

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.

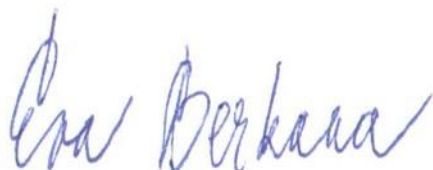
Získaná odbornost: profesní kvalifikace Instruktor/Instruktorka jógy kód: 74-028-M
podložená Osvědčením profesní kvalifikace Instruktor/Instruktorka jógy a Potvrzením o
účasti v akreditovaném programu.

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, dále seniorům s ohledem na jejich zdravotní omezení a kondici. 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, dospělých a seniorů a nastavuje praxi jógy tak, aby přispívala k jejich rozvoji, 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 klientů a jejich schopnosti porozumět, absolvent vybírá techniky jógy vhodné a účinné pro určité skupiny cvičenců a vyhýbá se kontraindikovaným technikám. Absolvent bezpečně rozlišuje, které techniky jsou či nejsou vhodné pro daný stupeň vývoje, pohlaví a zdravotního stavu cvičenců.
- Absolvent je připraven vést lekce jógy v mateřských školách, základních školách, speciálních školách, středních školách a v institucích mimoškolní výchovy a vzdělávání, v senior klubech, v centrech jógy a dalších institucích. Ve svém repertoáru má vhodné cvičební pomůcky, jež klienty inspirují a motivují, je vybaven řadou inspirujících nástrojů.
- Absolvent se orientuje v anatomii, fyziologii a základní patofyziologii a příznacích nemocí 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, mládeží, dospělými a seniory.
- Absolvent je schopen poskytovat 1. pomoc u dětí a dospělých a dodržuje zásady bezpečnosti a prevence úrazů při pohybových aktivitách.

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, dospělých a seniorů nabývá značné popularity a přetrvávají tendence zavést jógu

jako kvalitní součást pohybových a mentálních cvičení v mateřských a základních školách
a v prostředí pracovních kolektivů firem a nakonec v senior centrech.



Zpracovala: Bc. Eva Berkana dne 18. 06. 2023