

Jihomoravský badmintonový svaz ve spolupráci s TJ Start Jihlava pořádá

ŠKOLENÍ TRENÉRŮ IV. TŘÍDY

KDY: 17.-18. 10. 2014

KDE: Sportovní hala, ul. Romana Havelky 1 (mezi Hypernovou a Kauflandem), Jihlava

ŠKOLITEL: Mgr. Martina Bernaciková

PŘEDBĚŽNÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM:

Pátek 17.10.: 15.00 – 20.00

Sobota 18.10.: 8.00 -13.00 a 14.00 – 19.00

Podrobný program školení s pokyny dostanou účastníci e-mailem nejpozději týden před zahájením školení. Hlavní náplní kurzu bude získání základních informací o tréninku badmintonu. Kurz obsahuje tematickou část zaměřenou na práci s mládeží a dětmi.

PŘIHLÁŠKY: nejpozději do pátku **3.10.2014, pouze přes web ČBaS:**

<http://czechbadminton.cz/skoleni/trener>

Školení se uskuteční při minimálním počtu 12 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 16ti let a je pro výkon funkce způsobilý, má nejméně 1letou hráčskou praxi a úspěšně absolvuje školení se závěrečnou zkouškou.

Ubytování a strava ve vlastní režii.

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