

Rosteme společně

v roce 2020



Trenérsko-metodická komise ČBaS

15. 8. 2020

Vypracovaly: Eliška Maixnerová, Kateřina Hejdrychová

Základní informace k projektu *Rosteme společně*

Co je projekt *Rosteme společně*?

Projekt sdružuje nejen mladé trenéry a trenérky, kteří chtějí růst v trenérských dovednostech, svých osobnostních dovednostech a chtějí být dobrým vzorem pro současné i budoucí svěřence.

Jedná se o sérii workshopů, které se budou konat jednou za jeden až dva měsíce. V tuto chvíli se projekt rozděluje do dvou modulů:

- a) Modul A je určen pro trenéry, kteří již absolvovali první blok a v projektu jsou zapojeni od ledna 2020, nebo nově přihlášené trenéry, kteří splňují kritéria z ledna 2020 a projeví zájem se připojit k této skupině.
- b) Modul B sdružuje nově přihlášené trenéry, kteří se přihlásí na podzim roku 2020.

Každý workshop je rozdělen na dvě části:

1B. Seberozvojová část (rozvoj osobnosti každého trenéra) – modul B

Pomůže trenérovi mimo jiné zkoumat jeho slabé i silné stránky, naučí ho pracovat s hráči, spolupracovat s ostatními trenéry nebo jak správně vést druhé lidi.

Dále se bude pracovat na vyvážení pracovního a osobního života, uspokojení základních potřeb každého člověka.

2B. Badmintonová část – modul B

Trenér si upevní znalosti o provedení každého úderů v podobě držení rakety, postavení nohou a těla při úderu, biomechanikou pohybu a jeho smyslu. Plynule se naváže na specifické znaky jednotlivých úderů.

1A. Seberozvojová část (rozvoj osobnosti a komunikace každého trenéra) – modul A

Trenéři budou pokračovat v osvojování si technik práce se sebou samým, budou hledat vhodné reakce na vzniklé situace. Část bude opět věnovaná komunikaci. Nosnou oblastí pak bude komunikace a koučování hráčů na tréninku či při turnaji a budování zodpovědnosti a vztahu mezi trenéry i svěřenci.

2A. Badmintonová část – modul A

Tato část se bude věnovat práci s mladými hráči ve věku 6-15 let osvojením tréninkových i osobnostních základů. Trenéři budou hledat vhodné varianty s čím začít v tréninku nejmenších a jak pokračovat, co je pro každé období zásadní a jak připravit v tomto věku hráče na dostatečnou úroveň, na kterou mohou navázat trenéři věnující se vrcholovému badmintonu.

V každém workshopu bude dostatek prostoru pro praktické osvojení dovedností z obou oblastí, tréninkové tipy, dotazy a diskusi.

Cíle druhé poloviny roku 2020

- zapojit nové trenéry (modul B) a vytvořit druhou skupinu těch, kteří mají zájem o společný růst, tentokrát bez věkového omezení
- udržet popř. rozšířit již vzniklou skupinu (modul A) a navázat na dosavadní poznatky
- uspořádat 2–3 workshopy do konce roku 2020 z toho zařadit jeden online workshop
- aktivity během první poloviny roku 2021: spojit obě vzniklé skupiny a navázat dalšími 2-3 workshopy

<u>Předběžný harmonogram</u>	Modul B	Modul A
1. Workshop	11. 9. 2020 Praha	23. 10. 2020 Hradec Králové
2. Online workshop	říjen 2020*	9. 12. 2020 (on-line)
3. Workshop	11. 11. 2020 Praha	27. 11. 2020 Praha

* konkrétní data zbylých workshopů budou zájemcům sděleny po uzávěrce přihlášek

Podmínky pro přihlášení:

- členství v ČBaS
- maximální věková hranice pro modul A je 35 let; pro modul B není
- minimální věková hranice pro oba moduly je určena ukončeným středoškolským vzděláním

Finanční podmínky:

Poplatek za přihlášení se do projektu činí 500 Kč na dané období. Platí pro oba trenérské moduly. Pokyny pro zaplacení budou účastníkům zaslány po uzávěrce přihlášek.

Přihláška

Trenér/trenérka se přihlašuje na sérii workshopů na období září – prosinec 2020, může vynechat 1 z 3 workshopů s tím, že je doporučeno si danou problematiku dostudovat popř. konzultovat se školiteli.

V případě neúčasti je trenér/trenérka povinen/povinna se z workshopu omluvit.

V případě, že se trenér/trenérka nebude chtít dále pokračovat ve vzdělávání, je povinen/povinna to oznámit TMK ČBaS.

Přihlášky probíhají pomocí Informačního systému ČBaS, kde jsou vypsány dva moduly A, B (viz popis výše). Trenéři do 35 let si mohou vybrat, do kterého modulu se chtějí přihlásit. Přihlášku je třeba podat nejpozději **do 4. 9. 2020.**

V případě, že nebude naplněna kapacita obou modulů (minimální počet 8 a maximální 15 trenérů v každém modulu), bude otevřen pouze navazující modul A.

O potvrzení účasti v projektu *Rosteme společně* bude Trenérsko-metodická komise ČBaS informovat 5. 9. 2020 po uzavření přihlášek.