

ČESKÁ RICOCHETOVÁ ASOCIACE

pořádá – v pořadí čtvrtý

Kurz trenérů ricochetu IV. třídy

Datum: 16. června (sobota)

Náplň kurzu: Trenérský kurz 4. třídy obsahově odpovídá platné „Koncepci systému vzdělávání a udělování odborné způsobilosti k provozu sportovních. Kurz je rozšířen o tematickou část - práce s mládeží a dětmi. Součástí kurzu je obecná sportovní část.

Základní obsahová struktura

- úvod do hry
- základní pravidla a bodování
- organizace skupiny bezpečnost a základy komunikace
- příprava tréninkové jednotky, příprava před tréninkem, rozcvičení
- držení a základní technika úderů, cit pro míč
- základy pohybu na kurtu, podání a return
- soutěž a zápasová taktika, pohyb a orientace v prostoru
- chování při hře, jak začít
- závěrečná diskuse

Kurz bude veden panem **Ladislavem Tesárkem**, trenérem III. třídy ricochetu a II. třídy squashe.

Po úspěšném absolvování trenérského kurzu získají účastníci kurzu licenci trenéra ČRA IV. třídy.

Cena kurzu:

1.000,- Kč pro členy ČRA	+ 200,- vystavení licence ČRA	= 1.200,- Kč
1.300,- Kč pro nečleny ČRA	+ 200,- vystavení licence ČRA	= 1.500,- Kč

Přihlášky: E-mailem na adresu ČRA: sekretariat@e-ricochet.cz nejpozději do **11. 6. 2012**.
Úhradu poplatku proveďte prosím převodem na účet ČRA č. ú.: 4707509001/5500
VS - datum narození – nebo v hotovosti na recepci RSK Palmovka.

Přihláška musí obsahovat: Jméno a příjmení, datum narození, adresa, mateřský klub nebo centrum, člen ČRA (ano/ne), tel. spojení, popřípadě e-mailová adresa.

Upozornění: Z důvodu zajištění kvalitního průběhu kurzu IV. trenérské třídy je počet míst limitován počtem kurtů a asistentů.

Za VV

Jaroslav Rudovský- sekretář ČRA

INFO PRO ÚČASTNÍKY KURZU – TRENÉRSKÁ TŘÍDA IV.

TERMÍN	16. ČERVEN 2012, SOBOTA
MÍSTO KONÁNÍ	Svět pod Palmovkou Náměstí Dr. Václava Holého 13 180 00 - Praha 8
PREZENTACE	8.30

PROGRAM

Čas	Neděle 17. června 2012
8.30 – 8.45	Zahájení kurzu a seznámení s programem a způsobem výuky
8.45 - 9.15	Úvod do hry, popis kurtu a základních úderů, základní pravidla, organizace a příprava tréninku.
9.15 - 10.30	Příprava před tréninkem - rozcvičení, držení rakety a základní technika úderů, metodika nácviku
10.30 – 11.30	Základy pohybu na kurtu, cit pro míč, stínování hry – cvičení
11.30 - 12.15	Oběd, diskuze k náplni
12.15 - 13.30	Praxe z okruhu témat z dopoledne - rozbor chyb
13.30 - 15.00	Lajny, krosy, boasty, krátké míče, podání a return. Pohyb a orientace v prostoru
15.00 - 15.45	Trénink jednotlivce, v páru, mládež
15.45 - 16.15	Plán tréninku, zápasová taktika.
16.15 – 17.00	Diskuse

S sebou si vezměte: psací potřeby a dostatek sportovního oblečení.

Praktická i teoretická část bude probíhat v areálu Světa pod Palmovkou.

Účastníci trenérského kurzu získají kvalifikaci - trenér IV. třídy ricochetu. **Pro vystavení trenérského osvědčení (ČRA) je nutná Vaše fotografie.** Oběd pro účastníky kurzu zajištěn.

Na všechny se těší pořadatel ČRA