

Základy školního lyžování (Č.j.: MSMT- 29148/2017-2-1212)

Cílová skupina: učitelé na 1. stupni základních škol, učitelé mateřských škol.

Termín: 20. 12. 2019 a 2.– 6. 1. 2020

Místa konání:

1. část: 20. 12. 2019 – PdF UP v Olomouci

2. část: 2.– 6. 1. 2020 – Chata Erlina, Hynčice pod Sušinou č.p. 20, 788 32 Staré Město
GPS 50.164579, 16.894943, tel.: +420 734 836 709

Cena: 4080,- /1 osoba (při počtu 35 účastníků)

PŘIHLÁŠKY: <https://ccv.upol.cz/> **do 25. 10.2019**

Podmínky účasti na výše uvedené vzdělávací akci:

- doložení nejvyššího stupně vzdělání (kopie dokladu),
- zdravotní stav odpovídající vyšším nárokům na fyzickou zdatnost, ztíženým terénem a povětrnostním podmínkám při lyžování a pohybu v horském terénu,
- uchazečem individuálně zajištěné pojištění (včetně připojištění pro sport) na celou dobu trvání výše uvedené akce (2.1.-6.1.2020),
- doklad o odborném seřízení lyží, které bude účastník v rámci výše uvedené akce využívat,
- osvojené základy sjezdového lyžování a běhu na lyžích.

Doprava: individuální

Stravování: plná penze (v den příjezdu začátek stravy večeří a v den odjezdu konec obědem),

Ubytování: <https://chataerlina.cz/>

Vybavení:

Sjezdové lyže, běžky, výstroj (oděv) odpovídající ztíženým terénem a povětrnostním podmínkám při lyžování a pobytu v horském terénu, a to i pro případ velmi chladného počasí, deště nebo sněžení, oděv a obuv vhodné na pohybové aktivity v přírodě, oděv a obuv na chatu, pružné obinadlo, osobní léky, blok, psací potřeby, peníze na vlek, **kartu zdravotní pojišťovny, občanský průkaz.**

Program:

20. 12. 2019 : 8.00-15.15 hod – teorie, PdF UP v Olomouci

2. 1. 2020 : individuální příjezd účastníků do místa konání akce do 9.00 hod,
zahájení v 9.30 hod. + výuka teorie, praxe

2. 1. – 6. 1. 2020 : výuka – teorie, praxe

6. 1. 2020 : komplexní zkouška, ukončení kurzu v 15.30 hod

Po úspěšném ukončení daného vzdělávacího programu včetně komplexní zkoušky bude účastníkům předáno Osvědčení, které opravňuje absolventa k samostatnému plánování, vedení a vyhodnocování lyžařského výcviku. Osvědčení má doživotní platnost.

Podmínky pro udělení Osvědčení:

- 100% účast na výše uvedené akci,
- aktivita ve výuce,
- úspěšné vykonání komplexní zkoušky.

Doporučená literatura:

DYGRÍN, J. aj. Lyžování. 1. vyd. Liberec: TUL, 2005. 103 s. ISBN 80-7372-0181-3.

GNAD, T. a kol. *Kapitoly z lyžování*. Praha: Karolinum, 2001.

CHOVANEC, F. A KOL. *Dějiny lyžování*. Praha: SPN, 1989.

KUTÁČ, P., NAVRÁTÍKOVÁ T. *Lyžařský kurz od A do Z*. Olomouc: Hanex, 2005. ISBN: 80-85783-60-6

KUTÁČ, P., NAVRÁTÍKOVÁ T. *Kartičky - Cvičíme a hrajeme si na lyžích*. Olomouc: Hanex, 2002.

PSOTOVÁ, D., PŘÍBRAMSKÝ, M. A KOL. *Sjíždění a zatáčení na lyžích. Česká škola lyžování*. Praha: Karolinum, 2006.