó kihívást jelent a különböző generációs különbségek kezelése, ezzel összefüggésben a mai fiatalok megszólítása, kezelése, motiválása, figyelmének felkeltése, amely kihívása nemcsak a röplabda, hanem a teljes sportolói társadalom vonatkozásában is jelentős.

Fentiekkel összefüggésben azonban egyértelműen kijelenthető, hogy minden jövőbeni siker és eredmény alapja – az edzőképzési reformprogram hatékony megvalósulása mellett – a hatékony utánpótlás-nevelés és fejlesztés.

1. Kiválasztás – az első lépés a jövő bajnokai felé

A sikeres sportkarrier alapja az időben megvalósuló és pontos **tehetségazonosítás**. A magyar röplabda rendszerében jelenleg is léteznek toborzó programok, azonban ezek gyakran lokálisan, klubszinten működnek, és nem mindig illeszkednek egy egységes sportági utánpótlás-nevelési stratégiába. A legnagyobb kihívás, hogy országos lefedettségben, regionális szinten működjenek tehetség kiválasztó- és azonosító műhelyek.

Egy modern, országos szintű kiválasztási rendszerben az (1) iskolai testnevelés, a (2) sportegyesületek és a (3) szakszövetség hármass együttműködése biztosíthatja a kiválasztási folyamat hosszútávú hatékonyságát. Emellett a sporttudományos eszközök – például mozgáselemzés, genetikai hajlamok vizsgálata vagy pszichológiai profilalkotás – beemelése is új szintre emelheti a kiválasztási folyamatot.

2. Tehetséggondozás – a fejlődés záloga

A kiválasztás „csupán” az első lépés; a legnagyobb hangsúlyt a **tehetségek folyamatos fejlesztésére** kell helyezni.

A jelenlegi utánpótlásnevelési rendszerek sokszor túlzottan eredménycentrikusak, ami rövid távon ugyan eredményeket ezzel együtt sikert is hozhat, de hosszú távon nem biztosítja a játékosok fejlődését a bennük rejlő potenciál maximalizálását, illetve a felnőtt szinten való stabil eredményességet. Az utánpótlás nevelés egyik legfontosabb kritériuma a jövőbe való befektetés, így annak megtérülése minden esetben a felnőtt korban elért egyéni és csapatsikerek mentén értékelendő, és semmiképpen sem az U16-os és U18-as korosztályban elért sikereken keresztül.

Egy hatékony tehetséggondozási rendszer komprehenzív megközelítést igényel: (1) technikai, (2) taktikai, (3) fizikális továbbá (4) mentális képzést egyaránt.

Mindemellett azt gondolom, hogy napjainkban a generációs kihívások okán is de kiemelten fontos lehet egy olyan **mentori rendszer** kialakítása, amelyben tapasztalt edzők és volt játékosok segítik a fiatalok pályafutását, a különböző döntési helyzetekben való szempontrendszerek átgondolását, gondolkodásuk alakítását, saját tapasztalatukon és példájukon keresztül.

Mindezekkel szoros összefüggésben nem elhanyagolható továbbá **az oktatás és sport összehangolása** sem – a **kettős karrier** támogatása nemcsak társadalmi és sportági felelősségvállalás, hanem a sportolók hosszú távú jólétének a záloga is.

3. Produktivitás – az utánpótlás rendszerek eredményessége

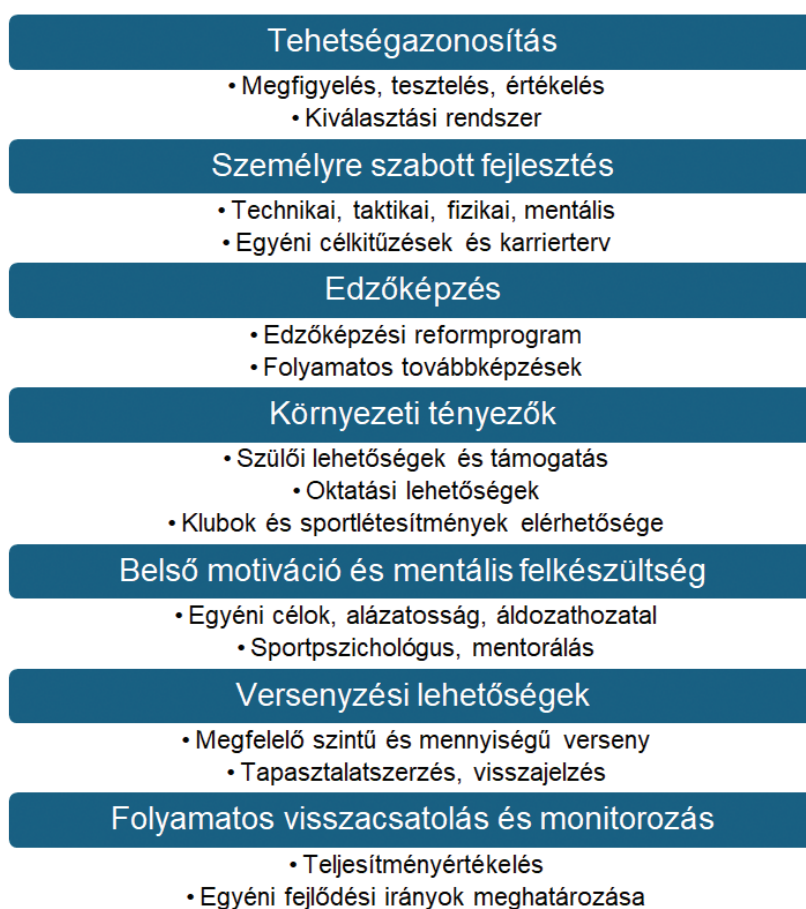
A produktivitás fogalma a sportban alapvetően azt jelenti, hogy egy utánpótlás-rendszer milyen arányban képes a **tehetségeket versenyképes FELNŐTT játékosná képezni**.

Sajnos gyakran tapasztalható, hogy az utánpótláskorban kimagasló tehetségek közül sokan nem váltják be a hozzájuk fűzött reményt a felnőtté válás során. Ennek okai között szerepelhet a nem jól megfogalmazott, túlzott elvárások súlya, az esetleges túlterhelés, a motivációvesztés, az anyagi körülmények és lehetőségek, illetve adott esetben a nem megfelelő versenyeztetési struktúra is.

A produktivitás növelésének azonban egyértelműen elengedhetetlen eleme a folyamatos után követés, a személyre szabott fejlesztési

programok és a sportolók egyéni pszichológiai támogatása, mindamellett, hogy egy struktúrájában megalapozott, regionális szinten is kialakított és egymásra épülő felfelé áramoltatási rendszer működik a klubok bevonásával együttműködésben.

Emellett a külföldi tapasztalatszerzés, külföldi versenyek/versenyeztetés (nem csak válogatott sportolók számára) lehetősége is fontos, hiszen a nemzetközi környezetben szerzett rutin visszacsatolásként szolgálhat a hazai képzési rendszer fejlesztéséhez is.



1. ábra: az utánpótlás-fejlesztés meghatározó elemei

Kulcsfontosságú elemek a sikerhez vezető úton

Iskolai integráció

Az utánpótlásbázis szélesítése érdekében kiemelt jelentőségű a röplabda beépítése az **iskolai testnevelésbe**, a testnevelő tanárokkal való szorosabb együttműködés kialakítása, valamint a diáksport-egyesületek integrációja.

A Szövetség és az **oktatási intézmények** közötti szorosabb és széleskörűbb együttműködés elősegítheti a sportág alapjául szolgáló utánpótlásbázis szélesítését és mélyítését.

Régiós akadémiai hálózat

Olyan régiós klubok/egyesületek kialakítása szükséges, amelyek a tehetségek regionális szintű összefogását és intenzív képzését felügyelik, koordinálják, nyomon követik ezáltal

biztosítják. Ezek az klubok nem csupán az összefogást, a kontrollt és a regionális produktivitást menedzselik, hanem támogatást is nyújtanak az adott régió klubjainak a **regionális sikeresség** érdekében.

Egy ilyen regionális rendszerben folyamatos objektív nyomonkövetés zajlik a játékosokról, valamint szakmai tapasztalat és tudásátadás az edzők körében, amely **lokális tevékenység globális hatással** jár.

Edzőképzés

A jó utánpótlásképzés kulcsa a képzett edző, így elengedhetetlen egy a 21. századi kívánalmaknak is megfelelő a modern sporttudományi ismereteket is felölelő edzőképzési reformprogram, ami az egész utánpótlás-képzés minőségének az alapját jelenti.

A fenti elképzelés mentén, illetve a stratégiai alappillérek közötti kölcsönhatások hatékonyságának elősegítése céljával megkezdődött a hazai röplabda edzőképzés megreformálása amely 4 szinten keresztül, sporttudományi és röplabdás szakmai modulokon és témákon át támogatja majd az edzők fejlődését, felsőoktatási intézményekkel kötött együttműködések keretében is.

Edzők, akik fejlődnek, fejlesztenek, nevelnek, tanulnak, képeznek és képződnek, valamint mentorálnak, egymást és a játékosokat egyaránt.

Versenyeztetés és motiváció

A megfelelően strukturált versenyrendszerek – korosztályos bajnokságok, regionális tornák, nemzetközi szereplési lehetőségek – biztosítják az utánpótlás játékosok fejlődését és belső motivációját. Azt gondolom, hogy külön és kiemelt figyelmet kell fordítani a **játékoscentrikus és egyéni megközelítésre**, ahol **az eredmény másodlagos az egyéni fejlődéshez képest**.

Mondom mindezt a **relatív életkor hatásának** (Relative Age Effect) nemzetközi sporttudományi vizsgálatával és annak eredményeivel és konklúzióival is szoros összefüggésben.

Az életkor megjelölésére a sport-szakirodalom két fogalmat különböztet meg:

1. **a kronológiai, avagy a naptári**
2. **és a biológiai életkort.**

Sportolók esetében az utóbbi, vagyis a biológiai életkor kiemelt szereppel bír, mert jelentősen befolyásolja a teljesítményt, ezáltal hatással van mind az utánpótlás képzésre, mind a teljes sportolóvá válás folyamatára.

Számos tanulmány rávilágított már arra, hogy a sportolók *relatív életkora* milyen hatással van a majdani potenciális professzionális karrier esélyére. Mivel az utánpótlás versenyrendszereket a születési évek kategóriája alapján rendezik meg, **a januárban, februárban vagy márciusban született sportolók** számára a kiválasztási folyamatrendszerben ez **egyértelmű előnyt** jelent az ugyanazon év októberében, novemberében vagy decemberében születettekkel szemben.

A kutatások azt is igazolják, hogy az edzők az utánpótlás kiválasztás során többnyire az érettebb és fejlettebb sportolókat helyezik előtérbe még akkor is, ha van tehetséges, de később érő (későbbi sikert hozó!) versenyzőjük. **A későn érő, fizikálisan az adott pillanatban még elmaradó, tehetséges versenyző elvesztése a sportág számára – rövid és hosszútávon is – problémát jelent.**

Hazai viszonylatban már több mintára is igazolásra került a „RAE jelenség”, miszerint azokban a sportágakban, ahol a kondicionális és koordinációs képességek fejlettsége már viszonylag korán nagy szerepet tölt be, **az edzők a kiválasztásnál sokkal jobban preferálják azokat a sportolókat akik – a rövid távú haszon/siker érdekében – fizikai és kognitív/mentális fejlettségben társaik előtt járnak.** Azonban az utánpótlásba való „befektetés” valós megtérülése a hosszú távon bekövetkező felnőtt sikeresség!

Ezek az ideje korán vagy a versenyrendszer korlátai miatt meghozott – *edzői* – döntések közvetlenül predesztinálják a még utánpótláskorú játékosok későbbi teljesítményét és pályafutá-

sának alakulását, továbbá közvetetten hatással vannak a sportágelhagyásra is, illetve a sportágak hivatásos játékosainak mezőnyére is.

Mindezek mellett az **akceleráció és retardáció** jelensége tovább mélyítheti a relatív életkori hatásból fakadó különbségeket, miszerint

az azonos naptári életkorú, de biológiailag később érő gyermekeknek még kevesebb az esélye akár csak a saját naptári év szerinti korosztályának élmezőnyéhez való felzárkózásra, főleg, ha a relatív életkor jelensége miatt még eleve hátrányban is vannak az idősebb társaihoz képest.

ÖSSZEGZÉS:

A magyar röplabda sikere hosszú távon nemcsak a tehetségek meglétén, hanem azok **rendszer-szintű felismerésén, gondozásán és versenyképes játékosá formálásán** múlik.

E folyamatban a cél azonban nem csupán az egyéni sikerek elérése, hanem egy erős, fenntartható és nemzetközileg is versenyképes **magyar röplabda-kultúra** megteremtése, amelyben egy egységes stratégia, a modern edzésmódszerek, a sporttudomány integrálása és a fiatal sportolók mentális támogatása együtt teremtheti meg azt az alapot, amelyre a magyar röplabda újra felépítheti nemzetközi jelenlétét és sikereit.

Ehhez átgondolt utánpótlás stratégia, szoros együttműködés, nyitottság a modern módszerekre és elhivatottság szükséges, mind az edzők, mind a sportvezetők, mind a játékosok részéről, mert közös nemzeti és sportági cél és érdek, hogy **MINDEN** tehetséges gyereket (ma) megtaláljunk és felismerjünk, (holnap) neveljünk és fejlesszünk ezáltal ne veszítsünk el (a jövőért).