

ŠKOLENIE TRÉNEROV I.TRIEDY SZJ

LOKALITA	Senec
PORADOVÉ ČÍSLO ŠKOLENIA	-
ŠKOLITEĽ	Jakub Kaňuk, Giedrius Alksnievicius
TERMÍN	09 – 10.04. 2016

ÚČASTNÍCI

Č.	MENO A PRIEZVISKO	BYDLISKO
1	Michal Macura	Kaluža
2	Peter Kincel	Michalovce
3	František Kincel	Michalovce
4	Peter Max	Michalovce
5	Michal Kelemen	Žilina
6	Peter Oršula	Žilina
7	Lenka Stoláriková	Senec
8	Vladimír Benček	Námestovo
9	Štefan Juris	Oravský Podzámok
10	Zuzana Králiková	Praha
11	Natálie Faltysová	Praha

TEMATICKÝ PLÁN ŠKOLENIA TRÉNEROV I. TRIEDY V JACHTINGU

SLOVENSKÝ ZVÄZ JACHTINGU

Cieľ

Vyškolit' trénerov I. triedy pre technické zabezpečenie lokálnych tréningov na domácich vodách, čím zaistiť pravidelnú a systematickú tréningovú činnosť na všetkých úrovniach. Oboznámiť účastníkov so základmi teórie a metodiky tréningu detí a mládeže.

Forma a rozsah výučby

Školenie je organizované blokovoú formou výučby. Obsah pozostáva zo všeobecnej, špeciálnej a praktickej časti v celkovom rozsahu 20 vyučovacích hodín.

Termín a miesto školenia: 28.02. – 01.03.2015, Senec (YC Tatran)

Harmonogram:

SOBOTA

12:00 - 18:00 teória: všeobecná časť a špecializácia jachting

VŠEOBECNÁ ČASŤ

- úvod do trénerskej činnosti;
- fázy riadenia športového tréningu;
- zásady tréningového procesu;
- tréningová jednotka;
- dlhodobá, strednodobá a krátkodobá športová príprava;
- tréning detí a mládeže;
- špecifiká tréningu žien a starších dospelých;
- etapy športového tréningu.

ŠPECIALIZÁCIA

- taktika vs stratégia;
- špecifiká tréningu detí a mládeže;
- nácvik a zdokonaľovanie;
- hry a zábava na vode;
- rozvoj výkonnosti v ročnom makrocykle,
- desatoro trénera

NEDEĽA

08:00 – 9:00 teória – špecializácia v praxi (rady a typy, diskusia)

09:00 – 12:00 teória – špecializácia vybavenie trénera, prístupy a organizácia v praxi

12:00 – 14:00 príprava a vedenie tréningu (praktická časť v 3oj členných skupinách)

ZÁVER:

VŠETCI ZÚČASTNENÍ SPLNILI PODMIENKY K VYDANIU TRÉNERSKEJ LICENCIE PRE KVALIFIKAČNÝ STUPEŇ TRÉNER I. TRIEDY JACHTINGU, SZJ.