HTML verze Metodických listů

Vítejte u měsíčníku Českého svazu orientačních sportů, který by měl přinést trenérům a organizátorům metodickou podporu, informovat o novinkách a motivovat je ke sdílení zkušeností, rad a tipů pro trénink i pořádání.

Novinky

Trenér neslyšící reprezentace v OB

STK OB hledá trenéra neslyšící reprezentace v OB na období 1. 1. 2022 – 31. 12. 2022 (roční období) s perspektivou další spolupráce. Nejbližším cílem je Deaflympiáda, která se bude konat v květnu 2022 v Brazílii. Bližší informace najdete zde.

Co vám chybí v Metodice ČSOS?

Metodická rada v rámci podzimních závodů rozjela osvětovou kampaň pro rozšíření povědomí o existenci Metodického portálu a online přípravy. V rámci toho vznikla také anketa, kde se členové ČSOS (trenéři, závodníci, pořadatelé, rodiče,...) mohou vyjádřit k metodické práci ČSOS. Uvítáme jakékoliv dotazy a podněty. Anketu naleznete pod tímto odkazem.

Metodický seminář trenérů a rozhodčích OB

V termínu 3. – 5. 12. 2021 proběhne v Turnově Metodický seminář trenérů a rozhodčích OB. Na programu budou následující témata: efektivní navigace v OB, analýza tréninků pomocí GPS, vedení skupiny žactva, atletická abeceda, metodické informace a další. Program semináře rozhodčích bude zveřejněn cca 14 dnů před akcí.

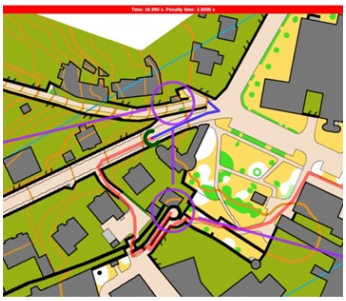
Můj klub 2022

Národní sportovní agentura zveřejňuje Výzvu MŮJ KLUB 2022. Výzva je zaměřena

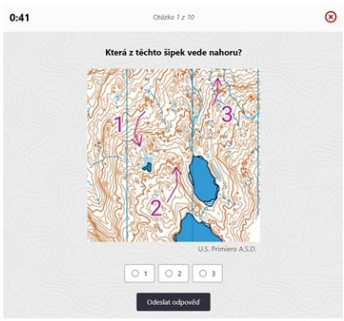
30. 11. 2021 ve 12:00 hod.

Teorie

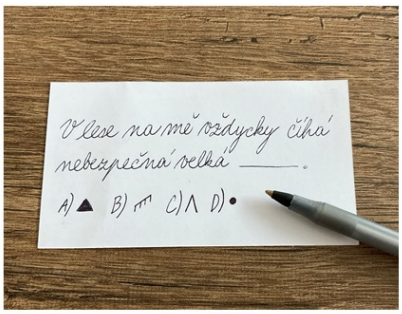
Po rozkliknutí obrázků níže se dostanete na připravené mapové úlohy a tréninkové tipy.



Running Wild



Nahoru, dolů



Hravé veršíky

Vánoční olympiáda

Zajímavé odkazy

Kliknutím na obrázek se dostanete na příslušnou stránku.

O výchově a sportování dětí s Marianem Jelínkem – V rámci projektu Pojď hrát hokej byla připravena série videí, která mají zprostředkovat názory hokejového trenéra a renomovaného odborníka na oblast sportovní psychologie a mentálního coachingu Mariana Jelínka. Jeho myšlenky by měly být impulsem k přemýšlení nad smyslem sportování dětí a podstatou správného prožitku při něm.

databázi cvičení, které jsou všechny natočené, tudíž "citelné" i pro nenemčináře, najdete spoustu variant pohybových her, které si můžete vyfiltrovat podle věku svěřenců, velikosti skupiny a cvičebního prostoru. Hravá cvičení jistě zúročíte při tréninku mládeže nejen v tělocvičně.

Marian Jelínek
O výchově a sportování dětí

Albathek

Děkujeme Jendovi Zháňalovi (ZBM) za vytvoření manuálu pro plánování a analýzu postupů Running Wild, Lukáši Kettnerovi (KAM) za vytvoření nového okruhu otázek - Nahoru, dolů v online přípravě, Evě Kaškové a Pavle Vokálové (CHA) za Hravé veršíky a Kristýně Skyvové (STE) za tip na Vánoční trénink.

Rádi uvítáme materiály, postřehy a zkušenosti od trenérů na e-mailu metodika@orientacnisporty.cz.

Copyright © 2021 Český svaz orientačních sportů, All rights reserved.

Kontaktujte nás:
metodika@orientacnisporty.cz

Chcete změnit nastavení příchozích e-mailů?
Můžete aktualizovat vaše preference nebo se odhlásit z odebírání.