



Seminár trénerov a rozhodcov SFKaBU

Miesto konania :

Seminár trénerov a rozhodcov sa bude konať 22. – 24. 9. 2017 v Kľačne.

Rekreačné zariadenie **GO Kľačno** leží takmer v strede obce Kľačno. Od okresného mesta Prievidza je vzdialené 15 km a od Kľaku 8 km.

Autom: V smere z Prievidze pôjdete do Nitrianskeho Pravna kde odbočíte doľava smerom na Žilinu. Prvá obec za Nitrianskym Pravnom je Kľačno.

V smere z Martina pôjdete do Nitrianskeho Pravna kde odbočíte doprava smerom na Žilinu. Prvá obec za Nitrianskym Pravnom je Kľačno.

V smere zo Žiliny pôjdete smerom na Prievidzu. Obec Kľačno leží 8 km za Fačkovským sedlom.

GPS súradnice: 48° 54' 33.6" N

18° 39' 27.1" E

Adresa : Rekreačné zariadenie GO Kľačno

Kľačno 326

972 15 Kľačno

Náplň seminára:

Seminár je určený pre všetkých aktívnych trénerov SFKaBU, ktorí chcú i naďalej trénovať karate a majú chuť sa neustále vzdelávať a zlepšovať sa!!!

Prezidentská rada SFKaBU na svojom zasadnutí 20.8.2017 rozhodla, že absolvovanie minimálne jedného seminára tohto typu počas roka, je podmienkou získania trénerského a rozhodcovského oprávnenia v rámci SFKaBU na príslušný rok.

Tieto semináre slúžia ako ďalšie vzdelávanie kvalifikovaných trénerov a rozhodcov Federácie, resp. ako špecializovaná časť školenia nových trénerov karate.

Na tomto seminári budú odovzdané absolventské certifikáty za rok 2017 a zároveň každý účastník dostane Výpis z registra trénerov SFKaBU, ktorý svoje trénerské oprávnenie získali do roku 2008 spolu s potvrdeniami o platnosti oprávnení (licencií) v zmysle zákona č. 440/2015 Z.z. ("Zákon o športe") a príslušných vyhlášok (110/2016 Z.z. o odbornej príprave na nadobudnutie odbornej spôsobilosti v športe) .



S novými trénermi (bez akéhokoľvek odborného vzdelávania) sa naštartuje na tomto seminári proces získavanie trénerskej kvalifikácie aj v spolupráci s príslušnou fakultou športu v zmysle zákona č. 440/2015 Z.z.

Poplatky :

Cena za ubytovanie, plnú penziu a poplatok je **70 € / osobu / celý pobyt.**

SFKaBU hradí z vlastných zdrojov cestovné náklady a poplatky školiteľov, náklady na telocvičňu a školiace miestnosti.

Nezabudnúť si priniesť so sebou :

- karate gi + opasok;
- v prípade chladnejšieho počasia tenisky do haly a teplákové vrchy;
- zošit na poznámky, písacie potreby;
- pitný režim do telocvične.

Priebeh seminára bude možné nakrúcať a vyhotovovať záznam, preto je možné si priniesť kamery, fotoaparáty.

Samozrejme, bude aj spoločné fotenie v karate gi všetkých účastníkov seminára.

**Záväzná prihláška výlučne elektronicky na stránke Federácie
do 13.9.2017!!!**



Program seminára pre trénerov a rozhodcov:

- Praktická časť v telocvični – vedú inštruktori Kolégia Danov SFKaBU

(MUDr. Ľudovít Divinec - 8.Dan , PhDr. Ján Dado - 8.Dan, Mgr. Ing. Ľubomíra Klementisová – 7.Dan, Henrich Kreuzer – 6.Dan)

- Teoretická časť v zasadačke – prednášajú delegovaní lektori (dipl. tréner Mgr. Róbert Kling, JUDr. Martin Jarabica)

Časy sú informatívneho charakteru a ich zmena je vyhradená, taktiež aj náplň praktických častí.

Piatok 22.9.2017:

18.00 – 19.30 hod. **praktická časť v telocvični - všetci**

Náplň :

- rozcvička Junbi undo
- základná technika Hojo undo : význam, jej dôležitosť, princípy, objemové dávky
- kata Sanchin : princípy, tandem, dýchanie, tréningové metódy (kakie, kotekitai)
- Shitei kata: Geiki sai dai Ichi, Geki sai dai Ni, Saifa

20.30 – 22.00 hod. **prednáška v zasadačke pre trénerov, rozhodcov a kaučov**

Témy :

- 1.časť – aeróbna a anaeróbna definícia a spôsob trénovania (Mgr. Róbert Kling)
- 2.časť - všeobecná časť – pravidlá WUKF, trestnoprávna zodpovednosť a poistenie trénera a rozhodcu (JUDr. Jarabica)

Sobota 23.9.2017:

09.00 – 09.50 hod. **prednáška v zasadačke pre trénerov**

Téma:

- motivácia, podpora a vyhľadávanie talentu



10.00 – 11.30 hod.

praktická časť v telocvični - všetci

Náplň :

- rozcvička Junbi undo
- Sentei kata : Seiunchin, Seipai, Shisochin, Seizan

11.30 – 12.00 hod.

praktická časť pre rozhodcov a kaučov v telocvični

Náplň:

- gestá a povely, pohyb v zápasisku, povinnosti rozhodcu pred zápasom

14.00 – 14.50 hod.

prednáška v zasadačke pre rozhodcov a kaučov

Téma:

- rozhodovanie kumite, kritériá rozhodnutia a určenie víťaza v družstvách aj rotáciách družstiev, video ukážky zápasov

15.00 – 16.30 hod.

praktická časť v telocvični - všetci

Náplň:

- rozcvička Junbi undo
- dvojice oki kumite : princípy tréningu, postoje SD, NAD, SHD, protiútoky, kontra techniky, spacificovanie súpera
- športové kumite : metodické ukážky – presuny v postojoch a správna práca nôh (tréning. metódy)
základné kombinácie v dvojiciach , finty a „blafáky“, obrana protiútok, deae,
taktika športového zápasu

16.30 – 18.00 hod.

praktická časť v telocvični pre rozhodcov a kaučov

Náplň:

- prax a rozhodovanie zápasov kumite



19.30 – 21.30 hod. **prednáška v zasadačke pre trénerov**

Téma:

- 1.časť – rozvoj pohybových schopností detí a mládeže
- 2.časť – motorika detí 6-11 rokov a 11-15 rokov, rozvoj silovo-rýchlostných schopností

Nedeľa 24.9.2017:

09.00 – 09.50 hod. **prednáška v zasadačke pre rozhodcov a kaučov**

Téma:

- kritériá rozhodovania kata – jednotlivci, družstvá, štýly kata, história

10.00 – 11.40 hod. **praktická časť v telocvični - všetci**

Náplň:

- rozcvička Junbi undo
- Tokui kata: Kururunfa, Sanzeru, Suparinpei
- metodická ukážka cvikov na budovanie rýchlosti, dynamiky, výbušnosti, sily

12.00 – 13.30 hod.

- **skúšky na STV Dan SFKaBU**

V Bratislave, 6.9.2017

PhDr. Ján Dado
predseda TMK SFKaBU

Mgr. Daniel Baran
prezident SFKaBU

Ing. Mgr. Ľubomíra Klementisová
predsedníčka RK SFKaBU