

OSÚ AD SLČR
Metodická komise

Z á p i s

ze schůze Metodické komise OSÚ AD SLČR konané dne 22.5.2019 v Praze.

Účast: Jireš Radim, Fiedler Jan, Jireš Petr, Kvasnička Jan, Podešva Vilém, Strejček Luděk, Lajkeb Petr, Houser Petr, Jan Verl, Tomáš Horáček

Hosté: Forejtek Ladislav, Strougalová Danuta, Vacek Ludvík

Program:

1. Hodnocení činnosti a plnění úkolů Metodické komise 2018/19

Viz. Zpráva o činnosti MK

2. Školení trenérů - struktura školení a vzdělávání AD

- Školení trenérů AD IV.třídy
 - podle Kvalifikačního řádu AD SLČR zavést školení trenérů IV.třídy, tato třída již formálně existuje, ale v praxi se zatím nepoužívá
 - důvodem je celkové zvýšení časové dotace zaměřené na lyžařské vzdělání trenérů jak po teoretické, tak hlavně po praktické stránce.
 - IV. třída bude 3 denní lyžařské školení, zaměřené na základy techniky a metodiky lyžování, zakončená bude i testem lyžařské techniky účastníků
 - podmínkou přihlášení na školení trenérů IV.tř. je členství v SLČR
- Školení trenérů AD III.tř.:
 - podmínkou bude absolvování kurzu IV. třídy
 - zavedením IV. třídy bude náplň lyžařské části III. třídy zaměřená již rovnou na závodní lyžování, řezaný dlouhý a krátký oblouk, metodiku nácviku techniky, stavbu tratí
- Školení trenérů AD II.tř.
 - zavedení dvouleté trenérské praxe pro získání II.třídy
 - účast na všech školeních (obecná, lyžařská, kondiční část)
 - včasné dodání seminárních prací, pokud trenér nedodá seminární práci a nebude účasten obhajobě, bude mu stanoven nový termín dodání a obhajoby až následující sezonu, s poplatkem 500,-kč
 - Pokud trenér seminární neobhájí, bude mít možnost práci přepracovat a dodat v opravném termínu v aktuální sezoně (bez poplatku)
 - doporučená literatura pro obecnou část / konzultovat s ČUS

MK a lektorské sbory Morava a Čechy připraví obsahovou část pro školení trenérů IV., III. a II.třídy do 16.7.2019

- Kvalifikační řád pro trenéry SLČR
Úpravy kvalifikačního řádu pro trenéry AD SLČR a jeho aktuální zapojení do systému VŠ. Začlenění akreditovaného bakalářského studia „Trenérství AD“ na FSpS v Brně, a dalších bakalářských studií tělesná výchova a Sport na VŠ.
Dále uvedení v praxi Trenér IV. třídy (náplň školení, uplatnění, návaznost na další trenérské třídy)

3. Školení trenérů – termíny

Školení trenérů AD II.tř.

- Termín obecné části školení II. třídy pro účastníky, kteří začali lyžařskou a kondiční částí bude v září / říjnu 2019 na ČUS
- Informace o školení budou na webu slčr

Školení trenérů AD III.tř. a IV.třídy

- jaro 2020
- přednostně budou na školení trenérů III.třídy přijati zájemci přihlášení do 10.dubna 2019, kteří nemohli být z kapacitních důvodů přijati na školení III.třídy v roce 2019, pro tyto zájemce ještě nebude platit podmínka účasti na IV.třídě.

4. Doškolení a semináře trenérů 2019/20

- Pořádání doškolení jako workshopy s teorií a praxí na sněhu
obecná část – workshop trenérů (večer) + praxe na sněhu (1 den),
 - zaměření workshopů na různá témata a trenéry: metodika lyžování dětí - základy, lyžařské dovednosti – „lyžařská abeceda“, stavba tratí (SL,GS,SG), rychlostní disciplíny..
 - Doškolování v rámci KOSÚ nebo horských oblastí (Krkonoše + Jizerské Hory, Orlické hory + Jeseníky + Beskydy, Krušné Hory + Šumava)
- Odborný seminář a doškolení trenérů, termín září 2019

5. Metodické a teoretické zdroje

- Učební texty pro trenéry AD – 1.díl Všeobecná část
 - všechny kapitoly, které máme v elektronické podobě aktualizovat, některé zestručnit, doplnit o obrázky a schémata. V. Podešva zašle členům MK
 - Návrh na vydání knihy v elektronické podobě
- „Fundamentals of Ski Racing“
 - publikace vydaná v USA (Far West Division) v roce 2018, svaz má práva (licenci) na její překlad, představení publikace, její vydání v ČR.
- přeložení slovníku (glossary) a Techniky (Technique – Kye Concept), první verze překladu již máme
- V.Podešva oslovil R. Rokose, žijícího v USA, aby se podílel na překladu – v současné době po schůzce s Rokosem zastává jeden z názorů - publikaci nepřekládat a nechat v angličtině – přeložit pouze slovník

6. Lyžařské dovednosti

- V souvislosti s novými kritérii pro výběr talentovaných dětí do RVŽ vznikla prezentace a video k testu 4 lyžařských dovedností.
- Dalším krokem bude rozšíření baterie na 12 dovedností, ke stávajícím přidat dalších 8, vytvořit podrobné popisy dovedností a natočit videa,
- Soubor dovedností se bude jmenovat „Lyžařská abeceda“, a bude jak metodickým materiálem pro nácvik základních lyžařských dovedností, tak „baterií lyžařských testů“ pro žáky - v sezoně 2019/20 proběhne jako RKZ žactva
- Cílem testování lyžařských dovedností je především jejich zavedení do tréninkového procesu, aby trenéři a závodníci pracovali na nácviku širokého spektra lyžařských dovedností, které jsou důležitým předpokladem pro zvládnutí techniky lyžování a závodníci byli všestrannými lyžaři.

- technické provedení závodů RKZ vypracuje RVŽ a Met.kom.
- pracovní skupina: Horáček, Strejček, Kvasnička, Fiedler, Jireš.R.
 - do 16.7. vybrat dalších 8 dovedností

7. Kategorie přípravka a předžáci

- vydat doporučení MK o počtech startů za sezonu
- diskuze, jak „zavést test lyžařských dovedností“ do PAP, pořádní dětských pohárů mají na starosti kraje, doporučení pro pořadatele
- zařadit do každého poháru min. kombinovaný závod, aby právě postihl širší spektrum dovedností – krátké oblouky, dlouhé oblouky, vlny, skoky... někteří pořadatelé kombi závody pravidelně organizují
- závody by se měly pořádat na homologovaných tratích

8. Motorické testy

- V souvislosti s novými kritérii pro výběr talentovaných dětí do RVŽ vznikla úprava současné baterie motorických testů. Podle požadavků TRŽ, byl kvůli objektivnosti hodnocení nahrazen test „kliky“ testem „twist“ (silová vytrvalost trupu) a vyřazen „5ti skok“.
- Diskuze nad testem „twist“ a jeho zařazením do testové baterie. Vzhledem k historii testování podle současné testové baterie, by nebylo vhodné testy rušit (kliky, 5ti skok), ale testovou baterii spíše rozšířit o test „twist“ pro kategorii žáků a juniorů (PAP). Zhodnotit test po stránce „fyzioterapie“ (zajistí Fiedler) a jeho „vypovídající hodnoty“ pro lyžaře (ověří Horáček)
- test pohyblivosti – připraví Verl J.

9. Sraz členů MK – workshop

téma: Biomechanika a technika závodního lyžování

termín: 16.7. v Nymburku

Trenéři jako hosté: Bank T., Matějů J., Bogdálék (Komise mládeže)

10. Spolupráce s VŠ

- nabídka MU Brno FspS na testování závodníků, zajištění testování kondičních schopností podle SLČR AD test baterie, zpracování výsledků, začít testy RVŽ, podrobnosti zjistí Horáček
- Ostravská Univerzita, katedra lidského pohybu – pozvání na 11.6.2019 na jednání sportovních svazů a katedry ohledně nového studijního oboru Trenérství a sportovní výkonnost. zajistí Houser, Jireš R.

11. Diplomování trenéři, trenéři I.třídy

- přehled nových žádostí o trenéry I.třídy a DT: Gecelovský Igor, Němec Jan, Paulus Dan, Havel Jan, Jurečka Jan, Vacek Ludvík
- žádosti zpracuje Jireš R, Podešva V., Houser P.
- vytvoření komise pro hodnocení bakalářských a diplomových prací

12. Spolupráce s Apul

- žádost Apul o uznání „Race kouč 1“ jako ekvivalent lyžařské části trenéra III.třídy/ IV.třídy. Absolvent kurzu je držitelem min. licence C cvičitele lyžování + Race kouč 1, pak by absolvoval kondiční část trenéra III.třídy. Co trenérům AD může Apul v rámci spolupráce nabídnout. Jednání s Apul - Horáček

- spolupráce s Apul letos již probíhá, lektoři Matějů, Drahoňovský, Novák, Horáček, Macourek, Klečková se podíleli na tvorbě videa lyžařských dovedností a byli členy hodnotící komise pro RVŽ

13. Složení MetK pro sezonu 2019/20:

Předseda	JIREŠ Radim	606708399	radim.jires@post.cz
Sekretář	PODEŠVA Vilém	604738859	vilem.podesva@seznam.cz
Členové	FIEDLER Jan	604703316	jan.fida@seznam.cz
	HOUSER Petr	737222414	houser@shs-trebic.cz
	JIREŠ Petr	604200306	petr.jires@wo.cz
	KVASNICKA Jan	739528282	kvasnicka.jan@gmail.com
	LAJKEB Petr	602650564	petlajkis@email.cz
	STREJČEK Luděk	603544671	ludek.strejcek@post.cz
	VERL Jan	608968234	info@vl-ski.cz
	HORÁČEK Tomáš	732159392	horacektomas@yahoo.com
	VACEK Ludvík	604203384	vacek@auto-skla.cz

Konzultanti: MATĚJŮ Jiří, SOCHOROVÁ Blanka, BANK Tomáš, ANDRLE Josef

Praha 22.5.2019

Zapsal: Radim Jireš,

Ověřil: Vilém Podešva