



# Atletika pro celý život



prehled koncepce ČAS pro práci s talentovanou mládeží

Věk	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23 →
Škola	Základní škola 1. stupeň						Základní škola 2. stupeň				Střední škola				Vysoká škola			
							Osmileté gymnázium		Šestileté gymnázium		Čtyřleté gymnázium				Vysší odborná škola			
Kategorie	Přípravka						Žactvo				Mládež				Dospělí a senioři			
	Atletická školka		Minipřípravka		Přípravka		Mladší žactvo		Starší žactvo		Dorost		Junioři		Muži a ženy do 22		Muži a ženy	
Sociální přesah atletiky	Atletika nabízí nadšení z pohybu, soutěživost, hru. Pravidelně se setkáváme s kamarády v bezpečném prostředí.						Atletika je zábava s kamarády. Každý tu má prostor předvést svůj výkon. Každý má prostor pro vlastní zlepšení.				Atletika nabízí překonání sebe sama. Atletická parta přináší řadu intenzivních zážitků. Trávíme čas ve smysluplném a kultivovaném prostředí, které funguje podle jasných pravidel.				Atletika nabízí komplexní prostředí pro seberealizaci od vrcholového sportu, trenérskou a organizační činnost. Atletická komunita vytváří významnou součást osobního života atletů bez ohledu na věk. Atletika vytváří zdravé místo regionálního i místního prostředí.			
Etapy sportovního tréninku	Etapa sportovní předpřípravy						Etapa základního tréninku				Etapa specializovaného tréninku				Etapa vrcholového tréninku			
Moto	Hrajeme si.		Trénink je hra		Hrajeme si na atletiku		Učíme se trénovat		Trénujeme a závodíme		Trénujeme na závod		Závodíme pro úspěch		Závodíme pro výkon		Závodíme pro medaile	
Cíl etapy	Rozvoj základních pohybových schopností s důrazem na senzitivní období. Získávání základních pohybových a atletických dovedností. Všeestrannost. Pravidelost. Zdravý fyzický i psychologický vývoj.						Rozvoj všestranných pohybových schopností a základních atletických dovedností. Respekt senzitivních období ve vývoji organismu a osobnosti atleta. Zvládnutí základních technik širokého spektra disciplín. Základní znalost atletiky a jejích pravidel. Kladný přístup k pravidelnému tréninku.				Prohlubování pohybových schopností a získávání základních i speciálních atletických dovedností. Zaměření na skupinu disciplín nebo několik disciplín, ve kterých má atlet nejlepší předpoklady. Systematický trénink v ročních cyklech. Odpovědný přístup k tréninku a závodů.				Výkonnostní trénink s cílem dosažení maximálního závodního výkonu. Atletická specializace. Snaha o dosažení nejvyšší technické, dovednostní a kondiční úrovně pro danou disciplínu.			
Disciplíny	Široké spektrum disciplín v zábavném a jednoduchém formátu.						Široké spektrum disciplín a základní atletické soutěže.		Rozšířené atletické soutěže upravené pro žactvo.		Všechny mistrovské disciplíny pro dorost a juniory (nižší překážky, lehčí náčiní).				Mistrovské disciplíny			
Reprezentace							mezikrajové utkání		mezistátní utkání + EYOF		ME U18, EYOF, ME U20, MS U20		ME U18, EYOF, ME U20, MS U20		ME U23		ME, MS, OH, Diamond League	
MČR											MČR víceboje + MČR přespolní běh							
Krajské soutěže	Soutěže přípravek										Krajské přebory a mistrovství							
Soutěže družstev	Kid's athletics										Družstva mužů a žen							
Školní soutěže ČAS	Štafetový pohár						Pohár rozhlasu				Středoškolský atletický pohár				Akademická MČR			
Cíl soutěží	Cílem soutěží pro děti je nabídnout atletické disciplíny adekvátní věku a zdatnosti dané kategorie. Není kladen důraz na výkon. Důraz na soutěže družstev (týmy). Soutěže v upravených základních atletických dovednostech (běh, hod, skok) formou víceboje.						Pokračování týmových soutěží a vícebojů. Mistrovské disciplíny upravené pro mladší kategorie (kratší tratě, nižší překážky, lehčí náčiní, bez trojskoku). Flexibilita soutěží. Omezení startů.				Mistrovské disciplíny upravené pro dorost a juniory (nižší překážky, lehčí náčiní). Omezení startů.				Mistrovské disciplíny s ohledem na světové atletické soutěže.			
ČPTM	<p style="text-align: center;"><b>Články péče o talentovanou mládež</b></p> <p>ČPTM jsou programy ČAS pro podporu jednotlivých kategorií mládeže. Základní cíle ČPTM v rámci celé šíře mládežnické atletiky jsou: 1) trenérské zajištění a podpora 2) spolupráce atletů a trenérů 3) vyhledání a podpoření talentu. Za ČPTM odpovídá oddělení mládeže ČAS.</p>																	
Programy ČAS + Pohybová gramotnost	Atletika pro děti						Sportovní středisko				Sportovní centra mládeže				Vrcholové sportovní centrum mládeže		Reprezentace	
	Atletika pro rodinu		Atletika pro děti do škol		Jsem atlet!		Jsem atlet!		Talent SpS		1 500		1 000		500		5 000	
Počet aktivních atletů	20 000						5 000		3 500		1 500		1 000		500		5 000	
Počet podporovaných							2 000		1 800		200		200		100		100	
Trenéři podpoření ČAS	Vedoucí trenér přípravy						Vedoucí trenér SpS				Vedoucí trenér SCM		Reprezentační trenér mládeže		Vedoucí trenér mládeže ČAS		Šéftrenér ČAS	
	Trenéři AO/AK >>> činní ve všech kategoriích						Trenéři SpS				Trenéři SCM a Trenéři mládeže				Reprezentační trenér mládeže		Rezortní a reprezentační trenéři	
Cíl programu	Podpora přípravek v oddílech/klubech a školách (školení, materiál, finance, propagace). Podpora trávení rodinného volného času atletikou. Zdravý životní styl.						Zajištění široké sítě AO/AK s kvalifikovanými trenéry mládeže, zázemím a perspektivou pro rozvoj mladých atletů. Základní sledování a testování talentovaných atletů.				Plošné pokrytí a vyhledávání talentů na krajské a sekční úrovni. Podpora a sledování talentů. Zvýšení kvality sportovní přípravy u talentovaných atletů. Zvýšení trenérské kvality a vzájemné spolupráce.				Podpora mládežnické reprezentace. Spolupráce trenérů. Podpora sportovní přípravy.		Reprezentační podpora.	
Trenérské zajištění	Trenér atletické přípravy						Trenér žactva				Trenér 3. třída		Trenér 2. třída		Trenér 1. třída			
Reciprocita (od atleta po činovníka)	Získávání trenérů a pomocníků pro závody z řad rodičů.						Získávání pomocníků a rozhodčích pro závody z řad rodičů a atletů. Získávání trenérů z řad atletů (od 15 let).				Rozhodčí		Rozhodování závodů, měření výkonů, vyhodnocování pravidel					
											Atletický činovník		Technická četa, brigády pro oddíl, evidence závodů, pořadatelsví, pomoc na stadionu, oddílové funkce					
											Trenér		Vedení a výchova mladých a dospívajících atletů. Služba pro společnost. Seberealizace.					