

## Kvalifikace „Trenér II. třídy“ (B licence)

**Předpokládá se, že trenérskou kvalifikaci II. třídy bude vlastnit:**

- vedoucí trenér SPS
- asistenti trenérů vrcholových sportovců (definice vrcholového sportovce níže)
- smluvní trenéři v SG a v SCM klubech (kteří nejsou vedoucími trenéry SCM nebo SG)
- obecně všichni trenéři, kteří trénují sportovce zařazené do SCM (mimo vedoucích trenérů SCM a SG, u nichž předpokládáme kvalifikaci I. třídy)
- podmínkou vykonávání trenérské činnosti ve výše uvedených pozicích je kromě trenérské kvalifikace II. třídy rovněž platný trenérský průkaz

*Definice vrcholového sportovce: dle Vyhlášky o zdravotní způsobilosti k tělesné výchově a sportu č. 391/2013 Sb. je **vrcholovým sportovcem** osoba, která vykonává vrcholový sport na úrovni státní sportovní reprezentace, nebo osoba, která se k reprezentaci připravuje jako člen sportovního centra mládeže, rezortního sportovního centra nebo obdobného zařízení pro přípravu sportovců*

**Podmínky účasti na školení pro získání kvalifikace trenér II. třídy:**

- školení trenérské kvalifikace II. třídy se může zúčastnit občan starší 19 let, který o to požádá, splní podmínky pořadatele školení (poplatek, včasná přihláška atd.) a předloží doklad potvrzený klubem o trenérském působení v klubu po dobu minimálně 1 roku
- zájemce o trenérskou kvalifikaci II. třídy musí být držitel trenérské kvalifikace III. třídy
- podmínkou pro uchazeče o kvalifikaci trenér běhu na lyžích II. třídy je maturita; v případě její absence je třeba absolvovat **Obecnou část všeobecně vzdělávacího základu** (náhrada vzdělání ukončeného maturitou) v rozsahu 50 hodin rozložených do dvou dvoudenních bloků (pátek a sobota) na UK FTVS Praha

**Organizace školení pro získání kvalifikace trenér II. třídy:**

- školení je rozděleno na dvě části: 50 hodin obecné části (Vědecký základ sportovního tréninku) a 100 hodin specializace
- obecnou část školení pořádá UK FTVS
- specializaci pořádá UK FTVS ve spolupráci s ÚBD, nebo ÚBD samostatně
  - UK FTVS uveřejní rozpis školení trenérů II. třídy až poté, co navrhovaný plán školení včetně lektorů schválí ÚBD
  - na školeních v části specializace spolupracuje UK FTVS s ÚBD
- školení jsou otevírána každý druhý až třetí rok dle zájmu žadatelů (minimum je 10 žadatelů)
- školení je zakončeno úspěšným splněním testu z obecné teorie, ze specializace a odevzdáním seminární práce v rozsahu 15-20 stran A4

Úsek běhu na lyžích SLČR, Jeronýmova 570/22. 460 07 Liberec , tel. + 420 723 069 682

### Rozsah a náplň školení pro získání kvalifikace trenér II. třídy:

- školení trenérské kvalifikace II. třídy je akreditováno Ministerstvem školství mládeže a tělovýchovy ČR v rozsahu 150 vyučovacích hodin:
  - obecná část v rozsahu min. 50 hod.
  - specializace v rozsahu min. 100 hod.
- obsahově navazuje na nižší úroveň trenérské kvalifikace III. třídy
- úspěšným absolventům je vystaveno osvědčení, které opravňuje požádat o vystavení živnostenského listu v oblasti poskytování sportovních služeb (vázaná činnost)

### Osnovy dle metodického manuálu MŠMT-26268/2013-1:

Obecná část:	Počet hodin:
1. Anatomie: složení těla, složení kostí, klouby, svaly (složení svalu, svalová práce, funkční svalové tendence), oběhový systém, dýchací systém, vylučování, trávení, ostatní systémy	10
2. Fyziologie: ATP a CP systém, energetický metabolismus, hormonální systém, CNS, látkové řízení, nervy, mícha, reflexy, receptory, analyzátoři, termoregulace, stres a adaptace	10
3. Sportovní trénink: schopnosti a dovednosti, výkon a výkonnost, raná specializace, periodizace, tréninková jednotka, tréninková dokumentace	6
4. Psychologie: osobnost, struktura osobnosti, temperament, skupina, role ve skupině, komunikace, motivace, vůle, emoce	4
5. Pedagogika: vývoj člověka, výchova a její role, věkové zvláštnosti, osobnost trenéra, styl	4
6. První pomoc: úrazy, charakter, prevence, bezvědomí, šok, resuscitace, techniky ošetření, bezpečnost a ochrana zdraví při práci	2+2
7. Dopingová problematika: zdravotní aspekty, antidopingová úmluva, ČAV, dopingové skupiny a krevní doping, Směrnice	2
8. Hygiena sportu a výživa: biologický a kalendářní věk, regenerace, masáže a zábaly, základy výživa, pitný režim, tvorba jídelníčku, suplementace	8
9. Právo a sport: struktura sportu v ČR, tělovýchovné organizace a sportovní svazy, Živnostenský zákon	2
Specializace:	Počet hodin:
10. Metodika sportovního tréninku: tréninková jednotka pro vrcholové a výkonnostní sportovce, zvláštnosti tréninku u dětí, strečink, silový trénink, vytrvalostní trénink, rychlostní trénink, regenerační tréninková jednotka, aerobní a anaerobní práh, trénink obratnosti, vysokohorská příprava, lyžařská technologie	min. 20
11. Organizace sportovního tréninku	min. 20
12. Praxe	min. 60

Úsek běhu na lyžích SLČR, Jeronýmova 570/22. 460 07 Liberec , tel. + 420 723 069 682



Audi

SVAZ LYŽAŘŮ ČR - CZECH SKI ASSOCIATION

Cukrovarnická 483/45, 162 00 Praha 6, telefon +420 220 980 618, [www.czech-ski.com](http://www.czech-ski.com)

### Odnětí a znovunabytí trenérského průkazu

- trenérský průkaz může být trenérovi odebrán, jestliže se trenér:
  - dopustil zvláště vážného disciplinárního provinění nebo se opakovaně dopustil disciplinárního provinění
  - dopustil napadení soupeře, trenéra nebo funkcionáře
  - úmyslně se dopouštěl jednání proti pravidlům, která narušila regulérnost závodů
  - dopustil se nesprávnosti při registračním, licenčním a oddílovou příslušnost měnícím řízení
  - porušil zákony, stanovy nebo předpisy ÚBD SLČR nebo SLČR a rozhodnutí jejich orgánů
  - porušil zákaz o používání dopingu
  - dopustil úmyslného trestného činu, za který byl odsouzen
- znovunabytí trenérského průkazu je posuzováno na základě osobní žádosti žadatele:
  - žadatel splní podmínky stanovené Radou ÚBD a zaplatí poplatek 700 Kč

Úsek běhu na lyžích SLČR, Jeronýmova 570/22. 460 07 Liberec , tel. + 420 723 069 682

Partneři  
Úseku  
běžeckých  
disciplín

Generální partner :



Hlavní partneři :



Užitkové  
vozy



Partner pro sportovní výživu :

