

## **Inštruktor zjazdového lyžovania I. kvalifikačného stupňa pre potreby základných a stredných škôl.**

Vzdelávanie inštruktorov zjazdového lyžovania pre základné a stredné školy I. kvalifikačného stupňa (zima 2021/22) je určené pre pedagogických zamestnancov bez aprobácie na telesnú a športovú výchovu.

Vzdelávanie pozostáva zo všeobecnej a špeciálnej časti. Všeobecná časť vzdelávania sa realizuje na Fakulte telesnej výchovy a športu Univerzity Komenského v Bratislave (FTVŠ UK v Bratislave). Všetky potrebné informácie k vzdelávaniu sú dostupné tu:

<https://fsport.uniba.sk/studium/dalsie-formy-vzdelavania-ftvs-uk/trenerska-akademia/>

**Všeobecná časť vzdelávania sa bude realizovať 10. – 12. 12. 2021 na FTVŠ UK v Bratislave (online verzia).**

**Špeciálna praktická/teoretická časť vzdelávania bude mať nasledovný harmonogram:**

**Termín: 01. – 04. 02. 2022.**

**Miesto:** Chopok juh;

**Ubytovanie:** Horská chata Trangoška

Web: <http://www.trangoska.sk/>

**Materiálne vybavenie:** Lyžiarsky výstroj (lyže s viazaním – nabrúsené hrany a pripravená skĺznica, lyžiarske topánky, lyžiarske palice), lyžiarska prilba (je povinná!), lyžiarske okuliare a vhodné oblečenie.

**Program:**

**01. 02. 2022**

Do 18:00 príchod na miesto ubytovania (individuálne, pred chatou je možnosť bezplatného parkovania osobných automobilov).

18:30 večera.

19:00 – 22:00 Otvorenie vzdelávania (organizačné pokyny, kontrola výstroja, ...).

Odborné semináre:

História zjazdového lyžovania,  
Organizácia lyžiarskych kurzov na základných a stredných školách.

**02. 02. 2022**

### **Praktická časť vzdelávania**

9:00 – 12:00 – „rozlyžovanie“ s inštruktorom a odstraňovanie prípadných nedostatkov v individuálnych technikách účastníkov vzdelávania.

12:15 – 12:50 Obed

13:00 – 16:00 - metodika nácviku techniky zjazdového lyžovania (základný zjazdový výcvik – prvá časť).

18:00 Večera

### **Teoretická časť vzdelávania**

18:30 – 19:00 - informácie z problematiky nebezpečenstva a prevencie úrazov počas zjazdového lyžovania.

19:00 – 20:30 - odborný seminár/prednáška k problematike: „Súčasná technika zjazdového lyžovania a metodika základného zjazdového výcviku“.

**03. 02. 2022**

### **Praktická časť vzdelávania**

9:00 – 12:00 – opakovanie a precvičovanie jednotlivých prvkov metodiky nácviku lyžiarskej techniky v základnom zjazdovom výcviku prebratých v predchádzajúcom dni.

12:15 – 12:50 Obed

13:00 – 16:00 - metodika nácviku techniky zjazdového lyžovania (základný zjazdový výcvik – druhá časť).

18:00 Večera

### **Teoretická časť vzdelávania**

19:00 – 20:30 - odborný seminár/prednáška k problematike: „Metodika zdokonaľovacieho zjazdového výcviku“.

20:30 – 21:00 – písomná skúška, odovzdávanie seminárnych prác účastníkov vzdelávania.

**04. 02. 2022**

### **Praktická časť vzdelávania**

9:00 – 12:00 – metodika zdokonaľovacieho zjazdového výcviku.

12:15 – 12:50 Obed

13:00 – 16:00 – praktické výstupy/skúšky účastníkov vzdelávania.

17:00 - vyhodnotenie a ukončenie vzdelávania.

**Podmienky na získanie osvedčenia Inštruktor zjazdového lyžovania pre základné a stredné školy I. kvalifikačného stupňa:**

1. Úspešné absolvovanie písomnej skúšky zo všeobecnej časti vzdelávania.
2. Úspešné absolvovanie písomnej skúšky zo špeciálnej časti vzdelávania.
3. Úspešné absolvovanie praktickej skúšky z techniky zjazdového lyžovania a metodiky základného zjazdového výcviku.
4. Odovzdanie/obhájenie písomnej záverečnej práce z problematiky zjazdového lyžovania stanoveného rozsahu a formálneho spracovania.

**Cena vzdelávania je 160;-€ + dopravné, ubytovacie a stravovacie náklady na všeobecnú a špeciálnu časť vzdelávania a náklady na lyžiarske vleky.**

**Na vzdelávanie je možné prihlásenie do 26. 11. 2021 na [akademia@fsport.uniba.sk](mailto:akademia@fsport.uniba.sk)**

Martin Belás (odborný garant vzdelávania); [martin.belas@uniba.sk](mailto:martin.belas@uniba.sk)