
ČESKÁ ASOCIACE SQUASHE

SYSTEM TRENÉRSKÝCH TŘÍD ČASQ

7.1.2017





System trenérských tříd ČASQ platný od 7. 1. 2017

Pojmy:

ČASQ = Česká squashová asociace

Trenérská třída ČASQ definuje úroveň dosaženého trenérského vzdělání ve squashu v ČR, přičemž I. trenérská třída ČASQ je nejvyšší dosažitelný stupeň. Trenérské třídy ČASQ mohou udělovat pouze vybraní školitelé s nejvyšším vzděláním v systému ČASQ.

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. FTVS UK v Praze) v rámci řádného studia nebo prostřednictvím kurzů (např. kurzy Trenérské školy FTVS UK 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	Třídu uděluje	Délka školení	Povinná praxe	Platnost certifikátu	Oprávnění k podnikatelské činnosti
I. třída	Vysoké školy s TV zaměřením	ČASQ	ČASQ	Dle osnov VŠ	6 let	Bez omezení	ANO
II. třída	Vysoké školy s TV zaměřením	ČASQ	ČASQ	Dle osnov VŠ	4 roky	6 let	ANO
III. třída	ČASQ	ČASQ	ČASQ	32 hodin	1 rok	4 roky	NE
IV. třída	ČASQ	ČASQ	ČASQ	16 hodin	0	2 roky	NE

Školitelé ČASQ schválení VV ČASQ od 1. 2. 2015:

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

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

Mimo systém trenérského vzdělávání v rámci ČASQ existuje také možnost vzdělávání na evropské úrovni. Školení organizuje Evropská squashová federace (ESF) a její školitelé (ESF Tutors). Školení ESF mají špičkovou kvalitu. Jejich absolvování doporučujeme všem, kteří se chtějí věnovat squashovému tréninku na mezinárodní úrovni. Diplom ESF ovšem nadále nebude postačovat pro získání trenérských tříd ČASQ. Struktura a zacílení školení viz následující tabulka:

Player Level	Player Emphasis	Player Needs	Coaching Style	ESF Coach Education	Duration
PSA / WISPA	Training to Win	Sum of Below	Empower	Level 4?	n.a.
National Juniors	Training to Compete	Tactics/Apply Pressure	Direct	Level 3	7 days
Intermediate Players	Learning to Train	Skill / Accuracy	Coach	Level 2	4 days
Early Learners	Learning to Play	Simple Rallies	Teach	Level 1	3-4 days

zdroj: ESF



Školení trenérských tříd ČASQ (určení, náplň a požadavky)

IV. trenérská třída

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.**

Základní obsahová struktura:

- seznámení se squashem (pravidla, historie, trendy, vybavení, názvosloví)
- základní principy práce trenéra (struktura a obsah tréninkové jednotky „IDEAS“ dle ESF)
- zásady bezpečnosti
- 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)

Podmínky pro přijetí do kurzu:

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

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.

Školitelé v součinnosti s VV ČASQ mají ve zcela výjimečných a odůvodněných případech právo udělit IV. trenérskou třídu bez nutnosti absolvovat školení.

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. trenérská třída

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.**

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

- diagnostika chyb (video analýza) s využitím „P.D.A.“
- 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

Podmínky pro přijetí do kurzu:

Pro přijetí na školení je nutné doložit certifikát IV. trenérské 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.

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.

Školitelé v součinnosti s VV ČASQ mají ve zcela výjimečných a odůvodněných případech právo udělit III. trenérskou třídu bez nutnosti absolvovat školení.

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 doškolení a složením zkoušky v rozsahu daném osnovou školení III. třídy. Platnost třídy se takto prodlužuje vždy o další 4 roky. Doškolení probíhá formou dvoudenního školení a složením výše uvedené zkoušky.

II. trenérská třída

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 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 squashu a rozhodování utkání. Školení je v rozsahu 150 hodin (obecná část = 50 hodin, specializace = 100 hodin).

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

Podmínky pro přijetí do kurzu:

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

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. Pokud v uvedené době absolvent nepokračuje dále ve studiu vyšší kvalifikace, platnost třídy je pozastavena. Její platnost je zapotřebí obnovit absolvováním doškolení a složením zkoušky ze specializace v rozsahu daném osnovou školení II. třídy. Doškolení je možné absolvovat kdykoli dříve a platnost třídy se takto prodlužuje vždy o dalších 6 let. Doškolení probíhá formou dvoudenního semináře a složením výše uvedené zkoušky. II. trenérská třída ČASQ opravňuje držitele k samostatné výdělečné činnosti v oblasti squashe. Trenér může odborně zastupovat squashové centrum a sám vykonávat trenérskou činnost.

I. trenérská třída

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. Současně se podílí na výchově trenérů na nižších úrovních. Pro udělení třídy je nutné absolvovat obecnou část na vysoké škole s tělovýchovným zaměřením - licence A (řádné studium či kurzy, např. kurzy Trenérské školy na FTVS UK). Studijní plán specializace je stavěn ve spolupráci s příslušnou vysokou školou. Rozsah se na různých školách liší, obecně se ale jedná o několik set hodin (např. rozsah kurzu licence A na Trenérské škole FTVS UK zabírá 500 hodin).

Podmínky pro přijetí do kurzu:

Pro přijetí ke studiu je nutné doložit předepsanou praxi v písemné formě, včetně dosažených výsledků a certifikát nižší trenérské třídy. 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.

Předpokládáme zapojení trenérů s I. trenérskou třídou ČASQ ke spolupráci na vzdělávacích, výchovných a dalších programech ČASQ.

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: 7. 1. 2017

Schváleno VV ČASQ