

# INSTRUKCE NA ZIMNÍ VÝCVIKOVÝ KURZ

## **Termín konání kurzu:**

16. 1. – 27. 1. 2022

## **Místo:**

Kouty nad Desnou, katastr obce Loučná nad Desnou; přímo u konečné zastávky vlaku, kousek od zastávky autobusu. Lyžovat budeme na Červenohorském sedle, v Koutech nad Desnou, ve Ski areálu Karesš, případně jinde.

## **Očekávaný příjezd:**

16. 1. 2022 mezi 15:30 – 17:00 hod. na Hotel Dlouhé Stráně v katastru obce Loučná nad Desnou (část obce Kouty nad Desnou).

## **Zahájení:**

16. 1. 2022 v 17:30 hod. v klubovně hotelu (dozvíte se u recepce).

## **Ukončení:**

27. 1. 2022 po závěrečném přezkoušení mezi 10 - 11:00 hod.

## **Doprava:**

Každý účastník kurzu se dopravuje do místa konání kurzu sám na vlastní náklady. Možno dopravit se autem – parkoviště u hotelu. Možnost dopravit se vlakem – nádraží (konečná zastávka) těsně pod hotelem (cca 200 m). Možnost dopravit se autobusem – zastávka cca 500 m od odbočky pod hotelem. Doprava na různá místa v průběhu kurzu není součástí kurzu samotného, přesto pro Vás budeme zajišťovat možnosti veřejné nebo soukromé dopravy pro zvýšení Vašeho komfortu na kurzu.

## **Ubytování:**

Hotel Dlouhé Stráně. Polopenze. Pokoje 2-4 lůžkového, samostatné i buňkového typu se společnými sociálkami.

## **Cena kurzu:**

**8 000,- Kč** (ubytování, polopenze, poplatek obci Loučná nad Desnou); je však nutné počítat ještě počítat s cca **2.500,- Kč** za vleky.

## **Způsob úhrady:**

Převodem z účtu: na číslo účtu **19-1096330227/0100, variabilní symbol: 99510802**

## **Garant kurzu(ů):**

Mgr. Ondřej Ješina, Ph.D.

## **Vyučující na kurzu:**

Zbyněk Janečka (hlavní metodik didaktiky lyžování, lyžování ZP), Svatava Panská (lyžování SP), Radka Čiháková a Lucie Ješinová (lyžování TP), Daniel Mikeška (lyžování zahraničních studentů a lyžování ZP) Tomáš Vyhlídal (snowboarding / lyžování MP), Michal Botek (didaktika lyžování), Radim Antel (didaktika lyžování) (didaktika lyžování), Martin Kudláček, František Chmelík, případně další lektori s ohledem na počet (zahraniční studenti), Renata Vařeková (lékařka kurzu).

## **Kurz je určený pro studenty:**

1. ročník navazujícího studia Mgr. (prezenční, kombinované studium) oborů „ATV a APA“ a zahraniční studenty v programu ERASMUS, IMAPA a PAAL.

## **Předpokládaný počet účastníků:**

- cca 50 studentů „ATV a APA“ (+ pedagogové z FTK)
- cca 10-15 zahraničních studentů
- cca 10 dětí se sluchovým postižením (+ doprovod cca 2 osoby)
- cca 7 dětí se zrakovým postižením (+ 2 pedagogové)
- cca 8 dětí s kombinovaným postižením (+ 2 pedagogové)

Paralelně s tím probíhající licenční 2 kurzy na monoski: až 20 instruktorů, 5 osob s TP, 5 jejich asistentů. Před začátkem kurzu proběhne kurz lyžování pro práci s žáky se zrakovým postižením a víkend pro rodiny dětí se zrakovým postižením. V průběhu konce kurzu pak zahajujeme víkend pro rodiny s dětmi s postižením na lyžích. Součástí kurzu budou paralelní kurzy sprátených organizací z ČR i zahraničí.

Celkem očekáváme více než 200 osob.

### **Poznámka:**

Jedná se o dva kurzy spojené do jednoho. Původně jste měli absolvovat dva sedmidenní kurzy (počítáno i s dopravou). Naší snahou bylo snížit vaše náklady i časový dopad, a proto jsme obsah zefektivnili tak, abyste nemuseli absolvovat dva sedmidenní kurzy v průběhu jedné sezóny.

Právě proto, že jsme si vědomi finančního dopadu (především na studenty v prezenční formě studia) a na případné časové možnosti (především studentů v kombinované formě studia), realizujeme kurz právě v tomto rozsahu v takové ceně.

### **Staré zkratky:**

Prezenční ATV: KAS/LYSN, KAT/KZKAP

Prezenční APA: KRL/MAKU, KAT/KZKAP

Kombinovaní ATV: KAS/KLYSN, KAT/KZKAP

Kombinovaní APA: KRL/KMAKU, KAT/KZKAP

### **Nové zkratky:**

Prezenční Učitelství TV SPECPEP: KAS/DSL S, KAT/ROP1

Prezenční APA: KAT/DLSA, KAT/ROP1

Kombinovaní Učitelství TV SPECPEP: KAS/KDSL S, KAT/KROP1

Kombinovaní APA: KAT/KDLSA, KAT/KROP1

### **Vysvětlení výše nákladů kurzu**

V ČR ani zahraničí neexistuje tak finančně dostupný zimní kurz takto obsahově zaměřen. Běžné ceny za amortizaci sportovně kompenzačních pomůcek v ČR se pohybují kolem 600,- za monoski / den). Instruktorový kurz na monoski zajišťovaný externím subjektem (v Jánských Lázních, avšak pod naší garancí) je možné sehnat cca za 6 500,- Kč (bez ubytování). Běžné ceny instruktorských kurzů zaměřené na didaktiku lyžování stojí kolem 5 500,- Kč (bez ubytování). Osm hodin skupinové lekce základů snowboardingu můžete sehnat za 2 000,- Kč. Pokud k tomu připočtete ubytování s polopenzí, které se na horách může pohybovat kolem 600,- mimo sezónu a v sezóně kolem 800,- na den a výš, dostáváme se celkově k cca 22 800,- Kč. A to nepočítáme náklady osob (dětí i dospělých), kteří jedou na kurz v roli didaktických nástrojů. Když k tomu připočteme možnost zlepšení jazykových kompetencí při interakci se zahraničními studenty, věřím, že pokud toto porovnáte s opravdovou cenou a organizační náročností kurzu, určitě pochopíte, že první, na co instruktorský tým myslí, jste vy, vaše potřeby a vaše peněženka.

*Pro úspěšné zvládnutí kurzu jsou nutné lyžařské kompetence na úrovni instruktorského kurzu nebo kurzu vykonaného na vysokoškolském tělovýchovném pracovišti. Způsobilost ke sjezdovému lyžování s osobami se zdravotními postižením bude ověřena přímo na kurzu a může být důvodem nezvládnutí zápočtových požadavků. Zápočtové požadavky vám budou sděleny na schůzce s garantem kurzu. Pokud nepovažujete svoje lyžařské dovednosti za dostačující, doporučuje vícedenní školicí kurz pod vedením zkušených instruktorů a zároveň supervizorů pro potřeby kurzu. Spádově doporučujeme pro studenty z českých regionů Martina Dostála (728 427 919), pro Jeseníky areál v Koutech nad Desnou – Radim Antel (737 842 959), pro Beskydy areál na Trojáku – Adam Jarmar ([adam.jarmar@upol.cz](mailto:adam.jarmar@upol.cz)).*

**Pokud máte zájem zjistit si více informací:**

O ubytování v hotelu Dlouhé stráně ([www.dlouhestrane.hotel.cz](http://www.dlouhestrane.hotel.cz)) či lyžování v destinaci Kouty nad Desnou, včetně ski areálu 3K ([www.kouty.cz](http://www.kouty.cz)), kde bude probíhat didaktika lyžování, nebo Ski areálu Kareš ([www.skiarealkares.cz](http://www.skiarealkares.cz)), kde bude probíhat většina výuky APA lyžování.

**Finanční náklady:**

Za ubytování bude cca 450,- Kč za osobu a noc.

Polopenze – cca á 250,- Kč za osobu a den (večeře s polévkou). Bezlepková dieta – připlácí se cca 60,- den.

V celkové ceně je zahrnuto ubytování, strava, hotelové služby (pronájem místností včetně heren, rezervace společenských a kulturních prostor, internet apod.), cena vleku pro výuku monoski ve Ski areálu Kareš, opravy a další vybrané služby Ski areálu Kareš, doprava a amortizace sportovně kompenzačních pomůcek (monoski, biski, stabilizátory, mlok, freewhell, atd.), zapůjčení a amortizace sportovního vybavení pro zájemce, kteří jej nevlastní (snowboard, boty pro snowboard v omezené míře).

Veškerou dopravu i další vleky si platí každý sám (cca 2 500,- Kč).

**Obsah kurzu:**

- a) Didaktika sjezdového lyžování.
- b) Základy jízdy na snowboardu.
- c) Didaktika a asistence jízdy na monoski.
- d) Didaktika lyžování osob se zrakovým postižením.
- e) Didaktika lyžování osob se sluchovým postižením.
- f) Snowboarding osob se zdravotním postižením.
- f) Teorie lyžování a APA lyžování.
- g) Doprovodné aktivity

**Vybavení:**

Pro sjezdové lyžování (nezapomenout na lyžařské brýle, přilbu!!!, hůlky). Předpokladem pro zdárné zvládnutí kurzu jsou seřízené carvingové lyže. Pokud máte vybavení na snowboard, tak svoje vybavení. Pokud na snowboard nemáte, zapůjčíme Vám náš materiál. Případně si zapůjčete od známých alespoň snowboardové boty.

Literaturu k teorii a didaktice sjezdového i APA lyžování.

**Důležité:**

**Je bezpodmínečně nutné zúčastnit se předkurzovní informační schůzky, kde budete kromě jiného seznámeni s teoretickou přípravou před samotným kurzem. Schůzka bude zařazeno do některého z předmětů vyučovaných garantem kurzu nebo jiného kolegy z katedry APA. V období COVID krize bude schůzka řešena on-line – budete osloveni v průběhu semestru.**

**Termín schůzky:**

Pro studenty v prezenční formě studia bude upřesněna (čtete nástěnku ve II. patře budovy NC). Pro studenty v kombinované formě studia bude schůzka zařazena do rozvrhu, pravděpodobně ve druhé půlce listopadu nebo v prosinci.

**Přihlášky:**

**Vyplněné přihlášky spolu s potvrzením o zaplacení** zašlete nebo odevzdejte osobně do **10. 12. 2021** na adresu FTK UP, katedra aplikovaných pohybových aktivit, sekretariát, třída Míru 117, 771 11 Olomouc, nebo zašlete emailem (forma výstřížek s účtu) na [renata.koliskova@upol.cz](mailto:renata.koliskova@upol.cz).

**Upozornění:**

Storno poplatky vycházejí s platné směrnice FTK UP v Olomouci. Výjimky pro letošní rok vysvětlí osobně vedoucí kurzu při osobní nebo skupinové konzultaci do konce kalendářního roku. Ve zkratce, pokud se kurz neuskuteční z důvodu dopadu COVID krize, pak se vrací příslušná částka zpět.

Ondřej Ješina  
vedoucí kurzu

**Závazná přihláška na ZVK pro studenty studijních programů  
Učitelství tělesné výchovy pro 2. stupeň ZŠ a SŠ se zaměřením na  
speciální pedagogiku (ATV) a Aplikované pohybové aktivity –  
poradenství ve speciální pedagogice (APA)  
V Koutech nad Desnou ve dnech 16. 1. – 27. 1. 2022**

Přihlašuji se závazně na povinný zimní výcvikový kurz, který primárně pro studenty I. NMGR studia v prezenční i kombinované etapě oborů „ATV a APA“ pořádá Katedra APA, FTK UP v Olomouci. Kurz se koná ve dnech 16. 1. – 27. 1. 2022 v Koutech nad Desnou (hotel Dlouhé Stráně). Jedná se o dva na sebe následující kurzy – lyžování a snowboarding a APA lyžování.

Prohlašuji, že jsem si vědom(a) toho, že případná změna rozhodnutí nebo neúčast na kurze, podléhá od této chvíle penalizaci.

Jméno: .....

Adresa bydliště: .....

Ročník: .....

Tel.: .....

Email: .....

Dietologické požadavky; jiné speciální potřeby: .....  
.....

**Zkušenost se sjezdovým lyžováním (zakroužkujte):**

žádná (lyžuji špatně)	malá (byl jsem na kurzu na ZŠ nebo SŠ)	jakžtakž (mám za sebou kurz na VŠ)	velká (jsem držitelem licence)
--------------------------	---	---------------------------------------	-----------------------------------

**Zkušenost se snowboardem:**

Žádná nebo malá (neumím)	jakžtakž (mám za sebou kurz nebo jezdím pravidelně)	velká (jsem držitelem licence)
-----------------------------	--	-----------------------------------

Souhlasím, aby fotodokumentace a videodokumentace pořízené na kurzu mohla být zveřejněna na webových stránkách FTK UP v Olomouci, [www.apa.upol.cz](http://www.apa.upol.cz) nebo použita ke vzdělávacím a propagačním účelům.

V Olomouci dne .....

.....  
podpis