



“Reality Based Learning”

Μιχάλης Μητροτάσιος

Διδάκτωρ της Ανώτατης Γερμανικής Σχολής Κολωνίας

Καθηγητής- Εκπαιδευτής των προπονητών ποδοσφαίρου



“Reality Based Learning”

1. Τι σημαίνει **Reality Based Learning**
2. Πως μπορείς να βελτιώσεις το **Reality Based Learning** στην ομάδα σου
3. Πως μπορείς να βελτιώσεις τις γνώσεις σου αναφορικά με το **Reality Based Learning**

UEFA Coaching Convention: Reality-based learning

- Article 7 – Reality-based learning**
Each course organised by a convention party under the present convention consists of interactive, reality-based training and education, which:
- a) favours learning in the club context, using knowledge, skills and attitude to deal with realistic situations and problems in football;
 - b) stimulates an attitude of lifelong learning and develops competence through:
 - (i) knowledge transfer during the course in practical sessions,
 - (ii) work experience (individual and collective learning),
 - (iii) the learning circle (activity, reflection, theory building and planning),
 - (iv) new concepts (distance learning and learning in the workplace);
 - c) requires an assessment of each candidate's competence during education and training by a coach educator.



CLARIFICATION MEMO

Guide to help associations to implement the principles in their own national coach education programme.

Τι σημαίνει “Reality Based Learning”

“ΡΕΑΛΙΣΜΟΣ” –

Μάθηση βασισμένη στον Ρεαλισμό



- Προσομοίωση (όσο το δυνατόν περισσότερο) της πραγματικής κατάστασης
- Μην ξεχνάς την μπάλα
- Ο παίκτης χρησιμοποιεί γνώσεις και επιδεξιότητες για να λύσει ρεαλιστικά προβλήματα

Reality based learning means:

1. from knowledge, skill, decision making, action all the way down to the game, and back!
2. from learning objectives to “impact objectives”
3. make sure most knowledge transfer happens BEFORE you step on the pitch, so you have much more time to practice
4. The importance of co-creation

The challenge stays not to create the illusion of learning!!!

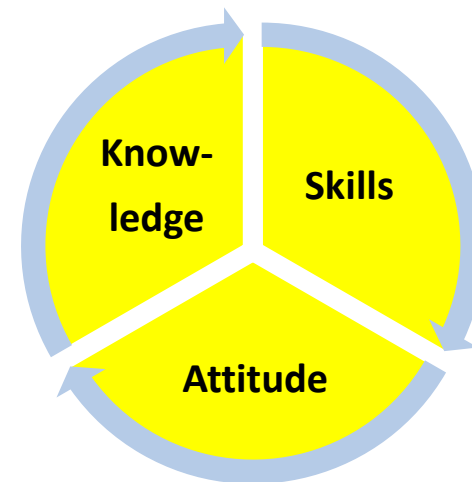
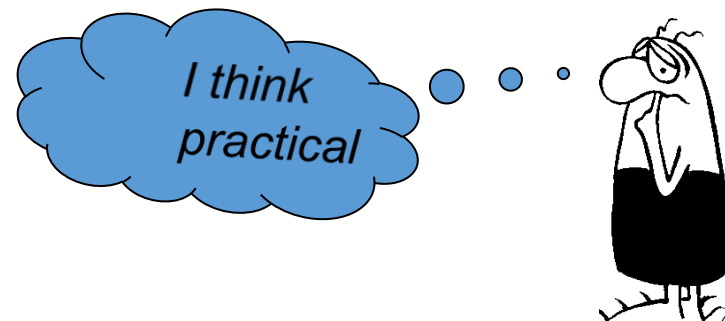


Reality-based Learning

Γιατί“Reality Based Learning”

Για βελτίωση της ποδοσφαιρικής απόδοσης:

- με περισσότερο ρεαλισμό,
- με περισσότερη στοχευμένη πρακτική εφαρμογή,
- με περισσότερη εξατομικευμένη μάθηση,
- με περισσότερη αλληλεπίδραση



Transfer

Training session

11 v 11

9 v 9

7 v 7

6 v 4

4 v 4

1 v 0



opponents, field sizes,
teammates, scoring,
defending and attacking....

TRANSFER

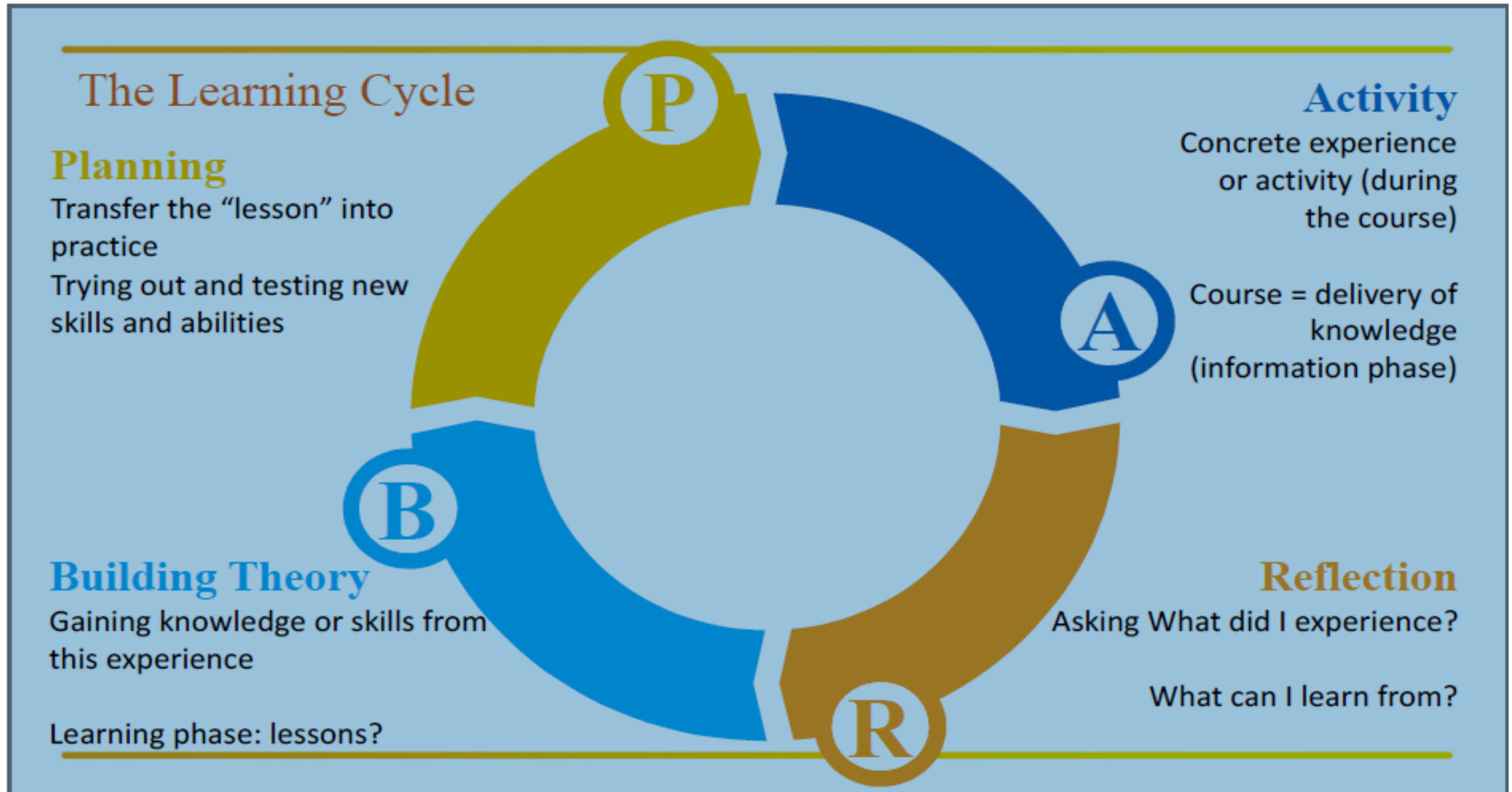
Game



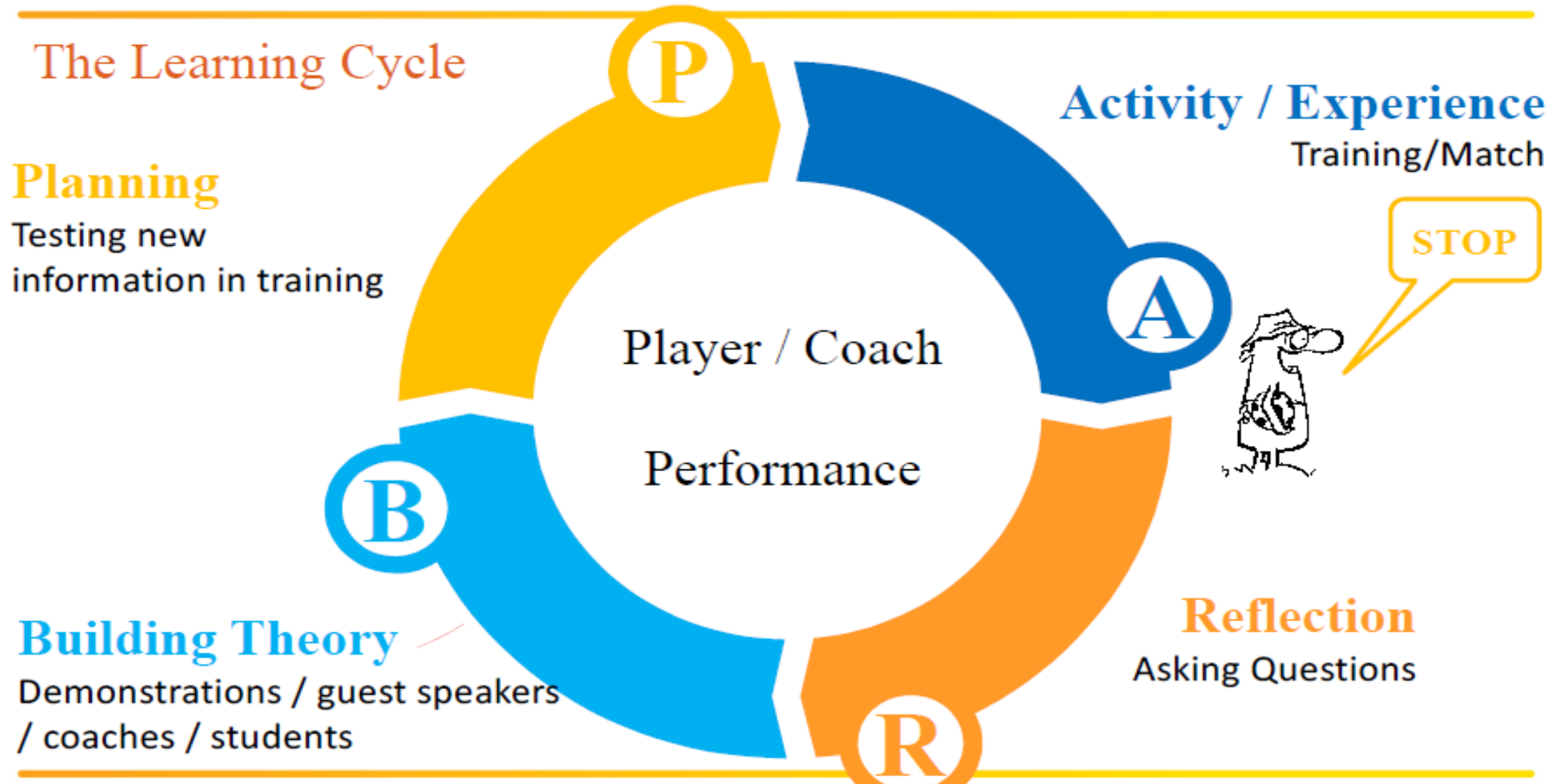
opponents, field sizes,
teammates, scoring,
defending and attacking....

Similar Characteristics

The Learning Cycle/ Ο κύκλος της μάθησης



The Learning Cycle/ Ο κύκλος της μάθησης





Interaction Coach & Players

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ ?

- 10% ότι ακούμε
- 35% ότι βλέπουμε
- 55% ότι ακούμε και βλέπουμε
- 75% ότι μας λένε
- 90% ότι μας λένε **και κάνουμε**

What I hear, I forget

What I see, I remember

What I do, I understand

Confucius

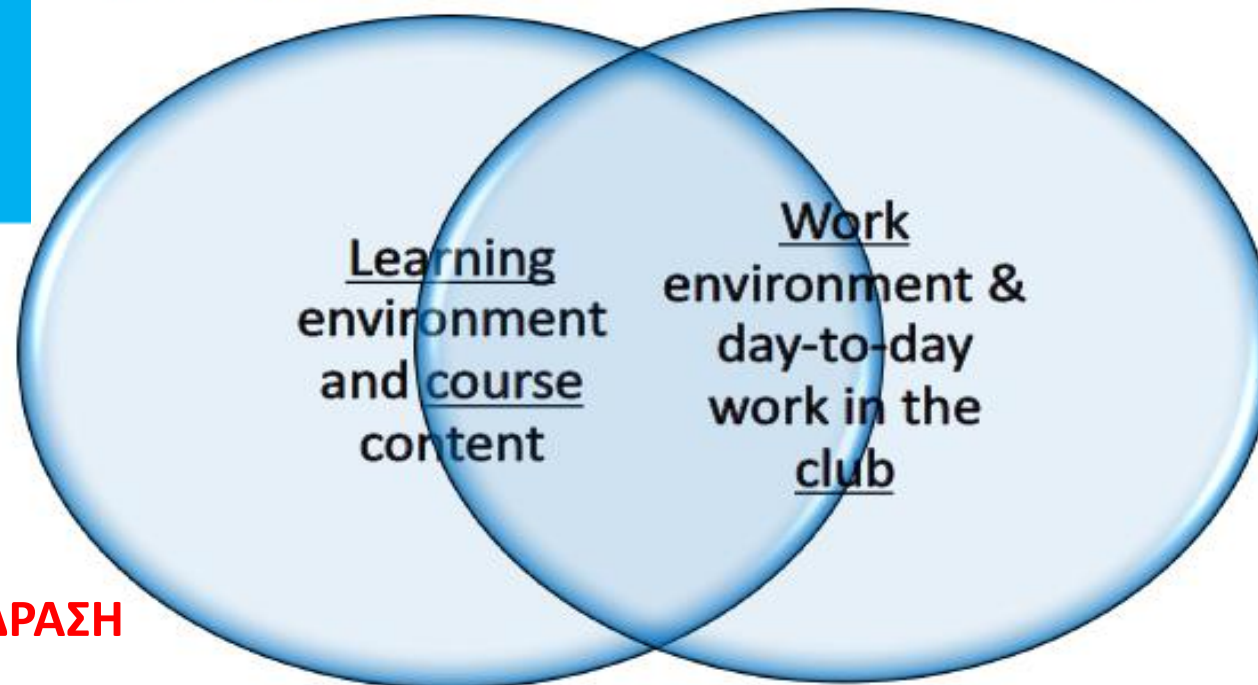
Πώς να δημιουργήσεις το καλύτερο δυνατό περιβάλλον μάθησης για καλύτερα αποτελέσματα

Ταύτιση του περιβάλλοντος μάθησης και εργασίας

How to create the best possible learning environment?

Maximum Similarities = Maximum Efficiency

Interaction Coach & Players



ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΗ ΑΛΛΗΛΕΠΙΔΡΑΣΗ

The better we align the learning and work environments, the more effective our courses will be!

Τι είναι “Reality Based Learning”

What is reality-based learning ?

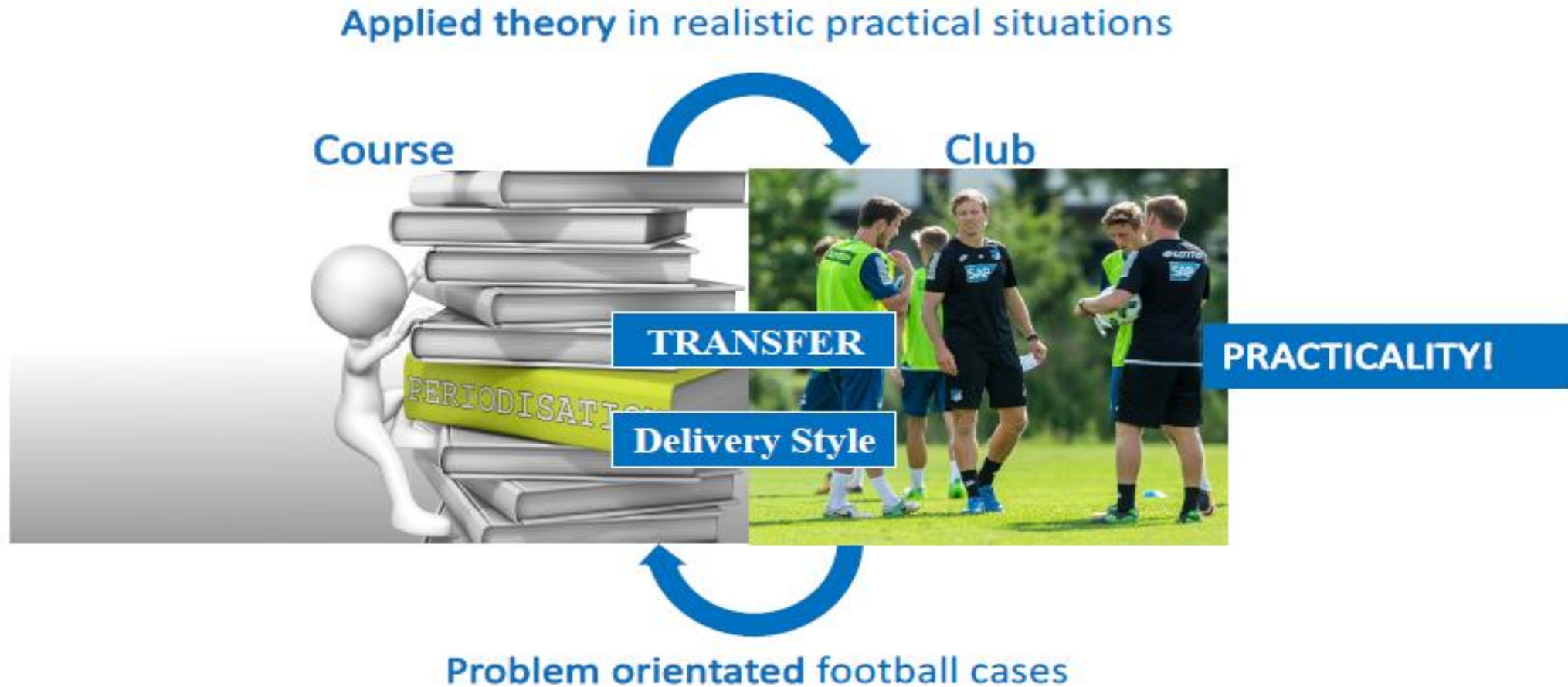
Educating coaches **ON THE JOB** is educating them **FOR THE JOB**



Creating a learning environment where coaches experience **the realities of the job** will help them to develop the **knowledge, skills and attitude** they need in order to succeed.

Μεταφορά γνώσεων-μάθησης

Knowledge Transfer



Μεταφορά γνώσεων-μάθησης

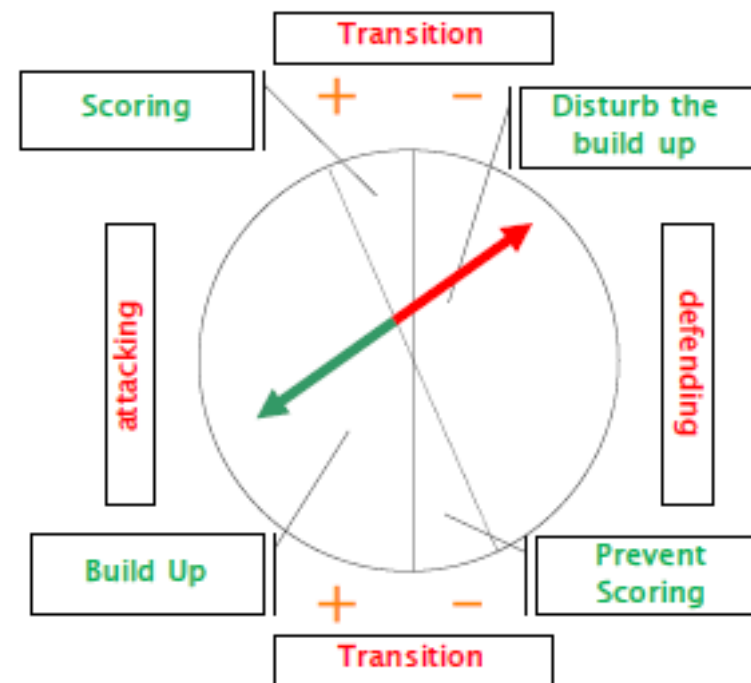
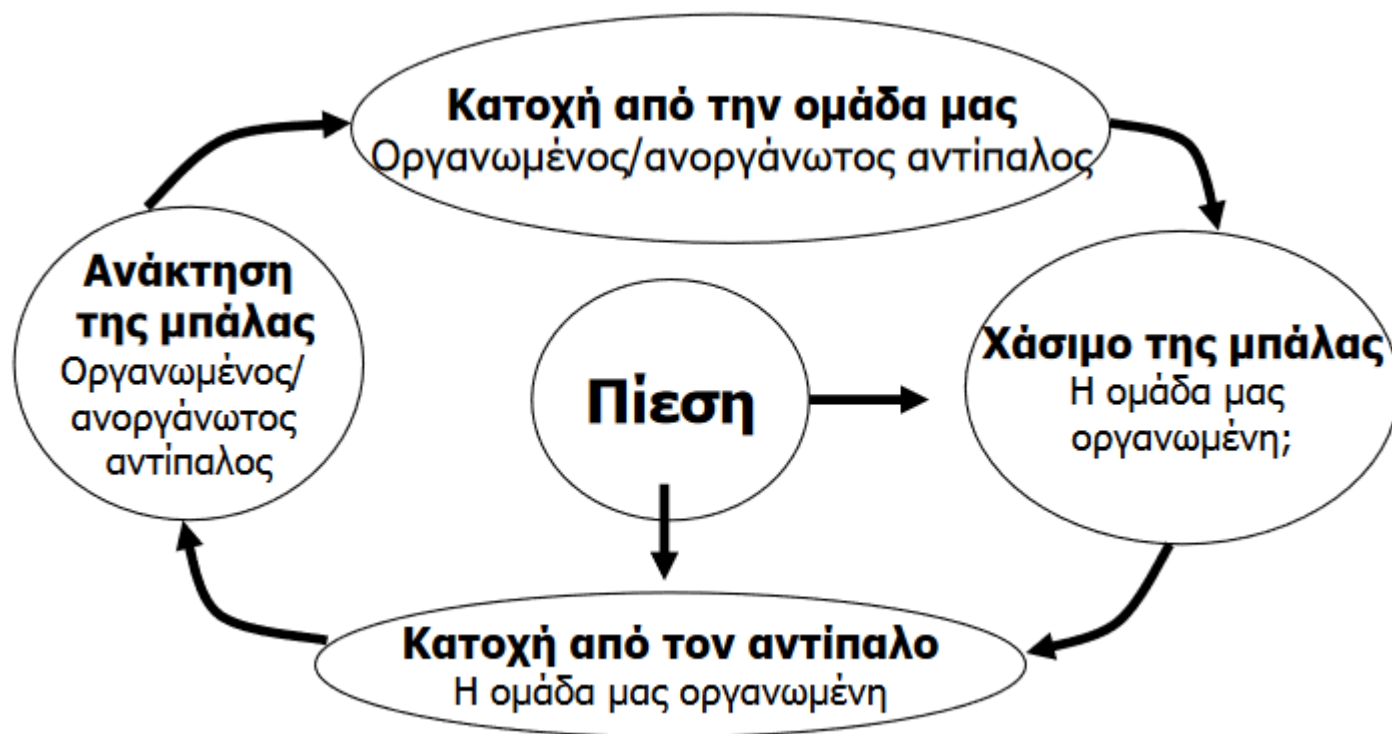
Knowledge Transfer

Similar characteristics between training and match



Reality Based Training (I)

- Develop attack, defence and transition -





Learning

- Μάθετε το παιχνίδι παίζοντας με το παιχνίδι
- Μάθετε το παιχνίδι απλοποιώντας το παιχνίδι
- Μάθετε τους παίκτες να δίνουν λύσεις στο παιχνίδι του ποδοσφαίρου και να δημιουργούν καταστάσεις με τις ερωτήσεις τους
- Μάθετε τους παίκτες να εκπαιδεύονται σε αγωνιστικές καταστάσεις και να αναγνωρίζουν τις λύσεις στον αγώνα
- Μάθετε τους παίκτες να εκπαιδεύονται σ' ένα προκλητικό και θετικό περιβάλλον

Πώς να γίνεις ένας καλός Coach – Νικητής

HOW TO BECOME A GOOD COACH?

- Education, experience, further education and a will to always learn more
 - Hard work and some luck



ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

Assessment

- Continuous
- Realistic assessment of all competences
- Defined criteria
- Various methods (practical, written, oral, video, online)
- Club-based where possible
- Self-assessment





Reality Based Training (II)

Εφαρμογή της προπονητικής διαδικασίας

- Καθορισμός του προβλήματος
- Απάντηση στα 5W's (What – Where – Who – When – Which)

ΜΕΘΟΔΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΣΗΣ

- **ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑ**
- **ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ**
- **ΠΡΟΠΟΝΗΣΗ**
- **ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗ Α ΚΑΙ Β ΕΠΙΠΕΔΟ**
- Εκτίμηση της προπόνησης και αυτό-αξιολόγηση

Απάντηση στα παρακάτω ερωτήματα

- **Τι** δεν πηγαίνει καλά σε σχέση με το αγωνιστικό πλάνο?
- **Που** και σε ποιο χώρο του γηπέδου συμβαίνει / εμφανίζεται το πρόβλημα?
- **Ποιος / Ποιοι** είναι οι παίκτες – κλειδιά και σε ποιες θέσεις εμπλέκονται στην εμφάνιση του προβλήματος?
- **Πότε** εμφανίζεται το πρόβλημα?
- **Ποια** συγκεκριμένα στοιχεία επηρεάζουν το παιχνίδι, τους παίκτες, το κίνητρο και η σημασία του αγώνα?

Avoid the 'WHY' question!