Програма за работа 2024/2025

За нас

Нашата академија започна со работа во септември 2023 година. Во првата година од формирањето, Академија Александро се натпреваруваше во детската лига во организација на ФФМ со две генерации (2015 и 2016) кадешто со генерација 2016 го освоивме 4-тото место на ниво на цела Македонија во кокуренција на 70+ екипи. Покрај натпреварите во детските лиги на ФФМ, со овие две генерации земавме учество и на два меѓународни турнири - со 2016 на турнир во

ALEXANDRO ACADEMY

Сандански, Р. Бугарија кадешто освоивме 2-ро место и дополнително освоивме и индивидуална награда за најдобар стрелец на турнирот и со 2015 на турнир во Катерини, Р. Грција кадешто освоивме 4-то место. Покрај овие два интернационални турнири, учествувавме и на неколку домашни турнири и одигравме голем број на пријателски натпревари. Во месец јуни 2024 организиравме и мини турнир за двете генерации на кој учество земаа 16 екипи од Скопје. Во склоп на овој турнир, за прв пат во Македонија беа организирани и индивидуални игри за играчите во 5 категории (контрола на топка, пасеви, жонглирање, прецизност на шут и пенали).

Академија Александро е основана од фудбалска фамилија која отсекогаш била дел од

македонскиот фудбал, како во младите категории така и во сениорските лиги. Токму тоа долгогодишно следење и анализирање на сите аспекти на овој спорт, ни овозможи да основаме академија за развој на млади фудбалери каде ќе се работи по најсовремени програми, истовремено земајќи ги во предвид сите недостатоци кои низ годините сме ги забележале во тренажниот процес, во педагошкиот пристап а и во организацискиот дел кај македонските фудбалски академии.

Нашето поднебје е расадник на талентирани млади спортисти, но никако не е случајност што со текот на годините се престигнати од нивните врсници низ светот.

ALEXANDRO ACADEMY

Начинот на работа, на организација, на пристапот на тренерите кон децата и секако поголемата конкуренција се главните фактори зошто имаме толку мал број на врвни спортисти.

За подобри резултати на сениорската репрезентација, поатрактивна фудбалска лига и враќање на луѓето на празните трибини, неопходни се суштински реформи во погоре наведените аспекти на младинскиот фудбал.

Затоа, ние како академија ќе се фокусираме да ги подобриме условите за работа на нашите деца, преку квалитетна работа, пријатна атмосфера, индивидуален пристап, силни меѓународни натпревари, да им овозможиме да бидат во чекор со нивните врсници и периодот поминат кај нас да им биде стабилна отскочна даска за успешна кариера.

1. Биографија на тренер

Тренинзите ги води Филип Спасески, тренер со УЕФА А лиценца. Сите младински категории ги поминал во ФК Вардар а во исто време бил дел и од сите младински селекции на фудбалската репрезентација на Македонија, каде што ја носел и капитенската трака. Како сениор играл за ФК Вардар и Македонсија Ѓ.П со кои има освоено титули во купот и првенството.

ALEXANDRO ACADEMY

Работното искуство му почнува во академијата на ФК Вардар, а потоа и во академијата на Македонија ЃП со чии екипи освојува две првенства и еден куп во младинските лиги. Освен работата со деца, 3 години поминува во Саудиска Арабија кадешто работи како тренер во сениорски екипи.

Методологија на работа

Нашата академија се фокусира на правилен развој, едукација и совладување на фудбалските вештини кај децата од најрана возраст. Тимска работа, меѓусебна почит, напорна работа, прифаќање на пораз, контролирање на емоциите и дисциплина се дел од многуте бенефити кои произлегуваат од спортот, а на кои ние посебно обрнуваме внимание. Покрај горенаведените работи, големо внимание посветуваме на градењето на личноста на децата, другарството помеѓу секое дете, нивниот однос со тренерот, другарчињата и околината, како на теренот, така и надвор од него, односот со децата во училиште, посветеноста како за фудбалот, така и за школувањето. Целта е да се изградат здрави, културни и воспитани личности кои ќе бидат пример на и надвор од фудбалскиот терен.

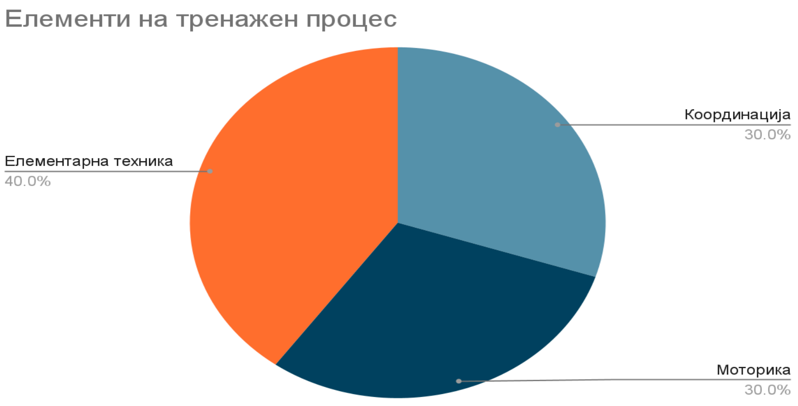
Карактеристики на децата	Нашите методи
⬇️	⬇️
Зголемено ниво на енергија	Повеќе натпревари
Желба за постигнување гол	Пробување на повеќе позиции
Намалена концентрација	Вежби преку игри
Себичност	Слобода во движењата, слободен дриблинг
Сликовита меморија	Демонстрации од тренер
Тешко совладува повеќе вештини одеднаш	Фокус на три основни елементи
Компетитивност	Победнички менталитет

Годишна тренинг програма

Во тренажниот процес оваа година акцент ќе се стави на изучување и усовршување на моторичките способности и елементарната техника кај децата. Со оглед на тоа што наша целна група се деца од 6 до 10 години, кај оваа возрасна категорија примарно за изучување е моториката, координацијата и елементарната техника (правилен прием, пас, правилен шут, контрола на топка).

Преку полигони со чуњеви, сталки, препреки ќе се тренира и вежба моториката и координацијата кај секое дете, под мониторинг на тренерот, ќе се корегира, ќе се укажува на грешките и ќе се демонстрира како правилно да ги работат и поминуваат препреките.

Еленатната техника (пасот, контролата на топка, приемот на топка, правилниот шут) ќе се совладува преку вежби и игри кои ќе бидат интересни и забавни, се со цел да се задржи концентрацијата на децата.



1. Тренинг

Тренинзите ќе се одржуваат 3 пати неделно во текот на целата година со внимателно избрани комбинации на вежби за максимална ефикасност во текот на неделната програма за работа.

Со цел да се одржува квалитетот на работата, групите нема да бидат поголеми од 20 деца на терен.

Освен присуството на тренинг и работата под надзор на тренерот, сметаме дека е од огромна важност децата да имаат што поголем контакт со топка и надвор од теренот, па затоа ги охрабруваме во слободното време да играат со топка индивидуално но и слободен фудбал “на улица”.

Пример на неделна програма за работа

	Понеделник	Вторник	Среда	Четврток	Петок	Сабота	Недела
1	Слободен ден За дома: Жонглирање	Загревање	Слободен ден За дома: Шутеви во ѕид	Загревање	Загевање низ игра	Слободен	Натпревар
2		Координација		Координација	Игри за забава		
3		Контрола на топка		Пасеви	Завршница на гол		
4		Завршница на гол		Игра на 2 гола			

2. Натпревари

Нашите екипи се натпреваруваат во детските лиги кои се во организација на ФФМ и кои се одржуваат во два дела - есенски и пролетен. Исто така, во текот на целата сезона ќе се закажуваат пријателски натпревари со квалитетни екипи од земјава и од странство, каде што нашите фудбалери ќе имаат дополнителна можност за напредок и воигрување.

3. Турнири

Со оглед на тоа што квалитетот на екипите во нашата лига е послаб, а со тоа и конкуренцијата е мала, најголема шанса за напредок на децата има со одигрување на силни меѓународни натпревари. Поради тие причини, нашата академија со секоја генерација учествува на минимум еден меѓународен турнир и два турнири кои се организирани на ниво на Македонија. Освен тоа, турнирите се одлична можност за децата да другаруваат, да се зближат, а со тоа и да се оствари поголема хемија во екипата која е неопходна за постигнување на резултати.

4. Карти за личен развој

На почетокот на сезоната секое дете ќе биде евалуирано по повеќе критериуми кои ќе бидат внесени во нивните индивидуални карти, а со цел да се прати нивниот напредок. Евалуациите ќе се прават 3 пати во годината, на почеток, на полу-сезона и на крај на сезоната.

Истите ќе бидат низ игри и без дополнителни оптеретувања врз децата, со оглед на тоа што целта на овие "оценувања" е следење на нивното развивање кое е од особена важност за нивниот тренер, како би можел да работи на подобрување на нивните перформанси.

Види: Карти за личен развој

5. Опрема

За нас, опремата претставува многу важен дел од градењето на препознатлив фудбалски бренд.

Освен тоа, носењето на иста опрема на децата им дава чувство на припадност и мотив да се борат за заедничка цел.

Александро остварува соработка со 7Sport од Р. Србија, кои произведуваат секаков вид на висококвалитетна спортска опрема.

ALEXANDRO ACADEMY

6. ПРИЛОГ

Прогрес на играч

Име и презиме:	**Тежина:**
Позиција:	**Висина:**

Коментар	Му треба повеќе фокус	Треба подобрување	Добро	Многу добро	Одлично
Карактер					
Однесување					
Присутност					
Концентрација					
Натпреварувачки дух					
Точност					
Фер плеј					
Физичка спремност					
Сила					
Брзина					
Издржливост					
Техника					
Дриблинг					
Контрола на топка					
Пас					
Завршница					
Удар со глава					
Јачина на шут					
Моторички способности					
Координација					
Моторика					

Дата: ____________________