**Slovenská gymnastická federácia, Junácka 6, Bratislava**

**POZVÁNKA NA ŠKOLENIE TRÉNEROV I. STUPŇA V MODERNEJ GYMNASTIKE**

**11.-12.02. 2023**

Sekcia MODERNEJ GYMNASTIKY SGF Vás srdečne pozýva na školenie trénerov v zmysle akreditačného vzdelávania. Školenie bude vedené odborníkmi prostredníctvom teoretických hodín a praktických ukážok. Bude obsahovať **prvú časť špeciálnej časti pre získanie kvalifikácie trénera I. stupňa v modernej gymnastike**

Dátum: 11.02 – 12.02.2023

Miesto: Spojená škola, Slančíkovej 2, 949 01 Nitra

**Garant školenia: Milena Švedová**

**Lektorky** : Milena Švedová, Tatiana Sukhomlinová, Ľubov Kilianová, Monika Vargová, Monika Šišková

**Platobné podmienky a spôsob úhrady:**

Poplatok za školenie trénerov I. stupňa:

* prvá časť špeciálnej časti: 40 EUR
* spôsob úhrady: platobným prevodom na základe vystavenej faktúry od SGF
* splatnosť: 14 dní od konania školenia trénerov I. stupňa – prvá časť špeciálnej časti

Ubytovanie a strava:

* možnosť individuálneho ubytovania a stravovania na náklady účastníkov
* možnosť objednávky ubytovania a stravovania na Spojenej škole v Nitre

**Program**

Sobota 11.02.2023 (učebňa + telocvičňa)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 8:30 – 9:00 | Prezentácia a otvorenie | Ľ. Vilček/M. Švedová |
| 9:00 – 10:30 | História a riadenie gymnastických športov (gymnastika a jej vývoj, vznik FIG, dejiny modernej gymnastiky), Charakteristika MG | Milena Švedová |
| 10:30 – 10.45 | Prestávka |  |
| 10:45 -12:15 | Odborná terminológia (terminológia cvičení, pohybov a polôh) | Milena Švedová |
| 12:15 -13:00 | Stavba tréningovej jednotky (úvodná časť – rozcvičenie, hlavná časť – prípravné cvičenia a nácvik, záverečná časť – kompenzačné cvičenia) | Milena Švedová |
| 13:00 – 14:00 | Obed |  |
| 16:00 – 19:00 | Rozbor a analýza techniky základných cvičebných tvarov (základné didaktické postupy, metódy a formy) – praktické ukážky (technika náčinia, tenisové loptičky, švihadlo) | Tatiana Sukhomlinova,  Milena Švedová  Ľubov Kilianová  telocvičňa |
| 19:00 – 20:00 | Večera |  |

Nedeľa 12.02.2023 (učebňa + telocvičňa)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 9:00 – 10:30 | Význam pohybových predpokladov  Pohybové schopnosti  Pohybové zručnosti a návyky Vlohy a talentové dispozície | Milena Švedová |
| 10:30 – 10:45 | Prestávka |  |
| 10:45 – 12:15 | Telesná zdatnosť (kondičné a koordinačné ukazovatele, svalová sila, kĺbová pohyblivosť, aeróbna vytrvalosť) Akrobatická príprava | Tatiana Sukhomlinova, |
| 12:15 – 13:00 | Obed |  |
| 13:00 – 16:15 | Rozbor a analýza techniky základných cvičebných tvarov (základné didaktické postupy, metódy a formy) – praktické ukážky (technika náčinia obruč + doplnkové náčinie pre zážitkový tréning) | Tatiana Sukhomlinova,  Ľubov Kilianová  telocvičňa |
| 16:15 – 17:00 | Ukončenie 1. časti školenia a výber konzultantov |  |

Účasť na seminári v plnom rozsahu je podmienkou k získaniu kvalifikácie trénera I. stupňa v modernej gymnastike, ktoré bude realizované v dvoch častiach.

Okrem špeciálnej časti je povinnosťou absolvovať všeobecnú časť školenia na troch školiacich inštitúciách podľa výberu (FTVŠ Bratislava, UMB Banská Bystrica, FŠ Prešov) najneskôr do absolvovania záverečných skúšok.

Podmienky k získaniu licencie trénera I. stupňa v modernej gymnastike:

* minimálny vek 16 rokov (do 18 rokov môže vykonávať trénerskú činnosť iba v sprievode trénera gymnastiky II. – III. stupňa) – do 18. rokov nebude trénerská kvalifikácia udelená (podľa zákona)
* členstvo v SGF
* ukončené stredoškolské vzdelanie štátnou skúškou

Dĺžka trvania školenia:

* minimálne 60 hodín (20 hod. všeobecná časť + 40 hod. špeciálna časť)

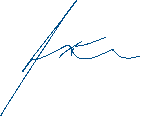
Skúška:

* vypracovanie záverečnej práce
* záverečná skúška zo všeobecnej časti
* záverečná skúška zo špeciálnej časti

**Toto školenie tvorí len prvú časť k získaniu kvalifikácie trénera I. stupňa v modernej gymnastike.** **Druhá časť školenia sa uskutoční v mesiaci jún 2023. Záverečné skúšky sa uskutočnia v mesiaci august 2023.**

**Prihlášky posielať na: vargova@sgf.sk**

V Nitre 9.2.2023 Predseda sekcie modernej gymnastiky



Ľuboš Vilček

**Školenie trénerov I. stupňa – moderná gymnastika**

**11. – 12.2.2023, Nitra**

**PRIHLÁŠKA**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| P.č. | Meno | Priezvisko | Funkcia | E-mail | Mobil | Klub |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Miesto:** Spojená škola Nitra, Slančíkovej 2, 949 01 Nitra

Fakturačné údaje:

**Termín prihlášky:** do 11.2.2023 **na adresu:** vargova@sgf.sk vilcek@sgf.sk

*Poznámka: Akceptujeme prihlášky prostredníctvom formulára Google*