

Заявление претендента на должность тренера национальной сборной команды России.

Ф.И.О	Мальков Антон Евгеньевич
Адрес эл.почты	malkovae@gmail.com
Телефон для связи	8 (909) 9445295
Дата рождения	10.07.1985
Город проживания	Пушино
Дивизион	Смешанный дивизион на траве; Смешанный дивизион на песке



- **Резюме и заявление кандидата**

Игровой опыт 11 лет, тренерский опыт 5 лет, тренер-капитан команды BioZONe

- **Заявление кандидата**

Цель:

1. Создание конкурентной сборной из игроков, регулярно выступающих в микст-дивизионе.
2. Войти в топ-5 сборных на Чемпионате Европы.

Как тренер и игрок микст-команды я заинтересован в развитии и повышении конкурентоспособности смешанного дивизиона в России. Идеальная сборная, на мой взгляд, это команда молодых, атлетичных и мотивированных игроков из микст-клубов России, усиленная опытными игроками Од и ЖД.

- **Программа подготовки национальной команды на один (1) год**

Планируемое число игроков в составе 15-20 человек.

Игроки в национальную сборную будут отбираться по следующим критериям:

1. Соответствие игровых навыков уровню и тактическому плану сборной.
2. Мотивация
3. Уровень физической готовности

Помощники тренера, они же капитаны сборной, будут определены на общем собрании, планируется выбор капитанов ответственных за мужскую и женскую части команд.

Временные сроки.

Октябрь – отбор игроков в команду, создание расширенного ростера (до 25 чел) будущей команды. С октября по февраль будут проводиться ежемесячные двухдневные сборы, для построения и отработки командного взаимодействия. Помимо практических тренировок, планируется проведение теоретических семинаров. Исходя из готовности игроков к концу периода, будет проведена корректировка тактического плана, состава и турнирного календаря команды. Также в данный период планируется разработка индивидуальных программ технических (броски, движения) и функциональных тренировок для каждого игрока (повышение скоростной выносливости, плиометрических характеристик, минимизация риска травм).

Февраль – формирование окончательного ростера национальной команды.

Март-Май – корректировка индивидуальных тренировочных программ, увеличение интенсивности тренировок. Сборы/выезды на турниры каждые 3 недели.

Июнь – период восстановления и отдыха для игроков, упор в тренировочном плане на игровые взаимодействия и бросковые упражнения, умеренные физические нагрузки.

Посещение турниров в России

- все доступные уличные турниры 7x7 в России, включая этапы МЧР и турниры ОД

Посещение зарубежных турниров

-Warsaw Delight

-Windmill Windup

- **Мнение о подготовке команд, имеющих различных тренеров в одном дивизионе, в случае проведения в один год чемпионатов и на траве и на песке:**

Различные тренеры для травы и песка