„Nagyon büszke vagyok a felnőtt kapusaimra“

2012.05.28.

Sugár Tímea pénteken különleges évzáróval kedveskedett az Alcoa FKC kapusainak: a klub utánpótláskorú hálóőrei Szikora Melindával, Trimmel Brigittával és Cziráky Fannival beszélgettek és edzettek a több mint kétórás, „Kapusok találkozója“ névre keresztelt eseményen. A kezdeményezés részleteiről az ötletgazdát, azaz Susut kérdeztük…

„Péntekre szerveztem a „Kapusok találkozója” elnevezésű rendezvényt, amin a klub kapusai, három felnőtt és tizenkét utánpótláskorú játékos vett részt. Nagyon jól sikerült a program, mindenkinek aki ott volt, legyen az ifjú kapuspalánta vagy felnőtt, annak adott valami olyat ez a nap, amit magával tud vinni.“

Mi volt a pontos program?

„Az első rész egy beszélgetés volt, ahol a felnőttek feleltek az utánpótláskorúak kérdéseire. Ők elmondták gondolataikat, élményeiket a kapusságról, hogy hogyan kezdték el, és miként jutottak el a felnőtt szintig. Ez is nagyon jól sikerült. A második részben bementünk a terembe, és közös bemelegítéssel folytattuk, majd a kis palántákat három csoportra osztottuk, mindegyik felnőtt kapus kapott egy csoportot. Először mozdulatokat mutattak a gyerekeknek, és saját szavaikkal elmondták, hogyan lehet azokat a legjobban végrehajtani. Nagyon büszke vagyok a felnőtt kapusaimra, mert nagyon ügyesen oldották meg feladatukat, és számomra nagyon jó visszajelzés volt, hogy ugyanazt a metodikát használták a tanítás során, amit én használok náluk. Ez két szempontból is fontos: egyrészt, hogy az elsajátítás ezen formája náluk is bevált; másrészt, hogy értik azt, amit tanítok, értik azt, amit csinálnak. A kapusságnál nagyon fontos érteni a miérteket. A kicsik nagyon lelkesek voltak, és élvezték ezt a közös munkát.

Milyen idős volt a legfiatalabb korosztály, akik pályán voltak?

„Pipi [Molnár-Nagy Beatrix] csoportjából, a 2001-es csapatból voltak a legfiatalabbak.“

A gyerekek milyen élményekkel gazdagodtak?

„Főleg az volt nagy élmény számukra, hogy testközelből szemlélhették a felnőtteket, és a kapusságról beszélgethettek velük. A felnőttek számos instrukciót és kis tippeket ardtak, mit hogyan kell csinálni, majd be is mutatták nekik a mozdulatokat, és ez óriási pluszt jelentett. A végén minden résztvevő kapott egy-egy pólót, amiben a közösen fotózkodtak a nagyokkal – ez is nagy élmény nekik.“

Ha ilyen jól sikerült, tervezed-e ezt a programot évről-évre megismételni?

„Lehet róla szó! Mindig igyekszem valami újat kitalálni, nem csak a fizikális felkészítéssel foglalkozom. Szeretek mindig valami pluszélményt adni a tanítványaimnak, szoktunk kirándulni, megnézünk más kapusokat, rangos meccseket vagy bármi más programot. Könnyen lehet, ebből a találkozóból is hagyományt teremtünk!“

A fiatalabb korosztályban vannak olyan tehetségek, akik idővel a felnőtt mezőnybe is odaérhetnek majd?

„Ez nagyon-nagyon összetett kérdés! A tehetség az csak egy szempont, ami önmagában nagyon kevés. Emellett rengeteg szorgalomra van szükség, nem elég a fizikális felkészültség, pszichés, mentális felkészültség is kell a sikerhez. A felnőtt kapussá válás nagyon hosszú folyamat. Fontos, hogy a sportoló szorgalmas, alázatos, kitartó legyen, és vágyjon arra, hogy egyre jobbá váljon!“

fkc.hu
Fotó: Horváth Gyula