

Ο ΔΡΟΜΟΣ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΚΗ ΚΑΡΙΕΡΑ

1. Μετά την πάσα κάνω εκρηκτική κίνηση.
2. Παίζω το 1-2 με το συμπαίκτη μου την κατάλληλη στιγμή.
3. Παίζω γρήγορα - 1^ο κτύπημα (αν είναι δυνατό).
4. Παίζω σαν να με περνά ηλεκτρικό ρεύμα (παίζω γρήγορα και εκρηκτικά).
5. Πασάρω στο συμπαίκτη μου στο πόδι του που είναι μακριά από τον αντίπαλο.
6. Όταν μου πασάρουν προσπαθώ στο 1^ο κτύπημα της μπάλας να απομακρυνθώ από τον αντίπαλο.
7. Παίζω πάντα με πάθος, νεύρο και δύναμη.
8. Έχω εξαιρετική τεχνική με την μπάλα (την ελέγχο με κλειστά μάτια και το κεφάλι ψηλά).
9. Είμαι δε θέση να χρησιμοποιώ και τα 2 πόδια εξίσου καλά.
10. Κάνω πολλές προσποιήσεις, ελιγμούς, αλλαγές κατευθύνσεων και ντρίπλες με τέλεια τεχνική.
11. Συνεργάζομαι αρμονικά με τους συμπαίχτες μου και επικοινωνώ χρησιμοποιώντας τις κατάλληλες λέξεις.
12. Δε χάνω εύκολα την μπάλα-ξέρω να την καλύπτω.
13. Εφαρμόζω τα τρίγωνα και το ρόμβο στο παιχνίδι μου.
14. Ξέρω ανά πάσα στιγμή ποια είναι η θέση μου στο γήπεδο (σωστή τακτική).
15. Εφαρμόζω επιθετική άμυνα.
16. Αμύνομαι σωστά με ισορροπία, εξυπνάδα και σωστές κινήσεις, χρησιμοποιώντας το μπλοκ, το τάκλινγκ, τα πλάγια βήματα και άλλες αμυντικές τεχνικές.
17. Εφαρμόζω το overlap.
18. Προσφέρω αλληλοβοήθεια και αλληλοκάλυψη.
19. Δίνω θάρρος στους συμπαίχτες μου - ποτέ δεν τους κάνω παρατήρηση.
20. Είμαι προσωπικότητα-ηγέτης μέσα στο γήπεδο σε όποια θέση κι αν παίζω.
21. Μπορώ να συμμετέχω σε οποιονδήποτε σύστημα μου ζητήσει ο προπονητής π.χ. 4-4-2, 4-4-1, 4-4-1-1, 4-5-1, 4-3-3 κτλ.
22. Δουλεύω σκληρά στην προπόνηση και στο σπίτι.
23. Γνωρίζω και εφαρμόζω όλους τους κανόνες που αφορούν στο ποδόσφαιρο.
24. Σέβομαι τους αντιπάλους και τους διαιτητές.
25. Εφαρμόζω το τίμιο παιχνίδι και το «Εν Αγωνίζεσθαι».
26. Κάνω καθημερινά στο σπίτι ασκήσεις δύναμης π.χ κοιλιακούς, ραχιαίους, κάμψεις και σκουάτ.
27. Τρέφομαι σωστά εφαρμόζοντας υγιεινή διατροφή.
28. Εφαρμόζω τις υγιεινές συνήθειες που μου ανέφερε ο προπονητής μου.
29. Κοιμούμαι τουλάχιστον 10 ώρες την ημέρα.
30. Μένω μακριά από το ποτό, το τσιγάρο και τα ναρκωτικά.