

Schůzka Trenérsko- metodické komise ČSJ ze dne 27. 2. 2018

Přítomni: Zdeněk Sünderhauf, Tonda Mrzílek, Michal Smolař, Tomáš Karas, Josef Čermák

Host: Radek Sünderhauf

Omluveni: Michael Maier, Michal Kučera, František Bauer

Program:

1) Info o stavu Jachtařské akademie- hotové akce, probíhající, plánované.

Stav natáčení a uveřejnění technik jízd ve třídách:

1.1 Třída 29 er- David Křížek- natáčí přímo na soustředění, hotové scénáře i komentáře, do konce března

1. 2 Třída Feva- Milan Hájek – hotovo

1. 3 Třída Optimist- Tonda Mrzílek - podklady pohromadě, do konce března

1. 4 Třída Cadet- Zdeněk Parůžek- podklady pohromadě, do konce března

1. 5 Třída Bic Techno- Pavel Kamenský- hotovo

1. 6 Třída Laser- Martin Trčka- probíhá

1. 7 Třída RS 700- Milan Hájek- hotovo

1. 8 Třída Fireball- Petr Kořán- hotovo

2) Nové projekty

2.1 Interaktivní mapa jachtařských revírů: řídí- Zdeněk Sünderhauf, vývoj- David Mol, podklady- Denisa Binjošová, datum spuštění se posouvá na druhou polovinu roku

2. 2. Animace scénářů tréninků: řeší Tomáš Karas - podklady poskytl Jakub Kozelský, datum spuštění- konec dubna

2. 3 Otázky do e- learningu pro trenéry III. třídy: řeší Pepa Čermák, oblasti- 1. Teorie větru (T. Mrzílek), 2. Trimování plachet (T. Musil), 3. Taktika a strategie (P. Fiala, M. Hájek, J. Kozelský), 4. Závodní pravidla (animace, M. Soušek), 5. Životospráva (Kumštát), 6. Fyzická příprava (Petr Klíma), 7. Komunikace, koučování (Ian Clingan), J. Kozelský), 8. Legislativa (J. Čermák), 9. Názvosloví (T. Mrzílek), 10. První pomoc a záchrana (J. Sedláček)- probíhá, na Jacht akademii spuštěn e- learnig, zatím staré otázky, postupně se doplňují nové- řeší Pepa Čermák

2. 4 E- learningové testy pro trenéry: v současné době jsou již uveřejněny na Jachtařské akademii. Soubor stávajících testů je doplňován postupně testy novými. Každý zájemce se již může přihlásit a projít si testy na zkoušku. Při ostrém testování bude navoleno náhodně vybraných 40 otázek, na které bude 20 - 25 min času.

3) Navrhovaná témata k dalšímu natočení a uveřejnění:

3. 1 Psychologie dítěte a šikana- Hanka Chlumská (bude se točit na Nechranicích)

3. 2 Základní nácviky mladých jachtařů- A. Mrzílek (bude se točit na Nechranicích)

3. 3 Základy teorie větru- A. Mrzílek (bude se točit na Nechranicích)

3. 4 Organizování vstupních kurzů pro děti- Michal Kučera

3. 5 Legislativa, právní minimum, pojištění trenérů- J. Čermák

3. 6 Závodní pravidla- Martin Soušek (bude se točit na Nechranicích)

3. 7 Přístavní manévry- Daniel Vodička

3. 8 Možnosti radiokomunikace na moři- Petr Ondráček

3. 9 Ochrana před blesky za bouřky- Petr Ondráček

4) Přednášky v roce 2018

30. 1. Plánování (OH) kampaní a koučování závodníků- **Ian Clingan**
30. 1. Mentální koučing u špičkového sportovce- **Marian Jelínek**
6. 2. Navigační a weather routing systémy na moři- **Milan Kolářek**
6. 2. Cesta mezi absolutní jachtařskou špičku- **Jean La Cam**
13. 2. Letecká a jachtařská meteorologie- **Petr Dvořák, ČHMÚ**

6. 20. 2. Taktika a strategie v závodě námořních lodí- **Milan Hájek**
7. 27. 2. Bezpečnost na moři a přežití- **Petr Ondráček**
8. 6. 3. Olympijská kampaň a scénáře tréninků- **Jakub Kozelský**
9. 13. 3. Taktika a strategie v závodě okruhových lodí- **Martin Trčka**
10. 20. 3. Optimální trim plachet- **Tomáš Muf Musil**

Proběhlo velmi úspěšně již 8 přednášek a zbývají poslední 2. Vše bylo natočeno a postupně uveřejňujeme na Jachtařské akademii. Z přednášek, z jejich zpětných vazeb, dotazů a rozhovorů s přednášejícími, plánujeme na příští rok 2019 zatím tato témata:

1. Mentální koučink u vybraných závodníků- Workshop- Marian Jelínek
2. Navigační a weather rating systémy- Workshop- Milan Koláček
3. Meteorologie pro okruhového jachtaře- Workshop- David Křížek
4. Meteorologie při závodě na moři- Workshop- Milan Koláček

5) Praktické semináře pro trenéry ČSJ v roce 2018.

Měly by být zatím 3! Upřesňují se termíny a lokality.

5. 1 Martin Trčka- proběhne na Nechranicích, v termínu 27. – 29. 4. - viz příloha
5. 2 Jonathan Lewis GB- proběhne na Lipně, ve stejném termínu, jako vloni
5. 3 Milan Hájek- upřesníme

6) Rekvalifikační kurz a testování pro trenéry II. třídy

Řeší Michal Smolař a Zdeněk Sünderhauf

7) Různé:

7. 1 Scénáře pro trenéry- Stavění tréninkových tratí- dodá Michal Smolař
7. 2 Základní příručka Začínáme s jachtingem od RYA, doporučená ČSJ, vyjde v českém překladu v průběhu dubna- května. Řeší Jan Krejčířik.
7. 3. Projekt Jachting v hodinách TV v Základních školách pokračuje v Praze. Od příštího, školního roku projeví zájem další oddíly a školy. Informace na Jachtařské akademii.

8) Další schůzka Trenérsko- metodické komise proběhne dne 20. listopadu v Cere od 16 hodin.

Zapsal: Zdeněk Sünderhauf

Příloha níže:

Praktický seminář pro trenéry II. a III. třídy

1. Místo: Czech Sailing Centre Nechanice, Vikletice 48, 438 01 Chbany
2. Termín: 27. – 29. 4. 2018
3. Doba nástupu: 12 hodin dne 27. 4. 2018
4. Organizuje: Zdeněk Sünderhauf- předseda Trenérsko- metodické komise ČSJ
5. Určeno: pro trenéry především II. třídy. Dále i pro trenéry III. třídy a pro obnovení trenérských licencí.
6. Počet uchazečů: omezen počtem 16. Při větším počtu zájemců si pořadatelé vymíňují vybrat konkrétní uchazeče.
7. Hlavní kouč: Martin Trčka- jeho profil viz. www.jacht-akademie.cz
8. Přednášející: Jan Sedláček, František Bauer, Hanka Chlumská, Tonda Mrzílek, Martin Soušek
9. Program praktické části:
 1. Manipulace a údržba motorového člunu, jednoduché opravy motorů, manévry, přistávání, pozice při natáčení trénujících závodníků- František Bauer
 2. Praktická ukázka první pomoci- Jan Sedláček
 3. Skupina Laseristů min. 3, max 6, všichni v jedné třídě, tj. 4,7, nebo Radial, nebo Standard. Můžou asi být i dvě skupiny např. 3 Radiály, 3 Standardy...
 4. Skupina max. 4 lodí třídy Feva
 5. 3-4 čluny, podle počtu účastníků, tak aby se cca po 3 - 4 lidech dostali na člun a měli možnost střídát, pokud bude více účastníků.
 6. Každé skupince se zadá úkol, co se má odtrénovat (objezdy bóje, start, technika na stoupačku/ zaďák), a pak si připraví krátký rozbor vč. videa, na cca 15-20min. Tam se rozebere, jak se s tím vypořádali, zda natáčeli ze správného úhlu, co vědí o technice atd.
 7. Účastníci by měli mít kameru, případně bude zapůjčena - dnes stačí i lepší mobil, tablet, ideálně ve vodě odolnějším provedení, dá se použít i iPad ve vodotěsném obalu.
10. Program teoretické části:
 1. Rozbory natočených tréninkových scénářů u tabule a společné hledávání nejlepších řešení- Martin Trčka
 2. Základní nácviky mladých jachtařů- Tonda Mrzílek
 3. Základy teorie větru- Antonín Mrzílek
 4. Závodní pravidla- Martin Soušek
 5. Psychologie dětského závodníka a projevy šikany- Hanka Chlumská
11. Výstupy: teoretická i praktická část programu bude natočena a po úpravě umístěna na Web Jachtařské akademie – www.jacht-akademie.cz , pro další výuku.
12. Osvědčení: po úspěšném absolvování přednášek a praktické části, mohou účastníci obnovit trenérské licence II. a III. třídy. Noví zájemci o trénování mohou získat trenérskou licenci III. třídy, po úspěšném absolvování testů.
13. Cena: Pro účastníky zdarma na základě podpory od Českého svazu jachtingu
14. Technické zajištění: 3 až 6 plachetnic třídy Laser, 3- 6 plachetnic třídy RS Feva, 4 motorové čluny pro účastníky, 1 člun pro kameramana, projektor, tabule s klipcharty.
15. Ubytování: v apartmánech s vlastním WC, sprchou a kuchyňkou, kontakt mob: 777 117 513, recepce@cscn.cz.
16. Přihlášky: na www.jacht-akademie.cz ve složce-Aktivity, nebo přes Markétu Švecovou, mob: 724 518 515, msv242@gmail.com

V Praze dne 6. 3. 2018