

**Z Á P I S 0 4/16**  
**z jednání MK ČAS, které se uskutečnilo 24.11. 2016**

Přítomni: Jeřábek, Kaplan, Pěkný, Rudová, Rus, Tvrzník, Vandrolová, Vindušková

Omluveni: Kováčová, Valtr

Nepřítomni: Cacek, Salcman, Millerová, Beran,

---

- 1) Kontrola zápisu ze zářijového zasedání. Zápis jste obdrželi 15. 9. 2016
- 2) Jmenování trenéři v září jsou zapsáni v registru trenérů. Nejsou zapsáni: Suchánek Michal, Ryzáková, Kozmíková - nezaplátili
- 3) Informace o jednání předsednictva: schválen plán školení, plán ediční činnosti, rozpočet. Neschválen návrh směrnice o trenérech. Námitky proti formulaci ohledně průkazu trenéra, nesouhlas s rozšířením školení pro získání kvalifikace trenér žactva,...  
Schváleny vyslání zástupců ČAS na semináře, IAAF Cologne: Hojka, Feher...
- 4) Školení trenérů a odborné semináře - hodnocení:**
  - 1. Konzultace Školení trenérů k získání kvalifikace trenér 2. Specializace víceboje (23) přidáno 5 skokanů. Lektori: Vindušková, Svoboda L., Beran P., Dvořák T., Hojka žádost o zařazení od 2. Konzultace (Korešová)
  - Specializace vrhy (16). Lektori: Jebavý, Petr, Šilhavý, Čermák, Mastík, (Maška)
  - Natočeno video disk – frekventantům bude dodáno při druhé konzultaci. Účastníkům byly přeposlány el. studijní materiály.

Školení trenérů 3. Třídy A. podzim 2016 (30 osob) (PF Liberec Jeřábek) (přihlášeno 28)

Termín: 10.-13. 11., 17.- 20. 11. Jablonec

Vedoucí: Petr Jeřábek, PF TUL Liberec

Hodnocení: příště více zkoumat kvalitu všech lektorů, větší pozornost testu teoretických znalostí (zpětná informace školencům, ve které oblasti jsou jejich vědomosti nejlepší, větší časový odstup obou konzultací

B. podzim 2016 (30 osob) FTK Olomouc – Liběna Kováčová (28)

Termín: 10.-13. 11., 17.- 20. 11.

Vedoucí: Liběna Kováčová, FTK Olomouc

Problém s docházkou účastníka Křenka ze Slavia Praha. Trenér Křenek projevil nevídanou aroganci, když mu byly vytýkány dílčí absence a nebyl schopen uznat, že nesplnil podmínky závěrečného pohovoru. Se situací byli obeznámeni zástupci oddílu SK Slavia Praha.  
(zpráva příloha 2)

Odborný seminář Nymburk 14. – 15. 10. V. Rus

<http://www.atletika.cz/cas-informuje/odborny-seminar-ceskeho-atletickeho-svazu-v-nymburk/>

Lektori: Rus, Bor, Purman, Rudová\_SpS, SCM, SG, Atletika pro radost I a Atletika pro radost II

Semerád (Monitoring tělesného složení), Gramantik (víceboje), Chmara (tyč), Šuška (oštěp)

Odborný seminář Nymburk 15. – 16. 10. I. Rudová

Atletika pro radost I\_ školení účastníků z přihlášených škol

<http://www.atletikaprodeti.cz/pro-skoly/atletika-pro-radost-i>

lektori: Rudová, Vindušková, Kaplan, Franklová, Mílová, Valová, Ruda

Velmi zdařilé s dobrým ohlasem. Rozeslána videa z praktických lekcí.

- Odborné semináře pro trenéry všech stupňů  
Brno Termín: 5. 11. 2016 Vedoucí: Michálek Josef  
Program semináře:  
MUDr. Ladislav Svoboda, PhD.: antidopingová problematika  
Fyzioterapie u běžeckých a vytrvalostních sportů. Přednášející: Mgr. Jakub Dudek  
Jiří Sequent: témata - příprava Jakuba Holuši na OH 2016, sportovní příprava mladých běžců
  
- Praha Termín: 5. 11. 2016 Vedoucí: Rudová  
Mgr. Michal Polák, Antidopingový výbor ČR: antidopingová problematika  
Kompenzační cvičení a strečink. Přednášející: Mgr. Ivana Sahánková  
Rudolf Černý: beseda – otázky kladl Jan Ruda. Trenérská kariéra,  
příprava Barbory Špotákové a sportovní příprava mladých vrhačů

## Doplňná informace

26. – 27. 11. Nymburk Seminář k projektu Atletika pro radost II.

Vedoucí semináře: V. RUS

Lektoři: Rus, Rudová, Purman, Vindušková, Šarapatka, Szmeková, Kliner, Rakovski, Wastl, Jeřábek, Mastík, Vomáčko, Baláš, ...

104 účastníků, praxe v 5 skupinách po cca 20 tenérech.

Přednášky Vám posílám jako oddělené přílohy zápisu. Praktické lekce byly natáčeny a záznamy poskytnuty účastníkům.

- 5) Diskuse o úpravě směrnice o trenérech. Zůstane stávající časová dotace školení trenérů žactva (jedna konzultace). Do směrnice zapracovat povinnost získání kvalifikace trenér žactva před školením na trenéra 3. Třídy. Kontrolní cviky- povinnost zvládnout všechny. Dále proběhla diskuse a návrhy o změně poplatků spojených se školeními a semináři. Byly zapracovány do návrhu směrnice o trenérech (červeně změny), členové MK obdrží jako oddělenou přílohu. Úkol: Předložit návrh pozměněné směrnice o trenérech na prosincovém předsednictvu ČAS.

## 6) Mezinárodní semináře a trenérské konference 2016

### European Endurance Conference 2016

Athletics events: Middle distances, long distances and marathon

Venue: Norwegian Institute of Sports (Oslo) and Royal Christiania Hotel (Oslo)

Dates: 4-6 November 2016

Contact practical matters and registration: Lars Ola Sundt ([lars.ola.sundt@idk.no](mailto:lars.ola.sundt@idk.no))

Contact program and speakers: Dr. Eystein Enoksen ([Eystein.Enoksen@nih.no](mailto:Eystein.Enoksen@nih.no))

Contact federation: Veslemøy Hausken Sjøqvist ([Veslemoy.Sjoqvist@friidrett.no](mailto:Veslemoy.Sjoqvist@friidrett.no))

Website: [www.trenerforeningen.org](http://www.trenerforeningen.org) (Tunka) (zpráva příloha)

### 7th European Pole Vault and High Jump Symposium : Olympic Analysis

Venue: Cologne Sport University, Germany

Dates: 11-13 November 2016

Contact: Dr. Wolfgang Ritzdorf ([ritzdorf@dshs-koeln.de](mailto:ritzdorf@dshs-koeln.de))

Website: [www.polevault-symposium.de](http://www.polevault-symposium.de) (Rus, Nezdařilová)

Prezentace dostupné z <http://polevault-symposium.jimdo.com/downloads/>

## 7) Žádosti o jmenování trenérem na základě absolvovaného studia

Iveta Rudová vyřídí korespondenci a u schválených jejich zapsání do databáze trenérů.

| složka<br>č. | jméno a příjmení   | třída | absolvované studium         | schváleno<br>ano/ne | poznámka           |
|--------------|--------------------|-------|-----------------------------|---------------------|--------------------|
| 1            | Brabec Michal      | 3.    | OU v Ostravě                | a                   |                    |
| 2            | Durila Slavomír    | 3.    | PF UJEP Ústí nad Labem      | n                   | ddodat<br>of.výpis |
| 3.           | Hykeš Radek        | 2.    | FTVS UK                     | a                   | spec<br>ŽACTVO     |
| 4            | Jelínek Jan        | 3.    | FTVS UK, TV a sport         | a                   |                    |
| 5            | Kašparová Karolína | 3.    | Jihočeská univerzita v ČB   | a                   |                    |
| 6            | Kopečný Tomáš      | 3     | FSpS Brno                   | a                   |                    |
| 7            | Korešová Jana      | 3     | FTVS UK, Učs, TV-Ps         | a                   |                    |
| 8            | Matas Martin       | 3.    | FTVS UK, Učs TV - M         | a                   |                    |
| 9            | Matasová Martina   | 3.    | FTVS UK, Učs TV - ge        | a                   |                    |
| 10           | Matýsková Jitka    | 3.    | FTK UP Olomouc              | a                   |                    |
| 11           | Pastvová Markéta   | TŽ    | PF v Hradci Králové         | a                   |                    |
| 12           | Podlahová Aneta    | 3.    | Jihočeská univerzita v ČB   | a                   |                    |
| 13.          | Rezková Anna       | 3.    | FTVS UK, Učs                | a                   |                    |
| 14.          | Sibrová Lucie      | 3.    | FTK UP Olomouc              | a                   |                    |
| 15.          | Šebestíková Nikol  | 3.    | SG Ostrava                  | a                   |                    |
| 16.          | Švehlová Michaela  | 3.    | Jihočeská univerzita v ČB   | a                   |                    |
| 17.          | Cachová Kateřina   | 3.    | SG Ostrava                  | a                   |                    |
| 18.          | Domská Lucie       | 2.    | FTVS, Bc, skoky             | a                   | spec. Skoky        |
| 19.          | Kyselová-jagerová  | 3.    | TUL Lbc a SG<br>Ml.Boleslav | a                   |                    |
| 20.          | Veselý vítězslav   | 2.    | FTVS, Bc. Vrchy             | a                   | spec.vrhy          |

## **Různé**

- Schválen návrh zástupců gymnasia Přípotoční na předmět teorie sportovní přípravy
- Od CASRI objednat flesh a 500 Kč cca - videa dospělí
- Jan Feher přijat na ČAS na 0,5 úvazek a bude zván na zasedání MK
- Přihlášky do dalšího běhu TŠ FTVS do 30. 5. 2017. Školné 11.000 Kč na rok. Absolventi FTVS 50% sleva. Podmínky: maturita a kvalifikace trenér atletiky 2. Třídy.

## **Příští jednání MK ČAS se uskuteční ve čtvrtek 2. 2. 2017 od 10,00 hod. v zasedací místnosti ČAS.**

- vyhodnocení vzdělávacích akcí v roce 2016,
- plán termínů 2017 a zajištění jarních školících akcí,
- metodické materiály

## **Příloha 1**

### **Zpráva z European Endurance Conference – Oslo, Norway 4 -6 November 2016**

Ve dnech 04. až 06.11. letošního roku jsem se zúčastnil Evropské konference o vytrvalosti, pořádané Norskou atletickou federací.

Moje účast byla zodpovědnými pracovníky ČAS /paní Feiková a slečna Rudová/ po všech stránkách /přihláška, zajištění ubytování, letenky, informace pro účastníky/ řádně připravena, takže jsem cestu a pobyt v Oslo zvládl bez nejmenších problémů.

Konference se zúčastnilo 153 trenérů z dvaceti evropských federací. Přednášeli přední převážně skandinávští trenéři a vědečtí pracovníci v souvisejících oborech.

Program konference je možné rozdělit do tří částí:

1. Lékařské obory – psychologie, traumatologie, prevence zranění a výživa
  - Marte Bentzen – Vyhoření u trenérů ve vrcholovém sportu
  - Kaje Saetre – „Běžecká“ zranění a jejich prevence
  - Morten Morland – Zdravý atlet, cesta k vrcholné výkonnosti
2. Trénink běhů – filozofie tréninku, plánování a vyhodnocování, ukázky z přípravy vrcholných běžců
  - Zbigniew Krol – Trénink vrcholných běžců v běhu na 800 metrů
  - Johan Kaggstad – Příprava vytrvalců světové třídy
  - Asie Tjelta – Objem a intenzita tréninku vytrvalců mezinárodní úrovně
  - Honore Hoedt – Vývoj běžkyně Stifan Hassan
  - Espen Tonnessen a Essen Enocksen – Klíčové faktory ve vývoji světových šampionů ve vytrvalostních sportech
  - Henrik B.Larsen – Tréninkové strategie a fyzické dispozice Keňanů
  - Knut Kvalheim – Trénink velké skupiny elitních vytrvalců a rekreačních běžců
  - Gjert Ingebriksen – Pravdivý příběh – jak se tři bratři z devítičlenné rodiny stali elitními běžci

### 3. Praktické ukázky tréninku

- Frank Brissach – Posilování středotračů
- Honore Hoedt – Běžec a koordinační cvičení

Charakteristika přednášejících:

Zbigniw Krol – přední polský trenér / Kszczot, Czapiewski, Chojecka, Frankiewicz/

Johan Kaggstad – trenér Grety Waitz a Ingrid Kristiansen

AsieTjelta – vědec a trenér z Univerzity ve Stavangeru

Honore Hoedet – Holanďan, bývalý šéftrenér běhů v Holandsku a Norsku

Espen Tonnessen a Essen Enocksen – norští výzkumníci a trenéři vytrvalostních sportů- Norské Olympijské centrum v Oslo

Henrik B. Larsen – dánský vědec, zabývající se keňskými běžci

Knut Kvalheim - bývalý vynikající norský vytrvalec, kombinuje trénink elitních vytrvalců a hobíků

Gjert Ingebrigtsen – otec a trenér bratrů Ingebrigtsenů

Frank Brissach – Nor, bývalý trenér Olympijského vítěze z Atlanty v běhu na 800 m Vebjorna Roala

Konference byla zorganizovaná na velmi dobré úrovni. Největším nedostatkem byl špatný tlumočnick přednášky polského trenéra Krola, který uměl perfektně anglicky, ale o tréninku běhů neměl ani ponětí. Přednáška tím byla v podstatě znehodnocena.

Výstupy přednášejících publikoval organizátor na Dropboxu. Pan Ingebrigtsen nesouhlasil, aby jeho příspěvek byl publikován, což mi přijde jako zvláštní přístup.

S většinou publikovaných příspěvků jsem seznámil kolegy z běžecské sekce via e-mail.

Pavel Tunka

Reprezentační trenér běhů

24. listopadu 2016

Příloha 2

## Zpráva ze školení trenérů 3. třídy

Olomouc 10. -12. 11., 17. – 20. 11.

Školení proběhlo v prostorách AK Olomouc. Zúčastnilo se 28 frekventantů a na programu se podílelo 10 lektorů, z nichž bylo 5 odborníků z FTK UP Olomouc a 4 zkušené trenéři z AK Olomouc. Lektorský tým doplnil odborník ČR na chůzi Miloslav Lapka, který nás poctil návštěvou z Českých Budějovic. Program školení byl sestaven na základě prováděcích pokynů ČAS a byl dodržen včetně hodinových dotací.

Připomínky vedoucího kurzu:

1. Nezahrnovat do termínu školení státní svátky, po kterých následuje pracovní den.
2. Školení se dá zvládnout pátek, sobota, neděle.
3. 1. a 2. část školení plánovat s větším časovým odstupem (čas na vstřebání nových informací, studium dle odkazů na literaturu, čas na zpracování seminární práce a její konzultaci).

4. Frekventanti měli tendenci se zajímat o specializace než o všeobecný atletický přehled. Většina frekventantů byli „běžci“ (střední a dlouhé tratě) a jiné disciplíny je moc nezajímali.
5. Frekventanti neměli žádnou nižší atletickou kvalifikaci a chyběly jim základy teoretické i praktické. Doporučuji dalším zájemcům min. kvalifikaci TAP, TŽ nebo nějaké vstupní vědomostní testy, které budou dostupné na stránkách ČAS apod.
6. Organizačně doporučuji max. počet účastníků 25 (jsme rádi, že nepřišlo původně avizováno 38).
7. Byla cena kurzu 2000,-Kč? Pak je to cena neadekvátní nákladům, organizaci a odbornosti lektorů.

#### Připomínky účastníků:

1. Jiný termín, ne v zimě (zima v hale, hody by byly lepší venku).
2. Připomínky k formulacím v teoretickém testu. Doporučujeme některé otázky a odpovědi přeformulovat (Připomínky byly i ze strany lektorů).
3. Téma i strukturu nebo vzor seminární práce zavěsit nebo přidat k informacím před kurzem a umožnit mezi 1. a 2. částí kurzu možnost seminární práci konzultovat.
4. Závěrečné zkoušky s větším časovým odstupem.
5. Přísná docházka (dle pana Křenka).

V Olomouci 22. Listopadu 2016

PaedDr. Liběna Kováčová, Ph. D.

vedoucí školení

dne 24. 11. 2016 zapsala  
zpracovala a doplnila průběžně,  
odesláno dne 11. 12. 2016

Vindušková