

# 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 [jnovotny@cbf.cz](mailto:jnovotny@cbf.cz) v termínu stanoveném sekretariátem ČBF.