



fotbalové kluby

GRASSROOTS TRENÉR MLÁDEŽE FAČR

- 14 krajských a 80 okresních GTM pro spolupráci s kluby
- Rozvoj a podpora neprofesionálního fotbalu v ČR
- Ukázkové tréninky dětí a mládeže, Létající týmy trenérů
- Organizace turnajů mládeže v rámci filozofie FAČR
- Vzdělávání, inspirace a konzultace pro trenéry a rodiče
- Spolupráce při organizaci náborových akcí
- Rozšiřování a udržení členské základny klubů
- Nastavení spolupráce se základními a mateřskými školami
- Ukázkové hodiny tělesné výchovy v ZŠ a MŠ
- Vzdělávání, inspirace a konzultace pro učitele(ky) TV
- Spolupráce při organizaci školních soutěží
- Rozvoj klubů, licenční systém neprofesionálních klubů
- Vzdělávání trenérů v rámci licencí C a UEFA B
- Vzdělávání a konzultace v rámci licence Grassroots leader
- Organizace akcí pro neregistrovanou mládež
- Výběr talentovaných hráčů do výběru OFS a KFS
- Podpora sociálních projektů
- Výběr hráčů do Regionální fotbalové akademie



JMÉNO A PŘÍJMENÍ

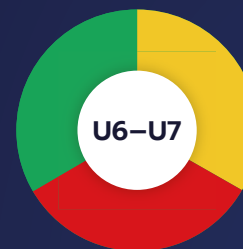
E-MAIL

KRAJ / OKRES

TELEFON

OBSAH TRÉNINKU MLÁDEŽE

OBSAH TRÉNINKU MINI PŘÍPRAVKY U6–U7

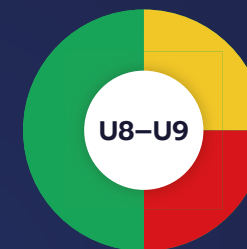


33% hry a cvičení 1:1, 2:2, 3:3

33% všeobecný pohybový rozvoj (rychlost, koordinace, síla, obratnost)

33% zábavná cvičení a hry s míčem i bez

OBSAH TRÉNINKU MLADŠÍ PŘÍPRAVKY U8–U9

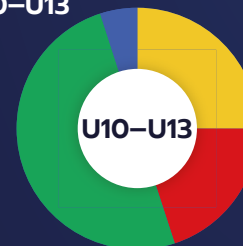


50% hry a cvičení 1:1, 2:2–4:4

25% všeobecný pohybový rozvoj (rychlost, koordinace, síla, obratnost)

25% zábavná cvičení a hry s míčem i bez

OBSAH TRÉNINKU STARŠÍ PŘÍPRAVKY A MLADŠÍ ŽÁCI U10–U13



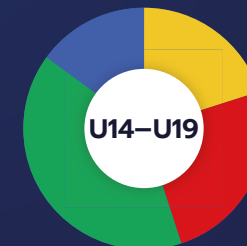
50% hry a cvičení 2:2–4:4, 4+1, 5+1

20% všeobecný pohybový rozvoj (rychlost, koordinace, síla, obratnost)

25% individuální činnost s míčem, včetně 1:1

5% kompenzační cvičení a strečink (možno začít od U9)

OBSAH TRÉNINKU STARŠÍ ŽÁCI A DOROST U14 – U19



40% průpravné hry

25% herní cvičení

20% průpravná cvičení

15% pohybové schopnosti, kompenzace



můj první gól



můj první gól

měsícnáborů



nabory.mujprvnigol.cz

Měsíc náborů je série akcí orientovaných na seznámení dětí s fotbalem. Tyto akce jsou realizovány ve dvou hlavních náborových měsících – v září a květnu. V průběhu května 2019 se po celé České republice koná hned několik desítek náborových akcí s podporou FAČR. Mladí začínající sportovci a sportovkyně si mohou vyzkoušet pestré pohybové aktivity a samozřejmě si zahrát také fotbal. Mnozí tak možná vsílí svůj první gól.

škola v pohybu



skoly.mujprvnigol.cz

Škola v pohybu je projekt zaměřený na podporu pohybových aktivit v mateřských a základních školách. Fotbalová asociace České republiky nabízí návštěvy trenérů mládeže, kteří mohou inspirovat pedagogy novými prvky se zaměřením na všeobecnou pohybovou přípravu a organizační hodiny. Hravou formou je také rozvíjena kreativita dětí, protože pohybové aktivity jsou na to vynikající prostředek. Rozvíjí se také emoční vazba k pohybu a sportu.

trénuj fotbal

Projekt Můj první gól pomáhá trenérům a rodičům se správným metodickým vedením tréninků, ale také rozvíjet individuální fotbalové dovednosti začínajících mladých fotbalistů a fotbalistek. Pilíř Trénuj přináší trenérům a rodičům metodické video pro kategorie přípravek, k dispozici je i série instruktážních videí, jejichž obsah je uzpůsoben trénování bez náročného využití pomůcek či tréninkových ploch.



trenuj.mujprvnigol.cz

strava fotbalistů

Strava fotbalistů přináší rodičům a malým fotbalovým nadějím osvětu o správné výživě. Ta má totiž výrazný vliv nejen na sportovní výkony, ale i na fotbalistův každodenní život. Projekt FAČR si klade za cíl přispět ke zvýšení povědomí o důležitosti správně nastavené výživy dětí s důrazem na začínající fotbalisty a fotbalistky. Vzdělávací videa jsou určena dětem i rodičům, protože právě oni vytvářejí první a zároveň dlouhodobé stravovací návyky svých ratolestí.



strava.mujprvnigol.cz

fotbalové kluby

Pilíř Fotbalové kluby navazuje na licenční systém neprofesionálních klubů FAČR a představuje kluby, jejichž práce s mládeží je na vynikající úrovni.



kluby.mujprvnigol.cz

JAK USPOŘÁDAT NÁBOROVOU AKCI?

měsícnáborů

- Zvolte místo, termín a čas akce
- Zajistěte organizační tým
- Kontaktujte místní a blízké MŠ a ZŠ s pozvánkou k účasti dětí
- Kontaktujte GTM vašeho kraje a okresu
- Zpropagujte akci na webu klubu, nástěnkách, v základních a mateřských školách, v místních médiích a sdělovacích prostředcích
- Připravte si schéma akce, přidejte role patronům, zajistěte fotografa a kameramana, nakupte občerstvení pro děti
- Pozvěte případné hosty (známé osobnosti, starosta obce, atd.)
- Zajistěte ozvučení a moderátora pro lepší atmosféru akce
- Připravte si i variantu akce v případě nepříznivého počasí, pokud je to možné



LICENČNÍ SYSTÉM NEPROFESIONÁLNÍCH KLUBŮ



HODNOCENÁ KRITÉRIA

1. ÚDAJE O KLUBU
2. SOUTĚŽE
3. POČET HRÁČŮ
4. TRENÉŘI
5. INFRASTRUKTURA
6. AKCE A AKTIVITY
7. SPOLUPRACUJÍCÍ SUBJEKTY



- Povinnost vyplnění vždy alespoň 1* za rok, nejdříve 1. 7. v daném ročníku
- Vyplnit údaje může administrátor klubu v rámci IS systému FAČR
- Celoroční možnost aktualizace vložených údajů
- Platnost certifikátu do 30. 6. daného ročníku

ZELENÁ KARTA RESPEKT



Hrajeme si pro budoucnost

Drazí dospělí,
máme velkou radost, že jste se na nás dnes přišli podívat.

Dnes je náš den,
kdy chceme ukázat, co všechno jsme se v tréninku naučily.

Každý z nás chce vyhrát,
ale i kdyby se nám to dnes nepovedlo, nic se přeci neděje.
Pro nás je hlavní prožitek a radost ze hry.

Nechte nás prosím hrát,
je to naše utkání, naše hra a i chyba, kterou uděláme, nás může naučit něco nového.
Povzbuzujte, fanděte, ale prosíme Vás, neradte a nekritizujte.

Děkujeme!
VAŠE DĚTI



VYUŽITÍ: klubový web, rodiče, hřiště, atd...

ZELENÁ KARTA RESPEKT



Desatero dětí pro rodiče a fanoušky

- 1 Fanděte a povzbuzujte
- 2 Bavte se s námi, fotbal je hra, ne válka
- 3 Oceňujte naše dovednosti, ale hlavně snahu
- 4 Nenadávejte a neradte nám kříklem, co máme na hřišti dělat. Radí nám trenér
- 5 Pomáhejte nám, abychom se zlepšovali
- 6 Respektujte naše soupeře i jeho fanoušky
- 7 Hlavní cíl není vítězství, ale radost ze hry
- 8 Zatliskejte i soupeři, který se snažil a hrál fair play. Ať už vyhrál, nebo prohrál
- 9 Nenadávejte rozhodčímu, když udělal chybu. I on nám pomáhá růst
- 10 Nechtějte výhru za každou cenu, v životě jde o víc než o fotbal

Dětská prosba na závěr

Prosíme, dodržujte tato pravidla a připravte pro nás i pro Vás příjemnější a zábavnější fotbalové prostředí, kde je hlavním cílem radost ze hry. Pokud nejste schopni tato pravidla dodržovat, nejste našimi opravdovými fanoušky a my děti Vás prosíme, staňte se jimi. **Potřebujeme Vás!**



KE STAŽENÍ: www.fotbal.cz – Můj fotbal – Respekt

VZDĚLÁVÁNÍ TRENÉRŮ

UEFA PRO licence

Trenér mládeže UEFA A licence

UEFA A licence

UEFA B licence

Futsal UEFA B licence

UEFA Grassroots C licence

FAČR C licence

Futsal FAČR

Grassroots leader certifikát (on-line)

Trenér brankářů FAČR B, FAČR A


Fitness kurz FAČR

Videometodika
tv.fotbal.cz/metodicka-vidoa

DŮLEŽITÉ KONTAKTY A ODKAZY

ŘEDITEL ODDĚLENÍ ROZVOJE FOTBALU	Jiří Kotrba	kotrba@fotbal.cz
VEDOUcí GRASSROOTS ÚSEKU	Otakar Mestek	mestek@fotbal.cz
VEDOUcí ÚSEKU AKADEMIÍ	Karel Poborský	poborsky@fotbal.cz
VEDOUcí TRENÉRSKO-METODICKÉHO ÚSEKU	Antonín Plachý	plachy@fotbal.cz
GRASSROOTS MANAŽER	Michal Blažej	blazej@fotbal.cz
SEKRETÁŘ MLÁDEŽE	Roman Vonášek	vonasek@fotbal.cz
ŽENSKÝ FOTBAL	Zdeněk Mužík	muzik@fotbal.cz
SOCIÁLNÍ PROJEKTY	Michaela Veselá	vesela@fotbal.cz
PROPAGACE, PR	Radek Šamša	samsa@fotbal.cz
SOUTĚŽE ŘÍDÍCI KOMISE ČECHY	Martin Drobný	drobny@fotbal.cz
SOUTĚŽE ŘÍDÍCI KOMISE MORAVA	Radek Šindelář	sindelar@fotbal.cz

- Zajímavé akce možno zveřejnit na [fotbal.cz](https://www.fotbal.cz)
- Článek, fotografie a případně video zaslat na PR oddělení samsa@fotbal.cz a gregor@fotbal.cz
- Zveřejnění v časopisu GÓL, zaslat na p. Václava Tichého tichy@fotbal.cz

 mujprvnigol
mujfotbal

 @mujprvnigol

 mujprvnigol
FAČR





UEFA
GRASSROOTS
PROGRAMME