

## POZVÁNKA

# Školení trenérů OB 3. třídy (T3)

Termín: pátek 12. – sobota 13. června 2020

Místo: Šternberk, místo konání bude upřesněno

### Časový harmonogram školení

Samostudium do 11. 6. 2020

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 12. 6. 2020 – 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 13. 6. 2020 – 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 OCAD, 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 30. 6. 2020

4 hodiny

Vklad: 300 Kč na pokrytí nákladů splatný na místě v hotovosti, možnost vyřízení fakturace přes Olomoucký krajský svaz ČSOS.

Ubytování a stravování není zajištěno.

Přihlášky: do 31. 5. 2020

v přihláškovém systému ORIS <https://oris.orientacnisporty.cz/Zavod?id=5753>

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 2020, absolvování školení T3 a úspěšné složení zpracování závěrečné práce.

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