

Élménybeszámoló

Október 13-17. között lehetőséget kaptunk egy ötnapos szakmai gyakorlat mobilitási programon, amely során sportintézményeket és oktatási helyszíneket látogattunk meg. A hét minden napja különféle újabbnál újabb és érdekesebbnél érdekesebb programokat és lehetőségeket kínált fel a fejlődésünk érdekében. Közös voltunk a Csíkszeredai Kar a hallgatóival, ezáltal velük is jobban megtudtunk ismerkedni. Egy kimondottan hosszú és fárasztó út várt ránk, ami a jó társaságnak és hangulatnak köszönhetően jó hangulatban telt. A nap végére, a szállást elfoglalva, egy újabb kellemes meglepetés várt, mert a szállás az elvártaknál magasan felül teljesített.

A program első napján a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetemen kezdtünk, ahol egy részletes tájékoztatást kaptunk az egész egyetemről. Ami nekem kifejezetten tetszett, az az volt, hogy a bemutató során csak a lényeges dolgokat mutatták be, így nem húzódott el, és egyáltalán nem volt unalmas. Ezt követően egy városnézős séta következett, ami magába foglalta a Hősök terének a meglátogatását, valamint a Vajdahunyad várát, amelyekről sok érdekességet tudhattunk meg.

A második napon a Dr. Koltai Jenő Sportközpontba látogattunk el. Itt lehetőséget kaptunk, hogy betekintést nyerjünk egy nagyon profin felszerelt edzőterembe, amit a szakmai vezetéssel való felismerés után ki is próbálhattunk. Ez a program sokat segített a gyakorlati tudásom fejlesztésében.

A harmadik nap volt a kedvencem, mivel az MTK Budapest Sándor Károly Labdarúgó Akadémiára látogattunk el. Az egyik kedvenc sportágam a labdarúgás már gyerekkorom óta. Nagyon tetszett, hogy részletesen megismerhettük az akadémia tevékenységét, megmutatták az edzőpályákat, a menzát és a konditermet, ahol a játékosok az erőnléti edzéseket szokták csinálni. Megtudhattuk, hogy milyen korosztályok vannak az utánpótlásban, U6-tól U19-ig. Az előadás nagyon sok érdekes, labdarúgással kapcsolatos újdonságot tanított nekem, amiket remélem, hogy majd az edzői pályafutásom alatt hasznosítani tudok. Ilyen például az, hogy mindegyik különféle korosztálynak megvan az edzésmódja, vagyis az U6-osok még csak az alapokat, labdavezetést, kapura lövést, dekázást gyakorolhatnak. Ezt az edzésmódot körülbelül U11-ig lehet alkalmazni, U12-től U19-ig, már komplexebb edzéseket is lehet kivitelezni, mint például egy támadás-felépítés.

A negyedik nap egy judo elméleti órával kezdődött, amit dr. Németh Endre tanár úr tartott. Az előadás során egy részletes képet kaptunk a sportág oktatásának módszertanáról és elméleti

háttéréről. Ezt követően a harmadévesek gyakorlati órájába kaptunk betekintést, ami nagyon fegyelmezett és profi volt. Ezután lehetőséget kaptunk, hogy figyelemmel kísérjük az ötödévesek karate óráját is, amelynek bemelegítését egy japán cserediák tartotta.

Az ötödik, egyben utolsó napunkon a Nemzeti Közzolgálati Egyetemre látogattunk el, ahol dr. Freyer Tamás tanár úr vezetett körbe minket. Megmutatta az egyetem uszodáját, a kosár – és labdarugó termét is. Valamint betekintést nyerhettünk egy erőnléti vizsgába is, ami külső szemmel elég nehéznek és érdekesnek tűnt.

A szombati nap az utazásról szólt, ami már meglepően nem tartott olyan sokáig, mint az odafele tartó út. Nagyon sok szakmai tudással és emellett új barátokkal és élményekkel távoztunk. Összeségében egy nagyon jól megszervezett út volt, tele érdekesebbnél érdekesebb programokkal. Sokkal biztosabb lettem abban, hogy a jó utat választottam és motiváltibbnak is érzem magam.

Deák Roland-Botond