

Program školení trenérů licence C - Olomouc

Pátek 25. 5. 2018 (6,5)

Čas	téma	oblast	Teorie/praxe	místo	dotace	vyučující
15:00-16:00	Zahájení + informace	Obecná	teorie	učebna UP	1	Hůlka
16:15-17:00	Systematika basketbalu	Obecná	teorie	učebna UP	1	Hůlka
17:15-18:15	Organizace ČBF, historie, řády a pravidla basketbalu	Obecná	teorie	učebna UP	1,5	Zatloukal
18:30-20:45	Základy první pomoci	Kineziologie	teorie	učebna UP	3	Hůlka J.

Sobota 26. 5. 2018 (12)

Čas	téma	oblast	Teorie/praxe	místo	dotace	vyučující
9:00-9:45	zvláštnosti podpůrně pohybového aparátu 10-15 let	Kineziologie	teorie	učebna UP	1	Valenta
10:00-10:45	základní charakteristika a funkce svalů v těle	Kineziologie	teorie	učebna UP	1	Valenta
11:00-11:45	Energetický metabolismus, základní informace o zónách bioenergetického krytí pohybu	Kineziologie	teorie	učebna UP	1	Valenta
Oběd						
13:00-14:45	Atletika hrou	Všeob.Průprava	praxe	hala UP	2,5	Valenta
15:00-15:45	ontogeneze psychiky dítěte 10-14 let	psychologie	teorie	učebna UP	1	Šafář
16:00-17:30	osobnost trenéra mládeže, řešení problémových situací	psychologie	teorie	učebna UP	2	Šafář
17:45-18:30	motivace mládeže k tréninku	psychologie	teorie	učebna UP	1	Šafář
18:45-20:30	Herní činnosti jednotlivce - střelba	Specializace	praxe	hala UP	2,5	Hůlka

Neděle 27. 5. 2018 (5)

Čas	téma	oblast	Teorie/praxe	místo	dotace	vyučující
9:00-10:30	Tréninková jednotka a její části	ST a didaktika	praxe	hala UP	2	Nátěsta, Hůlka
10:45-11:30	didaktické formy, manipulace se zatížením v TJ	ST a didaktika	praxe	hala UP	1	Hůlka
11:45-14:00	Didaktické aspekty tréninku mládeže, LTAD, motorické učení	ST a didaktika	teorie/praxe	hala UP	2	Hůlka

Sobota 2. 6. 2018 (14)

Čas	téma	oblast	Teorie/praxe	místo	dotace	vyučující
8:30-10:15	Herní činnosti jednotlivce - uvolnění hráče bez míče a krytí hráče bez míče	Specializace	praxe	hala UP	2,5	Bálint/Pešta
10:30-12:15	Herní činnosti jednotlivce - doskakování	Specializace	praxe	hala UP	2,5	Bálint/Pešta
Oběd						
13:45-15:30	Herní činnosti jednotlivce - uvolnění hráče s míčem a jeho krytí	Specializace	praxe	hala UP	2,5	Bálint/Pešta
15:45-17:30	herní kombinace v mládežnickém basketbale	Specializace	praxe	hala UP	2,5	Bálint/Pešta
17:45-19:15	Herní systémy v mládežnickém basketbale	Specializace	praxe	hala UP	2,5	Válek
19:30-21:00	drop out a jeho předcházení, nábor vs. Výběry dětí	Psychologie	teorie	učebna UP	1,5	Válek

Neděle 3. 6. 2018 (9,5)

Čas	téma	oblast	Teorie/praxe	místo	dotace	vyučující
8:30-10:45	Pohybové hry a hraní	Všeob.Průprava	praxe	hala UP	3	Mazal
11:00-12:30	Základy kondičního tréninku u dětí do 14 let	Specializace	praxe	hala UP	2,5	Nátěsta
Oběd						
14:00-17:00	Závěrečné výstupy	Specializace	praxe	hala UP	4	Hůlka, Válek