

Kurs instruktora sportu o specjalności narciarstwo zjazdowe

Usługa archiwalna

Informacje o usłudze

Czy usługa może być dofinansowana?	Tak
Sposób dofinansowania	<ul style="list-style-type: none">wsparcie dla osób indywidualnychwsparcie dla przedsiębiorców i ich pracowników
Rodzaj usługi	Usługa szkoleniowa
Podrodzaj usługi	Usługa szkoleniowa
Dostępność usługi	Otwarta

Numer usługi	2018/09/20/10114/222635		
Cena netto	2 230,00 zł	Cena brutto	2 230,00 zł
Cena netto za godzinę	22,30 zł	Cena brutto za godzinę	22,30
Usługa z możliwością dofinansowania	Tak		
Liczba godzin usługi	100		
Termin rozpoczęcia usługi	2019-01-18	Termin zakończenia usługi	2019-01-27
Termin rozpoczęcia rekrutacji	2018-09-21	Termin zakończenia rekrutacji	2019-01-15
Maksymalna liczba uczestników	10		
Kategoria główna KU	Usługi		
Kategorie dodatkowe KU	Inne		

Podstawa uzyskania wpisu w zakresie świadczenia usług współfinansowanych	Certyfikaty: Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES)
Czy usługa pozwala na uzyskanie kwalifikacji lub części kwalifikacji zarejestrowanych w ZRK?	Nie
Czy usługa pozwala na uzyskanie kwalifikacji innych niż kwalifikacje zarejestrowane w ZRK?	Uznawane kwalifikacje: Czy dokument potwierdza uprawnienia do wykonywania zawodu na danym stanowisku (tzw. uprawnienia stanowiskowe, np.: operator koparki) i został wydany po przeprowadzeniu walidacji? <i>Po ukończeniu kursu narciarstwa zjazdowego i zdaniu egzaminu uczestnik uzyskuje: Legitymację instruktorską, Zaświadczenie o ukończeniu kursu oraz Certyfikat będący załącznikiem do Zaświadczenia z numerem akredytacji, wyszczególnieniem przedmiotów oraz liczby godzin zajęć teoretycznych i praktycznych</i>
Czy usługa prowadzi do nabycia kompetencji?	Nie

Informacje o podmiocie świadczącym usługę

Nazwa podmiotu		SZKOŁA GÓRSKA - Niepubliczna Placówka Kształcenia Ustawicznego	
Osoba do kontaktu	Teresa Przybylska	Telefon	601 230 460
E-mail	szkola@szkolagorska.eu		

Cel usługi

Cel edukacyjny

Wiedza: • Rozumie rozwiązania pozwalające na samodzielną realizację procesu treningowego w narciarstwie zjazdowym z osobami o specyficznych potrzebach (np. zdrowotnych, ukierunkowanych na osiągnięcia sportowe). • Zna i rozumie różnorodne zasady doboru metod, form i środków wykorzystywanych w narciarstwie zjazdowym, również w kontekście specyficznych potrzeb uczestników sportu. • W zależności od ukierunkowania działań zawodowych na zdrowie lub poziom sportowy, zna różnorodne rozwiązania technologiczne i osiągnięcia naukowe w zakresie specyficznych potrzeb uczestników zajęć w narciarstwie zjazdowym. • Zna podstawowe pojęcia i zjawiska z innych, wspierających obszarów działalności zawodowej. **Umiejętności:** • Potrafi realizować proces treningowy w narciarstwie zjazdowym w kontekście specyficznych potrzeb jego uczestników (np. zdrowotnych, ukierunkowanych na konkretne osiągnięcia sportowe). • Potrafi rozpoznawać i rozwiązywać problemy pojawiające się w realizacji procesu treningowego, wynikające ze specyficznych potrzeb uczestników zajęć w narciarstwie zjazdowym. • Potrafi analizować i oceniać zasadność metod, form i środków stosowanych w narciarstwie zjazdowym. • Potrafi objaśniać i nauczać złożonych zadań ruchowych w narciarstwie zjazdowym (np. ćwiczeń uwzględniających ograniczenia zdrowotne, ćwiczeń o wysokim stopniu trudności technicznej). • Potrafi wykorzystywać różnorodne narzędzia komunikacji i motywacji w kontekście specyficznych potrzeb i uwarunkowań uczestnictwa w narciarstwie zjazdowym (np. zdrowotnych, sytuacji stresogennych wynikających z rywalizacji sportowej). W realizacji zadań potrafi wykorzystywać wiedzę z różnych dziedzin nauki. **Kompetencje społeczne:** • Jest gotów do efektywnej współpracy i komunikacji ze specjalistami z innych, wspierających obszarów zawodowych (np. z lekarzem, fizjoterapeutą). • Jest gotów do przekazywania swojej wiedzy i umiejętności w środowisku sportowym, w szczególności poprzez szkolenie osób o niższych kwalifikacjach. • Jest gotów do promowania zasad etyki zawodowej specyficznej dla realizacji treningu sportowego w narciarstwie zjazdowym. • Jest gotów do oceniania poziomu swojej wiedzy i umiejętności, dostrzegania własnych ograniczeń i planowania rozwoju zawodowego.

Szczegółowe informacje o usłudze

Ramowy program usługi

Lp.	Nazwa zajęć edukacyjnych	Wymiar godzin zajęć teoretycznych	Wymiar godzin zajęć praktycznych
1.	Historia narciarstwa na świecie i w Polsce. Organizacje i infrastruktura narciarstwa w Polsce i na świecie	1	0
2.	Zasady i cele prowadzenia zajęć z narciarstwa zjazdowego	1	2
3.	Metodyka nauczania narciarstwa zjazdowego (specyfika nauczania w różnych grupach wiekowych)	4	4
4.	Kształtowanie sprawności ruchowej, rozwijanie zdolności motorycznych niezbędnych dla uprawiania narciarstwa zjazdowego. Trening przygotowawczy do sezonu, ćwiczenia imitacyjne	4	4
5.	Sprzęt narciarski - dobór, konserwacja, ostrzenie, smarowanie, regulacja wiązań	1	2

6.	Bezpieczeństwo zajęć w narciarstwie zjazdowym. Reguły FIS. Typowe urazy narciarskie i pierwsza pomoc	2	1
7.	Prawa i obowiązki instruktora narciarstwa zjazdowego	4	3
8.	Planowanie i organizacja pracy szkoleniowej w narciarstwie zjazdowym	1	2
9.	Charakterystyka konkurencji narciarskich. Organizacja i sędziowanie zawodów narciarskich oraz masowych imprez sportowych	2	4
10.	Znaczenie rozgrzewki narciarskiej i jej charakter w zależności od tematu zajęć, gry i zabawy na nartach zjazdowych	2	2
11.	Zasób ćwiczeń (ogólnorozwojowych i ukierunkowanych) kształtujących motorykę (siła, szybkość, wytrzymałość, gibkość i równowaga)	1	1
12.	Ćwiczenia specjalistyczne w narciarstwie zjazdowym	1	3
13.	Technika i metodyka elementów stopnia podstawowego: krok zwykły, bezkrok, zwroty, podejścia, zjazd w linii spadku stoku (pozycje zjazdowe), zjazd w skos stoku (układ dostokowy) zmiana kierunku jazdy przestępowaniem, krok łyżwowy, łyżwowanie, pług, bezpieczne upadanie i podnoszenie się	2	12
14.	Technika i metodyka elementów stopnia średniego: łuki płużne, ześlizgi, skręt dostokowy ślizgowy, skręt z pługu, skręt równoległy ślizgowy, skręt dostokowy cięty, skręt równoległy NW	2	12
15.	Technika i metodyka elementów stopnia wyższego: skręt równoległy długi, skręt równoległy krótki, śmig, elementy narciarstwa sportowego (ślalomu i slalomu giganta), zastosowanie bramek w metodyce nauczania narciarstwa, jazda w różnych warunkach terenowych i śniegowych: skręt z poszerzenia kąтового, skręt „stop”	2	14
16.	Egzamin teoretyczny	2	0
17.	Egzamin praktyczny	0	2
	SUMA	32	68

Efekty usługi (produkty), efekty uczenia się/kształcenia

Ogólna charakterystyka efektów uczenia się

Instruktor sportu w dyscyplinie narciarstwo zjazdowe: tworzy, planuje i realizuje program krótko- i długoterminowego treningu, związanego z narciarstwem zjazdowym. Jego podstawowymi zadaniami zawodowymi są: prowadzenie diagnozy pogłębionej, szczególnie pod kątem stanu zdrowia oraz zainteresowań, możliwości i potrzeb. A także samodzielne planowanie, organizowanie, prowadzenie, monitorowanie i ocenianie zajęć dydaktycznych związanych z tematyką narciarstwa, zapewnianie bezpieczeństwa ćwiczeń narciarskich. Ma wdrażać klientów do całościowej, systematycznej aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia oraz do samokontroli i samooceny. Instruktor sportu w dyscyplinie narciarstwo zjazdowe może współpracować z zespołem specjalistów, np. lekarzem, fizjoterapeutą, psychologiem, dietetykiem, instruktorami i trenerami innych specjalności. Dzieli się swoją wiedzą i doświadczeniem, ukierunkowuje animatorów. Promuje postawę etyczną, motywuje do wysiłku, dyscypliny i wspólnego działania na rzecz osiągnięcia wyznaczonych celów.

Lista zestawów efektów uczenia się

1. Planowanie i prowadzenie narciarskich zajęć sportowych.
2. Monitorowanie zajęć narciarskich w celu zapewnienia bezpieczeństwa oraz, w razie zaistnienia takiej potrzeby, udzielenia pierwszej pomocy w nagłych wypadkach.
3. Ocenę i kontrolę zdolności i sprawności klientów oraz zalecanie im odpowiednich zajęć.
4. Demonstrowanie i nauczanie ruchów ciała, pojęć i umiejętności stosowanych w narciarstwie zjazdowym.
5. Prowadzenie i organizacja zawodów i imprez narciarskich.
6. Udzielanie instrukcji w zakresie korzystania ze sprzętu narciarskiego.
7. Wyjaśnianie i egzekwowanie przestrzegania procedur bezpieczeństwa, zasad i przepisów.

Grupa docelowa

Wymagane kwalifikacje poprzedzające uczestnictwo w szkoleniu

1. Ukończone co najmniej 18 lat.
2. Wykształcenie na poziomie średnim.
3. Umiejętność jazdy na nartach.
4. Ukończony Kurs instruktora sportu w zakresie części ogólnej.
5. Uczestnicy ponadto muszą spełniać kryterium dobrego stanu zdrowia, co udokumentują zaświadczeniem lekarskim o braku przeciwwskazań do udziału w kursie (lekarz rodzinny).

Opis warunków uczestnictwa

1. Przedłożenie zaświadczenia lekarskiego o braku przeciwwskazań do udziału w kursie narciarstwa zjazdowego.
2. Ukończony kurs instruktora sportu w zakresie części ogólnej.
3. Uczestnicy kursu powinni wyposażyć się w odzież zapewniającą możliwość komfortowego, wielogodzinnego pobytu na stoku. Oświetlone trasy umożliwiają szkolenie do późnych godzin wieczornych (21.00), trzeba zatem liczyć się z dużymi różnicami temperatur w dzień i wieczorem. Koniecznym elementem wyposażenia kandydata na instruktora jest kask narciarski. Sprzęt narciarski (narty taliowane) powinny być w dobrym stanie technicznym (nasmarowane i naostrzone). Sprzęt można także odpłatnie wypożyczyć na miejscu.

Materiały dydaktyczne

Uczestnicy otrzymują komplet prezentacji ze szkolenia w dyscyplinie narciarstwo zjazdowe, w formie elektronicznej.

Informacje dodatkowe

Cena kursu zawiera: szkolenie specjalistyczne, ubezpieczenie NNW, kamety na stok, przerwy kawowe.

Podana cena, to cena szkolenia grupowego. Zajęcia będą realizowane, gdy zbierze się co najmniej 6-osobowa grupa.

Harmonogram

LP	Przedmiot / Temat zajęć	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak danych					

Osoby prowadzące usługę

Imię i nazwisko	Jerzy Suchodoła
Obszar specjalizacji	Wykładowca, trener personalny, instruktor narciarstwa zjazdowego.
Doświadczenie zawodowe	Dyrektor Szkoły Górskiej, przez 35 lat szef szkolenia, instruktor i trener sportów walki, alpinistyki, narciarstwa oraz wychowania fizycznego w wojskach powietrzno-desantowych i specjalnych RP, uczestnik misji wojskowych – przyznanie Statusu Weterana decyzją MON nr. 1802 DSS z dnia 07.05.2013 r.; instruktor sportu i rekreacji ruchowej następujących dyscyplinach: strzelectwo sportowe i strzelectwo bojowe, narciarstwo zjazdowe, wspinaczka skałkowa, surwiwal, samoobrona.
Doświadczenie w świadczeniu tego typu usług	Aktywnie prowadzi kursy instruktorów sportu, m.in. o specjalności samoobrona.
Wykształcenie	Magister wychowania fizycznego, absolwent Wyższej Szkoły Oficerskiej Wojsk Zmechanizowanych we Wrocławiu, kierunek rozpoznanie

Lokalizacja usługi

Adres:

Łętowe 277

34-733 Łętowe, woj. małopolskie

Szczegóły miejsca realizacji usługi:

Zajęcia praktyczne odbywają się na stacjach narciarskich w Beskidach i na Podhalu o najlepszych warunkach, dostosowanych do przeprowadzenia szkolenia instruktorskiego (m.in.: SKI Lubomierz, Kompleks Beskid w Spytkowicach, Śnieżnica, Zakopane, Szczyrk, Korbielów).

Warunki logistyczne: