

# Podmínky kurzu

## Přihlášení

- Vyplňte následující přihlašovací formulář
- Poté Vám pošlu dopis s instrukcemi a v okamžiku, kdy zaplatíte zálohu na kurz, tak Vás zaregistruji. Pokud nemáte celou částku, to znamená, že nemůžete zaplatit protože nemáte peníze, je možné se domluvit na rozkladu plateb.

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

Kurz instruktor tanečních sportů = kvalifikace, kterou potřebujete na získání živnostenského listu

Naše vzdělávací centrum je akreditováno MŠMT. Kurzy jsou rekvalifikační, takže na základě osvědčení z našeho vzdělávacího střediska je možné získat živnostenský list na živnost "Trenér tanečních sportů" ). Máte skvělou příležitost k rozšíření své kvalifikace. Jde o velmi intenzivní kurz, který je určen nejen pro budoucí lektory tance, ale i pro ty, kteří se chtějí o tanci dozvědět víc.

Podmínky pro přijetí do kurzu:

- věk minimálně 18 let
- V případě, že nemáte maturitu je váš kurz s dotací 200 h

Úroveň zkušeností těch, kteří se hlásí na kurz je různá. Mezi přihlášenými jsou jak lidé, kteří se jógou dlouhodobě zabývají, tak ti, kteří ji objevili nedávno.

Kurz probíhá většinou v prostorách budovy FTVS UK (fakulty tělovýchovy a sportu University Karlovy) José Mártiho 31, Praha 6.

Termíny kurzů najdete na webových stránkách v rubrikách "Termíny", "Rozvrh" a "Kalendář".

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](mailto:blankajanickova@seznam.cz) nebo zavolejte od pondělí do pátku v době od 9 do 17h telefon 724 648 545 (pokud telefon nevezmu, zavolám zpět :)) .

## Co na kurzu získáte?

- Instruktor moderního a současného tance bude veden k získání pedagogických, metodických a praktických znalostí v oblasti pohybových aktivit v oblasti tance.
- Trenér tance bude vybaven základními znalostmi z anatomie, fyziologie, psychologie, práva a dalších předmětů.
- Bude umět sestavovat cvičební programy a jednotlivé lekce dle úrovně frekventantů taneční lekce.
- Dále bude vybaven základy tanečních technik, které vyučujeme.
- Lektor tance bude veden k propagování zdravého životního stylu a etických a mravních zásad .

## Zkušenosti a znalosti

- Na našem kurzu je 100 h praxe a 50 h povinných předmětů trenérské školy MŠMT, u 200 h je navíc 50 h taneční praxe
- V kurzu naší taneční školy se seznámíte se základy tanečních technik: Graham Technique, Limón

Technique, Cunningham Technique, Taneční improvizace, Taneční jóga a tanec pro děti.

- Představíme Vám Street dance, Bachata, samsa a Merenge
- 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 tréninku
- Získá pedagogické, metodické a praktické znalostí v oblasti tanečních technik: Graham Technique, Limón Technique, Cunningham Technique, Taneční improvizace, Taneční jóga a tanec pro děti.
- Se znalostí, co je to správný pohyb z anatomického i zdravotního hlediska, jak pracovat s váhou těla a jeho váhovými celky,
- Jak postupovat v průběhu lekce od základních pohybů chodidel, jak zlepšit postavení kyčlí v paralelní a vytočené pozici, jak vyučít správnou práci trupu a páteře, vedení paží a využívání váhy. Jak následně zapojit pohyb jednotlivých částí těla do celkového pohybu těla ve vzájemné koordinaci. Jak naučit plynulému a přirozenému pohybu na základě střídání svalového napětí a uvolnění.
- Jak pracovat s pohybovými variacemi ve vztahu k prostoru (vertikála, horizontála, diagonála), body v prostoru, roviny těla. Jak vychovat svaly potřebné pro zdravý a správný pohyb a tanec, jak během taneční lekce zapojit myšlení a rozvíjet pohybovou paměť a inteligenci studentů
- Jak sestavit taneční lekci s ohledem na úroveň účastníků a tak, aby taneční prvky a pohybové variace na sebe logicky navazovaly, na jakém základu stanovit cíl lekce a jak přizpůsobit stavbu hodiny tomuto cíli.
- Bude vědět, jak pracovat s hudbou, energií a motivací, relaxačními a strečinkovými technikami. Dále jak zlepšit rovnováhu, koordinaci, sílu, flexibilitu ve spojení se správným dýcháním a vnést do lekce
- inspiraci novými pohybovými možnostmi.

## Osvědčení o rekvalifikaci

- Kurz naší jógové školy je akreditován Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy a díky tomu obdržíte po úspěšném absolvování „Osvědčení o rekvalifikaci“
- Akreditace našeho kurzu je "Trenér tanečních kurzů".
- **Certifikáty účastníků kurzů jsou časově neomezené dle pravidel MŠMT :)**

## Proč právě u nás?

- Na našich kurzech získáte certifikát MŠMT ČR .
- Naše jógová škola si zakládá na vedení kurzů zážitkovou formou se zaměřením na praxi
- Kromě jiného máme v našem lektorském týmu i fyzioterapeuta s lékařem, kteří "kloubí" Tanec s fyzioterapií
- Uplatňujeme principy z fyzioterapeutického přístupu Jirky Čumpelíka a dalších fyzioterapeutů.
- Stejně jako jiná vzdělávací střediska splňujeme veškeré požadavky MŠMT a máme tým zkušených lektorů( většinou vyučujících na HAMU tanec).
- Kurzy probíhají většinou na Fakultě tělesné výchovy a sportu University Karlovy, zde je možné se ubytovat za velmi slušných cenových podmínek viz [ubytování](#).

## Náplň kurzu

### Tanec

- Na našem kurzu Vám představíme i různé styly tance a nejen to, také Vás hodně z toho naučíme :)
- Náš kurz je především zaměřený na praxi.
- Z teorie splňujeme penzum dané MŠMT.

## **Taneční techniky vyučované na našem kurzu**

- Street dance
- Salsa
- Bachata
- Merengue
- Západoafrické tance
- Technika na základě Cunningham
- Technika Marthy Graham
- Technika Limón/ Humphrey
- Taneční jóga
- Contemporary dance (Současný tanec)

## **Metodika vedení lekcí**

- Skladba lekce - seznamujeme podrobněji se stavbou lekce .
- Mluvíme o stavbách lekcí.
- Pro trenéry tance je důležité naučit se pracovat s kolektivem, vědět jak lekce koncipovat a přizpůsobovat dle potřeb klientů. V těchto hodinách bude pozornost věnována především tomu jak nejlépe sestavit a připravit lekci pro klienty a jak lekce vést.
- 

## **Anatomie a fyziologie**

- Seznámíme vás se základy anatomie a fyziologie.
- Důležitá je především znalost kloubů a svalů, dýchacího, hormonálního a mízního systému.

## **Zdravý životní styl**

- Budeme se věnovat tématu jak zdravě žít. Dozvíte se něco o stravě, pohybu, spánku, klidné mysli.....

## **První pomoc**

- Naučíme Vás základy 1.pomoci, abyste věděli co je potřeba udělat, v případě, že na Vaší lekci, či v jakékoliv jiné situaci v životě, půjde někomu o zdraví či o život.

## **Pedagogika**

- V tomto bloku si promluvíme o tom, jak nejlépe pedagogicky působit při lekcích tance na klienty.
- Seznámíme Vás s prací s problémovými klienty.
- Důraz klademe na komunikaci.

## **Psychologie, hygiena sportu, sportovní trénink**

- V psychologii se věnujeme především vybrané technice, pomocí zážitku prožití sebe poznání.
- Dále se budeme věnovat hygieně sportu a sportovního tréninku.

## **Právo a sport**

- Seznámíme Vás s důležitými věcmi týkající se práva a sportu. Především, jak si založit živnostenský list, jaká mít pojištění, která jsou nezbytná pro činnost instruktora tance, jak si pronajímat

tělocvičnu, jak uzavírat pracovní smlouvu, jaké jsou typy smluv.

## Platební podmínky

Po přihlášení Vám přijde **dopis s instrukcemi** a v okamžiku, kdy **zaplatíte zálohu ( buď v plné výši, nebo po domluvě část kurzovného - pokud teď nemáte všechny peníze)**, Vás zaregistrujeme. Kurz je potřeba zaplatit do 7 dnů po obdržení proformafaktury. (Celé kurzovné musí být zaplacen nejpozději 14 kalendářních dní před začátkem kurzu, pokud se domluvíme na nějakých změnách oproti proformafaktuře, ALE POZOR, doporučujeme zaplatit co nejdříve, abyste byli zařazeni do kurzu).

- V případě, že nenastoupíte na kurz, jak záloha, tak celé kurzovné je **nevratné**.
- V případě, že velmi vážně onemocníte a jste připoutáni na lůžko, do 5 dnů od začátku kurzu pošlete potvrzení od lékaře, že jste pohybu neschopní a nemůžete se dostavit na kurz, peníze Vám vrátíme.
- V případě těhotenství peníze nevracíme. Můžete chodit na kurz a poslouchat a pozorovat výklad. Nemusíte nutně fyzicky praktikovat ásány, či jiná cvičení. Vy jako budoucí učitelé tance potřebujete umět především 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, tedy ceny bez slevy. Sleva je poskytována pouze přímým plátcům, kteří řádně absolvují kurz, na který se přihlásili. Ale je potřeba vše vyřídit v době, kdy chcete přerušit kurz! Plus zaplatíte 5.200 Kč poplatek za přeložení do jiného kurzu.
- Pokud **neukončí** kurz **uchazeč z Úřadu práce**, pak ÚP kurz neproplatí a záloha v plné výši **propadá**.
- 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.
- Termíny, časové rozvrhy, a místo pro konání kurzu je vyhrazeno, může dojít ke změně.

## Závěrečná zkouška v naší taneční škole - Kurz Instruktor

### Obecná část

- Písemný test z oborů anatomie, fyziologie, psychologie, první pomoci, hygieny a výživy a pedagogiky

### Student je připuštěn k praktické zkoušce, jestliže odevzdá

- Seminární práci dle vybraného tématu schváleného hlavním učitelem.
- Seznam 6 hospitačních hodin od minimálně 3 různých lektorů (libovolná lekce tance, do těchto hodin se nezapočítávají hodiny ze seminářů a workshopů) m
- DVD nebo flash disk se záznamem Vaší lekce tance.
- Vysvědčení z nejvýše dosaženého vzdělání (ZŠ nebo Maturita, nebo diplom VŠ)
- Obsah a harmonogram závěrečné zkoušky (např. test, ústní zkouška, praktická zkouška):Obecná část:
  - písemný test z oborů anatomie, fyziologie, a první pomoci (2 hodiny)
  - písemný test z historie moderního a současného tance,
  - Praktická část
  - Praktické vedení lekce tance

# Živnostenský list pro vedení lekcí tance

Vzhledem k tomu, že Učitel tance (Instruktor tance) je živnost vázaná, tak je nutné nejdříve absolvovat kurz "Trenér tanečních sportů", jestliže se chcete věnovat činnosti Učitel tance.

Jakmile absolvujete taneční kurz a složíte zkoušky, získáte osvědčení, které slouží jako doklad o odborné způsobilosti a které je vystaveno s neomezenou dobou platnosti pro území ČR. (Toto naše osvědčení uznávají i v jiných zemích - vydáváme osvědčení i v angličtině, němčině, francouzštině a španělštině)

Na Živnostenském úřadě budete ohlašovat živnost Poskytování tělovýchovných služeb v oblasti tance.

Postup při ohlášení živnosti:

1. Na Živnostenském úřadě vyplníte registrační formulář; prostřednictvím něhož učiníte registraci do těchto evidencí: živnostenský úřad, finanční úřad, Česká správa sociálního zabezpečení, úřad práce a zdravotní pojišťovna.
2. Úhrada administrativního poplatku (nyní činí 1 000 Kč)
3. Doložení tzv. všeobecných podmínek a odborné způsobilosti

Všeobecné podmínky jsou:

- minimální věk 18 let
- způsobilost k právním úkonům
- bezúhonnost (výpis z evidence Rejstříku trestů).

Odbornou způsobilostí se míní doložení osvědčení o získání rekvalifikace na danou činnost (v tomto případě osvědčení po absolvování kurzu "Trenér tanečních sportů") a maturitního vysvědčení (nebo VŠ diplomu) u Vás, kteří jste absolvovali kurz s časovou dotací 150h. Vy, kteří jste absolvovali kurz s časovou dotací 200h stačí pouze Osvědčení o rekvalifikaci (tedy o absolvování kurzu ).

Právo provozovat živnost, pokud jsou splněny všechny náležitosti, vzniká dnem ohlášení. V opačném případě (tedy pokud máte nějakou chybu při podávání žádosti) živnostenský úřad vyzve k doložení zbývajících dokladů ve stanovené lhůtě, a pokud jsou vady odstraněny, oprávnění vzniká rovněž dnem ohlášení.

## Pojištění instruktorů

Pojištění instruktorů zajišťuje Česká komora fitness - [www.komorafitness.cz](http://www.komorafitness.cz). Pojištění není součástí přihlášky na program Instruktor tance. V případě zájmu o pojištění kontaktujte Česká komora fitness, o.s. ([info@ceskakomorafitness.cz](mailto:info@ceskakomorafitness.cz)).

Každý lektor tance, cvičitel nebo učitel, který pracuje s lidmi v rámci pohybových dovedností by měl myslet na svou ochranu formou pojištění proti způsobení škody druhé osobě. Česká fitness komora nabízí toto pojištění pro své členy v rámci členství ve Fitness registru profesionálů.

Základní členství, které ve vašem profilu umožňuje zobrazení pouze jména, příjmení, kontaktu a fotografie je pouhým prostředkem pro vaše zviditelnění. Vyšší úroveň registrace - tzv. Premium členství pro fyzické osoby - individuální fitness instruktoři, jóga profesionálové - je zpoplatněno částkou 1 000 Kč za 12 měsíců včetně 600 Kč pojištění proti způsobení škody. Aktivací Premium členství se automaticky stáváte členem České komory fitness (ČKF).