



**KaBal team Karviná, Český badmintonový svaz ve spolupráci  
s Domem dětí a mládeže Vratimov pořádají**

## **ŠKOLENÍ TRENÉRŮ IV. TŘÍDY**

**KDY:** 17. - 18. února 2018

**KDE:** 17.2.2018 v Tělocvičně obce Řepiště, ul. Mírová,  
[GPS: 49°44'10.634"N, 18°19'1.837"E](https://www.google.com/maps/place/49°44'10.634\)  
18.2.2018 v Domě dětí a mládeže Vratimov, Frýdecká 377/61, Vratimov,  
[GPS: 49°46'0.574"N, 18°18'43.949"E](https://www.google.com/maps/place/49°46'0.574\)

**ŠKOLITEL:** Ing. Jiří Kudrna

### **PŘEDBĚŽNÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM:**

Sobota 17. února: 9:00 – 12:30 a 13:30 – 19:00  
Neděle 18. února: 9:00 – 14:00

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 **12.02.2018, pouze přes web ČBaS:**  
<http://czechbadminton.cz/skoleni/trener>

Školení se uskuteční při minimálním počtu 10 účastníků.  
Školení je určeno pro maximální počet 16 účastníků.

**POPLATEK:** 1000,- Kč + 100,- Kč na zavedení licence (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](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