

Osnova pro zpracování tréninkového plánu žákovského družstva U15 SpS

1. Sportovní středisko

- Název SpS, hlavní trenér SpS
- Družstvo (starší žáci U15 resp. starší žákyně U15)

2. Trenérské zabezpečení družstva

- Trenér + asistenti trenéra, stupeň trenérské licence, absolvované semináře v minulé sezóně (datum, místo)

3. Seznam hráčů družstva

- Jméno a příjmení, ročník narození, výška + hmotnost, herní post, označení „T“ u talentovaných hráčů

Poznámka k označení hráče „T“:

Hráč je označen jako talentovaný pokud, dle názoru hlavního trenéra SpS, má šanci být zařazen (vzhledem ke svému somatotypu nebo stupni dovednostního potenciálu) do širšího celorepublikového výběru daného ročníku.

4. Periodizace ročního tréninkového plánu

- Název období, od – do
- Popis zaměření tréninkového procesu v daném období, využívaná sportoviště, zajištění regenerace apod.

5. Místo a časy tréninků v hlavním období

- Den (po – ne), od – do, místo

6. Model hry družstva – popis základních herních kombinací a systémů

- Útočná fáze, obranná fáze

7. Účast v soutěžích

- Název soutěže, výkonnostní cíl družstva

8. Účast na turnajích

- Místo konání turnaje, termín

9. Soustředění a testovací měření

- Plánovaná soustředění (termín, místo, popis náplně soustředění)
- Plánované testovací měření (termín, popis zaměření testů)

10. Zdravotní zabezpečení

- Název zdravotního zařízení, termín prohlídky, popis rozsahu prohlídky

Zpracoval:

V dne

Zpracovaný tréninkový plán žákovského družstva U15 SpS (starší žáci U15 resp. starší žákyně U15) zasílá SpS na e-mailovou adresu tkapralek@cbf.cz v termínu stanoveném sekretariátem ČBF.