



Svaz lyžařů ČR – úsek alpských disciplín
Metodická komise

Z á p i s

ze schůze Metodické komise OSÚ AD SLČR konané dne 20.6.2023 ve Vrchlabí.

Účast: Jireš Radim, Strejček Luděk, Fiedler Jan, Kvasnička Jan

Omluveni: Vacek Ludvík

Hosté: Matějů Jiří, Forejtek Ladislav

Program:

1) Hodnocení činnosti Metodické komise 2022/23

- Schůzka MK 9.8. 2022 s Krysztofem Mazurkem, trenérem RD, na téma „technika lyžování“ na úrovni kategorie dospělí. Krysztof Mazurek připravuje prezentaci vrcholové, mužské techniky (konceptu) světového poháru pro Poláky. Využití pro OSÚ AD. Až bude prezentace hotová, tak ji vyhodnotit a zasadit do našeho technického konceptu. Plánuje se také webinář na uvedené téma.
- Hlavní činnost v oblasti vzdělávání a metodiky byla vykonávána především v rámci náplně práce Metodiků, viz. „Zpráva o činnosti metodiků AD SLČR“

2) Hodnocení školení trenérů AD 2022/23

• Školení trenérů AD IV. Třídy

Proběhlo V Peci pod Sněžkou 5.1. - 8.1. 2023. zúčastnilo se 20 trenérů, Lektori: Jiří Matějů, Radim Jireš, Lukáš Wondráček, Radek Drahoňovský, Nikol Novotná

• Školení trenérů AD III. třídy:

Lyžařská část proběhla ve Špindlerově Mlýně/Vrchlabí v termínu 30.3. - 2.4. lektori Radim Jireš, Jan Fiedler, Alena Danihelková, Luděk Strejček a Petr Jireš. Kondiční část školení proběhla 26.-28.5.2023, lektori: kondiční trenér Michael Havlík, fyzioterapeutka Marta Fiedlerová, Radim Jireš, Luděk Strejček, Petr Jireš, Luboš Dlabola. Celkově absolvovalo úspěšně 32 trenérů.

• Školení trenérů AD II. třídy:

Lyžařské části školení proběhla ve Špindlerově Mlýně/Vrchlabí 6.-9.4, lektori Radim Jireš, Jan Fiedler a Zdeněk Chrástský. Kondiční část byla ve Vrchlabí v termínu 2.-4.6.2023. Celkově se zúčastnilo 28 trenérů. na školení se podíleli kondiční trenér Michael Havlík, gymnastický trenér Roman Malíř, kondiční trenér Jakub Malec, lektori Radim Jireš a Petr Jireš.

• Studium trenérů AD I. Třídy

- Stále probíhá studium na trenérská škole na FTVS, které začalo 2020. V Peci p.S. 21.-23.4. byla další část specializace AD.
- Průběžně na vysokých školách (FSpS Brno, FTK Olomouc, KSLP PdF Ostrava, FTVS..) probíhá denní studium oboru TV a Sport / Trenérství, specializaci AD zajišťuje AD SLČR v rámci školeních trenérů 4.3. a 2. třídy.



- Trenérský průkaz – vytvořit návrh na novou grafiku a text, především zadní strany průkazu, se specifikací trenérské kvalifikace, viz. starší papírové verze průkazů

3) Plán školení trenérů AD 2023/24

Opět jsou v plánu školení 4. 3. a případně 2. třídy.

4) Workshopy a doškolení trenérů AD 2023

Termíny: 1.7. Klínovec, 9.9. Trutnov, 14.10. Horní Bečva

Program zaměřen na techniku lyžování, ukázky cvičení na rozvoj jednotlivých lyžařských dovedností, analýzu pohybu lyžaře. Dále praktické ukázky z fyzioterapie.

5) Akreditace trenér alpské disciplíny na období 2024-27

- Aktuální akreditace - Trenér lyžování alpské disciplíny (v rozsahu 85 hodin teoretické výuky a 65 hodin praktické výuky – trenér 2. třídy) platí do 12.10.2024 a jejím držitelem je VOŠ ČUS.
- Ideální varianta je vlastní svazová akreditace, se kterou disponují všechny OSÚ v rámci vlastních vzdělávacích konceptů (tzn. zpracování žádosti pod SLČR a zajištění spolupráce na obecné části s VŠ / VOŠ). Totéž platí pro kvalifikační řád. Komunikace probíhá s generálním sekretářem SLČR Janem Šindelářem. Informace o akreditaci odeslány Honzovi Fiedlerovi, který to v rámci pracovních schůzek sportovních ředitelů bude řešit.

6) Publikační činnost - metodika, technika, material

- V rámci doškolení a školení trenérů se prezentují nové aktuální výukové materiály např. Technická koncepce, Lyžařské dovednosti, Biomechanika, Rychlostní disciplíny, Analýza pohybu lyžaře apod.
- Zveřejnění více materiálů na webu AD SLČR. Konkrétně se jedná o tyto prezentace: Technická koncepce, Parkury, překlady ze zahraničních zdrojů. V roce 2022 zveřejněn dokument Lyžařské dovednosti.
- František Andrlé připraví videa o kondičním tréninku, konkrétní tréninkové jednotky včetně doporučených cvičení a počtu opakování v jednotlivých sériích a intervalů odpočinku. Bude se jednat o názorné, modelové TJ na rozvoj určených motorických schopností a dovedností. Garantem projektu je Jan Fiedler.

7) SŘ – změny na sezony 2023/24 pro kategorie PaP

- Omezení počtu závodů v závodní sezoně na maximálně 12 startů u přípravky a 16 startů u předžáků. **OK**
- Do celkového výsledku poháru se počítá maximálně 5 nejlepších výsledků (nebo maximálně 50% nejlepších výsledků) z celkového počtu odjetých závodů v dané závodní sezoně a pohárku.

Pokud bude odjeto 11 nebo 12 závodů, počítá se 6 nejlepších výsledků. Pokud bude odjeto 13 nebo 14 závodů počítá se 7 nejlepších výsledků.



- SŘ závodů KOSÚ AD musí být kompatibilní a korespondovat se svazovým SŘ OSÚ AD. Za kontrolu SŘ odpovídá STK. **OK**
- V sezoně 2023-2024 musí být v každém z pohárů (v rámci série závodů KSL AD) vypsán minimálně jeden závod v parkuru nebo v kombinovaném závodě (poznámka RJ - pro tyto disciplíny nutno specifikovat parametry lyží pro GS)

Lyže GS U12 - minimální rádius 14 m. U10 bez omezení.

- Losování jednotlivých kategorií probíhá v každém závodě najednou. Losuje se celá kategorie bez ohledu na výkonnost jednotlivých závodníků (bez ohledu na body získané v poháru).

Losování – v jednotlivých kategoriích se losuje prvních 30 závodníků podle pořadí v poháru. Ostatní závodníci mají čísla podle pořadí v poháru nebo je možné je losovat. Počet závodů na základě kterých se stanoví pořadí závodníků je v kompetenci pořadatele daného poháru a je definováno v SŘ pro daný pohár

- Přihlašování on line dle systému přihlášek AD. **OK**
- Nelze se on line přihlásit na více závodů různých pohárů ve stejný den (lze se přihlásit na více závodů ve stejný den, pokud se jedná o stejné středisko a jeden pohár). **OK**
- Do celkového pořadí výsledku poháru se započítávají pouze závody, kde byl závodník řádně přihlášen on line dle systému přihlášek AD. **OK**
- Samostatná kategorie U8 není vypsána (možnost vyhlašovat mladší závodníky v rámci závodu kategorie U10). První oficiální kategorií závodů pod záštitou AD SLČR je kategorie U10, v rámci které však mohou startovat i mladší závodníci. **OK**

8) Dovednostní testy

- MK doporučuje opět uspořádat RKZ v testování dovedností. Dovednostní testy – v termínu SG – důvod: vzdělávání a osvěta trenérů v rámci práce s dovednostmi je pomalá, dlouhodobý proces, potřeba působit ve všech kategoriích, lze celkem dobře otevírat diskuzi nad technikou, příprava na juniorskou kategorii, hodnocení trenérů, závody = vyšší motivace a nutnost trénovat dovednosti. Jiří Matějů probere problematiku v rámci TRŽ a podá zprávu o výsledku jednání.

9) Různé

- V rámci schůze MK proběhlo jednání se zástupcem ředitele gymnázia Vrchlabí Mgr. Ludkěm Richtrem na téma „sportovní gymnázium pro alpské disciplíny“. Zřizovatel gymnázia Krajský úřad v Hradci Králové podniká konkrétní kroky ke zřízení sportovního gymnázia ve Vrchlabí, tzn. že by od školního roku 2024/25 mohla vzniknout sportovní třída se zaměřením na alpské disciplíny. OSÚ AD připraví pro gymnázium potřebné dokumenty.

Zapsal: Jiří Matějů

Ověřil: Radim Jireš