

Instruktor/instruktorka sjezdového lyžování (kód: 74-040-M)

| | |
|--------------------------------|------------------------------------------------|
| Autorizující orgán: | Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy |
| Skupina oborů: | Tělesná kultura, tělovýchova a sport (kód: 74) |
| Týká se povolání: | |
| Kvalifikační úroveň NSK - EQF: | 4 |

Odborná způsobilost

| Název | Úroveň |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| Orientace v anatomii, fyziologii a fyziologii zátěže, kineziologii a biomechanice pro potřeby instruktora sjezdového lyžování | 4 |
| Orientace v pedagogice, psychologii, didaktice pro potřeby instruktora sjezdového lyžování | 4 |
| Orientace v právních aspektech profese instruktora lyžování/snowboardingu | 4 |
| Analýza pohybu lyžaře pro potřeby instruktora sjezdového lyžování | 5 |
| Sjezdové lyžování pro potřeby instruktora sjezdového lyžování | 5 |
| Vedení výukové lekce ve sjezdovém lyžování | 5 |
| Dodržování zásad bezpečnosti a prevence nehod při výuce sjezdového lyžování/snowboardingu | 4 |
| Poskytování první pomoci při výuce lyžování/snowboardingu | 4 |
| Poskytování poradenských služeb instruktora sjezdového lyžování | 4 |

Platnost standardu

Standard je platný od: 11.02.2022

Organizační a metodické pokyny

Pokyny k realizaci zkoušky

Autorizovaná osoba informuje, které doklady musí uchazeč předložit, aby zkouška proběhla v souladu s platnými právními předpisy.

Před zahájením vlastního ověřování musí být uchazeč seznámen s pracovištěm a s požadavky bezpečnosti a ochrany zdraví při práci (BOZP) a požární ochrany (PO), o čemž bude autorizovanou osobou vyhotoven a uchazečem podepsán písemný záznam.

Autorizovaná osoba, resp. autorizovaný zástupce autorizované osoby, je oprávněna předčasně ukončit zkoušku, pokud vyhodnotí, že v důsledku činnosti uchazeče bezprostředně došlo k ohrožení nebo bezprostředně hrozí nebezpečí ohrožení zdraví, života a majetku či životního prostředí. Zdůvodnění předčasného ukončení zkoušky uvede autorizovaná osoba do záznamu o průběhu a výsledku zkoušky. Uchazeč může ukončit zkoušku kdykoliv v jejím průběhu, a to na vlastní žádost.

Zdravotní způsobilost pro vykonávání pracovních činností této profesní kvalifikace je vyžadována a prokazuje se lékařským potvrzením (odkaz na příbuzné povolání v NSP – <https://nsp.cz/jednotka-prace/instruktor-horske-sluzby#zdravotni-zpusobilost>).

Profesní kvalifikace Instruktor/instruktorka sjezdového lyžování ověřuje kompetence instruktora sjezdového lyžování na sjezdovkách a v lyžařských areálech, nikoliv instruktora lyžování ve volném terénu.

Uchazeč si ke zkoušce přinese vlastní lyžařskou výzbroj a výstroj (vhodné oblečení, lyže pro sjezdové lyžování, lyžařská přilba). Doporučen je chránič páteře.

Uchazeč může využívat v rámci přípravy na zkoušku i v průběhu zkoušky databázi platných právních předpisů.

Zkušební komise hodnotí v rámci ověřování všech kompetencí:

- dodržování pravidel bezpečnosti dle FIS pravidel a ČSN 01 8027
- správné používání lyžařské terminologie
- využívání bezpečnostních ochranných prvků lyžařské výstroje / výzbroje (zvl. přilba)

Specifikace pokynů pro vybraná kritéria

Kompetence **Orientace v anatomii, fyziologii a fyziologii zátěže, kineziologii a biomechanice pro potřeby instruktora sjezdového lyžování:**

- **Kritéria a)–e)** jsou ověřována testem. Ke každému z kritérií jsou v testu minimálně dvě otázky s výběrovou odpovědí volenou ze 3–4 variant, přičemž správná je vždy právě jedna varianta odpovědi.

Kompetence **Orientace v právních aspektech profese instruktora sjezdového lyžování:**

- **Kritérium a)** je ověřováno testem. Ke každému z následujících témat jsou v testu minimálně dvě otázky s výběrovou odpovědí volenou ze 3–4 variant, přičemž správná je vždy právě jedna varianta odpovědi:
 - a) živnostenské oprávnění
 - b) daně a odvody
 - c) pracovní vztahy a typy smluv
 - d) obchodní podmínky
- **Kritérium b)** je ověřováno testem. Ke každému z následujících témat a) - f) jsou v testu minimálně dvě otázky s výběrovou odpovědí volenou ze 3–4 variant, přičemž správná je vždy právě jedna varianta odpovědi. Cílem je ověření znalostí zásad a povinností při výkonu profese, se zvláštním akcentem na bezpečnost a prevenci vzniku újmy. Každá otázka se specificky vztahuje k výkonu profese instruktora sjezdového lyžování, resp. k provozování lyžařské školy:
 - a) kategorizace odpovědnosti – smluvní/mimosmluvní (deliktní), občanskoprávní/trestněprávní, subjektivní/objektivní
 - b) odpovědnost za újmu – újma majetková a nemajetková (na zdraví), povinnost náhrady újmy
 - c) profesní odpovědnost instruktora sjezdového lyžování
 - d) profesní odpovědnost provozovatele lyžařské školy

- e) odpovědnost při organizaci závodů, tréninků a sportovních akcí
- f) odpovědnost lyžaře

Kompetence Sjezdové lyžování pro potřeby instruktora sjezdového lyžování:

Autorizovaná osoba hodnotí u kritérií **a)–g)**:

- tvar oblouku „S“ a plynulost jízdy
- kontrolu rychlosti a poloměru
- načasování, intenzitu a rozsah otáčení
- načasování, intenzitu a rozsah kontroly tlaku
- načasování, intenzitu a rozsah hranění
- funkční polohu těla – udržení dynamické rovnováhy a efektivního pohybu
- paralelní vedení lyží po celou dobu oblouku vyjma oblouků v přívratném postavení
- načasování a funkční zapíchnutí hole při přehranění

Autorizovaná osoba hodnotí u kritéria **h)**:

- načasování, intenzitu a rozsah otáčení
- načasování, intenzitu a rozsah kontroly tlaku
- načasování, intenzitu a rozsah hranění
- funkční polohu těla
- udržení dynamické rovnováhy a efektivního pohybu
- volbu funkční linie jízdy vzhledem ke sklonu svahu, vytyčené trati a typu sněhové pokrývky

Hodnotí se s ohledem na tzv. „školní provedení“ jízdy, tj. vzorová jízda instruktora, který demonstruje korektně provedenou jízdu klientovi.

Kompetence Vedení výukové lekce ve sjezdovém lyžování:

- **Kritérium a)** Cílová skupina bude namodelována zkušenými komisí pomocí tabulky č. 1 kombinací 4 charakteristik: velikost skupiny, věk, struktura skupiny, další specifika. Po zadání úkolu uchazeč reaguje bez přípravy na zadané parametry a další faktory.

Tabulka č. 1

| Velikost skupiny | Věk | Struktura skupiny | Další specifika |
|-----------------------|----------------|------------------------|--------------------------------------------------------|
| 1 osoba | Děti do 6 let | Homogenní | Začátečník až pokročilý |
| 2 osoby | Děti 6–10 let | Rodina | Rozdílná úroveň dovedností |
| Skupina 3–4 osob | Děti 10–13 let | Skupina přátel | Strach, soutěživost |
| Skupina 5 a více osob | Dospělý | Lidé, kteří se neznají | S instruktorem se vidí poprvé nebo již pokračují |
| | Starší klient | | Zdravotní omezení Nedisciplinovanost, malý zájem |

- **Kritérium f)** Uchazeč postaví část tratě s ohledem na modelovou cílovou skupinu a trať zároveň přizpůsobí danému terénu (sklon svahu, změny směru tratě a zvládnutí terénních nerovností). Cílová skupina bude namodelována autorizovanou osobou pomocí tabulky č. 1 kombinací 4 charakteristik: velikost skupiny, věk, struktura skupiny, další specifika. Uchazeč dále ústně zodpoví dotazy autorizované osoby na téma výuka techniky a taktiky jízdy v obřím slalomu.

Kompetence Dodržování zásad bezpečnosti a prevence nehod při výuce sjezdového lyžování/snowboardingu:

- **Kritérium a)** je ověřováno testem. Ke každému z následujících témat jsou v testu minimálně dvě otázky s výběrovou odpovědí volenou ze 3-4 variant, přičemž správná je vždy právě jedna varianta odpovědi. Součástí otázek jsou v relevantních případech i obrázky.
 - a) základní orientace v oblasti značení sjezdových tratí

- b) zdroje nebezpečí – rozlišení typické/atypické nebezpečí (bezpečnostní prvky při lyžování)
- c) pravidla pro další činnosti v lyžařském areálu
- d) pravidla pro pořádání závodů a závodních tréninků v lyžařském areálu
- e) 10 FIS pravidel chování při lyžování

Kompetence **Poskytování první pomoci při výuce lyžování a snowboardingu; kritérium c)** - úraz či náhlý stav k výběru: řezná rána, distorze, zlomenina, otřes mozku, omrzliny

Kompetence **Poskytování poradenských služeb instruktora sjezdového lyžování:**

- **Kritérium a)** Modelový klient bude namodelován autorizovanou osobou pomocí tabulky č. 2 kombinací 4 charakteristik: věk a pohlaví, zdatnost, terén a další specifika.
- **Kritérium b)** Klienta předvádí člen zkušební komise, včetně typických dotazů.

Tabulka č. 2

| Věk | Pohybová úroveň | Terén | Další specifika |
|------------------|-----------------|---------------|---------------------------|
| Děti do 6 let | Začátečník | Sjezdová trať | Nižší hmotnost, štíhlý(á) |
| Děti 6–10 let | Pokročilý | Sjezdová trať | Nadváha |
| Děti 10–13 let | Expert | Sjezdová trať | Sportovní postava |
| Dospělá žena | Závodník | Snowpark | Strach z rychlosti |
| Dospělý muž | Bývalý závodník | | Preference rychlé jízdy |
| Klient senior/ka | | | Zdravotní omezení |

Pravidla pro aplikaci písemného testu jako způsobu ověřování:

- Písemným testem jsou ověřována všechna kritéria, u kterých je tento způsob ověření výslovně předepsán, přičemž každý uchazeč má ve svém testu ke každému kritériu minimálně dvě otázky.
- Testové otázky jsou uzavřené s výběrem ze 3–4 možností, přičemž vždy právě jedna je správná.
- Za úspěšné splnění testu se považuje 80 % správně zodpovězených otázek s tím, že pro každé kritérium musí být správně zodpovězeno alespoň 50 % otázek.
- Celkový soubor otázek, z něhož autorizovaná osoba generuje testy pro jednotlivé uchazeče, obsahuje pro každé takto ověřované kritérium minimálně 4 otázky.

Autoři standardu

Autoři kvalifikačního standardu

Kvalifikační standard profesní kvalifikace připravila SR pro osobní služby, ustavená a licencovaná pro tuto činnost HK ČR a SP ČR.

Na tvorbě se dále podílely subjekty zastoupené v pracovní skupině:

Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy

Svaz lyžařů ČR

EDUSKI ČR

Český svaz lyžařských škol

Asociace profesionálních učitelů lyžování

Asociace instruktorů sportů na sněhu