

## **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: **60 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:**

a) Všeobecná časť, celkovo najmenej 20 hodín výučby v týchto okruhoch

*1.biologicko-lekárske základy v športe*

*2.biomechanika*

*3.psychológia športu*

*4.základy pedagogiky*

*5.teória a didaktika športu*

b) Špeciálna časť, celkovo najmenej 40 hodín výučby

**Predmety špecializácie – spolu 40 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, poťahy, 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	1
Telesná príprava – rozvoj pohybových schopností		2
Rozvoj koordinačných schopností – všeobecných a špeciálnych		2
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		2
Metodika nácviku a zdokonaľovania úderových prvkov		2
Nácvik podania – základ hernej úspešnosti hráča		1
Metodika nácviku taktických úderových kombinácií		2
Modelovaný tréning – príprava na zápas		1

Marketing športového tréningu		1
Metodika zdokonaľovania nátlakovej útočnej hry		2
Metodika nácviku úderových činností so zásobníkom loptičiek		2
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	
	<b>17</b>	<b>23</b>

Celkový počet hodín **40**

**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**