

ITMS kód Projektu: 26140230002
ITMS kód Projektu: 26120130002



mpc
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM

PROFESIJNÝ A KARIÉROVÝ RAST
pkrmpc
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Európska únia
Európsky sociálny fond

Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ

Prioritná os:	Prioritná os 2 – Ďalšie vzdelávanie ako nástroj rozvoja IZ Prioritná os 4 – Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť BSK
Opatrenie:	2.1 Podpora ďalšieho vzdelávania 4.2 Zvyšovanie konkurencieschopnosti Bratislavského kraja prostredníctvom rozvoja terciárneho a ďalšieho vzdelávania
Prijímateľ:	Metodicko-pedagogické centrum
Názov projektu:	Profesijný a kariérový rast pedagogických zamestnancov
Kód ITMS projektu:	26140230002, 26120130002
Aktivita:	2.2 Tvorba a akreditácia programov kontinuálneho vzdelávania PZ a OZ

Program kontinuálneho vzdelávania

Základy lezenia na skalách a umelých stenách

Ing. Henrieta Crkoňová

Metodicko-pedagogické centrum,
Bratislava

Názov vzdelávacieho programu: **Základy lezenia na skalách a umelých stenách**

Zdôvodnenie vzdelávacieho programu:

Telesná a športová výchova je nezastupiteľnou súčasťou výchovy a vzdelávania žiakov na školách všetkých stupňov a typov. Vedie k pohybovému zdokonaľovaniu detí a mládeže, čím prispieva k upevňovaniu zdravia, k zvyšovaniu telesnej zdatnosti a pohybovej výkonnosti. Prehĺbený a rozšírený obsah učiva v predmete telesná a športová výchova priniesol väčšiu variabilitu a pestrosť náplne tohto predmetu. Medzi základné učivo, ktoré je obsahom štvrtého modulu, patria aj Športové činnosti charakteristické premiestňovaním sa v prírodnom prostredí. Sem patrí okrem turistiky aj lezenie na umelých stenách a skalkách. Ponuka vzdelávacieho programu vychádza z požiadaviek praxe a má pomôcť učiteľom zvýšiť rozmanitosť hodín telesnej a športovej výchovy a následne zvýšiť motiváciu žiakov ku športovým aktivitám.

Druh kontinuálneho vzdelávania:

Aktualizačné

Forma kontinuálneho vzdelávania:

Prezenčná

Ciele vzdelávacieho programu:

Hlavný cieľ vzdelávacieho programu:

Udržať profesijné kompetencie potrebné pre implementáciu lezenia do edukačného procesu v telesnej a športovej výchove a poskytnúť odbornosť tým, čo sa chcú venovať lezeniu na skalkách, ale i na umelých stenách.

Špecifické ciele:

- Osvojiť si vedomosti o lezení na skalách a umelých stenách.
- Vedieť správne použiť lezecký materiál a prvky lezeckej techniky
- Vedieť správne poskytnúť prvú pomoc.
- Osvojiť si prvky lezeckej techniky.
- Osvojiť si techniku istenia spolulezca a osvojiť si techniku zlaňovania.

Obsah vzdelávacieho programu:

Téma	Forma	Rozsah
Teoretické východiská O lanách a uzlovaní <ul style="list-style-type: none">- lezecké laná a ich vlastnosti- uzly v lezeckých technikách- naväzovanie lezca na lano Výzbroj a výstroj <ul style="list-style-type: none">- úväzy- karabíny- lezecké zďaňovacie brzdy a istiace prostriedky- ostatné technické pomôcky Skalné lezenie a lezenie na umelej stene <ul style="list-style-type: none">- formy lezenia- lezecké techniky a ich vývoj- hodnotenie výkonu lezenia	prezenčná	3 h

Prvá pomoc	prezenčná	2 h
Osvojovanie lezeckej techniky Pohyb pri lezení po skale a na umelej stene <ul style="list-style-type: none"> - práca nôh - rozpor - lezenie očami Pohyby tela pri lezení <ul style="list-style-type: none"> - žabí postoj - kozia noha - sokolík - šuka - polohy v komíne Výber chytov a stupov <ul style="list-style-type: none"> - horný chyt - dolný chyt - bočný chyt - chyt na stisk - chyt na tlak - chyt na trenie - chyty v špárach - stup špičkou - stup vnútornou stranou nohy - stup vonkajšou stranou nohy - stup na tlak - stup na pätu - stup na trenie - stupy v špárach - podháknutie Spôsoby istenia lanom <ul style="list-style-type: none"> - dolné istenie - horné istenie - bočné istenie - fixné lano Istiace stanovisko <ul style="list-style-type: none"> - priame a nepriame istenie na istiacom stanovisku - istiace stanovisko v stene - istenie druholezca Technika a taktika budovania rady postupových istení <ul style="list-style-type: none"> - vedenie lana - zapínanie expresov - postupové istenia pri traverze Zlaňovanie <ul style="list-style-type: none"> - priebeh zlaňovania - zlaňovanie so zlaňovacou osmou - zlaňovacie stanovisko - krútenie lana a trenie o skalu 	prezenčná	15 h Presnejší rozpis časovej dotácie na jednotlivé témy a tempo nácviku bude závisieť od rozhodnutia lektora podľa športovej vyspelosti a zdatnosti účastníkov
Celkom		20 hodín

ITMS kód Projektu: 26140230002

ITMS kód Projektu: 26120130002

Profil absolventa: Absolvent vzdelávacieho programu vie aplikovať získané poznatky z lezenia na skalách a umelých stenách do hodín telesnej a športovej výchovy na kurzoch ochrany života a zdravia, na kurzoch pohybových aktivít v prírode a tým zatriktívniť pohybovú aktivitu žiakom.

Rozsah vzdelávacieho programu:

20 hodín – prezenčne

Trvanie vzdelávacieho programu:

Najviac 10 mesiacov

Bližšie určená kategória, podkategória pedagogických zamestnancov; karierný stupeň, karierná pozícia:

Kategória pedagogických zamestnancov:

Učiteľ

Podkategória:

Učiteľ pre primárne vzdelávanie (učiteľ prvého stupňa základnej školy).

Učiteľ pre nižšie stredné vzdelávanie (učiteľ druhého stupňa základnej školy).

Učiteľ pre nižšie stredné odborné vzdelávanie, stredné odborné vzdelávanie, úplné stredné všeobecné vzdelávanie, úplné stredné odborné vzdelávanie a učiteľ pre vyššie odborné vzdelávanie (učiteľ strednej školy).

Učiteľ pre kontinuálne vzdelávanie.

Karierný stupeň: - samostatný pedagogický zamestnanec, pedagogický zamestnanec s prvou atestáciou, pedagogický zamestnanec s druhou atestáciou

Karierná pozícia: –

Vyučovaci predmet: telesná výchova, telesná a športová výchova

Podmienky pre zaradenie uchádzačov na kontinuálne vzdelávanie:

Program kontinuálneho vzdelávania je určený pre kategóriu učiteľa, ktorý spĺňa kvalifikačné predpoklady na vyučovanie predmetu telesná výchova, telesná a športová výchova v súlade s vyhláškou MŠ SR č. 437/2009 Z.z. v znení neskorších predpisov.

Písomná prihláška, čitateľne a úplne vyplnená, vlastnoručne podpísaná uchádzačom o vzdelávanie.

Spôsob preukázania príslušnosti k cieľovej skupine:

Riaditeľ školy alebo školského zariadenia na prihláške potvrdzuje zaradenie pedagogického zamestnanca alebo odborného zamestnanca do kariérového stupňa, kategórie alebo podkategórie (riaditeľovi školy alebo školského zariadenia potvrdzuje prihlášku zriaďovateľ). Ak pedagogický zamestnanec nie je v pracovnom pomere alebo riaditeľ školy (u riaditeľa zriaďovateľ) nepotvrdí prihlášku, preukáže uchádzač príslušnosť k cieľovej skupine dokladmi o absolvovaní vzdelávania, resp. inými relevantnými dokumentmi. Oprávnenosť zaradenia posúdi poskytovateľ.

Spôsob ukončovania vzdelávacieho programu:

Aktualizačné vzdelávanie sa ukončuje záverečnou prezentáciou pred účastníkmi vzdelávania a lektorom.

V prípade overenia profesijných kompetencií podľa § 35 ods. 6 zákona č.317/2009 Z. z. prezentáciou pred trojčlennou skúšobnou komisiou.

Požiadavky na ukončenie vzdelávacieho programu:

ITMS kód Projektu: 26140230002

ITMS kód Projektu: 26120130002

- a) najmenej 80% z celkového rozsahu prezenčnej formy vzdelávania,
- b) záverečná prezentácia

Záverečnú prezentáciu tvorí praktický výstup: vylezenie cesty na prvom konci lana (prvolezec) obtiažnosť 3 UIAA, vylezenie cesty na druhom konci lana (druholec) obtiažnosť 4 UIAA a metodický výstup so skupinou cvičiteľov vybraného prvku (vysvetlenie, popis a ukážka prvku lezeckej techniky).

Pedagogickí zamestnanci na overenie podľa § 35 ods. 6 zákona č.317/2009 Z. z. (overenie profesijných kompetencií získaných výkonom pedagogickej a odbornej činnosti alebo sebazvdelávaním) musia spĺňať všetky požiadavky potrebné na ukončenie vzdelávacieho programu, okrem bodu a) a prezentovať mieru nadobudnutých kompetencií pred 3 člennou skúšobnou komisiou.

Personálne zabezpečenie a garant.

Lektori vzdelávacieho programu:

Lektori - učitelia pre kontinuálne vzdelávanie, vysokoškolskí učitelia a skúsení učitelia s lektorskou praxou v danej oblasti vzdelávania dospelých a kvalifikačnými predpokladmi.

Garant vzdelávacieho programu: Mgr. Andrea Makišová, učiteľ pre kontinuálne vzdelávanie s druhou atestáciou, Metodicko-pedagogické centrum, regionálne pracovisko Trenčín, Pod Sokolicami 14, 911 01 Trenčín. Garant spĺňa požiadavky § 43 ods. 3 a 4 zákona č. 317/2009 Z. z. v znení zákona č. 390/2011 Z. z.

Finančné, materiálne, technické a informačné zabezpečenie:

Financovanie vzdelávacieho programu:

Náklady spojené so vzdelávaním budú financované z národného projektu Profesijný a kariérový rast pedagogických zamestnancov a prostriedkov rozpočtu MPC. V prípade viacdňových vzdelávacích podujatí bude ubytovanie a stravovanie hradené iba z prostriedkov národného projektu Profesijný a kariérový rast pedagogických zamestnancov.

Cestovné náklady účastníka vzdelávania hradí vysielajúca organizácia, resp. účastník sám.

Materiálne zabezpečenie:

Účastníkom vzdelávania bude poskytnutý študijný materiál (učebný zdroj) so zoznamom odporúčanej literatúry.

Technické a informačné zabezpečenie:

Vzdelávanie (prezenčná časť) sa bude realizovať v priestoroch telocviční základných a stredných škôl vybavených umelou stenou a v prírodnom prostredí s ohľadom na zabezpečenie bezpečnosti všetkých účastníkov vzdelávania.

Návrh počtu kreditov:

6 kreditov

Za rozsah aktualizácie vzdelávania - 4 kredity, za ukončenie vzdelávania záverečnou prezentáciou – 2 kredity.