



**ČESKÝ SVAZ  
KICKBOXU**

---

## **STRUKTURA VZDĚLÁVÁNÍ TRENÉRŮ ČSK**

### **ŠKOLENÍ TRENÉRŮ III. TŘÍDY :**

Cílem školení je úvod do vědeckého základu a teoretických znalostí v oblasti sportu obecně a seznámit se ze specifiky tréninku kickboxu a jejich využití v praxi. Tento vzdělávací program se skládá z jednoho víkendového semináře ve školícím centru ČSK v Praze. Školení je zakončeno metodickým výstupem a písemnými testy z pravidel kickboxu a vědeckého základu.

Po úspěšném absolvování školení obdržíte certifikát ČSK platný tři roky. Pro obnovení 3. trenérské třídy po třech letech zaplatíte pouze 50% částky za školení. Platný certifikát 3. trenérské třídy je nutný pro uchazeče o zisk černého pásu v ČSK a také pro přihlášení na školení 2. trenérské třídy. Certifikát trenéra 2. trenérské třídy je již vydán bez časového omezení.

#### **Podmínky účasti:**

Věk minimálně 16 let a doporučení od sportovního klubu nebo svazu.

#### **Popis školení:**

Školení probíhá většinou dvakrát ročně s účastí 5-10 osob a témata výuky jsou rozdělena do těchto oblastí:

- 1) Úvod do anatomie a fyziologie, základy první pomoci a nejčastějších zranění při tréninku.
- 2) Základy teorie sportovního tréninku.
- 3) Pravidla a základy rozhodování
- 4) Praktická část
  - Trenérské dovednosti – organizace tréninkové jednotky, komunikace, využití aparátů a tréninkových pomůcek.
  - Kickboxerské dovedností - Technika, práce na aparátech.

**Hlavním cílem je získat tímto školením vzdělané asistenty trenérů, kteří jsou zároveň vyškoleni i jako rozhodčí.**



## **ŠKOLENÍ TRENÉRŮ II. TŘÍDY :**

Cílem školení je získání vědeckého základu a teoretických znalostí v oblasti sportu obecně a efektivně je propojit s praktickými dovednostmi a specifiky kickboxu. Tento vzdělávací program se skládá ze čtyř víkendových seminářů. Dva víkendy jsou zajištěny na FTVS UK v Praze a dva víkendy se uskuteční ve školícím centru ČSK v Praze. Nematuranti musí absolvovat navíc placený všeobecně vzdělávací kurz v rozsahu 50 vyučovacích hodin. Školení je zakončeno písemným testem z vědeckého základu a metodickým výstupem spolu s vypracováním zadaného tréninkového plánu formou odborné práce ze specializace.

Po úspěšném absolvování školení získáte 2. trenérskou třídu a certifikát instruktor bojových sportů, který vás opravňuje k získání živnostenského listu. 2. trenérská třída je nutná také pro uchazeče o 1. trenérskou třídu.

### **Podmínky účasti:**

Platná trenérská licence 3. třídy kickboxu nebo v jiných bojových sportech, potvrzená praxe v rozsahu 70 hodin garantem (vlastník trenérské licence 1. třídy nebo 2. třídy kickboxu nebo v jiných bojových sportech), věk minimálně 18 let.

### **Popis školení:**

Školení probíhá většinou jednou ročně s účastí přibližně pěti osob a témata výuky jsou rozdělena do těchto oblastí:

- 1) Rozbor vybraných teoretických témat klíčových pro trénink kickboxu a jejich aplikaci v praxi.
- 2) Praktická část - Kontrola technických a pohybových dovedností.
  - Trénink na aparátech (lapy, pytle, odražeč) a využití dalších tréninkových Pomůcek
  - Vedení tréninkové jednotky a kontrola pedagogických dovedností.
  - Rozbor vedení individuálních a skupinových tréninků. Dále rozbor problematiky různých věkových a výkonnostních tréninkových skupin.



**ČESKÝ SVAZ  
KICKBOXU**

---

**Hlavním cílem je získat tímto školením vzdělané trenéry, kteří dokáží převést nově nabitě vědomosti do rozvoje svých sportovních klubů.**

### **ŠKOLENÍ TRENÉRŮ I. TŘÍDY :**

Cílem školení je vzdělávat trenéry kickboxu na nejvyšší úrovni a aktivně je zapojit do organizační struktury ČSK. Jedná se o dvouleté studium na FTVS UK v Praze a dvouletou specializaci vedenou garantem ČSK. Studium je zakončeno závěrečnou zkouškou před zkušební komisí, obhajobou závěrečné práce a zkouškou ze specializace.

Po úspěšném absolvování školení získáte osvědčení o úspěšném absolvování studia Trenérské školy na UK FTVS v Praze, vysvědčení a certifikát ČSK. Tyto dokumenty vytvářejí podklad pro vydání trenérské licence nejvyššího trenérského vzdělání 1. trenérská třída a současně splňují základní podmínku pro vydání živnostenského listu.

### **Podmínky účasti:**

Platná trenérská licence 2. třídy kickboxu nebo v jiných bojových sportech , úplné středoškolské vzdělání zakončené maturitou, doporučení od sportovního klubu nebo svazu.

### **Popis školení:**

Školení probíhá většinou jednou za dva roky a jedná se zatím pouze o jednotlivce, kteří mají o tento typ vzdělání zájem. Výuka probíhá na základě individuálního plánu, který je vytvořen při zahájení školení. Tento plán se řídí požadavky FTVS UK.

**Hlavním cílem je vůbec získat uchazeče o nejvyšší vzdělávání a vytvořit odborníky pro potřeby rozvoje svazu.**