

# Lista obecności na treningach siatkówki

Drużyna \_\_\_\_\_

Sezon \_\_\_\_\_

Trener \_\_\_\_\_

Okres \_\_\_\_\_

| Nr | Imię i nazwisko | Treningi na górze każdej kolumny wpisz datę |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    | Suma |   |   |   | Frekwencja<br><small>X+S ze wszystkich wpisów</small> |
|----|-----------------|---------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|------|---|---|---|-------------------------------------------------------|
|    |                 | 1                                           | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | X    | S | Z | N |                                                       |
| 1  |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 2  |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 3  |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 4  |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 5  |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 6  |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 7  |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 8  |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 9  |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 10 |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 11 |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 12 |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 13 |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 14 |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
| 15 |                 |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |
|    | Obecni (X+S)    |                                             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |      |   |   |   |                                                       |

**X** = obecny · **S** = spóźniony · **Z** = nieobecność zgłoszona wcześniej (powód na stronie 2) · **N** = nieobecność bez zgłoszenia. Frekwencja = (X + S) podzielone przez liczbę wypełnionych pól danej osoby. Puste pole się nie liczy: zostaw je puste, gdy trening odwołano albo gdy ktoś jeszcze nie należy do drużyny.

# Zgłoszone nieobecności i powody

Jeden wiersz na każdą nieobecność. Po kilku tygodniach widać, dlaczego ktoś opuszcza treningi: choroba, kontuzje, szkoła lub praca.

Drużyna

Okres

| Data treningu | Imię i nazwisko | Powód<br>choroba · kontuzja · szkoła · praca · dojazd · rodzina ·<br>wyjazd · inne | Kto zgłosił<br>zawodnik lub rodzic | Kiedy zgłoszono<br>dzień i godzina | Uwagi |
|---------------|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|-------|
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |
|               |                 |                                                                                    |                                    |                                    |       |

**Wskazówka:** zapisuj też, kiedy przyszło zgłoszenie. Jeśli większość zgłasza się dopiero w dniu treningu, ustal z drużyną stały termin, na przykład do wieczora poprzedniego dnia.

# Tak wygląda wypełniona lista

Fikcyjna drużyna po 8 z 12 treningów.

Drużyna **Drużyna fikcyjna**

Sezon **2026-2027**

Trener **Sam K.**

Okres **treningi od 1 do 12**

| Nr | Imię i nazwisko | Treningi na górze każdej kolumny wpisz datę |                     |                    |                     |                    |                     |                    |                     |   |    |    |    | Suma |   |   |   | Frekwencja<br>X+S ze wszystkich wpisów |
|----|-----------------|---------------------------------------------|---------------------|--------------------|---------------------|--------------------|---------------------|--------------------|---------------------|---|----|----|----|------|---|---|---|----------------------------------------|
|    |                 | 1<br>tydz. 1<br>wt                          | 2<br>tydz. 1<br>czw | 3<br>tydz. 2<br>wt | 4<br>tydz. 2<br>czw | 5<br>tydz. 3<br>wt | 6<br>tydz. 3<br>czw | 7<br>tydz. 4<br>wt | 8<br>tydz. 4<br>czw | 9 | 10 | 11 | 12 | X    | S | Z | N |                                        |
| 1  | Ania B.         | X                                           | X                   | X                  | X                   | X                  | X                   | X                  | X                   |   |    |    |    | 8    | 0 | 0 | 0 | 8/8 · 100%                             |
| 2  | Basia K.        | X                                           | X                   | S                  | X                   | X                  | X                   | X                  | X                   |   |    |    |    | 7    | 1 | 0 | 0 | 8/8 · 100%                             |
| 3  | Ewa D.          | X                                           | Z                   | X                  | X                   | X                  | X                   | Z                  | X                   |   |    |    |    | 6    | 0 | 2 | 0 | 6/8 · 75%                              |
| 4  | Julia M.        | X                                           | X                   | X                  | N                   | X                  | X                   | X                  | X                   |   |    |    |    | 7    | 0 | 0 | 1 | 7/8 · 88%                              |
| 5  | Kasia S.        | X                                           | X                   | X                  | X                   | Z                  | X                   | X                  | X                   |   |    |    |    | 7    | 0 | 1 | 0 | 7/8 · 88%                              |
| 6  | Lena J.         | S                                           | X                   | X                  | X                   | X                  | S                   | X                  | X                   |   |    |    |    | 6    | 2 | 0 | 0 | 8/8 · 100%                             |
| 7  | Maja P.         | X                                           | X                   | N                  | X                   | X                  | Z                   | X                  | N                   |   |    |    |    | 5    | 0 | 1 | 2 | 5/8 · 63%                              |
| 8  | Natalia W.      | X                                           | X                   | X                  | X                   | X                  | X                   | X                  | X                   |   |    |    |    | 8    | 0 | 0 | 0 | 8/8 · 100%                             |
| 9  | Oła H.          | X                                           | X                   | X                  | X                   | Z                  | Z                   | X                  | X                   |   |    |    |    | 6    | 0 | 2 | 0 | 6/8 · 75%                              |
| 10 | Zosia L.        |                                             |                     |                    | X                   | X                  | X                   | X                  | X                   |   |    |    |    | 5    | 0 | 0 | 0 | 5/5 · 100%                             |
|    | Obecni (X+S)    | 9                                           | 8                   | 8                  | 9                   | 8                  | 8                   | 9                  | 9                   |   |    |    |    | 65   | 3 | 6 | 3 | 68/77 · 88%                            |

## Zgłoszone nieobecności w tym przykładzie

| Trening | Imię     | Powód                          | Kto zgłosił |
|---------|----------|--------------------------------|-------------|
| 2       | Ewa D.   | Choroba                        | Rodzic      |
| 5       | Kasia S. | Kontuzja (kostka)              | Zawodnik    |
| 5       | Oła H.   | Wyjazd                         | Rodzic      |
| 6       | Maja P.  | Praca                          | Zawodnik    |
| 6       | Oła H.   | Wyjazd                         | Rodzic      |
| 7       | Ewa D.   | Szkoła lub studia (sprawdzian) | Zawodnik    |

## Co mówi ta lista

- Maja** była na 5 z 8 treningów i 2 razy nie przyszła bez zgłoszenia (N). Porozmawiaj o tym teraz, nie na koniec sezonu.
- Zosia** dołączyła do drużyny na treningu 4. Jej puste pola się nie liczą, więc jej frekwencja to 5 na 5.
- Lena** 2 razy się spóźniła (S). To liczy się jako obecność, ale widać, że się powtarza.

W Koach zawodnicy sami zgłaszają nieobecność z powodem, ty zaznaczasz Obecny, Spóźniony lub Nieobecny na każdym treningu, a aplikacja liczy frekwencję każdego zawodnika.