



POZVÁNKA + NÁVRATKA NA ŠKOLENÍ CVIČITELŮ III. TŘÍDY SPORTOVNÍ VŠESTRANNOSTI

1. část: 17. – 19. říjen 2025

2. část: 21. – 23. listopad 2025

K získání osvědčení o absolvování školení a cvičitelského průkazu je třeba absolvovat obě části!

Školení je zakončeno písemným testem a praktickou zkouškou.

PŘEDBĚŽNÝ ČASOVÝ PLÁN VÝUKY:

pátek	18:00 – 22:00		(4 vyučovací hodiny)
sobota	8:00 – 11:30	13:00 – 19:30	(11 vyučovacích hodin)
neděle	8:00 – 11:30	13:00 – 16:30	(8 vyučovacích hodin)

TÉMATA VÝUKY: celkem 50 vyučovacích hodin. Podle výukového plánu pro školení cvičitelů III. třídy sokolské všestrannosti bude školení zaměřeno především na aktivity:

- Gymnastické činnosti – průpravy, metodika, akrobacie, cvičení na náradí, cvičení s náčiním
- Atletika – průpravy, metodika
- Cvičení s hudbou
- Kondiční a zdravotně orientovaná cvičení
- Sportovní hry, pohybové hry
- Pobyť v přírodě
- Anatomie a fyziologie lidského těla
- Stavba cvičební jednotky, organizace cvičenců
- Předlékařská první pomoc, právní problematika, Bezpečnost a ochrana zdraví
- Odborná terminologie a názvosloví tělesných cvičení
- Plavání
- Pedagogika, psychologie
- Historie, program a organizace ČOS

Podrobný program bude upřesněn, zveřejněn a rozeslán přihlášeným účastníkům do 15. 9. 2025.

LEKTOŘI – zkušení cvičitelé, lektori a trenéři župy plk. Švece, externí specialisté, odborníci

UBYTOVÁNÍ:

V prostorech sokoloven, s sebou vlastní spacák a karimatku (ubytování je hrazeno v rámci účastnického poplatku)

STRAVOVÁNÍ: není v ceně poplatku. Možnost objednání stravy bude upřesněna, nebo je možné individuální; v okolí jsou dostupné restaurace i obchody s potravinami. Na místě jsou k dispozici kuchyňka s vybavením.

Účastnický poplatek: **3 000 Kč/člen ČOS** **4 500/nečlen ČOS**

Účastnický poplatek uhradte prosím předem na účet č. 267208871/0600 nejdéle do 30. 9. 2025 s var. symbolem v podobě datumu narození účastníka ve tvaru DDMMRRRR + k platbě napsat jméno a příjmení účastníka. V případě zrušení akce ze strany pořadatele bude účastnický poplatek vrácen v plné výši. **Kapacita školení je 40 osob.**

Při prezenci se účastníci školení prokáží **občanským průkazem a průkazem ČOS.** Zároveň doloží **provedenou platbu účastnického poplatku.**

Informace:

Martin Zuzanař, kancelář sokolské župy, tel. 736 106 362, email: zupaplksvece@seznam.cz

Závazná přihláška na školení cvičitelů III. třídy sportovní všestrannosti

1. část: 17. – 19. října 2025
2. část: 21. – 23. listopadu 2025

titul, příjmení, jméno:

rodné číslo:

datum narození:

adresa včetně PSČ:

telefon:

e-mail:

členem T.J. Sokol (místní organizace):

župa:

č. průkazu ČOS:

Souhlasím s použitím fotodokumentace a video záznamu z akce, na kterou jsem se přihlásil/a, pro účely publikace, propagačních a ostatních materiálů ČOS. Při nesouhlasu toto oznámím písemně pořadateli při prezenci.

datum:

podpis:

Přihlášku (kompletně vyplněnou)

zašlete prosím naskenovanou na adresu župy co nejdříve

nejpozději však do 30. 5. 2025.

DĚKUJEME ZA TVŮJ ZÁJEM O NAŠE ŠKOLENÍ!

Oleg Šalbaba v.r.
Náčelník župy

Mgr. Věra Špačková v.r.
Náčelnice župy