

Prezentace činnosti TMK ČBaS v letech 2017 - 2020



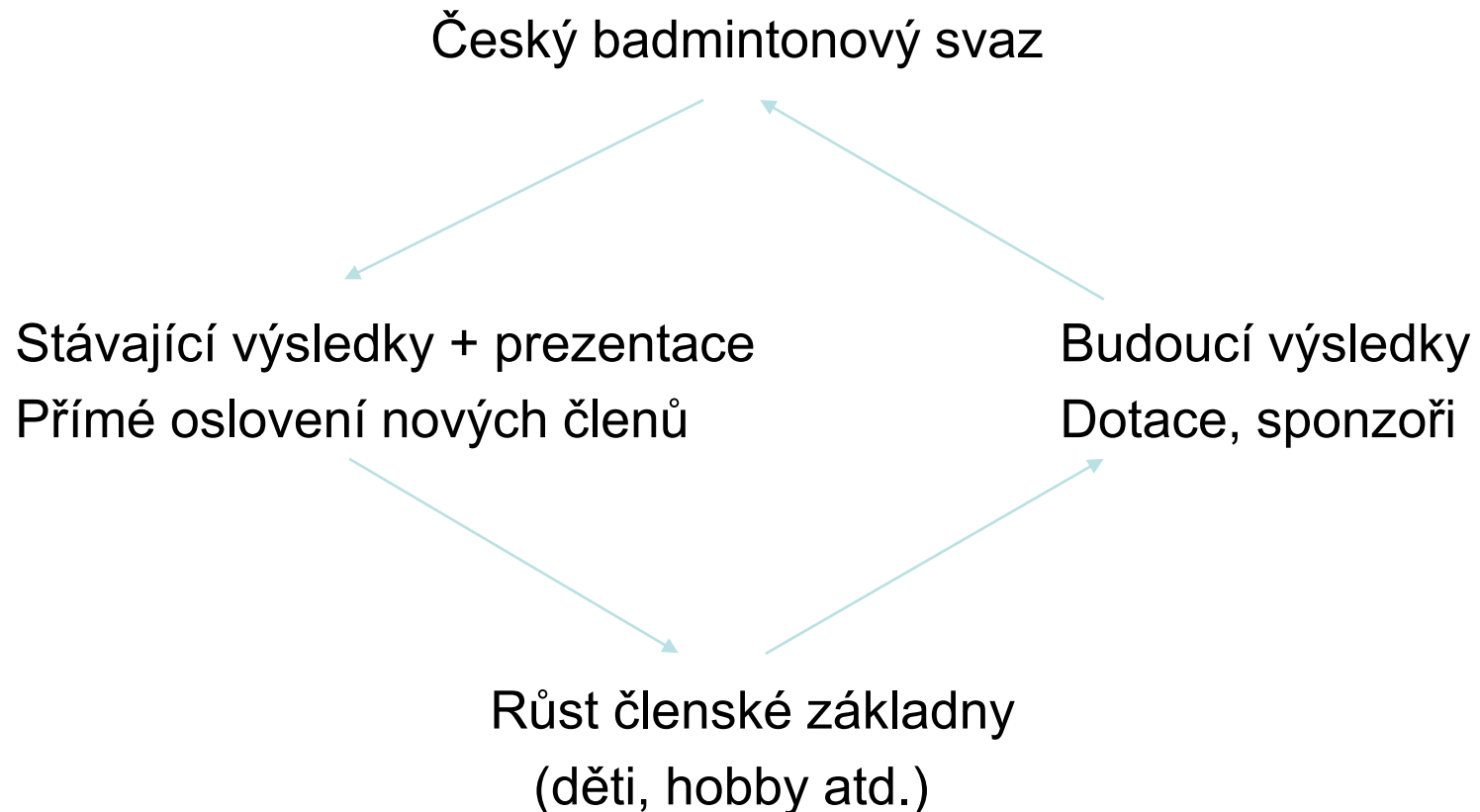
Motto

- TMK = 6.000 členů ČBaS („Jedno srdce, jeden tým, jeden cíl“)
- Kvalita provedení odlišuje dobré od lepšího a lepší od nejlepšího.

Základní mechanismus č. 1



Základní mechanismus č. 2



Shrnutí základních mechanismů

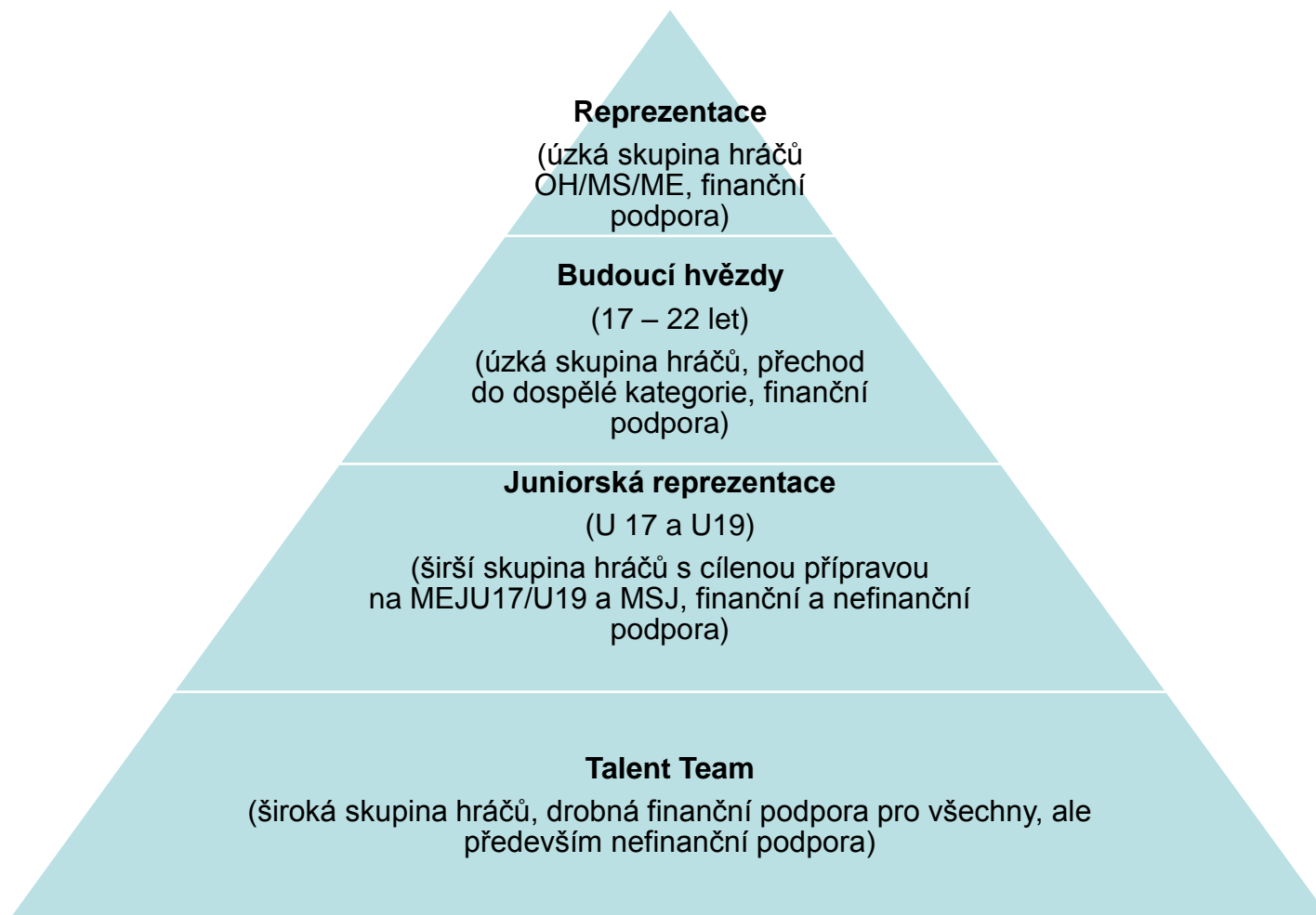
- **Základní cíle**

- Účast a úspěch českých badmintonistů na vrcholných akcích
- Růst členské základny
- Výchova kvalitních trenérů

- **Základní prostředky**

- Podpora hráčů (finanční / nefinanční)
- Zlepšování trenérské činnosti (zlepšení obecných principů, od obecného ke speciálnímu, technika a rychlost)
- Práce s dětmi/juniorskými hráči
- Růst členské základny (spolupráce s MK)

Myslíme na současnost



Myslíme na budoucnost – trenéři/metodika

- Příprava v cyklech
 - Makrocyklus: OH/MS/ME
 - Mezocyklus: dílčí vrcholy
 - Mikrocyklus s příslušným počtem tréninkových jednotek (TJ)
- Důraz na techniku a rychlost
- Práce s mládeží
- Vzájemná kooperace
- Deset zlatých pravidel
 - rytmus pohybu / první krok / příprava rakety na úder / malý kurt / nejsou čtyři rohy / každá disciplína se hraje jinak / badminton = hra chyb / tvrdě nebo měkce / „úkoly na kurtu“ atd.

Myslíme na budoucnost – práce s dětmi

- Důraz na techniku a rychlost
- Neexistují zkratky:
 - série turnajů v minibadmintonu (zejm. U9/U11)
 - přiměřený počet turnajů/zápasů/disciplín vzhledem k věku, podstatné je, aby dítě umělo badminton
 - Plánování v cyklech a principech třetin: slabší/rovnocenní/silní
- Rozvoj dovedností přiměřeně věku:
 - 6 – 9 let: koordinace, cit pro míč, využití věku učení, minabadminton
 - 9 – 11 let: rozvoj rychlosti, vysoká kvalita základů (základní dovednosti)
 - 11 – 13 let: Fixování dovedností a zdokonalování, taktika, regenerace
 - 13 – 16 let: komplexní zvládnutí techniky úderů a pohybu, fyzická příprava
 - 16 – 18 let: příprava na vrcholový badminton, „ladění detailů“

Národní badmintonové centrum

- Testovací režim – podzim 2017
 - Pravidelná rotace kempů (dospělí/U17/TT)
 - Výhody: Nejlepší s nejlepšími, koncentrace na badminton
- Zkušební režim – jaro 2017
 - Delší kempy + hledání stálého trenéra/budování odpovídajícího zázemí a servisu
- Režim plného provozu – od podzimu 2018 (if...)
 - Reprezentanti s přípravou na vrcholy (5/6 hráčů) s trenérským vedením
 - Pravidelné pobyty juniorských reprezentantů
 - Krátké kempy hráčů TT
 - Postupné zapracování nových hráčů

Složení týmu TMK

- Předseda TMK – „nositel myšlenek“
- Koordinátor činnosti TMK – „hlavní výkonná jednotka“
- Vedoucí reprezentace – „šéftrenér“
- Metodik (metodická komise) – komplexní příprava teoretické části + školení trenérů
- Trenérské zajištění:
 - šéftrenér
 - juniorská reprezentace
 - TT
- Externí spolupracovníci (fyzioterapeut, masér, kondiční trenér, výživový poradce, psycholog/psychokouč, Centrum sportovní medicíny atd.)

Děkuji Vám za pozornost.

