

Tréner stolného tenisu I. kvalifikačného stupňa

Tréner stolného tenisu I. kvalifikačného stupňa má úplné stredné vzdelanie alebo úplné stredné odborné vzdelanie. Získava najnižšiu trénerskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov v športe v rámci krajín Európskej únie. Absolvent I. stupňa je špecializovaný tréner stolného tenisu, ktorý má zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú viesť športovú prípravu na úrovni rekreačného športu so záujemcami všetkých vekových kategórií.

Doba prípravy: **50 hodín**

Všeobecná časť: Fakulta telesnej výchovy a športu UK Bratislava
Fakulta športu PU Prešov

Špecializácia:

Odborný garant

Mgr. Viliam Sýkora - trénerská licencia diplomovaný tréner

Lektorský zbor:

Vladimír Mihočko	- A trénerská licencia
Ing. Andrej Dzelinský	- A trénerská licencia
Ing. Peter Kočkin, PhD.	- B trénerská licencia
Vendelín Balčák	- A trénerská licencia
Miroslav Gábor	- A trénerská licencia a licencia medzinárodného rozhodcu
RNDr. Marta Brúderová	- B trénerská licencia
Marián Bystričan	- B trénerská licencia a licencia medzinárodného rozhodcu
Ing. Ján Buczacki	- B trénerská licencia
Prof. Ing. Pavel Alexy, PhD.	- B trénerská licencia a licencia medzinárodného rozhodcu
Lucia Čolovičková	- B trénerská licencia
Mgr.,Mgr. Peter Šagát, PhD.,	- A trénerská licencia
PhDr. Zdenko Kríž	- Predseda SSTZ, člen VV ETTU a Rady riaditeľov ITTF
Ing. Anton Hamran	- B trénerská licencia a licencia medzinárodného rozhodcu
PaedDr. Jarolím Koprda	- A trénerská licencia
Ing. Jarolím Miko	- A trénerská licencia
Mgr. Viliam Sýkora	- diplomovaný tréner
Jaromír Truksa	- A trénerská licencia
Ing. Anton Kutiš	- A trénerská licencia
RSDr. Ján Vaniak	- licencia medzinárodného rozhodcu

Študijný plán:

Všeobecné predmety - 12 predmetov, **spolu 17 hodín**

- Anatómia (2 hod.)
- Fyziológia človeka (2 hod.)
- Fyziológia telesných cvičení (2 hod.)
- Biomechanika (2 hod.)
- Dignostika trénovanosti (1 hod.)
- Regenerácia (1 hod.)
- Základy prvej pomoci (1 hod.)
- Psychológia športu (1 hod.)
- Teória a didaktika športu (3 hod.)
- Výživa v športe (1 hod.)
- Pedagogika (1 hod.)

Predmety špecializácie – spolu 33 hodín

	teória	prax
Stolný tenis – charakteristika, súčasný stolný tenis, zákon o športe	1	
Organizácia a história stolného tenisu vo svete a na Slovensku	1	
Pravidlá a Súťažný poriadok, terminológia ST	2	
Základné vybavenie hráča v ST – raketa, poľahy, loptičky, športové oblečenie a obuv	1	
Systém športovej prípravy – etapy, zložky prípravy, periodizácia, plánovanie	1	
Výber talentov	1	
Tréningová jednotka, tréningový cyklus	1	
Tréningové programy	1	
Organizácia tréningu – príprava, vedenie, evidencia, sledovanie, vyhodnocovanie, analýza tréningu a zápasov	2	
Hodnotenie hernej a pohybovej výkonnosti, testovanie		1
Osobitosti tréningu detí	1	
Telesná príprava – rozvoj pohybových schopností		2
Rozvoj koordinačných schopností – všeobecných a špeciálnych		1
Technická, taktická a špeciálna psychologická príprava hráča v ST	2	
Zdokonaľovanie herných činností hráča		2
Strečing, regenerácia a uvoľňovacie cvičenia	1	
Hráčsky streh, pohyblivosť v HP, základy topspinovej hry		1
Metodika nácviku a zdokonaľovania úderových prvkov		1
Nácvik podania – základ hernej úspešnosti hráča		1
Metodika nácviku taktických úderových kombinácií		1
Modelovaný tréning – príprava na zápas		1
Marketing športového tréningu		1
Metodika zdokonaľovania nátlakovej útočnej hry		1
Metodika nácviku úderových činností so zásobníkom loptičiek		1
Herná činnosť hráča so zameraním na koncentráciu		1
Štruktúra športového výkonu hráča	1	
Metodika rozcvičovania hráča v stolnom tenise		1
Nové trendy v trénerskej činnosti	1	
	17	16

Celkový počet hodín

33

Forma ukončenia:

- Záverečná skúška zo všeobecnej časti
- Záverečná skúška zo špecializácie (vypracovanie záverečnej práce a jej obhajoba, teoretická a praktická skúška)

Absolvent získa osvedčenie o ukončení štúdia platné 5 rokov

Podmienky prijatia:

- Uchádzač musí mať minimálny vek 18 rokov
- Musí mať úplné stredné vzdelanie alebo strednú odbornú školu

Odborná spôsobilosť sa uznáva:

- Aktívnym športovcom – stolným tenistom po dosiahnutí výkonnostnej úrovne do 50. miesta slovenského rebríčka a po absolvovaní záverečných skúšok akreditovaného programu.
- Absolventom športového gymnázia špecializácia stolný tenis, ktorí maturovali zo športovej prípravy, bez trénerskej praxe

Absolvent môže požiadať SSTZ o udelenie trénerskej licencie D

****Držiteľ platnej trénerskej licencie C (žltý preukaz) môže sa uchádzať len o školenie 1.kvalifikačného stupňa pri splnení ostatných podmienok**