



## ŠKOLENÍ TRENÉRŮ LICENCE C

### Licenční školení



Vážení trenéři,

dovoluji si Vás pozvat na školení licence C, jehož cílem je ukázat Vám, jak sestavit efektivní a zábavnou TJ v hale i mimo ni, která bude správně zasazena do makrocyklu tréninkového roku. Dále zde dostanete informace, jak pracovat s vnitřní motivací hráče, jak odstraňovat zásadní chyby v technice a jiné rady, které Vám pomohou trénovat správné věci správně. V neposlední řadě je cílem školení zdůraznit morální zásady sportu, dlouhodobý rozvoj hráčovy tvořivosti, smyslu pro hru a také jeho osobnosti.



### Termín školení

12. – 14. 5. 2023 od 15:00

### Místo školení

SH Slavia Havířov, Astronautů 859, 736 01 Havířov -

[MAPA](#)

### Cena školení

5 000 Kč platba se realizuje elektronicky před akcí  
na školení se mohou přihlásit trenéři s aktivní licenci

### Program školení

Před školením absolvují studenti samostudium na SharePointu (odkaz v informačním emailu).

|             |                      |
|-------------|----------------------|
| 14:45       | administrace školení |
| 15:00–20:00 | první den školení    |
| 08:15–20:30 | druhý den školení    |
| 08:00–19:35 | třetí den školení    |



### Důležitá upozornění

K úspěšnému absolvování školení je nutné splnit veškeré podmínky studia.

Na školení je potřeba florbalová sportovní oblečení a obuv, psací potřeby a blok na poznámky. Ubytování a stravu si účastníci hradí sami. Na školení je k dispozici občerstvení.

### Kontaktní osoba

Jaroslav Čížek, + 420 605 415 151, [cizek@ceskyflorbal.cz](mailto:cizek@ceskyflorbal.cz)





## SEZNAM POVINNOSTÍ K ZÍSKÁNÍ LICENCE



### PŘED ŠKOLENÍM

- Studium materiálů na SharePointu – odkaz naleznete v informačním emailu od pořadatele akce nebo po absolvování akce naleznete odkaz ve FISu (materiály ze školení a seminářů)
- Úspěšné složení testu na SharePointu
  - Student musí před školením úspěšně splnit test na vzdělávacím portálu
  - V případě nesplnění testu či nedodržení termínu student nemůže nastoupit ke školení
- Vypracovat jednu libovolnou TJ a vložit ji na Sharepoint do složky Úkol před školením
  - Student musí před školením uložit jednu TJ na vzdělávací portál
  - V případě nesplnění úkolu či nedodržení termínu student nemůže nastoupit ke školení

### BĚHEM ŠKOLENÍM

- Aktivní účast na školení
- Docházka na školení – **maximální povolená absence jsou 4 vyučovací hodiny**

### PO ŠKOLENÍ

- Student musí do pátku následujícího týdne uložit vypracované úkoly na SharePoint (Úkoly po školení)
  - Vypracování 1 TJ dle zadání
  - Tvorba měsíčního plánu (RTC) dle předlohy ze školení
- Četba povinné a doporučené literatury
- Vyplnění formuláře zpětné vazby na školení
- **V případě nesplnění úkolů či nedodržení termínu student školením nezískává licenci!**



### OBSAH PREZENČNÍ VÝUKY

| Předmět  | Teorie    | Praxe     |
|--|-----------|-----------|
| - Úvodní informace ke školení                              |           |           |
| - Florbalová pravidla                                      | 2         |           |
| - Základy první pomoci a prevence sportovních úrazů        | 2         |           |
| - Česká cesta a dlouhodobý rozvoj sportovce                | 2         |           |
| - RTC – plánování, evidence a vyhodnocování                | 2         | 2         |
| - Moderní technologie ve florbale                          | 1         | 1         |
| - Kondiční příprava pomocí her + CORE                      | 2         | 2         |
| - Strečink a kompenzační cvičení                           | 1         | 1         |
| - Zásady a tvorba TJ, modelový trénink                     | 1         | 2         |
| - Koučink, did. přístupy trenéra a mentální příprava hráčů | 2         |           |
| - Herní činnosti jednotlivce – 4 role                      | 1         | 2         |
| - Herní činnosti jednotlivce – brankáři                    | 1         | 2         |
| - Základy herních systémů a herní kombinace                | 2         | 2         |
| <b>Celkem</b>  | <b>19</b> | <b>14</b> |