



UNIVERZITA KARLOVA FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

Kompenzační cvičení u dětí a mládeže ve sportovní praxi II

PhDr. Andrea Levitová, Ph.D.



Únor 2020

Fakulta tělesné výchovy a sportu zve trenéry dětí a mládeže, učitele TV a rodiče sportujících dětí a mládeže na navazující seminář „Kompenzační cvičení u dětí a mládeže ve sportovní praxi II“ (cvičení ve dvojicích a s overballem). Podmínkou je absolvování semináře „Kompenzační cvičení u dětí a mládeže ve sportovní praxi I“. Seminář bude zaměřen pouze na praktickou část. Praktická část bude rozdělena na dva výukové bloky, kde budou představeny ukázky atraktivních cviků ve dvojicích. Jejich podstatou bude šetrné protahování a posilování, doplněné hrami a programy na zahřátí. V druhém bloku si absolventi vyzkouší příklady cviků prováděných v různých cvičebních polohách s využitím overballu. Cílem semináře je naučit se zvolit vhodné kompenzační cvičení ve dvojicích a s využitím overballu u dětí a mládeže v běžné sportovní praxi.

1200 Kč
1 seminář
8 hodin

O KURZU

Cílová skupina: trenéři dětí a mládeže, učitelé TV, rodiče sportujících dětí a mládeže
Kdy: sobota 9:00 - 17:00
Termín semináře: 8. 2. 2020
Rozsah: Praktická část: 9:00 - 17:00
Výstup: Osvědčení o absolvování

DŮLEŽITÁ DATA

Místo: PRAHA 6 - Veleslavín
Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy; José Martího 31
Cena za seminář: 1200,- Kč
Přihlášky a registrace: do 27. 1. 2020 přes studijní informační systém Univerzity Karlovy
Informace: denně 8:00 - 16:00, PaedDr. Lada Novotná, lnovotna@ftvs.cuni.cz tel. 220 172 250

Jednostranné nebo nadměrné zatížení u dětí a mládeže ve sportovní praxi se později projeví jako funkční porucha pohybového systému.

Prevence pohybových poruch u dětí a mládeže je důležitou součástí ochrany jejich zdraví a podmínkou pro optimální výkonnost.

Počet míst omezen. Neváhejte s přihlášením!