



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

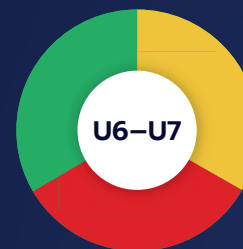
E-MAIL

KRAJ / OKRES

TELEFON

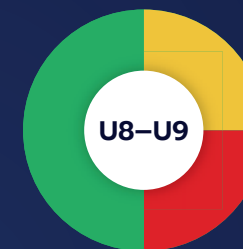
OBSAH TRÉNINKU MLÁDEŽE

OBSAH TRÉNINKU MINI PŘÍPRAVKY U6–U7



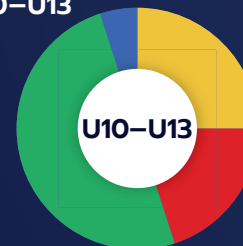
- 33% hry a cvičení 1:1, 2:2, 3:3
- 33% všeobecný pohybový rozvoj (rychlost, koordinace, síla, obratnost)
- 33% zábavná cvičení a hry s míčem i bez

OBSAH TRÉNINKU MLADŠÍ PŘÍPRAVKY U8–U9



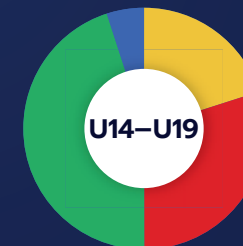
- 50% hry a cvičení 1:1, 2:2–4:4, 4*1
- 25% všeobecný pohybový rozvoj (rychlost, koordinace, síla, obratnost)
- 25% zábavná cvičení a hry s míčem i bez

OBSAH TRÉNINKU STARŠÍ PŘÍPRAVKY A MLADŠÍ ŽÁCI U10–U13



- 50% hry a cvičení 2:2–4:4, 4*1–7*1
- 20% všeobecný pohybový rozvoj (rychlost, síla, obratnost a běžecké dovednosti)
- 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



- 45% průpravné hry
- 30% herní cvičení (rozvoj dovedností, postová orientace a automatismy)
- 20% pohybové schopnosti (rychlost, obratnost, síla)
- 5% strečink a kompenzace (po tréninku + individuálně doma)



můjprvnígól



můjprvnígól

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 vstřelí 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
- Zajistěte distribuci dopisů s informacemi pro rodiče, ideálně přes pedagogy MŠ a ZŠ nebo osobně
- 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 FACR
- Celoroční možnost aktualizace vložených údajů
- Platnost certifikátu do 30. 6. daného ročníku

ZELENÁ KARTA RESPEKT



Hrajeme si pro budoucnost

Draží 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 naučili.

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 Zateskejte i soupeři, který se snažil a hrál fair play. Ať už vyhrál, nebo prohrál
- 9 Nenadávejte rozhodčimu, 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

Trenér brankářů
UEFA A

Kondiční
trenér FAČR

Trenér mládeže
UEFA B licence

UEFA B
licence

Trenér brankářů
UEFA B

Futsal UEFA
B licence

UEFA C licence

FAČR C licence

Trenér svazu futsalu ČR

Leader certifikát (on-line)

Videometodika
tv.fotbal.cz/metodicka-vidaa

DŮLEŽITÉ KONTAKTY

ŘEDITEL ODDĚLENÍ ELITNÍ MLÁDEŽE	Karel Poborský	poborsky@fotbal.cz
ŘEDITEL ODDĚLENÍ GRASSROOTS	Jiří Kotrba	kotrba@fotbal.cz
VEDOUCÍ GRASSROOTS ÚSEKU	Otakar Mestek	mestek@fotbal.cz
VEDOUCÍ TRENÉRSKO-METODICKÉHO ÚSEKU	Antonín Plachý	plachy@fotbal.cz
GRASSROOTS MANAŽER	Michal Blažej	blazej@fotbal.cz
SEKRETÁŘ MLÁDEŽE	Roman Vonásek	vonasek@fotbal.cz
ŽENSKÝ FOTBAL	Jakub Tomek	tomek@fotbal.cz
SOCIÁLNÍ PROJEKTY	Michaela Veselá	vesela@fotbal.cz
PROPAGACE	Tomáš Vejr	vejr@stes.cz
SOUTĚŽE ŘÍDÍCÍ KOMISE ČECHY	Martin Drobný	drobny@fotbal.cz
SOUTĚŽE ŘÍDÍCÍ KOMISE MORAVA	Radek Šindelář	sindelar@fotbal.cz

GRASSROOTS TRENĚŘI MLÁDEŽE KFS

KRÁLOVÉHRADECKÝ KFS	Jan Míl	mil@fotbal.cz
KARLOVARSKÝ KFS	Ladislav Buday	buday@fotbal.cz
LIBERECKÝ KFS	Michal Kolčava	kolcava@fotbal.cz
PARDUBICKÝ KFS	Jiří Kovárník	kovarnik@fotbal.cz
PLZEŇSKÝ KFS	Pavel Hudeček	hudecek@fotbal.cz
PRAŽSKÝ KFS	Luboš Zákostelský	zakostelsky@fotbal.cz
STŘEDOČESKÝ KFS	Milan Kormaník	kormanik@fotbal.cz
ÚSTECKÝ KFS	Jan Štefko	stefko@fotbal.cz
JIHOČESKÝ KFS	Pavel Pulec	pulec@fotbal.cz
VYSOČINA KFS	Stanislav Duben	duben@fotbal.cz
MORAVSKOSLEZSKÝ KFS	Radim Zajíc	zajic@fotbal.cz
OLOMOUCKÝ KFS	Lukáš Staroba	staroba@fotbal.cz
JIHOMORAVSKÝ KFS	Stanislav Schwarz	schwarz@fotbal.cz
ZLÍNSKÝ KFS	Petr Zapletal	zapletal@fotbal.cz

- Zajímavé akce možno zveřejnit na fotbal.cz
- Fotky a videa lze zasílat na PR oddělení gregor@fotbal.cz
- Zveřejnění v časopisu GÓL, zaslat na p. Václava Tichého tichy@fotbal.cz

 mujprvniGol
mujfotbal

 @mujprvniGol

 mujprvniGol
FAČR





UEFA
GRASSROOTS
PROGRAMME