

## POZVÁNKA

# Školení trenérů OB 3. třídy (T3)

Termín: 9. - 10. února 2018

Místo: Šternberk, Dům dětí a mládeže Opavská 14

### Časový harmonogram školení

samostudium do 8. 2. 2018

4 hodiny

Pravidla OB, Mapový klíč, Piktogramy,

Podklady pro školení trenérů 3. třídy sekce OB

(<http://www.orientacnibeh.cz/upload/dokumenty/sekce-ob/podklady-skoleni-treneru-t3-2017.pdf>)

Pátek 9. 2. 2018 – začátek v 17 hodin, doba školení 5 hodiny

- teorie k tréninku žactva a dorostu (všestranný rozvoj, typy běžeckých tréninků, tréninkový plán, přechod žactva do dorostu)

- praktická část v tělocvičně se zaměřením na běžeckou abecedu (sportovní oblečení a obuv s sebou)

Sobota 10. 2. 2018 – začátek v 9 hodin, doba školení 9 hodin

- organizace tréninkové jednotky, organizace soustředění

- mapové tréninky (typy, zaměření, minimalizace chyb při realizaci postupu)

- základní práce s OCADem, příprava mapových cvičení

- dokumenty, mapové klíče ISOM a ISSOM, piktogramy

- základy první pomoci

- činnost TSM, SCM a SCD Hanácké oblasti

- zadání závěrečné samostatné práce (samostatné vypracování přípravy tréninkové jednotky podle zadání)

Zpracování závěrečné práce termín do 20. 2. 2018

4 hodiny

Vklad: 200 Kč na pokrytí nákladů splatný na místě v hotovosti.

Ubytování a stravování není zajištěno.

Přihlášky: do 5. 2. 2018

v přihláškovém systému ORIS <http://oris.orientacnisporty.cz/Zavod?id=4540>

Kapacita je omezena na 20 účastníků, přednost mají členové klubů Hanácké oblasti.

Podmínky pro získání kvalifikace T3 jsou minimální stáří uchazeče 18 let v roce 2018, absolvování školení T3 a úspěšné složení zpracování závěrečné práce.

Další informace: Kristýna Skyvová, mobil 731321360 nebo mail [skyvova@volny.cz](mailto:skyvova@volny.cz)