

Královéhradecký krajský atletický svaz, ve spolupráci s ČAS a TJ Sokol Hradec Králové,
vás zve na

ŠKOLENÍ TRENÉRŮ ATLETICKÝCH PŘÍPRAVEK

KDY: 5.12.2024 (15:00-19:30) – teorie
7.12.2024 (08:00-18:00) - praxe

15.11. – 5.12. (7x45min samostudia, e-learning viz učební plán níže)

KDE: Areál T.J. Sokol Hradec Králové (Hradec Králové, Eliščino nábřeží 777)

CENA: 2.500,-Kč (pro oddíly KH KAS bude vystavena jedna faktura na vysílající oddíl, ostatní na účet: 157472743/0600)

VEDOUCÍ ŠKOLENÍ: Gréta Novotná, vedoucí trenérka Sportovního centra mládeže Královéhradeckého kraje

PŘIHLÁŠKY: Na webové stránce [ČAS](https://cas.cz), a to do 10.11.2024.

UČEBNÍ PLÁN: 20 h [4 h přednášky (P), 7 h samostudium/e-learning (S), 9 h cvičení (C)]
Podrobný rozvrh bude zaslán všem přihlášeným před zahájením školení

1 h = 45 min		TÉMATO	
1.	P	Problematika atletických přípravek, specifika sportování dětí nejmladších věkových kategorií, práce trenéra atletiky	2
2.	P	První pomoc, úrazová prevence	2
3.	S	Pohybová gramotnost (informace ČAS o projektech a problematice přípravek)	2
4.	S	Motorický vývoj dítěte	1
5.	S	Psychický vývoj dítěte, psychologie, pedagogika	1
6.	S	Regenerace po tělesných cvičeních, prevence přetížení	1
7.	S (C)	Základní pohybový fond dětí, základní gymnastika	2
8.	C	Zábavné rozcvičení, hry	2
9.	C	Běháme!	2
10.	C	Skáčíme!	2
11.	C	Házíme!	2
12.	C	Kompenzační cvičení, hry	1

Podmínky k přijetí do školení:

- Minimálně 15 let (uchazeč dovrší nejpozději v den zahájení školení)
- Potvrzené členství v atletickém oddílu/klubu/kroužku

Za pořadatele:

Gréta Novotná (gnotovna@atletika.cz), Adam Ovčarik (aovcarik@atletika.cz)

Generální partner
Českého atletického svazu



Hlavní partner
Českého atletického svazu



Oficiální partneři Českého atletického svazu

