

SEMINÁŘ TRENÉRŮ LICENCE „C“ moderní pěti boj

Termín a místo konání: 12. a 13.03.2016, Stadion Juliska, Na Julisce 28/2, Praha 6,
Zasedací místnost moderního pěti boje

Garant semináře: Mgr. Daniel Kašpar

Přednášející: PaedDr. Irena Čechovská, CSc.
PhDr. Sylvie Černá, Ph.D.
Bc. Martin Chyba
PhDr. Matouš Jindra, Ph.D.
Mgr. Daniel Kašpar
Mgr. Ivo Konvička
Mgr. Radim Kůta
Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

Cena: 500,- Kč

Přihlášky: Do 7.3.2016 na adresu **Kaspar.d@seznam.cz**

Seminář bude zakončen písemnou zkouškou. Úspěšní absolventi budou zařazeni do
Registru trenérů moderního pěti boje s licenci „C“.

Předpokládaný program:

12.03.16

- 09:00 Zahájení
- 09:15 Zdroje informací, prameny, kontakty a doporučená literatura (Kašpar)
- 09:30 Základy sportovního tréninku mládeže (Chyba)
- 10:30 Teorie atletické přípravy v mladším a starším školním věku (Kůta)
- 11:00 Přestávka
- 11:15 Ukázková tréninková jednotka – atletika (Kůta)
- 12:00 Oběd
- 13:30 Pedagogické a výchovné aspekty trenérské práce s mládeží (Konvička)
- 14:15 Specifika tréninku mládeže v moderním pětiboji (Konvička)
- 14:45 Teorie tréninku střelby začátečníků v moderním pětiboji (Černá)
- 15:15 Tréninková jednotka – střelba (Černá)
- 16:00 Diskuse

13.03.16

- 09:00 Zahájení
- 09:10 První pomoc, hygiena a regenerace 1. část (Prokešová)
- 09:55 přestávka
- 10:10 První pomoc, hygiena a regenerace 2. část (Prokešová)
- 11:00 Teorie plavecké přípravy v mladším a starším školním věku (Čechovská)
- 12:00 Ukázková tréninková jednotka – plavání (Čechovská)
- 13:00 Oběd
- 14:20 Pohybová příprava dětí (Jindra)
- 15:05 Stavba ročního tréninkového plánu, makrocyklů, mikrocyklů a tréninkových jednotek v moderním pětiboji (Jindra)
- 15:50 Diskuse

Po diskusi bude možné napsat písemný test pro trenérskou licenci „C“