

POZVÁNKA

ŠKOLENÍ TRENÉRŮ ATLETICKÝCH PŘÍPRAVEK 22. 5. 2021

České Budějovice

Termín: 22. května 2021
Pořadatel: Jihočeský krajský atletický svaz
Místo: České Budějovice – stadion SK Čtyři Dvory, ul. E. Rošického 35, 370 05, Č. Budějovice
Cena: 600 Kč
Lektoři: Šárka Chládková, Lea Doudová

Přihláška: přihlašování probíhá do středy **12. 5. 2021** do 23:59 hodin skrze vyplnění formuláře na uvedeném odkazu:

<https://registr.atletika.cz/TrainingRegistration/Registration/215>

Platební pokyny: poplatek 600 Kč uhradte do **14. 5. 2021** na číslo bankovního účtu Jihočeského krajského atletického svazu 2101183191/2010, do poznámky uveďte: „školení TAP, jméno, příjmení, atletický oddíl/klub/kroužek“. JČKAS hradí za účastníka poplatek ČAS ve výši 500 Kč za e-learning a administrativní poplatek a dalších 500 Kč za online výuku. Berte toto prosím na zřetel a přihlašujte pouze vážné zájemce. Část školení je spolufinancována z dotace Jihočeského kraje v rámci Krajského centra mládeže – atletika.

S sebou: sportovní oblečení, psací potřeby.

Stravování: vlastní, v průběhu školení bude pauza na oběd. (Restaurace/zahrádky zatím nejsou otevřeny, pokud se otevřou, bude možnost se najíst v blízkosti stadionu. Situaci budeme sledovat a před školením pošleme informace). Pitný režim zajistí pořadatel.

Podmínky k přijetí do školení:

- Věk uchazeče min 15 let
- Člen evidovaný v ČAS

Zkouška:

- 1) Teoretická: seminární práce (3 přípravy na cvičební jednotku pro atl. školku, mini-přípravku a pro přípravku (možno odevzdávat až po školení – info na školení)
- 2) Praktická: krátký didaktický výstup na téma organizace tréninkové jednotky v průběhu praktických lekcí.

Učební plán:

P = přednáška, C = cvičení, T = test, 1 h = 45 min

P	Problematika atletických přípravek a specifika sportování nejmladších věkových kategorií	2 h
P	První pomoc, úrazová prevence	2 h
P	Psychické a fyzické zákonitosti dětského organismu	1 h
P	Výživa a pitný režim	1 h
P	Regenerace a hygiena při a po tělesných cvičení	1 h
P	Základy psychologie a pedagogiky dítěte – komunikace trenér – dítě – rodič	2 h
T	Výstupní test teoretického základu (není součástí zkoušky, pilotní program)	1 h
C	Rozcvičení a hry	1 h
C	Základní gymnastika	1 h
C	Běháme!	2 h
C	Skáčeme!	2 h
C	Házíme!	2 h

Další informace:

Trenérem atletických přípravek (TAP) bude jmenován ten, kdo absolvoval školení pro trenéry atletických přípravek a splnil veškeré zkušební požadavky. Trenér atletických přípravek mladší 18 let působí jako pomocník hlavního trenéra.

Před praktickou částí (22. května 2021) obdržíte materiály k prostudování. Po praktické části bude následovat odevzdání seminárních prací a výstupní test (součást pilotního programu, nebude součástí zkoušky, termín bude upřesněn). Doporučujeme se podívat na materiály před praktickou částí a průběžně je studovat.

Všichni účastníci jsou povinni dodržovat hygienická opatření nařízená Ministerstvem zdravotnictví a Vládou ČR vzhledem k šíření virového onemocnění COVID 19. Účastníci jsou povinni mít vlastní ochranu dýchacích cest a dezinfekci. Průběžně sledujeme situaci a budeme Vás informovat ohledně testování na COVID-19 (zda bude/nebude povinné a případně jakým způsobem).

Program:

ŠKOLENÍ TAP - 22. KVĚTNA 2021			
OD	DO	TÉMA	MÍSTO
8:00	8:15	Úvod - prezentace, organizace	STADION
8:15	9:00	Úvodní přednáška - atletická příprava, první pomoc (doplnění online přednášek)	STADION
9:05	9:50	Rozcvičení a hry	STADION
9:55	10:40	Základní gymnastika	STADION
10:45	12:15	Běháme - praktická cv. pro atletickou školku, pro mini-přípravku, pro přípravku	STADION
12:15	13:00	PAUZA NA OBĚD	
13:00	14:30	Skáčeme - praktická cv. pro atletickou školku, pro mini-přípravku, pro přípravku	STADION
14:35	16:05	Házíme - praktická cv. pro atletickou školku, pro mini-přípravku, pro přípravku	STADION
16:10	16:30	ZÁVĚR	STADION

Podrobnější informace a případné dotazy zodpoví vedoucí školení:

Monika Drhovská

mobil: 603 379 401

email: mdrhovska@atletika.cz