

TATA "2018"

GYAKORLATI EDZŐ TOVÁBBKÉPZÉS

A Magyar Edzők Társasága ez évben is rendez kétnapos gyakorlati edző továbbképzést a KEP edzői és az érdeklődő edzők részére a Tatai Olimpiai Központban. Az idei továbbképzés központi témája a mozgásoktatás, de más témák is napirenden lesznek.

Időpont: 2018. május 22-23.

Helyszín: Tatai Olimpiai Központ

Cím: 2151 Tata, Baji út 21.

Részletes program

2018.05.22. KEDD

- 8.00 - 10.00: Érkezés az edzőtáborba, regisztráció, a szobák elfoglalása
- 10.00 - 10.15: A résztvevők köszöntése, programismertetés
- 10.15 - 12.00: **Doppingellenes tájékoztató**, doppingellenes teszt
- o **Dr. Tiszeker Ágnes**, ügyvezető igazgató Magyar Antidopping Csoport
- 12.00 - 13.00: **Mozgásszervi prevenció a sportolók egészségéért**
- o **Dr. Mayer Ágnes Ph.D.**, főiskolai docens, Semmelweis Egyetem, Egészségtudományi Kar, Fizioterápiai Tanszék
 - o **Törös Károly**, Magyar Úszó Szövetség Utánpótlás Bizottságának Elnöke
 - o **Szendrő Gabriella**, gyógytornász, Magyar Úszó Szövetség Úszóváll Prevenció Munkacsoportjának Vezetője
- 13.00 - 14.30: Ebéd
- 15.00 - 16.15: **A Magyar Edzők Társasága együttműködő partnereinek** bemutatkozása, szolgáltatásaik gyakorlati alkalmazása. Az elméleti bemutatkozást követően gyakorlati workshopokra lesz lehetőség, ahol a részvétel ajánlott!
- **NeoLife** – **Bundzsák Gabriella**
 - **Viofor** – **Farkas János**
 - **Bemer** – **dr. Zsiga Zsolt**
 - **ViennaTest** – **Fózer-Selmeci Barbara**
 - **VisionBody** – **Albert Erika**
 - **Spiritjáték** - **Fehér Krisztina**
 - **R-Med Akadémia** - **Pozsonyi Zsolt**

- 16.30 - 18.30:
- **R-Med Akadémia**
 - o Hatékony edzői kommunikáció a mozgástanítás folyamatában, eszközhasználat, reaktív neuromuszkuláris tréning
 - o **Pozsonyi Zsolt**, R-med Akadémia szakmai vezető, FTC férfi vízilabda csapat erőnléti edzője
 - **Mozgásszervi prevenció**
 - Vállvizsgálat alapjai edzők számára
 - Prevenciós szemléletű bemelegítés
 - Prevenciós szemléletű erősítő gyakorlatok
 - Helyes, vállat kímélő nyújtási technikák
 - o **Szendró Gabriella**
 - o **Dr. Mayer Ágnes**
 - o **Törös Károly**
 - o **Tejes Péter**, úszóedző
 - o **Horváth Ildikó**, gyógytornász
 - o **Kora Dániel**, úszóedző
 - o **Körmendi Gyöngyi**, gyógytornász, többszörös kosárlabda válogatott

19.00 - 20.00: Vacsora

20.30 - 21.30: Fakultatív társas foglalkozás

2018.05.23. SZERDA

8.00 - 9.00: Reggeli

9.00 - 10.00: **A mozgások oktatásának alapelvei**

o **Dubecz József** egyetemi docens, Testnevelési Egyetem

10.00 - 12.00: **Mozgásoktatás a gyakorlatban:**

• A helyes futástechnika oktatása

o **Szalma László** egyetemi docens, tanszékvezető, Testnevelési Egyetem

• Bemelegítés/gimnasztika gyakorlatainak helyes végrehajtása

o **Thuróczy Zsuzsanna** mestertanár, Testnevelési Egyetem

• Egy technikai elem oktatásának felépítése labdajátékban

o **Boros Zoltán** tanársegéd, Testnevelési Egyetem

• Ritmusérzék fejlesztése zenés, táncos gyakorlatokkal

o **Dr. Nagy Ágnes** életmód szakértő, táncterapeuta

12.00 - 12.30: **Konzultáció**, a gyakorlati továbbképzés bezárása

13.00 - 14.00: Ebéd, helyszín elhagyása