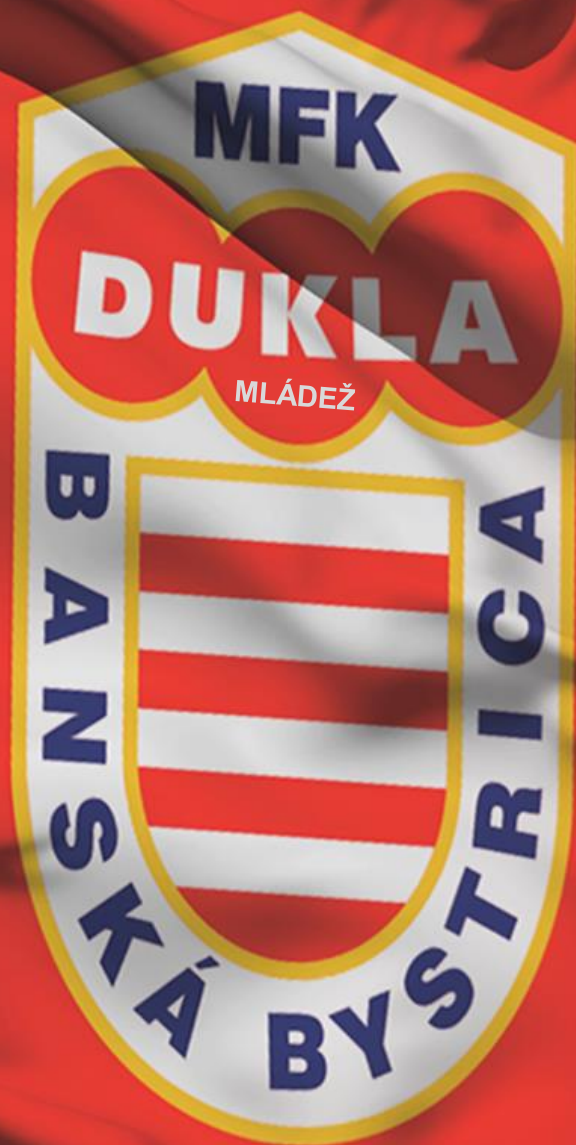


HRÁME SRDCOM
V SRDCI SLOVENSKA





DUKLA – REŠPEKTOVÁNÁ ZNAČKA



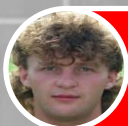
slovenský futbalový klub s výraznou tradíciou

- 1965 – založený ako VTJ Dukla Banská Bystrica



dlhodobý ucelený systém práce s mládežou

- „Benedikova akadémia“ – nadčasový futbalový projekt



prioritný cieľ = výchova hráčov pre mužský /elitný/ futbal

- v drese Dukly vyrástlo, a stále vyrastá množstvo talentov, ktoré sú zaujímavé nielen pre slovenský, ale aj zahraničný futbal:
Marek Penksa, Štefan Rusnák, Vratislav Greško, Marek a Miroslav Bažíkovci, Martin Chrien, Filip Lichý, Ivan Mesík...



DUKLA – VČERA, DNES, ZAJTRA...



Štiavničky

- atletický a futbalový Štadión SNP
- dlhoročný domov a zázemie futbalistov Dukly
- areál s hlavným ihriskom s prírodnou trávou, s pomocným trávnatým ihriskom, a ihriskom s umelým povrchom

„V azyle“

- administratívne zázemie má MFK v budove SOŠ elektrotechnickej
- pre tréningové a zápasové účely využíva Dukla viacero ihrísk priamo v Banskej Bystrici, ale aj jej blízkom okolí: Kremnička, Horná Mičina

Budúcnosť

- najneskôr na jeseň by mládež Dukly mala nájsť domov v športovom areáli v Radvani
- práve tu majú vyrásť plnohodnotné futbalové areály, spĺňajúce všetky kritériá potrebné pre rozvoj talentovaných futbalistov



FILOZOFIA KLUBU

základná myšlienka - radosť a zábava zo športu

- naši hráči musia mať radosť z každého tréningu a zápasu

rozvoj hráčov a nie dosahovanie výsledkov

- nevytvárať neprimeraný tlak na výsledky už od najnižších kategórií

dominancia hernej kvality nad výsledkom, a útočného futbalu nad bránením

- takticky nezáväzovať hráčov, pripraviť ich na hru a rozvíjať ich osobnosť

prirodzený rast výkonnosti

- dodržiavanie zásad prirodzeného rastu výkonnosti a pravidelná diagnostika

zamerať sa na kľúčový problém v etape hráčskeho dotvárania

- neustále zdokonaľovať silné stránky, a naopak, odstraňovať nedostatky

prechod medzi dospelých

- zabudovávanie hráčov do A mužstva





MOTTO KLUBOVEJ FILOZOFIE

**„Šancu, mať radosť z hry, musí dostať každý hráč...
Talent však toho musí dostať oveľa viac...“**

ZÁKLADŇA

- východiskom športovej prípravy MFK Dukla Banská Bystrica je široká základňa
- budovanie vzťahu k futbalu cez pozitívne kroky a motivačné prvky
- vytváranie potrebných návykov

TALENT

- postupná a citlivá selekcia individualít
- objavenie talentu a jeho podpora nielen v pravidelnom tréningovom procese
- vytváranie adekvátnych podmienok pre talentovaných hráčov

MUŽSKÝ FUTBAL

- cieľená a postupná príprava najtalentovanejších hráčov do kategórie dospelých
- selekcia = výber
- prechod najtalentovanejších hráčov do mužského /profi/ futbalu, najlepšie vlastného A tímu





HLAVNÉ ASPEKTY FILOZOFIE



Priorita

- základom MFK Dukla Banská Bystrica je práca s mládežou

Spolupráca

- klub vytvára tréningový program na výchovu a vzdelávanie najtalentovanejších hráčov v regióne

Odbornosť

- celý tréningový program je zameraný na rozvoj a zdokonaľovanie jednotlivca

Osobnosť

- cieľom je nielen vychovať športovca, ale aj vzdelaného človeka

hráči by mali byť tvoriví, kreatívni, zodpovední, schopní sa rozhodovať a ovládať v každej situácii na zodpovedajúcej intelligenčnej úrovni



HLAVNÉ ZÁSADY FILOZOFIE



1. ROZVOJ HRÁČA

- primárny cieľ
- individualizácia
- požiadavky + trendy

2. PROCES TRÉNINGU

- kľúčový význam
- práca s detailom
- čo najväčší transfer

3. AKTIVITA

- náročnosť
- dominantnosť
- identita



ORGANIZAČNÁ ŠTRUKTÚRA MLÁDEŽE

ŠRM - profi

asistent ŠRM - profi

U19

hlavný tréner dorastu – profi
asistent trénera - profi

U17

hlavný tréner – profi
asistent trénera - úväzok

U16

hlavný tréner – profi
asistent trénera - úväzok

U15

hlavný tréner žiakov – profi
asistent trénera - úväzok

U14

hl. tréner – profi
asistent tr. - úväzok

U13

hlavný tréner – profi
asistent trénera - úväzok

U12

hlavný tréner – úväzok
asistent trénera - úväzok

ekonóm ÚM - úväzok

U11

Hl. tréner prípravky – profi
asistent trénera - úväzok

U10

hlavný tréner – úväzok
asistent trénera - úväzok

U9

hlavný tréner – úväzok
asistent trénera - úväzok

U8

hlavný tréner – úväzok
asistent trénera - úväzok

U7 + U6

hlavný tréner – úväzok
2 asistenti trénera - úväzok

skaut - úväzok

tréneri brankárov
- 2 profi + úväzok

kondiční tréneri
- úväzok

videotechnik
- úväzok

fyzioterapeut
- úväzok

lekár + masér
- úväzok + úväzok



90m minimum - 120m maximum



MATERIÁLNO-TECHNICKÉ ZABEZPEČENIE

trávnaté ihriská v okolí Banskej Bystrice

- Radvaň, Kremnička, Jakub, Rakytovce, Priečod, Horná Mičina

ihriská s umelou trávou

- štadión Štiavničky (nová), Radvaň (vo výstavbe)

umelá tráva iných rozmerov pri ŠG

atletická hala ŠG

telocvične pri ZŠ a SŠ v Banskej Bystrici

posilňovne na ŠG a ZŠ SNP 20

mestská plaváreň, v letných mesiacoch prírodné kúpalisko

zápasová, tréningová a vychádzková výstroj

špeciálne tréningové pomôcky





LEKÁRSKA STAROSTLIVOSŤ

Preventívna prehliadka

- povinná preventívna prehliadka u športového lekára

Povinné prehliadky

- somatometrické
- spiroergometrické
- kardiologické vyšetrenia
- diagnostika a telovýchovné lekárstvo
- ortopedická starostlivosť

Klubový lekár

- 1x týždenne /v čase 8:00 – 14:00 hod./ je k dispozícii klubový lekár v ordinácii v nemocnici

Lekárska služba

- pri všetkých domácich zápasoch

Rehabilitácia

- zabezpečená je rehabilitácia hráčov po zraneniach:
 - * vodoliečba
 - * plaváreň
 - * klubový fyzioterapeut



SYSTÉM VZDELÁVANIA - HRÁČI

Etapa predprípravy a základnej športovej prípravy

- vytváranie návykov a vzťahu k pravidelnej športovej činnosti
- formovanie osobnosti žiaka v športovom kolektíve
- zvládanie základných pravidiel futbalu, životosprávy, hygieny, pitného režimu

Etapa prehĺbenej a špeciálnej športovej prípravy

- oboznamujeme hráčov o význame športu pre zdravý život
- oboznamujú sa s organizáciou súťaže a s hráčskymi funkciami v jednotlivých systémoch
- hráčov pripravujeme na konfliktné a stresové situácie a ich riešenia /mentálny tréning/

Etapa hráčskeho dotvárania

- dôraz je kladený na dotváranie osobnostných zložiek
- oboznamujú sa s variantmi herných systémov
- učia sa analýze vlastného herného výkonu a herného výkonu družstva /analýza videozáznamov/



Pravidlá futbalu

- školenie z pravidiel futbalu
1x ročne prezentuje
licencovaný rozhodca



Rady lekára

- v spolupráci s telovýchovným lekárom MUDr. Miroslavom Sylvestrom prevádzame 1x ročne školenie o správnej životospráve a výžive športovca, antidopingu a zakázaných látkach v športe, možné riziká s užívaním výživových doplnkov a liekov



Intolerancia

- vo všetkých vekových kategóriách robíme pohovory v jednotlivých družstvách o boji proti prejavom rasizmu a intolerancii v športe



SYSTÉM VZDELÁVANIA - TRÉNERI

Vzdelávanie

- všetci tréneri sa zúčastňujú všetkých odborných prednášok a konferencií organizovaných SFZ a SsFZ
- **SAMOVZDELÁVANIE**

Odbornosť

- podľa potrieb a požiadaviek SFZ na kvalifikáciu trénerov sa prihlásia na školenie trénerov za účelom zvýšenia kvalifikácie

TMK

- pravidelné metodické usmerňovanie tréningového procesu sa uskutočňuje riaditeľom mládeže 1x do mesiaca formou TMK, kde sa zaoberáme odbornými témami
- tréneri vystupujú so svojimi prezentáciami
- vedie sa diskusia na danú tému /rozvoj pohybových schopností, obdobia, herné systémy, prípravné hry, mentálny tréning.../

Aktivita

- tréneri MFK Dukla Banská Bystrica sú nápomocní pri metodických ukážkach na školeniach trénerov UEFA B a UEFA C licencie
- všetci tréneri študujú najnovšie metodické materiály
- formou individuálnych aktivít sa tréneri zúčastňujú domácich a zahraničných stáží aj v spolupráci so SFZ



SYSTÉM VÝBERU TALENTOVANÝCH HRÁČOV

Prípravky

- **výber:** predškolské triedy /projekt Dajme spolu gól, festival MŠ/
- **sledovanie, dopíňanie:** na základe priebežného sledovania hráčov vo FK v blízkom okolí; pozvánky pre sledovaných hráčov na vybrané turnaje; účasť na vybraných tréningoch v našom klube

Žiaci

- oblastné a regionálne výbery
- sledovanie nižších súťaží
- účasť vybraných hráčov na turnajoch

Dorast

- vytypovaní hráči – prestup
- talentové skúšky na stredné školy
- sledovanie nižších súťaží
- spolupráca s hráčskymi agentmi

Skauting

Požiadavky

- pozorovania zápasov /záznamov zápasov/
- herné štatistiky
- odporúčania

Informácie

- predzápasové
- pozápasové

Spracovanie informácií

- individualizácia hráčskych parametrov
- výber vhodných adeptov
- zabudovanie do tímu