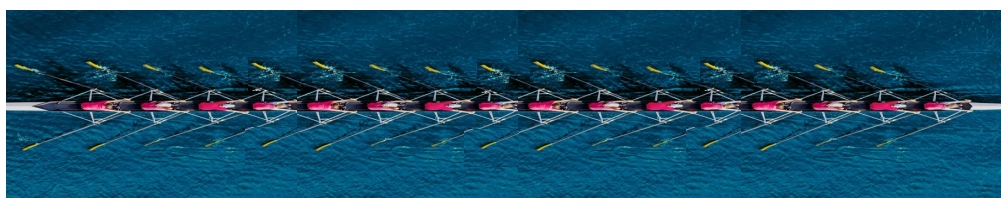


Trenérská akademie – Osobnostní růst veslařů

Maximalizace potenciálu veslařů

Listopad 2023

Račice



<https://online.anyflip.com/sdth/caxb/mobile/index.html>

1

TRENÉRSKÁ AKADEMIE
OSOBNOSTNÍ RŮST VESLAŘŮ

Struktura akademie – obsah jednotlivých workshopů

Maximalizace
potenciálu
sportovce

- profil sportovce
- mapa potenciálu

1

Rozvojový
rozhovor

- základy koučování
- životní role
- komunikace

2

11. – 12. 12.

Sebepoznání a
seberozvoj

- Creatix
- sebereflexe
- učící se model

3

4. – 5. 1.

Myšlení - jak
funguje hlava

- lidská mysl
- vzorce myšlení a chování
- vědomé rozhodování

4

19.– 20. 2.

Motivace,
odpovědnost

- krátkodobá a dlouhodobá motivace
- pozitivní myšlení
- sebedůvěra

5

26. – 27.3.

Úspěšný trenér
osobnostního
rozvoje veslařů

- případové studie dlouhodobého kontraktu
- manuál

6

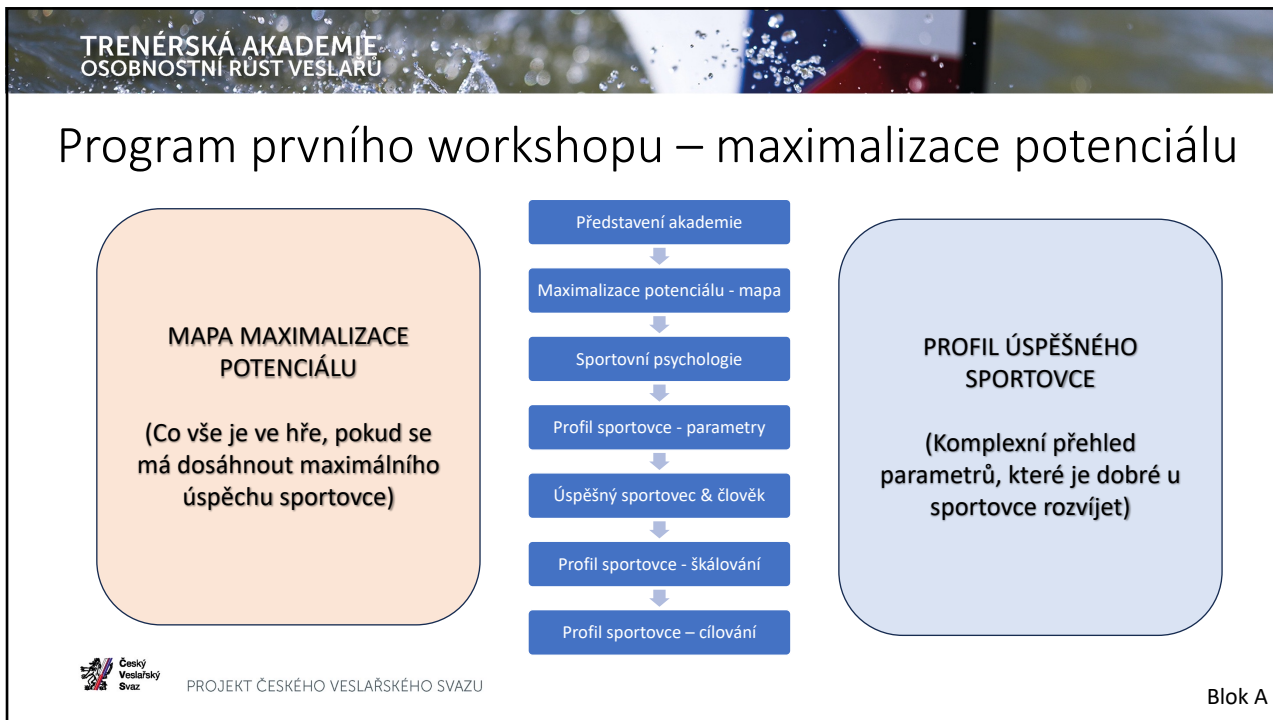
X. – Y. 5.



PROJEKT ČESKÉHO VESLAŘSKÉHO SVAZU

Blok A

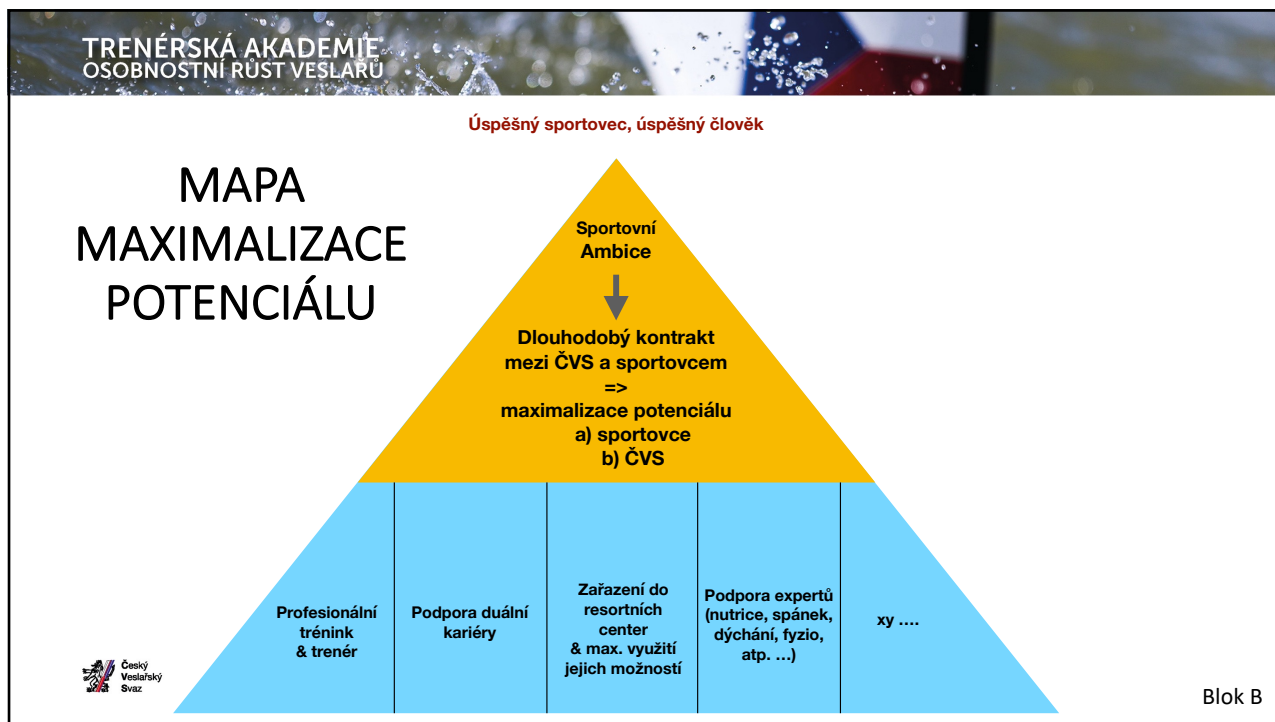
2



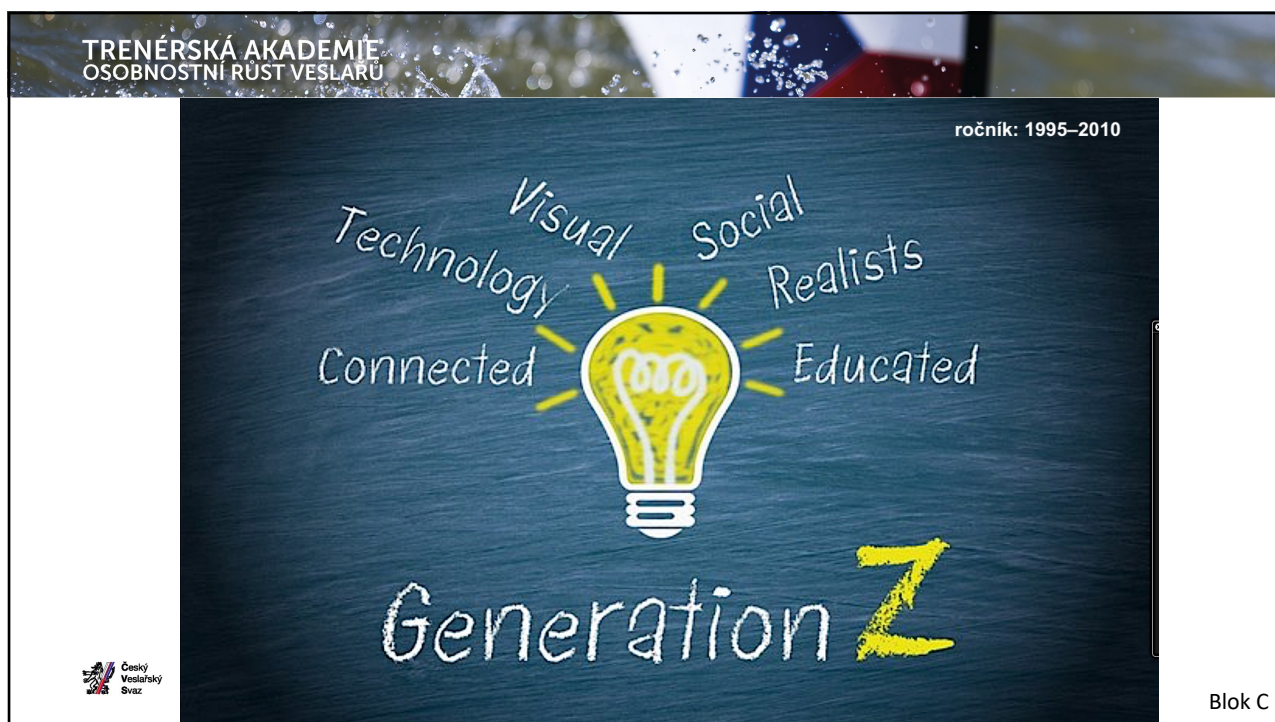
3



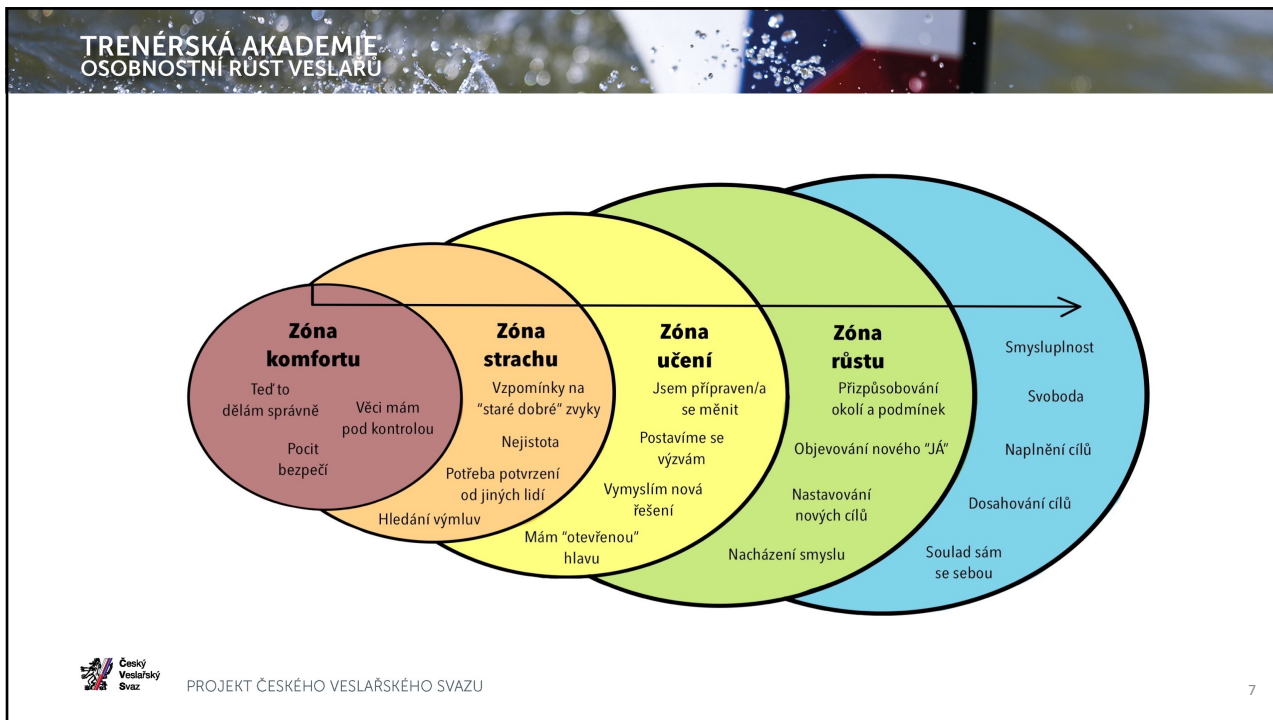
4



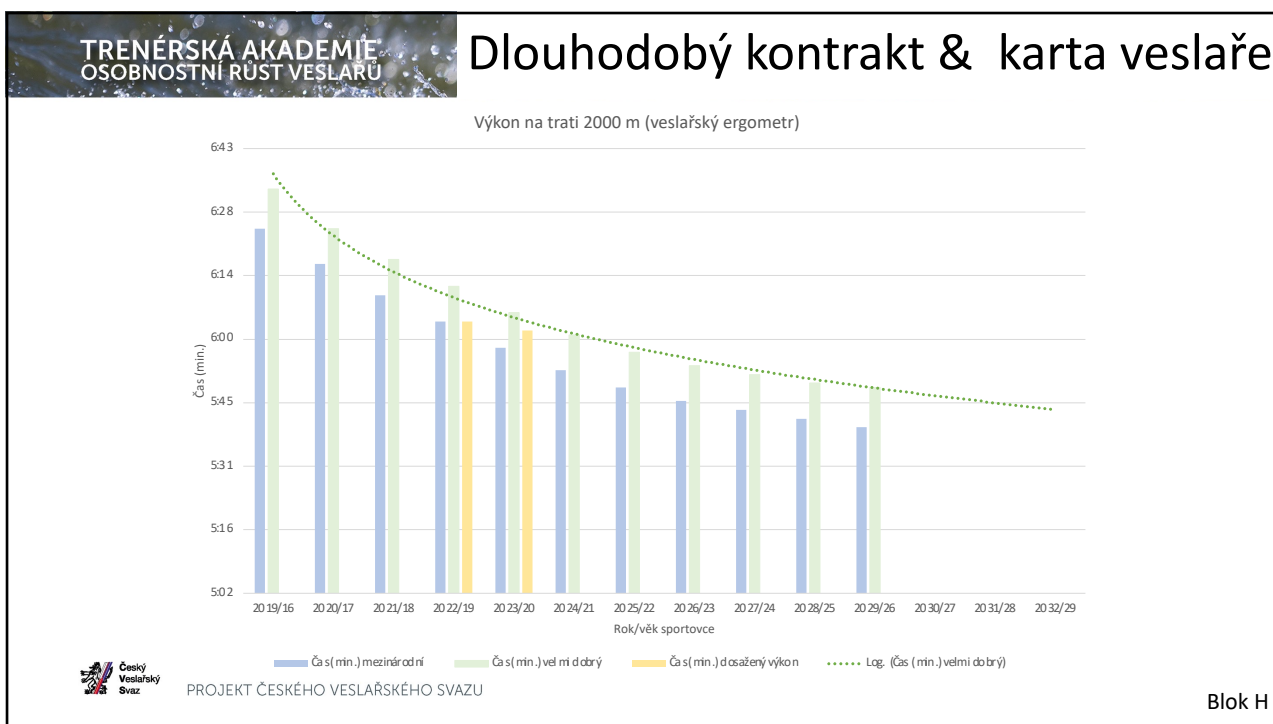
5



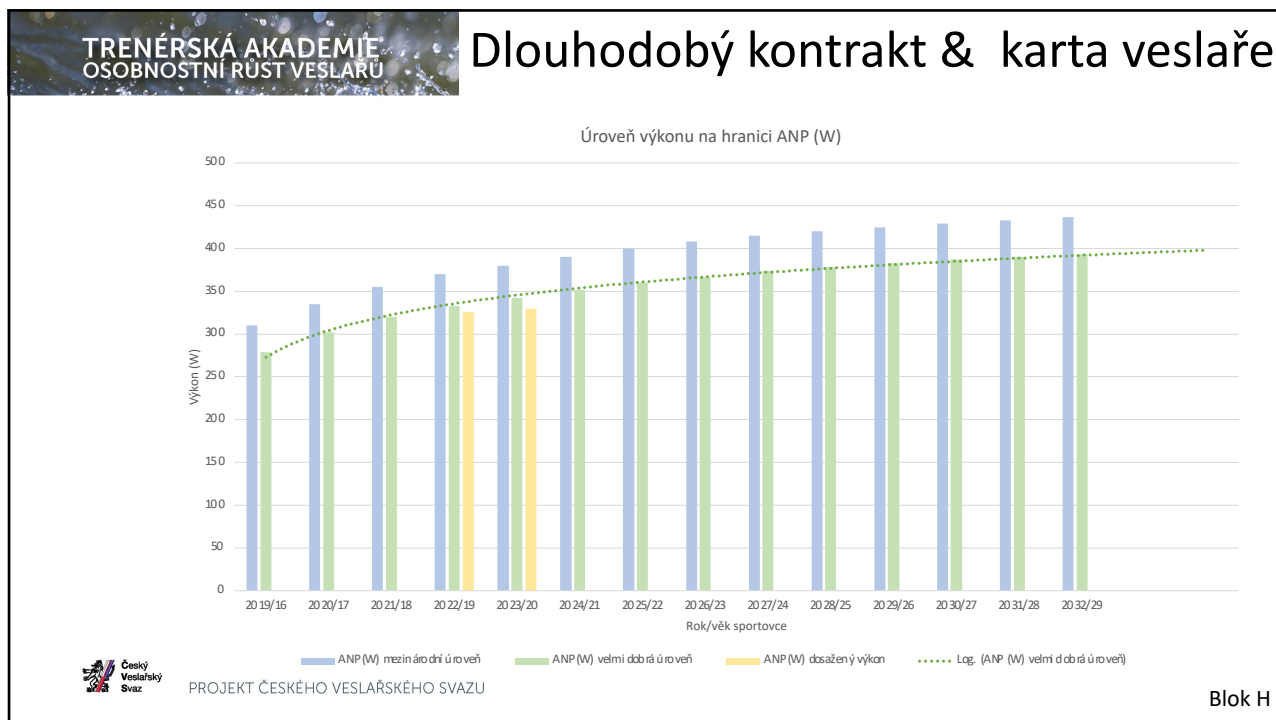
6



7



8



9

TRENÉRSKÁ AKADEMIE OSOBNOSTNÍ RŮST VESLARŮ

Dlouhodobý kontrakt & karta sportovce

Co má být obsahem periodicky aktualizované karty nebo složky veslaře?

- Charakteristiky sportovce (věk, studium, ...)
- Reflexe sportovce – roční zhodnocení sezóny
- Hodnocení parametrů / rozvojové škály
 - Sportovce
 - Trenéra
- Dlouhodobý kontrakt
 - Dlouhodobý cíl (olympijské cykly)
 - Krátkodobé (roční)
- Klíčová data – sledování výkonnosti

Český Veslařský Svaz
PROJEKT ČESKÉHO VESLAŘSKÉHO SVAZU

Blok CH

10

Dlouhodobý kontrakt & karta sportovce

Co má být obsahem periodicky aktualizované karty nebo složky veslaře?

- Charakteristiky sportovce (věk, studium, ...)
- Reflexe sportovce – roční zhodnocení sezóny
- Hodnocení parametrů / rozvojové škály
 - Sportovce
 - Trenéra
- Dlouhodobý kontrakt
 - Dlouhodobý cíl (olympijské cykly)
 - Krátkodobé (roční)
- Klíčová data – sledování výkonnosti

Pravidla pro nakládání s daty

