



**FOTBALOVÁ ASOCIACE ČESKÉ REPUBLIKY
MĚSTSKÝ FOTBALOVÝ SVAZ OSTRAVA**

Náměstí Svatopluka Čecha 518/10, PSČ 702 00 OSTRAVA

Tel.: +420 605 942 347 e-mail : mefs.ostrava@gmail.com web: www.fotbal.cz

PROGRAM ŠKOLENÍ TRENÉRŮ LICENCE C

Ostrava, 17. - 19.3.2017 (budova OTU, Náměstí Sv.Čecha 518/10)

Pátek 17.3.

15.30 – 17.00	PD - pedagogické zásady, práce s rodiči	T2
17.05 – 17.50	S - obsah herního výkonu, IHV	T1
17.55 – 19.40	Z - úrazová prevence, první pomoc	T2

Sobota 18.3.

9.00 – 12.00 PD - ukázky did. forem, kritická místa nácviku základních dovedností
- praktické ukázky nácviku a herního tréninku **P4**

13.30 – 14.15	S – didaktické formy, stavba a plánování TP	T1
14.20 – 15.50	S – motorické schopnosti a úvod do manipulace se zatížením	T2
16.55 – 18.30	S - anatomické, fyziologické a psychologické zvláštnosti sportovní přípravy dětí	T2

Neděle 19.3.

9.00 – 11.15 ukázka stavby TJ dětí, úvod do manipulace se zátěží **P3**

12.30 – 14.00	rozvoj silových schopností, kompenzační cvičení, strečink	P2
14.05 – 14.50	závěrečný test a vyhodnocení kurzu	T1

CELKEM: T-11, P-9

Přednášející: Mgr. Radim Zajíc, Radovan Morong, Sabina Psennerová

Přihlášky nejpozději do 10.3.2017!!!

Poplatek ve výši 700,- Kč uhradí účastník při prezenci.

Fotografie k vyhotovení trenérského průkazu nutná!!!

Městský fotbalový svaz
Ostrava
nám. Svatopluka Čecha 10
702 00 Ostrava - Přívoz
IČ: 22880259 DIČ: CZ22880259

*Mgr.Paskal Trigás
sekretář MěFS Ostrava*