



ΠΑΕ ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ 1924

Εισαγωγή

Στόχος της Ακαδημίας είναι να εφοδιάσει τα παιδιά με τα Σωματικά, Ψυχικά και Πνευματικά χαρακτηριστικά που θα τα βοηθήσουν να αναπτύξουν την Προσωπικότητα και την Αυτοπεποίθηση τους. Η ενθάρρυνση των παιδιών να αναζητούν μόνα τους λύσεις, να αναπτύσσουν Πρωτοβουλία και να χρησιμοποιούν την Φαντασία τους διασκεδάζοντας, συμβάλουν στην διαμόρφωση Χαρακτήρα, εμφυσούν την «δια βίου άθληση» με όλες τις Ευεργετικές Συνέπειες που αυτή εξασφαλίζει. Η Αθλητική Παιδεία μαζί με κατάλληλη Μόρφωση, παραδίδουν Ώριμους και πραγματικά Ολοκληρωμένους Ανθρώπους.

Όπως ακριβώς συμβαίνει με τις βαθμίδες εκπαίδευσης και το σχολείο, ένα παιδί μαθαίνει ξεκινώντας από το απλό προχωρώντας προς το σύνθετο. Καθώς, κάθε παιδί είναι μονάδα-άτομο, στη διαδρομή μαθαίνει να συνεργάζεται με τα άλλα παιδιά ως μέλος Ομάδας. Ενώ αρχικά είναι απόλυτα εξαρτημένο από τους Γονείς, μέσα στην Ακαδημία μαθαίνει να αναπτύσσει Πρωτοβουλία, να αναλαμβάνει Ευθύνες και να διαχειρίζεται Δικαιώματα, να κτίζει Αυτοπεποίθηση μέσα από επιτεύγματα, να διαχειρίζεται την νίκη και την ήττα όπως ακριβώς συμβαίνει και στην Ζωή, κοιτώντας συνέχεια μπροστά.

Εσείς ως Γονείς μπορείτε και θέλουμε να έχετε ενεργό ρόλο στη διαδικασία αυτή.

Υπεύθυνοι λειτουργίας

Οι υπεύθυνοι γνωστοποιούνται στους γονείς στην αρχή της περιόδου.

Οι υπεύθυνοι της Ακαδημίας είναι πολύ σημαντικοί για την ομαλή λειτουργία της, γιατί είναι ο κρίκος που ενώνει Αθλητές, Προπονητές, Γονείς και Διοίκηση.

Ο ρόλος των υπευθύνων είναι πολύ σημαντικός για την αρμονική λειτουργία της και ιδίως για το τμήμα του οποίου έχει την ευθύνη.

Οι υπεύθυνοι λειτουργίας των ακαδημιών, είναι υπεύθυνοι για τα δελτία των παιδιών που αγωνίζονται, ακολουθούν την ομάδα στους αγώνες, επιλύουν τυχόν προβλήματα μεταφοράς των παιδιών στους εκτός έδρας αγώνες με την συνδρομή των γονέων, παρακολουθούν προπονήσεις, ενημερώνουν τους γονείς για τυχόν αλλαγές προγράμματος και υποχρεούνται να επιλύουν προβλήματα και απορίες των γονέων μεταφέροντας τες στο διοικητικό συμβούλιο.

Οι υπεύθυνοι, πρέπει πάνω απ' όλα να βρίσκονται κοντά στα παιδιά και να συμπληρώνουν το εξωαγωνιστικό έργο του προπονητή στην αποστολή του. Ο ρόλος είναι επιπλέον παιδαγωγικός και εκπαιδευτικός.



ΠΑΕ ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ 1924

Αγαπητοί μας, γονείς και παιδιά,

Σας καλωσορίζουμε στην Ακαδημία μας και ευχόμαστε να περάσουμε μια όμορφη και δημιουργική χρονιά.

Το κείμενο που ακολουθεί έχει μοναδικό σκοπό να σας ενημερώσει και να σας διαφωτίσει για τον τρόπο που λειτουργεί η Ακαδημία μας.

Πιστεύουμε ότι αυτά που θα διαβάσετε πιο κάτω θα είναι χρήσιμα ώστε η συνεργασία μας να γίνει περισσότερο εποικοδομητική, πάντα με στόχο την καλύτερη και αρτιότερη προετοιμασία, τη διασκέδαση, την καλή υγεία και την καλλιέργεια των αρχών του Ευ Αγωνίζεσθε. Τα παιδιά μας, μόνο κέρδος έχουν από τη συμμετοχή τους στην Ακαδημία, ανεξάρτητα αν σε κάθε δραστηριότητα θα έχουν μικρή ή μεγάλη συμμετοχή.

Η συμμετοχή τους στις δραστηριότητες της Ακαδημίας, βοηθάει, ώστε τα παιδιά να αναπτύσσουν την Ομαδικότητα, Κοινωνικοποιούνται, αποκτούν καινούργιους Φίλους, Σέβονται, Πειθαρχούν και μαθαίνουν ότι η επιτυχία και η νίκη χρειάζονται Υπομονή, Προσπάθεια και Άριστη Συνεργασία με τους συναθλητές και τους προπονητές.

Ο αθλητισμός αποτελεί μέσο Ψυχαγωγίας αλλά είναι και ένας μηχανισμός που θωρακίζει την Υγεία και δίνει την δυνατότητα να αναπτυχθεί σωστά η προσωπικότητα του παιδιού. Δεν είναι προνόμιο των λίγων που επιδιώκουν υψηλές αθλητικές επιδόσεις και διακρίσεις, αλλά αποτελεί Δικαίωμα Όλων. Γνώμονας μας, είναι η επιθυμία του παιδιού να αθληθεί και να διασκεδάσει σ' ένα υγιές και ασφαλές περιβάλλον.

Η Ακαδημία δεν είναι μια απλή συνάθροιση ατόμων, αλλά αποτελεί μια οντότητα που λειτουργεί αποτελεσματικά κάτω από ορισμένες προϋποθέσεις και ακολουθώντας ορισμένες αρχές.

Αυτό, που ξεχωρίζει την Ακαδημία είναι ότι όλα τα μέλη της μοιράζονται ορισμένους κανόνες, που οδηγούν σε συγκεκριμένο σκοπό, υπάρχουν κοινοί στόχοι, ενιαίος τρόπος αλληλεπίδρασης των παιδιών, ενιαία μορφή επικοινωνίας, αλληλεξάρτηση στις προσωπικές σχέσεις και στις αθλητικές δραστηριότητες.

Φιλοσοφία και σκοπός της Ακαδημίας είναι, η μέσω της σκληρής και μεθοδικής άθλησης, διαμόρφωση του χαρακτήρα των νέων, η ευγενής άμιλλα, η αγάπη για τον αθλητισμό και ο πολιτισμός της άθλησης.

Θεωρούμε ότι το ποδόσφαιρο και γενικά ο αθλητισμός είναι τρόπος ζωής και έτσι προσπαθούμε να θέσουμε τις βάσεις στα παιδιά της Ακαδημίας για σωστό Αθλητισμό, για τη σωστή σωματική, ψυχική, πνευματική και κοινωνική τους καλλιέργεια, με την καθοδήγηση ενός επιτελείου επιλεγμένων προπονητών.



ΠΑΕ ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ 1924

Στόχοι της Ακαδημίας

Βασικοί στόχοι της Ακαδημίας Ποδοσφαίρου της Νίκης Βόλου 1924, είναι να:

- Αναπτύξει ποδοσφαιριστές για την πρώτη ομάδα, οι οποίοι θα έχουν την προοπτική να ανταγωνιστούν σε υψηλό επίπεδο.
- Προσφέρει επαγγελματική ποδοσφαιρική καριέρα σε όσους ποδοσφαιριστές δεν καταφέρουν να φτάσουν στο επιδιωκόμενο επίπεδο της ομάδας, στο υψηλότερο επίπεδο που οι ίδιοι μπορούν.
- Εμπνεύσει κάθε ποδοσφαιριστή και μέλος του προσωπικού με τις αξίες και τα ιδανικά της Νίκης Βόλου 1924 και του αθλήματος, κάτι που πιστεύουμε θα επιδράσει θετικά στην εξέλιξη της προσωπικότητάς τους.
- Εφοδιάσει τους ποδοσφαιριστές με τη σωστή εκπαίδευση και νοοτροπία, ώστε όσοι δεν καταφέρουν να πραγματοποιήσουν επαγγελματική ποδοσφαιρική καριέρα, να έχουν την προοπτική για μια επιτυχημένη καριέρα σε άλλο τομέα.

Στόχος του Σωματείου μας είναι, η συστηματική πρότυπη εκπαίδευση του ποδοσφαίρου, μέσα από σύγχρονες διδακτικές μεθόδους, ανάλογα του ηλικιακού επιπέδου καθώς και η άρτια παιδαγωγική καθοδήγηση των παιδιών, στοχεύοντας στη δημιουργία σκεπτόμενων αγωνιστικά παικτών με προσωπικότητα που να ανταποκρίνονται στις τεχνικοτακτικές, φυσικές, νοητικές και ψυχικές απαιτήσεις του σύγχρονου επιθετικού και θεαματικού ποδοσφαίρου. Για την υλοποίηση αυτού του στόχου οπωσδήποτε απαιτείται η ουσιαστική και σωστή συμμετοχή των γονέων, οι οποίοι θα πρέπει να ακολουθούν χωρίς παρέκκλιση τις βασικές αρχές της φιλοσοφίας μας



ΠΑΕ ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ 1924

ΚΑΝΟΝΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΑΘΛΗΤΗ

Κάθε Αθλητής της Ακαδημίας, οφείλει:

1. Να Σέβεται τον Προπονητή του, να τον Εμπιστεύεται και να Υπακούει στις Οδηγίες και τις Συμβουλές του.
2. Να Σέβεται και να Αγαπάει πραγματικά τον χώρο που αθλείται, διατηρώντας τον πάντα καθαρό.
3. Να είναι Ειλικρινής προς τον Προπονητή του, όπως και να συζητάει μαζί του τυχόν απορίες ή προβλήματα που τον απασχολούν και τα οποία αποτελούν αιτία μείωσης της αθλητικής του απόδοσης.
4. Να αναλαμβάνει τις Ευθύνες του, ακόμη και για τυχόν άσχημη απόδοση του κατά τη διάρκεια της προπόνησης.
5. Να μάθει να θέτει στόχους δύσκολους, όχι όμως ακατόρθωτους.
6. Να προσπαθεί συνεχώς για το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι θα είναι πάντα η νίκη. Σημασία δεν έχει τόσο το αποτέλεσμα, όσο η ίδια η διαδικασία εκμάθησης κι ενεργοποίησης για να καταλήξουμε σε αυτό. Ακόμη και μέσα από μία ήττα παίρνουμε θετικά στοιχεία.
7. Να ζητάει από τον Προπονητή την επεξήγηση ή την επανάληψη μιας άσκησης, εάν δεν την έχει πλήρως κατανοήσει.
8. Να Σέβεται πέρα από τους προπονητές του, κάθε Συναθλητή ή Αντίπαλο την ώρα της προπόνησης ή του αγώνα.
9. Να αγωνίζεται Δίκαια και να Σέβεται τους Κανονισμούς.
10. Να μην κάνει αρνητική κριτική, κοροϊδευτικά σχόλια και να μην χρησιμοποιεί άσχημο λεξιλόγιο και βία προς τους Συναθλητές ή τους Αντιπάλους του.
11. Μόλις τελειώσει η προπόνηση ή ο αγώνας να ευχαριστήσει και να αποχαιρετίσει Φιλικά τους Συναθλητές και τους Αντιπάλους του.
12. Να μην συμπεριφέρεται με εγωισμό και να μην νοιάζεται μόνο για τις ατομικές του ανάγκες.
13. Να σκέφτεται Συλλογικά και να ενδιαφέρεται για το καλό Όλων των Συναθλητών του. Η ατομική επιτυχία σε ένα ομαδικό άθλημα μόνο μέσα από τη συλλογική επιτυχία μπορεί να προέλθει.
14. Να προσπαθεί πάντα, να είναι συνεπής και να συμμετέχει σε όλες τις δραστηριότητες της Ακαδημίας, προπονήσεις και αγώνες.
15. Να Σέβεται και να μην αντιδρά στις αποφάσεις των Κριτών-Διαιτητών.

Σε γενικές γραμμές οι ποδοσφαιριστές θα πρέπει:

- Να είναι συνεπείς. Σε περίπτωση μη προσέλευσης ή καθυστέρησης να ενημερώνουν τους προπονητές τους.
- Να φορούν τις στολές που θα προμηθευτούν.
- Να εφαρμόζουν τους κανόνες του παιχνιδιού.
- Να μην διαμαρτύρονται στους διαιτητές
- Να φέρονται με σεβασμό στον αντίπαλο και να αποφεύγουν αντιαθλητικές συμπεριφορές



ΠΑΕ ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ 1924

- Να παίζουν πάντα για διασκέδαση και όχι για το αποτέλεσμα

ΚΑΝΟΝΕΣ ΑΘΛΗΤΙΚΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

Η απόφαση να γίνει κάποιος αθλητής σημαίνει αυτομάτως ότι υιοθετεί και την αθλητική ζωή. Πρέπει λοιπόν από την πρώτη ημέρα να συνηθίσουμε στην τήρηση των ακόλουθων βασικών κανόνων αθλητικής υγιεινής:

1. **Ύπνος:** Τουλάχιστον οκτώ (8) ώρες ύπνου. Ο επαρκής νυχτερινός ύπνος είναι σπουδαιότερος από την παρακολούθηση τηλεόρασης.
2. **Έναρξη Ημέρας:** Σωστή έναρξη της ημέρας και ατομική υγιεινή. Πλύσιμο δοντιών, γρήγορο ντύσιμο, φροντίδα του σώματος μας.
3. **Υγιεινή Διατροφή:** Τακτική διατροφή με φρέσκα φρούτα, ωμές σαλάτες, μαύρο ψωμί, γάλα, και χυμούς φρούτων. Οι ώρες του φαγητού θα πρέπει να είναι τακτικές και χωρίς παρενοχλήσεις ή διακοπές.
4. **Ρουχισμός Προπόνηση - Αγώνα:** Ο ρουχισμός θα πρέπει να είναι πάντοτε Καθαρός, Άνετος και Απορροφητικός για τον ιδρώτα. Ενδείκνυνται βαμβακερά σλιπ και βαμβακερές κάλτσες. Σε άσχημες καιρικές συνθήκες οι αθλητές θα πρέπει να φοράνε φόρμα προπόνησης, αδιάβροχο, σκούφο και να έχουν στο σάκο τους πετσέτα σώματος.
5. **Ατομική Υγιεινή:** Μετά από κάθε προπόνηση πρέπει πάντοτε να ακολουθεί μπάνιο ή ντους.

ΚΑΝΟΝΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΩΝ

Το σωματείο αποτελείται από διοικητικό συμβούλιο το οποίο είναι υπεύθυνο για την επιλογή των προπονητών και την οικονομική διαχείριση του συλλόγου.

Ο ρόλος των προπονητών είναι επίσης καταλυτικός ώστε να εξασφαλιστεί η τήρηση των προδιαγραφών και των αρχών του προγράμματος. Σε γενικές γραμμές οι προπονητές, που θα έχουν την ευθύνη για την εκγύμναση, εκπαίδευση και ασφάλεια των παιδιών, θα πρέπει να συμμορφώνονται με τις κάτωθι αρχές:

- Οι προπονητές θα πρέπει να σέβονται την προσωπικότητα, την μοναδικότητα και ενδεχόμενη ιδιαιτερότητα των παιδιών και οφείλουν να αποφεύγουν συμπεριφορές που θίγουν την ανθρώπινη αξιοπρέπεια. Θα πρέπει επίσης να αποφεύγουν κάθε είδους διακρίσεις απέναντι στα παιδιά, αντιμετωπίζοντάς τα ισότιμα τόσο σε προσωπικό, όσο και σε αθλητικό επίπεδο.
- Οι προπονητές θα πρέπει να αναπτύξουν σχέση εμπιστοσύνης και αμοιβαίου σεβασμού με τα παιδιά. Οι προπονητές οφείλουν να επιβλέπουν τα παιδιά σε μόνιμη βάση και δεν θα πρέπει να τα αφήνουν μόνα τους για κανέναν λόγο.
- Οι προπονητές θα πρέπει πάντα να προωθούν το «ευ αγωνίζεσθαι» και τον σεβασμό στους κανόνες του παιχνιδιού, αποτρέποντας οποιαδήποτε μορφή βίας (σωματική, πνευματική ή λεκτική). Οι ίδιοι θα πρέπει να αποτελούν



ΠΑΕ ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ 1924

υπόδειγμα προς τα παιδιά και οφείλουν να μην παρεκτρέπονται για κανέναν λόγο.

- Στην περίπτωση εκδρομής για την συμμετοχή σε έναν αγώνα ή διοργάνωση, θα πρέπει να υπάρχει έγγραφη συναίνεση των κηδεμόνων. Κανένα παιδί δεν θα πρέπει να γίνεται δεκτό από τους προπονητές χωρίς την έγγραφη αποδοχή των κηδεμόνων.
- Οι προπονητές οφείλουν να επιδεικνύουν πνεύμα συνεργασίας με το σύνολο των εμπλεκόμενων στο πρόγραμμα (γονείς, ιατρούς, φυσιοθεραπευτές κλπ).
- Υπεύθυνοι για την μετακίνηση των παιδιών είναι οι γονείς. Οι προπονητές θα πρέπει να αποφεύγουν οποιαδήποτε ανάμειξη στην μετακίνηση των παιδιών από και προς το προπονητικό κέντρο. Ιδιαίτερες συναντήσεις κάθε μορφής απαγορεύονται ρητά.

ΚΑΝΟΝΕΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ ΓΟΝΕΩΝ

Ο ρόλος του Γονέα είναι εξ' ίσου σημαντικός όσο και του Προπονητή . Ο ρόλος του, κατά τη δική μας αντίληψη, δεν περιορίζεται στην απλή μεταφορά του παιδιού από το σπίτι στον χώρο προπόνησης. Η ψυχολογική στήριξη, η επίδειξη σωστού προτύπου και η εν γένει υγιής φίλαθλη συμπεριφορά αποτελούν τη βάση για την επιτυχία ή την αποτυχία της προσπάθειας του παιδιού.

Οι γονείς διαδραματίζουν πολύ σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη της προσωπικότητας των παιδιών καθώς λειτουργούν ως πρότυπα τους. Θα πρέπει λοιπόν οι ίδιοι να δίνουν το καλό παράδειγμα και να τηρούν τους κανόνες. Σε γενικές γραμμές από τους γονείς απαιτείται:

- Να υπάρχει Σεβασμός και Ειλικρινής Συνεργασία με τους προπονητές της Ακαδημίας.
- Να υπάρχει Εμπιστοσύνη και Καλή Διάθεση. Με αυτό τον τρόπο τα παιδιά μαθαίνουν να Σέβονται και να Συνεργάζονται.
- Να υπάρχει Χρονική συνέπεια κατά την άφιξη στην προπόνηση ή αγώνα. Ακόμη και το 5 λεπτά καθυστέρησης στην προσέλευση του παιδιού στην προπόνηση θα έχει ως επίπτωση ένα ελλειπές ζέσταμα για το παιδί και σίγουρα όχι το σωστό που θα έπρεπε να κάνει.
- Να υποστηρίζετε όλα τα παιδιά. Η κριτική, ιδίως σε αυτές τις τρυφερές ηλικίες, δεν βελτιώνει την απόδοση των αθλητών.
- Αποφύγετε την αρνητική κριτική των αντιπάλων. Να είστε θετικοί προς όλους τους αθλητές. Εσείς, ως το σημαντικότερο πρότυπο στη ζωή του παιδιού σας, θα πρέπει να αποφεύγετε κάθε επίδραση ως αρνητικό πρότυπο στη Ζωή του, καθώς είναι απόλυτα βέβαιο ότι θα μιμηθεί πολλά από αυτά που βλέπει σε σας.
- Στους αγώνες, σεβαστείτε τους Διαιτητές. Ενδεχομένως να κάνουν λάθη, αλλά κάνουν ότι καλύτερο μπορούν.



ΠΑΕ ΝΙΚΗ ΒΟΛΟΥ 1924

- Μην δίνεται ποδοσφαιρικές οδηγίες, έστω και αν νομίζετε ότι ο προπονητής έχει λάθος, κατά τη διάρκεια της προπόνησης ή του αγώνα. Είναι αναγκαίο για την αρμονική συνεργασία μας, να κατανοήσετε την διαφορά μεταξύ των ρόλων του Προπονητή και του Γονέα.
- Ο Προπονητής είναι Φίλος και Παιδαγωγός του παιδιού. Η προπόνηση είναι η δουλειά του και σίγουρα είναι ο ειδικότερος για να χειριστεί θέματα της αρμοδιότητας του. Κάθε απορία, σχόλιο ή παρατήρησή σας είναι ευπρόσδεκτη, όχι όμως κατά την διάρκεια της προπόνησης.
- Να έχουν πάντα κατά νου, ότι ο σκοπός της δραστηριότητας είναι η διασκέδαση και όχι το αποτέλεσμα. Θα πρέπει λοιπόν να χειροκροτούν τις προσπάθειες όλων των παιδιών και να τα ενθαρρύνουν κατά την διάρκεια του αγώνα.
- Να βοηθούν το παιδί τους να αποκτήσει σωστή αθλητική παιδεία και να το υποστηρίζουν ψυχολογικά ώστε να παρουσιάσει σταθερή βελτίωση στις φυσικές και τεχνικές αρετές του.
- Να προωθούν το «ευ αγωνίζεσθαι» θέτοντας ένα καλό παράδειγμα.
- Να αποδέχονται την τεχνική κατάρτιση και αξία των προπονητών οι οποίοι προσφέρουν τις γνώσεις του για την ανάπτυξη του ποδοσφαίρου στις μικρές ηλικίες.
- Να αναφέρουν στους προπονητές οποιοδήποτε ζήτημα του παιδιού ή κάποια ανησυχία που ενδέχεται να έχουν.

Όσο η συμπεριφορά Προπονητών, Γονέων και Παιδιών διέπεται από τον κανονισμό λειτουργίας της ακαδημίας, τόσο καλύτερες και αποτελεσματικότερες θα είναι οι συνθήκες εκμάθησης.