**Učební plán a osnovy pro kurzy v oblasti sportu**

**směřující k profesní kvalifikaci**

U všech akreditovaných rekvalifikačních kurzů v oblasti sportu, které **směřují** ke zkoušce z profesní kvalifikace (např. „Sportovní masáž“, „Instruktor plavání“, „Instruktor aerobiku“), je nutné vzdělávací program realizovat v souladu s aktuálně platným standardem příslušné profesní kvalifikace. Seznam všech schválených profesních kvalifikací naleznete na [www.narodnikvalifikace.cz](http://www.narodnikvalifikace.cz)

Pokud standard profesní kvalifikace nezahrnuje v uvedených odborných způsobilostech témata zaměřená na získání obecných kompetencí instruktorů a trenérů (témata jsou uvedena níže), je nutné je do učebního plánu rekvalifikačního kurzu doplnit - doplňovaná témata, včetně hodinové dotace uvádějte do tabulky učebního plánu, která je uvedena v žádosti o akreditaci.

Celkový rozsah rekvalifikačního programu musí být v souladu s tabulkou minimálních hodinových dotací. Do celkového hodinového rozsahu kurzu se započítávají i vyučovací hodiny, které budou uvedeny u obecných kompetencí. Hodinový rozsah všech obecných kompetencí (tedy těch, které jsou obsahem standardu i těch, které budou do učebního plánu doplňovány) by měl činit cca 50 vyučovacích hodin. Zbývající rozsah kurzu by měl být věnován na získání znalostí a praktických dovedností souvisejících s danou pracovní činností.

K akreditaci těchto kurzů na Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy předkládejte „žádost o akreditaci - profesní kvalifikace“. Žádost a pokyny k jejímu vyplnění naleznete na <http://sdv.msmt.cz/vzdelavani/dalsi-vzdelavani/zadost-o-akreditaci-a-pokyny-k-vyplneni>

|  |  |
| --- | --- |
| ***Učební plán******Obecná část*** | *Počet hodin* |
| *Teorie**(vyučovací hodina**45 minut)* | *Praxe**(vyučovací hodina**60 minut)* |
| ***1. Poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví při***  ***Práci*** | *2* |  |
| ***2. Anatomie a kineziologie*** | *7* |  |
| 1. ***Fyziologie, Fyziologie zátěže***
 | *7* |  |
| 1. ***Sportovní příprava, trénink a TV***
 | *9* |  |
| 1. ***Psychologie, Psychologie sportu***
 | *6* |  |
| 1. ***Pedagogika, Pedagogiky sportu***
 | *6* |  |
| 1. ***První pomoc***
 | *2* | *2*  |
| 1. ***Dopingová problematika***
 | *2* |  |
| 1. ***Hygiena sportu a výživa***
 | 4 |  |
| 1. ***Právo a sport***
 | *2* |  |
| 1. ***Management a marketing sportu***
 | *1* |  |
| ***CELKEM*** | *Min. 48* | *Min. 2* |

Učební osnovy těchto kurzů není potřeba na Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy předkládat. Níže uvedené učební osnovy slouží jen jako podklad pro výuku uvedených předmětů.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Učební osnovy******Obecná část*** | *Počet hodin* |
| *Teorie**(vyučovací hodina**45 minut)* | *Praxe**(vyučovací hodina**60 minut)* |
| ***1. Poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví při***  ***Práci**** *bezpečnost práce a ochrana zdraví při kurzu*
* *bezpečnost práce a ochrana zdraví při výkonu činnosti*
 | *2* |  |
| ***2. Anatomie a kineziologie****- stavba kosti**- klouby**- stavba svalu, typy svalové tkáně,  svalová práce, svalové funkce**- oběhový systém**- dýchací systém**- vylučovací systém**- trávicí systém**- ostatní systémy* | *7* |  |
| 1. ***Fyziologie, Fyziologie zátěže***

*- energetický metabolismus**- nervová a humorální regulace  homeostázy**- reakce a adaptace oběhového a  svalového systému na zatížení a  zatěžování**- fyziologické determinanty výkonnosti**- únava a zotavení**- zátěžové testy* | *7* |  |
| 1. ***Sportovní příprava, trénink a TV***

*- základní termíny sportovní přípravy a tréninku**- složky sportovního tréninku**- plánování, evidence a vyhodnocení sportovního tréninku**- etapy a cykly ve sportovní přípravě/tréninku**- sportovní výkon**- zatížení, zotavení, zatěžování**- sportovní příprava žen, dětí a mládeže**- didaktika těsné výchovy* | *9* |  |
| 1. ***Psychologie, Psychologie sportu***

*- osobnost, struktura osobnosti**- temperament**- skupina, role ve skupině, komunikace**- motivace, vůle, emoce**- psychologická příprava sportovce* | *6* |  |
| 1. ***Pedagogika, Pedagogiky sportu***

*- vývoj člověka**- výchova a její role**- věkové zvláštnosti**- osobnost trenéra,**- pedagogické zásady a principy, řídící styly* | *6* |  |
| 1. ***První pomoc***

*- úrazy, charakter, prevence**- bezvědomí, šok**- resuscitace**- techniky ošetření**- bezpečnost a ochrana zdraví při práci* | *2* | *2*  |
| 1. ***Dopingová problematika***

*- zdravotní aspekty**- antidopingová úmluva, ČAV**- dopingové skupiny, krevní doping  (ev. genový doping)**- směrnice* | *2* |  |
| 1. ***Hygiena sportu a výživa***

*- biologický a kalendářní věk**- regenerace**- masáže a zábaly**- základy výživy**- pitný režim**- tvorba jídelníčku**- suplementace* | 4 |  |
| 1. ***Právo a sport***

*- soukromé a veřejné právo**- autonomie a struktura sportu**- odpovědnost trenérů a manažerů**- ochrana subjektů ve sportu* | *2* |  |
| 1. ***Management a marketing sportu***

*- organizace sportu v České republice**- financování sportu**- strategické plánování v oblasti sportu* | *1* |  |
| ***CELKEM*** | *Min. 48* | *Min. 2* |

*Poznámka: Pokud žádáte o akreditaci rekvalifikačního programu, který bude vyučován prostřednictvím kombinované formy vzdělávání, je nutné učební plán upravit dle pokynů ke kombinované formě vzdělávání.*