



IZVEŠTAJ SA PRIPREMA (takmičari u borbama – kadeti, juniori i seniori)



MESTO: <i>Apatin</i>
DATUM: <i>09-15.08.2015.god.</i>
TEHNIČKI ORGANIZATOR: <i>Karate Savez Vojvodine</i>
FAZA: <i>pripremna</i>
BROJ UČESNIKA: <i>u borbama 19 takmičara, trener (Vladan Rudić Vranić), rukovodilac kampa dr Tepavčević Strahinja, sekretar SS KSV Miloš Erić, sekretar KSV Dara Novaković i lekar Branislav Bijelić.</i>
CILJ: <i>U skladu sa predhodno planiranim programom aktivnosti, cilj ovih priprema bio je uvid u stanje takmičara KSV kojim raspolaže, u pogledu njihovog znanja i kvaliteta koji oni poseduju, i kojim se služe u takmičarskom nastupu, fizičkoj spremi. Cilj je bio uvežbavati nekoliko tehničko taktičkih elemenata karatea primenljivih u sportskoj borbi, kao i povećanje psihomotoričkih sposobnosti sportista. Cilj priprema je i vaspitanje i edukacija sportista o sportskom ponašanju, sportskoj etici, disciplini i obavezama sportista u toku priprema, treninga i takmičenja.</i>
PLAN I PROGRAM: <i>Održano je 12 treninga. Treninzi su se održavali dva puta dnevno. Ujutro u 07 časova na fudbalskom terenu radio se kondicioni trening, a u 16,30 časova u sali u karate sportskoj opremi bio je karate trening. Jutarnji treninzi su bazirani na sticanju opšte fizičke spreme, specifične snage i kondicije, vežbama i zadacima koji su prilagođeni karate sportu. Na popodnevnom treninzima uz konstantnu korekciju stava, garda i tehnike, radilo se na učenju, usvajanju i uvežbavanju različitih varijanti taktičko tehničkih kombinacija u sportskoj karate borbi, kojom bi takmičari bolje i kvalitetnije pripremili akcije i stvorili više pravih prilika za postizanje poena u mečevima. Takođe se na kraju treninga stavljao akcenat na vežbe razgibavanja jer je neophodno podići nivo opšte razgibanosti svih uzrasnih kategorija na veći nivo.</i>
SMEŠTAJ: <i>Dom učenika srednje mašinske škole u Apatinu.</i>
ISHRANA: <i>Optimalna za ishranu sportista u trenutnom periodu.</i>
USLOVI ZA RAD: <i>Odlični.</i>
ZATVORENI PROSTOR: <i>Sportska hala u neposrednoj blizini doma učenika (10 m), sa 300 kvadratnih metara tatamija.</i>
OTVORENI PROSTOR: <i>Fudbalski travnati teren, košarkaški teren (tartan podloga) i teren za mali fudbal sa veštačkom travom u neposrednoj blizini doma učenika (20 m).</i>
OSTALO: <i>Imali smo obezbeđen svakodnevni organizovani odlazak na bazen (autobusom) u Banju Januković (3 km) na kupanje.. Prisutvo stručnog saveta KSV na treninzima bilo je svakodnevno. Medicinski nadzor i prisustvo lekara je bio prisutan 24 h.</i>
POVREDE: <i>Ozbiljnijih nije bilo.</i>
ZAKLJUČAK: <i>Pripreme su uspešno završene. Na pripreme nije došao Šejn Željko zbog bolesti. Dok su jedan dan opravdano kasnili Salapura Đorđe, Pejović Filip i Brežančić Vladimir. Zbog povrede (Pejović Filip) i prevoza (Godić Anja) nisu odradili poslednji trening. Plan i program rada je sproveden u odličnim uslovima za rad. Greške koje su sportisti tokom rada prikazali su uočene i korigovane u velikoj meri, a oni su isto tako uzvratili i prihvatili sugestije i korigovali svoje nedostatke. Smernice za dalji rad postoje, sa ovim sto su pripreme pokazale uz vreme i kontinuirani rad u klubovima, rezultati neće izostati. Generalno posmatrano disciplina sportista bila je odlična. Zalaganje i ozbiljnost na treninzima veoma dobra. Atmosfera i zajedništvo na visokom nivou, što je još jednom pokazalo da smo na pravom putu. Moramo biti uporni i istrajni, kako bi u narednom periodu mogli očekivati, još bolje sportske rezultate na domaćoj i međunarodnoj sceni. Kvalitet i kvantitet postoji, na nama je da to iskoristimo. Verujem da to možemo, ali samo uz korektnu i kvalitetniju saradnju sa klubskim trenerima.</i>
Izveštaj podneo: <i>Erić Miloš, sekretar Stručnog saveta KSV</i>
Dana: <i>16.08.2015.god.</i>