



Þjálfararáðstefna Ameríska knattspyrnusambandsins , NSCAA

Philadelphia 13 – 17. Janúar 2010

Skýrsla vegna fræðslustyrkjar

Gunnar Borgþórsson

Freyr Alexandersson

## Inngangur

Fyrsta ráðstefna Nscaa var haldin í New York árið 1942 og sátu 32 þjálfarar ráðstefnuna, allir frá Bandaríkjunum. Í dag er áætlað að um 10.000 „þjálfarar“ sækji ráðstefnuna heim en hún er haldin víðsvegar í bandaríkjunum ár hvert. Ráðstefnan í ár er haldin í fornfrægri borg, Philadelphiu. Við skelltum okkur út 12. Janúar 2010 á vit ævintýrana og var stefnan tekin á þessa stærstu knattspyrnuráðstefnu í heiminum í dag, rástefnu NSCAA, ameríska knattspyrnusambandinu. Nokkrum mánuðum áður höfðum við skráð okkur á ráðstefnuna og sótt um styrk frá knattspyrnusambandi Íslands sem og við fengum. Við vissum fátt annað um ráðstefnuna en það sem við höfðum lesið á heimasíðu sambandsins. Þegar þangað var komið hittum við tvo galvaska menn frá Íslandi sem við eyddum miklum tíma með bæði í spjall og hugleiðingar sem og tíma utan ráðstefnunnar sem ekki verða tíundaðir hér. Markmið okkar var að fá gott sjónarhorn á hluti sem aðrir þjálfarar eru að gera, kynna okkur viðfangsefni sem við teljum okkur hæfa í sem og viðfangsefni sem við þurfum að styrkja okkur í.

## Ráðstefnan

Er gríðarlega stórt apparat og stæra þeir sig af því að vera með stærstu ráðstefnu í heiminum sem eingöngu snýr að knattspyrnu. Mestur fjöldi þjálfara á ráðstefnunni þjálfar fyrir menntaskóla eða háskóla í bandaríkjunum en aðeins 1% viðstaddra eru atvinnu þjálfarar þ.e.a.s þjálfarar sem þjálfar aðallið í atvinnudeild. Ráðstefnan er haldin í gríðarlega stórrí ráðstefnuhöll í miðbæ Philadelphiu. Ráðstefnan samanstendur gríðarlegum fjölda fyrirlestra um allt sem kemur að knattspyrnu og verklegar kennslu með umræðu. Einnig eru sérsambönd innan bandaríkjanna með litla fundi og verðlaunaafhendingar á ráðstefnunni. Fyrsta daginn ferðu í gegnum skráningaferli, færð öll gögn og gjafir en einnig setur þú saman stundatöfluna þína. Hver og einn getur því valið sitt sérsvið eða áhugasvið, velja þá fyrirlesara og verklegu þætti sem menn vilja síst missa af og nokkra möguleika sem þú síðan setur saman. Fyrirlesarar byrja ekki fyrr en daginn eftir skráningardag og er þá þétt setið í hverju herbergi. Auðvita er ómögulegt að sjá alla fyrirlesara ráðstefnunnar en flestir halda sinn kúrs tvisvar til þrisvar á ráðstefnunni. Síðustu tvo daga ráðstefnunnar opnar

sýningarsalur þar sem tæplega þrjúhundruð fyrirtæki og einstaklingar kynna vörur tengdar knattspyrnu, allt frá takkaskóm yfir í bækur, geisladiska, forrit og nýjar uppfynningar. Hægt er að gera góð kaup á sýningunni og keyptum við okkur m.a bækur og dvd diska með fræðslufni. Mikið af mis gáfulegu fólki reynir að koma „uppfynningum“ sínum á framfæri á þessari sýningu og töluvert af fólki sem hefur litið sem ekkert vit á knattspyrnu. Þar sáum við m.a köngulóar-markmannshanska, hanska með sundfitum á milli fingra til að stækka varnarsvæði hanskans. Þar sáum við einnig ennisband með plasthlíf til að verjast höfuðhöggum þegar þú skallar boltann, takkaskó með Ál-rist svo þú getir skotið fastar og svo má halda áfram. Flestir eru þarna í góðri trú og er töluvert af stórum fyrirtækjum s.s Nike, Puma, kwik Goal og Under armor sem gefa góð tilboð af góðum vörum.



Kwik Goal er mjög áberandi á ráðstefnunni



Annar af verklegu sýningarsölunum



Opnun sýningarsalarinn

## Fyrirlesarar

Fjölmargir fræðingar héldu tölu og voru með verklega kennslu á ráðstefnunni. Málafnin voru jafn mörg og þau voru ólík, allt frá fræðslu um hugbúnað og tækni í þjálfun yfir í verklega kennslu leikskolabarna. Hér fyrir neðan eru helstu fyrirlesararnir útlistaðir og farið gróflega yfir þeirra hlutverk á ráðstefnunni. Aðrir fyrirlesarar sem voru þetta árið eru m.a Bill Beswick, Howard Wilkinson, Sasho Cirovski og Marco Santillan.

**Raymon Verheijden** hélt bæði fyrirlestur og verklega kennslu þar sem hann fór yfir sínar áherslur í þjálfun og þá með aðaláherslur á lotuþjálfun. Menn voru mis ánægðir með Raimon og skiptar skoðanir bæði á hugmyndafræði hans og hvernig hann ákvað að koma efninu frá sér. Raimon er greinilega



sérfræðingur á sínu sviði og gaman að fá innsýn í þjálfun hans með ensku liðunum en hann hefur verið þjálfari hjá Chelsea og Man City. Einnig hefur hann verið með önnur erlend stórlíð og landslíð. Raymon var full hrokafullur fyrir okkar smekk og vildi m.a ekki fá spurningar úr sal og virtist í raun ekki vera að nenna þessu yfir höfuð.

**Uli Ballweg** er þýsk þjóðhetja, kvennaður sem með stöllum sínum hefur verið leiðandi í



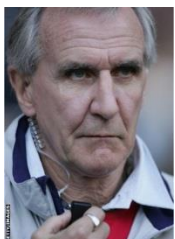
kvennakkattspyrnu í Þýskalandi og er ein af fjölmörgum konum sem stýra þýskri kvennakkattspyrnu í dag. Uli var eingöngu með fyrirlestur um „position training“ og fylgdi fyrirlestrinum svo eftir með kennslu úti á velli. Mjög skipulagður kúrs eins og maður bjóst við frá þýskum þjálfara en hún gaf ekki mikið af sér og efnið varð dálíð þurt hjá henni. Okkur þótti þó báðum gott að sjá flotta röggsama konu halda verklega kennslu en lang flestir fyrirlesaranna eru karlmenn.

**Tony Diccio** hélt einn besta fyrirlesturinn, hann verklegur. Viðfangsefnið var



markmannsþjálfun út frá leikfræðilegum þáttum þ.e.a.s markmannsþjálfun með liðsæfingum. Bæði var Tony með mikið af nýjum og skemmtilegum æfingum og leikjum fyrir meistaraflokkslíð og hann nálgast umfangsefnið á faglegan hátt. Hann lagði ríka áherslu á að markmenn mættu ekki vera of mikið einir úti horni, þeir þyrftu jafna þjálfun í leiklíkum aðstæðum. Eitthvað sem við Íslendingar mættum taka betur til okkar að okkar mati. Við bjuggumst ekki við að fá svona mikið út úr þessum verklega fyrirlestri og því kom þetta skemmtilega á óvart eftir slaka fyrirlestra fyrr um daginn. Síðasta daginn var Tony með verklega kennslu um hvernig markmenn geta unnið stöðuna einn gegn einum í hraðaupphlaupi. Hann leggur gríðarlega áherslu á staðsetningu markmanna í öllu því sem hann gerir og er lykilþáttur í þjálfuninni.

**Dick Bate** voru vonbrigði ráðstefnunnar að okkar mati og reyndar allra sem við ræddum við



m.a íslenska þjálfara sem voru á svæðinu. Dick var bæði með fyrirlestur og verklega kennslu og var mikið á svæðinu. Hann hélt 6 fyrirlestra um possession og vann úr því yfir í kennslu varnarmanna út frá sömu hugmyndafræði. Efnið var gríðarlega spennandi og urðum við því fyrir miklum

vonbrigðum með verklega tímann sem við völdum að fara á og hluti af hópnum fór af svæðinu í miðjum tíma.

**Romeo Jozak** var með verklega kennslu um dynamiska þjálfun og hreyfifræði s.s fótavinna,



samhæfing, jafnægi og hvernig þessir þættir nýtast og á að nýta í þjálfun bæði með og án bolta. Romeo var gríðarlega hress og kom sennilega við á barnum fyrir tímann. Hann var með mikið af góðum fótavinnuæfingum með bolta og teiknuðum við mikið upp eftir honum. Æfingarnar voru mjög fræðandi þó maður hafi ekki verið að sjá byltingarkenda hluti fengum við mikið af góðum hugmyndir og flottar þælingar varðandi þessa líkamlegu þætti.

## Niðurlag og þakkir

Eftir að hafa farið á ráðstefnuna getum við ekki beðið eftir að fara aftur og vonandi náum við að gera þetta að árlegum viðburði. Það er ekki annað hægt en að mæla með þessu fyrir alla þjálfara og fótboltaáhugamenn. Fyrirlesarnir eru misgóðir en fólkið sem þú ert með og hittir, samræðurnar sem menn eiga og hugmyndirnar sem við fengum eru dýrmætar. Mikið af því sem við sáum, ræddum eða fengum hugmynd af nýtum við í okkar þjálfun í dag. Bandaríkjamenn kunna að halda partí, maturinn er góður og mikil stemning er á svæðinu. Við sóttum báðir um styrk hjá KSÍ til þess að komast á þessa ráðstefnu. Knattspyrnusambandið veitti okkur styrkinn og erum við ævinlega þakklátir fyrir það. Þá viljum við þakka samferðarmönnum okkar, Ásmundi Haraldssyni og Heimi Guðjónssyni sem við hittum á fyrsta degi og fylgdumst við að á ráðstefnunni sem og utan hennar. Í stað þess að afrita gögnin sem fylgja fyrirlestrinum er hægt að fara í aukaefni og finna allt efni útfrá hlekkjunum sem við látum fylgja skýrslunni.

Gunnar Borgþórsson

Freyr Alexandersson

## Aukaefni

Hér er hægt að nálgast alla fyrirlestra á ráðstefnunni 2010. Einnig eru þarna upptökur af verklegri kennslu.

<http://www.prolibraries.com/nscaa/?select=sessionlist&conferenceID=4>

<http://www.nscaa.com/convention/past/2010-outlines>

Á þessum link er hægt að fræðast og kaupa fyrirlestrar frá NSCAA ráðstefnunni síðustu 7 árin

<http://www.nscaa.com/convention/past/2010-outlines>

Heimasíða knattspyrnusambandsins, Nscaa

<http://www.nscaa.com/>

Heimasíða Kwik Goal

<http://www.kwikgoal.com/>

Heimasíða Raymond Verheijen

<http://www.raymondverheijen.nl/nl/index.html>