



SEMINÁŘ TRENÉRŮ LICENCE „C“ moderní pětiboj

Termín a místo konání: 20. a 21.01.2018, Stadion Juliska, Na Julisce 28/2, Praha 6,
Zasedací místnost moderního pětiboje

Pořadatel: Český svaz moderního pětiboje

Garant semináře: Mgr. Daniel Kašpar

Přednášející: PhDr. Sylvie Černá, Ph.D.
Bc. Ludmila Chrástecká
PhDr. Babeta Chrzanovská
Mgr. Martin Chyba
PhDr. Matouš Jindra, Ph.D.
Mgr. Daniel Kašpar
Mgr. Ivo Konvička
Mgr. Radim Kůta

Cena: 500,- Kč

Přihlášky: do 12.1.2018 na adresu Kaspar.d@seznam.cz
Zájemci uvedou jméno a příjmení, adresu, datum narození a oddílovou příslušnost

Seminář bude zakončen písemnou zkouškou. Úspěšní absolventi budou zařazeni do Registru trenérů moderního pětiboje s licencií „C“.



Předpokládaný program:

20.01.18

- 09:00 Zahájení
- 09:15 Zdroje informací, prameny, kontakty a doporučená literatura (Kašpar)
- 09:30 Specifika tréninku mládeže v moderním pětiboji (Konvička)
- 10:15 Návuk a zdokonalování techniky plaveckých způsobů u dětí a mládeže (Chrzanowská)
- 11:00 Ukázková tréninková jednotka – plavání (Chrzanowská)
- 12:00 Oběd
- 13:30 Základy sportovního tréninku mládeže (Chyba)
- 14:15 Teorie tréninku střelby začátečníků v moderním pětiboji (Černá)
- 14:45 Tréninková jednotka – střelba (Černá)
- 15:15 Teorie atletické přípravy v mladším a starším školním věku (Kůta)
- 16:00 Ukázková tréninková jednotka – atletika (Kůta)
- 16:45 Diskuse

21.01.18

- 09:30 Zahájení
Pedagogické a výchovné aspekty trenérské práce s mládeží (Konvička)
- 10:05 Život ohrožující stavy a první pomoc 1.část (Chrástecká)
- 10:50 přestávka
- 11:00 Život ohrožující stavy a první pomoc 2.část (Chrástecká)
- 12:00 Oběd
- 13:30 Pohybová příprava dětí (Jindra)
- 14:20 Stavba ročního tréninkového plánu, makrocyclů, mikrocyklů a tréninkových jednotek v moderním pětiboji (Jindra)
- 15:00 Diskuse

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