



UNIVERZITA KARLOVA FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

# Silové schopnosti a jejich rozvoj v tréninku dětí

doc. PaedDr. Tomáš Perič, Ph.D.



Srpen  
2022

**Cílem kurzu je seznámit účastníky s aktuálními trendy rozvoje síly v tréninku dětí**

**Teoretická část** vysvětluje teorii stimulace silových schopností u dětí, popisuje hlavní zásady rozvoje silových schopností v jednotlivých vývojových fázích (do 10 let, 10 – 12 let, 12 – 15 let). Popisuje hlavní metody a prostředky pro stimulaci síly.

**Praktická část** bude popisovat hlavní prostředky užitě pro rozvoj síly v dětském věku.

**1.100 Kč**  
**5 hodin**

## O KURZU

**Cílová skupina:** trenéři dětí a mládeže, učitelé TV, rodiče sportujících dětí

**Kdy:** pátek 13,00 - 18,00

**Termín semináře:** 26. 8. 2022

**Rozsah:** dva výukové bloky - teoretická a praktická část

Teorie: 13,00 - 14,30

Praktická část: 15,00 - 17,15

**Výstup:** Osvědčení o absolvování

## DŮLEŽITÁ DATA

**Místo:** PRAHA 6 - Veleslavín

Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy;

José Martího 31

**Cena za seminář:** 1 100,- Kč

**Přihlášky:** do 16. 8. 2022, přes studijní systém Univerzity

**Informace:** denně 8,00 - 15,00, PaedDr. Lada Novotná,  
inovotna@ftvs.cuni.cz , tel. 220 17 2011

možnost absolvování kurzu rozvoje koordinace a rychlosti se slevou

**cena dvou kurzů: 1800 Kč, cena tří kurzů: 2 500 Kč**

**Počet míst omezen. Neváhejte s přihlášením!**