Podmínky kurzu

OBSAH

1. část
Profesní kvalifikace "Instruktor/ka Jógy" a "Instruktor/ka Power jogy"

2. část
Profesní kvalifikace "Instruktor/ka Pilates"

3. část
Profesní kvalifikace "Instruktor/ka Zdravotní tělesné výchovy"

1. část

Profesní kvalifikace "Instruktor/ka Jógy" a "Instruktor/ka Power jogy"

Přečtěte si, prosím, celou informaci o kurzu, abyste měli úplnou informaci:

Naše vzdělávací centrum je akreditováno MŠMT na kurzy "Instruktor jógy," "Instruktor Power Jógy," "Instruktor Pilates," "Instruktor Zdravotní tělesné výchovy," "Instruktor tance" a "Instruktor pobytu v přírodě."

Kurzy

Kurzy jsou přípravné - na profesní kvalifikaci a zároveň splňují (200h) podmínky Yoga Alliance mezinárodní certifikát.

Podmínky pro přijetí do kurzu:

- Věk minimálně 18 let (u 300h je potřeba před tím absolvovat 200h YA kurz)
- Pokud Ti není 18 let, můžeš se přihlásit a budeš v přípravném kurzu za stejných podmínek (hodiny a cena) jako starší 18 let. Získání certifikátu bude pak podmíněno věkem 18 let a také x víkendovým kurzem (x je

podmíněno počtem let, které Tě dělí od 18 let). Nejmladšímu účastníkovi může být 13 let, ale před zaplacením projde přijímacím řízením. Z ničeho nezkoušíme! Určitě zavolej! Vysvětlíme!
- základní znalost práce s PC a mít k dispozici PC s kamerou

Kurz probíhá v prostorách budovy FTVS UK (fakulty tělovýchovy a sportu University Karlovy) José Mártího 31, Praha 6, na Barrandově, Fakultní základní škola a mateřská škola Barrandov II při PedF UK Praha, Praha 5 – Hlubočepy, V Remízku 7/919, a Hostivice Tejnorova 1356, změna místa vyhrazena,

Termíny kurzů najdete na webových stránkách v rubrikách "Termíny," "Rozvrh," "Přehled kurzu" a "Kalendář". Změna termínů a denního hodinového rozvrhu vyhrazena.
Registrovat na kurz se můžete na webových stránkách v rubrice "přihlášení".

Pokud máte ještě nějaké další dotazy, kromě těch, co jsou na webových stránkách v rubrice "Časté otázky", tak mi napište na blankajanickova@seznam.cz nebo zavolejte od pondělí do pátku v době od 9 do 17h telefon 724 648 545 (pokud telefon nevezmu, tak mám jógu nebo terapii, zavolám zpět :)) .

Úroveň zkušeností těch, kteří se hlásí na kurz je různá. Mezi přihlášenými jsou jak lidé, kteří se dané disciplíně dlouhodobě věnují, tak ti, kteří ji objevili nedávno. Jedná se o kurzisti, kteří se buď chtějí instruktorskou činností živit a nebo kurz absolvují pro vlastní seberozvoj.

Přípravný kurz ke zkoušce z profesní kvalifikace Instruktor/ka jóga i Instruktor/ka power jóga. Můžete zvolit různé programy: 50h, 100h, 150h, 200h, 300h. Volíte mezi kombinovanými (prezenčně a online) nebo distančním studiem (online).

Prezenční studium probíhá o víkendech(víkendové kurzy) nebo ve všední dny.
Máte na výběr mezi dvěma typy kurzů, kurzy přes den (sobota a neděle) nebo večerní (všední dny).

Při on-line výuce máte výuku rozdělenou do bloků, při čemž máte k dispozici výuková videa na omezenou dobu, a každý výukový online blok je zakončen živým vysíláním, kde nám můžete klást otázky vždy k tématu videí, která budete mít zrovna v tu dobu přístupná na sledování.
Na videích, kromě jiného uvidíte vysvětlení pojmů, které máte možnost najít v Národní soustavě kvalifikací a to jak na zkoušku profesní kvalifikace "Instruktor/ka power jógy" tak "Instruktor/ka jógy"

Pokud je on-line výuka, pak videa nejsou profesionální videa, pouze snímáme vyučování tak, aby výuka mohla dál probíhat. Nemáme profesionální odhlučněná studia, mohou být přítomny i zvuky z ulice, z domu, zvířata, ...

Cena kurzu obsahuje:
- výuka kombinovaná - presenčně a online, některé kurzy pouze on-line
- studijní materiály
- u 200h a 300h kurzu i certifikát Yoga Alliance v angličtině

Co na kurzu získáte?

- Instruktor jógy bude veden k získání pedagogických, metodických a praktických znalostí v oblasti pohybových aktivit v oblasti jógy.

- Trenér jógy bude vybaven základními znalostmi z anatomie, fyziologie, psychologie, práva, pravidel jógy a dalších předmětů.
- Bude umět sestavovat cvičební programy a jednotlivé lekce dle úrovně frekventantů jógové lekce.
- Dále bude vybaven základní technikou ásan (pozic), technikami vědomého dýchání, technikami zapojování energetických zámků v těle, práce s čakrami, relaxačními a meditačními technikami.
- Se základní znalostí jak preventivně působit proti civilizačním chorobám (bolest zad, vysoký krevní tlak), ale i dalším chorobám a jak je účinně léčit pomocí ásanové praxe a řízení energie (pomocí dechových technik).
- Bude seznámen s čistícími jógovými technikami. Lektor jógy bude veden k propagování zdravého životního stylu a etických a mravních zásad podle pravidel jógy.

Zkušenosti a znalosti

- V kurzu naší jógové školy se seznámíte se základy filozofie a historie jógy
- Získáte základní znalosti z oboru anatomie a fyziologie, psychologie(důraz je kladen především na komunikaci), první pomoci a pedagogiky(především jak vést hodinu v klidu a spokojenosti všech), hygieny sportu, práva a sportovního tréningu
- Rozšíříte své znalosti hatha jógy a power yogy a případně dalších stylů jógy, jako je dynamická jóga, yin jóga, power vinyasa, ashtanga jóga
- Naučíme Vás relaxační a meditační techniky
- Základy pranájamy (řízení energie pomocí dechových technik)
- Vysvětlíme Vám správné držení těla a objasníme co je to hluboký stabilizační systém
- Seznámíte se s Ásanami, s jejich vlivem
- Naučíme Vás oční cviky
- Budete mít základní znalost o tom, jak pracovat se specifickými skupinami cvičících
- Osvojíte si Skladbu lekce jógy
- Seznámíte se s očistnými technikami
- Také Vám objasníme co to jsou čakry a kde se v těle nachází ty nejdůležitější z nich
- Představíme Vám základy Ajurvédy

Náplň kurzu

- Jóga, jógová praxe
- Metodika vedení lekcí
- Anatomie a fyziologie
- Filozofie, etika, historie jógy
- Zdravý životní styl
- Pedagogika
- První pomoc
- Psychologie, hygiena sportu, sportovní trénink
- Právo s aport

Zkoušky a certifikace

Zkoušky jsou placeny extra a jsou zcela mimo termín kurzu

Zkouška dle Národní soustavy kvalifikací:
Zkouška vede k profesní kvalifikaci. V Národní soustavě kvalifikací je velmi podrobně popsáno, jakým způsobem se zkoušky provedou a co uchazeč o certifikát může u zkoušky čekat.
Zde můžete vyhledat všechny potřebné detaily, ale se vším Vás seznámíme na kurzu:

Národní kvalifikace - Instruktor/ka jógy
(https://narodnikvalifikace.cz/kvalifikace-1741-Instruktorinstruktorka_jogy)
Národní kvalifikace - Instruktor/ka power jógy
(https://narodnikvalifikace.cz/kvalifikace-552-Instruktorinstruktorka_powerjogy/revize-3305)

Je zakončen písemnými teoretickými a praktickými zkouškami a osvědčením, na jehož základě je možné požádat o vystavení živnostenského listu. Základní vzdělávací programy jsou složeny ze dvou částí: všeobecné a odborné.

Kurz instruktora jógy nemusí nutně vést k tomu, abyste dále vyučovali jógu pro širokou veřejnost. Instruktorské kurzy jsou i pro toho, kdo chce poznat sebe sama a proniknout do svého nitra a lépe se seznámí s jógou, než je možné na běžných denních lekcích pro veřejnost. Kurz je určen všem, kteří se chtějí stát kvalifikovaným instruktorem a vést lidi a sebe ke zdravému životnímu stylu. Po absolvování kurzu můžete získat, kromě certifikátu v češtině (ten je v ceně kurzu), také certifikát v angličtině, němčině, francouzštině a ve španělštině. Pokud máte ještě nějaké další dotazy, kromě těch, co jsou na webových stránkách v rubrice "Časté otázky", tak mi napište na blankajanickova@seznam.cz nebo zavolejte telefon 724 648 545 (pokud telefon nevezmu, tak mám jógu nebo terapii, zavolám zpět :)) v době od 9 do 17 h od pondělí do pátku.

cena zkoušky:
pro absolventa našeho 150h přípravného kurzu: 4.500 Kč
pro absolventa našeho 200h přípravného kurzu: 500 Kč
pro absolventa našeho 300h přípravného kurzu: 0 Kč
bez absolvování kurzu: 7.000 Kč

Osvědčení a rekvalifikace

Kurz je akreditován ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy a díky tomu obdržíte po úspěšném absolvování „Osvědčení o rekvalifikaci".

Naše vzdělávací centrum je akreditováno MŠMT . Naše kurzy vedou k přípravě na zkoušky z profesní kvalifikace "Instruktor jógy" a "Instruktor power jógy". Jsme autorizovaná osoba jak na jógu, tak na power jógu, pak se u nás můžete přihlásit i na zkoušku.

A pokud chcete pouze YA a nepotřebujete "český" certifikát, tak tam u YA je zkouška YA v ceně přípravného 200h a 300h kurzu

Platební podmínky

Přímý plátce je ten, kdo platí kurz ze svého, ne přes UP nebo za něho platí firma.
Pro organizace a úřad práce je cena bez jakýchkoliv slev

Po vyplnění a zaslání přihlašovacího formuláře Vám přijde do zadaného mailu dopis s instrukcemi a v okamžiku, kdy zaplatíte zálohu na kurz, tak Vás zaregistrujeme. (POZOR! pokud email nepřijde, nejprve zkontrolujte Spam nebo hromadné) V dopise je vždy nyní nově uvedeno, že Vás zaregistruji do kurzu poté, co zaplatíte plnou cenu kurzovného.

Kurzovné musí být zaplaceno nejpozději do 7 dnů po obdržení proforma faktury, aby byla registrace

dokončena.

Jak záloha, tak celé kurzovné je nevratné. V případě, že nenastoupíte na Váš kmenový kurz = kurz, který jste si zaplatili, blokujete místo někomu jinému, kdo se nemohl již na kurz přihlásit!

V případě, že velmi vážně onemocníte a jste připoutáni na lůžko, tak pokud mi do 5 dnů od začátku kurzu pošlete potvrzení od lékaře, že jste pohybu neschopní a nemůžete se dostavit na kurz, tak Vám peníze vrátíme. V případě, že nastoupíte na kurz, tak víte o svém zdravotním stavu a o svých schopnostech. Peníze nevracíme proto, že kurz nezvládáte. Můžete praktikovat pouze ty cviky, které zvládnete s vašimi případnými omezeními. Také, když se zraníte nebo máte nějaké zdravotní potíže, které vás nutně nepoutají na lůžko, můžete sledovat kurz v tělocvičně a necvičit. Nemusíte nutně fyzicky praktikovat ásány, či jiná cvičení. Jako učitel jógy je potřeba, abyste uměli klientům vysvětlit, jak mají co dělat.
V případě těhotenství peníze nevracíme. Můžete chodit na kurz a poslouchat a pozorovat výklad. Nemusíte nutně fyzicky praktikovat ásány, či jiná cvičení. Jako učitel jógy je potřeba, abyste uměli klientům vysvětlit, jak mají co dělat.

Pokud na kurz nenastoupíte, či kurz přerušíte v průběhu kurzu, můžete do uplynutí 12 měsíců nastoupit na další kurz, na kterém se domluvíme, s tím, že si doplatíte do plné ceny kurzu, + 5 200 Kč pokutu za přestup. Pokud máte potvrzení od lékaře, který vypovídá o tom, že jste připoutáni na lůžko v nemocnici, nemusíte platit pokutu 5.200 Kč.

Uchazeč z Úřadu práce nejdříve zaplatí plnou cenu kurzu v takové výši, jako kdyby nebyl uchazeč přes UP. Student musí ukončit kurz řádnými zkouškami v termínu, který má na zkoušky kurz, na který se přihlásil. Pak nahlásí zkoušejícím, že je přes UP a naše vzdělávací zařízení vyfakturuje příslušnému UP - Student donese fakturační údaje Úřadu práce. Jakmile UP našemu vzdělávacímu středisku zaplatí za kurz, obratem vracíme peníze, které student zaplatil.

Pokud neukončí kurz uchazeč z Úřadu práce, pak ÚP kurz neproplatí a záloha v plné výši kurzu propadá, nedostanete peníze zpět.

2. část

Profesní kvalifikace "Instruktor/ka Pilates"

Přečtěte si, prosím, celou informaci o kurzu, abyste měli úplnou informaci:

Naše vzdělávací centrum je akreditováno MŠMT na kurzy "Instruktor jógy," "Instruktor Power Jógy," "Instruktor Pilates," "Instruktor Zdravotní tělesné výchovy," "Instruktor tance" a "Instruktor pobytu v přírodě."

Kurzy

Kurzy jsou přípravné - na profesní kvalifikaci.

Podmínky pro přijetí do kurzu:

- Věk minimálně 18 let
- Pokud Ti není 18 let, můžeš se přihlásit a budeš v přípravném kurzu za stejných podmínek (hodiny a cena) jako starší 18 let. Získání certifikátu bude pak podmíněno věkem 18 let a také x víkendovým kurzem (x je podmíněno počtem let, které Tě dělí od 18 let). Nejmladšímu účastníkovi může být 13 let, ale před zaplacením projde přijímacím řízením. Z ničeho nezkoušíme! Určitě zavolej! Vysvětlíme!
- základní znalost práce s PC a mít k dispozici PC s kamerou

Kurz probíhá v prostorách budovy FTVS UK (fakulty tělovýchovy a sportu University Karlovy) José Mártího 31, Praha 6, na Barrandově, Fakultní základní škola a mateřská škola Barrandov II při PedF UK Praha, Praha 5 – Hlubočepy, V Remízku 7/919, a Hostivice Tejnorova 1356, změna místa vyhrazena,

Termíny kurzů najdete na webových stránkách v rubrikách "Termíny," "Rozvrh," "Přehled kurzu" a "Kalendář". Změna termínů a denního hodinového rozvrhu vyhrazena.
Registrovat na kurz se můžete na webových stránkách v rubrice "přihlášení".

Pokud máte ještě nějaké další dotazy, kromě těch, co jsou na webových stránkách v rubrice "Časté otázky", tak mi napište na blankajanickova@seznam.cz nebo zavolejte od pondělí do pátku v době od 9 do 17h telefon 724 648 545 (pokud telefon nevezmu, tak mám jógu nebo terapii, zavolám zpět :)) .

Úroveň zkušeností těch, kteří se hlásí na kurz je různá. Mezi přihlášenými jsou jak lidé, kteří se dané disciplíně dlouhodobě věnují, tak ti, kteří ji objevili nedávno. Jedná se o kurzisti, kteří se buď chtějí instruktorskou činností živit a nebo kurz absolvují pro vlastní seberozvoj.

Přípravný kurz ke zkoušce z profesní kvalifikace Instruktor/ka pilates. Jedná se o kombinované studium (prezenčně a online).

Cena kurzu obsahuje:
- výuka kombinovaná - presenčně a online
- studijní materiály

Pokud je on-line výuka, pak videa nejsou profesionální videa, pouze snímáme vyučování tak, aby výuka mohla dál probíhat. Nemáme profesionální odhlučněná studia, mohou být přítomny i zvuky z ulice, z domu, zvířata, ...

Prezenční studium probíhá o víkendech(víkendové kurzy). Při on-line výuce máte výuku rozdělenou do bloků, při čemž máte k dispozici výuková videa na omezenou dobu, a každý výukový online blok je zakončen živým vysíláním, kde nám můžete klást otázky vždy k tématu videí, která budete mít zrovna v tu dobu přístupná na sledování.

Co na kurzu získáte?
Co bude lektor Pilates umět a kde může své znalosti uplatnit:

- Ve vedení cvičebních jednotek v rámci volnočasových aktivit – pro děti od batolat, přes teenagery, dospělé, sportovce a nebo naopak lidi po úrazech či operacích, až po důchodce
- Na speciální výuce zdravotní TV na školách – MŠ, ZŠ i SŠ
- Rozšíří si obzory v rámci klasické TV
- Rozšíří kompetencí a obzory v rámci klasických aerobních cvičení (jóga,aerobik, kruhový trénink, zdravotní cvičení jako SM systém apod.), zejména pro klienty s častými zdravotními komplikacemi
  - Bolestmi zad – znalost, které cviky zařadit, kterým se naopak vyhnout, které určitě využívat pro úlevu atd.
  - Obezitou – vhodné cvičení pro hubnutí
  - Atd.
- V terapiích v rámci zdravého životního stylu, nutriční specializaci, sestavení jídelníčku včetně vhodného cvičebního plánu
- Instruktor bude veden k získání pedagogických, metodických a praktických znalostí v oblasti pohybových aktivit .
- Trenér Pilates bude vybaven základními znalostmi z anatomie, fyziologie, psychologie, práva a dalších předmětů.
- Bude umět sestavovat cvičební programy a jednotlivé lekce dle úrovně a potřeb frekventantů na lekci.
- Dále bude vybaven základní technikou pozic, technikami vědomého dýchání, relaxačními technikami.
- Se základní znalostí jak preventivně působit proti civilizačním chorobám (bolest zad, vysoký krevní tlak, astma, stres, deprese, úzkost, problémy se srdcem, diabetes,...), ale i dalším chorobám a jak je účinně léčit pomocí Pilates.
- Lektor Pilates bude veden k propagování zdravého životního stylu a etických a mravních zásad.

Zkušenosti a znalosti

- Získáte základní znalosti z oboru anatomie a fyziologie, psychologie(důraz je kladen především na komunikaci), první pomoci a pedagogiky(především jak vést hodinu v klidu a spokojenosti všech), hygieny sportu, práva a sportovního tréningu
- Rozšíříte své znalosti Pilates
- Naučíme Vás relaxační techniky
- Základy dechových technik, které jsou klíčové při Pilates
- Vysvětlíme Vám správné držení těla a objasníme co je to hluboký stabilizační systém
- Seznámíte se s jednotlivými cviky, s jejich vlivem na zlepšení zdraví cvičenců
- Budete mít základní znalost o tom, jak pracovat se specifickými skupinami cvičících
- Osvojíte si Skladbu lekce Pilates pro jednotlivce i pro skupinu

Náplň kurzu

- Pilates (rehabilitační a klasické)
- Metodika vedení lekcí
- Anatomie a fyziologie
- Filozofie, etika, historie jógy
- Zdravý životní styl
- Pedagogika
- První pomoc
- Psychologie, hygiena sportu, sportovní trénink

- Právo s aport

Zkoušky a certifikace

Zkoušky jsou placeny extra a jsou zcela mimo termín kurzu

Zkouška dle Národní soustavy kvalifikací:
Zkouška vede k profesní kvalifikaci. V Národní soustavě kvalifikací je velmi podrobně popsáno, jakým způsobem se zkoušky provedou a co uchazeč o certifikát může u zkoušky čekat.
Zde můžete vyhledat všechny potřebné detaily, ale se vším Vás seznámíme na kurzu:

Podmínky ke splnění požadavků odborného programu Instruktor jógy, Instruktor power jógy a Pilates jsou obsaženy v Národní soustavě kvalifikací. 3305https://www.narodnikvalifikace.cz/kvalifikace-55--Instruktorinstruktorka_pilates/revize-3716

Nastudujte si především „Hodnotící standard“, který si můžete stáhnout ze stránky, na kterou se dostanete přes výše uvedený link.

Vše ohledně zkoušky se dozvíte na našich kurzech, na zkoušku Vás připravíme.

cena zkoušky:
pro absolventa našeho 150h přípravného kurzu: 2.000 Kč
bez absolvování kurzu: 7.000 Kč

Osvědčení a rekvalifikace

Kurz je akreditován ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy a díky tomu obdržíte po úspěšném absolvování „Osvědčení o rekvalifikaci".

Naše vzdělávací centrum je akreditováno MŠMT . Naše kurzy vedou k přípravě na zkoušky z profesní kvalifikace "Instruktor pilates". Jsme autorizovaná osoba jak na jógu, tak na power jógu, pak se u nás můžete přihlásit i na zkoušku.

Platební podmínky

Přímý plátce je ten, kdo platí kurz ze svého, ne přes UP nebo za něho platí firma.
Pro organizace a úřad práce je cena bez jakýchkoliv slev

Po vyplnění a zaslání přihlašovacího formuláře Vám přijde do zadaného mailu dopis s instrukcemi a v okamžiku, kdy zaplatíte zálohu na kurz, tak Vás zaregistrujeme. (POZOR! pokud email nepřijde, nejprve zkontrolujte Spam nebo hromadné) V dopise je vždy nyní nově uvedeno, že Vás zaregistruji do kurzu poté, co zaplatíte plnou cenu kurzovného.

Kurzovné musí být zaplaceno nejpozději do 7 dnů po obdržení proforma faktury, aby byla registrace dokončena.

Jak záloha, tak celé kurzovné je nevratné. V případě, že nenastoupíte na Váš kmenový kurz = kurz, který jste si zaplatili, blokujete místo někomu jinému, kdo se nemohl již na kurz přihlásit!

V případě, že velmi vážně onemocníte a jste připoutáni na lůžko, tak pokud mi do 5 dnů od začátku kurzu pošlete potvrzení od lékaře, že jste pohybu neschopní a nemůžete se dostavit na kurz, tak Vám peníze vrátíme. V případě, že nastoupíte na kurz, tak víte o svém zdravotním stavu a o svých schopnostech. Peníze nevracíme proto, že kurz nezvládáte. Můžete praktikovat pouze ty cviky, které zvládnete s vašimi případnými omezeními. Také, když se zraníte nebo máte nějaké zdravotní potíže, které vás nutně nepoutají na lůžko, můžete sledovat kurz v tělocvičně a necvičit. Nemusíte nutně fyzicky praktikovat ásány, či jiná cvičení. Jako učitel jógy je potřeba, abyste uměli klientům vysvětlit, jak mají co dělat.
V případě těhotenství peníze nevracíme. Můžete chodit na kurz a poslouchat a pozorovat výklad. Nemusíte nutně fyzicky praktikovat ásány, či jiná cvičení. Jako učitel jógy je potřeba, abyste uměli klientům vysvětlit, jak mají co dělat.

Pokud na kurz nenastoupíte, či kurz přerušíte v průběhu kurzu, můžete do uplynutí 12 měsíců nastoupit na další kurz, na kterém se domluvíme, s tím, že si doplatíte do plné ceny kurzu (koupil/a jste kurz ve slevě) a 3.000 Kč pokuta.

Uchazeč z Úřadu práce nejdříve zaplatí plnou cenu kurzu v takové výši, jako kdyby nebyl uchazeč přes UP. Student musí ukončit kurz řádnými zkouškami v termínu, který má na zkoušky kurz, na který se přihlásil. Pak nahlásí zkoušejícím, že je přes UP a naše vzdělávací zařízení vyfakturuje příslušnému UP - Student donese fakturační údaje Úřadu práce. Jakmile UP našemu vzdělávacímu středisku zaplatí za kurz, obratem vracíme peníze, které student zaplatil.

Pokud neukončí kurz uchazeč z Úřadu práce, pak ÚP kurz neproplatí a záloha v plné výši kurzu propadá, nedostanete peníze zpět.

3. část

Kvalifikace "Instruktor/ka Zdravotní tělesné výchovy"

Přečtěte si, prosím, celou informaci o kurzu, abyste měli úplnou informaci:

Naše vzdělávací centrum je akreditováno MŠMT na kurzy "Instruktor jógy," "Instruktor Power Jógy," "Instruktor Pilates," "Instruktor Zdravotní tělesné výchovy," "Instruktor tance" a "Instruktor pobytu v přírodě."

Kurzy

Kurzy jsou rekvalifikační - na základě osvědčení z našeho vzdělávacího střediska je možné získat živnostenský list na živnost "Instruktor ZTV"

Podmínky pro přijetí do kurzu:

- Věk minimálně 18 let (u 150h kurzu musíte mít alespoň maturitu, u 200h nemusíte)
- Pokud Ti není 18 let, můžeš se přihlásit a budeš v přípravném kurzu za stejných podmínek (hodiny a cena) jako starší 18 let. Získání certifikátu bude pak podmíněno věkem 18 let a také x víkendovým kurzem (x je podmíněno počtem let, které Tě dělí od 18 let). Nejmladšímu účastníkovi může být 13 let, ale před zaplacením projde přijímacím řízením. Z ničeho nezkoušíme! Určitě zavolej! Vysvětlíme!
- základní znalost práce s PC a mít k dispozici PC s kamerou

Kurz probíhá v prostorách budovy FTVS UK (fakulty tělovýchovy a sportu University Karlovy) José Mártího 31, Praha 6, na Barrandově, Fakultní základní škola a mateřská škola Barrandov II při PedF UK Praha, Praha 5 – Hlubočepy, V Remízku 7/919, a Hostivice Tejnorova 1356, změna místa vyhrazena,

Termíny kurzů najdete na webových stránkách v rubrikách "Termíny," "Rozvrh," "Přehled kurzu" a "Kalendář". Změna termínů a denního hodinového rozvrhu vyhrazena.
Registrovat na kurz se můžete na webových stránkách v rubrice "přihlášení".

Pokud máte ještě nějaké další dotazy, kromě těch, co jsou na webových stránkách v rubrice "Časté otázky", tak mi napište na blankajanickova@seznam.cz nebo zavolejte od pondělí do pátku v době od 9 do 17h telefon 724 648 545 (pokud telefon nevezmu, tak mám jógu nebo terapii, zavolám zpět :)) .

Úroveň zkušeností těch, kteří se hlásí na kurz je různá. Mezi přihlášenými jsou jak lidé, kteří se dané disciplíně dlouhodobě věnují, tak ti, kteří ji objevili nedávno. Jedná se o kurzisti, kteří se buď chtějí instruktorskou činností živit a nebo kurz absolvují pro vlastní seberozvoj.

Rekvalifikační kurz Instruktor/ka Zdravotní tělesné výchovy. Jedná se o kombinované studium (prezenčně a online).

Cena kurzu obsahuje:
- výuka kombinovaná - presenčně a online
- studijní materiály
- řádné zkoušky (v případě zkoušky v jiném termínu + 500 Kč)
- certifikát o odborném vzdělání v češtině, o absolvování základního vzdělávacího programu s akreditací MŠMT

Pokud je on-line výuka, pak videa nejsou profesionální videa, pouze snímáme vyučování tak, aby výuka mohla dál probíhat. Nemáme profesionální odhlučněná studia, mohou být přítomny i zvuky z ulice, z domu, zvířata, ...

Prezenční studium probíhá o víkendech (víkendové kurzy). Při on-line výuce máte výuku rozdělenou do bloků, při čemž máte k dispozici výuková videa na omezenou dobu, a každý výukový online blok je zakončen živým vysíláním, kde nám můžete klást otázky vždy k tématu videí, která budete mít zrovna v tu dobu přístupná na sledování.

Co na kurzu získáte?
Co bude lektor ZTV umět a kde může své znalosti uplatnit:

- Ve vedení cvičebních jednotek v rámci volnočasových aktivit – pro děti od batolat, přes teenagery, dospělé, sportovce a nebo naopak lidi po úrazech či operacích, až po důchodce
- Na speciální výuce zdravotní TV na školách – MŠ, ZŠ i SŠ
- Rozšíří si obzory v rámci klasické TV
- Rozšíří kompetencí a obzory v rámci klasických aerobních cvičení (jóga, pilates, aerobik, kruhový trénink, zdravotní cvičení jako SM systém apod.), zejména pro klienty s častými zdravotními komplikacemi
  - Bolestmi zad – znalost, které cviky zařadit, kterým se naopak vyhnout, které určitě využívat pro úlevu atd.
  - Obezitou – vhodné cvičení pro hubnutí
  - Atd.
- V terapiích v rámci zdravého životního stylu, nutriční specializaci, sestavení jídelníčku včetně vhodného cvičebního plánu
- Instruktor bude veden k získání pedagogických, metodických a praktických znalostí v oblasti pohybových aktivit .
- Trenér ZTV bude vybaven základními znalostmi z anatomie, fyziologie, psychologie, práva a dalších předmětů.
- Bude umět sestavovat cvičební programy a jednotlivé lekce dle úrovně a potřeb frekventantů na lekci.
- Dále bude vybaven základní technikou pozic, technikami vědomého dýchání, technikami zapojování zámků v těle, relaxačními technikami.
- Se základní znalostí jak preventivně působit proti civilizačním chorobám (bolest zad, vysoký krevní tlak, astma, stres, deprese, úzkost, problémy se srdcem, diabetes,...), ale i dalším chorobám a jak je účinně léčit pomocí Zdravotní tělesné výchovy .
- Lektor Zdravotní tělesné výchovy bude veden k propagování zdravého životního stylu a etických a mravních zásad .

Zkušenosti a znalosti

- Získáte základní znalosti z oboru anatomie a fyziologie, psychologie(důraz je kladen především na komunikaci), první pomoci a pedagogiky(především jak vést hodinu v klidu a spokojenosti všech), hygieny sportu, práva a sportovního tréningu
- Rozšíříte své znalosti Zdravotní tělesné výchovy
- Naučíme Vás relaxační techniky
- Základy dechových technik, které jsou klíčové při Zdravotní tělesné výchově
- Vysvětlíme Vám správné držení těla a objasníme co je to hluboký stabilizační systém
- Seznámíte se s jednotlivými cviky, s jejich vlivem na zlepšení zdraví cvičenců
- Naučíme Vás oční cviky
- Budete mít základní znalost o tom, jak pracovat se specifickými skupinami cvičících
- Osvojíte si Skladbu lekce ZTV pro jednotlivce i pro skupinu
- Představíme Vám základy Ajurvédy

Náplň kurzu

- Zdravotní tělesná výchova
- Metodika vedení lekcí
- Anatomie a fyziologie

- Filozofie, etika, historie jógy
- Zdravý životní styl
- Pedagogika
- První pomoc
- Psychologie, hygiena sportu, sportovní trénink
- Právo s aport

Zkoušky a certifikace

Zkoušky v řádném termínu jsou v ceně kurzu.

Zkoušky v naší škole:
Student je připuštěn k praktické zkoušce, jestliže odevzdá:

Seminární práci dle vybraného tématu schváleného hlavním učitelem.
Vedení lekce ZTV (video)
Vysvědčení z nejvýše dosaženého vzdělání (ZŠ nebo Maturita, nebo diplom VŠ)
Seznam hospitačních hodin
Podepsané GDPR

Obecná část
- písemný test z oborů anatomie, fyziologie
- písemný test z psychologie, první pomoci, hygieny a výživy, pedagogiky a ZTV

Praktická část
- Ustní zkouška ze ZTV

Účast na kurzu musí být min. 80 %.
Hodnocení úspěšnosti závěrečné zkoušky (80%)

Osvědčení a rekvalifikace

Kurz je akreditován ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy a díky tomu obdržíte po úspěšném absolvování „Osvědčení o rekvalifikaci".

Platební podmínky

Přímý plátce je ten, kdo platí kurz ze svého, ne přes UP nebo za něho platí firma.
Pro organizace a úřad práce je cena bez jakýchkoliv slev

Po vyplnění a zaslání přihlašovacího formuláře Vám přijde do zadaného mailu dopis s instrukcemi a v okamžiku, kdy zaplatíte zálohu na kurz, tak Vás zaregistrujeme. (POZOR! pokud email nepřijde, nejprve zkontrolujte Spam nebo hromadné) V dopise je vždy nyní nově uvedeno, že Vás zaregistruji do kurzu poté, co zaplatíte plnou cenu kurzovného.

Kurzovné musí být zaplaceno nejpozději do 7 dnů po obdržení proforma faktury, aby byla registrace dokončena.

Jak záloha, tak celé kurzovné je nevratné. V případě, že nenastoupíte na Váš kmenový kurz = kurz, který jste si zaplatili, blokujete místo někomu jinému, kdo se nemohl již na kurz přihlásit!

V případě, že velmi vážně onemocníte a jste připoutáni na lůžko, tak pokud mi do 5 dnů od začátku kurzu pošlete potvrzení od lékaře, že jste pohybu neschopní a nemůžete se dostavit na kurz, tak Vám peníze vrátíme. V případě, že nastoupíte na kurz, tak víte o svém zdravotním stavu a o svých schopnostech. Peníze nevracíme proto, že kurz nezvládáte. Můžete praktikovat pouze ty cviky, které zvládnete s vašimi případnými omezeními. Také, když se zraníte nebo máte nějaké zdravotní potíže, které vás nutně nepoutají na lůžko, můžete sledovat kurz v tělocvičně a necvičit. Nemusíte nutně fyzicky praktikovat ásány, či jiná cvičení. Jako učitel jógy je potřeba, abyste uměli klientům vysvětlit, jak mají co dělat.
V případě těhotenství peníze nevracíme. Můžete chodit na kurz a poslouchat a pozorovat výklad. Nemusíte nutně fyzicky praktikovat ásány, či jiná cvičení. Jako učitel jógy je potřeba, abyste uměli klientům vysvětlit, jak mají co dělat.

Pokud na kurz nenastoupíte, či kurz přerušíte v průběhu kurzu, můžete do uplynutí 12 měsíců nastoupit na další kurz, na kterém se domluvíme, s tím, že si doplatíte do plné ceny kurzu(koupil/a jste si kurz za zlevněnou cenu) + 3.000 Kč pokuta.

Uchazeč z Úřadu práce nejdříve zaplatí plnou cenu kurzu v takové výši, jako kdyby nebyl uchazeč přes UP. Student musí ukončit kurz řádnými zkouškami v termínu, který má na zkoušky kurz, na který se přihlásil. Pak nahlásí zkoušejícím, že je přes UP a naše vzdělávací zařízení vyfakturuje příslušnému UP - Student donese fakturační údaje Úřadu práce. Jakmile UP našemu vzdělávacímu středisku zaplatí za kurz, obratem vracíme peníze, které student zaplatil.

Pokud neukončí kurz uchazeč z Úřadu práce, pak ÚP kurz neproplatí a záloha v plné výši kurzu propadá, nedostanete peníze zpět.

Pokud neukončíte kurz zkouškami v termínu, který je vypsán pro Váš kurz, můžete zkoušky složit nejpozději do 12 měsíců od ukončení Vašeho kmenového kurzu. Pokud nestačíte složit zkoušky do 12 měsíců, musíte znova nastoupit na kurz, ale zaplatíte pouze 5 200 Kč. Můžete nastoupit nejpozději 18 měsíců po ukončení Vašeho kmenového kurzu. Tento bod platí pro všechny uchazeče kromě uchazečů přes UP. UP vyžaduje, aby byly zkoušky složeny v 1. řádném termínu.

Kdo nestíhá zkoušky v řádném termínu, zaplatí pak u zkoušek pouhých 500 Kč a může je složit do roka.