1. **Název vzdělávacího programu:**

*Instruktor základů snowboardingu*

Tento kurz nevede k získání živnostenského oprávnění pro vázanou živnost "Poskytování tělovýchovných a sportovních služeb v oblasti" dle přílohy č. 2 zákona   
č. 455/1991 Sb., o živnostenském podnikání (živnostenský zákon).

Tento kurz je určen pro zájemce, kteří chtějí pracovat jako pracovníci lyžařské resp. snowboardové školy dle přílohy č. 5 zákona č. 455/1991 Sb., o živnostenském podnikání (živnostenský zákon).

1. **Obsah - podrobný přehled témat výuky a jejich anotace včetně dílčí hodinové dotace**

Vzdělávací program je zaměřen na výuku specifických znalostí a dovedností v oblasti výuky snowboardingu a probíhá dle metodiky AČS. Obsahem kurzu je výuka specifických dovedností, aplikace základní metodiky a didaktiky snowboardingu včetně teorie - historie, technika, metodika, didaktika a technologie. Důraz je kladen především na zvládnutí základní techniky jízdy, zatáčení, skoků, dále metodiky a didaktiky snowboardingu. Pozornost je věnována i specifice výuky snowboardingu dle věkových zvláštností a výkonnosti jednotlivých stupňů škol. Součástí programu kurzu jsou rovněž základní ekologické aspekty související s vhodným chováním v citlivých přírodních lokalitách, schopnosti a dovednosti s využitím moderních metod. Metodika výuky je zaměřena na využití např. při školní tělesné výchově, které nepokrývá standardní vzdělání v oboru Tělesná výchova a sport. Součástí obecné části kurzu je i vzdělání v medicínských, pedagogicko - psychologických a dalších disciplínách, podrobněji viz učební osnova.

Praktická výuka probíhá formou specializovaných kurzů/doškolení. Je organizačně členěna do dopoledních a odpoledních vyučovacích bloků, ve kterých probíhá výklad teoretických poznatků a nácvik praktických dovedností z oblasti techniky a metodiky sjíždění a zatáčení na snowboardu (s různými biomechanickými principy zatáčení).

Praktická výuka bude probíhat až po zvládnutí teoretické části výuky, které je k výkonu praktické výuky nezbytná.

Teoretická i praktická výuka je uskutečňována pod dohledem lektora, Praxe je realizována v souladu se zákoníkem práce.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Vzdělávací program***  ***Obecná část*** | *Počet hodin* | |
| *Teorie*  *(vyučovací hodina*  *45 minut)* | *Praxe*  *(vyučovací hodina*  *60 minut)* |
| *Poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci* | *1* |  |
| *Anatomie a kineziologie* | *2* |  |
| *Fyziologie, Fyziologie zátěže* | *2* |  |
| *Sportovní příprava, trénink a TV* | *2* |  |
| *Psychologie, Psychologie sportu* | *2* |  |
| *Pedagogika, Pedagogiky sportu* | *2* |  |
| *První pomoc* | *2* | *2* |
| *CELKEM* | *Min. 13* | *Min. 2* |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Specializace***  *Obsah je nutno specifikovat ve vztahu ke konkrétní činnosti v oblasti sportu / sportovní specializaci* | *Počet hodin* | |
| *Teorie*  *(vyučovací hodina*  *45 minut)* | *Praxe*  *(vyučovací hodina*  *60 minut)* |
| *Historický přehled vývoje techniky a obsahu výuky sjíždění a zatáčení na snowboardu* | *1* |  |
| *Materiálové vybavení pro snowboarding.* | *1* |  |
| *Příprava a mazání snowboardu.* | *1* |  |
| *Základní pojmy ze snowboardingu.* | *1* |  |
| *Zásady bezpečnosti při snowboardingu.* | *1* |  |
| *Základy biomechaniky snowboardingu.* | *1* |  |
| *Bezpečnostní a právní aspekty snowboardingu* | *1* |  |
| *Metodika a didaktika nácviku snowboardingu (základní oblouk)* |  | *8* |
| *Metodika a didaktika nácviku snowboardingu (řezaný oblouk)* |  | *8* |
| *Didakticko – metodické výstupy, rozbor* |  | *8* |
| *Rozbor videozáznamu* | *4* |  |
| **SOUČET** | *11* | *24* |

1. **Forma a možnosti vzdělávací akce**

Prezenční (platí pro oba typy kurzů)

A, Kurz - Instruktor základů snowboardingu:

(V případě, že zájemce není studentem nebo absolventem oboru TV)

Obecná část: 1 x dvoudenní seminář, tj. 15 h.

Speciální část: základní kurz 2 dny, speciální kurz 2 dny tj. 35h.

Celková doba programu – 6 dní, tj. 50 h.

B, Doškolení - Instruktor základů snowboardingu:

(V případě, že zájemce je studentem nebo absolventem oboru TV a splňuje kritéria z bodu 6):

1x dvoudenní doškolovací kurz tj. 16 hod

1. **Vzdělávací cíl**

Cílem je příprava instruktorů, kteří jsou schopni kvalitně a bezpečně organizovat a vést výcvik, dětí, mládeže i dospělých, za využití moderních výukových postupů, jak v oblasti školství, tak v oblasti komerční.

Program kurzu poskytuje poznatky a dovednosti pro bezpečné vedení výcviku v zimních horách. Posluchači získají znalosti o vhodném a bezpečném postupu výuky, různých vyučovacích metodách, o základech aplikované traumatologie a první pomoci, motivačních prostředcích s cílem naučit klienty základy snowboardingu se všemi souvisejícími aspekty, jako je např. použití vhodného vybavení (včetně lavinové prevence), řešení nouzových situací apod.

1. **Hodinová dotace**

50 hodin resp. doškolení (24 hod)

1. **Upřesnění cílové skupiny a požadavky na účastníky**

Dosažení věku 18 let, ukončené minimálně středoškolské vzdělání, základní dovednost jízdy na snowboardu.

V případě studentů a absolventů oboru tělesná výchova a sport, kteří prokáží splněné zkoušky z dílčích předmětů: anatomie, fyziologie, sportovního tréninku, traumatologie, pedagogiky a psychologie, legislativy a ekologie aj. lze prominout obecnou část vzdělávacího programu, protože uvedené předměty svým rozsahem ve studiu i formou zkoušky, převyšují požadovaný rozsah vzdělávacího programu.

Studentům oboru tělesná výchova a sport, kteří prokáží splněné požadavky v rámci kurzovní výuky (Kurz carving a snowboarding), lze prominout část výuky vzdělávacího programu, která byla součástí povinného kurzu (tj. teoretická část – 11 hodin, praktická část - Metodika a didaktika nácviku snowboardingu (základní oblouk) - 8 hodin).

1. **Zkouškové požadavky absolventa**

*Obecná část*

Ústní nebo písemná zkouška z anatomie, fyziologie, sportovního tréninku, traumatologie, dopingové problematiky, pedagogiky a psychologie, legislativy a ekologie

*Specializace*

Ústní nebo písemná zkouška z teorie viz program specializace.

Praktické předvedení jednotlivých typů oblouku (základní a řezaný) a základní skok.

Metodický výstup, písemná příprava – seminární práce.

1. **Plánové místo konání**

KTVS učebna LH

SKI areál Zadní Telnice

1. **Jmenný přehled lektorů**

*PhDr. Martin Škopek, Ph.D.*

Vedoucí pracovník katedry tělesné výchovy a sportu PF UJEP v Ústí n. L. a odborný asistent.

Doktorát z Kinatropologie, FTVS UK Praha, 30 let praxe v oblasti výuky a trénování závodního lyžování, 20let praxe v oblasti výuky snowboardingu, držitel licence instruktor snowboardingu AČS, garant výuky biomechaniky, lyžování, snowboardingu aj. na KTVS.

Lektorský sbor:

*PaedDr. Oto Louka, CSc.*

Externí spolupracovník a bývalý odborný asistent katedry tělesné výchovy a sportu PF UJEP v Ústí n. L.

Doktorát z Teorie sportu a sportovního tréninku1982, FTVS UK Praha, 40 let praxe v oblasti výuky lyžování, 35let praxe v oblasti výuky snowboardingu, držitel profesionální licence snowboardingu AČS, garant výuky lyžování, snowboardingu, horolezectví, sportovního tréninku aj. na KTVS. Účast na mezinárodních expedicích Ťan-šan 1992, Cho-oyu 1995, Karakoram 2000, Everest 2004.

*Mgr. Jan Hnízdil, Ph.D.*

Odborný asistent KTVS PF UJEP, absolvent PF Ústí n.L., obor TV - zeměpis, 15 let praxe v oboru. Instruktor snowboardingu, garant výuky antropomotorika, sportovní trénink aj.

1. **Odborný garant**

PhDr. Martin Škopek, Ph.D. ([martin.skopek@ujep.cz](mailto:martin.skopek@ujep.cz), [www.martinskopek.cz](http://www.martinskopek.cz))

1. **Materiální a technické zabezpečení**

Potřebné vybavení na snowboard si každý účastník zajišťuje samostatně. Povinností je přilba, doporučené vybavení – chránič páteře). Jízdenka na lanovku není v ceně kurzu. Dopravu na výuku každý účastník řeší individuálně.

1. **Způsob vyhodnocení akce**

Zpětná vazba od účastníků – vyjádří se anonymní písemnou formou o účelnosti a kvalitě akce.

Závěrečná zpráva z akce.

1. **Seznam používané a doporučené literatury**

* LOUKA, Oto a Martin VEČERKA. Snowboarding. 1. vyd. Praha: Grada, 2007. 148 s. ISBN 9788024713786.
* BINTER, Lukáš. Jak dokonale zvládnout snowboarding. 1. vyd. Praha: Grada, 2006. 96 s. ISBN 8024715090.
* VOBR, Radek. Snowboarding. České Budějovice: Kopp, 2006. 128 s. ISBN 8072322966.
* BINTER, Lukáš. Snowboarding : vybavení, technika jízdy, freestyle. 3., přeprac. vyd. Praha: Grada, 2006. 131 s. ISBN 8024714744.
* FRISCHENSCHLAGER, Erich. Richtig Snowboarding in drei Tagen. České Budějovice: Kopp, 2004. 125 s. ISBN 80-7232-186-2.
* BINTER, Lukáš. Snowboarding : alpská jízda, freestyle, freeriding. 2. přeprac. vyd. Praha: Grada, 2002. 128 s. ISBN 8024702460.
* PACH, Martin. Snowboarding: metodická příručka. 1. vyd. Bratislava: Peter Mačura - PEEM, 2002. 52 s. ISBN 80-88901-60-X.
* LUŽA, Jiří a Petra NOSKOVÁ. Základy snowboardingu. 1. vyd. Brno: Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity, 1998. 68 s. ISBN 80-210-1962-X.
* WEISS, Christof. Snowboarding od A do Z. Vyd. 1. Praha: Český spisovatel, 1993. 120 s. ISBN 80-202-0459-8.