

KOLENDAR

KATEGORIJA	PRIPRAVLJANO OBDOBJE (ZAČETEK TRENINGOV)		TEKMOVALNO OBDOBJE		PREHODNO OBDOBJE		ODMORI
	najbolj zgodaj	najkasneje	začetek	konec	začetek	konec	
U9	oktober	december	3. vikend april	1. vikend junij	/	/	od zadnje tekme, do pričetka treningov, vsi prazniki in počitnice
U11	september	november	2. vikend jan.	4. vikend maj	/	/	od zadnje tekme, do pričetka treningov, vsi prazniki in počitnice
U13	3. teden v avgustu	4. teden v avgustu	3. vikend sept.	1. vikend april	1. vikend april	2. vikend junij	počitnice med letom (vsaj 50%), minimalno 1 teden po koncu tekmovanja in 2. vikend v juniju do pričetka treningov
U15	2. teden v avgustu	3. teden v avgustu	3. vikend sept.	3. vikend april	3. vikend april	2. vikend junij	1 teden v decembru po zadnjem kolu, vsaj 1 teden po koncu tekmovanja in 2. vikend v juniju do pričetka treningov
U17	1. teden v avgustu	2. teden v avgustu	3. vikend sept.	2. vikend april	2. vikend april	3. vikend junij	minimalno 4 vezane dni v decembru po zadnjem kolu, vsaj 1 teden po koncu tekmovanja in 3. vikend v juniju do pričetka treningov
U19	1. teden v avgustu	2. teden v avgustu	3. vikend sept.	1. vikend april	1. vikend april	3. vikend junij	minimalno 4 vezane dni v decembru po zadnjem kolu, vsaj 1 teden po koncu tekmovanja in 3. vikend v juniju do pričetka treningov

TEDESKES OBREMITIVVE

KATEGORIJA	PRIPRAVLJANO OBDOBJE*		TEKMOVALNO OBDOBJE		PREHODNO OBDOBJE**	
	minimum	maksimum	minimum	maksimum	minimum	maksimum
U9	2x45 min treninga	2x60 min treninga	2x45 min treninga 2x30 min tekma	2x60 min treninga 2x30 min tekma	2x45 min treninga	2x60 min treninga
U11	2x60 min treninga	2x90 min treninga	2x60 min treninga 2x40min tekma	2x90 min treninga 2x40 min tekma	2x60 min treninga	2x90 min treninga
U13	3x90 min treninga	4x90 min treninga 1x 45 min individualno 1x30 min druge aktivnosti	3x90 min treninga 2x40 min tekma	4x90 min treninga 1x 45 min individualno 1x30 min druge aktivnosti 2x40min tekma + 1x90 min tekma	3x90 min treninga	4x90 min treninga 1x 45 min individualno 1x30 min druge aktivnosti
U15	4x90 min treninga 1x30 min druge aktivnosti	5x90 min treninga 2x45 min individualno 2x30 min druge aktivnosti	4x90 min treninga 1x30 min druge aktivnosti 1x90 min tekma	5x90 min treninga 2x45 min individualno 2x30 min druge aktivnosti 2x90 min tekma	4x90 min treninga 1x30 min druge aktivnosti	5x90 min treninga 2x45 min individualno 2x30 min druge aktivnosti
U17	5x90 min treninga 1x 45 min individualno 1x30 min druge aktivnosti	5x120 min treninga 3x60 min individualno 2x30 min druge aktivnosti	5x90 min treninga 1x 45 min individualno 1x30 min druge aktivnosti 1x90 min tekma	5x120 min treninga 3x60 min individualno 2x30 min druge aktivnosti 2x90 min tekma	5x90 min treninga 1x 45 min individualno 1x30 min druge aktivnosti	5x120 min treninga 3x60 min individualno 2x30 min druge aktivnosti
U19	5x90 min treninga 2x 45 min individualno 1x30 min druge aktivnosti	5x120 min treninga 3x90 min individualno 2x30 min druge aktivnosti	5x90 min treninga 2x 45 min individualno 1x30 min druge aktivnosti 1x90 min tekma	5x120 min treninga 3x90 min individualno 2x30 min druge aktivnosti 2x90 min tekma	5x90 min treninga 2x 45 min individualno 1x30 min druge aktivnosti	5x120 min treninga 3x90 min individualno 2x30 min druge aktivnosti

*pripravljalne tekme so vštete v sklopu treningov. V tem obdobju sta dva tedna pri U13, U15, U17, U19 namenjena za intenzivnejše priprave, kjer se obseg dela lahko za 10 dni poveča tudi na 2x dnevno.

Druge aktivnosti: sestanki, izobraževanja za igralce, team building ...

**v prehodnem obdobju se ekipa posveča predvsem napredku na področju individualne košarkarske tehnike in telesne priprave

POMEMBNO: Priporoča se, da ima športnik vsaj 1 dan v tednu prost tudi v tekmovalnem obdobju.

PRIPOROČILA ZA OBREMENITEV IN DRUGE POSTAVKE STROKOVNEGA KADRA h/tedensko

Naloga	Vodja mladinskega pogona			Vodja U15 in mlajših			U19			U17			U15			U13			U11			U9					
	prip.	tekm.	preh.	prip.	tekm.	preh.	prip.	tekm.	preh.	prip.	tekm.	preh.	prip.	tekm.	preh.	prip.	tekm.	preh.	prip.	tekm.	preh.	prip.	tekm.	preh.			
OBDOBJE																											
Dopoldanski trening	5x1,5	4x1,5	4x1,5	4x1,5	4x1,5	4x1,5	3x1,5	3x1,5	3x1,5	3x1,5	3x1,5	3x1,5	2x1,5			2x1,5											
Popoldanski trening	5x2	5x1,5	5x2	5x1,5	5x1,5	5x1,5	5x1,5	5x1,5	5x1,5	5x1,5	5x1,5	5x1,5	5x1,5	5x1,5	5x1,5	4x1,5	4x1,5	4x1,5	2x1	2x1	2x1	2x1	2x1	2x1			
Tekme		2x4			2x4			1x4			1x4			1x4			1x4			1x4			1x4				
Priprava na trening	5x.75 5x1	9x.75	5x.75 5x1	9x.75	9x.75	9x.75	8x.75	8x.75	8x.75	8x.75	8x.75	8x.75	7x.75	5x.75	5x.75	6x.75	4x.75	4x.75	2x0,5	2x0,5	2x0,5	2x0,5	2x0,5	2x0,5			
Analiza svoje ekipe	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	0,5	0,5	0,5	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25			
Priprava na nasprotnika		1			0,5			0,5			0,5																
Sestanki z ekipo, igralci	2	2	2	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25
Administracija	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25
Stiki s starši, s šolo	1	1	1	1	1	1	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25
Sodelovanje v organih kluba	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25	0,25																					
Sestanki s trenerji kluba	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Ogled treningov drugih ekip	3	3	3	1,5	1,5	1,5																					
Priprave	1			1			1			1			1			1											
Ogled domačih tekem U19											1,5																
Ogled domačih tekem U17		1,5			1,5			1,5																			
Ogled domačih tekem U15		1,5			1,5												1,5										
Ogled domačih tekem U13					1,5																						
Ogled domačih tekem U11					1,5																						
Ogled domačih tekem U9																											
SKUPNO	38,5	43,5	36	28,5	40,5	27,5	23	25	22	23	25	22	19,5	19,5	14	16,75	16,75	11,25	5	9	5	5	9	5	5	9	5
SKUPNO UR V DVORANI	18,5	21,5	17,5	13,5	21,5	12,5	13	13	12	13	13	12	11,5	11,5	7,5	10	10	6	2	6	2	2	6	2	2	6	2
SKUPNO UR S PRIPRAVO NA TRENING V DVORANI	26,25	28,25	26,25	21,25	28,25	20,25	19	19	18	19	19	18	16,75	15,25	11,25	14,5	13	9	3	7	3	3	7	3	3	7	3
SKUPNO UR ZA AKTIVNOSTI, KI NISO VEZANE NA TRENING*	11,25	15,25	12,25	7,25	12,25	7,25	4	6	4	4	6	4	2,75	4,25	2,75	2,25	3,75	2,25	2	2	2	2	2	2	2	2	2
POVPREČNO	41,3 h / teden			36,2 h / teden			24,1 h / teden			24,1 h / teden			18,4 h / teden			15,7 h / teden			7,6 h / teden			7,6 h / teden					
DODATEK ZA 2 vadbeni skupini	15	11,25	15	10,25	10,25	10,25																					
POVPREČNO	53,8 h / teden			46,4 h / teden																							
MINIMALNA IZOBRAZBA OZ. USPOSOBLJENOST	TRENER I. razreda / Trener(2. in 3. SKL)			Trener			Trener			Trener			Trener mladih			Trener mladih			Trener mladih			Trener mladih					
POGODBA ZA MESECEV	12			12			11			11			10			10			9			9					
PRIPOROČENI MINIMALNI MESEČNI BRUTO ZNESEK**	1500,00 EUR			1300,00 EUR			710,00 EUR			610,00 EUR			330,00 EUR			260,00 EUR			150,00 EUR			150,00 EUR					
FAKTORJI DVIGA ZNESKA	Izkušnje, rezultati, izobrazba, individualni dogovor, obseg dela in kvaliteta			Izkušnje, rezultati, izobrazba, individualni dogovor, obseg dela in kvaliteta			Izkušnje, rezultati, izobrazba, individualni dogovor, obseg dela in kvaliteta			Izkušnje, rezultati, izobrazba, individualni dogovor, obseg dela in kvaliteta			Izkušnje, rezultati, izobrazba, individualni dogovor, obseg dela in kvaliteta			Izkušnje, rezultati, izobrazba, individualni dogovor, obseg dela in kvaliteta			Izkušnje, rezultati, izobrazba, individualni dogovor, obseg dela in kvaliteta			Izkušnje, rezultati, izobrazba, individualni dogovor, obseg dela in kvaliteta					
FAKTORJI ZNIŽANJA ZNESKA	Usposobljenost, individualni dogovor			Usposobljenost, individualni dogovor			Usposobljenost, individualni dogovor			Usposobljenost, individualni dogovor			Usposobljenost, individualni dogovor			Usposobljenost, individualni dogovor			Usposobljenost, individualni dogovor			Usposobljenost, individualni dogovor					

*Delo trenerja ni samo aktivno v dvorani, ampak tudi vse ostale stvari vezane na ekipo in klub.

**minimalni znesek je predviden za klube 1. SKL, v nižje ligaških ekipah zneski odstopajo do 20%, glede na finančne zmožnosti kluba. Znesek velja, za obseg dela, ki je predviden pri izračunu.

PRIMERNE OBREMENITVE VODIJ MLADINSKIH/PIONIRSKIH POGONOV:

PRIMERJAVA OBREMENITEV MED 3 TIPI AKTIVNOSTI TRENERJA,

- najboljše pogoje za kvalitetno delo ima trener, ki ima eno vadbeno in tekmovalno ekipo, ki lahko na letni ravni glede na obseg dela vse naloge opravlja kvalitetno in lahko kot trener vlaga tudi vase ter napreduje,
 - še vedno kvalitetne pogoje glede na obremenitve ima trener, ki ima eno vadbeno in dve tekmovalni ekipi, ki pa ima manj možnosti se posvetiti OSTALIM in PRIPOROČLJIVIM nalogom, kar vpliva predvsem na manjšo možnost zadostnega stika z igralci, analiz, stiki s šolo, starši, vlaganje v sebe,
 - zelo na meji ustreznih pogojev je trener, ki ima dve vadbeni in dve tekmovalni ekipi, ki na dolgi rok ne more delovati kvalitetno na vseh nivojih in predvsem lahko izvaja dokaj kvalitetno zgolj izvedbo treningov/tekem, medtem ko vse ostalo trpi, zmanjkuje mu časa za osebno rast, za ustrezen nadzor vseh pogonov, ukvarjanje z ostalimi trenerji....
- OSNOVNO PRAVILO naj BO, da ima trener v vsakem primeru vsaj EN DAN v TEDNU prost, v kolikor to ni možno NAJ IMA prosto vsaj 24 ur

DELO/NALOGE VODJE MLADINSKEGA POGONA IN VODJE U15 IN MLAJŠIH

Funkcija je izrednega pomena, saj je od te osebe odvisen celotni pogon in odnos kluba do le tega. Njihov obseg dela ni vezan zgolj na njihovo ekipo ampak na vse mlajše selekcije in trenerje, ki delajo z njimi. Njegove naloge so veliko več, kot le treniranje. Ta oseba mora biti pravi vodja in prevzeti odgovornost in skrb za delo z mlajšimi v klubu.

VEZANO NA EKIPO, KI JO TRENIRA IN VODI

1. DELO TRENERJA v celoti vezano na športno vadbo (načrtovanje, izvedba, nadzorovanje, vrednotenje),
2. sodelovanje z ostalimi strokovnjaki (trener za telesno pripravo, fizioterapevt, zdravniška služba, športni psiholog, nutricionist...),
3. testiranje, analiza statistike igre,
4. sestanki z ekipo/posamezniki,
5. selekcioniranje in tudi do selekcioniranje,
6. usmerjanje manj kakovostnih igralcev v sodniške, organizacijske, trenerske, navijaške, podporne aktivnosti in s tem zadrževanje človeškega potenciala v klubu, košarki. Naredimo vse, da vsak igralec, ki zaključi aktivno pot ostane zvest klubu, košarki in ga nanj vežejo dobri občutki – PRIPADNOST,
7. komunikacija s starši in šolami,
8. izdelava poročil (mesečna, letna),
9. ostale organizacijske in administrativne naloge

VEZANO NA OSTALE EKIPE, KI SPADAJO V POGON MLAJŠIH KATEGORIJ IN NA CELOTEN POGON

1. PRIPRAVI RAZVOJNI PROGRAM (smernice za enotno strokovno delo, kadrovske in infrastrukturni pogoji za vadbo, finančni načrt, cilji...)
2. SODELOVANJE Z VODSTVENIMI KADRI KLUBA, predstavljanje pogona mlajših kategorij, razvijanje celotnega pogona, promocija pogona in skrb za ustrezen odnos do pogona s strani vodstva kluba in članskega pogona....,
3. USPOSABLJANJE, USMERJANJE in MENTORSTVO ostalim TRENERJEM (prisotnost na treningih, skupni sestanki, individualni sestanki, interne klinike, pomoč pri načrtovanju vadbe, taktike, koordinacija dela trenerjev in nadzor, spremljanje poročil ostalih trenerjev, skrb za status trenerjev ...)
4. PRIPRAVA LETNEGA in v sodelovanju s trenerji priprava MESEČNEGA in TEDENKEGA načrta dela mladinskih selekcij ter košarkarske šole, vključno s tekmami, treningi, pripravami in drugimi aktivnostmi za doseganje zastavljenih ciljev celotnega mladinskega pogona
5. SKRB ZA INDIVIDUALNO DELO in NAPREDEK IGRALCEV in TRENERJEV celotnega pogona mlajših kategorij,
6. SELEKCIONIRANJE in DO SELEKCIONIRANJE na nivoju celotnega pogona,
7. ORGANIZIRANJE in izvedba klubskega TABORA/PRIPRAV,
8. SODELOVANJE z ostalimi KLUBI, trenerji, KZS,...
9. OSTALE ADMINISTRATIVNE NALOGE in ORGANIZACIJSKE NALOGE v sodelovanju s tajnikom kluba: prijava tekem, organizacija prevozov, nadzor in pomoč pri organizaciji tekem: miza, brisalci, naročanje opreme, urejanje statusov igralcev mladinskih selekcij, vadnina,...

DODATNO SE PRIPOROČA:

1. ogled vsaj ene domače reprezentančne tekme v naslednjih kategorijah (razen, če sodeluješ v reprezentanci kot trener): U14 – Slovenia Ball, U16, U18, U20.
2. ogled vsaj dveh tekmovalnih dni zaključnih turnirjev U17 in U19 ter enega dneva U15.
3. vsaj en seminar letno v tujini.
4. Sodelovanje v programih KZS (regijsko selekcioniranje, nacionalni program, reprezentančni program, tabor KZS).

DELO/NALOGE TRENERJEV POSAMEZNIH SELEKCIJ - PRIPOROČILA IN SMERNICE

1. Odgovorni so za svoje delo in rezultate.
2. Na treninge morajo prihajati redno in točno.
3. Skrbeti za ažurnost klubskega koledarja tedenski terminski plan treningov in tekem.
4. Priprava na trening.
5. Vodenje treningov in tekem ter napisati analizo in oceno treninga.
6. Voditi ustrezne evidence igralcev, spremljati njihov napredek, jih ocenjevati in poročati vodji.
7. Dolžni so pravočasno poiskati ustrezno zamenjavo, če zaradi objektivnih razlogov ne morejo priti na trening. Odповed treninga in zamenjavo (naj bo klubski trener) morajo javiti vodji mladinskega pogona.
8. Izdelava okvirnega letnega načrta procesa treniranja za njihovo(e) ekipo(e) – plan, cilje, vsebine, oblike dela in načrt tekmovanja za naslednjo sezono. Pred začetkom sezone.
9. Vodenje dnevnika dela (prisotnost, cilji in vsebine).
10. Pomoč pri organizaciji turnirjev, kampa kluba (sojenje, vodenje tekem, varstvo otrok) in odhodih na turnirje, promociji kluba.
11. Udeležba na sestankih strokovnega štaba kluba, ki jih skliče vodja mlajših selekcij.
12. Skrb za lastno strokovno izpopolnjevanje.
13. Skrb za zaupane rekvizite.
14. Skrb za varnost udeležencev procesa.
15. Skrb za varnost otrok na poti na tekme in nazaj.
16. Povezovanje s starši igralcev in komunikacija po dogovorjenem protokolu kluba, o vsem pa je treba obveščati vodjo mlajših selekcij.
17. Skrb za zdrav način življenja igralcev (strogo prepovedan alkohol in kajenje ter vse ostale droge!!!).
18. Evidentiranje morebitnih težav igralcev (zdravje, vedenje, učni uspeh ...). O vseh težavah obveščati vodjo.
19. Pomagati pri ustvarjanju medijske podobe kluba in mladinskega pogona. Z posredovanjem ustreznih informacij, izjav, fotografij, statistik, odgovorni osebi v klubu.
20. Skrb za vodenje statistike na tekmah. (U19, U17)
21. Po sezoni je treba predložiti letno poročilo o opravljenem delu (št. treningov in tekem ter rezultate, prisotnost, napredovanje otrok).
22. Opazovanje igralcev in spodbujanje perspektivnih.
23. Skrbeti za upoštevanje smernic v klubskem pravilniku za mlajše selekcije (v kolikor ta obstaja).
24. Sodelovati in biti kritičen do dela kolegov na klubskih sestankih, vse se rešuje interno.
25. Varovati zaupne podatke o igralcih.
26. Iskati in privabljati mlade talente v klub.
27. Skrbeti za primerno obnašanje in zgled tudi v privatnem življenju in socialnih omrežjih.
28. Skrbeti za promocijo na socialnih omrežjih.
29. Upoštevati smernice, ki se določijo na trenerskih sestankih.
30. Skrbeti za pravilno usmerjanje otrok in doseganje standardov znanja.
31. O vsem, kar se dogaja v klubu, v zvezi s klubom, v zvezi z igralci in njihovimi starši, je treba obveščati vodjo mlajših selekcij.
32. Skrbeti za redno pregledovanje in odgovarjanje na e-pošto. Normalna e-pošta odgovor 24 ur, prioriteta 12 ur.
33. Snemati vse tekme. Prioriteta po starostnih kategorijah od U19 do U15.
34. Izvajati dodatne naloge, ki jih posreduje vodja mlajših selekcij.
35. Spoštovati kodeks trenerjev.

PRIPOROČILA KLUBOM:

Od trenerjev naj zahtevajo vestno in resno opravljanje nalog. Trenerji naj vsak mesec oddajajo poročilo, na katera naj bodo vezana tudi izplačila. Poročila naj vsebujejo vse podatke o opravljenih nalogah in prisotnost igralcev na vseh klubskih aktivnostih.

Priporoča se, da trenerji analizirajo pretekli mesec in planirajo prihajajoči mesec.

Sestanki trenerjev naj bodo najmanj 1x na 14 dni, vodi naj jih vodja mlajših selekcij, ki tudi pripravi zapisnik sestanka in ga posreduje vodstvu kluba.

Klub naj skupaj s svojim strokovnim kadrom sprejme večletni strateški plan dela in razvoja v mladinskem pogonu.

Klub naj trenerjem zagotovi optimalne pogoje za delo.

Klub naj angažira kompetenten kader, ki bo skrbel za razvoj na vseh področjih.

Klub naj stoji za delom svojega strokovnega kadra in skrbi za nemoteno delo le-tega ter ga zaščiti pred zunanjimi nestrokovnimi vplivi (starši, zastopniki, sponzorji, navijači ...)