**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.*