



Český badmintonový svaz ve spolupráci
s TJ Astra Zahradní město vás zve na



Školení trenérů IV. třídy

DATUM: 18. 9. – 19. 9. 2021
MÍSTO: TJ Astra Zahradní Město, z.s.
V Korytech 157/27
106 00 Praha 10
<https://www.tjastra.cz/>

ŠKOLITELÉ: Bc. Pavel Florián

PŘEDBĚŽNÝ ČASOVÝ HARMONOGRAM:

Sobota 18. 9. 2021	8.30 – 9.00 úvod 9.00 – 12.00 praktická část – ukázka tréninkové jednotky 13.00 – 18.00 teoretická i praktická část pokračování
Neděle 19. 9. 2021	9.00 – 12.00 praktická část pokračování 12.00 – 13.30 závěrečný test

PŘIHLÁŠKY: nejpozději **do neděle 12. 9. 2021, pouze přes web ČBaS:** <https://czechbadminton.cz>

Maximální počet účastníků 20 (rozhoduje termín přihlášení). Případné náhradníky budeme informovat o uvolnění místa.

POPLATEK: 1000,- Kč převodem na číslo bankovního účtu ČBaS pro ostatní platby: 1731101504/0600, specif. symbol 17, do poznámky pro příjemce "Školení + vaše příjmení"

Po úspěšném zakončení školení je třeba uhradit 100,-Kč na zavedení licence na číslo bankovního účtu ČBaS pro ostatní platby: 1731101504/0600, specifický symbol 01, do poznámky pro příjemce „Trenér + vaše příjmení“. Doklad o provedení platby zašlete následně na email: info@czechbadminton.cz

PRO KOHO JE ŠKOLENÍ URČENO: Školení je určeno pouze pro absolventy online části kurzu.

Instruktořem 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.

DALŠÍ INFORMACE:

Všichni frekventanti si s sebou vezmou sportovní oblečení a badmintonovou výbavu pro praktickou část školení.

Každý uchazeč o licenci trenéra IV. třídy odevzdá vyplněnou [Přihlášku k registraci – podanou trenérem](#).

Všichni úspěšní absolventi budou zavedeni v systému ČBaS <https://czechbadminton.cz/treneri>.

Ubytování a strava ve vlastní režii.

ODHLÁŠKY A KONTAKT:

Koordinátor školení + odhlášky: Mgr. Eliška Maixnerová, Ph.D. – lektorskarada@czechbadminton.cz

Školitel: Bc. Pavel Florián, pavel.florian@czechbadminton.cz



Školení trenérů IV. třídy

OBSAH 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