

## **Školení trenérů licence C Olomouc 2018**

### **Týden I. – Pátek 25. 5. 2018**

14.30 - 16.00 - Anatomie a fyziologie dítěte (teoretická výuka v učebně)

16.00 - 17.30 - Systematika házené - legislativa (teoretická výuka v učebně)

18.00 - 19.30 - Herní systémy se zaměřením na systém osobní obrany a útok proti ní (praktická výuka v hale)

20.00 - 21.30 - Herní činnosti jednotlivce - uvolňování bez míče a obsazování útočníka bez míče (praktická výuka v hale)

### **Týden I. - Sobota 26. 5. 2018**

08.30 - 10.00 - Trénink dětí a mládeže vč. psychologie dítěte (teoretická výuka v učebně)

10.30 - 12.00 - Herní činnosti jednotlivce - přihrávky (praktická výuka v hale)

#### **12.00-13.00 Oběd**

13.00 - 14.30 - Trénink dětí a mládeže vč. psychologie dítěte (teoretická výuka v učebně)

15.00 - 16.30 - Herní činnosti jednotlivce - střelba (praktická výuka v hale)

17.00 - 18.30 - Hra a trénink brankáře (praktická výuka v hale)

19.00 - 20.30 - Didaktika - řízení sportovní přípravy vč. psychologie a osobnost trenéra (teoretická výuka v učebně)

### **Týden I. - Neděle 27. 5. 2018**

08.30 - 10.00 - Herní činnosti jednotlivce - uvolňování s míčem a obsazování útočníka s míčem (praktická výuka v hale)

10.30 - 12.00 - Miniházená (teoretická výuka v učebně)

12.00 - 13.30 - Ukázková tréninková jednotka miniházené, mladší žačky (praktická výuka v hale)

### **Týden II. - Pátek 22. 6. 2018**

14.30 - 16.00 - Pravidla a rozhodování (teoretická výuka v učebně)

16.00 - 16.45 - Pravidla a rozhodování (teoretická výuka v učebně)

16.45 - 17.30 - Didaktika - tréninková jednotka (teoretická výuka v učebně)

18.00 - 19.30 - Herní činnosti jednotlivce - Uvolňování s míčem a obsazování útočníka s míčem (praktická výuka v hale)

19.00 - 20.30 - Pohybové hry (praktická výuka v hale)

### **Týden II. - Sobota 23. 6. 2018**

08.30 - 10.00 - Didaktika - principy vedení (teoretická výuka v učebně)

10.30 - 12.00 - Herní činnosti jednotlivce - střelba (praktická výuka v hale)

#### **12.00-13.00 Oběd**

13.00 - 14.30 - První pomoc a úrazová prevence (teoretická výuka v učebně)

15.00 - 16.30 - Kondiční trénink mládeže se zaměřením na rychlost a sílu (praxe, výuka v hale)

17.00 - 18.30 - Všestranná pohybová průprava se zaměřením na obratnost (praxe v hale)

19.00 - 20.30 - Všestranná pohybová průprava se zaměřením na atletickou přípravu (praktická výuka v hale)

### **Týden II. - Neděle 24. 6. 2018**

08.30 - 10.00 - Kondiční trénink mládeže se zaměřením na rychlost a sílu (praxe, výuka v hale)

10.30 - 12.00 - Herní kombinace (praktická výuka v hale)

12.00 - 13.30 - Organizace ČSH - legislativa (teoretická výuka v učebně)

### **Závěrečné zkoušky 29. 6. 2018**

17.00 - 18.30 - Test znalostí (písemné zkoušky v učebně)

18.30 - 21.00 - Výstupy uchazečů (praktické zkoušky v hale)

21.00 - Závěrečné hodnocení (učebna)

## **Zásady licencování trenérů Českého svazu házené**

### **Školení pro získání licence trenéra stupně C**

#### **Článek 5**

Rozsah a obsah školení

1. Školení pro získání licence C musí být organizováno v rozsahu 60 hodin. Z toho je 20 hodin teoretické výuky, 35 hodin praktické výuky a 5 hodin závěrečných zkoušek.

### **Podmínky pro získání licence**

#### **Článek 2**

**1. Má se za to, žadatel o příslušný stupeň licence absolvoval předepsané školení, pokud se aktivně zúčastnil alespoň 80 %**

**- z 60 předepsaných hodin pro získání licence C.**