

POZVÁNKA
ŠKOLENÍ TRENÉRŮ ATLETICKÝCH PŘÍPRAVEK
18.-19. BŘEZNA 2023, TÁBOR

Termín: 18.-19. března 2023
Pořadatel: Jihočeský krajský atletický svaz
Vedoucí: Ing. Monika Drhovská
Místo: Tábor – atletický tunel, U Stadionu Míru 1579, 390 03 Tábor
Cena: 2 000 Kč
Lektoři: Ing. Monika Drhovská, Mgr. Lea Doudová, Mgr. Tereza Chýnová

Přihláška: přihlašování probíhá do neděle **05. 03. 2023** do 23:59 hodin skrze vyplnění formuláře na uvedeném odkazu:

<https://registr.atletika.cz/TrainingRegistration/Registration/427>

Platební pokyny: poplatek 2 000 Kč uhradte do **05. 03. 2023** na číslo bankovního účtu Jihočeského krajského atletického svazu 2101183191/2010, do poznámky uveďte: „školení TAP, jméno, příjmení, atletický oddíl/klub/kroužek“.

S sebou: sportovní oblečení do haly i ven, psací potřeby

Stravování: vlastní + oběd v ceně školení

Podmínky k přijetí do školení:

- Věk uchazeče min 15 let (uchazeč dovrší nejpozději v den zahájení školení)
- Potvrzené členství v oddílu/klubu/kroužku (může být zaslán i scan na email vedoucí školení)

Zkušební požadavky

Teoretické:

- 1) Písemná závěrečná práce – Příprava na cvičební jednotku
- 2) Písemný test (dle požadavku ČAS)

Učební plán:

20 h [4 h přednášky (P), 7 h samostudium/e-learning (S), 9 h cvičení (C)]

P	Problematika atletických přípravek, specifika sportování nejmladších věkových kategorií, práce trenéra atletiky	2 h
P	První pomoc, úrazová prevence	2 h
S	Pohybová gramotnost (informace ČAS o projektech a problematice přípravek)	2 h
S	Motorický vývoj dítěte	1 h
S	Psychický vývoj dítěte, psychologie, pedagogika	1 h
S	Regenerace po tělesných cvičeních, prevence přetížení	1 h
S (C)	Základní pohybový fond dětí, základní gymnastika	2 h
C	Zábavné rozcvičení, hry	2 h
C	Běháme!	2 h
C	Skáče!	2 h
C	Házíme!	2 h
C	Kompenzační cvičení, hry	1 h

Další informace:

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

Před praktickou částí, která se koná 18.-19. března 2023, obdržíte vstup do e-learningu, kde budou materiály k prostudování. Po praktické části bude následovat odevzdání seminárních prací a výstupní online test (3 pokusy). Doporučuji materiály z e-learningu průběžně studovat od spuštění e-learningu.

Program:

ŠKOLENÍ TRENÉRŮ ATLETICKÝCH PŘÍPRAVK (TAP) 18.-19. BŘEZEN 2023		
SOBOTA 18. BŘEZNA 2023		
ČAS	TYP	TÉMA
08:30 - 09:00		Prezentace, úvod
09:00 - 10:30	C	Zábavné rozcvičení, hry
10:45 - 12:15	C	Běháme
12:30 - 13:30		Oběd
13:30 - 15:00	P	Problematika atletických přípravek, specifika sportování dětí nejmladších věkových kategorií, práce trenéra atletiky
15:10 - 16:40	S (C)	Základní pohybový fond dětí, základní gymnastika
16:45 - 18:15	C	Házíme
18:15 - 18:30		Závěr
NEDĚLE 19. BŘEZNA 2023		
08:30 - 10:00	P	První pomoc, úrazová prevence
10:05 - 11:35	C	Skáče
11:45 - 12:30	C	Kompenzační cvičení, hry
12:30 - 12:45		Závěr
E-LEARNING, SAMOSTUDIUM		
	S	Pohybová gramotnost (informace ČAS o projektech a problematice přípravek)
	S	Motorický vývoj dítěte
	S	Psychický vývoj dítěte, psychologie, pedagogika
	S	Regenerace po tělesných cvičeních, prevence přetížení

* P (přednáška), C (cvičení), S (samostudium)

Podrobnější informace a případné dotazy zodpoví vedoucí školení:

Monika Drhovská

mobil: 603 379 401

email: mdrhovska@atletika.cz