

PRÍLOHA 3.1 Vzdelávací projekt a pedagogická dokumentácia pre nadobudnutie odbornej spôsobilosti v športe

Inštruktor cykloturistiky 2. kvalifikačného stupňa Učebné plány špeciálnej časti odbornej prípravy kvalifikácie

1. Názov vzdelávacej aktivity

Špeciálna časť odbornej prípravy inštruktorov cykloturistiky 2. kvalifikačného stupňa

2. Cieľ a charakteristika vzdelávacej aktivity

Cieľom vzdelávania inštruktorov cykloturistiky 2. kvalifikačného stupňa je príprava kvalifikovaného metodického pracovníka pre oblasti cykloturistiky. Inštruktor cykloturistiky 2. kvalifikačného stupňa je oprávnený samostatne organizovať cykloturistické podujatia a viesť metodický výcvik v rámci cykloturistiky v horskom prostredí (nespevnených komunikáciách). Má skúsenosti s vedením viacdňových cykloturistických aktivít- expedícia, putovanie s prespaním v prírode (táborenie, bivakovanie).

- Inštruktor cyklo turistiky 2. kvalifikačného stupňa je oprávnený pripravovať akcie, organizovať akcie a viesť skupinu cykloturistov. Podieľa sa na vzdelávacom procese na kurzoch inštruktorov cykloturistiky pre I. a II. kvalifikačný stupeň. Pôsobí ako skúšajúci pri záverečných skúškach na kurzoch inštruktorov.
- Kritéria pre výber účastníkov na kurze inštruktorov cyklo turistiky 2. kvalifikačného stupňa je členstvo v KST, vek minimálne 18 rokov, ukončené najmenej stredné odborné alebo všeobecné vzdelanie. Má najmenej dvojročnú prax pri výkone činnosti inštruktora športu od získania odbornej spôsobilosti inštruktora športu I. kvalifikačného stupňa. Zúčastňuje sa pravidelne na celoslovenských cyklozrazoch a je aktívny v organizovaní cykloturistiky v svojom regióne. Túto činnosť potvrdzuje vyšší orgán KST- zástupca cyklosekcie v regióne, predseda OaK, predseda regiónu KST, člen výboru cyklo sekcie KST.

3. Kritériá pre výber účastníkov

- najmenej ročná prax inštruktora cykloturistiky 1. kvalifikačného stupňa,
- čestné prehlásenie o zdravotnej spôsobilosti na vykonávanie práce inštruktora,
- prax, ktorú uchádzač doloží zoznamom najmenej 5 podujatí, ktoré spoluorganizoval a viedol po získaní kvalifikácie inštruktora cykloturistiky 1. kvalifikačného stupňa,
- vedomosti a zručnosti minimálne v rozsahu kurzu inštruktora cykloturistiky 1. kvalifikačného stupňa (pre prípad uznania kvalifikácie na základe vzdelania)

3. Obsahová náplň vzdelávacej aktivity, učebný plán

Vzdelávanie v špeciálnej časti Inštruktorov cykloturistiky 2. kvalifikačného stupňa je organizované formou kurzu-ov. Rozsah výučby špeciálnej časti je 60 hodín teórie a praxe. Ukončenie špeciálnej časti je preukázania teoretických a praktických zručností a tvorbou záverečnej práce v rozsahu 10 až 20 strán aj s jej obhajobou. Celkový rozsah vzdelávania spolu s všeobecnou časťou je 100 hod.

Obsah a rozsah špeciálnej časti	Teória	Prax
1.) História a vývojové trendy cykloturistiky a pobytu v prírode	1	
2.) Rozvoj pohybových schopností v rámci prípravy a tréningu pre potreby cykloturistiky	2	1
3.) Technika jazdy v teréne (oboznámenie sa druhmi jazd)	2	5
4.) Organizovanie cykloturistických zrazov a podujatí	2	
5.) Právne minimum inštruktora cykloturistiky	2	
6.) Špecifiká pobytu v prírode počas dlhodobých aktivít	1	
7.) Výstroj a výzbroj cyklistu pre pobyt v prírode, stravovanie	2	2
8.) Taktika a vedenie túry v horskom prostredí	2	3
9.) Orientácia v teréne a práca so sprievodcom v sťažených podmienkach	1	4
10.) Opravy zložitejších chýb a porúch bicyklov	2	1
11.) Nebezpečenstvo na horách	4	
12.) Prvá pomoc na horách	2	4
13.) Základy meteorológie	2	
14.) Príprava a realizácia cykloturistickej expedície	3	10
15.) Tvorba a štruktúra záverečnej práce	2	
	30	30
Spolu		60

Obsah a rozsah teoretickej časti špecializácie

- 1.) História a vývojové trendy cykloturistiky a pobytu v prírode
 - história organizovaných turistických a cykloturistických aktivít v prírode na Slovensku
 - cyklistická infraštruktúra a potreby cestovného ruchu
- 2.) Rozvoj pohybových schopností v rámci prípravy a tréningu pre potreby cykloturistiky
 - špecifiká prípravy zamerané na rozvoj pohybových schopností pre cykloturistu
 - tvorba a štruktúra tréningového plánu pre potreby cykloturistiky
 - základy kondičnej prípravy pre cykloturistu
- 3.) Technika jazdy v teréne (oboznámenie sa druhmi jazd)
 - špecifiká jazdy v teréne, prejazd terénnych nerovností
 - technika jazdy a zjazdu,

4.) Organizovanie cykloturistických zrazov a podujatí

- legislatíva
- možnosti a príklady z praxe
 - špecifiká cieľovej skupiny (deti, mládež, produktívny vek, seniori)
 - špecifické turistické podujatia v rámci práce s mládežou (TOM, DofE)

5.) Právne minimum inštruktora cykloturistiky

- podstata a predpoklady právnej zodpovednosti inštruktora počas organizovaných podujatí
- zodpovednosť inštruktora pri práci s mládežou do 18 r.
- vedenie a archivovanie dokumentácie o obsahu výcviku
- zákon o ochrane prírody
- Návštevný poriadok NP a platná legislatíva o pohybe v lesoch
- Návštevný poriadok CHKO a ďalších chránených území
- zákon o horskej službe a súvisiace pokyny
- zákon o organizovaní podujatí

6.) Špecifiká pobytu v prírode počas dlhodobých aktivít

- možnosti táborenia
- výber miesta a stavba táboriska
- výber miesta na oheň, typy ohňov, varenie v prírode

7.) Výstroj a výzbroj cyklistu pre pobyt v prírode, stravovanie

- oblečenie a obuv
- transportné pomôcky,
- vybavenie pre pobyt v prírode (stany, karimatky, bivačkové pomôcky)
- ostatné (kuchynské vybavenie, variče, okuliare, lampy, orientačné pomôcky)
- špecifiká stravovania počas viacdennej túry

8.) Taktika a vedenie túry v horskom prostredí

- výber túry podľa náročnosti terénu
- optimálny počet účastníkov podujatia a formovanie družstiev
- posúdenie klimatických podmienok, predpoveď a vývin počasia
- stanovenie spôsobu a organizácie postupu
- časový rozpis podujatia
- ústupové možnosti, zostup
- úloha inštruktora pri výbere a príprave túry
- materiálna príprava, osobná
- technická a telesná pripravenosť účastníkov
- analýza predpokladaných podmienok výstupu, terén, počasie

9.) Orientácia v teréne a práca so sprievodcom v sťažených podmienkach

- orientácia, topografia a značky
- orientácia s využitím topografických pomôcok (mapa, buzola)
- orientácia pomocou GPS
- znalosť terénu (skúsenostná resp. naštudovaná)
- orientácia v nepriaznivých poveternostných podmienkach
- sprievodcovská literatúra, slovné a grafické typy, používanie

10.) Opravy zložitejších chýb a porúch bicyklov

- kontrola bezprostrednej pripravenosti na túru
- opravy zložitejších chýb a porúch- improvizácia
- zadanie úloh účastníkom, kontrola ich plnenia
- prax frekventantov

11.) Nebezpečenstvo na horách

- subjektívne formy nebezpečenstva (nedostatočná pohybová výkonnosť, zdravotný stav, nedostatočné vybavenie,
- objektívne formy nebezpečenstva (počasie, tma, doprava a pod.)

12.) Prvá pomoc na horách

- úrazy a neúrazové stavy pri cykloturistike, prvá pomoc
- rozšírenie problematiky z 1 kv. stupňa

13.) Základy meteorológie

- základné meteorologické pojmy, frontálne systémy, prúdenie vzduchu, oblačnosť
- základy fyziky atmosféry
- ako sa zachovať pred a počas búrky
- laická predpoveď počasia
- profesionálna predpoveď počasia

14.) Príprava a realizácia cykloturistickej expedície

- príprava a praktická realizácia dvojdnovej turistickej expedície s prespaním v prírode

15.) Tvorba a štruktúra záverečnej práce, skúšky a obhajoba záverečnej práce

- tvorba a štruktúra záverečnej práce (práca s literatúrou, bibliografická norma atď.)
- realizácia skúšky
- obhajoba záverečnej práce

5. Skúšky, osvedčenie, preukaz, obnovenie platnosti preukazu

Podmienkou absolvovania kurzu je účasť na všeobecnej teoretickej časti vzdelávania, organizovanej niektorou zo športových fakúlt.

Účastník môže pristúpiť k záverečným skúškam len ak absolvoval špeciálnu časť-kurz v plnom rozsahu. Záverečné skúšky špeciálnej časti pozostávajú z preskúšania praktických a metodických zručností.

Školenie špeciálnej časti je ukončené zadaním záverečnej práce v rozsahu 10 až 20 strán. Po jej tvorbe a obhájení získava uchádzač osvedčenie o získaní odbornej spôsobilosti inštruktor cykloturistiky 2. kvalifikačného stupňa a preukaz, ktorý ho oprávňuje vykonávať výcvik a viesť metodické činnosti v súlade s charakteristikou kvalifikácie.

Je predpoklad, že absolvent vzdelávania má potenciál pôsobiť v lektorskom zbore sekcie cykloturistiky.

Preukaz má platnosť maximálne päť rokov, pričom táto lehota začína plynúť prvým dňom nasledujúceho roku po dátume získania kvalifikácie.

Platnosť preukazu je možné predĺžiť na aktualizáčnom preškolení v rámci **foriem ďalšieho vzdelávania aktívnych inštruktorov**.

K účasti na aktualizáčnom preškolení sa inštruktor prihlasuje sám, alebo ho môže vyzvať vzdelávacie zariadenie. Inštruktori pošlú s prihlásením aj zoznam svojich metodických aktivít za posledné obdobie platnosti preukazu.

Aktualizačné preškolenie trvá jeden deň a pozostáva z teoretickej a z praktickej časti. Obsahom teoretickej časti sú nové informácie v metodike, legislatíve, vo vybavení a výstroji pre pešiu turistiku, overenie vedomostí a metodickej spôsobilosti inštruktora formou testu.

Absolvovaním aktualizáčného preškolenia je platnosť preukazu predĺžená na obdobie maximálne piatich rokov. Oprávnenie pre vedenie výcviku preukazu si môže inštruktor potvrdiť najneskôr jeden rok po uplynutí jeho platnosti. Ak tak neurobí, účinnosť preukazu zanikne a odbornú spôsobilosť môže opätovne získať iba absolvovaním nového kurzu-špeciálnej časti. V odôvodnených prípadoch môže Učebno-metodická komisia rozhodnúť o splnení náhradných podmienok.

Kvalifikácia zodpovedajúce kvalifikačným požiadavkám vzdelávacieho systému KST.

6. Osnova preškolenia inštruktorov cykloturistiky 2. kvalifikačného stupňa

	teória	prax
1.) Nové trendy v metodike, novinky vo výstroji a výzbroji	1	
2.) Prvá pomoc, úrazy a neúrazové stavy pri cykloturistike	3	
3.) Právne minimum inštruktora cykloturistiky- legislatívne usmernenia	1	
4.) Príprava, plánovanie a organizácia turistických aktivít- Kondičná preverka		5
5.) Overenie vedomostí formou písomného testu	1	
	6	5
Spolu	11	

7. Dokumentácia vzdelávacej aktivity

- 1.) Triedna kniha – záhlavie
- 2.) Prezenčná listina
- 3.) Zoznam frekventantov
- 4.) Protokol o skúške
- 5.) Záznam o prednáškach a praktickom výcviku
- 6.) Záverečná práca