



**KaBal Team Karviná a Severomoravský badmintonový svaz pořádají**

## **ŠKOLENÍ TRENÉRŮ IV. TŘÍDY**

**KDY:** 16. - 17. května 2015

**KDE:** Na Vyhlídce 1079/1 v Karviné Novém Městě (**Slezská univerzita Obchodně podnikatelská fakulta**) [GPS: 49°52'6.209"N, 18°31'36.213"E](https://www.google.com/maps/place/49°52'6.209\)

**ŠKOLITEL:** Ing. Jiří Kudrna

### **PŘEDBĚŽNÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM:**

Sobota 16. května: 8:30 – 13:30 a 14:30 – 19:30

Neděle 17. května: 8:30 – 13:30

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 **11.5.2015, pouze přes web ČBaS:**  
<http://czechbadminton.cz/skoleni/trener>

Školení se uskuteční při minimálním počtu 10 účastníků.

**POPLATEK:** 900,- 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 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 při prezenci pasovou fotografii pro vystavení licence.

Ubytování a strava ve vlastní režii.

### **ODHLÁŠKY a další informace:**

Ing. Jiří Kudrna

E-mail: [j.kudrna@mybox.cz](mailto: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