



## MINIVOLEJBAL – informace o kurzu

### **Koncept hodiny:**

Tréninkový program s názvem MINIVOLEJBAL je určen pro naše nejmenší děti. Do tréninku jsou vkládány nejen prvky volejbalu, ale také prvky hravé všeobecné pohybové průpravy, která děti vždy velmi baví a pomáhá jim v rozvoji. Při tréninku jsou používány například menší a měkčí volejbalové míče, které dětem usnadní práci s ním. Děti se učí poznávat sport, fair play, práci v kolektivu a v neposlední řadě, jak mohou pracovat sami na sobě a posouvat se dál. V průběhu roku se děti mohou účastnit soutěží MINIVOLEJBALU pod hlavičkou Českého volejbalového svazu. Herní a soutěžní systém je nastaven tak, že děti nejprve hrají na turnajích ve dvojicích, později ve trojicích. Poté co ovládají práci s míčem se dostávají do herních skupin, které tvoří již šestičlenné týmy. Koncept rozvoje je pro děti dlouhodobý a dětem tak tento systém zaručuje systematickou, hravou a nenásilnou formu rozvoje. Děti se aktivně připravují na soutěže

### **Jak a kdy se přihlásit na trénink:**

Kurz má omezenou kapacitu. Před prvním tréninkem proto, ve vlastním zájmu, přihlaste dítě na tréninky prostřednictvím našeho informačního systému. Poté můžete v klidu přijít na trénink a vše si vyzkoušet. Ač jsme přesvědčeni, že se tomu tak nestane, máte možnost se po první hodině odhlásit a to prostřednictvím emailu.

### **Co děti potřebují:**

Volejbal má výhodu v nenáročnosti sportovního vybavení. Děti na první trénink potřebují pouze:

Tričko, kraťasy.

Pevnou obuv s bílou podrážkou.

Nákolenky nejsou u mladších dětí nutné. U starších jsou však v průběhu roku velmi doporučené.

U dětí s dlouhými vlasy - gumičku do vlasů.

Dobrou náladu

### **Jak bude první hodina vypadat, co s sebou apod.?**

Před první hodinu si doporučujeme přečíst níže uvedený text (Časté otázky a základní informace), kde jsou odpovědi na většinu otázek.



## Časté otázky a základní informace ke kurzům volejbalu

### Jak probíhá první hodina?

První hodina je otevřená i pro rodiče. Děti a mládež si na trénink vezmou věci na cvičení, Přímo si mohou trénink s námi vyzkoušet. Doporučujeme přijít o cca 5 minut dříve, než je uveden začátek náboru. Poté se rodiče s dětmi, dle instrukcí trenérů, přesunou do šaten, kde se děti převleknou a poté do tělocvičny, kde se rodiče mohou usadit. Následně začíná vzorová hodina, kde jsou děti přímo zapojeni do tréninku. Před první hodinou, ve Vašem zájmu, doporučujeme registraci přes naše internetové stránky – viz. další body.

### Čeho jste členy?

Jsme členy Českého svazu volejbalu, Českého olympijského výboru a Pražské tělovýchovné unie a ČUS – České unie sportu.

### Kdy probíhají tréninky?

Tréninky probíhají pravidelně každý týden ve dnech a časech, které si vyberete při registraci na kurz.

### Kdy jsou prázdniny?

Ve většině lokalit prázdniny kopírují školní prázdniny a ředitelská volna školy kde děti cvičí. O termínech prázdnin informujeme rodiče prostřednictvím internetových stránek a Facebooku, nebo ve výjimečných případech e-mailem., nebo SMS.

### Jak a kdy přihlásím dítě na kurz?

Na většině kurzů je omezena kapacita počtu dětí. Před prvním tréninkem proto, ve vlastním zájmu, přihlaste dítě na tréninky prostřednictvím našeho **informačního systému**. Poté můžete v klidu přijít na trénink a vše si vyzkoušet. Ač jsme přesvědčeni, že se tomu tak nestane, máte možnost se po první hodině odhlásit a to prostřednictvím emailu.

### Musím přihlásit dítě před první hodinou?

V řadě lokalit je kapacita kurzu naplněna ještě před první hodinou. Proto ve vlastním zájmu doporučujeme přihlásit dítě na první hodinu. V některých lokalitách jako jsou



naše některé kroužkové lokality, jsme značně omezeni prostorem a proto budou na hodinu puštěny pouze přihlášené a registrované děti. Ač jsme přesvědčeni, že se tomu tak nestane, pak v případě, že se budete chtít po první hodině odhlásit, pak máte možnost a to prostřednictvím emailu na [jan.cernik@spirit-sport.cz](mailto:jan.cernik@spirit-sport.cz) .

### Jsou tréninky otevřené i pro rodiče?

Ve všech lokalitách jsou tréninky uzavřené pro rodiče. Důvodem je často nařízení školy, kde tréninky probíhají, bezpečnost dětí a také snaha o maximální soustředěnost a koncentraci dětí. Pro rodiče se však snažíme pravidelně dělat otevřené hodiny, kde se rodiče mohou přijít podívat na svoje děti a mohou sledovat jak se jejich děti posouvají. Většinou bývají otevřené hodiny 2 - 3 za rok + mají rodiče možnost sledovat své děti na soutěžích, které se dětem v průběhu roku nabízí.

### Jsou děti pojištěné?

Bezpečnost dětí je pro nás prioritou. Snažíme se o maximální bezpečnost dětí a děláme proto vše co je v našich silách. I přesto, že karate je bezpečný sport, máme pro naše členy zajištěné úrazové pojištění.

### Jaké oblečení je potřeba?

Volejbal má výhodu nenáročnosti vybavení. Stačí kraťasy, tričko a pevné sportovní boty. Obuv však musí mít bílou, resp. světlou podrážku. Zejména u starších jsou doporučeny volejbalové nákolény - chrániče kolen.

### Jak funguje příchod a vyzvedávání dětí?

Dítě po příchodu počká na odemčení vchodu do budovy. Poté co je budova odemčena může vstoupit do šaten, pokud není určeno trenérem, nebo jiným pracovníkem jinak. Do tělocvičny dítě vstupuje až po vyzvání trenérem. Po ukončení tréninku dítě opouští tělocvičnu a přechází do šaten a následně domů. Rodiče přebírají děti u vchodu. Po ukončení tréninku a opuštění budovy dítětem, za děti odpovídají výhradně rodiče.

### Jaká je cena?

V našem klubu se hradí členské příspěvky. Ty jsou velmi dostupné každému. Liší se pouze tím, zda dítě chodí na tréninky 1 x týdně, nebo 2 x týdně. Ve většině lokalit je cena na celý školní rok s možností rozložení plateb na dvě splátky. Důvodem je fakt, že oproti jiným organizacím neděláme v pololetí náборы a snažíme se o celoroční práci



s dětmi a mládeží. Podrobné ceny jsou zveřejněny při registraci na kurz v našem informačním systému.

### **Jak zpracováváte osobní údaje?**

Osobní údaje v našem systému jsou v bezpečí nad rámec zákona. Všechny kontaktní údaje jako je telefon a email jsou používány výhradně pro naši komunikaci s rodiči o důležitých věcech, které se týkají jejich dětí a kurzu. Ve vlastním zájmu prosím dbejte na aktuálnost kontaktních údajů v informačním systému.

### **Mám hlásit pokud má dítě alergii, či jiné zdravotní potíže?**

Ano, pokud má dítě jakékoliv dlouhodobé zdravotní potíže, či omezení, informujte nás prosím při registraci a také trenéra na tréninku.

### **Jak mám postupovat v případě, že je dítě nemocné?**

V případě krátkodobých nemocí nás nemusíte informovat. V případě, že však Vaše dítě je nemocné dlouhodobě, pak nás raději prosím kontaktujte e-mailem na [info@spirit-sport.cz](mailto:info@spirit-sport.cz), případně příslušného trenéra.

### **Vyzvedáváte děti z družiny?**

Ne, většina tréninků začíná po uzavření družiny.

**Pokud máte přání, či otázku, kdykoliv nám zavolejte na telefon 724 087 228. Jsme Vám plně k dispozici.**