

Rekomendacijos futbolininko CV (Karjeros aprašymo) ir video pristatymo sudarymui

Futbolas yra unikali industrija su savo specifiniais reikalavimais. Tinkamas CV žaidėjui gali padėti patraukti trenerių ir skautų dėmesį bei atverti žinomų klubų peržiūrų duris.

Būsimas CV turi demonstruoti žaidėjo pasitikėjimą profesionalumą ir pasitikėjimą savo jėgomis iš pirmo įspūdžio. Informacija jame turi būti esminė ir labiausiai atskleidžianti jo, kaip žaidėjo, privalumus.

Žaidėjo pristatymo video – būtinas dalykas siekiančiam kryptingo karjeros planavimo. Šiandieniniame skaitmeninių technologijų pasaulyje jį susikurti nereikia ypatingų gebėjimų ar didelių investicijų, tačiau būtina suvokti, koks jo turinys turėtų būti. Taip pat nepamirškite, jog būtina nuolat jį atnaujinti.

Rekomendacijos kalbant apie svarbiausias futbolininko CV dalis:

1. Kontaktinė informacija.

Ši informacija turi būti pačiame CV viršuje, lengvai matoma, gali net kartotis kiekviename CV puslapyje. Kontaktinėje informacijoje turi būti Jūsų:

- Adresas;
- Telefono numeris;
- Elektroninio pašto adresas (pasistenkite, kad jis būtų solidus, be jokio juokingo ar tiesiog nerimto žodžio, kas liudytų Jūsų kaip asmenybės rimtumą ir brandumą);
- Jūsų tautybė ir pilietybė (futbole tas yra svarbu, pvz. ieškant komandos Europoje būti EU šalies piliečiu yra privalumas);
- Linkas į video talpyklą pvz. Youtube, kur patalpintas Jūsų žaidimo video nuoroda;
- Galima papildomai pateikti Jūsų paskyrą socialiniuose tinkluose - Facebook ar Twitter - tačiau įvertinkite, ar visada joje talpinama informacija pakankamai solidi ir rodo Jūsų kaip asmenybės brandą.

Jei žaidėjas yra iki 16 m., būtina nurodyti kontaktinę informaciją vieno iš tėvų (vardas, pavardė, giminystės ryšys su žaidėju, kontaktinis telefonas ir elektroninis paštas).

2. Žaidėjo profilis.

Žaidėjo profilio aprašymas turi būti toks, jog kiekvienas potencialus treneris, vos jį perskaitęs, iškart suvoktų, jog jis tiesiog privalo tokį žaidėją turėti savo komandoje! 2-3 sakiniais parašytas profilis turi patraukliai apibendrinti žaidėjo „paveikslą“, kurį Jūs norite apie save nupiešti, taip pat apibendrinti Jūsų kaip žaidėjo vertingiausią patirtį iki CV sudarymo momento. Ši CV dalis yra labiau grįsta nuomone, o ne faktais apie žaidėją, tad šis aprašymas turi būti itin palankus ir patraukus.

- Tai reiškia, jog žaidėjo profilio aprašymas Jums suteikia galimybę labai patraukliai save pristatyti, parodyti Jūsų kaip žaidėjo vertę, entuziazmą ir motyvaciją žaisti aukščiausiam lygmenyje;

- Negalioja taisyklė, jog kuo ilgesnis žaidėjo profilio aprašymas, tuo yra patraukliau. Pasistenkite nusakyti esmę naudojant 45-65 žodžius arba viso iki 2-3 sakinių;
- Atkreipkite dėmesį į žemiau pateiktus gerą ir blogą žaidėjo profilio aprašymus. Rekomenduojamas kaip tinkamas aprašymas parašytas vartojant futbolo terminologiją, jame sumuojama skirtinga žaidėjo patirtis žaidžiant skirtingose pozicijose, kas demonstruoja futbolininko universalumą ir gerą taktinį parengimą. Tuo tarpu blogas aprašymas labiau demonstruoja žaidėjo norą tobulėti ir jo ateities perspektyvas, nei ką vertingo savo komandai jis gali duoti jau dabar.

1 pvz. (geras) Aš turiu vertingą 5 metų komandos lyderio patirtį žaidžiant saugo, puolėjo, atakuojančio gynėjo pozicijose, vykdant užduotis tiek atakuojant, tiek ginantis, skirstant kamuolius, kontroliuojant ir keičiant rungtynių tempą, kuriant žaidimą aikštės viduryje. Savo žaidimu svariai prisidėjau prie savo komandos pergalės Moksleivių lygos varžybose, jau du metus lankau papildomas greičio ir vikrumo lavinimo treniruotes, siekdamas dar labiau pagerinti puikius savo greičio ir vikrumo testų rezultatus. Ieškau komandos, kuri būtų pasiruošusi ambicingiems naujiems iššūkiams bei noriu tapti šios komandos svarbia dalimi.

2 pvz. (blogas) Turiu 5 metų žaidėjo patirtį ir vos 1 metų komandos kapitono patirtį žaidžiant vidutinio stiprumo komandoje. Nors ir nedaug, tačiau turiu patirties žaidžiant skirtingose pozicijose, buvau komandos dalis, kai laimėjome Moksleivių lygos turnyrą. Sunkiai dirbu tiek treniruotėse, tiek siekdamas motyvuoti savo komandą, ieškau komandos kur galėčiau kažkiek tobulėti toliau, ir jei pavyktų, norėčiau tapti šios komandos dalimi.

3. Esminė žaidėjo statistika/faktinė informacija.

Čia reiktų įtraukti tokią informaciją kaip žaidėjo:

- Pozicija;
- Amžius;
- Ūgis, svoris;
- Žaidimas labiau dešine, kaire ar lygiaverčiai abiem kojomis;
- Mokamos kalbos;
- Klubai, lygos, kuriose žaista,
- Iškovoti trofėjai, asmeniniai pasiekimai.

Nurodyti žaidėjo fizines charakteristikas yra tiesiog būtina, nes dažniausiai treneriai ir komandų vadovai potencialių žaidėjų savo komandoms ieško vertindami ir jų fizines savybes ar kuria koja labiau žaidėjas žaidžia. Tad jei Jūs galite vienodai gerai žaisti kaire ir dešine koja, būtinai tai pabrėžkite. Tai ne tik padidins Jūsų šansus, siekiant atkreipti į save dėmesį, bet ir pabrėš Jūsų universalumą, kas daugeliu atveju, yra labai patrauklu ieškant naujo klubo.

Potencialūs treneriai ir skautai itin kreips dėmesį į atskirų jų ieškomų pozicijų tinkamiausias charakteristikas, pvz. Vartininkas idealiai turėtų būti aukštas su geru šuoliu aukštiems kamuoliams

gaudyti, centro gynėjui dažniausiai keliamas reikalavimas – aukštas, turintis gerą šuolį žaidimui galva, krašto puolėjui – turi turėti reikiamas greičio savybes ir pan. Tad visada stenkitės pabrėžti savo pozicijos savo turimus privalumus.

Išvardinkite, kokiuose klubuose ir kokiose lygose kuriuo periodu teko žaisti. Jei iškovojote kokius tai komandinius trofėjus, ir ypač – jei laimėjote kokius asmeninius prizus, pvz. „Geriausias turnyro žaidėjas“, „Geriausias mėnesio žaidėjas“, „Perspektyviausias jaunas žaidėjas“, 8 kartus geriausias rungtynių žaidėjas sezono metu – tiesiog „šaukite“ apie tai šioje CV dalyje.

Kai rašote apie laimėtus trofėjus ar iškovotus asmeninius apdovanojimus, paminėkite 5 reikšmingiausias, pačius reikšmingiausias pateikdami nuo viršaus.

Užsienio kalbos. Jei Jūs esate iš kitos šalies, nei potenciali komanda, tos komandos treneris būtinai norėtų žinoti, kokiomis kalbomis Jūs kalbate. Kalbos mokėjimas žaidėjui gerokai palengvintų adaptacijos periodą naujame klube, palengvintų treneriui užduočių perteikimą. Tad žaidėjo CV būtinai reiktų nurodyti mokamas užsienio kalbas. Nurodykite ir jų mokėjimo lygį, pvz. Gimtoji, laisvai, vidutiniškai ir t. t.

Kiekvienas klubas turi limituotą vietų skaičių užsieniečiams. Dažniausiai treneriui yra paprasčiau rinktis vietinį nei užsienietį žaidėją tarp panašių gebėjimų žaidėjų, tad Jūsų CV turi demonstruoti daug aukštesnį žaidėjo kompetencijos lygį visais aspektais, jei Jūs norite sėkmingai patraukti dėmesį ir būti pakviestas į komandą kaip legionierius.

4. Žaidėjo nuotrauka.

Pageidautina pateikti žaidėjo nuotrauką visu profiliu žaidybinėje situacijoje su paskutinės komandos apranga. Nepateikite nuotraukos, kur žaidėjas su klubo apranga, tačiau pvz. kavinėje ar plažėje, su žaidėjo apranga, tačiau su šlepetėmis.

5. Dabartinio/paskutinio sezono žaidimo statistika.

Tokia statistika duoda potencialiam darbdaviui momentinį ir pakankamai aiškų vaizdą Jūsų dabartinių gebėjimų ir rezultatų. Reiktų nurodyti:

- Klubą, žaistų rungtynių skaičių;
- Pelnytus įvarčius;
- Rezultatyvius perdavimus;
- Gautas geltonas korteles;
- Gautas raudonas korteles.

Jei turite galimybių pateikti dar detalesnę statistiką, pvz. Žaistų minučių skaičius, perdavimų tikslumas ar vidutiniškai nubėgtas atstumas rungtynių metu, tokia statistika būtų tikrai veiksminga Jūsų CV. Ypač, jei turite galimybių tokią statistiką „ištraukti“ iš specializuotos rungtynių statistikos analizės programos.

6. Svarbiausi gebėjimai.

Ši CV grafa turi būti Jūsų svarbiausių privalumų ar fizinių gebėjimų atskleidimas. Stipriausią argumentaciją apie Jūsų kaip žaidėjo gebėjimus ir privalumus darytų „faktų kalba“. Tad svarbiausius savo gebėjimus iliustruokite skaičiais ar kita statistika. Nekalbėkite tik abstrakčiai, Pvz. „aukštas vikrumas“, „pakankamai gera koordinacija“, „didelis startinis greitis“, bet remkitės skaičių argumentacija, pvz.:

- 18,1 s. rezultatas Ilinojaus vikrumo teste;
- 85 % procentai sėkmingų dvikovų 1*1 paskutiniame sezone;
- Šuolis į aukštį iš vietos 50 cm;
- Per rungtynes vid. nubėgta po 7,1 km paskutiniame sezone;
- 30 m. bėgimo rezultatas 3,9 s.
- Smūgio stiprumas 130 km/h;
- Pirmas trenerio pasirinkimas mušant vienuolikos metrų baudinius paskutiniame sezone.

Taip pat čia galite pridėti ir mažiau skaičiais argumentuotus, tačiau realių gebėjimų aprašymą:

- Puikus driblingas abiem kojomis;
- Pirmas trenerio pasirinkimas mušant vienuolikos metrų baudinius paskutiniame sezone.

7. Žaidimo istorija.

Pateikite komandų sąrašą, kur ir kada Jums teko žaisti, viršuje pateikiant dabartinę ir toliau - senesnes. Potencialus žaidėjo darbdavys būtinai norės matyti Jūsų kaip žaidėjo nuoseklų profesinės karjeros kelią, tam kad įvertinti Jūsų potencialą ir tinkamumą komandai. Būtinai nurodykite poziciją aikštėje, turėtas užduotis, atsakomybes, pvz. Kurti žaidimą, būti lyderiu ir pan.

Jei turite reikšmingų asmeninių pasiekimų žaidžiant toje komandoje, būtinai juos nurodykite. Pvz. Daugiausia rezultatyvių perdavimų komandoje atliekantis žaidėjas ar pirmas trenerio pasirinkimas mušant vienuolikos metrų baudinius.

Jei teko žaisti skirtingose pozicijose, būtinai tai nurodykite. Jūsų kaip žaidėjo universalumas ir gebėjimas žaisti skirtingose pozicijose yra didelė vertybė daugumai potencialių komandų ir ženkliai didina Jūsų galimybes atkreipti į save dėmesį.

Jei Jūs dėl kokių nors priežasčių praleidote laikotarpį visai nežaidžiant jokiaje komandoje, būtinai nurodykite priežastis ir pabandykite argumentuoti, kodėl. Pvz. Reabilitacija, kitos aplinkybės. Nepamirškite paminėti, jog šį laikotarpį Jūs treniravotės ar žaidėte tik mėgėjų lygoje formai palaikyti. Skautams ir treneriams bus svarbu, ar Jūsų žaidimo praktika yra nuosekli, be didelių „langų“ ar visiško pasitraukimo iš futbolo.

8. Kita futbolo patirtis.

Jei Jūs turite kitos su futbolu susijusios patirties, pvz., dirbate savanoriškais pagrindais vaikų komandos treneriu ar studijujete futbolą kaip sportą universitete, būtinai tai nurodykite. Tokia

informacija potencialiam darbdaviui leis susidaryti įspūdį apie Jūsų dar stipresnį futbolo išmanymą, dar didesnę patirtį ir, neabejotinai, skambės kaip jūsų kandidatūrą stiprinantis veiksnys.

9. **Mokymosi/akademinė patirtis.**

Profesionalūs treneriai ir skautai gali nemažai pasakyti apie žaidėją, vertindami jo mokymosi istoriją. Taip pat mokymosi įstaiga, kurioje mokėsi žaidėjas galėtų argumentuoti žaidėjo praeitos komandos pasirinkimą dažniausiai pirminiame karjeros etape, taip pat mokymosi įstaigos futbolo komandos lygis jau gali kažką pasakyti ir apie atskiro žaidėjo meistriškumo lygį. Tad žaidėjui savo CV rekomenduojama pateikti išsilavinimo istoriją, nurodant mokymo įstaigą, laikotarpį, ryšį su futbolu besimokant toje įstaigoje.

10. **Mityba, fizinio parengimo ir vikrumo treniruotės.**

Ši CV grafa yra papildoma galimybė kiekvienam žaidėjui pademonstruoti, jog į futbolo treniruotes žiūrite labai rimtai: ne tik treniruočių metu, tačiau ir apskritai rūpinatės sveika mityba, lankote fizinio rengimo, vikrumo treniruotes. Mat tai padėtų susidaryti dar didesnį įspūdį apie žaidėjo profesionalumą ir tinkamą požiūrį siekiant dar didesnės pažangos. Pvz. Galite nurodyti, jog lankote asmenines fizinio rengimo treniruotes pas žinomą lengvosios atletikos specialistą.

11. **Žaidėjo pomėgiai, hobis.**

Žaidėjo kiti interesai taip pat daug gali pasakyti apie žaidėją kaip asmenybę, tinkamumą komandai ir pan. Sutalpinkite tokią informaciją į vieną sakinį, kad pernelyg neišsiplėsti.

12. **Rekomendacijos apie Jus kaip žaidėją.** CV nėra privaloma nurodyti rekomendacijas apie žaidėją, tačiau jei galite jas pateikti – rekomendacijos iš praeities karjeros ar autoritetingų futbolo bendruomenės narių neabejotinai gali sustiprinti Jūsų CV. Tokiu atveju pateikite ne mažiau nei dvi skirtingas rekomendacijas apie save. Tai gali būti dabartinės Jūsų komandos treneris, buvusios akademijos treneris, žinomas žaidėjas, su kuriuo kartu teko rungtyniauti vienoje komandoje, nacionalinės rinktinės treneris... Tačiau rekomendacijos turi būti tikros ir tikrai Jums palankios – futbolo bendruomenė yra pakankamai bendraujanti tarpusavyje, tad nepamirškite, jog Jūsų rekomendacijos gali būti lengvai patikrintos.

Jei Jūs rašote CV savo vaikui futbolo žaidėjui iki 16 metų:

Būtų svarbu, jog tai, ką Jūs pateikiate apie savo vaiką jo CV, būtų aptarta su juo pačiu ir atspindėtų realią jo patirtį. Priešingu atveju, treneriui pasiteiravus apie jo atskirus karjeros epizodus ir gavus CV punktams prieštaraujančią informaciją, potencialiam treneriui gali kilti pagrįstų abejonų dėl jo tinkamumo. Treneriai supranta, jog mažas vaikas pats tinkamai savo CV dar negali kokybiškai susikurti ir jam pagalba tikrai reikalinga, tačiau ta pagalba turi realiai atspindėti Jūsų vaiko gebėjimų ir patirties lygį.

Patarimas sudarant vaikui jo futbolininko CV pernelyg „neišpūsti“ realių jo gebėjimų, nes taip, galbūt, jam sukursite didelį psichologinį spaudimą siekiant tėčio norimų rezultatų, kurie prasilenktų su realiomis vaiko galimybėmis.

Keletas patarimų:

- Pirmiausia paklauskite savo vaiko, kokius savo kaip žaidėjo privalumus jis pats išskirtų – jis nesunkiai juos įvardins. Tikėtina, kad potencialiam treneriui jis paminės tuos pačius.
- Neperdėkite savo vaiko gebėjimų. Pvz. Jei jam tik 12 metų, niekas nepatikės, jog šimtą metrų jis gali prabėgti greičiau nei per 10 sek.
- Būkite tikras, jog vaikui patinka tai, ką Jūs kartu su juo apie jį surašėte jo CV.
- Būkite tikri, jog potencialus treneris tikrai gali pakalbėti apie atskirus CV punktus su Jūsų vaiku – paruoškite Jūsų vaiką atskleisti esminius savo kaip žaidėjo privalumus.

Rekomendacijos kaip nufilmuoti save kaip žaidėją pristatantį video:

- Jūsų video turi maksimaliai atspindėti Jūsų privalumus ir sportinį meistriškumą, tačiau tai negali būti tik parodomasis vien tik kamuolio valdymo demonstravimas be varžovo. Peržiūrą žiūrintis asmuo turi Jus matyti realiose žaidybinėse situacijose.
- Rekomenduojama pateikti žaidybinius fragmentus, kuriuose atsispindi aukštas Jūsų sportinis meistriškumas tiek kalbant apie techniką, tiek apie taktiką, tad tam geriausiai tinka realios žaidybinės situacijos *žaidžiant toje pozicijoje, kurioje Jūs save ir pristatote.*
- Video neturėtų būti pernelyg ilgas – idealiu atveju jis turėtų būti nuo 5 iki 10 min.
- Būtina save parodyti kuo visapusiškiau ir atskleisti kuo daugiau gebėjimų – tačiau nedemonstruokite, pvz. to pačio idealiai atlikto baudos smūgio ar prasiveržimo skirtingose pristatymo vietose.
- Norint sukurti gerą savo gebėjimų video pristatymą, tam būtina atrinkti ir tinkamai sudėlioti fragmentus atskirų rungtynių, atskirų žaidybinių momentų, darbo treniruotėse fragmentų, tačiau tie fragmentai neturėtų būti senesni nei 2 metų senumo.
- Nepadarykite iš savo video pristatymo pernelyg didelio šou su pernelyg didele pompastika – daug svarbiau Jūsų gebėjimų atskleidimas skirtingose žaidybinėse situacijose, nei pačios prezentacijos patrauklumas.
- Filmuotoje medžiagoje vaizdą žiūrinčiojo patogumui akcentuojamą žaidėją pažymėkite koku nors specialiu efektu – peržiūrą atliekantis žmogus turi aiškiai identifikuoti apie kurį žaidėją aikštėje eina kalba.
- Tinkamai parinktas muzikinis fonas sustiprina video stiprumą ir patrauklumą.