Kde je vôľa, tam je cesta

PROJEKT CENTRALIZOVANEJ PRÍPRAVY SR 18

TRNAVA, od 2.9.2013 do 9.2.2014

2013/14
I.HL SR

SLOVENSKÝ ZVÄZ LADOVÉHO HOKEJA

Prečo projekt SR 18?

Aby sme vytvorili čo najlepšie podmienky a zdravé konkurenčné prostredie pre športovú prípravu talentovaných hráčov do 18 rokov.

Na Slovensku už dlhodobo a úspešne funguje projekt SR 20. Týmto projektom prešlo veľké množstvo hráčov, ktorí reprezentovali Slovensko na významnych medzinárodných podujatiach.

Čo hráčom ponúkame!!!

- *centralizovanú športovú prípravu v zdravom konkurenčonom prostredí pod vedením špičkových odborníkov*
- *náročné zápasy v I. lige seniorov*
- *pravidelné tréningy nie len na ľade, ale aj v posilňovni s cieľom zvýšiť fyzický potenciál hráčov*
- *taktickú a mentálnú prípravu smerom k MS U18 2014 vo Fínsku*
- *individuálne zdokonaľovanie herných zručností (delený tréning obrancov, útočníkov a brankárov)*
- *výuku maturitných predmetov v spolupráci s pedagogickými pracovníkmi stredných škôl v regione Trnava*
- *výuku anglického jazyka minimálne 2x týždenne*
- *komplexnú lekársku starostlivosť, regeneráciu a materialne zabezpečenie*
- *ubytovanie v hotely London v Trnave - cca 10 min. chôdze od zimného štadióna*

Hlavný tréner: Anton Bartánus

Manažér: Ivan Feneš tel. 0918 234 872

Projekt centralizovanej prípravy SR 18

- I.HL náročnosť súťaže
- Konkurenčné prostredie
- Všeobecná a špeciálna príprava
- Taktická a mentálna príprava
- Doplnky výživy
- Regenerácia
- Pedagogický proces
- Funkčná diagnostika
- Lekárska starostlivosť
- Materiálne zabezpečenie

Projekt centralizovanej prípravy SR 18

- I.HL náročnosť súťaže
- Konkurenčné prostredie
- Počet hráčov /31 v priebehu projektu/
- Otvorený projekt
- Adaptácia na I.HL /absencia súťaže EJ/
- Krátkodobé ciele /HČJ/
- Dlhodobé ciele /MS/

Projekt centralizovanej prípravy SR 18

- Všeobecná a špeciálna príprava
- Tréning na suchu, v posilňovni
- Tréning obrancov, útočníkov, brankárov
- Taktická a mentálna príprava
- TE-TA /JHS/
- Video analýza

Všeobecná príprava pred TRJ na ľade

V príprave pred MS

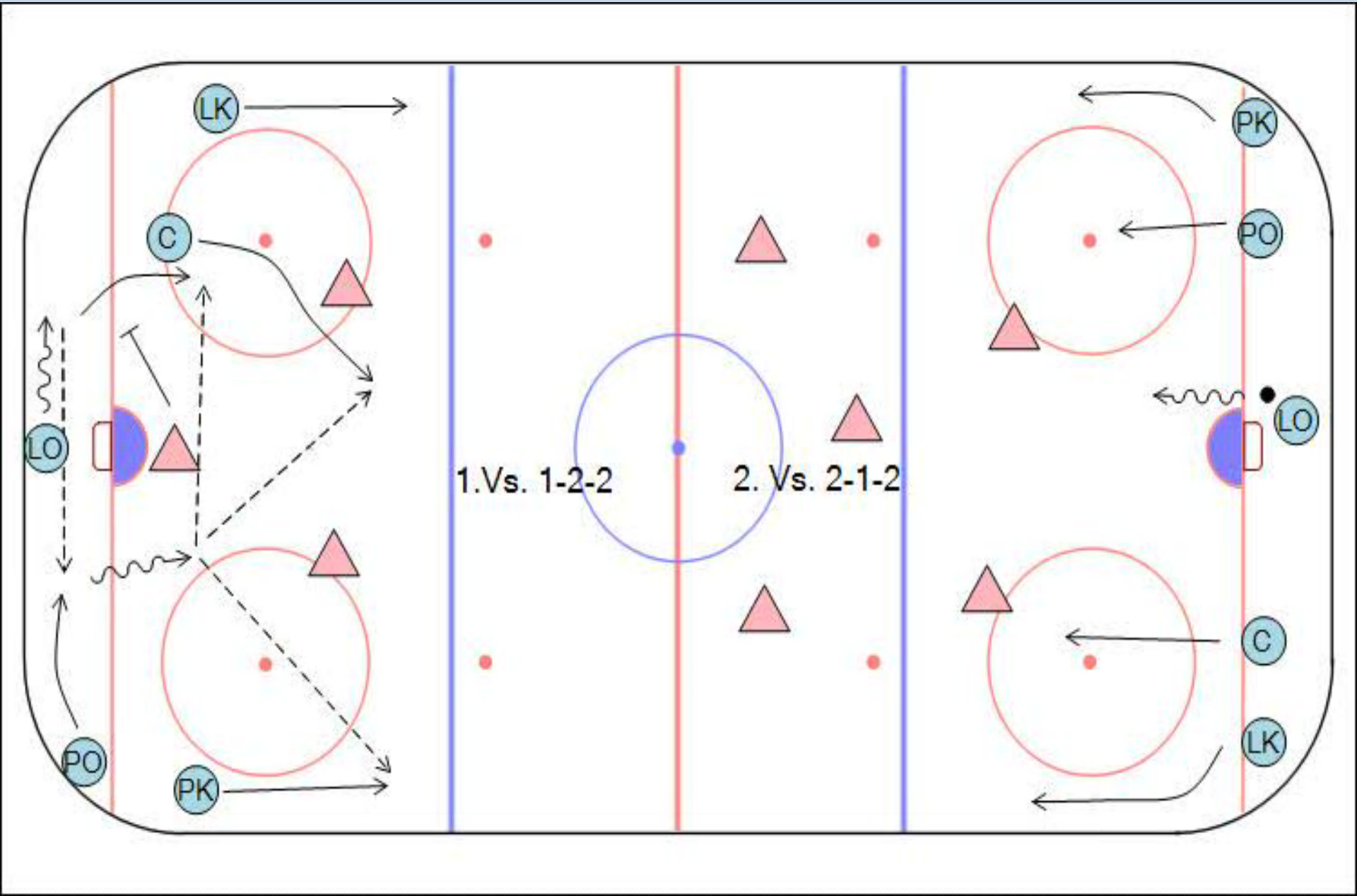
JHS

JEDNOTNÝ HERNÝ SYSTÉM

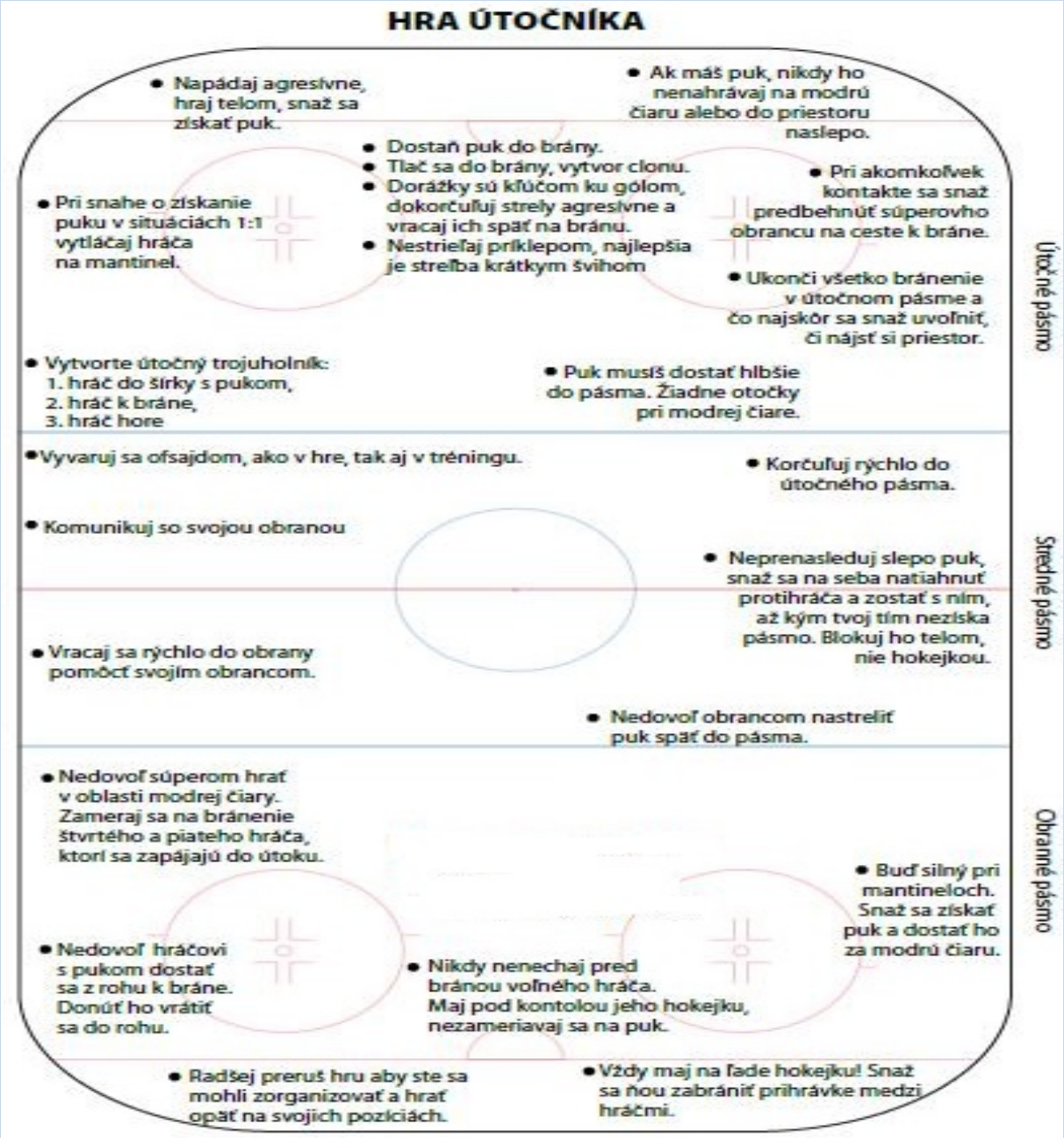
SLOVENSKÝ ZVÄZ ĽADOVÉHO HOKEJA

2013

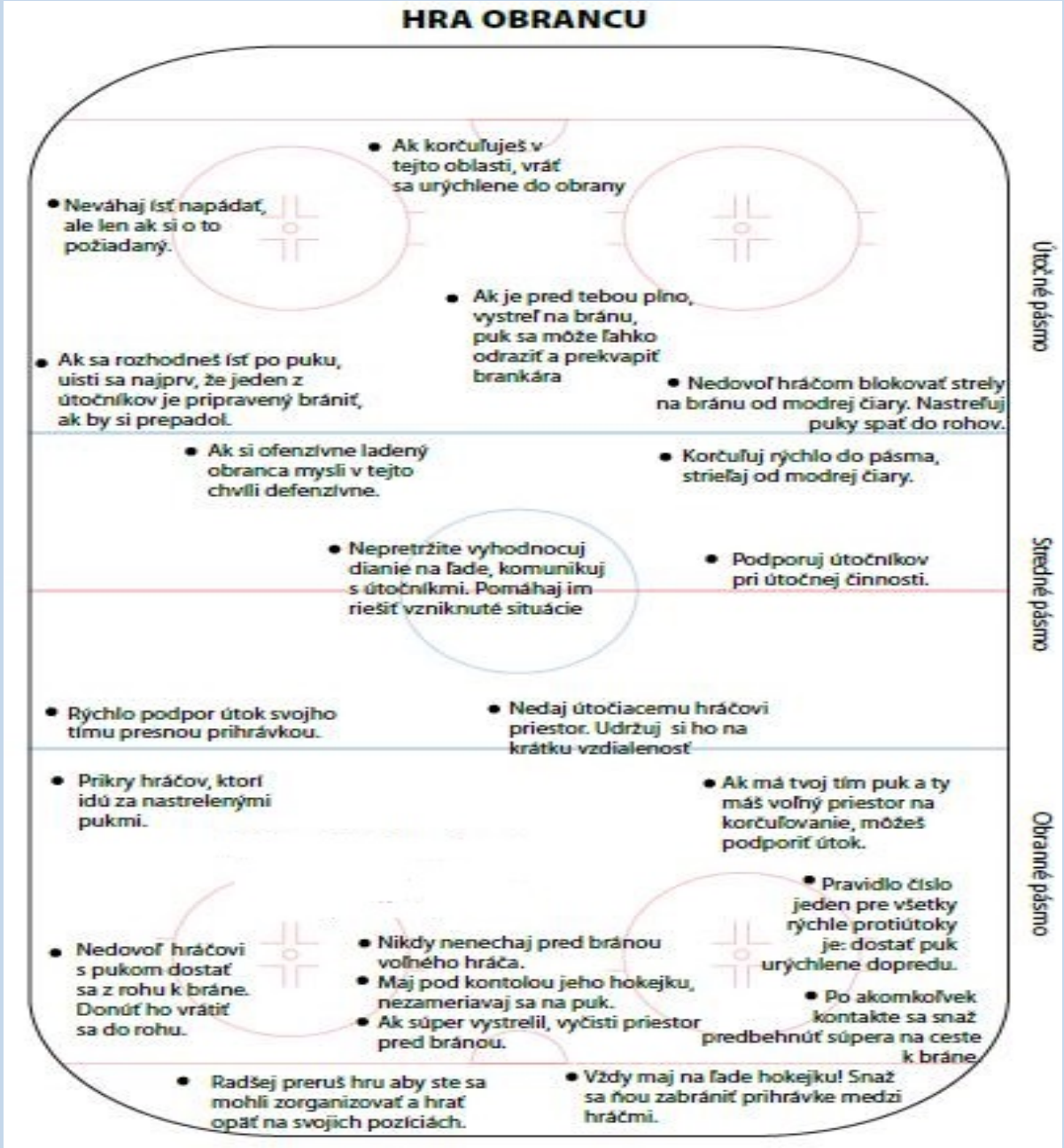
JHS



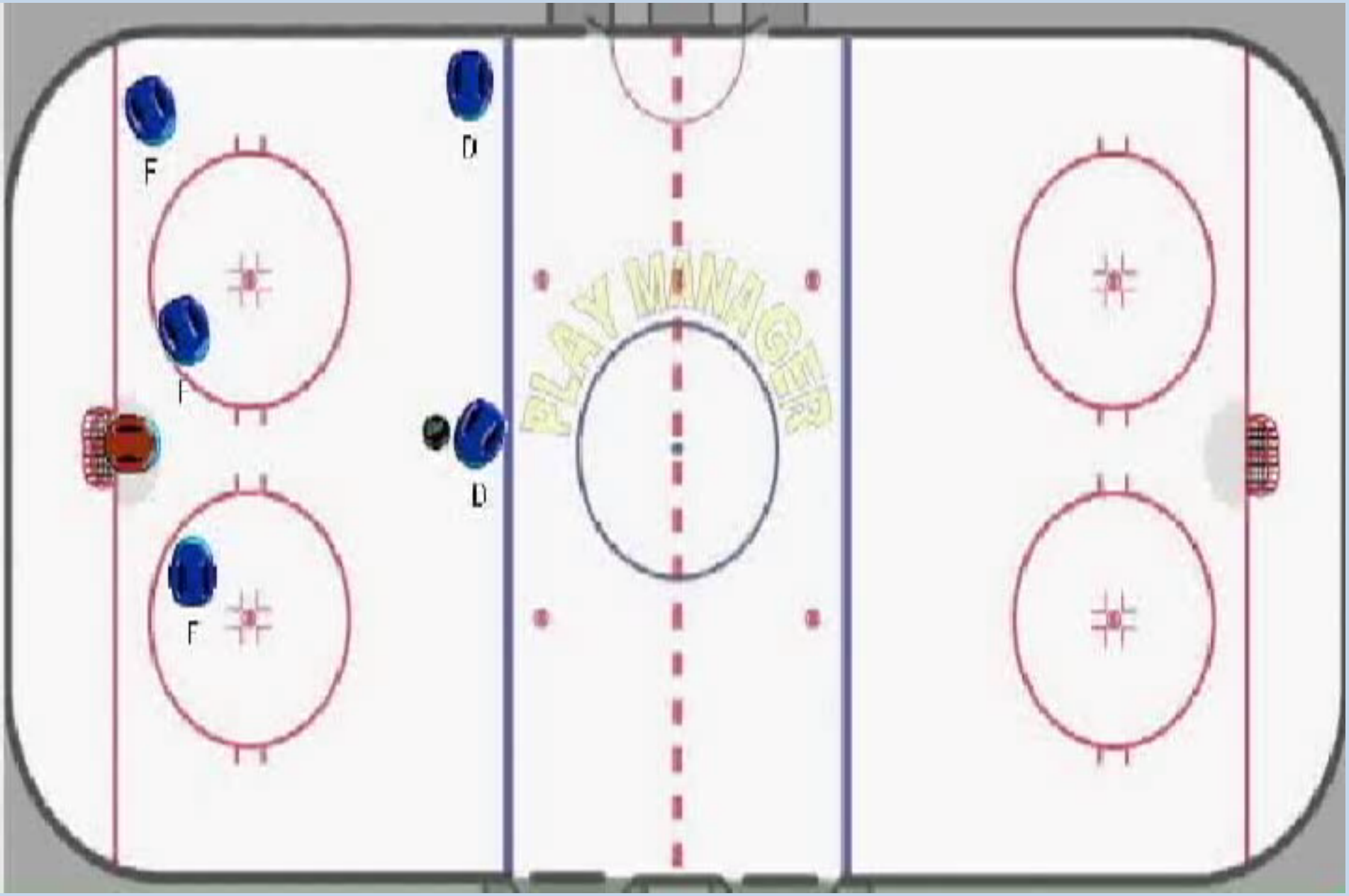
Taktická a mentálna príprava



Taktická a mentálna príprava



Animácia, varianty hry v ÚP



Projekt centralizovanej prípravy SR 18

- Regenerácia
- Pedagogický proces
- Funkčná diagnostika
- Lekárska starostlivosť

NŠC funkčná diagnostika

Školské povinnosti

Hráči SR 18

- Projekt SR 18 I.HL – 44 zápasov
- Reprezentácia – 23 zápasov
- Materský oddiel /D,J/ 10-15 zápasov
- Σ 70 – 80 zápasov
- V sezóne 2013-14 11 trojzápasových týždňov
- Počet hráčov na MS z Projektu /18/

Celkové — I. HL SR - Základná časť (Základná časť)

Aktualizované: 12. 5. 2014 09:22

Poradie	Tím	Z	V	Vp	Pp	P	Skóre	B
1	Hokejový club 46 Bardejov	44	33	2	1	8	204 : 99	104
2	Hokejový club Dukla Senica	44	29	3	1	11	154 : 95	94
3	Hokejový klub Trnava	44	26	3	2	13	123 : 88	86
4	HC 07 DETVA s.r.o.	44	22	5	2	15	157 : 113	78
5	Hokejový klub Dukla Michalovce	44	25	0	2	17	170 : 141	77
6	HC PREŠOV 07 s.r.o.	44	21	2	4	17	133 : 122	71
7	MHk 32 Liptovský Mikuláš, a.s.	44	19	4	4	17	146 : 124	69
8	Hokejový klub Spišská Nová Ves	44	19	3	3	19	141 : 140	66
9	Mestský športový hokejový klub Prievidza	44	12	4	1	27	119 : 209	45
10	HOKEJOVÝ KLUB HC TOPOĽČANY	44	8	2	6	28	131 : 185	34
11	SR "18"	44	9	2	3	30	98 : 164	34
12	Hokejový klub HK '95 Považská Bystrica	44	10	1	2	31	97 : 193	34

1	Maximilián PAJPACH	G	1996	18
2	Vladimír SLIVKA	G	1996	18
3	Jakub GARAY	RD	1996	18
4	Ladislav ROMANČÍK	LD	1996	18
5	Matej MORAVČÍK	RD	1996	17
6	Marco HALAMA	CE	1996	18
7	Patrik MAIER	RD	1996	17
8	Matej PALOČKO	RW	1996	17
9	Jakub KYČÁK	LD	1996	17
9	Peter VALENT	CE	1997	17
10	Andrej VADOVIČ	RD	1997	17
11	Michal BÍLIK	LD	1996	18
12	Juraj MILÝ	LW	1996	17
13	Andrej HATALA	RD	1997	17
13	Patrik KOLESÁR	RD	1997	17
14	Kristián FERLEŤÁK	RW	1996	17
15	Martin KRAJŇÁK	LW	1996	18

15	Martin KRAJŇÁK	LW	1996	18
16	Filip KUNDRÁT	LW	1996	18
17	Mário GRMAN	LD	1997	17
18	Dávid KÖNIG	RW	1996	18
19	Matúš SUKEĽ	CE	1996	18
20	Jozef KLENKO	CE	1996	18
21	Dominik BRIESTENSKÝ	LW	1996	18
22	Jakub TATÁR	LW	1996	18
23	Lukáš HRUŠÍK	LW	1996	17
24	Radovan BONDRA	RW	1997	17
25	Jakub Emil MENDREJ	LD	1996	17
26	Šimon PETRÁŠ	RW	1996	18
27	Peter GALIS	RW	1996	18
28	Lukáš BERÁK	LW	1996	17
29	Matej TOMEK	G	1997	16
30	Adam HÚSKA	G	1997	17

Týždňový tréningový objem

	V P		Š P		TrNá	EnKr	Pedag.	Reg.	Zápas	Video	TE-TA
	I.F	II.F	I.F	II.F							
Pondelok	60		90	75	IHČJ,HK,Pr.H	CP,ANP,LA,O2				1	1
Utorok	60		90		IHČJ,HK,HS	CP,ANP,LA,O2	3				
Streda	30		75		IHČJ,HK,HS	CP,ANP,O2			1		
Štvrtok	60		75		IHČJ,HK,Pr.H	CP,ANP,O2	3			1	1
Piatok	30		75		IHČJ,HK,HS	CP,ANP,O2			1		
Sobota	60							2			
Nedeľa		60		90	IHČ,HK,Pr.H	CP,ANP,LA,O2					
Σ	6 hod.		9,30 hodín				6	2	2	2	2

Turnaj Ivana Hlinku sez. 2013-14 SVK 18

SVK - super	výsledok	I.tr	II.tr.	III.tr.	pred./ts	strely	% strel.	buly +/-	% buly	presil.	oslab.	tr. min
1.CAN 18	1:3	0:2	1:0	0:1		20:55				1:1	0:0	6
2.RUS 18	1:2	0:0	1:2	0:0		16:34				0:1	0:0	6
3.FIN 18	1:5	0:1	0:2	1:2		16:34				0:1	0:0	6
4.USA 18	2:5	0:4	2:1	0:0		17:38				0:0	0:0	10
5.SWE 18	0:11	0:3	0:6	0:2		16:34				0:4	0:0	16
VIII.miesto	5:26	0:10	4:11	1:5		85:195				1:7	0:0	44

Turnaj 4 krajín Fussen sez. 2013-14 SVK 18

SVK - super	výsledok	I.tr	II.tr.	III.tr.	pred./ts	strely	% strel.	buly +/-	% buly	presil.	oslab.	tr. min
6.BLR 18	5:3	3:1	1:1	1:1		45:14				2:0	0:0	6
7.GER 18	1:3	0:2	1:1	0:0		33:20				0:2	0:0	18
8.DEN 18	6:2	3:1	1:1	2:1		45:33				3:1	0:0	24
II.miesto	12:8	6:4	3:3	3:2		123:67				5:3	0:0	48

Turnaj Zuchwil sez. 2013-14 SVK 18

SVK - super	výsledok	I.tr	II.tr.	III.tr.	Pred./ts	Strely	% strel.	Buly +/-	% buly	Presil.	oslab.	tr. min
9.CZE 18	1:3	1:1	0:1	0:1		29:44	3,44			0:0	0:0	8
10.FIN 18	4:2	1:2	0:0	3:0		14:39	28,57			1:2	0:0	46
11.GER 18	2:0	1:0	0:0	1:0		28:20	7,14			0:0	0:0	16
12.SUI 18	4:1	1:1	3:0	0:0		34:18	11,76			0:1	0:0	8
1.miesto	**11:6**	**4:4**	**3:1**	**4:1**		**105:121**	**10,47**			**1:3**	**0:0**	**34**

Turnaj Vladimíra Dzurillu sez. 2013-14 SVK 18

SVK - super	výsledok	I.tr	II.tr.	III.tr.	pred./ts	strely	% strel.	buly +/-	% buly	presil.	oslab.	tr. min
13.GER 18	4:2	2:1	0:0	2:1		32:20				1:0	0:0	6
14.SUI 18	5:2	2:2	2:0	1:0		28:11				1:1	0:0	8
15.SVK 19	4:2	1:2	3:0	0:0		20:26				1:1	0:0	14
I.miesto	13:6	5:5	5:0	3:1		80:57				3:2	0:0	28

ZP a MS Fínsko sez. 2013-14 SVK 18

SVK - super	výsledok	I.tr	II.tr.	III.tr.	pred./ts	strely	% strel.	buly +/-	% buly	presil.	oslab.	tr. min
16.CZE 18	4:5	1:2	2:1	1:2								
17.CZE 18	1:2	0:1	0:1	1:0								
18.FIN 18	0:4	0:2	0:2	0:0								
19.RUS18	2:3pp	1:1	1:1	0:0		17:36				1:2	1:0	12
20.GER18	4:1	1:1	1:0	2:0		18:24				0:0	1:0	12
21.CAN18	1:2	1:0	0:1	0:1		22:25				0:1	1:0	18
22.SWE18	2:6	0:1	1:3	1:2		19:33				0:3	0:1	43
23.USA18	2:6	0:3	0:1	2:2		12:43				1:3	0:0	16
8.miesto	11:18	3:7	3:6	5:5		88:161				2:9	3:1	101

Adaptácia, alebo učenie sa z chýb

TRJ v trojzápasovom týždni

Môžeme hokejovo rásť

- **Adaptácia na I.HL**

-korčuľovanie – mobilita –pohyb

-fyzická sila

-technické zručnosti

-viacročné skúsenosti

-herné situácie 1-1

-pohotovosť a razancia streľby

-priestorová orientácia

- **Zvýšené úsilie v tréningovom procese**
- **Stabilizácia výkonov**

-fyzická sila, kondícia

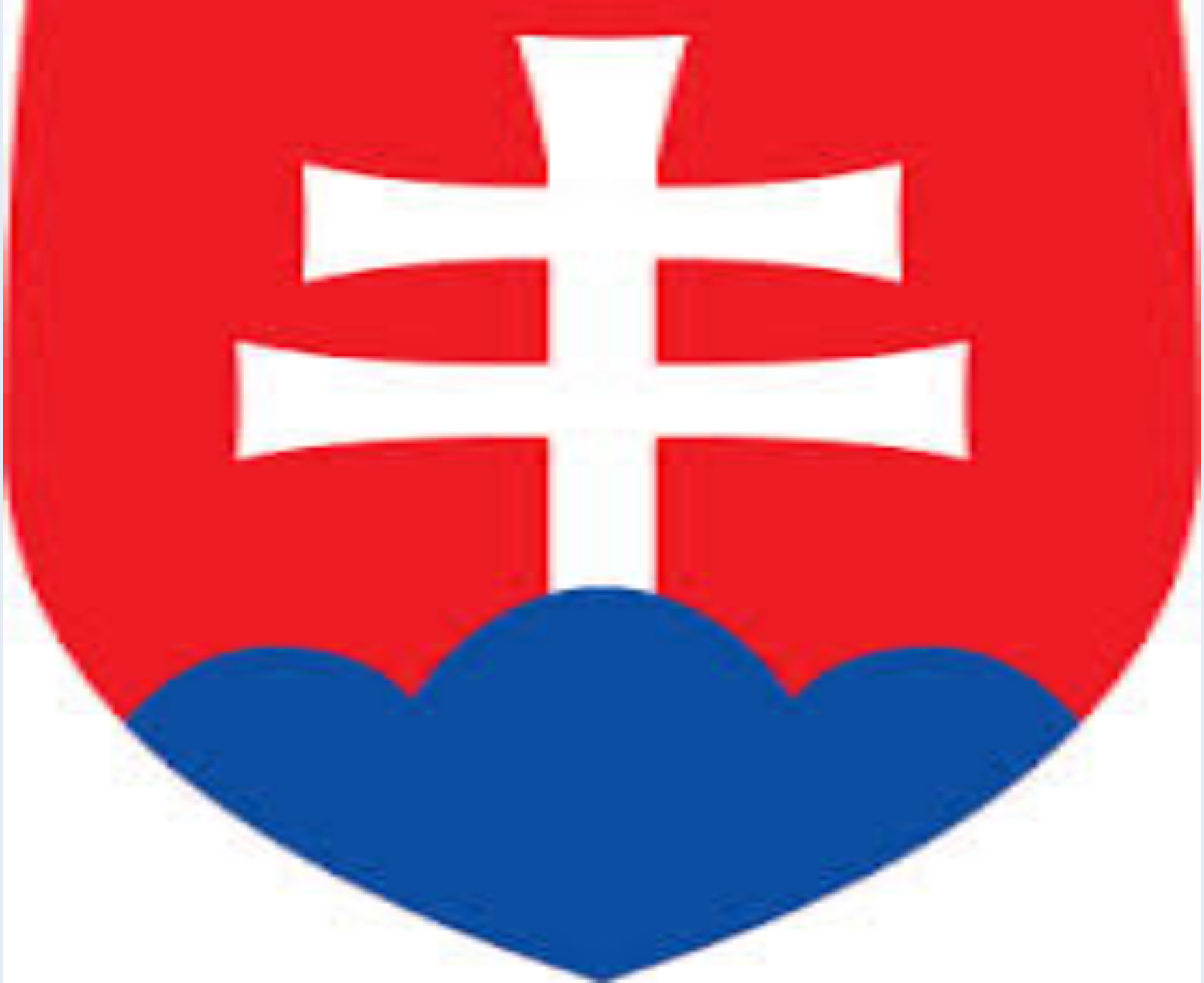
- v IHČJ

-v teoretických vedomostiach

-mentálne odolnejší

-v riešeniach herných situácií

-v HS a spolupráci

-smerujúc ku MS

U 18 MS 2013-14