RFA Olomouckého kraje

7. 3. 2019 Divadlo na Šantovce

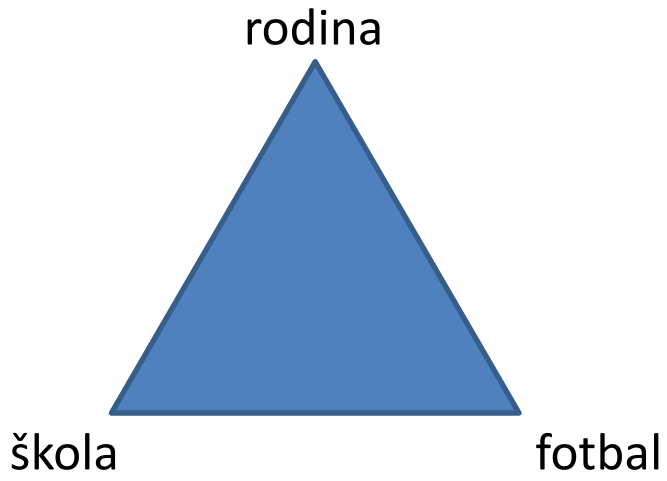
Představení projektu

Klíčové body

1) Současný stav mládeže v ČR
2) Představení projektu
3) Provozní zabezpečení Akademie
4) Nadstandardní péče
5) Personální obsazení
6) Členský příspěvek
7) Předvýběr talentů pro Akademii

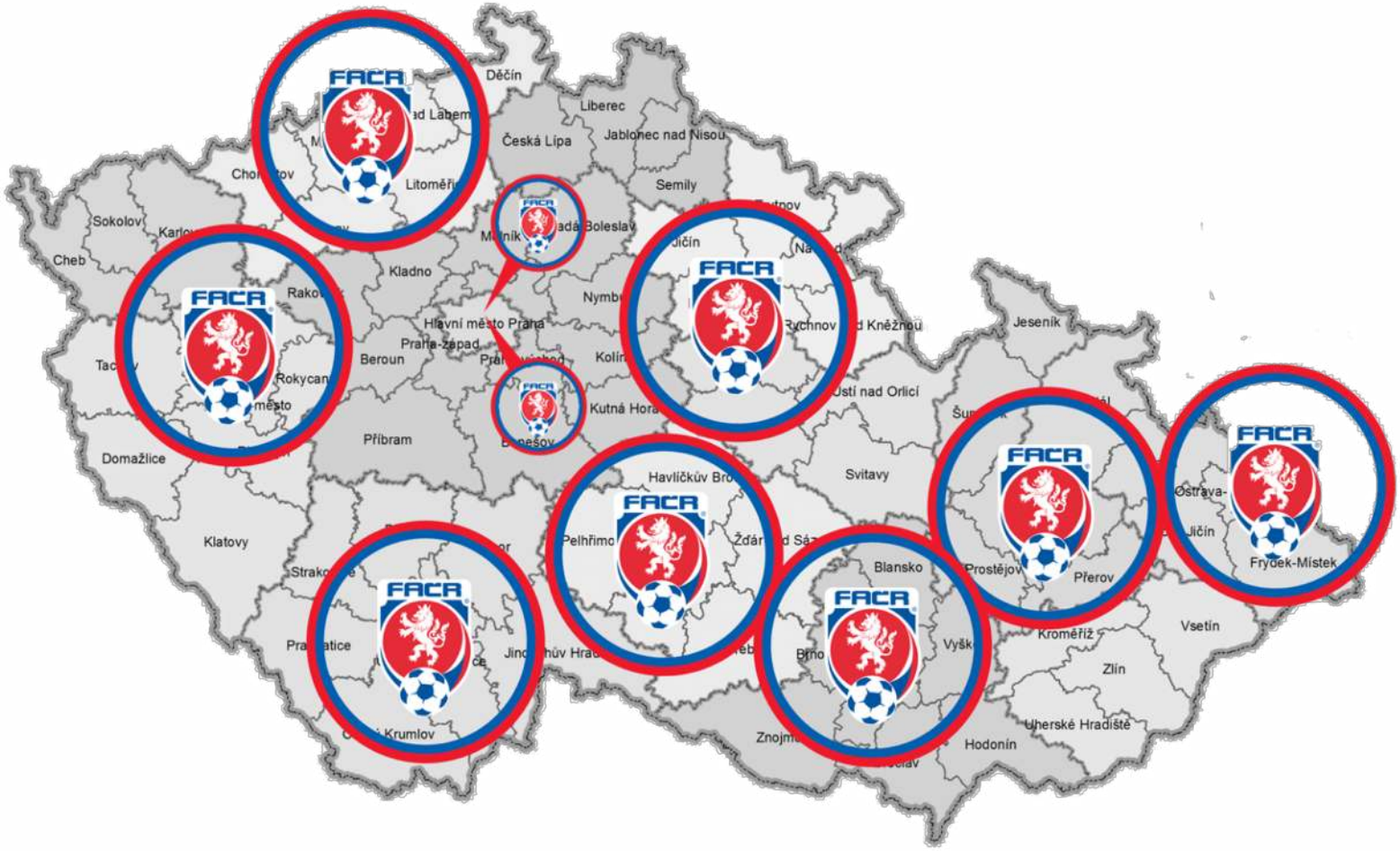
SOUČASNÝ STAV MLÁDEŽE V ČR

- Zanedbaná všeobecná pohybová průprava
- Celospolečenský projekt = vychovat komplexního mladého sportovce
- Symbióza



PŘEDSTAVENÍ PROJEKTU AKADEMIE

- Určena pro výběr hráčů U14 a U15 (max. 25 hráčů na kategorii)
- Společný vzdělávací a tréninkový proces
- Od pondělí do čtvrtka trénink v rámci Akademie pod dohledem trenérů dosazených FAČR
- V pátek trénink v mateřském klubu + víkendové mistrovské utkání
- Možnost ubytování na internátu
- Upravený stravovací režim pro sportovce


Děčín
Liberec
Česká Lípa
Jablonec nad Nisou
Semily
Litoměřice
Sokolov
Cheb
Kladno
Jičín
Hlavní město Praha
Praha-západ
Beroun
Kolín
Kutná Hora
Příbram
Domažlice
Klatovy
Havlíčkův Brod
Pelhřimov
Svitavy
Ústí nad Orlicí
Jeseník
Blansko
Prostějov
Přerov
Ostrava-
Jičín
Frýdek-Místek
Vsetín
Zlín
Kroměříž
Uherské Hradiště
Hodonín
Znojmo
Krumlov

ROZŠÍŘENÁ VÝUKA TĚLOCVIKU

- Rozšířená sportovní výuka na **8 hodin** týdně
- Z toho 2 hodiny formou **tělesné výchovy**, 3 hodiny formou **rozšířené výuky** a 3 hodiny formou **kroužků**
- 1 hodina **teorie fotbalu**
- **Náplň výuky**: plavání, míčové hry, gymnastika, dynamická síla, core trénink, úpoly, kompenzační cvičení, atletická průprava, individuální technika, psychologie, stravování a taktická příprava
- **Po, Út, St** – fotbalový trénink v odpoledních hodinách

PROVOZNÍ ZABEZPEČENÍ AKADEMIE

1. INTERNÁT

- Domov mládeže při Střední škole logistiky a chemie

2. ZÁKLADNÍ ŠKOLA

- ZŠ Olomouc, Heyrovského 33

3. TRÉNINKOVÉ CENTRUM

- Plochy při ZŠ, Sportcentrum Nové Sady, AC BALUO



NADSTANDARDNÍ PÉČE

TRÉNINKOVÝ PROCES

- U každé kategorie 2 profesionální trenéři + 1 asistent
- Profesionální trenér brankářů
- Kompletní tréninkové a vycházkové oblečení značky PUMA
- Denní zajištění fyzioterapeutických služeb
- Metodika tréninku řízena FAČR – návaznost na reprezentace

Tréninkové a vycházkové oblečení PUMA





NADSTANDARDNÍ PÉČE

LÉKAŘSKÁ PÉČE

- Stálá přítomnost fyzioterapeuta – úrazy, prevence, přeměřování, léčba akutních stavů
- Dva dny v týdnu navíc přítomen zastřešující fyzioterapeut
  - Přeměřování dysbalancí
  - Léčba akutních problémů
  - Měření srdeční frekvence
  - Přeměřování tělesného složení pomocí IN-Body
- Spolupráce s ReFit Clinic



NADSTANDARDNÍ PÉČE

STRAVOVACÍ REŽIM

- Upravený výživovým specialistou pro sportovce
- Hráči na internátu: 3 hlavní jídla a 2 svačiny
- Dojíždějící hráči: stejné zajištění pouze bez večeře a druhé večeře
- Suplementace a pitný režim před, během a po tréninkové jednotce
- Upravený režim vydávání obědů a večeří
- Oběd pro akademické hráče = 1,5 násobek běžné porce

NADSTANDARDNÍ PÉČE

PÉČE PSYCHOLOGA



- Hlavní psycholožka PhDr. Marta Boučková
- Při vstupu do akademie osobnostní screening
- Pozorování reakce dětí na zátěž
- Učení relaxace a sebepoznání
- Klíčový faktor úspěšného sportovce

= **mentální připravenost**

ČLENSKÝ PŘÍSPĚVEK

- Měsíční příspěvek – 1 000 Kč
- Správcem fondu – Nadační fond Regionální fotbalové akademie Olomouckého kraje
- Vybírá se pouze ve školních měsících – září až červen

VÝBĚR ROČNÍKU 2006

21. 3. – 1. finálový výběrový trénink (Heyrovského)

28. 3. – 2. finálový trénink (Nové Sady)

4.–5. 4. – finálový kemp (Prostějov)

11. 4. – 3. finálový trénink (Heyrovského)

15. 4. 2019 finální výběr **U14 RFA**

Olomouckého kraje akademického ročníku 2019/2020

Co dál?

2028



2030



2039

ZÁVĚR

Dotazy? ☺

Mgr. Jakub Beneš – rfa.olomouc@fotbal.cz, 734 866 050

Martin Kotůlek – kotulek.akademie@gmail.com, 604 836 672

Kde nás najdete?

www.rfaolomouc.cz

Regionální fotbalová akademie Olomouckého kraje

rfaolomouc

Máme společný cíl?

DĚKUJEME ZA POZORNOST

7. 3. 2019 Divadlo na Šantovce