

Školení trenérů 3. třídy OB

podporuje:

Termín konání:	19.-21.11. 2010
Místo konání:	Rychnov nad Kněžnou
Sraz účastníků:	pavilon ZŠ Masarykova (viz. mapa)
Ubytování:	tělocvična pavilonu ZŠ Masarykova (vlastní spací pytel a matrace)
Účastnický poplatek:	200,- Kč Vč. oblast; 300,- Kč ostatní (v hotovosti na místě)
Stravování:	Restaurace Národní dům



PROGRAM školení:

Pátek

17:50	Zahájení	(R. Štěpánek)
18-19:30	Práce trenéra se začínající mládeží /* - nábor, setkání s dětmi a rodiči, evidence, práce ve třídě, v tělocvičně, v lese, ...	(R. Štěpánek)
19:30-21	Zdravotní způsobilost /* - prevence úrazů, první pomoc, životospráva, ...	(D. Cichý)

Sobota

8-11	Trénink v tělocvičně /** - všeobecná a speciální příprava, mapový trénink v tělocvičně	(K. Seidl, R. Štěpánek)
11-11:20	Příprava mapového tr. /*	(R. Štěpánek)
11:30-13	OBĚD (Národní dům) společný, v ceně kursu	
13-16	Mapový trénink /**	(R. Štěpánek + Potštejský)
16:30-18	Pomocníci v práci s mládeží /*, ** - PC, metodické a tréninkové materiály, tr. náměty	(J. Potštejský)
18:30	VEČEŘE (Národní dům) nebo z vlastních zásob	
19:30 -22	Diskuse (po večeři v salonku Národního domu) - zkušenosti, náměty a směřování - pravidla, soutěžní řád, soutěže	

Neděle

8-9:30	Organizace soustředění, tábor pro žactvo /* (Petr Klimpl) Trenér a legislativa /*	
9:30-11	Trénink dorostu /*	(Karel Haas)
11-12	Závěrečné slovo	(R. Štěpánek)

Pozn.: ve školící místnosti bude k dispozici čaj a káva
Účastnický poplatek zahrnuje ubytování v tělocvičně, pronájmy, školitele, mapy, čaj a kávu, výukový materiál, metodické materiály a sobotní oběd.

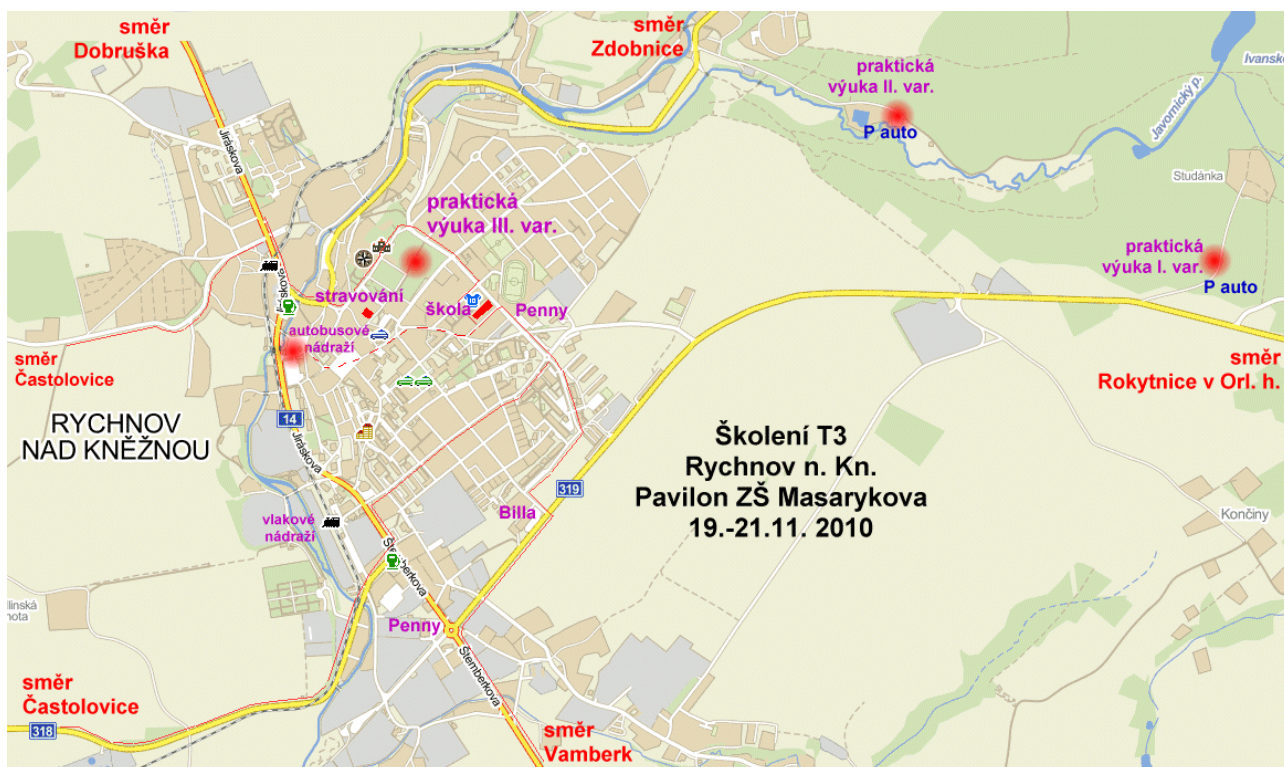
Vysvětlivky:

/* = teoretická přednáška v učebně

** = praktická ukázka (vemte si potřebné oblečení – tělocvična / les)

(přednášející)

S sebou: psací potřeby, přezůvky do školy; oblečení a čistá obuv do tělocvičny; teplé běžecké oblečení do lesa; spací pytel a matrace



Kontakt: Vašek Krmaš, 724713550, v.krmas@gmail.com