

# Osnova pro zpracování tréninkového plánu družstev SCM (ZSCM či VSCM) pro období 2015/2016

## **1. Základní /Vrcholové sportovní centrum mládeže**

- Název ZSCM(VSCM), hlavní trenér ZSCM(VSCM)
- Identifikační číslo (IČ) ZSCM(VSCM), sídlo ZSCM(VSCM)
- Družstvo (kadeti U17, junioři U19)

## **2. Trenérské zabezpečení družstva**

- Trenér + asistenti trenéra, stupeň trenérské licence, absolvované semináře, vzdělávací aktivity a programy (VIT) v minulé sezóně (datum, místo),

## **3. Seznam hráčů družstva**

- Jméno a příjmení, ročník narození, výška + hmotnost, herní post, soutěže, ve kterých hráč startuje
- Vyznačení reprezentantů ČR (účast na akci FIBA, širší kádr)
- Vyznačit hráče nově přichozí do SCM pro tuto sezónu 2015/16, u nich popsat z jakého klubu přišli (spolupracující či nespolečující klub)
- Rozsah působnosti hráčů z jiných (spolupracujících i nespolečujících) klubů – plný, částečný či nepravidelný – podle počtu tréninků
- Seznam hráčů, na které bude uplatňován požadavek na výchovný bonus od ČBF na základě podepsané smlouvy Přestup STM za II. pololetí roku 2015

## **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
- Speciálně označit místo a časy určené pro individuální tréninky

## **6. Jaké druhy obrany družstvo v utkáních využívá a v jakém rozsahu (v %)**

## **7. Účast v soutěžích**

- Název soutěže, výkonnostní cíl družstva

## **8. Účast na zahraničních turnajích či jiných zahraničních akcích (kempy, atd.)**

- Místo konání, termín

## **9. Soustředění**

- Plánovaná soustředění (termín, místo, popis náplně soustředění)

## **10. Zdravotní prohlídky:**

- Prohlášení klubu o zdravotní způsobilosti všech hráčů družstva vrcholově sportovat na základě platné lékařské prohlídky
- Název subjektů zabezpečující zdravotní prohlídky a forma jejich evidence

Zpracoval: .....

V ..... dne .....

Zpracované tréninkové plány obou družstev SCM (kadeti U17, junioři U19) zasílá SCM na e-mailovou adresu jslowiak@cbf.cz v termínu do 24.11.2015