
ČESKÁ ASOCIACE SQUASHE

SYSTÉM TRENÉRSKÝCH TŘÍD ČASQ

4. 3. 2015



Systém trenérských tříd ČASQ platný od 4. 3. 2015

Pojmy:

ČASQ = Česká squashová asociace

WSF = Světová squashová federace

ESF = Evropská squashová federace

Trenérská třída ČASQ: definuje úroveň dosaženého trenérského vzdělání ve squashi v ČR, přičemž I. trenérská třída ČASQ je nejvyšší dosažitelný stupeň. Školení trenérských tříd ČASQ vedou vybraní školitelé s nejvyšším vzděláním v systému ČASQ. Certifikáty uděluje VV ČASQ, resp. jeho člen odpovědný za vzdělávání (metodik).

Obecná část studia: zahrnuje teorii sportovního tréninku, základy anatomie, fyziologie, kineziologie, první pomoci atd. Na nižších úrovních (IV. a III. třída) zajišťují obecnou část školitelé ČASQ, na vyšších úrovních (II. a I. třída) pak vysoké školy s tělovýchovným zaměřením (např. UK FTVS v Praze) v rámci řádného studia nebo prostřednictvím kurzů (např. kurzy Trenérské školy UK FTVS v Praze).

Specializovaná část studia: představuje vlastní výuku squashového tréninku - jeho teorii i praxi. Školení všech trenérských tříd jsou zajišťována pouze školiteli ČASQ. Jejich rozsah a náplň jsou popsány níže.

Povinná praxe: pod vedením trenéra s vyšší kvalifikací je nezbytným předpokladem pro získání vyšší trenérské třídy. Jejím smyslem je ověření a prohloubení znalostí a dovedností získaných na školeních nižších tříd. Realizovaná praxe musí být doložena písemným podpisem kvalifikovanějšího trenéra, který je uveden v databázi trenérů ČASQ. Nedoložení praxe nebrání v účasti na školení, ale je povinná pro získání certifikátu.

Trenérská třída ČASQ	Obecná část studia	Specializovaná část studia	Třidu uděluje	Délka školení	WSF licence nahrazuje specializaci ČASQ	Povinná praxe	Platnost certifikátu	Oprávnění k získání živnostenského listu
I. třída	Vysoké školy s TV zaměřením	ČASQ, částečně také WSF	ČASQ	Dle osnov VŠ	Částečně WSF Level 3	6 let	Bez omezení	ANO
II. třída	Vysoké školy s TV zaměřením	ČASQ, částečně také WSF	ČASQ	Dle osnov VŠ	Částečně WSF level 2	4 roky	6 let	ANO
III. třída	ČASQ	ČASQ, WSF	ČASQ	32 hodin	Ano, WSF level 1	1 rok	4 roky	NE
IV. třída	ČASQ	ČASQ	ČASQ	16 hodin	Ne	0	2 roky	NE

WSF (dříve ESF) Coaching level: mimo systém trenérského vzdělávání v rámci ČASQ existuje také možnost vzdělávání na mezinárodní úrovni. Školení organizuje Světová squashová federace WSF a její školitelé (WSF Tutors). Školení WSF mají špičkovou kvalitu. Jejich absolvování doporučujeme všem, kteří se chtějí věnovat squashovému tréninku na mezinárodní úrovni. Certifikáty WSF a ESF lze uznat jako částečnou náhradu za specializovanou část školení I. a II. trenérské třídy. Držitelé certifikátů WSF a ESF level 2 a 3 musí ovšem absolvovat minimální část specializace dle osnov vysoké tělovýchovné školy nebo kurzu licence A nebo B. WSF a ESF coaching level 1 nahrazuje plně III. trenérskou třídu (obecnou i specializovanou část). Struktura školení WSF je popsána v následující tabulce:

WSF COACHING QUALIFICATION GENERAL OUTLINE

Coaches	Requirements	Qualified by	Course endorsement
WSF Level 1	Aged 18 + basic demonstration skills	Nat L1 or WSF L1/L2/L3 Tutor	Region
WSF Level 2	WSF L1 or other accepted EPL	WSF L2/L3 Tutor	Region
WSF Level 3	WSF L2 or other accepted EPL	WSF L3 Tutor	Region and WSF

Tutors			Course endorsement
National L1	Minimum L2 Coach, 3 years coaching experience	Regional L1 Tutor Course	Member nation
WSF Level 1	3 years experience as National L1 Tutor, L2 coach, can present in English / common Regional language	nominated	Region
WSF Level 2	3 years experience as WSF L1 Tutor, L3 coach	Regional L2 Tutor Course	Region
WSF Level 3	3 years experience as WSF L2 Tutor	WSF L3 Tutor Course	Region and WSF

Školení trenérských tříd ČASQ (školitelé určení, náplň a požadavky)

Školitelé ČASQ schválení VV ČASQ:

Mgr. Dominik Šácha, 1. trenérská třída ČASQ, ESF Coaching Level 3, WSF level 1 TUTOR

Jan Roll, DiS., 1. trenérská třída ČASQ, ESF Coaching Level 3

IV. trenérská třída ČASQ

Kurz je určen pro uchazeče, kteří se chtějí věnovat v budoucnu trenérské praxi. Seznámí absolventy se základy hry, pravidly a základními principy trenérské činnosti. Připraví absolventy pro funkci asistenta trenéra. **Školení je dvoudenní, ukončené závěrečnou zkouškou.**

Podmínky pro přijetí do kurzu:

Pro přijetí do kurzu není nutné prokazovat praktické ani teoretické znalosti.

Základní obsahová struktura:

- seznámení se squashem (pravidla, historie, trendy, vybavení, názvosloví)
- zásady bezpečnosti a základní principy práce trenéra
- struktura a obsah tréninkové jednotky „IDEAS“ dle ESF
- příprava před tréninkem a činnost po tréninku
- držení rakety (grip), postavení k míči, švih
- základní údery
- pohyb po kurtu
- zásady a zvláštnosti tréninku dětí
- hra a základy taktiky
- chování při hře (kodex chování trenéra, hráče, rodiče)

Závěrečná zkouška:

Kurz je ukončen složením **písemného testu a praktické zkoušky.**

- a) **písemný test** probíhá formou výběru správných odpovědí z více možností.
- b) **praktická zkouška** má dvě části:
 1. **test přesnosti úderů a ověření správných základů** (grip, švih, postavení k míči a pohyb)
 2. **předvedení lekce pro začátečníka v délce 20 minut** (ověřují se základní pedagogické dovednosti při vedení tréninku, struktura a obsah tréninkové jednotky, kvalitní předvedení procvičovaných prvků a oprava základních chyb)

Uchazeč musí ve zkoušce prokázat schopnost praktického vedení tréninku na základní úrovni v pozici asistenta trenéra. V případě, že je jedna ze zkoušek neúspěšná, je možné ji opakovat samostatně, bez nutnosti absolvovat znovu celou zkoušku.

Platnost certifikátu: 2 roky, pokud v uvedené době účastník nepokračuje dále ve studiu vyšší kvalifikace, platnost třídy je ukončena. Pro její opětovné získání je nutné absolvovat znovu školení IV. třídy.

III. trenéřská třída ČASQ

Školení je určeno pro trenéry, kteří se věnují výcviku juniorů i dospělých ve sportovních centrech pod dohledem trenéra s vyšší kvalifikací. Jejich úkolem je naučit studenty kvalitním základům squashe a připravit je pro další výkonnostní růst. Základem je detailnější propracování témat určených pro IV. třídu, s větším důrazem na samostatnou práci v roli trenéra. Kvalitní dovednosti vedení tréninku na této úrovni jsou extrémně důležité pro vytvoření dobrých základů a další rozvoj hráče a jeho osobnosti. **Školení je čtyřdenní, ukončené závěrečnou zkouškou.**

Podmínky pro přijetí do kurzu:

Pro přijetí na školení je nutné doložit certifikát IV. trenéřské třídy ČASQ a písemné potvrzení o předepsané praxi (nedoložení nebrání v absolvování školení, ale je nezbytné pro udělení certifikátu III. třídy ČASQ). Na začátku školení může školitel ČASQ požadovat ověření praktických dovedností ve formě standardizovaného testu přesnosti úderů, v případě že účastník nesplní základní předpoklady, nebude mu umožněno pokračovat. Je mu však vráceno zápisné v plné výši.

Základní obsahová struktura:

- zopakování základů v rozsahu náplně kurzu IV. třídy
- zásady bezpečnosti a základy první pomoci
- „Zlatá pravidla coachingu“ dle ESF
- Cyklus „P.D.A.“ (vnímání-rozhodování-akce) pro základní údery dle ESF level 1
- základy taktiky (stavba výměny/přesnost/tlak) dle ESF
- zásady sportovní přípravy dětí různých věkových kategorií
- efektivní skupinový trénink a jeho zvláštnosti
- plánování a vyhodnocení tréninkové přípravy hráče, fáze přípravy - cykly
- základy kondiční přípravy
- pravidla a bodování, základy rozhodování situací při hře
- základy výživy a pitný režim

Závěrečná zkouška:

Kurz je ukončen složením **písemného testu a praktické zkoušky.**

- a) **písemný test** probíhá formou kombinace výběru správných odpovědí z více možností a vypracování témat ze zadaných otázek.
- b) **praktická zkouška** má dvě části:
 1. **ověření úrovně dovedností** (ovládání rakety, pohybu po kurtu a dalších technicko-taktických dovedností nezbytných pro efektivní trénink).
 2. **předvedení lekce v délce cca 20 minut** - ověřuje se kvalita vedení tréninku, vysvětlení jednotlivých činností, jejich předvedení, oprava chyb atd. Dále se ověřuje sestavení a realizace tréninkové jednotky s uplatněním zásady „IDEAS“ a „Zlatých pravidel coachingu“ dle ESF.

V případě, že je jedna z částí zkoušky neúspěšná, je možné ji opakovat samostatně bez nutnosti absolvovat celou zkoušku opakovaně.

Platnost certifikátu III. třídy: 4 roky, pokud v uvedené době účastník nepokračuje dále ve studiu vyšší kvalifikace, platnost třídy je pozastavena. Její platnost je zapotřebí obnovit absolvováním dvoudenního doškolení, které bude vedeno jako workshop na dané téma. Probírány budou také nové trendy. Platnost třídy se takto prodlužuje vždy o další 2 roky.

II. trenérská třída ČASQ

Cílem tohoto studia je příprava trenérů, kteří se věnují výcviku juniorů i dospělých se zaměřením na komplexní individuální trénink a skupinový trénink výkonnostních hráčů ve sportovních oddílech a tréninkových centrech mládeže. Trenéři na této úrovni musí mít kromě výborných znalostí v oblasti squashové specializace a předchozí trenérské praxe, také obecné vzdělání adekvátní této pozici trenéra. Školení je složeno z obecné části, kterou zajišťuje vysoká škola s TV zaměřením v řádném bakalářském studiu či ve formě kurzů (licence B) a speciální části, jejímž garantem je ČASQ. Speciální část obsahově vychází z kurzu pro III. třídu, s důrazem na prohloubení všech dovedností. Uchazeč je připravován tak, aby byl schopen dlouhodobě organizovat individuální i skupinový trénink na výkonnostní úrovni. Součástí kurzu je rovněž školení z pravidel squashe a rozhodování utkání. Školení je v rozsahu 150 hodin (obecná část = 50 hodin, specializace = 100 hodin).

Podmínky pro přijetí do kurzu:

Pro přijetí ke studiu je nutné doložit předepsanou praxi v písemné formě, včetně dosažených výsledků a certifikát III. trenérské třídy ČASQ. Současně musí účastník splnit požadavky dané příslušnou vysokou školou pro zařazení ke studiu. Školitel musí také posoudit, zda je uchazeč vybaven technicko-taktickými dovednostmi potřebnými pro II. trenérskou třídu. V případě, že uchazeč nevyhoví těmto požadavkům, nemůže se kurzu zúčastnit, je mu však vráceno zápisné v plné výši.

Základní obsahová struktura specializované části:

- zopakování základů v rozsahu náplně kurzu III. třídy
- cyklus P.D.A. detailněji (technicko-taktické dovednosti a diagnostika chyb)
- příprava a realizace tréninkové jednotky pro skupinu výkonnostních hráčů
- příprava a realizace tréninkové jednotky pro individuální výkonnostní hráče
- trénink juniorů se zaměřením na výkonnostní squash
- příprava před tréninkem a činnost po tréninku
- herní plány a jejich využití
- příprava před zápasem a činnost po zápase
- vedení hráčů v průběhu utkání
- analýza zápasu, využití videa a počítačových programů
- plánování a vyhodnocení tréninkové přípravy výkonnostních hráčů, fáze přípravy
- specializovaná kondiční příprava
- organizace krátkodobé přípravy výkonnostních hráčů, soustředění
- organizace dlouhodobé přípravy výkonnostních hráčů
- výživa a pitný režim ve výkonnostním sportu
- doplňkové aktivity, regenerace výkonnostních hráčů
- pravidla hry, bodování a rozhodování situací při hře

Závěrečná zkouška:

Kurz (specializovaná část) je ukončen složením **písemného testu a praktické zkoušky**.

- a) **písemný test** probíhá formou kombinace výběru správných odpovědí z více možností a vypracování témat ze zadaných otázek.
- b) **praktická zkouška má dvě části:**
 1. **ověření úrovně technicko-taktických dovedností** (během celého kurzu).
 2. **předvedení lekce v délce cca 20 minut** (ověřuje se: kvalita přípravy a realizace tréninkové jednotky, diagnostika a korekce chyb, kvalitní komunikace a motivace hráče či skupiny k dalšímu výkonnostnímu růstu)

V případě, že je jedna z částí zkoušky neúspěšná, je možné ji opakovat samostatně, bez nutnosti absolvovat celou zkoušku opakovaně. Obecná část je řízena osnovami tělovýchovné vysoké školy. Po úspěšném složení všech zkoušek bývá zakončena zpracováním závěrečné práce na zadané téma.

Platnost certifikátu II. třídy: obecná část platí bez omezení, specializovaná část platí 6 let. II. trenérská třída ČASQ opravňuje držitele k získání živnostenského oprávnění v oblasti squashe. Pokud v uvedené době 6 let absolvent nepokračuje dále ve studiu vyšší kvalifikace, platnost třídy je pozastavena. Její platnost je zapotřebí obnovit absolvováním dvoudenního doškolení, které bude vedeno jako workshop na dané téma. Probírány budou také nové trendy. Platnost třídy se takto prodlužuje vždy o další 3 roky.

I. trenérská třída ČASQ

Cílem studia I. trenérské třídy je příprava špičkových odborníků, kteří se věnují výcviku juniorů nebo dospělých závodních hráčů na nejvyšší národní a mezinárodní úrovni. Předpokládá se jejich zapojení do přípravy a následně vedení nejlepších jednotlivců a národních týmů pro mezinárodní soutěže. Pro udělení třídy je nutné absolvovat obecnou část na vysoké škole s tělovýchovným zaměřením - licence A (řádné magisterské studium či kurzy, např. kurzy Trenérské školy na UK FTVS). Studijní plán specializace je stavěn ve spolupráci s příslušnou vysokou školou.

Podmínky pro přijetí do kurzu:

Pro přijetí ke studiu je nutné doložit předepsanou praxi v písemné formě, včetně dosažených výsledků a certifikát II. trenérské třídy ČASQ. Dále musí účastník splnit požadavky dané příslušnou vysokou školou pro zařazení ke studiu.

Závěrečná zkouška:

Studium specializace probíhá souběžně s obecnou částí. Je zakončeno státní zkouškou, resp. závěrečnou zkouškou před komisí, ve které je přisedícím i školitel ČASQ. Kromě závěrečných zkoušek student obhájí před komisí diplomovou, resp. závěrečnou práci na zadané téma.

Platnost certifikátu: bez omezení.

Oprávnění k podnikatelské činnosti – vázaná živnost

II. a I. trenérská třída opravňuje držitele k provozování podnikatelské činnosti v oblasti tělovýchovných a sportovních služeb. Požadavek je dán zákonem - vyňato z přílohy č. 2 Živnostenského zákona / vázaná živnost /.

Pro poskytování tělovýchovných a sportovních služeb v oblasti) je nutné absolvovat:*

a) vysokoškolské vzdělání ve studijním programu a studijním oboru zaměřeném na tělesnou kulturu, tělovýchovu a sport, nebo

b) vyšší odborné vzdělání v oboru vzdělání zaměřeném na tělesnou kulturu, tělovýchovu a sport, nebo

c) osvědčení o rekvalifikaci nebo jiný doklad o odborné kvalifikaci pro příslušnou pracovní činnost vydaný zařízením akreditovaným podle zvláštních právních předpisů, nebo zařízením akreditovaným Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy, nebo ministerstvem, do jehož působnosti patří odvětví, v němž je živnost provozována

**) ohlašovatel vymezí předmět podnikání podle § 45 odst. 4 věty první zákona č. 455/1991 Sb., ve znění zákona č. 130/2008 Sb., v souladu s předloženými doklady o odborné způsobilosti*

Školení a udělování trenérských tříd ČASQ

ČASQ vypisuje termíny školení a doškolení jednotlivých úrovní podle počtu zájemců v dané sezóně. V případě většího zájmu je možné uskutečnit v průběhu sezóny více školení pro jednu kvalifikační úroveň. O termínech školení jsou kluby informovány elektronickou poštou a zveřejněním v kalendáři akcí pro příslušnou sezónu, případné dotazy zodpoví sekretariát ČASQ.

Trenérské třídy a certifikáty uděluje ČASQ po splnění všech stanovených požadavků a úspěšném absolvování jednotlivých školení, případně souvisejícího studia.

Seznam trenérů s platnými certifikáty je průběžně aktualizován a je zveřejňován na stránkách ČASQ.

System aktualizoval: Jan Roll, DiS.

Datum: 1. 3. 2015

Schváleno VV ČASQ: 4. 3. 2015