



A KŐBÁNYAI DIÁKOK SPORTEGYESÜLETE

SPORTFEJLESZTÉSI TERVE ÉS PROGRAMJA

2010-2015*

TARTALOMJEGYZÉK

- 1. Bevezető**
- 2. Összefoglaló**
 - 2.1. Feladat
- 3. Az utánpótlás-nevelés alapvető céljai**
 - 3.1. Feladatok
- 4. Nemzetközi kapcsolatok**
 - 4.1. Feladat
- 5. Versenyrendszer**
 - 5.1. Feladat
- 6. Létesítmények**
 - 6.1. Feladatok
- 7. Finanszírozás**
 - 7.1. Feladat
- 8. Irányítás, menedzselés**
 - 8.1. Feladat



Számos helyen hallhattuk már és ugyanennyi érv is elhangzott, hogy miért is érdemes sportolni mindenkinek. Arról is informálódhattunk, hogy a szenvedélybetegek is végeznek rendszeres testmozgást a gyógyulásuk érdekében, merthogy ezt is elősegíti, igazi lélekgyógyászként funkcionál.

Közismert tény, hogy akár sétálás közben is, 20 százalékkal több vér jut az agyunkba, és ezzel arányosan az oxigén ellátottság is megnő. Sportolás közben nem csak a pulzusa emelkedik az embernek, de megnő a szervezete adrenalin és a noradrenalin termelése is. Sőt még számos ingerületátvivő képződése is felgyorsul. Ezek az általánosan ismertnek mondható tények.

Egy kevésbé ismert tényre szeretném felhívni mindenki figyelmét: a sportolás (különösen a kosárlabda) eszesít!

Német tudósok újszerűen közelítették meg a kérdést. A Nervenheilkunde című szaklapban publikáltak egy cikket, amelyben leírták, hogy sportmozgás közben a hipokampuszban, valamint olyan agykéregi területeken, ami a tanulásért és a gondolkodásért felel, új neuronok (idegsejtek) képződtek. A gondolkodás strukturális alapját az ingerület átvitelek száma határozza meg. Finom neurológia vizsgálatokkal bizonyították, hogy ilyenkor az átvitelek száma is jelentősen megnő!

Ezen tudás birtokában, sokkal érthetőbb, hogy a sportorvosok miért javasolják az iskolák számára, hogy a testnevelés órákat a nap elején, az első órákban tartsák a diákok számára, hiszen amint olvastunk, akkor a diákok sokkal jobb szellemi állapotban vághatnak neki a többi órának, egy kiadós testedzés után.

Mottó: A sport az egészségfejlesztés alapvető eszköze, s egyben a szabadidő eltöltésének társadalmilag is hasznos módja, hiszen jelentős szerepe van az ember testi-lelki jólétének kialakításában, megőrzésében. Emellett hatásos nevelőeszköz is, ami jótékonyan hat a formálódó személyiségre, kiteljesíti a fiatalok fizikai képességeit, erősíti erkölcsi tartásukat, esélyt ad arra, hogy kipróbálják magukat a hazai és nemzetközi megmérettetéseken. Ezen kívül – fentiek alapján tudjuk - okosít is.

1. Bevezető

A Budapest Főváros X. kerület Kőbányai Önkormányzat által 1997-ben alapított egyesület azzal a céllal jött létre, hogy a kerület területén lakó és tanuló diákok részére kosárlabda sportágban rendszeres képzést biztosítson. Ennek érdekében naponta edzéseken és hétvégeken egy vagy két mérkőzésen vesznek részt gyerekeink.

A Kőbányai Darazsak filozófiája az, hogy senkit nem küldenek el, elsősorban a sportágot akarják megszerettetni a gyerekekkel és egészséges, a sportot szerető embereket akarnak nevelni. Ez egyébként az önkormányzat elvárása is az egyesülettel szemben. Nem elsőrendű cél – de természetesen fontos – az eredményes szereplés is, hiszen akár élversenyzők is ki-nevelődhetnek az egyesületből.

A Darazsak vezetése különleges figyelmet szentel a hátrányos helyzetű gyerekekre, akikből Kőbányán sajnálatos módon nagy létszámban találkozhatunk. Helyzetük kezeléséhez felhasználjuk a kerületi esélyegyenlőségi tervet és programot is.



Jelenleg több mint 100 igazolt és 43 előkészítő tagja van az egyesületnek. Bázisaink a Szent László Gimnázium és a Zrínyi Miklós Gimnázium, az előkészítő csoportok pedig több kerületi általános iskolában működnek együttműködési megállapodások alapján.

A nem igazoltak száma a különböző iskolákban 80 fő, ők előkészítő csoportokban sajátítják el a sportág alapjait az együttműködő oktatási intézmények diáksport csoportjaiban. A kerületben jelenleg hat oktatási intézményben dolgozunk együttműködési szerződés alapján: Kincskereső Óvoda; Kada Mihály Általános Iskola; Harmat Általános Iskola; Szent László Általános Iskola; Keresztury Dezső Általános Iskola; Széchenyi István Általános Iskola.

A kerületi iskolai „Kenguru” bajnokságot is a Darazsak bonyolítja. Különleges figyelmet szentelünk a nagycsaládosoknak, részükre fizetési kedvezményeket biztosítunk az edzőtáborok, versenyekre való utazás alkalmával, valamint a tagsági díj fizetésénél.

Az alapok egyre szélesednek, és ma már nemcsak Budapesten, de országos szinten is meghatározó egyesület a Darazsak, hiszen az országos versenyeken már nagy hagyományokkal rendelkező klubokat is legyőztünk. 2001-ben a kadet, 2002-ben az ifi korosztály bejutott az ország legjobb nyolc csapata közé. Még ugyanebben az évben a gyermek csapat budapesti első és országos harmadik lett. 2003-ban lány gyermek csapatunk is bejutott az országos döntőben, majd 2004-ben a serdülő fiú csapat a klub addigi legnagyobb sikerét érte el: megnyerte az országos bajnokságot. Azóta 2005-ben a kadet csapat ezüstérmes lett, majd 2006-ban megvédte országos bajnoki címét. Az azóta eltelt időben a különböző korosztályú csapataink többször is az ország legjobbjai közé verekedtek be magukat és ez a mai napig is így van.

Ez az egyesület ma már Kőbányáé, a szülők szeretik, a kerület vezetői támogatják, a szakemberek, edzők pedig rendelkeznek azzal a tudással, amely szükséges ennek a sportágnak az oktatásához. A fentiek szellemében dolgozunk a jövőben is és ajánljuk figyelmébe egyesületünket minden támogatónak és azoknak a szülőknek, akik a kosárlabdasporthoz biztatják gyermekeiket.

Sportegyesületünk csatlakozott a Társadalmi Megújulás Operatív Program keretében meghirdetett „Nevelési-oktatási intézmények tanórai, tanórán kívüli és szabadidős tevékenységeinek támogatása” c. pályázati felhíváshoz, melyen eredményesen vett részt és támogatásban részesült.

A 2010/2011-es bajnoki évtől a pályázat segítségével elkezdődött egy olyan program, amely a kőbányai általános iskolák alsó tagozatainak felső részével (nevezetesen a harmadikos, de jobbra a negyedikes) diákokkal ismerteti és szerettetni meg a sportágot. A program keretében együttműködést kötöttünk a Ferencvárosi Torna Clubbal is és házi versenyek szervezését is elkezdtük ennek a korosztálynak.

A cél az, hogy az alapokat minél szélesebbre tárjuk, minél több gyerek tudjon megismerkedni ezzel a sportággal.

A 2010-2015 évek közötti program alapvetően azt célozza, hogy kilépve Kőbánya határain, először a szomszédos, majd a távolabbi kerületek bevonásával Dél-Pesten egy erős, nagy létszámú bázisra épülő, meghatározó utánpótlás-nevelő egyesületté váljon a Kőbányai Darazsak.



2. Összefoglaló

A Kormányprogram szerint a szociális biztonság politikáját új alapokra kell helyezni, ezen belül kiemelt szerepet kap „a jövő építése: az ifjúság és a sport támogatása” hiszen ez szolgál - egyik - bázisul a fenntartható növekedésnek és gazdasági egyensúlynak.

A Kormány számára prioritás a jövő nemzedékek egészséges fejlődésének, neveltetésének támogatása. A sport egyénekre gyakorolt pozitív hatásai eredményeként az állami egészségügyi kiadások azokban az országokban, ahol a sportolás az általános kultúra része, jelentősen alacsonyabbak, mint hazánkban. A Kormány elkötelezett a mindennapi sportolás kiterjesztése érdekében, mely a költségvetési hatások mellett az állampolgárok mind fizikai, mind mentális egészségét megőrzi és fenntartja.

A magyar kosárlabdázás megújításának stratégiai koncepciója szerint:

- Labdát kell adni minden gyermek kezébe: A sportág népszerűsítése és a tömegesítése érdekében előkészítő mozgalmat kell elindítani az általános iskolák alsó tagozatától kezdve. Ebbe a folyamatba be kell vonni az önkormányzatokat, a területi szövetségeket és a professzionális csapatokat. A kosárlabdázás minden válfaját fel kell használni a gyermekek nevelése érdekében (labdás ügyességi, illetve dobóversenyek, 1:1-5:5 játékok).
- Szoros együttműködést kell folytatni az utánpótlás neveléshez tevőlegesen is hozzájárulni képes önkormányzatokkal.
- 12-14 éves kortól biztosítani kell, hogy a tehetséges gyermekek a minőségi képzés rendszerébe bekerüljenek és fejlődésük csak szakmai alapokon dőljön el. Középiskolás korban meg kell teremteni annak lehetőségét, hogy az iskolai életbe integrálva részt vehessenek a megfelelő számú és minőségű edzésen és versenyen.
- Országosan olyan mentori hálózatot kell kialakítani a tapasztalt szakemberekből, akik folyamatosan ellenőrzik a tehetségek fejlődését, az utánpótlásban dolgozó szakemberek munkáját.
- Az utánpótlás válogatott keretek számára állandó nemzetközi versenylehetőséget kell biztosítani, a hazai versenyrendszert ennek figyelembe vételével kell kialakítani (Héraklész-időpontok).
- A minőségi utánpótlás képzést olyan központi létesítményekben kell folytatni, melyekben rendelkezésre állnak a legkorszerűbb edzéseszközök, az orvosi, illetve sporttudományos háttér.
- Az Utánpótlás Országos Bajnokságok lebonyolítása a Szövetség határozott szakmai irányítása mellett folyik. Az Országos Bajnokság lebonyolítási módját úgy kell kialakítani, hogy a tehetséges fiatalok a legtöbb jó színvonalú mérkőzést játszhasák. Középiskoláskortól a szabadidős kosárlabdázók versenyrendszerét úgy kell kialakítani, hogy a Területi Szövetségek segítségével a legnagyobb tömegek vehessenek benne részt.



2.1 Feladat

Fentiek figyelembevételével a 2010-2015 évek közötti program alapvetően azt célozza, hogy kilépve Kőbánya határain, először a szomszédos, majd a távolabbi kerületek bevonásával Dél-Pesten egy erős, nagy létszámú bázisra épülő, meghatározó utánpótlás-nevelő egyesületté váljon a Kőbányai Darazsak.

Ennek érdekében a 2010-es TÁMOP-pályázatra alapozva 2011-ben a X. és XIX. kerület, 2012-ben a XVI. és XVII. kerület, 2013-ban a XIV. és XVIII. kerület, 2014-ben pedig a VIII. és IX. kerület „mehódítása” a cél. A felsorolt kerületekben folyamatosan indítjuk a Kenguru-korosztályos képzést az általános iskolákban a helyi önkormányzatokkal együttműködve.

A felsőbb korosztályokban a meglévő tematika alapján képezzük kosarasainkat úgy, hogy felnőtt korba érve megfelelő tudású játékosokat adhassunk a magyar kosárlabdának, ezen belül az FTC női és (a reményeink szerint megalakuló) férfi csapatának.

3. Az utánpótlás-nevelés alapvető céljai

Három szakedző és öt edző dolgozik a gyerekekkel, nevelőmunkájuk kiterjed a kosárlabdásport oktatásával párhuzamosan az egészséges életszemlélet megalapozására, valamint a kitartásra nevelés mellett követelmény az iskolai tanulmányokban a jó eredmények elérése! A kerületi kapcsolataink lehetővé teszik, hogy a továbbtanulásban és az elhelyezkedésben is segíteni tudjuk fiataljainkat.

3.1 Feladatok

Kenguru korosztály:

Ez a korosztály az U11-es korú gyerekeket fedi le, ám megfelelő differenciálás történik. Míg a kisebbek (7-8 évesek) esetén a fő feladat a labdával, sporttal való ismerkedés, a mozgáskultúra fejlesztése (mely a testnevelés órákon sajnos nem valósul meg), addig a korosztály idősebbjei esetében a foglalkozások már inkább a kosárlabda felé orientálódnak. Itt történik az első komoly kiválasztás. Heti három alkalommal vannak edzések és továbbra is a Kenguru Bajnokságban vesznek részt. Amennyiben szakmailag alátámasztott, úgy a gyermek korosztályban is szerepet kaphatnak. Kiemelt feladat az egyesület saját bajnokságának megszervezése és lebonyolítása ebben a korosztályban. Ez utóbbi kb. 180-200 gyerek állandó részvételét jelenti.

Akik nem férték be a tehetséges csoportokba, azokat tovább foglalkoztatjuk diáksport szinten. Az átjárhatóság a kerületek évenkénti bevonásával fokozatosan emelkedik.

Gyermek korosztály:

A kiválasztott 15-20 fős csapatokat a gyermek bajnokság végéig együtt tartjuk, heti négy csapatedzést és egyéni képzést biztosítunk számukra. A gyermek korosztály (U11) második évében el lehet kezdeni a tehetséggondozó programot. Abból a 15-20 gyerekből emelhetjük ki az extra tehetségeket, akik már eleve több körös kiválasztáson mentek át és 5-6 éve szem előtt vannak tartva. Ismerjük minden fizikai tulajdonságukat (antropológiai adatok, labda-



ügyességi, koordináció, stb.), lelki adottságukat (fogékonyság, akaraterő, elszántság, stb.), tanulmányi és családi háttérüket. Itt már közös összetartásokon is részt vesznek a nyári időszakban, illetve az őszi, téli vagy tavaszi iskolai szünetekben.

Serdülő korosztály:

A serdülő korosztályban (U13, U14) gyakorlatilag nincs nagy változás, heti négy csapat edzés mellett egyéni edzést is beiktatunk. A csapatokat továbbra is együtt tartjuk, a saját korosztályukban és egygel feljebb versenyeznek.

Kadet korosztály:

A kadet (U15, U16) egy nagyon fontos és több szempontból vízváltásznak tekinthető korosztály. Itt következik egy komolyabb kiválasztás, amely azt jelenti, hogy abból a 2×15-20 játékosból, akik a két bázisunkban külön - külön dolgoztak és versenyeztek Kengurus koruk óta, kiválasztjuk a legjobb 15 játékost!

Meg kell találni az ideális munkarányt abból a szempontból, hogy a játékosok és a csapat fejlődése ne befolyásolja negatívan egymást. Ez különösen is fontos, mivel az elsődleges cél az, hogy válogatott szintű játékosokat neveljünk.

Ez az a korosztály, ahol el kell kezdeni a játékosok várható poszt szerinti képzését és ezt nem szabad alárendelni a csapat érdekeinek. Szintén ennek az időszaknak a végén kezdődhet el a komolyabb fizikai képzés (erősítés), ezért is fontos az optimális egyéni és csapatmunka aránya. A heti edzés számában be kell építeni az egyéni (kondicionális, atlétikai és kosárlabda) edzéseket is.

Technikai feltétel rendszer:

4 db bordásfalra akasztható minipalánk a kisterembe,
6 db bordásfalra akasztható minipalánk az óvodák számára,
4 db mobil kosárlabda palánk;
4 db falra erősíthető, kinyitható palánk
18 db 5-ös méretű kosárlabda minden terembe,
18 db 6-os méretű kosárlabda minden terembe,
18 db 7-es méretű kosárlabda minden terembe,
10 db 3 és 10db 5 kg-os medicinlabda a csarnokba,
felszerelés minden korosztály versenyeztetésére;
jelzőrtikók, bolyák, tornapadok,
kondicionáló terembe különböző felszerelések,
szükség esetén eszköztámogatás az óvodák, iskolák számára,
irodafelszerelések: fénymásoló, TV-készülék, videokamera, videolejátszó, DVD-lejátszó, számítógép (edzőknek eePC), nyomtató, szakmai anyag, stb.

4. Nemzetközi kapcsolatok

Mind a napi munka, mind pedig a felkészülési tornák keretében ratunk rendszeres kapcsolatot határon túli magyar, illetve környékbeli csapatokkal. Hagyományosan régi a kapcsolatunk Lévával, de az utóbbi években jó együttműködés alakult ki Nagyszalontával és Ostravával is.



A felkészülési tornák keretében rendszeresen rész veszünk rendezvényeiken, valamint a Darázs Kupán meghívott vendégeink.

4.1 Feladat

A jövőben is a kapcsolatok fenntartására törekszünk, hiszen mind szakmailag, mind pedig a gyerekek élményeinek gazdagítása tekintetében szükség van az ilyen típusú együttműködésekre.

5. Versenyrendszer

Az országos és budapesti bajnokságokon való részvételen túl a Kenguru korosztályban (3-4. osztályosok) az idei tanév végén három kerület (X, XVI, XVII, XVIII) részvételével rendezünk versengést, melyen a települések legjobb négy csapata vesz részt. Megrendezzük a kerületi Kenguru-Diákolimpiát is.

5.1 Feladat

A környező kerületekkel bekapcsolásával szélesíteni kell a házi bajnokságok rendezését különösen a kenguru korosztályban. Az FTC együttműködés keretében pedig „Fradi házi bajnokság” is szervezhető.

6. Létesítmények

A második évben a Budapest Főváros Kőbányai Önkormányzattal együttműködve a helyi Kada Mihály Általános Iskola udvarán egy kosárlabda-pálya méretű tornaterem-beruházást szeretnénk végrehajtani, mely egyszerre szolgálja a mindennapos iskolai testnevelés és a kosárlabda utánpótlás-nevelés céljait.

Sportegyesületünk megalakulása óta a Zrínyi Miklós Gimnázium tornatermét használja. Ez fő bázisunk, a nálunk sportoló gyerekek itt edzenek és játszik hazai mérkőzéseiket. A tornaterem a helyszíne a kerületek közötti Kenguru-bajnokságnak is.

Fentiek azt jelentik, hogy hetente - a mérkőzések számától függően - több mint 30 órát töltünk a létesítményben, tulajdonképpen a tanórai testnevelésen kívül kizárólag egyesületünk használatában van. Sajnos a tornaterem rendkívül módon amortizálódik, elhasznált és lassan balesetveszélyes lesz. Az iskola saját erőből nem tudja finanszírozni a szükséges felújításokat, a terem felújítását a fenntartó sem tervezi a következő években.

A harmadik évben (2013-ban) fejleszteni, felújítani kívánt létesítmény bemutatása:

A Zrínyi Miklós Gimnázium a Fővárosi Önkormányzat Kőbányán található intézménye. Tornaterme 30x20-as méretű, vasbeton szerkezetes, körbe kopolit üveggel ellátott, parketta talajú, neon világítású, távfűtéssel ellátott.

A termet az iskolaépülettel egy időben 1978-ban építették, abban az időben, amikor a felüljáró hídelemekből építettek iskolákat. Az iskola megépítése óta a tornaterem sem felújítva, sem jelentősebben karbantartva nem volt. Ez vonatkozik az öltözőkre is. Csupán a



Kőbányai Diákok Sportegyesülete „beköltözésével” kerülhetett sor kisebb felújításokra és karbantartásokra, de ezek is inkább a sporttevékenységgel szorosan összefüggő munkálatok voltak.

Jelenleg leomló vakolatú falak, kilyukadt és ezáltal az esőt a terembe beeresztő kopolit üvegek jellemzik a termet nem beszélve az ablakok pótlásának és szigetelésének megoldásáról és a világítás korszerűsítéséről és a szellőzés megoldásáról.

A tornatermet kiszolgáló helységek, az öltözők is előregedtek, rossz állapotban van a vízvezetékrendszer, a burkolat, az öltöző üvegfalain lyukak keletkeztek, melyeket az évek során toldoztunk-foldoztunk.

6.1 Feladatok

1./ Reményeink szerint a program hatására évről évre emelkedik az egyesületnél sportoló gyerekek száma. Jelenlegi kereteinket már így is kinőttük, így újabb „otthon” kialakítása válik szükségessé. A második évben (2012-ben) a Budapest Főváros Kőbányai Önkormányzattal együttműködve a helyi Kada Mihály Általános Iskola udvarán egy kosárlabda-pálya méretű tornaterem-beruházást szeretnénk végrehajtani. Ennek tervezett összege jelen áron 480.000.000 Ft, a tervek elkészítése és a telekalakítással, egyéb hatósági feladatokkal kapcsolatos tevékenységek elkészültek, a 30%-os önrész rendelkezésre áll.

2./ Mivel évről évre szükséges néhány felújítási munkát elvégeznie Zrínyi Miklós Gimnáziumban, egyesületünk pályázati forrásokból vagy egyéb költségvetési forrásokból szokott kisebb-nagyobb munkálatok elvégzésére megbízást adni, így kompenzálva azt a kedvező bérleti díjat, melyet az intézmény egyébként kér a használatért. Ez azonban csak félmegoldás, hiszen a teremben a legszükségesebben elvégzendőek az alábbiak:

- Tető teljes szigetelése annak beépítésével, ahol kondicionáló terem és kiszolgáló helyiségek létesíthetők
- Hőszigetelés
- Tornaterem kopolit üveg cseréje
- Világítás cseréje
- Víz-csatorna szerelési munkák
- Fűtés
- Szellőzői rendszer kiépítése
- Elektromos szerelés, felújítás
- Vizes helységek burkolat-cseréje, gépészeti felújítása
- Falak fa burkolatának cseréje
- Festés-mázolás

Fenti munkák elvégzéséhez a 2013. évi pályázatból szeretnénk forrást nyerni, melynek összege kb. 200.000.000 Ft.



7. Finanszírozás

Az egyesület finanszírozása évek óta Budapest Főváros X. kerület Kőbányai Önkormányzat költségvetési támogatásával megoldott. Ezen kívül pályázati forrásokból és tagdíjbevételekből biztosítjuk a sportolási lehetőségeket.

7.1 Feladatok

A jövőben is számítunk a kerületi önkormányzat finanszírozására, de a fejlesztési elképzeléseinket – mind szakmai, mind pedig a létesítmények tekintetében – a társasági adó adta lehetőségekkel szeretnénk megvalósítani.

8. Irányítás, menedzselés, személyi feltételek

Egyesületünket társadalmi munkában három fős elnökség vezeti, a gazdasági feladatokat 1 fő végzi térítés ellenében. A vezető testületekben felsőfokú végzettségű személyek találhatóak.

Az elnökség üléseit az elnök feladat szerint, de legalább évenként négy alkalommal hívja össze, ahol az aktuális kérdéseken túl a koncepcionális ügyekkel, valamint az egyesület működéssel kapcsolatos ügyekkel foglalkozik.

A 2010/2011-es bajnoki évben 3 szakedző, 2 edző és 1 OKJ minősítésű oktató végezte a gyerekek sportági oktatásával kapcsolatos feladatokat. Ez a létszám a 2011/2012-es bajnoki évre 2 edző alkalmazásával bővül a megnövekedett feladatok megfelelő színvonalú ellátása érdekében.

8.1 Feladat

Az egyesület vezetésével kapcsolatban változtatást nem tervezünk. A konkrét feladatok elvégzésekor folyamatosan szükség lesz olyan szakemberek bekapcsolására, alkalmazására, akikkel a szakmai program biztonságosan megvalósítható.

Budapest, 2012. március 1.

Hajdu Péter
elnök

