

## **Trenérský kurz Okinawa karate a kobudo III. třídy (licence C)**

**Organizátor kurzu:** Česká federace Okinawa Karate a Kobudo, [www.shuri-te.cz](http://www.shuri-te.cz)

**Garant kurzu:** Mgr. Miroslav Pecka, tel.: +420 732 850 789, email: [karatekobudohb@shuri-te.cz](mailto:karatekobudohb@shuri-te.cz)

**Podmínky získání licence:** min. věk 18 let, prokazatelné min. 3 roky aktivního cvičení v oblasti Okinawa karate nebo kobudo

**Cena:** 1.500 Kč karate nebo kobudo,  
2.000 Kč karate + kobudo

### **Kritéria pro splnění kurzu trenérů karate a kobudo III. třídy:**

- 100 % účast na všech přednáškách a praktických cvičení
- metodicky a pedagogicky správně provedený didaktický výstup na vylosované téma

### **Výstup kurzu:**

Po úspěšném absolvování kurzu bude předán účastníkům certifikát trenéra karate nebo kobudo III. třídy (licence C). Tato licence opravňuje a je nezbytná k případnému dalšímu studiu licence trenér karate a kobudo II. třídy ve spolupráci s Fakultou sportovních studií Masarykovy univerzity v Brně.

<b>PŘEDMĚT</b>	<b>LEKTOR</b>	<b>ČAS / VYUČOVACÍ HODINY</b>
zahájení kurzu, prezence, organizační záležitosti	Mgr. Miroslav Pecka (ČFOKK)	30 min / 0,7
fyziologie - přednáška	lektor SZŠ a VOŠZ Havlíčkův Brod	90 min / 2
sportovní trénink v boj.uměních - přednáška	lektor FSpS Masarykovy univerzity	90 min / 2
sportovní trénink v boj.uměních – prakt. cvičení	lektor FSpS Masarykovy univerzity	90 min / 2
historie karate a kobudo	lektor ČFOKK	90 min / 2
anatomie - přednáška	lektor SZŠ a VOŠZ Havlíčkův Brod	90 min / 2
psychologie a pedagogika - přednáška	lektor SZŠ a VOŠZ Havlíčkův Brod	90 min / 2
fyzioterapie - přednáška	fyzioterapeut rehabilitačního centra	45 min / 1
fyzioterapie – praktická cvičení	fyzioterapeut rehabilitačního centra	45 min / 1
výživa ve sportu - přednáška	výživový poradce, trenér fitness	90 min / 2
japonská kultura a japonské názvosloví	tlumočnick japonské společnosti	90 min / 2
první pomoc - přednáška	lektor Českého červeného kříže	45 min / 1
první pomoc – praktická cvičení	lektor Českého červeného kříže	45 min / 1
soutěžní pravidla WOF a činnost na soutěžích	lektor ČFOKK	90 min / 2
losování témat na výstupy	Mgr. Miroslav Pecka (ČFOKK)	30 min / 0,7
didaktické výstupy adeptů	lektori ČFOKK	360 min / 8
vyhodnocení školení a předání certifikátů	lektori ČFOKK	30 min / 0,7