

TRENÉR – TEMATICKÉ PLÁNY- ANATOMIE KONĚ

FYZIOLOGIE KONĚ

PSYCHOLOGIE KONĚ

FTK

- úvodní hodina
- kosterní aparát
- svalový a šlachový aparát
- nervový aparát
- zažívací, oběhový a dýchací aparát
- neurologie – oči, uši, smysly
- kosterní a svalový aparát – trénink
- energie, termoregulace
- výživa koní
- faktory ovlivňující výkonnost koní- zevní, vnitřní
- přirozené chování koně
- vliv smyslů na chování
- poruchy chování
- navázání kontaktů kůň-trenér
- definice, cíle, metody, trénink
- vytrvalostní trénink
- silový trénink
- rychlostní trénink
- opakovací trénink

TRENÉR-TEMATICKÉ PLÁNY-FYZIOLOGIE, KINEZIOLOGIE, BIOMECHANIKA

-úvodní hodina

-fyziologie obecně

-kineziologie obecně

-biomechanika obecně

-biomechanika pohybu

-základní pojmy

-mechanika pohybu

-fyziologie trávení

-trávení, výživa

-fyziologie vylučování

-kineziologie – základní pojmy

-závěrečná hodina

TRENÉR – TEMATICKÉ PLÁNY- HYGIENA A PREVENCE

-úvodní hodina

-hygiena a prevence úrazů

-rehabilitace

-zdravotní dozor na závodech

-PP - základy

-PP – praktické provedení

-diskuze

-závěrečná hodina

TRENÉR-TEMATICKÉ PLÁNY-CHOV KONÍ

- přehled vývoje koně
- rozdělení plemen koní
- plemena koní
- anatomie koně
- fyziologie koně
- psychologie koně
- ekonomika provozu stájí
- odkazy
- rozběr dotazů
- závěrečná hodina

TRENÉR – TEMATICKÉ PLÁNY – METODIKA VÝCVIKU JEZDCE

- úvodní část
- práce se začátečníkem všeobecně
- MVJ na stojícím koni
- MVJ na lonži
- MVJ samostatně na jízdárně
- pomůcky
- vzdělávací program pro jezdce- kategorizace
- metodika přípravy jezdecké hodiny
- základní pravidla jízdárny
- povelová technika, správné provedení
- vedení jezdecké hodiny v zástupu
- vedení jezdecké hodiny v rozdělení
- cviky v drezuře
- základní chody
- jednotlivá období výcviku
- náplň jednotlivých období
- sestavení výcvikového plánu
- rozbor úlohy S, trenér, základní cviky
- pobídky, základ
- základní přechody
- závěrečná hodina

TRENÉR – TEMATICKÉ PLÁNY- PRAVIDLA JEZDECKÉHO SPORTU

ORGANIZACE JEZDECTVÍ

- disciplíny JS, vydaná pravidla
- organizace jezdeckví, všeobecná pravidla
- schéma ČJF
- členství v ČJF, tiskopisy, registrace
- charakteristika jednotlivých disciplín
- drezurní pravidla
- přihlášky, rozpis závodů
- stanovy ČJF
- registrační řád
- disciplinární řád
- příprava na test
- odkazy
- konzultace
- závěrečná hodina

TRENÉR- TEMATICKÉ PLÁNY- PRAXE

- úvodní hodina
- zoohygiena ve stáji
- přístup ke koni
- technika čištění a ošetřování koně před a po jízdě
- popis a typy: uzdečka, sedla, udidlo, ochranné pomůcky nohou
- uzdění a sedlání
- vodění koní a předvádění
- výuková DVD-metodika sedu jezdce
- výuková DVD- metodika ke korekci sedu
- lonžovací pomůcky
- pomocné otěže-použití
- výcvik na lonži- začátečník-voltiž
- výcvik na lonži- začátečník-sedlo
- výcvik na lonži-pokročilý-korekce sedu
- výcvik ve všech chodech
- kavaletová příprava- sed, rovnováha
- skokový výcvik se zaměřením na sed
- jezdec a pomůcky
- skokové a gymnastické řady
- stavba parkuru-hlavní zásady
- absolvování cvičných parkurů
- rozbor drezurní úlohy pro cvičitele
- příprava hodiny- výcvik pro začátečníka

- příprava na ZZVJ – drezurní část
- základní cviky na jízdárně
- praktické ukázky cviků v hodině
- praktické ukázky DP, překrok, obraty..
- drezurní úlohy
- drezurní úloha L
- drezurní úloha S
- rozbor drezurní úlohy L
- rozbor drezurní úlohy S
- praktické ukázky L
- praktické ukázky S
- základní cviky
- stavba parkuru st. ZM-ZL, požadavky + absolvování figurantem
- stavba parkuru st. L-S, požadavky + absolvování figurantem
- stavba parkuru st. ST-T, požadavky + absolvování figurantem jezdec+kůň v jednotlivých stupních obtížnosti
- skoková drezura- stupeň přeježděnosti dle věkové kategorizace
- posuzování drezurních úloh L + S pro trenéry
- rozbor provedení jednotlivých cviků z drezurních úloh
- příprava pro praktické zkoušky
- praktická cvičení drezura -praktická cvičení skoky
- závěrečná hodina

TRENÉR – TEMATICKÉ PLÁNY-PRÁVNÍ PROBLEMATIKA

-úvodní hodina

-základní právní pojmy

-subjektivní a objektivní právo

-právní řád

-právní povědomí

-odkazy

-dotazy

-závěrečná hodina

TRENÉR-TEMATICKÉ PLÁNY-PSYCHOLOGIE,PEDAGOGIKA

- úvod do pedagogiky a psychologie
- psychologie jako společenská věda
- význam psychologie pro praxi
- vybrané okruhy-osobnost, člověk ve společnosti
- základní charakter pedagogiky
- účel a poslání pedagogiky
- pedagogika a trenér
- psychologie a trenér
- rozbor příkladů
- psychologie v praxi
- závěrečná hodina

TRENÉR-TEMATICKÉ PLÁNY-TEORIE A DIDAKTIKA SPORTU

-úvodní hodina

-sport jako společenský jev, sportovní výkon a jeho struktura

-kondiční příprava, taktická příprava, psychologická příprava

-zatížení ve sportu

-výběr talentu ve sportu

-doping ve sportu

-stavba sportovního tréninku

-etapy sportovního tréninku

-systém sportovního tréninku

-zatížení organismu v době tréninku

--odkazy

-konzultace

-rozbory

-závěrečná hodina

TRENÉR – TEMATICKÉ PLÁNY – TRÉNINKOVÝ PROCES

TRÉNINK KONĚ PRO OSTATNÍ DISCIPLÍNY

- úvodní hodina
- metodika výcviku skokového koně
- metodika výcviku – drezurní příprava
- metodika výcviku pro všestrannost
- metodika výcviku začátečníka
- tréninkový proces
- praktický trénink pro ostatní disciplíny

TRENÉR – TEMATICKÉ PLÁNY – TEORIE A PŘÍPRAVA JEZDCE

-úvodní hodina

-pomůcky

-působení pomůcek

-základy jezdeckého výcviku

-výcvik jezdce začátečníka

-teorie jízdy

-příprava jezdce

-teorie výcviků jezdce

-pravidla S + D s ohledem na výcvik jezdce

-test probraného učiva

-pomůcky jezdce a jejich používání

-povelová technika, práce na jízdárně

-samostatné vedení hodiny, povely, provedení cviků

-závěrečná hodina

TRENÉR – TEMATICKÉ PLÁNY PRO PŘEDMĚT VÝVOJ A HISTORIE JEZDECTVÍ

-úvodní hodina, zahájení školení, účel, zkoušky,ČJF

-vývoj a historie jezdeckví

-jednotlivá období a etapy

-odkazy

-závěrečná hodina

TRENÉR – TEMATICKÉ PLÁNY- VÝKONNOSTNÍ ZKOUŠKY KONÍ

-úvodní hodina

-výkonnostní zkoušky klisen všech plemen

-výkonnostní zkoušky hřebců všech plemen

-odkazy

-závěrečná hodina

