



Svaz lyžařů ČR – úsek alpských disciplín

**POZVÁNKA na vzdělávací akci – jednodenní workshop v Horní Bečvě,
který se koná v termínu 16.10.2021**

Svaz lyžařů České republiky - odborný sportovní úsek alpských disciplín Vás zve na jednodenní workshop pro trenéry AD SLČR, který slouží k načerpání nových vědomostí a vlastnímu vzdělávání.

WORKSHOPY AD SLČR – vysvětlení, význam, přínos

Workshopy AD SLČR navazují na již uspořádané vzdělávací akce uspořádané v minulých letech. Workshopy AD SLČR jsou 1 – 2 denní letní nebo zimní vzdělávací akce zaměřené na vzdělávání trenérů. Program workshopu je složen z vybraných témat, která jsou prezentována lektory a metodiky AD SLČR, případně pozvanými odborníky na danou problematiku. Workshopy AD SLČR jsou krátké a intenzivní vzdělávací akce určené pro relativně malou skupinu lidí a zaměřené na výuku technik a dovedností užívaných v oblasti závodního lyžování a tréninku lyžařských závodníků. Workshop AD SLČR je také tvůrčí, pracovní setkání.

Cílem workshopů AD SLČR je přímé působení na trenéry za účelem jejich vzdělávání a podpory jejich vnitřní motivace se vzdělávat. Významným benefitem je přímá interakce a tím přímá zpětná vazba pro metodiky AD vypovídající o reálných potřebách trenérů v ČR. Zkušenosti z workshopů poslouží jako podklad pro další zlepšení systému vzdělávání.

Komplexně zaměřené lyžařské workshopy navážou na letní vzdělávací akce v zimní sezóně 2021 – 2022. Vzdělávací akce – workshopy slouží také k prodloužení licencí trenérů AD SLČR.

Termín: 16.10.2021

Místo: ZŠ T.G.Masaryka, Horní Bečva 544, 75657 Horní Bečva, Česko
<https://mapy.cz/s/nafufuveda>

Ubytování: SLČR AD na tuto akci nezajišťuje. Pro zájemce o ubytování posíláme tip na Penzion Staré časy <https://penzion-stare-casy.penzion.cz/>

Cena: **Cena 500,-Kč za osobu**, cena zahrnuje organizaci a zajištění workshopu pro trenéry AD SLČR. V ceně workshopu je **jedna kniha** Základy závodního lyžování, průvodce mladého lyžaře nebo Základy závodního lyžování, kapesní průvodce trenéra. Kniha bude možné zakoupit také na místě, pro členy AD SLČR cena 150,- Kč za knihu.

Platba: Pouze hotově, na základě platby bude vydán příjmový doklad.

Doprava: Vlastní.

Program: 8:30 – 8:55 prezentace účastníků přímo v přednáškové místnosti v hotelu
9:00 – 16:00 program workshopu dle jednotlivých témat s přestávkou na oběd
9:00 – 13:30 teoretická část, prezentují J. Matějů, R. Jireš., L. Vacek
14:30 – 16:00 kondiční trénink prezentuje František Andrlé



- 1/ Technická koncepce AD SLČR.
- 2/ Prezentace knihy „Základy závodního lyžování – průvodce mladého lyžaře“.
- 3/ Prezentace knihy „Základy závodního lyžování – kapesní průvodce trenéra“.
- 4/ Lyžařské dovednosti - představení, význam, trénink, cvičení, testování.
- 5/ Videoanalýza pohybu.
- 6/Vybrané kondiční tréninkové jednotky zaměřené na praxi.
- 7/ Kondiční testy AD SLČR pro mládež.
- 8/ Prezentace výukových materiálů AD SLČR. Zahraniční zdroje.

S sebou: Věci na přednášky, věci na sportovní trénink do tělocvičny.

Potvrzení o bezinfekčnosti na COVID – prodělané onemocnění, negativní test, očkování.

Termíny a místa vzdělávacích akcí – workshopů v létě 2021:

31.7. Dolní Morava

21.8. Lipno

28.8. Nymburk

18.9. Trutnov

16.10. Horní Bečva

Přihlášky: Termínovou listinu a přihlášky na vzdělávací akce najdete na stránkách AD SLČR v sekci vzdělávání trenérů. Vyplněné přihlášky na konkrétní termíny posílejte na sekretariatad@czech-ski.com. Uzávěrky přihlášek na jednotlivé akce jsou vždy týden před termínem akce. Minimální účast pro konání workshopu je 10 osob.

V případě bližších informací kontaktujte Jiřího Matějů, tel. 777 801 050, jiri.mateju@czech-ski.com nebo Radima Jireše, tel. 606 708 399, radim.jires@czech-ski.com.

Organizátoři si vyhrazují možnost upravit program v případě potřeby.

Jiří Matějů, Radim Jireš
metodici mládeže OSÚ AD SLČR

Danuta Štrougalová
manažerka OSÚ AD SLČR