



SPORTOVNÍ CENTRUM

- Určeno pro hráče U16 – U19
- Společný tréninkový proces dle klubové koncepce
- Doplnkové tréninky PILATES – BOJOVÉ SPORTY-
ATLETIKA
- Dbáno na rozvoj síly dle nastaveného programu STACA

SKUPINA TALENT

- Určeno pro talentované hráče U16 – U19
- Každý týden dopolední TJ se zaměřením na individuální techniku, prevence, rychlost, technika běhu, strečink, sílu
- Každý týden odpolední TJ se zaměřením na stabilitu, mobilitu, sílu

ROZŠÍŘENÁ VÝUKA VE ŠKOLE

- 8 hodin týdně navíc
- Upravený školní rozvrh umožňující dopolední tréninkovou činnost v rozsahu:
 - 2 hod. týdně klasická TV
 - 3 hod. týdně rozšířená TV
 - 3 hod. týdně kroužky
 - + 1h navíc teorie
- **NÁPLŇ HODIN** – plavání, míčové a pohybové hry, gymnastika, dynamická síla, core, úpoly, kompenzační cvičení, atletická příprava, indiv. technika a taktika, psychologie, stravování, kultura osobnosti (individualita, silný zdravý jedinec)



PROVOZNÍ ZABEZPEČENÍ

- INTERNÁT
- VOŠ, SŠ, COP Sezimovo Ústí
- SPORTOVIŠTĚ
 - Viktoria Tábor (tráva), Svěpomoc (tráva), SC PETA (fitness tréninky), Soukeník (od léta 2017 centrum SCM – tráva, UMT, mini UMT, vzdělávací místnost, místnost pro protahování)
 - TZMT: bazén, wellness
 - Hotel DRS: posilovna, regenerace, PILATES



SPOLUPRÁCE SE ŠKOLAMI

VOŠ, SŠ, COP Sezimovo Ústí

- Jeden maturitní obor (Ekonomika a podnikání – řízení sportu)
- Dva učební obory (Obrábeč kovů, Operátor skladování)
- Upravený školní rozvrh umožňující dopolední tréninkovou činnost
- Výuka sportovní specializace v úzké spolupráci s FCT

Soukromé Gymnázium Tábor

SPŠ Tábor

Zemědělská škola Tábor

Střední škola obchodu, služeb a řemesel a Jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky, Tábor

Obchodní akademie Tábor

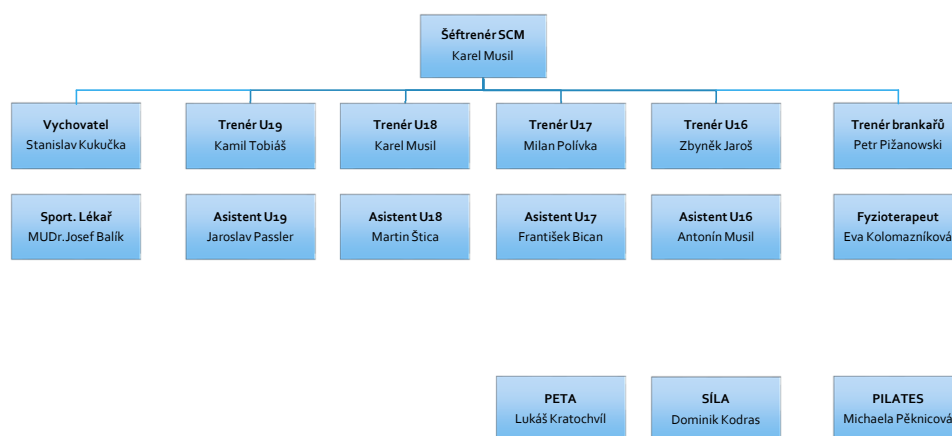
UBYTOVÁNÍ

- Internátní ubytování v rámci COP
- Vychovatelé z řad FCT
- Využití sportovišť v areálu: hala, posilovna, kurty, atletická dráha, hřiště

NÁPLŇ PRÁCE SCM

- DŮRAZ NA ROZVOJ HRÁČE V KOMPLEXU OSOBNOSTI
- VYCHOVANOST = je to, jak se naši svěřenci chovají když je nevidíme...!
- POKORA, POCTIVOST, PŘÍSTUP, PRECIZNOST, POZITIVNÍ PŘÍSTUP
OBĚTAVOST, OCHOTA, ODOLNOST, ODHODLANOST
- DBÁT NA ORGANIZACI A OBSAH (NÁSLEDNÁ EVIDENCE TD)
- SPOLEČNÉ NASTAVENÍ ZÁKLADNÍCH PRAVIDEL CHOVÁNÍ, VYŽADOVAT JEJICH
DODRŽOVÁNÍ, JÍT A BÝT PŘÍKLADEM...!

PERSONÁLNÍ OBSAZENÍ



PROGRAM TÝDNE

	8 – 10 hod.	10 – 12 hod.	12 – 14 hod.	14 – 16 hod.	16 – 18 hod.	Různé
Pondělí					TJ U16 – U19	
Úterý	Sk. TALENT / sudý týden /				TJ U16 – U19	TJ brankaři
Středa	Sk. TALENT / lichý týden /			Sk. TALENT	TJ U16 – U19	
Čtvrtek				Sk. TALENT	TJ U16 – U19	
Pátek					TJ U16 – U19	
Sobota		Utkání U16 a U18				
Neděle		Utkání U17 a U19				

PRAVIDLA SLEDOVÁNÍ PROSPĚCHU

- Prospěch žáka je kontrolován určenými členy realizačního týmu jednou týdně
- Kontroluje se prospěch, zejména špatné známky (4, 5), zapomínání věcí na výuku (zapomínání DÚ, ŽK atd.) a přestupky chování (poznámky, třídní důtky, ředitelské důtky)
- Trenér a třídní učitel posoudí nutnost studijního volna na úkor sportovní přípravy a dají toto na vědomí rodičům

NADSTANDARDNÍ PÉČE

- TRÉNINKOVÝ PROCES
- U kategorie U₁₉,U₁₇,U₁₆ 1 profi trenér + asistent
- Profi trenér gólmanů
- Zajištění fyziologických služeb (případně účast v TP)
- Kompletní tréninkové a vycházkové oblečení NIKE
- K dispozici re-kondiční místnost (regenerace, strečink, síla)

LÉKAŘSKÁ PÉČE

- Fyzioterapeut – úrazy, prevence, měření, léčba...
- Přeměňování disbalancí
- Léčba akutních problémů
- Měření srdeční frekvence
- Úzká a plnohodnotná spolupráce s lék. zařízeními v TÁ (NEMTA, MUDr. Balík...)

STRAVOVACÍ REŽIM

- Doporučený režim stravování dle vypracované koncepce
- Hráči v internátu: 3 x hlavní jídlo a 2 x svačina
- Připravená suplementace a pitný režim před, během a po TJ