

NAČIN DELA Z MLADIMI – 1

Delo z mladimi je za nadaljnji razvoj odbojke še kako pomembno. Res je, da imamo pri delu z mladimi v Sloveniji kar veliko uspehov, res pa je tudi, da se žal vse konča pri mladinskih kategorijah. Zakaj ni več uspehov, ko prihaja do t. i. preskoka iz mladinskih kategorij v članske? In zakaj kar naenkrat zaostajamo za drugimi državami v Evropi, ko pa smo bili v nižjih kategorijah njim povsem enakovredni ali celo boljši? Na takšna in podobna vprašanja bo morala prej ali slej odgovoriti tudi slovenska odbojkarska stroka in prav ta vprašanja so eden izmed razlogov, da bomo v prihodnjih člankih nekoliko več pozornosti namenjali pripravi mladih odbojkarjev.

Še preden lahko govorimo o sami tehniki, pa tudi o taktiki in telesni pripravi, je dobro da v nižjih kategorijah izdelamo natančne dolgoročne načrte dela, ki zajemajo vsako posamezno kategorijo od najnižje torej mini odbojke, do kategorije dečkov oz. deklic, kadetskih in mladinskih pogonov, iz katerih v končni fazi prihaja do pretoka igralcev v članske ekipe. Dolgoročni načrti obsegajo najmanj tri postavke, ki se nanašajo na:

- 1) telesno in tehnično rast
- 2) taktično rast
- 3) igralne sisteme

AD 1: Ob prvem srečanju z otrokom se ne smemo nadejati, da bomo iz vsakega posameznika lahko ustvarili velikega šampiona ali olimpijskega prvaka, pa tudi če ima določen otrok še tako »velike« telesne-tehnične predispozicije. Osnovna naloga trenerja je, da otroka na najboljši način nauči osnovnih odbojkarskih prvin, kot so podaja, napad, blok, spodnji odboj itd. Ker je odbojka športna zvrst (edina na svetu), kjer žoga ne sme pasti na tla, je to prva ovira pred katero se znajde otrok, ko na samem začetku še ni sposoben obvladati žoge. Z vsakodnevnim treningom so povezane tudi motorične sposobnosti skupine in posameznikov, ki jo treniramo. In ravno iz tega vidika je pomembno, da se tehnična in telesna plat treniranja dopolnjujeta.

AD 2: Novi strokovnjaki zagovarjajo težo, da morata vzporedno rasti tehnično znanje in način taktične izbire, s tem da je vedno na prvem mestu tehnika, ki se v posameznih vajah velikokrat »prelevi« v taktični dodatek od posameznega trenerja. Od njegove izbire določenih vaj je odvisno, koliko bo v tem uspešen.

AD 3: Igralni sistemi naj bi bili prilagojeni mladim igralcem določene ekipe. Tehnika ni nikoli določena, ampak se mora kot takšna prilagajati taktičnim postavitvam, kar naj bi veljalo tudi za nižje kategorije. Različne igralne situacije so tiste, ki našo ekipo ali posameznega odbojkarja prisilijo k uporabi takšne ali drugačne tehnike. Zavedati se moramo, da je odbojka šport neprestanega gibanja, pri katerem so si smeri premikanja samo podobne, ne pa enake. Zato je treba vaje in treninge izbirati tako, da so vedno dinamični in ne statični, kar se žal prevečkrat dogaja.