
Krajská volejbalová akademie v MSK

Již sedmým rokem probíhá dlouhodobý projekt Krajské volejbalové akademie dívek a chlapců Moravskoslezského krajského volejbalového svazu, který je finančně podporován z rozpočtu Moravskoslezského kraje a Českého volejbalového svazu.

Cílem projektu je zlepšovat herní úroveň hráček/hráčů všech klubů Moravskoslezského kraje, najít talentované hráčky/hráče a zlepšovat jejich dovednosti v rámci výběrových kempů v kategorii U14/U16. Spolupráci se podařilo navázat téměř se všemi kluby v kraji „starajícími“ se o mládež, které na kempy vysílají své talentované hráčky a hráče se zájmem se ve volejbale neustále zlepšovat.

Od října roku 2022 vybírají a připravují trenéři KVA hráčky/hráče ročníku 2009 a mladší na vrchol roku 2024, kterým je Letní olympiáda dětí a mládeže v Českých Budějovicích. Zároveň již na konci roku 2023 probíhají také kempy pro mladší ročníky a jejich výběr pro vrcholné akce v příštích letech.

Hráčky a hráči se připravují v rámci celodenních kempů, které probíhají v halách MSK zvlášť pro holky a kluky v různých termínech, pod vedením kvalifikovaných volejbalových trenérů, kondičních trenérů a fyzioterapeutů.

Hráčky/hráči mají v průběhu kempu zajištěnou svačinku ve formě ovoce/tyčinek a obědy.

Celodenní kempy dívek

31. 1. 2024 – Ostrava, hala TJ Ostrava, Varenská

Ve středu 31.1. proběhl od 9.00-15.00 první kemp kemp dívek, kterého se zúčastnilo celkem 42 dívek. Hráčky se pod vedením volejbalových trenérů Michala Barneta, Tomáše Jambora, Saši Dedkové zdokonalovali především na přihrávce, kdy trenéři zopakovali základy správného odbití vrchem i spodem. Rozmanitá skupinová cvičení i hry imitující situace ve hře zpestřily tento nácvik správné přihrávky na nahrávačku. Vybrané hráčky se také již připravovaly na souhru ve hře a založení útoku po přihrávce míče „zadarmo“.

Pod vedením kondičního trenéra Jiřího Dedka proběhlo rozcvičení na začátku kempu a protažení na závěr.

V průběhu kempu probíhala kondiční příprava zaměřená na výbušnost a reakční rychlost. Zastoupení měly kluby VK Kylešovice, VK Raškovice, TJ Sokol Frýdek-Místek, Happy Sport Opava, ŠSK Bílovec, SVK Nový Jičín, KV Kopřivnice, TJ Hlučín, TJ Ostrava, Vam Havířov, VK Polanka nad Odrou.

foto: <https://www.rajce.idnes.cz/mskvs/album/20240131-krajska-volejbalova-akademie-divek-ostava>

instagram: [volejbalova akademie mskvs](#)

28. 2. 2024 – Ostrava, hala TJ Ostrava, Varenská

Ve středu 28.2. proběhl opět od 9.00-15.00 druhý kemp kemp dívek, kterého se zúčastnilo celkem 35 dívek. Hráčky se tentokrát pod vedením volejbalových trenérů Ondřeje Šimáka, Michala Barneta a Saši Dedkové zdokonalovali především v útočném úderu – smečářská paže, směr a typy úderů, např. po vysoké nahrávce z pole. Dívky byly rozděleny do 3-4 skupin, kde pracovaly postupně také na kondici s Jiřím Dedkem a souhře v šestkách v rámci přípravy na LODM.

Pod vedením kondičního trenéra Jiřího Dedka proběhlo rozcvičení na začátku kempu a protažení na závěr.

Zastoupení měly kluby VK Kylešovice, VK Raškovice, TJ Sokol Frýdek-Místek, Happy Sport Opava, ŠSK Bílovec, SVK Nový Jičín, KV Kopřivnice, TJ Hlučín, TJ Ostrava, VK Polanka nad Odrou.

foto: <https://www.rajce.idnes.cz/mskvs/album/20240228-krajska-volejbalova-akademie-divek-ostava>

Sekretariát:

Ing. Šárka Sonnková

Tel: +420 604 676708

e-mail: mskvs@seznam.cz

Moravskoslezský krajský volejbalový svaz

Vítkovická 3083/1, 702 00 Ostrava

IČ: 06617549

<http://ms.cvf.cz/>

27. 3. 2024 – Ostrava, hala TJ Ostrava, Varenská

Ve středu 27.3. proběhl od 9.00-15.00 již třetí kemp dívek s účastí 42 dívek. Hráčky se tentokrát pod vedením volejbalových trenérů Tomáše Jambora, Ondřeje Šimáka, Michala Barneta a Saši Dedkové zdokonalovaly opět v útočném úderu a přihrávce. Dívky byly rozděleny do 4 skupin, kde pracovaly postupně také na kondici s Jiřím Dedkem, koordinaci a kompenzaci s Blankou Vašutovou v rámci prevence zranění a samozřejmě v souhře v šestkách s přípravou na útok po podání v rámci přípravy na LODM.

Pod vedením kondičního trenéra Jiřího Dedka proběhlo rozcvičení na začátku kempu a protažení na závěr s Blankou Vašutovou.

Zastoupení měly kluby VK Kylešovice, VK Raškovice, TJ Sokol Frýdek-Místek, Happy Sport Opava, ŠSK Bílovec, SVK Nový Jičín, KV Kopřivnice, TJ Hlučín, TJ Ostrava, VK Polanka nad Odrou.

foto: <https://www.rajce.idnes.cz/mskvs/album/20240327-krajka-volejbalova-akademie>

8. 5. 2024 – Raškovice, sportovní hala Raškovice

Ve středu 8.5. se konal čtvrtý kemp dívek s účastí 34 dívek. Dívky byly rozděleny do 4 skupin, kde pracovaly postupně na síle a výbušnosti s Jiřím Dedkem a koordinaci a kompenzaci s fyzioterapeutkou Kateřinou Honešovou v rámci prevence zranění. Pod vedením kondičního trenéra Jiřího Dedka proběhlo rozcvičení na začátku kempu a protažení na závěr s Kateřinou Honešovou.

Mladší hráčky se tentokrát pod vedením volejbalových trenérů Davida Motúse a Saši Dedkové zdokonalovaly v útočném úderu a nahrávačky pilovaly náhrávku. Hráčky, které se připravují na LOM, trénovaly pod vedením Michala Barneta a Tomáše Jambora mimo jiné útok středem, následné vykrývání a obranu v poli se správným postavením hráček. Tyto hráčky se připravovaly také na přípravný mezinárodní turnaj v Bílovci 11.-12.5., který má rozhodnout o konečné nominaci 12 hráček na LODM.

Shrnutí

Na všech kempech pro dívky měly zastoupení kluby VK Kylešovice, VK Raškovice, TJ Sokol Frýdek-Místek, Happy Sport Opava, ŠSK Bílovec, SVK Nový Jičín, KV Kopřivnice, TJ Hlučín, TJ Ostrava, VK Polanka nad Odrou, VK Beskydy Frýdlant n/O.

O organizační a technické zajištění kempů dívek se postarala koordinátorka Šárka Sonnková.

Zpracovala:

Šárka Sonnková,
koordinátorka KVA-D