

# Zásady činnosti akreditovaných zařízení v oblasti výuky snowboardingu.

*Vydává Interski ČR v reakci na rozhodnutí AK MŠMT ze dne 1.5.2013*

Tyto zásady reagují na rozhodnutí Komise pro akreditaci vzdělávacích programů v oblasti sportu MŠMT, která od 1.5.2013 rozhodla mj. akreditovat pro oblast sportu pouze trenérskou a instruktorskou kvalifikaci s dotací 150 hodin výuky a právem na získání Živnostenského oprávnění.

Zásady konkretizují doporučený minimální obsah a rozsah školení kvalifikací Instruktor snowboardingu (ISNB) jednotlivých akreditovaných zařízení sdružených v IS ČR (dále jen AZ) za nových podmínek.

Zásady dále upravují doporučené podmínky pro udělení nižších i vyšších interních kvalifikací AZ.

## 1. Snowboardové kvalifikace:

### 1.1. Praktikant snowboardingu (PSNB)

Je interní snb kvalifikace AZ nižší než ISNB, používané jednotlivými sdruženími a členskými organizacemi Interski ČR, **neopravňuje k vydání Živnostenského listu**. Opravňuje praktikanta být pomocníkem osoby s kvalifikací Instruktor základního snowboardingu a vyšší při řízení a vedení výcviku.

*Délka školení je min. 20 hod. (2dny).*

*Obsahovou náplň a hodinovou dotaci teorie i praxe stanovuje AZ.*

*Podmínkou pro přijetí do školení je dosažení věku 15 let.*

### 1.2. Instruktor základního snowboardingu (IZSNB)

Je interní snb kvalifikace AZ nižší než ISNB, používané jednotlivými sdruženími a členskými organizacemi Interski ČR, **neopravňuje k vydání Živnostenského listu**. Opravňují absolventy k samostatnému plánování, vedení a vyhodnocování výcviku.

*Délka školení je v rozsahu min. 50 hodin (5-6 dnů).*

*Obsahová náplň a hodinová dotace teorie i praxe jsou uvedeny v Příloze č.1.*

*Podmínkou pro přijetí do školení je dosažení věku 18 let.*

### 1.3. Instruktor snowboardingu (ISNB)

Je profesní kvalifikace, která splňuje z hlediska obsahu a rozsahu školení, zkouškových požadavků a předepsané praxe požadavky pro udělení „Osvědčení o odborné způsobilosti“ a **opravňuje** v souladu s požadavky Živnostenského zákona **k vydání Živnostenského listu v oblasti výuky snowboardingu** dle požadavků AK MŠMT z 1.5.2013.

Její držitel samostatně plánuje, vede a vyhodnocuje výcvik a je oprávněn školit a doškoloovat kvalifikace: Praktikant snowboardingu (1.1.) a Instruktor základního snowboardingu(1.2.).

*Podmínkou pro přijetí do školení je úspěšné absolvování přijímacích pohovorů a absolvování minimálně 7 dnů výukové praxe jako Instruktor základního snb (1.2.), která musí být doložena potvrzením vysílající organizace.*

*Délka školení je min 150 hod.*

**Školit tuto kvalifikaci může pouze CSNB nebo USNB.**

*Do celkového rozsahu školení lze započítávat školení interní kvalifikace Instruktor základního snb (1.2) v rozsahu 50 hodin pouze v případě, že bylo získáno u AZ dle podmínek MŠMT.*

*Minimální rozsah a obsah školení je uveden v **Příloze č. 1.***

#### **1.4. Cvičitel snowboardingu (CSNB)**

Je interní kvalifikace AZ vyšší než ISNB, používaná jednotlivými sdruženími a členskými organizacemi Interski ČR.

Absolvent samostatně plánuje, vede a vyhodnocuje výcvik a je oprávněn školit a doškolovat kvalifikace: Praktikant snowboardingu (1.1.), Instruktor základního snowboardingu (1.2.) a Instruktor snowboardingu snb (1.3.).

Školit tuto kvalifikaci mohou AZ, která splňují tyto tři podmínky:

- USNB
- **AZ, která mají akreditaci na ISNB**
- **AZ, která jsou členy Interski ČR**

*Minimální rozsah a obsah školení je 210 hodin.*

*Do celkového počtu hodin lze započítávat 150hod školení ISNB. Podmínkou pro přijetí do školení je úspěšné absolvování přijímacích pohovorů a absolvování minimálně 14 dní výukové praxe jako ISNB (1.3.), která musí být doložena potvrzením vysílající organizace.*

*Obsahová náplň a hodinová dotace teorie i praxe jsou uvedeny v **Příloze č.1.***

#### **1.5. Učitel snowboardingu (USNB)**

Je interní kvalifikace AZ vyšší než ISNB a CSNB používaná jednotlivými sdruženími a členskými organizacemi Interski ČR.

Absolvent plní stejné úkoly jako Cvičitel snb, je obvykle pověřován lektorskou činností při školení a doškolení kvalifikací: Praktikant snb(1.1.), Instruktor základního snb(1.2.), Instruktor snb (1.3.) a Cvičitel snb (1.4.).

Kvalifikaci mohou udělovat pouze vysoké školy, které mají akreditovaný studijní program USNB (Akreditační komisí pro vysoké školy) v oblasti tělesné výchovy a sportu.

*Rozsah školení je min. 450 hodin. Podmínkou přijetí do školení je úspěšné absolvování přijímacích pohovorů a absolvování alespoň 14 dnů výukové praxe jako CSNB (1.4.), která musí být doložena potvrzením vysílající organizace .*

*Do celkového počtu hodin se započítává 210 hodin školení Cvičitele snb (1.4.).*

## **2. Platnost kvalifikace**

Všechny kvalifikace jsou platné do 31.12. pátého roku po ukončení příslušného školení. Osvědčení o odborné způsobilosti k získání Živnostenského listu má platnost časově neomezenou.

Prodloužení platnosti provádí příslušné AZ na základě absolvování doškolovacího semináře, jehož minimální délka je 20 hod. (2 dny). Obsahovou náplň doškolovacího semináře stanovuje AZ.

## **3. Zkouškové požadavky**

Zkouškové požadavky zahrnují:

- zkoušky z teorie
- zkoušky z praxe
- zkoušky z metodické praxe (metodický výstup)

**Zkouškové požadavky v rámci zkoušky z praxe:**

### **3.1. Instruktor základního snb. (IZSNB) 50 hod.**

Minimálně 3 prvky.

**povinné:** 1. Základní smýkaný oblouk

2. Smýkaný oblouk s odlehčením vzhůru

**volitelné:** 1. Sesouvání svahem se střídavým zatěžováním dolních končetin (padající list)

2. Základní řezaný oblouk

3. Řezaný oblouk s odlehčením vzhůru

4. Freestyle na sjezdovce (pisten freestyle)- 2 prvky

### **3.2. Instruktor snb. (ISNB) 150 hod.**

Minimálně 6 prvků.

**povinné:** 1. Sesouvání svahem se střídavým zatěžováním dolních končetin (padající list)

2. Základní smýkaný oblouk

3. Smýkaný oblouk s odlehčením vzhůru

4. Základní řezaný oblouk

5. Řezaný oblouk s odlehčením vzhůru

**volitelné:** 1. Řezaný oblouk s odlehčením dolů

2. Základní řezaný oblouk, jízda pozadu - switch stance

3. Freestyle na sjezdovce (pisten freestyle)- 3 prvky

4. FS, BS 180° na sjezdovce

### 3.3. Cvičitel snb. (CSNB) 210 hod.

Minimálně 6 prvků.

- povinné:**
1. Smýkaný oblouk s odlehčením vzhůru
  2. Základní řezaný oblouk
  3. Řezaný oblouk s odlehčením vzhůru
  4. Řezaný oblouk s odlehčením dolů

- volitelné:**
1. Základní řezaný oblouk, jízda pozadu - switch stance
  2. Freestyle na sjezdovce (pisten freestyle)- 5 prvků
  3. FS, BS 180° na sjezdovce
  4. 3 graby na skoku – 3-5 metrů table skoku
  5. 50/50 grind na 3 překážkách
  6. tailpress na 1 překážce
  7. BS boardslide na 1 překážce

#### 4. Schéma výuky:

Výuka probíhá podle Metodiky snowboardingu, APUL 2013. Schema výuky je v Příloze č.2.

**Příloha č. 1**

**Učební osnova Instruktor(1.2.), Instruktor snowboardingu(1.3.), Cvičitel snowboardingu(1.4.)**

Obecná část	Počet hod 1.blok (Instr./50)	Počet hod 2.blok- obecná teorie	Počet hod 3. blok- speciální část
1. Právo a sport – struktura a organizace sportu v ČR, postavení a právní odpovědnost instruktora	1	1	-
2. Anatomie – stavba a složení těla a kostí, klouby, svaly, dýchací a oběhový systém, trávení	1	7	-
3. Fyziologie – metabolismus, CNS, zatížení, únava a zotavení	1	6	-
4. Základy biomechaniky	1	4	-
5. Sportovní trénink – pohybové schopnosti a dovednosti, sportovní výkon, výkonnost, složky sportovního tréninku	-	4	-
6. Psychologie – osobnost sportovce, emoce a motivace,	1	3	-
7. Pedagogika – vývoj člověka, věkové zákonitosti, individuální zvláštnosti, motorické učení, výchovné působení ve sportu, didaktické zásady – metody – formy – postupy, osobnost instruktora	1	3	-
8. Traumatologie, první pomoc, úrazy ve sportu.	1	5	-
9. Ekonomie a marketig ve sportu	-	2	-
10. Hygiena sportu a výživa – regenerační postupy a procedury, regenerační cvičení, základy výživy, pitný režim	1	7	-
	<b>8h</b>	<b>42h</b>	<b>0 h</b>
<b>CELKEM obecná část</b>	<b>50 h</b>		<b>-</b>

Speciální část	Počet hod 1.blok (IZSNB/50)	Počet hod 2. blok ISNB(150)	Počet hod 3.blok specializace pro CSNB
1. Historie a současnost snb, organizace snb v ČR, závodní snb	1	1	-
2. Organizace snowboardingu v ČR	1	-	-
3. Zvláštnosti výuky snowboardingu dětí	1	1	2
4. Didaktika snowboardingu	1	1	-
5. Bezpečnost při výuce snowboardingu	-	1	-
6. Didaktické pomůcky a jejich využití ve SNB	-	1	1
7. Zásady bezpečnosti při pohybu na sjezdových tratích	1	1	1
8. Bezpečnost pohybu ve volném terénu	-	1	2
9. Práce s videotechnikou, rozbor záznamů	-	1	1
10. Výzbroj, výstroj, mazání	1	1	1
11. Kondiční příprava snowboardisty	-	1	-
12. Základy biomechaniky	-	1	1
13. Závodní snowboarding, pravidla závodů	-	1	1
14. Technika a metodika snowboardingu – teorie	1	1	3
15. Technika a metodika snowboardingu – praxe	35	45	57
<b>CELKEM speciální část/blok</b>	<b>42h</b>	<b>58h</b>	<b>70</b>
<b>CELKEM speciální část na ISNB/CSNB</b>	<b>100h</b>		<b>70</b>
<b>CELKEM školení ISNB/CSNB</b>	<b>150h</b>		<b>210</b>



## ČLENĚNÍ SNOWBOARDOVÉHO VÝCVIKU

### Základní etapa - I. část.

- Všeobecná snowboardová příprava :
  - nošení a nastupování na snowboard
  - vstávání a padání
  - základní postoj
  - obraty na místě
  - rovnováha na snowboardu
  - chůze.
- Specializovaná snowboardová příprava :
  - koloběžka
  - sesouvání po spádnici a šikmo svahem
  - jízda po spádnici a šikmo svahem
  - brzdění a zastavování
  - girlandy při jízdě šikmo svahem
  - jízda na lyžařských vlecích a lanovkách.
- Základní oblouky :
  - oblouk ke svahu – smýkaný, řezaný
  - základní smýkaný oblouk, základní řezaný oblouk
  - smýkaný oblouk s odlehčením vzhůru
  - řezaný oblouk s odlehčením vzhůru.
- Základní skoky:
  - základní alpine skok
  - základní freestylový skok.

### Základní etapa - II. část.

- Oblouky:
  - smýkaný oblouk s odlehčením dolů
  - řezaný oblouk s odlehčením dolů
  - oblouk pro přejíždění terénních vln
  - oblouk v hlubokém sněhu.
- Skoky:
  - freestylové skoky, skoky s rotací
  - skoky s rotací, skoky s graby
  - gibbing

### Závodní etapa

- závodní provedení oblouků a skoků