

Sportovní koncepce 2021-24

Aneb základní kroky a cíle všech kategorií ...

Postavení v tabulce je jen jedna maličká součást toho, kam náš oddíl chce směřovat. Hlavním smyslem našeho snažení je cesta, jak přivádět hráče a hráčky k aktivnímu životu a zodpovědnosti za sebe sama v oblasti sportu a v životě. Pokud se nám to bude dařit, budeme kromě jiného mít i hodně hráčů na výborné technické, taktické a třeba rychlostní úrovni. Ti budou přijímat svoje rozhodnutí, která v konečném důsledku budou ku prospěchu i jejich týmům, trenérům či oddílu. Budou spolu rádi trávit volný čas na tréninku, zápasech, soustředěních nebo výletech, ale i ve svém soukromém životě. A to nejen po dobu aktivního sportování v oddíle, ale vlastně v různých podobách možná i napořád.

Je pro nás podstatné:

Postavení v tabulce – v kategoriích od staršího žactva výše trnitou cestou v podobě nelehké přípravy směřovat k vyšším místům v tabulkách s přesahem: „Samotná, dlouhodobá cesta je pro hráče i klub důležitější než všechny tituly“.

Trenéři – hledání, motivování a inspirování vhodných trenérů, jejichž prvotní charakteristikou je vášeň pro sport, dostatečná empatie a spolehlivost.

Vzdělávání – pravidelný a dostatečně široký proces vzdělávání trenérů.

Aktivita a zodpovědnost - vytvářet takové sociální prostředí, které přispěje k co největšímu počtu hráčů, kteří jsou aktivní a zodpovědní.

Historie – udržet v klubu symbiózu sport + mimosportovní akce v týmech (výlety, čundry ...) + prolínání generací (soustředění, ukončení sezóny, Vánoční, Dětské dny ...).

Počet hráčů – početní naplnění všech kategorií s důrazem na dívčí, abychom obsadili všechny české soutěže a v ideálním případě B družstvy zajistili prostor pro děti, které sport v této podobě budou mít jen po omezenou dobu, ale zase je u nich vztah k aktivnímu životu.

Rozvoj hráčů – předjímat, že v určitém věku se všichni hráči a hráčky do nějaké míry fyzicky, sportovně a mentálně srovnají. Každý aktivní hráč a hráčka musí mít šanci se vyhoupnout na svoji výkonnostně nejvyšší sportovní úroveň. Zacílit na věkové skupiny do 12 let, kdy se rozhoduje o technické a dovednostní úrovni hráčů. Zařazovat pestré sportovní aktivity, preferovat při hře rotaci míst na hřišti. Volit cílený rozvoj schopností podle věku hráče.

Kategorie

Benjamíni U8

Cíl:

Odborně, s citem a přiměřeně věku vedené tréninky a zápasy. Pestrost, zábava, vytváření základního vztahu ke sportu a oddílu. Bez tlaku na výsledky, v turnajích různě promíchávané složení týmů.

Podstatné:

Zaměření tréninků na základy techniky, rozvoj sportovních dovedností, pohybových schopností se zaměřením především na obratnost, koordinaci. Velký důraz na hry.

Kritický moment:

Rozvoj maximum pohybových dovedností a schopností, základy prvotní techniky (především úchop hokejky a postavení nohou)

Trénink:

Trénink 2x týdně, trenér na cca 6-8 dětí, bez specializovaných trenérů (kondiční atp.).

Zápasy, turnaje:

Otevřené hlavně regionální turnaje 3:3, v jarním období možnosti turnaje 4+1.

Místa působení:

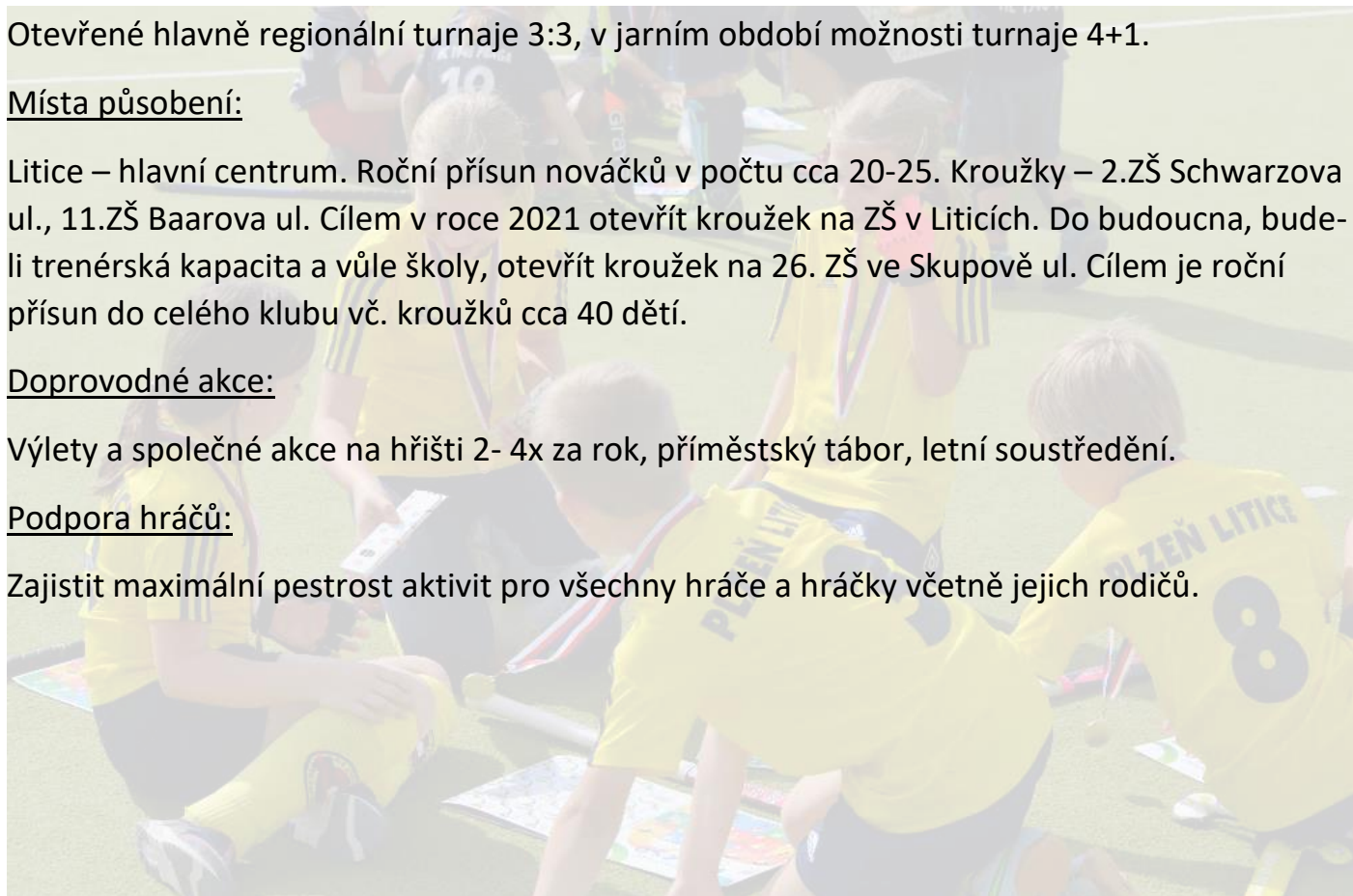
Litice – hlavní centrum. Roční přísun nováčků v počtu cca 20-25. Kroužky – 2.ZŠ Schwarzova ul., 11.ZŠ Baarova ul. Cílem v roce 2021 otevřít kroužek na ZŠ v Liticích. Do budoucna, bude-li trenérská kapacita a vůle školy, otevřít kroužek na 26. ZŠ ve Skupově ul. Cílem je roční přísun do celého klubu vč. kroužků cca 40 dětí.

Doprovodné akce:

Výlety a společné akce na hřišti 2- 4x za rok, příměstský tábor, letní soustředění.

Podpora hráčů:

Zajistit maximální pestrost aktivit pro všechny hráče a hráčky včetně jejich rodičů.



Přípravka U10

Cíl:

Zlatý věk motoriky a rozvoje některých tělesných schopností – nepropást jej a maximálně podpořit. První zápasové parametry, podporovat herní rotaci, univerzálnost.

Podstatné:

Zaměření tréninků na pestrost techniky, v tomto věku se rodí základ techniky do budoucna, stále rozvoj sportovních dovedností, pohybových schopností se zaměřením především na obratnost, rychlost a přirozenou sílu. Zachování dětsky pestrého tréninku s jednoduchými prvky průpravných a herních cvičení, stále důležitost všech forem hry.

Kritický moment:

Vhodné formy nácvičení techniky, nalézt správný poměr mezi pilováním a hraním, dbát na správnou metodiku herních činností jednotlivce. Najít maximum prostoru pro rozvoj hráčů, kteří jsou v této kategorii mnoha výkonnostních úrovní.

Trénink:

Trénink 2x týdně, na tým trenér a asistent, možnost využití gymnastického a atletického trenéra. Vhodný druhý sport pro rozvoj dovedností, schopností, herního a sportovního myšlení.

Zápasy, turnaje:

Systém celostátních turnajů, doplněné o regionální s kroužky. Herní zatížení turnajem 1x za 14 dnů.

Místa působení:

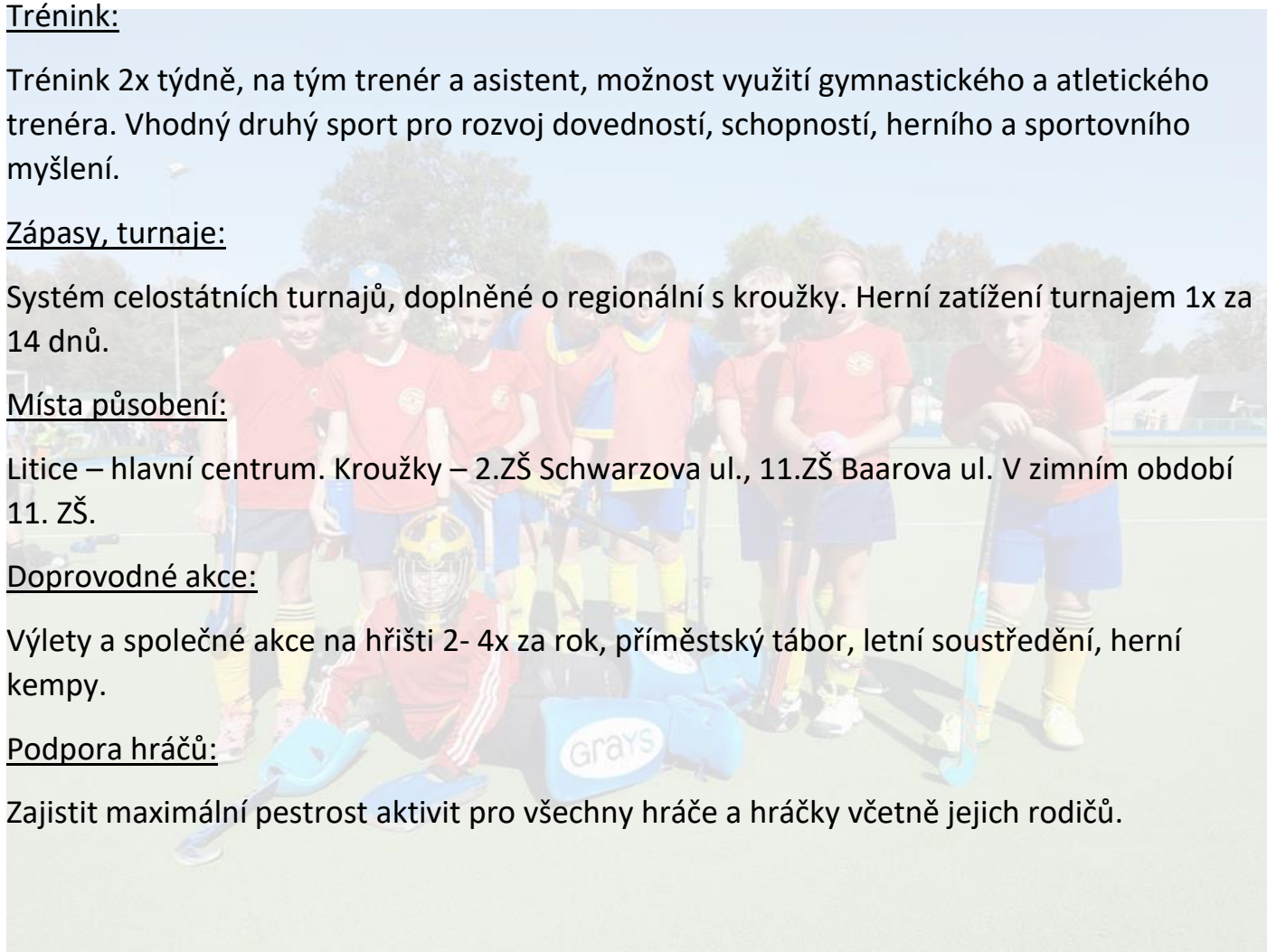
Litice – hlavní centrum. Kroužky – 2.ZŠ Schwarzova ul., 11.ZŠ Baarova ul. V zimním období 11. ZŠ.

Doprovodné akce:

Výlety a společné akce na hřišti 2- 4x za rok, příměstský tábor, letní soustředění, herní kempy.

Podpora hráčů:

Zajistit maximální pestrost aktivit pro všechny hráče a hráčky včetně jejich rodičů.



Mladší žactvo

Cíl:

Pro tuto kategorii podporovat zápal a radost hráčů z hokeje. Zapáleným dávat možnost rozvíjet se hráčsky, kamarádsky, týmově - nabídka kempů, soustředění, hra za vyšší kategorie, pomoc při pískání ...

Podstatné:

Rozvoj rychlosti a zápalu pro hru, snaha o provádění činností co nejvíce v pohybu, v rychlosti a nalézání automatismů v řešení situací 3,2:1. Individuální trénink brankářů.

Kritický moment:

Velký rozkol v úrovni, neb až do mladších žáků jde většinou stále o průřez všech dětí, které oddílem prošly. Tím pádem je nutné udržení rozvoje šikovných (zde největší progres) a stále se snažit ovlivňovat rozvoj dětí, které z různých důvodů nemají sportovní výkonnost na vyšší úrovni. Citlivé přechodové období v pojetí tréninku z hravého do sportovního.

Trénink:

Trénink 3x týdně, na tým trenér a asistent, vedoucí týmu, možnost zapojení gymnastického a atletického trenéra.

Zápasy:

Odehrání za letní a zimní sezónu porci 20-30 utkání vč. přípravných turnajů. Vhodnost zahraničního turnaje.

Místa působení:

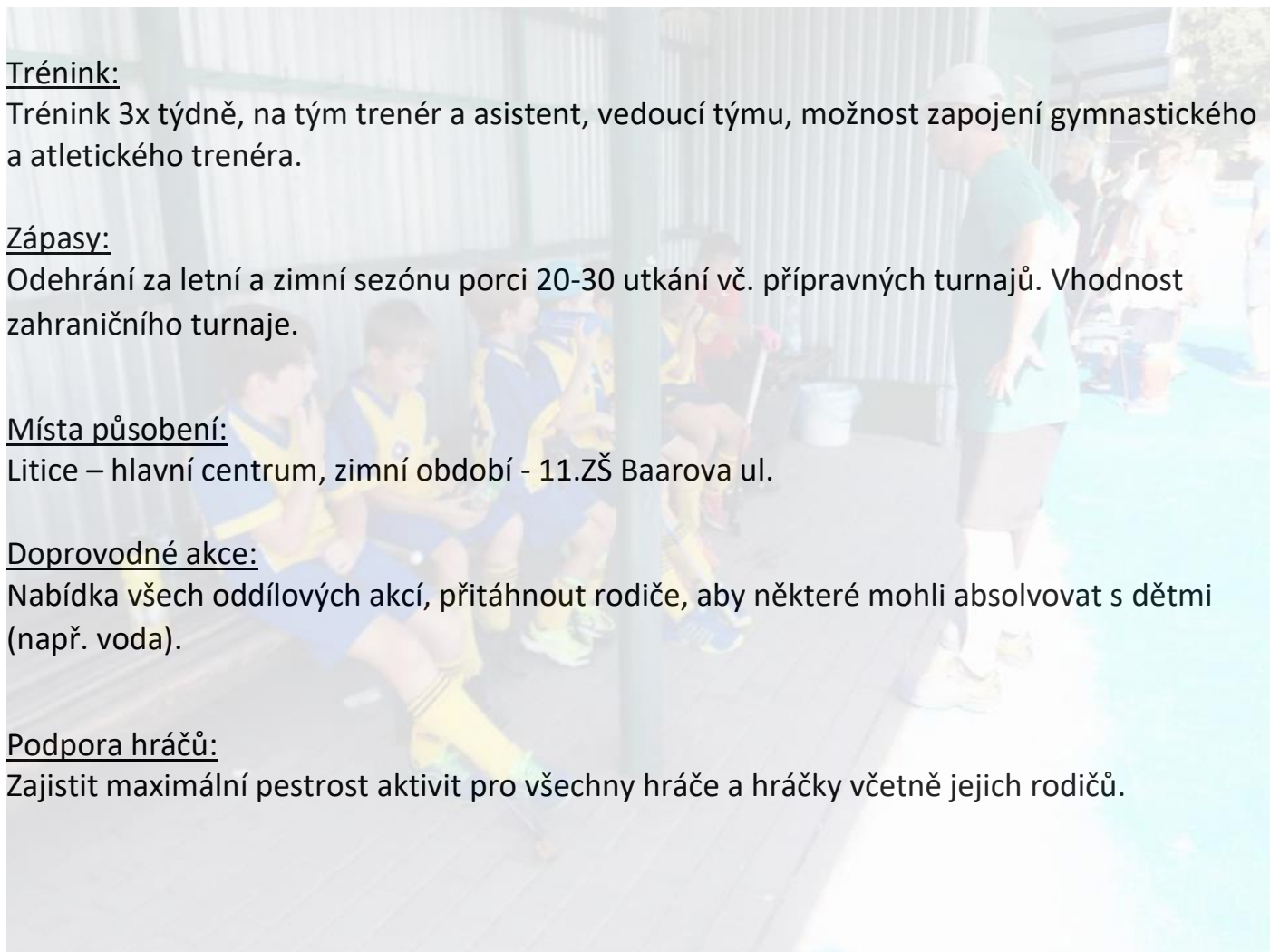
Litice – hlavní centrum, zimní období - 11.ZŠ Baarova ul.

Doprovodné akce:

Nabídka všech oddílových akcí, přitáhnout rodiče, aby některé mohli absolvovat s dětmi (např. voda).

Podpora hráčů:

Zajistit maximální pestrost aktivit pro všechny hráče a hráčky včetně jejich rodičů.



Starší žactvo U15

Cíl:

Nepřecenit výsledky nad rozvojem každého poctivého hráče, ideální věková kategorie pro rozvoj sociálních vztahů, party. Tomu přizpůsobit skladbu činností v roce. Udržet radost ze hry.

Podstatné:

Skladbu již sportovního pojetí tréninku postupně směřovat k zvládnutí herních cvičení, průpravných her. Tlak na kombinační hru, podpořenou individuální technikou – musí si mít stále právo zkoušet 1:1 s doporučením v jakých prostorech a situacích.

Kritický moment:

Nepřecenit taktické prvky nad individuální zkoušky schopností, ofenzivní živelnost hry, motivovat kombinační styl hry v těžkých prostorech. Stále preferovat rotaci sestavou, jen v menším rozsahu.

Trénink:

Trénink 3x týdně, na tým trenér a asistent, vedoucí týmu. Zapojení kondičního trenéra.

Zápasy, turnaje:

Odehrání za letní a zimní sezónu porci 30-40 utkání vč. přípravných turnajů. Vhodnost zahraničního turnaje.

Místa působení:

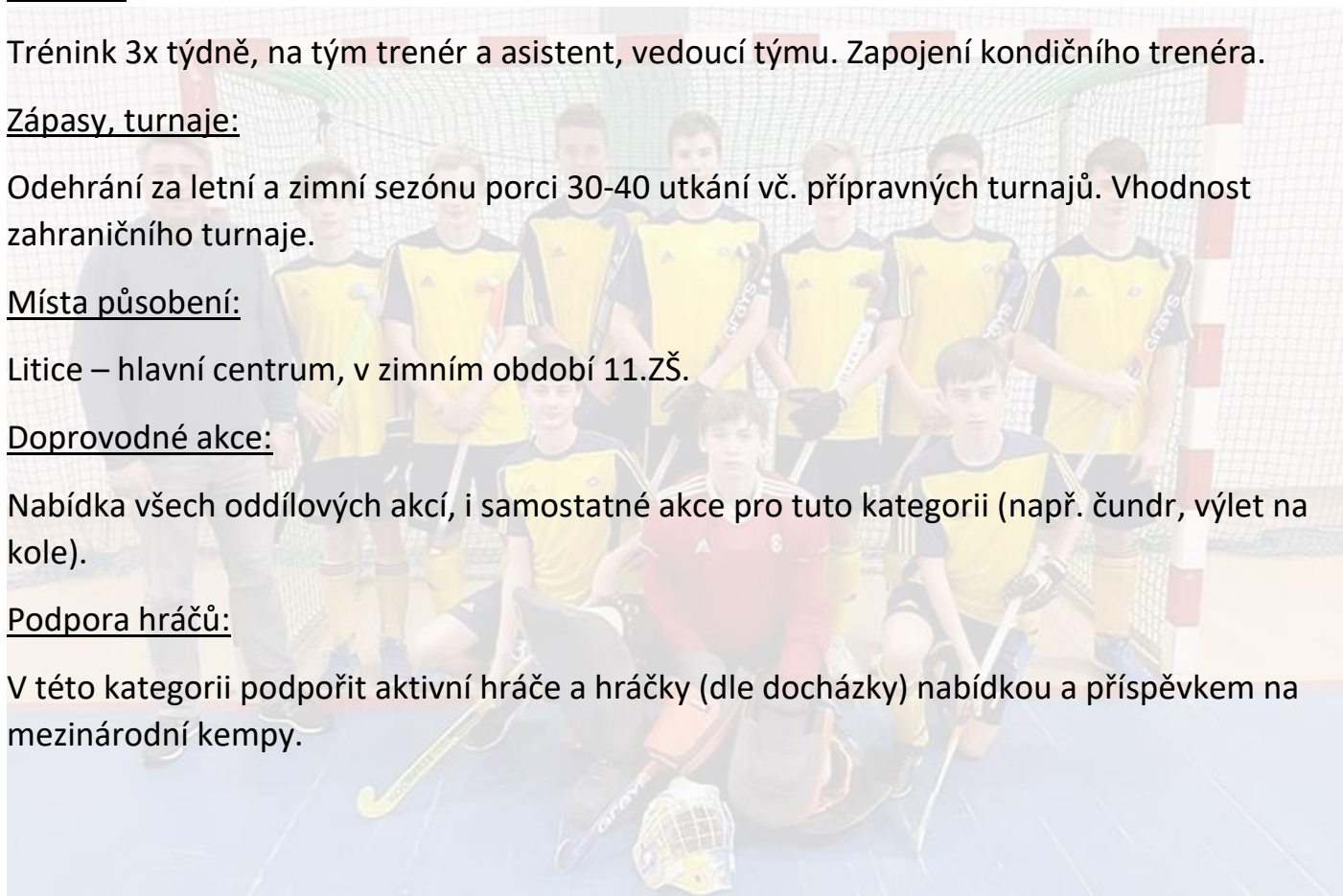
Litice – hlavní centrum, v zimním období 11.ZŠ.

Doprovodné akce:

Nabídka všech oddílových akcí, i samostatné akce pro tuto kategorii (např. čundr, výlet na kole).

Podpora hráčů:

V této kategorii podpořit aktivní hráče a hráčky (dle docházky) nabídkou a příspěvkem na mezinárodní kempy.



Dorosty U18

Cíl:

Vychovat a udržet dorosty u sportu nejen v tento čas, ale na celý život. Přivést je ke zdravému životnímu stylu (základní stravovací návyky, pohyb atd.). Připravit je na poslední krok do dospělého hokeje. Začít je připravovat na herní role. Přiměřený tlak na výsledky. Spíš dbát na jejich projev na hřišti, aby se hokejem bavili, měli dobrý pocit z užití hry a z přehrávání soupeřů. Preference kombinační hry, než založení hry na jednotlivcích.

Podstatné:

Zaměření tréninků na stálém zlepšování základní techniky a tu dostávat do maximální úrovně, provádět ji v co nejvyšší rychlosti, rozvoj dalších sportovních dovedností (komplexnost), trénování rozdílových dovedností (3D kličky opět v co nejrychlejší běhu, střelba úderem ze sprintu, střelba argentinou z běhu). Vnímání prostoru, role při jednotlivých herních situacích.

Kritický moment:

Nedostatečná úroveň základních dovedností, nedostatečná úroveň pohybových dovedností, nedostatečná taktická vybavenost.

Trénink:

Trénink 3x týdně, na tým trenér a asistent, vedoucí týmu, kondiční trenér 2x týdně.

Zápasy, turnaje:

Odehrání za letní a zimní sezónu porci 30-40 utkání vč. přípravných turnajů, vhodný zahraniční turnaj v pozemním i halovém hokeji.

Místa působení:

Litice – hlavní centrum, zimní období 11.ZŠ.

Doprovodné akce:

Výlety a společné akce na hřišti 2- 4x za rok, letní soustředění, zimní soustředění...

Podpora hráčů:

V této kategorii podpořit aktivní hráče a hráčky (dle docházky) nabídkou a příspěvkem na mezinárodní kempy, zajištění výhodné rehabilitace, fyzioterapie atp.