

Vzdělávací program akreditován MŠMT dne ..... pod čj.: .....

## POTVRZENÍ

### O ÚČASTI V AKREDITOVANÉM VZDĚLÁVACÍM PROGRAMU

po ukončení vzdělávacího programu rekvalifikačního kurzu, podle vyhlášky MŠMT č. 176/2009 Sb., kterou se stanoví náležitosti žádosti o akreditaci vzdělávacího programu, organizace vzdělávání v rekvalifikačním zařízení a způsob jeho ukončení, ve znění pozdějších předpisů.

Jméno a příjmení, případné akademické tituly a vědecké hodnosti účastníka kurzu  
Datum a místo narození

absolvoval(a) rekvalifikační program: *Instruktor/Instruktorka jógy*

pro pracovní činnost: **INSTRUKTOR/INSTRUKTORKA JÓGY**

Kurz proběhl v období od září 2023 do dubna 2024

V rozsahu	- na teorii	100 vyučovacích hodin
	- na praxi	110 hodin

Dle vyhlášky MŠMT č. 176/2009 Sb., toto potvrzení o účasti v akreditovaném vzdělávacím programu nenahrazuje doklad o úspěšném absolvování odborné zkoušky dle zákona č. 179/2006 Sb., o ověřování a uznávání výsledků dalšího vzdělávání.

Ve ..... dne .....

.....  
Eva Berkana  
Garant kurzu

.....  
Eva Berkana  
Statutární zástupce  
vzdělávacího zařízení

Aktualizace 1. 4. 2021

**Vzdělávací program obsahoval tyto tematické celky:**

	<b>Teorie /Praxe</b>
Orientace v dějinách i současném stavu jógy a základních filozofických konceptech	4 hod./0 hod.
Orientace v Patanždaliho osmidílné józe jako základu pro ostatní druhy jógy zabývající se pohybem	7 hod./0 hod.
Orientace v jógovém pohledu na strukturu a funkci částí lidské individuality a v jógové anatomii	4 hod./0 hod.
Sestavení vhodného cvičebního programu pro skupinovou a individuální lekci jógy	6 hod./22 hod.
Vysvětlení a předvedení pozic a technik jógy	23 hod./48 hod.
Vedení skupinové a individuální lekce jógy	6 hod./31 hod.
Orientace v systému jógy pro specifické skupiny klientů a v problematice zdravotních omezení	7 hod./7 hod.
Orientace v anatomii a fyziologii pohybové soustavy člověka pro potřeby instruktorů jógy	14 hod./0 hod.
Poskytování základního poradenství v oblasti zdravého životního stylu včetně zdravé výživy a pitného režimu	2 hod./0 hod.
Poskytování první pomoci při lekcích skupinového cvičení	2 hod./2 hod.
Dodržování zásad bezpečnosti a prevence úrazů při sportovních aktivitách	2 hod./0 hod.
Sportovní příprava, trénink a TV	2 hod./0 hod.
Psychologie, Psychologie sportu	6 hod./0 hod.
Pedagogika, Pedagogika sportu	6 hod./0 hod.
Dopingová problematika	1 hod./0 hod.
Hygiena sportu a výživa	4 hod./0 hod.
Právo a sport	1 hod./0 hod.
Management a marketing sportu	1 hod./0 hod.
Poučení o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci	2 hod./0 hod.

.....  
Eva Berkana  
statutární zástupce  
vzdělávacího zařízení

L.S.