

## ANOTACE

### k akreditovanému vzdělávacímu programu profesní kvalifikace Instruktor/Instruktorka jógy

**Vzdělávací zařízení:** Bc. Eva Berkana, Buzkovice 863, 744 01 Frenštát pod Radhoštěm, IČO: 76141713.

**Vzdělávací program:** akreditovaný program profesní kvalifikace Instruktor/instruktorka jógy, kód: 74-028-M; v rozsahu 100 hodin teoretické výuky a 110 hodin praktické výuky.

**Číslo akreditace:** MSMT-13124/2023-2

**Platnost akreditace vzdělávacího programu:** 3 roky

**Termín konání vzdělávacího programu:** 28. 09. 2023 – 14. 04. 2024

**Způsob výuky:** pouze prezenční formou

**Termín konání závěrečných zkoušek:** 27. 04. 2024

**Autorizovaná osoba pro činnost zkoušení u závěrečných zkoušek:** Bc. Eva Berkana, č. autorizace: MSMT-10765/2023

**Místo konání vzdělávacího programu:** Frenštát pod Radhoštěm, ul. Horní 26, OD Kyčera 1. patro.

**Místo konání závěrečných zkoušek:** Frenštát pod Radhoštěm, ul. Horní 26, OD Kyčera 1. patro.

**Obsah vzdělávacího programu:** Obsah vzdělávání kurzu vychází z kvalifikačního standardu MŠMT, obor Tělesná kultura, tělovýchova a sport (kód 74) a jeho platnost je ode dne 06. 01. 2023. Kvalifikační a hodnotící standard profesní kvalifikace připravila SR pro osobní služby ustavená a licencovaná pro tuto činnost HK ČR a SP ČR.

**Účel vzdělávacího programu:** příprava studentů ke zkoušce a výkonu profese Instruktor/Instruktorka jógy pro skupiny a individuální lekce pro dospělé, děti a dorost, pro osoby se zdravotním i mentálním postižením všech věkových skupin.

**Získaná odbornost:** profesní kvalifikace Instruktor/Instruktorka jógy kód: 74-028-M podložená Osvědčením profesní kvalifikace Instruktor/Instruktorka jógy a Potvrzením o účasti v akreditovaném programu.

### Získaná odborná způsobilost vede k následujícím znalostem a dovednostem:

- Absolvent sestavuje vhodné cvičební programy pro skupinovou a individuální lekci jógy s ohledem na věk a zdravotní omezení a kondici cvičenců. V kurzu je věnována značná pozornost výuce jógy dětí od věku 3 let do věku adolescence s přihlédnutím na jejich stupeň vývoje, schopnosti porozumění, zdravotním omezením a pohlaví. Speciálně se absolventi učí přístupu k tělesně a mentálně retardovaným dětem a dospívajícím.
- Absolvent se orientuje v systému jógy pro specifické skupiny klientů a v problematice zdravotních omezení. Absolvent zná základní specifická onemocnění u dětí a nastavuje praxi jógy tak, aby přispívala k rozvoji dětí, k jejich zlepšování zdravotního stavu, ať už tělesného, emocionálního či mentálního.
- Absolvent umí vysvětlit a předvést a naučit techniky jógy. S ohledem na věk a zdravotní stav dětí a jejich schopnosti porozumět, absolvent vybírá techniky jógy vhodné a účinné pro určité skupiny dětí a vyhýbá se kontraindikovaným technikám. Absolvent bezpečně rozlišuje, které techniky jsou či nejsou vhodné pro děti dle jejich stupně vývoje, pohlaví a zdravotního stavu.
- Absolvent je připraven vést lekce jógy v mateřských školách, základních školách, speciálních školách, středních školách a v institucích mimoškolní výchovy a vzdělávání. Ve svém repertoáru má vhodné cvičební pomůcky, jež děti inspirují a motivují, je vybaven řadou inspirujících nástrojů; jako jsou sestavy doprovázené říkankami, pohybové, pěvecké a relaxační hry, motivující pohádky a příběhy.
- Absolvent se orientuje v anatomii, fyziologii a základní patofyziologii a příznacích nemocí u dětí a tyto poznatky aplikuje ve své praxi ve snaze včas rozlišit problémy.
- Absolvent je schopen poskytovat základní poradenství v oblasti zdravého životního stylu včetně zdravé výživy a pitného režimu. Poznatky z této oblasti aplikuje ve své práci s dětmi a mládeží.
- Absolvent je schopen poskytovat 1. pomoc u dětí a dodržuje zásady bezpečnosti a prevence úrazů při pohybových aktivitách u dětí.

Akreditovaný vzdělávací program profesní kvalifikace Instruktor/Instruktorka jógy vzdělávacího zařízení Bc. Eva Berkana reflektuje poptávku po tomto vzdělání zejména z řad učitelek mateřských, základních škol a zařízení zabývajících se mimoškolní výchovou, center jógy a obecné poptávce občanů ve svém regionu,

neboť výuka jógy u dětí a mládeže nabývá značné popularity a přetrvávají tendence zavést jógu jako kvalitní součást pohybových a mentálních cvičení v mateřských a základních a v zařízeních zabývající se mimoškolní výchovou.



Zpracovala: Bc. Eva Berkana dne 15. 06. 2023