

|  |
| --- |
| **Fakulta tělesné výchovy a sportu** |
| **Katedra atletiky pořádá zájmový kurz 602105** **Rozvoj rychlosti v kondiční přípravě**  |

**Popis kurzu:** Kurz probíhá formou teoretické přednášky a praktických ukázek (sportovní oblečení s sebou). V teoretické části seznamujeme s aktuální problematikou rozvoje rychlosti a agility ve sportu. Soustředíme se na zásady a metody rozvoje. Snažíme se vysvětlit rozdíly u rozvoje jednotlivých rychlostních projevů i agility pro jednotlivé sporty a sportovní hry (lední hokej, softball, tenis, squash). **Sportovní oblečení s sebou.**

Cílová skupina, vzdělání, praxe: bez omezení (nejsou kladeny nároky ani na věk ani na vzdělání). Cílem kurzu je seznámit účastníky s různými projevy rychlosti i agility, provést praktické ukázky, které budou zaměřeny na příklady rozvoje rychlosti v atletice a agility ve sportovních hrách. Budou zdůrazněny rozdíly rozvoje rychlosti a agility u dětí a dospělých (2 hod teorie + 3 hod praxe).

Garant kurzu: PhDr. Radim Jebavý, Ph.D.

**Termín kurzu: 11. 11. 2018 9,30 – 13,15 hodin**

Délka kurzu: 5 vyučovacích hodin

Certifikace: doklad o absolvování

Cena kurzu: 1100,- Kč/kurz pro veřejnost, 900,- Kč/kurz pro studenty UK FTVS

Kontaktní osoba pro přijetí přihlášky: Monika Horáková

 220 17 2095, 777 993 122

**horakova@ftvs.cuni.cz**

Termín podání přihlášky: **do 5.11. 2018**

Webová stránka: [www.ftvs.cuni.cz](http://www.ftvs.cuni.cz), FB, SIS …

**Budeme se na Vás těšit!**