



KaBal team Karviná a Český badmintonový svaz vás zvou na

ŠKOLENÍ TRENÉRŮ IV. TŘÍDY

KDY: 21. - 22. dubna 2018

KDE: Gymnázium Karviná, Mírová 1442, Karviná-Nové Město,
[GPS: 49°51'51.024"N, 18°31'47.966"E](https://www.google.com/maps/place/49°51'51.024\)

ŠKOLITEL: Ing. Jiří Kudrna

PŘEDBĚŽNÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM:

Sobota 21. dubna: 14:00 – 19:00
Neděle 22. dubna: 9:00 – 12:30 a 13:30 – 19:00

Hlavní náplní školení bude získání základních informací o tréninku badmintonu. Školení obsahuje tematickou část zaměřenou na práci s mládeží a dětmi.

PŘIHLÁŠKY: nejpozději do pondělí **16.04.2018**, pouze přes web ČBaS:
<http://czechbadminton.cz/skoleni/trener>

Školení se uskuteční při minimálním počtu 10 účastníků.
Školení je určeno pro maximální počet 24 účastníků.

POPLATEK: 1000,- Kč + 100 Kč na licenci (hotově na místě)

PRO KOHO JE ŠKOLENÍ URČENO: Instruktorem badmintonu se může stát občan ČR, který dosáhl 16 let a je pro výkon funkce způsobilý a úspěšně absolvuje školení se závěrečnou zkouškou. Zájemci o licenci jsou povinni absolvovat školení v celé své délce. Nelze se z části školení omluvit, či část školení absolvovat v jiném termínu.

Všichni frekventanti si s sebou vezmou sportovní oblečení a raketu pro praktickou část školení. Každý uchazeč o licenci trenéra IV. třídy odevzdá vyplněnou **Žádost o licenci trenéra**.

Ti, kteří budou chtít vystavit „průkaz trenéra“, dodají také pasovou fotografii.

Všichni úspěšní absolventi budou zavedeni v systému ČBaS <http://czechbadminton.cz/treneri>.

UBYTOVÁNÍ ANI STRAVU pořadatelé nezajišťují, v sobotním programu bude pauza na oběd.

ODHLÁŠKY a další informace:

Ing. Jiří Kudrna
E-mail: j.kudrna@mybox.cz
Tel: 603 943 904

OSNOVA ŠKOLENÍ:

Obecná část:

Zdravověda:

prevence úrazů, základy regenerace, vliv tréninků na organizmus

Teorie sportovního tréninku:

Základy sportovního tréninku, stavba a organizace tréninkové jednotky

Pedagogika:

Trenér, jeho osobnost a úloha

Speciální část:

Organizace, pravidla:

základní pravidla, soutěžní řád, názvosloví, organizace soutěží, kvalifikace trenérů, technické vybavení

Technika:

držení rakety, základní technika úderů (podání, příjem, klír, drop, lob, kraťas), základy pohybu po kurtu, hlavní chyby v úderové technice a jejich příčiny

Taktika:

základy taktiky pro začátečníky (dvouhra, čtyřhra, mix), taktické zásady

Tělesná příprava:

kondiční trénink a jeho zásady, kruhový trénink

Sportovní příprava mládeže:

zvláštnosti tréninku dětí a mládeže, hry ve sportovní přípravě dětí

Zakončení:

Písemný test z obecné i speciální části