



# PREDPRÍPRAVKA 0\_1\_2

## STRETNUTIE RODIČOV A TRÉNEROV č. 1

Nedeľa 6.11.2016 (sezóna 2016/17)

9 00 až 9 30 hod. ZŠ PB

---

### **PREDSTAVENIE TÍMU TRÉNEROV : 2 + 3 + DOBROVOĽNÍCI**

Peter Lieskovský, Michal Lečko

Ivan Jankoviech, Rastislav Chovanec, Ladislav Brezničan

Dobrovoľníci

---

### **TRÉNINGOVÝ PROGRAM : OD 09/2016 DO 03/2017**

- Týždenný koncept tréningu : **3 + 1 ( ľad + telocvičňa ), ...voľná sobota pre rodiny**
- Tréningové zápasy, turnajovým spôsobom len v réžii Hokejového klubu : **2 x za sezónu**
- Vianočné sviatky, minimálne **7** dní bez tréningu
- Poplatky a ich použitie

---

### **TRÉNINGOVÁ FILOZOFIA A PRINCÍPY : PRÍLOHA**

- Nutná výstroj (prilba, rukavice, nákrčník, korčule a ostatné chrániče)
- Príprava Hokejky + Obliekanie + Rodičia počas tréningovej jednotky
- Filozofia Tréningového procesu - (metodika a východiská filozofie )
- Východiská z princípov : samostatnosti, spôsobilosti a spolupatričnosti
- Motivačné cesty : prežitková (hry a zábava) a súťaživosť (vedieť niečo čo ostatní nedokážu)
- Komunikačný trojuholník (Rodič – hráč – tréner ) / TVORBA PRÍJEMNEJ ATMOSFÉRY

---

### **DISKUSIA = OTÁZKY RODIČOV**

---