



Odborný seminář pro atletické trenéry všech stupňů

Masarykova Univerzita Fakulta sportovních studií Brno - 21. 11. 2021

ORGANIZAČNÍ POKYNY:

Termín: **neděle 21. 11. 2021** zahájení a první přednáška v **10:00 hod**

Místo: **Fakulta sportovních studií**, Univerzitní kampus Bohunice, budova E34, Kamenice 753/5, 625 00 Brno, **GPS:** 49°10'43.150"N, 16°34'5.779"E

Prezence: **9:30 – 9:50 Registrace účastníků vedle recepce (vrátnice) Fakulty sportovních studií.** Zde bude probíhat i kontrola O-T-N, pro urychlení prezence Vás prosíme o automatické předložení příslušných dokladů.

Šatny: K dispozici po registraci (prosíme o přezutí).

Vedoucí školení: Mgr. Zuzana Hlavoňová, Ph.D. a Mgr. Tereza Králová mobil: 603 881 166 mail: tereza.kralova@fsps.muni.cz

Vedoucí sekce pro trenéry 1. – 2. třída Mgr. Zuzana Hlavoňová, 3. třída – TŽ Mgr. Tereza Králová, TAP Mgr. Dita Franklová

Poznámka: Všichni účastníci (i přednášející) „doškolovacího semináře pro trenéry ČAS 1. třída – TAP“ musí mít čisté přezuvky do haly, dále jsou všichni účastníci povinni předložit potvrzení o bezinfekčnosti v otázce SARS-CoV-2 COVID 19 podle níže popsanych zásad a dle aktuálních vládních nařízení.

Mimořádná a ochranná opatření k prevenci onemocnění SARS CoV-2

Každý účastník / lektor se musí při prezenci prokázat jedním z následujících potvrzení o bezinfekčnosti:

- a) **RT-PCR test** – nejdéle před 72 hodinami
- b) **Antigenní test provedený zdravotnickým pracovníkem** – nejdéle před 24 hodinami
- c) **Očkování proti onemocnění covid-19 doložené národním certifikátem** – nejméně 14 dní od dokončeného očkovacího schématu
- d) **Prodělané onemocnění covid-19 s ukončenou dobou izolace** - neuplynulo více než před 180 dny



Všichni účastníci jsou povinni nosit po celou dobu vzdělávací akce respirátor nebo obdobný prostředek (vždy bez výdechového ventilu) naplňující minimálně všechny technické podmínky a požadavky (pro výrobek), včetně filtrační účinnosti alespoň 94 % dle příslušných norem, které brání šíření kapének.

Plné znění nařízení [zde](#)

Hybridní (online) výuka – přenos přednášek:

Online stream bude zahrnovat teoretické i praktické lekce (všichni lektori jsou přítomni fyzicky na školení v Brně, veškeré technické zázemí bude připraveno). Odkazy pro sledování online budou rozeslány účastníkům s uhrazeným účastnickým poplatkem na účet ČAS, kteří jsou nemocní nebo v karanténě hodinu před zahájením semináře (cca v 9:00 hodin).

PROGRAM:

Teoretická dopolední část: (Hala míčových sportů)

10:00-10:30 místopředseda RNDr. Drahoslav Dočkal – úvodní slovo „Změny ve struktuře a personálním obsazení ČAS po volební VH ČAS“

10:30 – 10:45 Mgr. Martin Sebera, Ph.D. „Trendy ve vzdělávacím systému pro trenéry ČAS“/informace z MK ČAS a „Představení tréninkového deníku MK“

10:45 – 11:30 Mgr. Martin Sebera, Ph.D. „2D a 3D kinematická analýza“

11:40 – 12:25 doc. Mgr. Michal Kumstát, Ph.D. „Význam periodizace sportovní výživy v tréninkovém procesu“

12:30 – 13:15 Mgr. Tereza Králová a PhDr. Jan Cacek, Ph.D. „Periodizace silových schopností v atletice“

13:15- 14:00 Oběd, pauza



Praktická odpolední část:

TAP (Hala míčových sportů)

TŽ+ 3. třída

14:00 – 15:30 Mgr. Zuzana Hlavoňová, Ph.D.

Praktické cvičení v **hale míčových sportů**: „Základní průpravná skokanská cvičení – skok vysoký“

15:45 – 17:15 - Mgr. Tereza Králová

Praktické cvičení v **posilovně**: „Základní posilovací cvičení pro děti a mládež“

Třída 1. +2.

14:00 – 15:30 Mgr. Tereza Králová

Praktické cvičení v **posilovně** „Dřep, trh a nadhoz pro atletické disciplíny“

15:45 – 17:15 - Milan Pírek

Praktické cvičení v **hale míčových sportů**: „Průpravná cvičení pro skok daleký“

17:15 – 17:30 Ukončení