

PSN Zrt. Sportiskola vízilabda szakág, utánpótlás-nevelés Szakmai beszámoló, 2014/15-ös szezon

BEVEZETÉS

Az előző két szezon nagyon jól sikerült a PSN Zrt. Sportiskola vízilabdázói számára, így ezen szezonok eredményeinek szinten tartása is már tökéletes eredmény lett volna, azonban a 2014/15-ös idény hatalmas eredménnyel zárult.

A PSN Zrt. Sportiskola ifjúsági korosztálya ugyanis mind a 22 csapatot maga mögé utasítva aranyérmert szerzett a Lemhényi Dezső országos kupában! Ezen eredmény mellett a serdülő kupa 6. helyezés, a Dunántúli Bajnokságokban való sikeres szereplések, az utánpótlás válogatott játékosaink száma, a növekvő taglétszám, a Pécs városában beindított vízilabdás osztályok és a felnőtt OB I-ben bemutatkozó játékosaink száma mind azt mutatják, hogy jó irányban halad a város vízilabdázása. Év közben folyamatosan elemezzük a munkánkat és azon dolgozunk, hogy az elkövetett hibákat kijavítva évről évre sikeresebbek lehessünk.

ORSZÁGOS IFJÚSÁGI BAJNOKSÁG

Az ifjúsági csapat szereplése két arcú volt idén. Összességében elmondható, hogy voltak nagyon jól sikerült mérkőzések is, de sok esetben a szerencse nem állt a csapat mellett. Az elmúlt években sokszor 1 góllal megnyert mérkőzéseket idén nem tudtuk abszolválni, a sorsolásunk sem volt igazán kedvező (összel minden rangadó mérkőzésünket idegenben játszottuk), és hiába javult a csapat játéka nagyot a tavaszra, így sem sikerült bejutnunk a final fourba. Végül a csapat a 6. helyen végzett. A korosztályhoz tartozó nagy siker, hogy az 1997-ben született Sólyomvári Márton bemutatkozott az 1995-ös válogatottban, míg Csaba Márton és Lajkó Márton stabil tagja lett tavaszra az OB I-es felnőtt csapatnak. Opacak Toni, Duvnjak-Starcevic Borna, Vörös Tamás és Barta Dávid is szerepe kapott az OB I-ben.

ORSZÁGOS SERDÜLŐBAJNOKSÁG

A pécsi serdülő vízilabdacsapatnak jelentős előrelépést jelentett a 2014/15-ös szezon csapatépítés, fejlődés, valamint eredmények szempontjából is. A csapat könnyen kezelte, hogy ismét új, korban hozzájuk közel álló edző kezdett foglalkozni velük. Ami a sportot illeti, a meghatározó kerettagok igen elfoglaltak voltak az egész szezon alatt. Sokak neves gimnáziumokba járnak, ami rengeteg tanulással töltött időt követelt, nem mellesleg mi is nagyon fontosnak tartjuk a tanulást. Kevés hétvége telt el lejátszott mérkőzés nélkül, sőt, néhány játékosunk az ifjúsági csapat keretében is gyakran szerepelt.

Bár az országos bajnokság felső házában – mivel a pécsi csapat ott szerepel – nem értünk el az utolsónál jobb helyezést, a mutatott játék nagymértékben javult, sokat fejlődtek a fiúk. A meccsek eredményei is mutatják ezt a fejlődést, hiszen a szezon második felében szinte a véletlen műve, hogy nem nyertünk fordulót, a szerencse sosem a mi oldalunkon állt. Kiemelném a BVSC elleni mérkőzésünk utáni pillanatot, amikor az ellenfél edzőjével beszéltem és az ő szavaival élve: „nem hiszem el, hogy ugyanezzel a csapattal játszottunk fél évvel ez előtt”.

ORSZÁGOS GYERMEK „A”-BAJNOKSÁG

Az országos élmezőnyhöz képest még mindig le vagyunk maradva. Úszásban, lábtempóban, labdatechnikában és fizikálisan egyaránt. Idén azon voltunk, hogy ezt a különbséget megpróbáljuk lefaragni és felzárkózni, amennyire csak lehetséges. Ehhez elsősorban el kellett érni, hogy kialakuljon egy mag, amely az edzések 85-90%-án itt van. Ezt a már fent említett kecskeméti túra és az alapozás alatt sikerült elérni. A 2000-2001-esek mellé felhoztuk magunkhoz a 4 legjobb 2002-es játékost, akik közül 2-en régiós válogatottak lettek és egy harmadik is hamarosan helyet kaphat ott. A csapat végül a bajnokság 12. helyén végzett.

DUNÁNTÚLI IFJÚSÁGI ÉS SERDÜLŐBAJNOKSÁG

A csapat azon tagjai is lehetőséget kaptak játszani, akiknek nem mindig jutott hely az országos keretben. Ők a dunántúli bajnokságban mérkőzhettek meg más csapatokkal, ahol remekül teljesítettek, és aranyéremmel zárták a szezont. Bár néha voltak problémák az edzéssel helyszűke miatt, a heti felkészülést mindig meg tudtuk oldani. Sok csapatprogram (például közös mozi, vacsora, paintball), megbeszélés és videózás is az edzés része volt.

DUNÁNTÚLI GYERMEK „A”-BAJNOKSÁG

Itt játszhattunk a hozzánk hasonló szintet képviselő csapatokkal. Nagyon fontos volt a gyerekek szempontjából a sikerélmény, hogy tanulhassák a kiélezett helyzetekben való játékot is. A dunántúli bajnokságban második helyet értünk el a Vasas mögött. Az előrelépést jól mutatja, hogy az előző szezonban a Kaposvár könnyedén győzött le minket, idén megelőztük mindkét általuk indított csapatot.

DUNÁNTÚLI GYERMEK „B”-BAJNOKSÁG

A Dunántúli Bajnokság ezüstérmét szerezte meg csapatunk. Ez egy vízváltó korosztály, ezért igyekeztünk nagy hangsúlyt fektetni itt is az egyéni képzésre és az alaptaktika elsajátítására. Sok munka van még a játékosokkal, de az jól megmutatkozik, hogy sok tehetséges fiatal van köztük. Közülük kiemelkedik a dunántúli tehetséggondozóba rendre meghívót kapó Reisz Patrik, Palatinus Erik és Gelencsér Máté teljesítménye. Kiváltképp utóbbi fiatal sportolónkra lesz érdemes leginkább odafigyelni, mert a 2002-ben született kapus a 2000-es gyermek A bajnokságban is végigvédte a mérkőzéseket!

DUNÁNTÚLI BABY-BAJNOKSÁG

A 2004-es és fiatalabb korosztály (gyermek C) egész éves teljesítménye minden szinten fejlődést mutat. A fizikai és technikai fejlődés egyértelműen látszódik minden fiún, de nem ez a legfontosabb. Az előző évhez képest a létszám közel a duplájára emelkedett, úgy, hogy a 7 legtehetségesebb gyerek az eggyel idősebb korosztállyal edz. Ezáltal nem kezdték egymáshoz képest nagy lemaradással az évet a gyerekek; az év végére elért fejlődés szemmel látható volt mindenkinél. A DVL Baby Bajnokságában szerepeltünk, ahol idén már meg kellett küzdeni a csapatba kerülésért: az edzés munka, az edzészátogatottság, a szorgalom, a magaviselet alapján tudtuk kiválasztani az utazó csapatot. Az előző évi alsóházas rájátszáshoz képest idén már a felsőházba jutottunk, ahol a nyolc csapatból az 5. helyen végeztünk. Mindezt úgy, hogy a bajnokság szabályai nem engedik meg, hogy az egész mérkőzésen a legjobbak játszanak: mindenkinek legalább egy negyedét játszania kell. Kialakulóban van egy olyan közösség, amelynek már a csapatba kerülésért versenyeznie kell és mindemellett az edzőknek tényleges választási lehetősége van, hogy kit tesz be a csapatba.

LEMHÉNYI IFJÚSÁGI KUPA

Az idei ifjúsági kupában sporttörténelmet írt az „aranygenerációnak” is nevezhető 1996-os pécsi korosztály. A kevésbé jól sikerült bajnoki eredmények után a srácok nagyon felszívták magukat a kupasorozatra. A Honvéd elleni hazai mérkőzéssel dőlt el, hogy a legjobb nyolcra jut a csapat. Az egy óriási és nagyon szoros meccs volt, ahol tényleg az utolsó pillanatban dőlt el a továbbjutás. A negyeddöntőben a szegedi csapat várt a fiúkra, és szorosabb első félidő után magabiztosan nyertünk. Az elődöntőben a nagy esélyes UVSE jött szembe, de a pécsi srácok nagy erőket mozgósítottak és a győzelemmel bejutottak a döntőbe. Ott viszont már minden kijött a PSN csapatából, ami az egész szezonban benne maradt. Látványos gólok és fegyelmezett védekezés jellemezte a csapatot, amivel végül 14-4-es, kiütéses győzelmet arattak, semmi kétséget nem hagyva felőle, hogy ki volt a legjobb csapat a 2015-ös Lemhényi-kupában!

VÍZVÁRY SERDÜLŐKUPA

Az országos bajnokság sikertelenségéből okulva, még erősebb csapatszellemmel, még több küzdéssel, még jobb játékkal a Vízváry serdülőkupán a Székesfehérvárt, bravúrral a Honvédot, majd hatalmas csapategységet bizonyítva az Eger csapatát megverve 6. helyezést érték el a srácok. Ez az eredmény jelentős kiemeltséggel bír, hisz a fiatalok ezektől a csapatoktól 2 éve 10-20 gólokkal kaptak ki.

HALASSY GYERMEKKUPA

Olyan csapatokkal találkoztunk, amelyekkel sem az országos felsőházban, sem a dunántúli bajnokságban nem volt szerencsénk. Pl.: Nagykanizsa, Székesfehérvár, Hódmezővásárhely. Mindhárom csapattal kiélezett mérkőzést játszottunk, és kiderültek olyan egyéni hiányosságok, amelyek országosan nem voltak olyan feltűnőek és felmértük, hogy ezek a régiók milyen erőt képviselnek. Több olyan játékosnak is lehetőséget tudtunk adni, akik a bajnokságban kevesebbet játszanak. Ennek oka az volt, hogy ebben a korban még vannak később érő játékosok, akik ilyenkor megmutathatják a bennük rejlő potenciált téthelyzetben is, kivívva, hogy jövőre akár alapemberek legyenek.

MARTFŰI EDZŐTÁBOR – IFJÚSÁGI ÉS SERDÜLŐ

Lukács Gergely és Kemény Kristóf ifjúsági edzők szakmai beszámolója:

„Szenzációs és egyben sikeres 10 napot tölthettünk el a Termálhotel Martfűben, amelynek infrastruktúrája ideális egy vízilabdacsapatnak az edzőtáborozáshoz. A létesítmény-komplexum egyben wellness-szálloda és uszoda is, amelyhez természetesen tornaterem is tartozik. Az edzések látogatásához úgymond "felöltözni" sem kellett, hiszen egy hosszú beltéri folyosó választja el a szállodát az uszodától, úgyhogy a srácok fürdőköpenyben jártak át a 33 méter hosszú és 20 méter széles medencéhez, amely kiváló a komplex edzések végrehajtásához. Ezen felül x-box szoba, billiárdsarok és nem utolsósorban fűvel borított futballpálya is az infrastruktúra része volt, így a gyerekeknek a napi 5 óra edzésen felül volt lehetőségük kikapcsolódásra, csapat-összekovácsoló programokra. Az étkezésre sem lehetett panaszunk, hiszen a svédasztalos reggeli mellett napi 2 alkalommal volt 3 fogásos étkezésünk, és amennyiben éhesek maradtunk, a vendéglátók örömmel szolgálták fel repetát a srácoknak. Martfű azért is volt remek választás, hiszen mintegy 20-25 perces buszozásra volt a szolnoki csapat, amely rendkívül ideális ellenfél volt a felkészülés ezen szakaszában. Az első és az utolsó edzőmeccs között rengeteget fejlődtek a srácok, érezhető volt a sok gyakorlás eredménye egy elég jó pólót játszó szolnoki csapat ellen. Martfű remek választás volt részünkről, a körülmények minden szempont szerint adták a bajnokságra való felkészüléshez.”

Kovács Krisztián serdülőedző beszámolója:

„Augusztus 18-án hétfőn érkeztünk meg az edzőtábor helyére, a martfői Termál Spa Hotel-be, amely szálloda három csillagos minősítésű és ahogy a nevében benne is van, rendelkezik egy élményfürdővel. Valamivel dél után értünk a hotelbe. A szobák gyors kiosztása után szinte rögtön várt minket az ebéd, amely bőséges és finom volt. Ez elmondható az itt töltött összes napunk étkezésére, így a reggelire (minden nap svédasztal volt széles kínálattal) és a vacsorára is. A kiszolgálás is nagyszerű. Edzeni a Termál Spa uszodájában és az új szolnoki vízilabda arénában volt lehetőségünk. A tábor alatt többször is játszottunk edzőmeccset a Szolnok serdülő csapatával, ami nagy fejlődést eredményezett. Volt alkalom, hogy Martfűn mérkőztünk meg, de általában mi mentünk Szolnokra. Ezen kívül még napi rendszerességgel (a hétvégét kivéve) volt egy úszó és ezzel együtt lábtempós, gyakorló edzés, valamint majdnem minden napra jutott egy kondicionáló edzés is. A hotelben az edzések közötti szabadidőben rengeteg programra volt lehetőség. Ilyen például a biciklizés, hisz ingyenesen lehet bérelni akár az egész csapatnak elég kerékpárt, a biliárdozás, x-boxozás az x-box szobában, a Termál Spa többi medencéjének használata, illetve a szállodával szemben lévő focipályán lehetőség nyílt focizásra is. Az edzők a hotel wellness részlegét is igénybe vehették, ahol hagyományos finn, infra- és bioszauna, valamint jégkamra és jacuzzi is van. Így mindenki, beleértve az edzőket és a játékosokat is ki tudta pihenni az edzések okozta fáradalmakat. A nehéz, megerőltető és fárasztó edzőtábor jól összekovácsolta a csapatot, és jelentős fejlődést eredményezett a gyerekek számára.”

KECSKEMÉTI EDZŐTÁBOR – GYERMEK

5 napot töltöttünk Kecskeméten. Reggelente 1 óra szárazföldi torna után 2 órás úszóedzés. Délutánonként 30 perces futás után 1,5 órás labdás-kétkapus edzés. Egy nálunk erősebb csapattal volt lehetőségünk edzeni, akik már a kvalifikációra készülve már 100 %-os csúcsmódban voltak. Mivel nekünk nem kellett kvalifikálni, ezért mi még alapozó időszakban voltunk. Az a különbség kijött a kétkapus során a játék ritmusát tekintve. Jót tett a csapatnak, hogy együtt voltunk néhány napig. Jobban megismerkedtünk egymással. Előnyös volt, hogy oda tudtam figyelni a gyerekeknek nem csak az edzőmunkájára, de a táplálkozásukra és a szabadidős tevékenységükre is. A kétkapus edzőmérkőzések alkalmával gyakorolni tudtuk a védekezést és a támadási figurákat 6 a 6 elleni és emberelőnyös-hátrányos helyzetekben is. Rengeteget fejlődtek a gyerekek egyénileg is és csapat szinten is. Összességében sikerült hasznosítani az ott eltöltött napokat.

LEÁNYFALUI EDZŐTÁBOR – GYERMEK B és C

A leányfalui edzőtábort hasznosnak értékelhetjük minden szempontból: a gyerekek kitűnő körülmények között készülhettek, mind a szállás, az ellátás és az uszoda is kifogástalan volt; lehetőség nyílt napi két edzésre, amelyből a délutáni általában kétkapus játékot is magában foglalt a labdás technikai rész mellett; egy kis kirándulással is sikerült színesíteni az edzőtábort Visegrádon. A szakmai rész legnagyobb előnye mindenképpen a napi két edzés és az edzőmérkőzések voltak. Az ellenfél elleni játékkal tudjuk igazán lemérni a szintünket és itt derülnek ki a hiányosságok, amelyeket pótolni kell a jövőben. A KÓPÉ ellen játszott a csapat, amely a saját korosztálya ellen ki-ki meccset vívott. A fejlődésünkre szolgált, hogy egy-egy alkalommal kiállhattunk a KÓPÉ idősebb csapata ellen is, bár ezek a találkozók vereséggel végződtek.

7. HÚSVÉTI NEMZETKÖZI UTÁNPÓTLÁS VÍZILABDATORNA
2015. április 1-3., PÉCS, ABAY NEMES OSZKÁR SPORTUSZODA

KOROSZTÁLY: IFJÚSÁGI
RÉSZTVEVŐ CSAPATOK:

- VK Osijek (CRO)
- BVSC (HUN)
- FTC (HUN)
- Szeged (HUN)
- Kaposvár (HUN)
- Pécs (HUN)

PROGRAM ÉS EREDMÉNYEK:

2015. Április 1., szerda

17.00	Kaposvár – VK Osijek	15:10
18.00	FTC – BVSC	11:9
19.00	Pécs – Szeged	16:11

2015. Április 2., csütörtök

9.30	Kaposvár – FTC	8:9
10.30	BVSC-Szeged	8:7
11.30	VK Osijek – Pécs	4:17
17.00	BVSC – Kaposvár	12:5
18.00	Szeged – VK Osijek	9:8
19.00	Pécs – FTC	5:10

2015. Április 3., péntek

9.30	Szeged – FTC	2:14
10.30	Pécs – Kaposvár	12:5
11.30	VK Osijek – BVSC	6:15
16.00	Kaposvár – Szeged	10:8
17.00	FTC – VK Osijek	15:5
18.00	Pécs – BVSC	10:13

A TORNA VÉGEREDMÉNYE:

1. FTC 15 p.
2. BVSC 12 p.
3. PSN Zrt. Sportiskola 9 p.
4. VK Kaposvár 6 p.
5. Szegedi Vízipóló Suli 3 p.
6. VK Osijek 0 p.

Torna gólkirálya: Nagy Álmos Dániel (BVSC), 19 gól

Torna legjobb kapusa: Vogel Soma (FTC)

Torna legjobb játékosa: Lajkó Márton (PSN Zrt. Sportiskola)

EDZŐMECCSEK

Idén is rengeteg edzőmérkőzésre tudtak elmenni a csapataink, és volt olyan alkalom, amikor 1 éjszakát is ott tudtunk tölteni vendéglátóinknál. Az edzőmérkőzések a fejlődés lehetőségét hordozzák magukban. Nálunk nincs annyi gyermek egy szinten tudásban, hogy az egymás közötti képkapuk hasznosak legyenek, így csak másik csapat ellen tudjuk gyakorolni az edzésen tanult új dolgokat.

Ha ezek nem lennének, akkor a tétmérkőzéseken kellene gyakorolni, ami az eredményesség rovására menne. Az ott alvós hétvégéken pedig többnyire 3 mérkőzést is tudunk játszani, ami tekintve a földrajzi távolságokat (Kaposvárt leszámítva 3-4 óra utazásra van hozzánk a legközelebbi csapat) szakmailag egy elengedhetetlenül hasznos dolog. Minden korosztályunkról elmondható, hogy az őszi kezdeti szintekhez képest tavaszra nagyot javul a csapat teljesítménye, ez pedig nagy részben ezeknek az edzőmérkőzéseknek és felkészülési tornáknak a következménye.

EDZŐKÉPZÉS

Lukács Gergely utánpótlás szakág-vezetőnk és ifjúsági edzőnk sikerrel fejezte be az MVLSZ által 2013-ban meghirdetett LEN-akreditációs edzőképzést, amivel már mint szakedző foglalkozhat tovább a gyermekekkel.

Pécs, 2015. június 22.

Lukács Gergely
vízilabda utánpótlás-szakágvezető