

## Analytik ČVS

Při analýze tréninkového procesu sledujeme zejména:

- komplexní evidenci, zpracování a následné vyhodnocování tréninkového zatížení z hlediska objemu i intenzity
- určení a sledování vhodných parametrů evidence a následné zpracování dat v přehledné grafické podobě
- hodnocení tréninkového efektu, sledování vývoje výkonnosti jednotlivých sportovců, reprezentantů
- závislost mezi objemy obecných a speciálních tréninkových ukazatelů a dosaženou výkonností sledované disciplíny
- spoluúčast na plánování a řízení, která umožňuje operativní změny procesu

To vše je v podstatě pečlivé vedení "osobních karet", v tom vidím potencionálně velkou pomoc pro práci osobního trenéra. Další úkoly pro komunikaci s trenérem:

- aktivní účast na tréninkové jednotce
- konzultace a spolupráce se specializovaným pracovištěm v oboru fyziologie, psychologie, biomechaniky
- stanovení výkonnostních limitů rozvoje sportovce v dlouhodobém časovém horizontu

V oblasti formování osobnosti sportovce budeme řešit v realizačním týmu:

- motivaci, ale i vlastnosti mravní a volní
- práci s dlouhodobým cílem a plnění postupných cílů
- možnosti v kombinaci aktivit v dalším vzdělávání s časově velmi náročnou sportovní činností

Trvá úkol na spoluúčasti při:

- vzdělávání trenérů
- přípravě seminářů

Přemysl Panuška

19.9.2023