

Trenérsko-metodická komise ČKS

KONCEPCE PODPORY A ROZVOJE
KRASOBRUSLAŘSKÉ DISCIPLÍNY TANCE NA LEDĚ

Zpracovala: Mgr. Gabriela Žilková Hrázská, Ph.D.

Brno, 12.8.2019

Cíl koncepce:

Aktivní výběr kandidátů s potenciálem pro krasobruslařskou disciplínu tance na ledě a jejich testování vedoucí k návrhům vhodně sestavených tanečních párů, aktivní podpora tanečních párů a rozvoj jejich sportovní přípravy.

Základní pilíře koncepce:

- I. **výběr kandidátů** s potenciálem pro tance na ledě a **sestavení tanečních párů**
- II. **podpora rozvoje sportovní přípravy** talentovaných tanečních párů

Úspěšnost tanečního páru určuje mnoho faktorů a nelze tak nikdy s jistotou určit, zda má sledovaný pár potenciál pro dlouhotrvající fungování a dosažení výkonnosti na nejvyšší úrovni.

Přesto je při sestavování tanečních párů nezbytné vzít v potaz alespoň některé z uvedených faktorů: somatické faktory, bruslařské dovednosti (technika bruslení, skluz), kondiční faktory, psychické faktory, osobnostní faktory, muzikální faktory, estetické faktory, rodinné zázemí, finanční faktory apod.

VÝBĚR KANDIDÁTŮ S POTENCIÁLEM PRO TANCE NA LEDĚ A SESTAVENÍ TANEČNÍCH PÁRŮ

Cíl:

Na základě výsledků testování vhodně sestavit taneční páry, které mají potenciál k závodní činnosti v krasobruslařské disciplíně tance na ledě.

- 1) **výběr vhodných kandidátů/kandidátek pro tance na ledě** prostřednictvím vytipování na závodech ČP, ČKS, doporučení trenérů, klubů nebo tanečního workshopu, **krasobruslaři ve věku od 9 až 10 let** (dívky od 9 let, chlapci od 10 let)
- 2) **testování (tzv. try out)**, jehož výsledkem jsou **doporučení k vhodně sestaveným tanečním párům**, které mají potenciál k závodní činnosti

(vzhledem k tomu, že existuje mnoho aspektů /bydliště a ochota přestěhování se, finanční náročnost, osobnostní aspekty apod./, které hrají důležitou roli při sestavování tanečních párů, jedná se pouze o doporučení)

ad1)

podrobněji rozpracovat

ad2)

- ⑩ **krasobruslaři ve věku od 9 až 10 let** (dívky od 9 let, chlapci od 10 let), bez zkušeností i se zkušenostmi s taneční disciplínou
- ⑩ vyplnění a odeslání **dotazníku** (viz Příloha 1)
- ⑩ v případě zájmu je možná účast na **přípravném tréninku** (seznámení s požadavky z testové baterie), např. u některého z doporučených trenérů specializovaných se na tance na ledě
- ⑩ zúčastnit se **testování na ledě a v tělocvičně** (např. 1x ročně v rámci soustředění, tréninků organizovaných ČKS apod.) dle zpracované **testové baterie** (viz Příloha 2)
- ⑩ na základě vyhodnocení dle **hodnotících kritérií** (viz Příloha 3) rozhodne **zkušební komise** (trenéři, rozhodčí) o **výsledku s doporučením k sestavení tanečních párů**, výsledky jsou zaznamenávány do **hodnotícího formuláře** (viz Příloha 4)

PODPORA ROZVOJE SPORTOVNÍ PŘÍPRAVY TALENTOVANÝCH TANEČNÍCH PÁRŮ

Cíl:

Aktivně sledovat a podporovat rozvoj sportovní přípravy talentovaných tanečních párů.

- 1) **sledování aktuálního počtu tanečních párů, jejich účastí na soutěžích** v závodní sezóně
- 2) aktivní **spolupráce s trenéry tanečních párů** a umožňování rozvoje sportovní přípravy jejich svěřenců prostřednictvím pořádaných workshopů (seminářů), a to pořádaných ČKS nebo ISU (Oberstdorf, Toruň)
- 3) **zařazování tanečních párů do PRTM, SCM a VSK** na základě splnění daných kritérií
- 4) **organizace závodů určených tanečným na ledě** (mezinárodní, v rámci ČP, ČKS, MČR)

ad1)

- ⑩ zaznamenávat účasti tanečních párů na domácích i mezinárodních soutěžích (úspěšnost, výsledky, bodové skóre)
- ⑩ informace od trenérů a klubů, které připravují taneční páry (počty tanečních párů, cíle, úspěšnost)

ad2)

- ⑩ pořádání **workshopů pro trenéry a závodníky** věnující se tanečným na ledě, min. 1x ročně (setkání tanečních trenérů, zahraniční host apod.)
- ⑩ nominování závodníků a trenérů na semináře ISU s ohledem na výkonnost tanečních párů, předchozí účasti apod.

ad3)

- ⑩ na základě daných kritérií **zařazovat taneční páry do středisek PRTM, SCM a VSK**

ad4)

- ⑩ podporovat **organizování mezinárodního závodu pro tance na ledě** (Memoriál P. Romana v Olomouci)

- ⑩ podpořit organizaci alespoň jednoho domácího závodu pro taneční páry v rámci ČP nebo ČKS, následně MČR
- ⑩ upřesnit v pravidlech ČKS věkové kategorie a požadavky pro účast na MČR, případně upravit testy výkonnosti pro taneční páry

Příloha 1

DOTAZNÍK

(PRO ÚČELY TESTOVÁNÍ ZÁVODNÍKŮ S POTENCIÁLEM PRO TANCE NA LEDĚ)

Údaje o závodníku

Jméno a příjmení:

Datum narození:

Věk:

Výška:

Váha:

Zdravotní stav (případná omezení):

Největší úspěchy v dosavadní krasobruslařské kariéře:

Zkušenosti s disciplínou tance na ledě

Začátečník (žádné zkušenosti)

Mírně pokročilý (věnuje se tancům na ledě přibližně 1 – 2 roky)

Pokročilý (věnuje se tancům na ledě více než 2 roky)

Směr rotování u skoků a piruet

levotočivý x pravotočivý

Predikce výšky

Predikovaná výška:

(pouze v případě, že byla predikce výšky medicínsky uskutečněna například při sportovní lékařské prohlídce)

Výška matky:

Výška otce:

podpis zákonného zástupce závodníka:

ZÁKLADNÍ TESTOVÁ BATERIE

I. Požadavky na bruslařské dovednosti

Sólové předvedení na ledě:

- **cross-rolls vpřed**
- **cross-rolls vzad**
- **překládání vpřed** po kružnici v rytmu (2 překlady dlouhé, 4 překlady krátké, opakovat 3x)
- **překládání vzad** po kružnici v rytmu (2 překlady dlouhé, 4 klusy vzad krátké, opakovat 3x)
- **sekvence 2 až 3 twizzlů** (mladší kandidáti ve věku 9 – 12 let minimálně dvojité provedení twizzlů, starší kandidáti ve věku 13 a více let minimálně trojitě provedení twizzlů)
- **kroková sekvence v pomalém provedení** (hluboké oblouky při provádění obrátů a kroků, výrazné snižování jedoucí nohy v kolenu, lze využít krokovou sekvenci z některého závodního programu, např. zvraty, protizvraty, mohawky, chochtaw)
- **kroková sekvence v rychlém provedení** (velmi dynamické provedení, lze využít krokovou sekvenci z některého závodního programu, např. špičkové kroky, twizzle)
- **sekvence spirál zahrnující tři (3) polohy s výdrží minimálně 3 sekundy** – spirála vpřed, spirála vzad, z nichž alespoň jedna (1) spirála s vytaženou nohou s dopomocí ruky
- libovolná **kombinovaná sólová pirueta**

II. Požadavky na muzikálnost a interpretaci

Sólové předvedení na ledě:

- předvedení **předepsaných tanců**
 - a) mladší kandidáti (9 – 12 let):
 - dvě (2) kresby (tj. 1 kolo) tance Evropský valčík na hudební doprovod vydaný ISU
 - dvě (2) kresby (tj. 1 kolo) tance Čtrnáctikrok na hudební doprovod vydaný ISU
 - b) starší kandidáti (13 a více let)
 - dvě (2) kresby (tj. 1 kolo) tance Tango na hudební doprovod vydaný ISU
 - dvě (2) kresby (tj. 1 kolo) tance Blues na hudební doprovod vydaný ISU
- krasobruslařská **improvizace doplněná libovolným počtem atraktivních prvků** (kružítko, podmet, roznožka, měsíc, Ina Bauer, atd.) na určený hudební doprovod (např. 10 různých skladeb, kandidáti si jednu skladbu vylosují) v délce přibližně 1:00 minuty s projevením snahy o zařazení pohybů těla, paží, hlavy v souladu s hudbou

- **nápodoba tanečních variací na ledě** s hudebním doprovodem (taneční trenér předvede taneční variace na ledě na různé hudební žánry, kandidáti se snaží o nápodobu)

III. Požadavky na „partnering“

Párové předvedení na suchu:

- **základní postavení v tanečním držení** – ruka v ruce, kiliánové, foxtrotové, valčíkové
- zkouška vybraných **jednoduchých zvedaných figur**
- **nápodoba jednoduchých tanečních kroků v tanečním držení s partnerem/partnerkou na hudební doprovod** (např. waltz, cha-cha)

Párové předvedení na ledě:

- **jízda vpřed „stromeček“ v kiliánovém držení**
- **překládání vpřed v kiliánovém držení po kružnici** v levém směru
- **překládání vzad v držení za rameno a bok partnerky** po kružnici v levém směru
- **oblouky vpřed ven v kiliánovém držení**
- **„stromeček“ ve valčíkovém držení** (partnerka vzad, partner vpřed)

Páry budou pro testování partneringu vytvořeny na základě předběžného rozdělení vycházejícího z výsledků vyplněného dotazníku každého ze zájemců (věk, výška). Každý z kandidátů bude testován v páru s více potenciálními partnery/partnerkami.

Doplňující informace:

- kandidáti se zúčastní testování v tělocvičně v následujícím oblečení – dívky: elastické kalhoty nebo punčochy a elastický dres; chlapci: dlouhé kalhoty (taneční, závodní) a elastické triko (např. funkční prádlo)
- pro testování na ledě je rovněž vyžadováno elastické oblečení, od dívek navíc sukýnka (kratší i delší taneční, případně závodní šaty)
- u dívek je vyžadován účes odhalující šiji (vhodným účesem je například drdol)
- hudební doprovody pro jednotlivé povinné tance i improvizální jízdy budou dodány organizátorem testování

Příloha 3

HODNOTÍCÍ KRITÉRIA

Bruslařské dovednosti

- skluz při provádění všech bruslařských prvků (lehkost, tichost, plynulost)
- využití odrazu přímého a nepřímého během provádění bruslařských prvků
- snižování - měkká „práce“ v koleni
- přesnost hran při projíždění hlubokých oblouků
- rychlost a její zvyšování při projížděných bruslařských prvků
- dynamičnost při provádění rychlých bruslařských prvků
- používání výměny svalového napětí v bruslařských prvcích (výměna svalového napětí mezi boky a rameny)
- celkové postavení - držení těla a paží (linie)
- rozsah pohybu u sekvence spirál
- provedení sekvence twizzlů
- postavení těla v různých polohách piruety
- využívání různých atraktivních prvků v improvizaci jízdy

Muzikálnost a interpretace

- udržení správné rytmizace při provádění bruslařských prvků na vybraný hudební doprovod
- soulad předváděných pohybů s určenou hudbou – muzikální vyjádření
- výraz a zapojení pohybů těla, paží, hlavy při improvizaci jízdy

Partnering

- soulad základních fyzických předpokladů (výška, somatotyp, délka končetin)
- výkonnostní soulad (přibližně stejná výkonnost bruslařských dovedností partnerů)
- soulad celkového postavení těla každého z partnerů (linie těla) při provádění bruslařských prvků

U kandidátů, kteří již mají zkušenosti s disciplínou tance na ledě, lze hodnotit např. i vedení partnera, dominance partnerů apod.

Hodnotící škála

2 -	1 -	0	1 +	2 +
velmi špatné	špatné	základ	dobré	velmi dobré

Poznámka:

Sledování výše uvedených hodnotících kritérií se v rámci testování prolíná. Například při testování muzikálnosti prostřednictvím povinných tanců jsou sledovány rovněž bruslařské dovednosti závodníka, při testování partneringu prostřednictvím tance na suchu je například sledována muzikálnost.

Příloha 4

ZÁVODNÍK:

Bruslařské dovednosti

skluz		výměna sv. napětí
odraz		celkové postavení
„práce“ v koleni		rozsah pohybů
přesnost hran		provedení Tw
rychlost		polohy u piruet
dynamičnost		atraktivní prvky

poznámky:

Muzikálnost a interpretace

rytmizace	
soulad s hudbou	
výraz, pohyby	

poznámky:

Partnering

	1.	2.
fyzické předpoklady		
výkonnostní soulad		
soulad linií těla		

poznámky:

Vyhodnocení:

bruslařské dovednosti		
muzikálnost, interpretace		
	1.	2.
partnering		

poznámky:

Návrh:

--	--	--

