



# MLADŠÍ ŽÁKYNĚ

SEZÓNA 2017/2018

FLORBALOVÁ ŠKOLA BOHEMIANS

# PŘEDSTAVENÍ

- 14 let trenérské praxe
- Trenér licence B
- Všechny dívčí kategorie
- Trenér regionálních výběrů, lektor, rozhodčí, člen odborných komisí Českého florbalu

- Kontakt

Michal Vojáček

mobil: +420-605-482-687

email: [michal.vojacek@seznam.cz](mailto:michal.vojacek@seznam.cz)



# TRÉNINKY V SEZÓNĚ

- Úterý 16:00 – 17:30 SH Děkanka
- Čtvrtek 16:15 – 18:00 SH Děkanka
- Pátek 14:30 – 16:00 TJ Pankrác
  
- Úterý a čtvrtek vždy 15 minut venku, poté trénink v hale
  - Nosit věci na ven, přiměřené počasí
  
- Ve čtvrtek 7. září trénink pouze venku!

„černé tričko“

„bílé tričko“

„zelené tričko“



# OMLUVY

- Krátkodobé omluvy a pozdní příchody
  - sms trenérovi (605 482 687)
- Dlouhodobé omluvy
  - email trenérovi (michal.vojacek@seznam.cz)
- Neexistuje neomluvený trénink či zápas
- Evidence docházky



# TURNAJE ML. ŽÁKYŇ

- 2 družstva mladších žákyň
- Rozdělení do týmů
  - Neexistují soupisky
  - Podle věku
  - Podle lídrů
  - Podle dovedností
- Každá hráčka hraje soutěžní utkání
- **Termíny:**
  - 8.10., 21.10., 4.11., 3.12., 16.12.
  - 20.1., 17.2. (jarní prázdniny Praha 6-10)
  - 11.3., 25.3., 8.4., 22.4., 5.5.



# DALŠÍ SOUTĚŽNÍ UTKÁNÍ

- Zápas za starší žákyně 5+1
  - 2 družstva
- Doplnování kluků mladších žáků
- Přátelská utkání s klukama
- Další akce a turnaje



# LETNÍ TURNAJE

- Prague games – červenec
- Open game v Brně – 21. – 24.6.2018
- Nisa open v Liberci – květen
- Prague floorball cup – 5. - 7. 1. 2018
- Zahraničí???

„TOP turnaj“



# SOUSTŘEDĚNÍ

- **Povinná účast!**
- 28.7. – 4.8. 2018
- Rokytnice nad Jizerou
- Kompletní ženská složka od elévek po extraligový tým žen





# ZDRAVOTNÍ PROHLÍDKY

- Povinné
- **Není bez nich možné nastoupit k utkání**
- Nutné odevzdat formulář, který je ke stažení zde:  
<http://www.fbsbohemians.cz/zdravotni-prohlidky>
- Další užitečné informace zde:  
<https://www.ceskyflorbal.cz/clanek/cesky-florbal-upozornuje-na-povinne-zdravotni-prohlidky>



# OCHRANNÉ BRÝLE

- Povinné na utkání i florbalový trénink
- Bezpečnost
- Zdraví hráček
- <https://www.exesport.net/oxdog-top-eyewear-junior-white-p50768/>



# TRÉNINKOVÝ DENÍČEK

- Obdrží každá hráčka
- Spravuje trenér
- Vlastní cíle, v čem se chci zlepšit, jak toho dosáhnu
- Vlastní hodnocení



# TÝMOVÁ PRAVIDLA

- Řádně se omlouváme
- Jsme jednotní – barva trička na trénink
- Nosíme si pití – vodu ne Coca-Colu
- Nosíme ochranné brýle na trénink i zápasy
- Všechny s úsměvem zdravíme
- Vždy se přezouváme
- Po tréninku se sprchujeme
- Vyplňujeme si svůj deníček
- Vítáme nováčky
- Podporujeme se navzájem



# OPEN AIR 17. 9.

- Účast pro hráčky povinná!
- Srdečně zveme všechny rodiče, kamarády, příbuzné
- 12:30 utkání extraligy žen
- 15:00 utkání superligy mužů
- Vstupné – permanentky pro členy a rodiče
- <http://www.florbalopenair.cz/>
- **Dopoledne přátelská utkání mladších zákyň**
  - 9:00 a 11:00
- **Odpoledne focení**
  - Individuální focení
  - Týmové focení



# SPORTOVNÍ CÍLE

- Zvládnutí herních činností jednotlivce
- Pohybový rozvoj
- Zápasové vytížení
- Samostatnost rozhodování
- Radost, zábava



# BAREVNÝ FLORBAL

- Koncepční nástroj jak dosáhnout cílů
- Unikátní záležitost
- 5 úrovní
- Končí v kategorii mladších žákyň
- Pravidelné testování
- <http://www.fbsbohemians.cz/barevny-florbal>



# TRÉNINKOVÝ SET

- Povinný pro všechny členy
- Cena: 1 100 Kč
- K dostání ve fanshopu v 1. patře
- Obsah:
  - 2x tričko Bohemians
  - 2x tričko Klokan
  - Kraťasy
  - Láhev
  - Ponožky
  - Školní sešit





# PŘÍSPĚVKY

- 3 900 Kč/pololetí
- Číslo účtu: 172367044/5500
- Variabilní symbol: rodné číslo hráče
- Datum splatnosti: 30. 9. 2017
  
- V případě potřeby prodloužit termín splatnosti kontaktujte, prosím, sekretariát:
  - ❑ Kristýna Novotná
  - ❑ mobil: 774-168-745
  - ❑ email: [sekretar@fbsbohemiains.cz](mailto:sekretar@fbsbohemiains.cz)
  
- <http://www.fbsbohemiains.cz/platby>



# BOHEMIA FYZIO

- Zdarma vstupní prohlídka v rámci příspěvků
- Přímo v hale na Děkanec
- Kontrola zdravotního stavu
- Prevence trvalých negativních změn
- Korekce a zařazení prvků do tréninku
- Individuální návštěvy
- <http://bohemiafyzio.cz/>



# AKTIVNÍ RODIČE

## DESATERO AKTIVNÍHO RODIČE FBŠ BOHEMIANS

1. Jsem vždy pozitivní
2. Podporuji své dítě i ostatní
3. Vím, že je to jen hra a patří dětem
4. Respektuji rozhodčí
5. Fandím v duchu fair – play
6. Sleduji průběh, ne výsledek
7. Nezasahuji do práce trenérů
8. Jdu svému dítěti příkladem
9. Umím pochválit i po prohře – oceňuji snahu
10. Jsem hrdý na náš klub



# DALŠÍ ZAPOJENÍ RODIČŮ

- Doprava na utkání
- Organizace, pořádání
- Články, fotky, videa
- Trénování
- Zprostředkování kontaktů
- Sponzoring
- Tréninky rodičů a veteránů



# DRESY, FLOORBALL PLAYER

- Florbalové vybavení značky OXDOG
  - <https://www.exesport.net>
  - Individuální sleva 35 %
  - Hromadná sleva 50 %
- Termíny hromadných objednávek
  - Konec září
  - Další konec listopadu
- Objednávka dresů
  - Vybrat společně s trenérem velikost a číslo
  - Dres, trenky, štlupnyy
  - Cena: 1 050 Kč
- <http://www.fbsbohemians.cz/objednavky>



# DOTAZY?

- Video „[Nenech si ukrást svůj sen](#)“
- Informace na:
  - <http://www.fbsbohemians.cz/>
  - <http://www.bohemka04.banda.cz/>
    - Přihlaste se prosím
  - <https://www.ceskyflorbal.cz/home>



**DĚKUJI ZA POZORNOST**



**FLORBALOVÁ ŠKOLA BOHEMIANS**

**ZPRACOVAL:**  
Michal Vojáček