

Závěrečná zpráva

První pomoc ve sportu 2026 – specializace cheerleadingu

Datum konání: 28.2.2026

Místo konání: Český červený kříž, Zelenky Hajského 14, Praha 3 - Žižkov

Rozsah: 12 vyučovacích hodin

Pořadatel: Česká asociace cheerleaders, z.s.

Odborný garant: Český červený kříž

Školitel: MUC. Jan Pospíšil, instruktor ČČK

Školení bylo realizováno jako **povinná součást trenérské licence C** a současně jako vzdělávací akce v rámci rekvalifikačního trenérského programu ČACH. Účast na akci byla hodnocena 1,5 kreditem.

Cíl a zaměření školení

Cílem školení bylo:

- připravit trenéry na zvládnutí krizových situací při trénincích a soutěžích,
- prohloubit znalosti v oblasti poskytování první pomoci ve sportovním prostředí,
- zaměřit se na úrazy typické pro cheerleading,
- posílit důraz na prevenci zranění a bezpečnost sportovců,
- sjednocení postupů první pomoci napříč trenérskou komunitou.

Školení bylo koncipováno jako kombinace teoretické výuky a intenzivního praktického nácviku modelových situací.

Obsah kurzu zahrnoval zejména:

- Kontrolu životních funkcí,
- postup u postiženého v bezvědomí,
- resuscitaci při srdeční zástavě,
- zvládnutí masivního krvácení,
- mozkelebeční poranění,
- poranění hrudníku,
- poranění břicha,
- poranění končetin.

Celodenní školení bylo rozděleno do dvou bloků, s hodinovou přestávkou. Všichni úspěšní absolventi obdrželi legitimaci, průkaz a certifikát s platností 5 let. Certifikát je uznáván v celé Evropské unii.

Účast

Školení se zúčastnilo celkem:

- 18 členů ČACH z celé ČR,
- 4 nečlenové.

Účastníci byli z následujících klubů:

- Prague Eagles Cheerleaders,
- Basta Cheerleaders,
- Tleskačky,
- Black Tigers Cheerleaders (B.T.C.),
- Blue Wings,
- Cheer Academy,
- Fighters Cheerleaders,
- Scorpions.

Akce byla naplněna nad rámec původního odhadu, což potvrzuje dlouhodobý zájem trenérů o odborné vzdělávání v oblasti bezpečnosti a první pomoci.

Výstupy a hodnocení

Úspěšní absolventi obdrželi:

- certifikát o absolvování kurzu,
- legitimaci a průkazku s platností 5 let.

Certifikát je uznáván v rámci celé Evropské unie. Účast na školení byla v rámci rekvalifikačního programu ČACH hodnocená 1,5 kreditem.

Ze zpětné vazby vyplynulo, že účastníci ocenili zejména:

- Srozumitelný a odborný výklad lektora,
- specifické zaměření na úrazy typické pro cheerleading, které odpovídají reálným situacím na tréninku nebo soutěži,
- lepší orientaci v tom, kdy a jak správně zasáhnout v krizové situaci.

Závěr

Školení První pomoc ve sportu 2026 - specializace cheerleadingu naplnilo stanovené vzdělávací cíle. Účastníci získali praktické dovednosti a jistotu v řešení zdravotních komplikací, které mohou nastat při sportovní činnosti.

Realizace tohoto kurzu dlouhodobě přispívá ke zvyšování bezpečnosti cheerleadingu v České republice a podporuje profesionální úroveň trenérského vzdělávání v rámci systému ČACH.

Zpracovala:

Ing. Michala Dostálová, MBA

michala.dostalova@cach.cz

Praha, 2. března 2026