

KONCEPCE DÍVČÍHO BASKETBALU

Komise VRCHOLOVÉHO BASKETBALU MLÁDEŽE - DÍVKY

Milena Moulisová – Ústřední trenérka mládeže - dívky



B - „bavíme se“ (komunikace, máme radost)

A - atraktivita

S - soutěživost

K - kreativita

E - emoce

T - týmový duch

B - bojovnost

A - atletičnost

L - legrace



mazing
Designs

Osnova:

- I.** Silné a slabé stránky dívčího basketbalu v ČR
- II.** Externí vlivy
- III.** Definování hlavních cílů, nástroje k jejich dosažení
- IV.** Návrh koncepce dívčího basketbalu (STM)
- V.** Komponenty
- VI.** Periodizace
- VII.** Měřítko úspěchu koncepce
- VIII.** Sportovní příprava hráček – obecná specifikace kategorií
- IX.** Závěr

I. SILNÉ STRÁNKY

- **Ženský a dívčí basketbal má nejlepší výsledky mezi kolektivními sporty v ČR**
- **Ženské reprezentační družstvo je jediným týmem v Evropě, který se za posledních 10 let účastnil všech evropských, světových šampionátů a olympiád**
- **Medailová umístění reprezentace žen na světových i evropských šampionátech**
- **Velmi dobré výsledky v kategorii U16 a U17**
- **Mezi 5 nejlepšími evropskými mládežnickými celky za posledních 10 let**
- **Existence sportovních center, jejich stabilita včetně jejich státní podpory**
- **Nová struktura ČBF (vznik nových komisí a profesionalizace pozice ústředních trenérů)**
- **Trenéři mají zájem o vzdělávání (až 70 účastníků na seminářích a klinikách)**
- **Spolupráce s Českou Televizí**
- **Jedinečnost hry basketbalu – viz předchozí strana**

I. SLABÉ STRÁNKY

- **Malé množství dětí začínajících s basketbalem**
- **Pokles výkonnosti a úspěšných výsledků u U18 a U20**
- **Základní technické nedostatky v individuálních činnostech jednotlivce**
- **V ŽBL každým rokem klesá počet mladých hráček připravených na reprezentační úroveň**
- **Nedostatečná vzdělanost trenérů či pochopení a aplikování „Správného rozvoje dětí“ (pohybové stereotypy, jednotlivá stádia učení, senzitivní období, posloupnost, cíle apod.)**
- **Nedostatek finanční podpory v U15 a níže**
- **Přílišná orientace na výsledky v raném věku**
- **Častá zranění hráček v nízkém věku**
- **Odchody hráček z basketbalu (při přechodech na školy a po ukončení kariéry)**
- **Vztahy s rodiči hráček a přístup rodičů**

II. EXTERNÍ POZITIVNÍ VLIVY

- **Podpora z FIBA – zástupci českého basketbalu v nejvyšších funkcích, úspěšná organizace šampionátů**
- **Přítomnost reprezentačních týmů na většině akcích FIBA**
- **Nejlepší hráčky minulosti oslovovány k reprezentaci evropského basketbalu – ambasadorky**
- **Finanční podpora vlády**
- **Významná pozice basketbalu mezi sporty v ČR**
- **Vliv sociálních sítí, moderních technologií apod. (PR)**

II. EXTERNÍ NEGATIVNÍ VLIVY

- **Trenéři mládeže jsou zaměřeni na vyhrávání více než na rozvoj hráček**
- **Úspěšnost zavedení nové koncepce bude měřitelná za delší dobu (cca 10 let)**
- **Negativní postoj společnosti ke změnám a nedostatečná komunikace na všech úrovních basketbalu**
- **Děti přetahují - přitahují ostatní sporty**
- **Nedostatečná medializace úspěchů z minulosti**
- **Rodiče a jejich honba za úspěchem více než za „správným pohybovým rozvojem“, jejich nedostatečná odborná informovanost**
- **Příliš složitá struktura hry z hlediska pravidel i zařízení (zejména pro nejmenší děti)**

III. DEFINOVÁNÍ HLAVNÍCH CÍLŮ

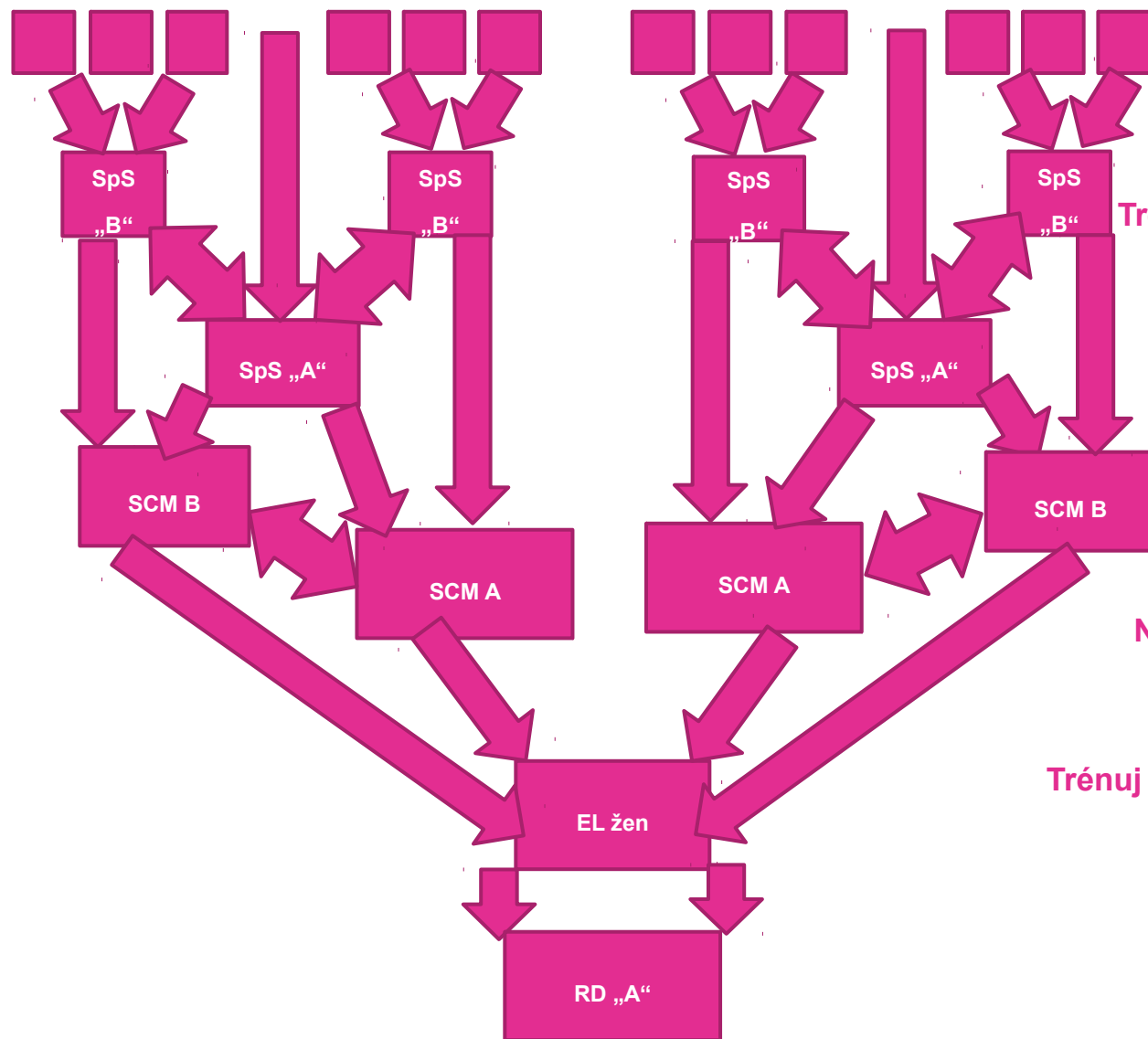
- **Zvýšit počet dětí začínajících s basketbalem (základna)**
- **Zvýšit počet talentovaných hráček v seniorské kategorii**
- **Vytváření metodických materiálů směřujících k správnému rozvoji hráček**
- **Důraz na prevenci zranění**
- **Zastavit úbytek basketbalově aktivních hráček v dorosteneckém věku a po ukončení kariéry (nalezení nové role v BB – rozhodčí, trenérky, ambasadorky, apod.)**
- **Spolupráce s rodiči (komunikace a informovanost rodičů)**

NÁSTROJE K DOSAŽENÍ JEDNOTLIVÝCH CÍLŮ

- **Vytvoření koncepce mládežnického basketbalu dívek (struktura STM, financování, vzdělávání, podmínky)**
- **Zavedení projektů souvisejících s novou koncepcí**
- **Úpravy v soutěžních a přestupních řádech**

IV. NÁVRH KONCEPCE STM – DÍVKY

- Rodiče
- 0 – 6
- Přípravka, kroužky
- 6 – 8 # ?
- SpS B
- 6 – 15 # 12
- SpS A
- 6 - 15 # 12
- SCM B
- 16 – 19 # 5
- SCM A
- 16 – 19 # 5
- Extraliga žen
- # 12
- RD „A“
- # 1



Začátek pohybové aktivity

FUNDamentals

Nauč se trénovat – „Learn to Train“

Trénuj pro trénink – „Train to Train“

Trénuj a soutěž tj. hraj zápasy

- „Train to Compete“

Nauč se, jak vyhrávat – „Learn to Win“

Trénuj pro vítězství – „Train to Win“

PŘÍPRAVKA, KROUŽKY 6 – 8 let

„FUNdamentals“

„Nauč se, co je trénink“

- **Všestrannost dětí (spadni-zvedni se-běž-vyskoč-doskoč-chyt' a hod')**
- Základní pohybová gramotnost populace
- Propagace basketbalu v útlém věku, viz projekty KBDM
 - Promo tým – školy, školky
 - Hlavní trenéři SpS A podporují tyto školní pohybové aktivity
 - Semináře zaměřené na učitele TV, jejich podpora, vedení hodin TV
 - Kroužky spojené s aktivitou rodičů (případně již v předškolním věku)
 - Specifika náborů (příměstské tábory, kontakty, metody apod.)
 - „Zapálení“ dětí pro daný sport

SpS – Sportovní střediska

„FUNdamentals“ - „Nauč se trénovat“ - „Trénuj pro trénink“

6 – 11 let

- Všestrannost, základní pohybová gramotnost
- Zvládnutí elementárních pohybových dovedností (rovnováha, koordinace) a základních sportovních dovedností (běh, skoky, hody, kopy, chytání, plavání), dovednostní rozvoj hráček založený na všestrannosti
- Seznámení se základními basketbalovými dovednostmi
- „Play for Fun“ – základní pravidlo je: Děti musí sportování bavit a musí mít z něj radost
- Jednorázové akce: zápasy + kultura, historie + soutěže nejen basketbalové
- Utkání je nástrojem tréninku, ne jeho výsledkem
- Trenér následuje Desatero trenéra basketbalu
- Naučit děti trénovat (pravidla a povinnosti, určitý režim a disciplína, přístup, týmový duch, atd.)

12 – 15

- Všestrannost
- Basketbal – nejdůležitější období v učení basketbalovým dovednostem, základy techniky a taktiky
- 12 let – „zlatý věk motoriky“, senzitivní období
- „Trénovat kvůli tréninku“ a zdokonalovat se zejména v individuálních činnostech

SpS B - SPORTOVNÍ STŘEDISKA B

6-15 let

„FUNdamentals“ - „Nauč se trénovat“ - „Trénuj pro trénink“

- Počet: 12, dle pořadí v bodování a splnění podmínek (snaha o zvyšování počtu SpS B dle pravidel, ale i aktuálních podmínek – finance, kvalita apod.)
- SpS B = kluby, které nemají SCM (3. – 24. místo v bodování)
- Zavedení bodování – ohodnocení klubů zejména dle vychovaných hráček (ŽBL, RD)
- Viz. Přípravka
- Hl. trenér: minimálně 5 tis./měs. (základní částka)
- Další prostředky: z bodování
- Důraz na množství dětí
- „Play For Fun“ – 3x3, smíšená družstva, festivaly, turnaje, sportovní dny a víkendy
- **Zaměření na všestrannost (6-11)**
- Trénink basketbalu s ohledem na zvláštnosti sportovní přípravy dětí a mládeže

SpS A - SPORTOVNÍ STŘEDISKA A

6 – 15 let

„FUNdamentals“ - „Nauč se trénovat“ - „Trénuj pro trénink“

- Počet: 12
- Každé SCM má SpS A, plus 2 nejlépe bodované kluby
- Dotace na platy trenérů: 20tis./měs. (hlavní trenér min. 15 tis./měs.)
- Další prostředky: z bodování
- Spolupráce s jinými kluby
- Spolupráce s SCM
- Vzdělávání trenérů (sebe i ostatních)
- Nábory (školy, TV)
- Financování (hledání dalších možností financování)
- Najdi-vychovej-podporuj začínající trenéry (případně rozhodčí)
- Důraz na množství dětí
- „Play For Fun“ – 3x3, smíšená družstva, festivaly, turnaje, sportovní dny a víkendy
- Dodržování správného rozvoje hráček, sportovní příprava dětí a mládeže (senzitivní období apod.)

SCM B – SPORTOVNÍ CENTRUM 16 – 19 let

„Trénuj a soutěž“ - „Nauč se vyhrávat“

- Počet: 5 - výchozí počet na začátku zavedení koncepce, na základě 2 letého bodování
 - možnost úprav dle podmínek, zhodnocení, prostupnost po 2 letech
- Dotace: základní částka 25 tis./měs. + bodování (minimálně 25 tis./měs. platy trenérů)
- Hlavní trenér: vedení U17 a U19 (alespoň 1 družstvo)
 - Úzká spolupráce s hlavním trenérem SpS A (interní semináře, náhledy tréninků, klubová koncepce)
 - Vzdělávání (sebe a trenérů)
 - Evidenční karty talentovaných hráček (databáze)
 - Spolupráce s trenéry RD
- 2. trenér SCM B, spolupráce se specialisty (kondiční trenér, fyzioterapeut, apod.)
- Zaměření na výsledky v rámci správného rozvoje hráček
- Zajistit adekvátní tréninkový proces pro hráčky hrající již v ŽBL
- Spolupráce se školou
- Podmínky: zařízení, realizační tým, zajištění hráčského vybavení, tréninkový proces, rehabilitace atd.

SCM A – SPORTOVNÍ CENTRUM 16 – 19 let

„Trénuj a soutěž“ - „Nauč se vyhrávat“

- Počet: 5 - výchozí počet na začátku zavedení koncepce, na základě 4 letého bodování a dlouhodobých analýz úspěšnosti SCM
 - možnost úprav dle podmínek, zhodnocení, prostupnost po 4 letech
- Dotace: základní částka 40 tis./měs. + bodování (minimálně 40 tis. na platy trenérů)
- Hlavní trenér: vedení U17 a U19 (alespoň 1 družstvo)
 - Úzká spolupráce s hlavním trenérem SpS A (interní semináře, náhledy tréninků, klubová koncepce)
 - Vzdělávání (sebe a trenérů), povinnost VIT
 - Evidenční karty talentovaných hráček
 - Spolupráce s trenéry RD
- 2. trenér SCM A, spolupráce se specialisty (trenér individuálních činností, kondiční trenér, atd.)
- Zaměření na výsledky v rámci správného rozvoje hráček
- Zajistit adekvátní tréninkový proces pro hráčky hrající již v ŽBL
- Spolupráce se školou
- Podmínky: zařízení, realizační tým, zajištění hráčského vybavení, tréninkový proces, rehabilitace atd.
- Mezinárodní zkušenosti - turnaje, zápasy

V. KOMPONENTY

VZDĚLÁVÁNÍ TRENÉRŮ – spolupráce s Metodickou komisí

- Příprava dětí a mládeže (senzitivní období, věk) – metodické podklady pro trenéry mládeže (plánování, organizace, struktura, psychologie, obsah tréninkové jednotky, apod.)
- VIT – Vzdělávací institut trenérů, Vzdělávací program pro trenéry U15 a mladší
- Regionální semináře
- Basketbalové materiály (knihy, DVD)
- Metody financování (vedoucí družstev, manažeři)
- Pravidla FIBA: spolupráce s ČABR (instruktážní videa apod.)
- Spolupráce s lékařskou komisí a specialisty v oblasti prevence zranění a základní pohybové gramotnosti

SYSTEM SOUTĚŽÍ

- 6 – 9 let: všestranné soutěže
- 10 – 12 let: doporučujeme: regionální soutěže, všestranné soutěže, festivaly, jednorázové akce
- 13 – 19 let: celostátní soutěže, regionální soutěže, Mistrovství republiky

PŘESTUPNÍ ŘÁD

- S ohledem na zavedení nové koncepce od 2015/16 možné úpravy přestupního řádu zejména v oblasti výpočtu přestupních částek

BODOVÁNÍ

- Podobně jako u SCM bodování SpS zejména za výchovu hráček, ještě výrazněji než v SCM

PROJEKTY

- Projekty Komise dětí a mládeže (kategorie U10)
- Prevence zranění – všestrannost dětí (spolupráce s dalšími subjekty, profesionály, apod.)
- Semináře zaměřené na trenéry mládeže (vzdělávací program pro trenéry U15 a mladší)
- Trenérské kliniky, návštěvy klubů
- Kempy budoucích nadějí
- Financování, specifika náborů apod. – semináře, propagační materiály
- Spolupráce s rodiči – viz. Desatero fanouška minibasketbalu

VI. PERIODIZACE – PLÁN AKCÍ

2014/15:

- Příprava koncepce (základní struktura, financování, metodika)
- Informace pro veřejnost
- ▶ Medializace projektu, diskuze s kluby
- ▶ Vzdělávání trenérů (VIT, semináře pro trenéry mládeže)

2015/16:

- Start nové koncepce
- Financování: systém Sportovně talentované mládeže (SpS , SCM)
- Kontrolní a poradní činnost (zdokonalování projektu)
- ▶ Vzdělávání trenérů
- ▶ Mládežnické projekty

2016/17:

- Zdokonalování a úprava koncepce (zpětná vazba, doplnění, změny, odstraňování nedostatků)
- Neustálé vzdělávání trenérů
- Průběžné vyhodnocování

2017/18:

- Stabilizace projektu

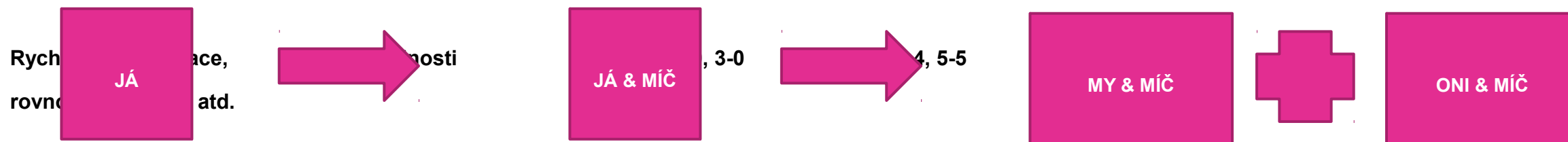
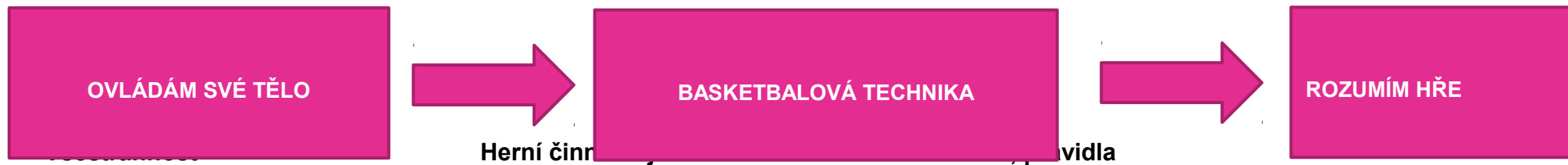
2025/26:

- Výsledky nové koncepce (8 leté děti z roku 2015 budou 18 leté)

VII. MĚŘÍTKO ÚSPĚCHU KONCEPCE

- Přípravenost reprezentantek na přechod z mládežnických výběrů do reprezentace dospělých
- Výrazný nárůst odehraných minut mladých hráček vychovaných systémem v nejvyšší soutěži dospělých
- Navýšení počtu hráček v mladších kategoriích (základna)

VIII. SPORTOVNÍ PŘÍPRAVA HRÁČEK



MIKRO a MINI BASKETBAL 6 – 12 let

- „Co nejvíce“ = šanci má každé dítě
- „Co nejdéle“ = základ pro celoživotní sportovní aktivitu
- Inspirace dětí pro sport díky basketbalovým aktivitám
- Trenér je klíčovou postavou v zapálení a povzbuzení dětí, které začínají s basketbalem
- Utkání: „Utkání je nástrojem tréninku“
 - Jednorázové turnaje a utkání, festivaly, basketbal i všestrannost, každý má odměnu, výsledky nejsou hlavním cílem
 - Pravidla – úzká spolupráce rozhodčích (vysvětlování, učení)
 - Nauč se povzbuzovat, myslet na tým, následovat pravidla, naslouchat trenérům i rozhodčím
 - Zjednodušení: např. 3x3, 4x4, šířka hřiště, mini míč, nízké koše
- Trénink: „Poznej své tělo v pohybu“
 - **VŠETSTRANNOST: spadni-zvedni se-běž-vyskoč-doskoč-chyt' a hod'**
 - Herní činnosti jednotlivce, „Nauč se, co je to trénování“, pravidelný režim, autorita, respekt
 - „Mít radost“ je hlavním cílem

MINI a ŽÁKOVSKÝ BASKETBAL 13 – 15 let

- Kategorie U13, U14, U15: soutěže s vrcholem MČR
- Posun zaměření z všestrannosti více na basketbal (ačkoliv všestrannost musí být dále součástí)
- Specifika sportovní přípravy z hlediska rozdílů biologického a chronologického věku
- Neustálý tlak na správné pohybové stereotypy (prevence zranění)
- Výběrové kempy – motivace a inspirace hráček
- U14: krajské výběry (od 2015)
- U15: „Lvíčata“ – podpora projektu „reprezentačního“ výběru
- Zajištění rozvoje hráček v přechodovém období ZŠ – SŠ
- Psychologie: specifika pubertálního věku

DOROSTENECKÝ BASKETBAL 16 – 19 let

- Soutěže: EL, DL
- Neustálý rozvoj individuálních činností jednotlivce
- „Trénuj a soutěž“, „Nauč se, jak vyhrávat“ - trénink již zaměřený na přípravu na soutěž (utkání)
- Zajištění adekvátní herní zkušenosti pro rozvoj hráček
- Talentované hráčky: databáze, individuální přístup, výběrové kempy, reprezentační výběry
- Schopnost trenérů rozvíjet talent u hráček bez jejich psychického a fyzického **přetěžování**
- Psychologie: specifika dospělosti
- Zajištění přechodu z dorosteneckého do dospělého basketbalu
- Důraz na prevenci úrazů - regenerace

IX. ZÁVĚR

Tato koncepce vznikla pro podporu stávajícího vývoje mládežnického basketbalu na základě mnoha diskusí odborníků, trenérů a činovníků, kteří se basketbalu věnují.

Jasnou hlavní myšlenkou je podpora náborů, přípravy, vzdělávání, financování, atd. ve složce dětí do 15 let a tím zvýšení jejich počtu, ze kterého by mělo „vyrůst“ více talentů do seniorských kategorií.

Druhým pilířem je podpora odborného vedení a přístupu v dorosteneckých kategoriích.

Odborná podpora a spolupráce jednotlivých složek a komisí ČBF by měla zajistit úspěšné zavedení, chod a výsledky tohoto programu.

Celá koncepce má mnoho detailů, které je nutné zrealizovat postupnými kroky. „Evolucí“ se tedy snažíme zdokonalit nejen Systém talentované mládeže, který je podporován MŠMT, ale myslíme na basketbal jako celek v mnoha dalších složkách a aspektech.