

SLOVENSKÝ ZVÄZ JACHTINGU, JUNÁCKA 6, 832 80 BRATISLAVA

SPRÁVA ZO ŠPECIÁLNEJ ČASTI ŠKOLENIA TRÉNEROV

AKCIA:	Odborné vzdelávanie trénerov SZJ k získaniu I – III. kv. st.
TERMÍN:	30–31.03.2019
MIESTO:	Lodenica YC Tatran, Rybárska 61, 903 01 Senec
ODBORNÝ GARANT:	Mgr. Jakub Kaňuk, FTVŠ UK a V. kvalifikačný stupeň
ROZSAH:	Teoretická a praktická príprava v rozsahu 20 hodín

HARMONOGRAM:

30.03.2019 (SOBOTA)		31.03.2019 (NEDEĽA)	
11:00 – 13:00	Zahájenie školenia	09:00	Kontrola úloh
	Úvod do trénerskej činnosti	10:00 – 13:00	Vedenie tréningu
	Vybavenie trénera		
	Tvorba tréningovej jednotky		
	Výklad obsahu TJ		
	Signály s pretekármi		
	Zásady bezpečnosti		
	Postavenie a kontrola lode		
	Nastavenie		
13:00	Obedná prestávka	13:00	Obedná prestávka
14:00 – 17:00	Praktická časť	14:00 – 18:00	TR5
	Oboznámenie detí s programom		Kvalifikačné kritéria
	Vedenie tréningu		Povinnosti ŠT a OH reprezentácie
	Skladanie lodí		Organizácia sústredení SZJ
	Videoanalýza a zhodnotenie		Financovanie
17:00 – 22:00	Špecifiká tréningu detí a mládeže		Dokumentácia a povinnosti k SZJ
	Špecifiká tréningu žien a dospelých		Užitočné linky
	Rozvoj výkonnosti v ročnom TC		Rozdelenie zadaní ZP
	Taktika VS stratégia		
	Nácvik a zdokonaľovanie techniky		
	Hry a zábava na vode		
	Užitočné rady a typy z praxe		
	Rozdelenie praktických úloh		

ÚČASTNÍCI:

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| 1. Karolína Beránková | 5. Michaela Bačová |
| 2. Michal Hrivnák | 6. Andrea Mrázová |
| 3. Adam Bilka | 7. Tibor Szitas |
| 4. Miroslav Juris | |

ZHODNOTENIE:

Všetci účastníci odborného školenia mali za sebou úspešnú skúšku zo všeobecnej časti na FTVŠ UK. Mali tak už predstavu o základných zásadách a postupoch športového tréningu.

Na školení nám bolo k dispozícii 15 pretekárov lodnej triedy Optimist. Tréneri si tak mali možnosť vyskúšať teóriu priamo v praxi a aktívne sa zapojiť do vedenia tréningu. Slabý vietor je pre trénera vždy veľkou výzvou keďže musí mať nielen veľký zásobník hier ale aj kreatívnu fantáziu aby udržal pozornosť svojich zverencov. Na školení to platilo dvojnásobne a preto bolo mojim cieľom NE-diktovať im obsah tréningu ale priviesť ich k myšlienkam ako postupovať pri tvorbe vlastných cvičení. Preto by som pripomenul 3 dôležité otázky ktoré si musia ako budúci tréneri klásť pri tvorbe svojich tréningových plánov:

- ⊙ KOHO? (poznatie zverencov)
- ⊙ PREČO? (ciele)
- ⊙ AKO? (organizácia tréningu)

Záverom želám všetkým zúčastneným veľa zábavy pri práci s deťmi a nech nezabúdajte na všestrannosť a zdravie športovcov aby ste sa vyhli známej fráze „športom k trvalej invalidite“. Rešpektujte vekové zásady a dodržiajte postupnosť.

FORMA UKONČENIA: 1. záverečná práca zo špecializácie jachting – na vybranú tému
2. praktický výstup*

** tj. dve odpraxované akcie formou asistencie hlavného trénera na Lokálnom sústreďení a jedna odpraxovaná akcia formou samostatného vedenia Lokálneho sústreďenia.*

VYDANIE TRÉNERSKEJ LICENCIE:

Trénerské licencie vydáva SZJ na základe písomnej žiadosti, ku ktorej je potrebné priložiť:

- kópiu certifikátu prvej pomoci / certifikátu vodnej záchrannej služby
- kópiu výpisu z Obchodného registra kde má zapísané trénerstvo v svojej obchodnej činnosti
- tréneri, ktorí pracujú s mládežou k žiadosti musia priložiť aj výpis z registra trestov nie starší ako 3 mesiace

Žiadosť o trénerskú licenciu zasielajte na adresu szj@sailing.sk.

Po overení údajov Slovenský zväz jachtingu absolventovi vystaví Osvedčenie o odbornej spôsobilosti na výkon špecializovaných činností v jachtingu a trénerský preukaz príslušajúceho kvalifikačného stupňa.

KONTAKT:

Generálna sekretárka SZJ
Zuzana Bodnáríková,
Mobil: +421 918 529 304,
e-mail: szj@sailing.sk,

Odborný garant školenia trénerov
Predseda trénerskej rady SZJ
Jakub Kaňuk,
mobil: +421 917 640 687,
e-mail: jakubkanuk@sailingparadise.sk