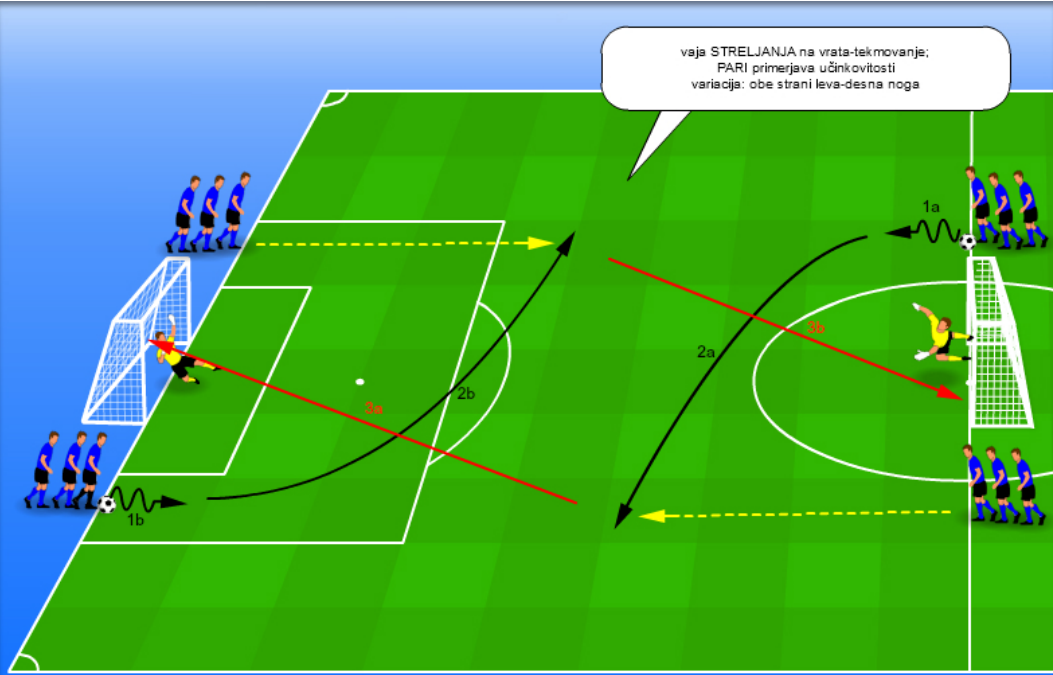
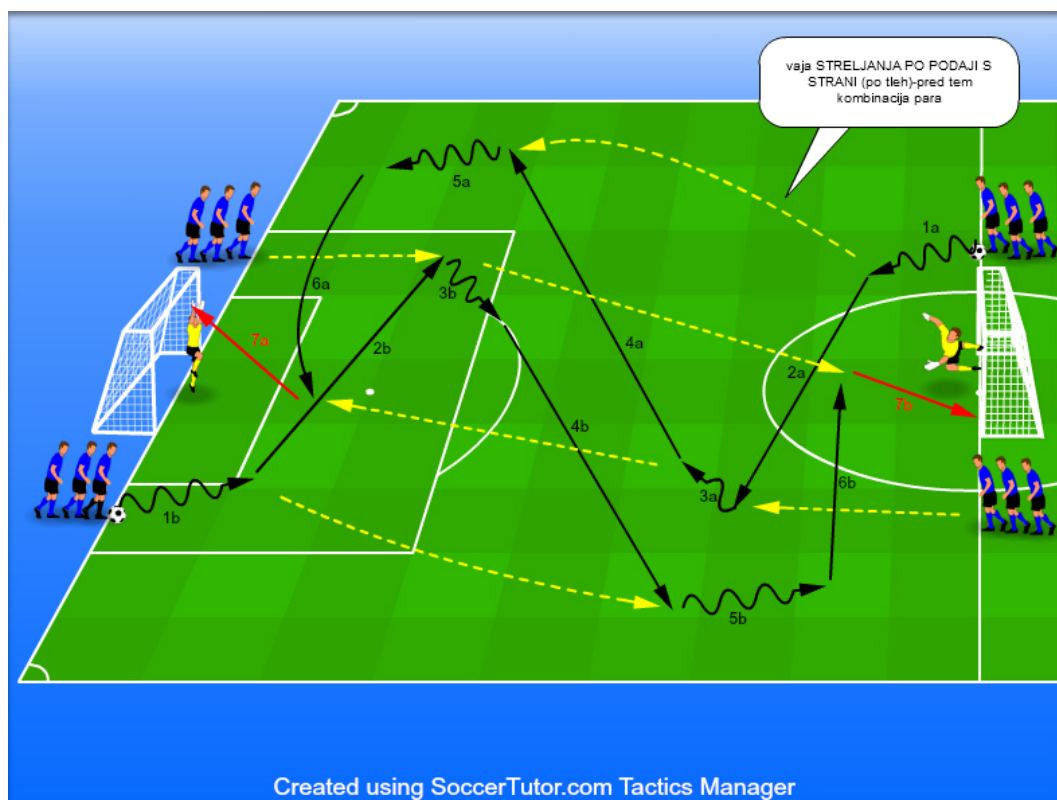


PEDAGOŠKA PRAKSA V TUJINI – PRAKTIČNI DEL CLUB BRUGGE – BELOFTEN (U-21)

MIKROCIKLUS (teden od 23.11.2015 do 29.11.2015)

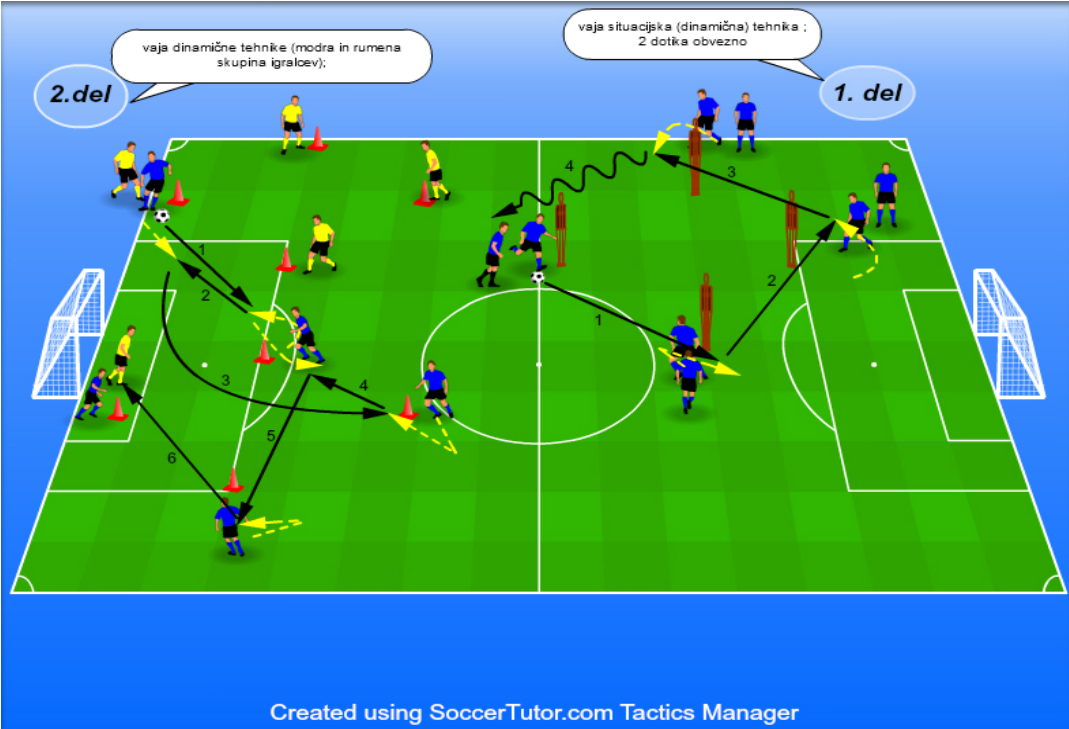
Datum in čas	Ponedeljek, 23.11.2015 od 14.30 do 18.00
Cilj	Video analiza in regeneracija
Opis	- video analiza dveh mednarodnih tekem U-19 (AZ, Groningen) – 14.30-16.00 - regeneracija v telovadnici (fitnes) – 16.30-18.00
Skica- opombe	

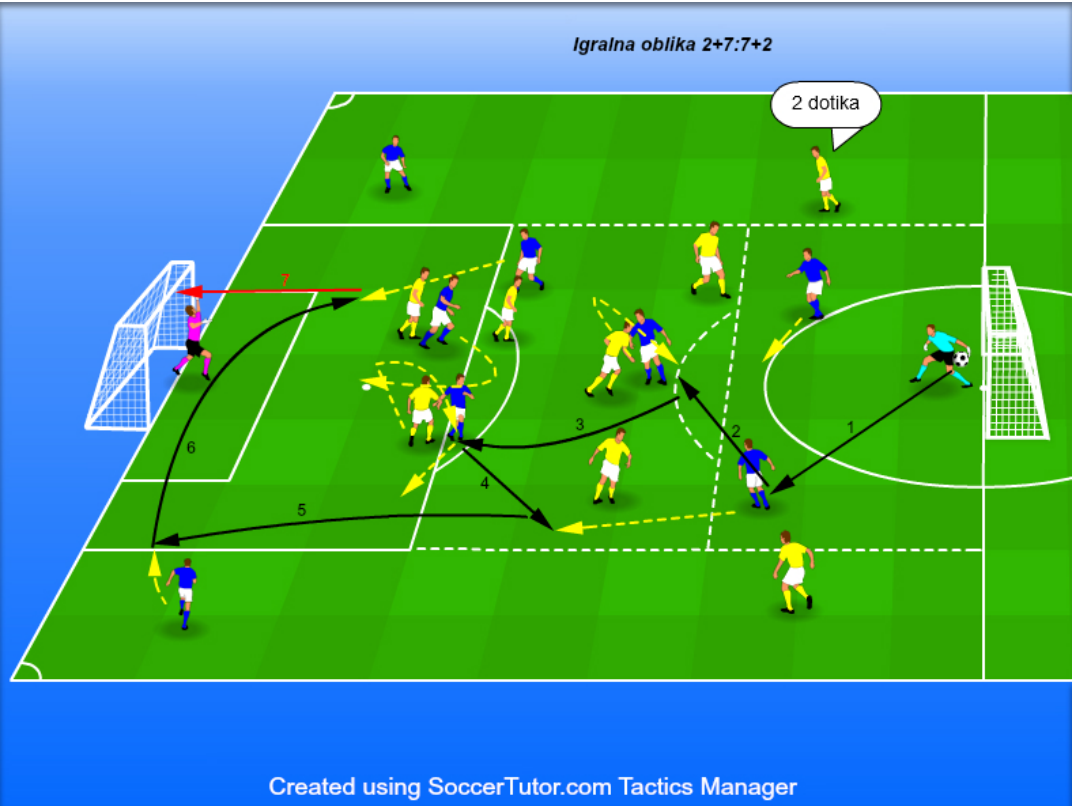
Datum in čas	Torek, 24.11.2015 od 14.30 do 18.00
Cilj	Priprava na tekmo in aktivacija
Opis	- fitnes - korekcijske vaje in stabilizacija-14.30-15.15 - igrišče - 15.15-16.30 - individualni sestanki – 16.30-18.00
Skica- opombe	Uvodni del: -vaje upravljanja z žogo v gibanju -aktivacija-kratki sprinti -3 različni tipi po 2 ponovitvi -igralna oblika v prostoru-igra sredine- 5:2-1 dotik, sredinska igralca preprečujeta podajo skozi njiju-4 ponovitve po 2 minuti, premor 1 minuta Glavni del:  Created using SoccerTutor.com Tactics Manager



Zaključni del:
-ohlajanje oziroma sproščanje z lahkotnim tekom (kratko)

Datum in čas	Sreda, 25.11.2015 od 14.00 naprej
Cilj	Prvenstvena tekma-Lokeren:Club Brugge (BELOFTEN)
Opis	- skupno kosilo - skupen sestanek pred tekmo (posamezniki opravijo razgovor s trenerjem) - določeni igralci opravijo trening (6 igralcev A ekipe na tekmi)
Skica-opombe	Trening igralcev ki niso na tekmi (8)  Taktična navodila za tekmo: OSNOVA: -cilj priti med prvih osem; -6 igralcev A moštva; -kolektiv (odgovornost=starejši pobudo) F.B:-odločitev o takojšnjem presingu visoko na polovici tekmeca (10 in 9 hkrati usmerjata-bok); -plitka formacija-kompakten blok(30m); -7 in 11 ozko v sredino preprečiti podaje v sredino; F.N.: -2,5 visoko na polovico tekmeca; 3,4 narazen in pričneta napad potrpežljivo; 6,8 po potrebi nizko v širino ; 7,11 mobilna v sredino(dodatna vezista); TRANZICIJA(+): -takoj globina, če ne gre sledi potrpežljiva priprava/posest TRANZICIJA(-): -takoj presing (DOBI ŽOGO!!) TEKMA-(0:0)=1:1; 0:1 Rafaelov (87),1:1(93); ANALIZA- podrobna analiza po tekmi (posnetek tekme)

Datum in čas	Četrtek, 26.11.2015 od 14.30 do 17.00
Cilj	Video analiza z ekipo in regeneracija; določeni trening tekma sobota U-19
Opis	- te/ta trening (igralna situacija) - regeneracija v telovadnici (fitnes) - 1h
Skica-opombe	Trening igralcev ki bodo igrali na tekmi v soboto (15-20) Uvodni del:  Created using SoccerTutor.com Tactics Manager Glavni del:  Created using SoccerTutor.com Tactics Manager Zaključni del: sproščanje

Datum in čas	Petek, 27.11.2015 od 14.30 do 17.15
Cilj	Priprava na tekmo in aktivacija
Opis	- fitnes - korekcijske vaje in stabilizacija-14.30-15.30 - igrišče - 15.30-17.15
Skica-opombe	Uvodni del: -vaje upravljanja z žogo v gibanju -aktivacija-kratki sprinti -3 različni tipi po 2 ponovitvi -igralna oblika v prostoru-igra sredine- 5:2-1 dotik, sredinska igralca preprečujeta podajo skozi njiju-4 ponovitve po 2 minuti, premor 1 minuta Glavni del:  Created using SoccerTutor.com Tactics Manager variacija igre, ko v 16m prostoru igrajo 3:2 -Igralna oblika 4+5:5+4 v nadaljevanju (skica torek trening) Zaključni del: -ciljanje prečk

Datum in čas	Sobota, 28.11.2015 ob 11.30
Cilj	Prvenstvena tekma- Club Brugge:Mouscron-Peruwelz (U-19)
Opis	- skupno kosilo - skupen sestanek pred tekmo (posamezniki opravijo razgovor s trenerjem)
Skica-opombe	Taktična navodila za tekmo: OSNOVA: -cilj zmaga; -7 igralcev Beloften; -karakter F.B:-odločitev o takojšnjem presingu visoko na polovici tekmeca (10 in 9 hkrati usmerjata-bok); -plitka formacija-kompakten blok(30m); -7 in 11 ozko v sredino preprečiti podaje v sredino; F.N.: -2,5 visoko na polovico tekmeca; 3,4 narazen in pričneta napad potrpežljivo; 6,8 po potrebi nizko v širino ; 7,11 mobilna v sredino(dodatna vezista); TRANZICIJA(+): -tako globina, če ne gre sledi potrpežljiva priprava/posest TRANZICIJA(-): -tako presing (DOBI ŽOGO!!) TEKMA-(1:2)=2:4; PORAZ ANALIZA- podrobna analiza po tekmi (posnetek tekme)-RAZOČARANJE

Datum in čas	Nedelja, 29.11.2015
Cilj	Predvideno prosto?
Opis	
Skica-opombe	