



Smernica o odbornej príprave členov a metodických odborníkov SVTS

Žilina, 20.3.2015



Použité skratky:

xx UIAA	Stupeň xx stupnice UIAA,
Cvičiteľ	Cvičiteľ vysokohorskej turistiky III. triedy,
ERC	European resuscitation council,
HZS	Horská záchranná služba,
Inštruktor	Inštruktor vysokohorskej turistiky II. triedy,
I1	Inštruktor vysokohorskej turistiky I. kvalifikačného stupňa SVTS,
I2	Inštruktor vysokohorskej turistiky II. kvalifikačného stupňa SVTS,
KPR	Kardio-pulmonálna resuscitácia,
LZ	Lektorský zbor SVTS,
M xx	Stupeň xx mixovej stupnice,
MCI	Inštruktor horolezectva (James),
Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a športu SR	Ministerstvo školstva SR,
MK	Metodická komisia SVTS,
Program	Program obnovy kvalifikácie,
PZČ	Pozemná záchranná činnosť (HZS),
Smernica	Smernica na odbornú prípravu členov a metodických odborníkov SVTS,
SMI	Inštruktor skialpinizmu (James),
SVTS	Slovenský vysokohorský turistický spolok,
UIAA	Union Internationale des Associations d'Alpinisme,
VhT	Vysokohorská turistika,
VZ	Vzdelávacie zariadenie SVTS,
WI x	Stupeň x stupnice ľadového lezenia,
Z-VhT	Kurz Základy vysokohorskej turistiky, Základná príprava,
ZZČ	Základná záchranná činnosť (HZS).



Obsah

1	Úvod.....	4
2	Vzdelávacie zariadenie SVTS.....	4
2.1	Vedúci Vzdelávacieho zariadenia	6
2.2	Metodická komisia SVTS.....	6
2.3	Lektorský zbor SVTS.....	7
3	Inštruktori vysokohorskej turistiky I. a II. kvalifikačného stupňa.....	8
3.1	Práva inštruktora I1	8
3.2	Práva inštruktora I2	9
3.3	Povinnosti inštruktora I1 a I2	9
4	Formy odbornej prípravy v SVTS.....	10
4.1	Základná príprava - Kurz Základy vysokohorskej turistiky	10
4.1.1	Štruktúra vzdelávacieho programu základnej prípravy:	10
4.1.2	Podmienky zaradenia do kurzu Z-VhT:	11
4.1.3	Organizácia kurzov Z-VhT.....	12
4.2	Kvalifikačná príprava metodických odborníkov SVTS	13
4.2.1	Štruktúra kvalifikačnej prípravy.....	13
4.2.2	Podmienky zaradenia do kvalifikačnej prípravy	15
4.2.3	Skúšky v kvalifikačnej príprave	16
4.2.4	Organizácia kvalifikačnej prípravy	18
4.3	Program obnovy kvalifikácie	18
4.3.1	Štruktúra Programu obnovy kvalifikácie.....	19
4.3.2	Podmienky zaradenia do Programu obnovy kvalifikácie	20
5	Úhrada nákladov.....	20
6	PRÍLOHA 1 – Vzor osvedčenia o absolvovaní kurzu Z-VHT	21
7	PRÍLOHA 2 – Sylaby Základnej prípravy	22
8	PRÍLOHA 3 – Vzor prezenčnej listiny pre Základnú prípravu.....	26
9	PRÍLOHA 4 – Sylaby Kvalifikačnej prípravy	28
10	PRÍLOHA 5 – Vzor osvedčenia o absolvovaní Kvalifikačnej prípravy.....	35



1 Úvod

Slovenský vysokohorský spolok (ďalej SVTS) je občianske združenie, ktoré vzniklo v súlade so zákonom 83/90 Z.z. v januári 1997. Jedným zo základných programových cieľov SVTS, zakotvených priamo v stanovách, je vykonávanie vzdelávacej činnosti za účelom prípravy svojich členov na bezpečný pohyb a pobyt vo vysokohorskom prostredí. Zmienenu metodickú činnosť v oblasti vysokohorskej turistiky vykonáva Vzdelávacie zariadenie SVTS od roku 1999, kedy získalo od Ministerstva školstva SR akreditáciu na udeľovanie odbornej spôsobilosti *cvičiteľ vysokohorskej turistiky III. triedy* (ďalej *cvičiteľ*) a *inštruktor vysokohorskej turistiky II. triedy* (ďalej *inštruktor*) pod číslom protokolu 11/99. Na jej základe bolo v nasledujúcich pätnástich rokoch vyškolených 70 metodických odborníkov SVTS, z toho 23 *cvičiteľov* a 47 *inštruktorov*. Kľúčovým poslaním Vzdelávacieho zariadenia SVTS je príprava na samostatné, bezpečné a metodicky správne vykonávanie vysokohorskej turistiky. Túto činnosť vykonávajú naši *inštruktori* za asistencie *cvičiteľov* na kurzoch Základov VhT bez nároku na honorár. Do roku 2014 absolvovalo kurz Z-VhT vyše dvetisíc frekventantov.

Reagujúc na zmeny v legislatíve a aktuálne normy stanovené *Jednotným vzdelávacím systémom odborníkov v športe SR* získalo Vzdelávacie zariadenie SVTS v novembri 2014 akreditáciu na udeľovanie odbornej spôsobilosti *inštruktor vysokohorskej turistiky I. kvalifikačného stupňa* (*inštruktor I1*) a *inštruktor vysokohorskej turistiky II. kvalifikačného stupňa* (*inštruktor I2*). Trochu zjednodušene by sa dalo povedať, že *inštruktor I1* je ekvivalentom niekdajšieho *cvičiteľa* a *inštruktor I2* ekvivalentom niekdajšieho *inštruktora*. Jedným dychom však treba dodať, že štruktúra vzdelávacieho programu *inštruktorov I1* a *I2* bola zmenená, aktualizovaná a rozšírená v teoretickej aj praktickej rovine, doplnená o partie z oblasti skialpinizmu, lavínovej problematiky, horskej záchrany, horskej medicíny, moderných istiacich a postupových techník.

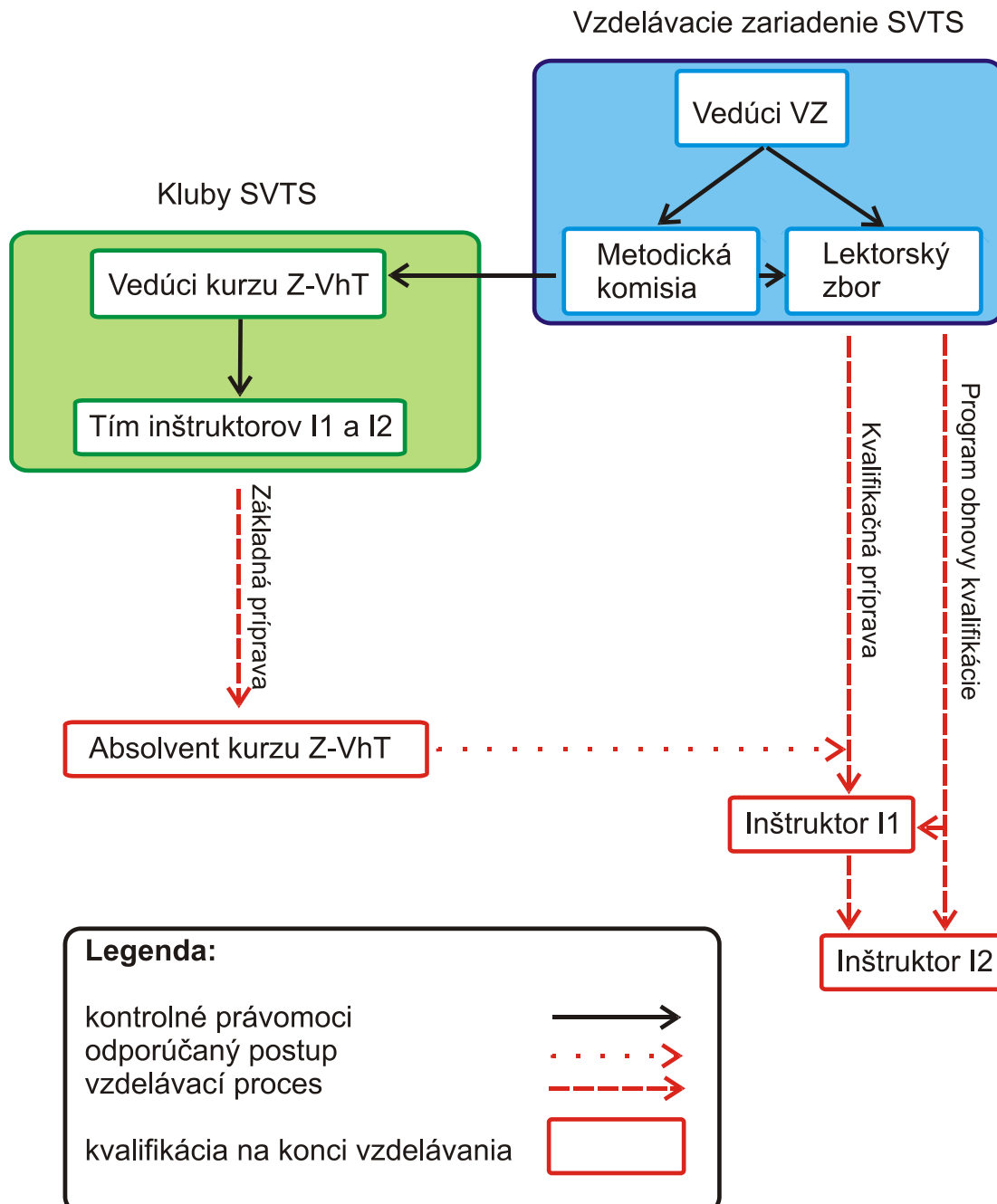
Aktuálna Smernica je interný predpis, ktorý definuje štruktúru Vzdelávacieho zariadenia SVTS, jeho orgány a kompetencie, ale aj podrobne opisuje systém vzdelávania v SVTS a oboznamuje s nárokmi kladenými na účastníkov.

2 Vzdelávacie zariadenie SVTS

Jednou z povinností člena SVTS, ktorá je zakotvená v Stanovách SVTS, je „*zvyšovanie svojich teoretických a praktických vedomostí, ktoré súvisia s činnosťou SVTS a vedú k bezpečnejšiemu a kvalitnejšiemu napĺňaniu cieľov a hlavných smerov činnosti SVTS*“. Vzdelávacie zariadenie SVTS (VZ) zabezpečuje hlavne metodický servis, nevyhnutný pre odborný rast členskej základne SVTS a pripravuje ju na bezpečné a metodicky správne vykonávanie vysokohorskej turistiky (VhT). Činnosť VZ nie je zameraná na dosiahnutie zisku a nesie znaky dobrovoľníctva¹.

¹ Zákon 406/2011 Z.z. o dobrovoľníctve a o zmene a doplnení niektorých zákonov

VZ sústreďuje odborníkov na metodiku vysokohorskej turistiky, rieši otázky a problémy súvisiace s bezpečnosťou pri vykonávaní VhT, podporuje, organizuje a personálne zabezpečuje prípravu laikov aj metodických odborníkov v oblasti VhT. VZ je akreditované Ministerstvom školstva SR pod číslom protokolu 2014-4660/55463:5-30AA na vykonávanie kvalifikačnej prípravy a udeľuje odbornú spôsobilosť inštruktor I1 a I2.



Obr. 1 Štruktúra vzdelávania v SVTS.



VZ:

- a) podporuje a kontroluje základnú prípravu v SVTS,
- b) organizuje a vykonáva Kvalifikačnú prípravu v SVTS,
- c) organizuje a vykonáva Program obnovy kvalifikácie v SVTS,
- d) archivuje dokumentáciu súvisiacu s prípravou a), b), c),
- e) udeľuje a vystavuje osvedčenia o odbornej spôsobilosti,
- f) prostredníctvom svojho orgánu - Metodickej komisie – zaujíma stanoviská k problémom, ktoré súvisia s bezpečnosťou a metodikou VhT.

VZ sa štruktúrálné delí na orgány:

- Metodická komisia SVTS,
- Lektorský zbor SVTS.

Na čele VZ stojí vedúci VZ.

2.1 Vedúci Vzdelávacieho zariadenia

Na čele Vzdelávacieho zariadenia SVTS stojí vedúci Vzdelávacieho zariadenia SVTS (vedúci VZ), ktorý je volený Snemom SVTS. Vedúci VZ:

- a) riadi VZ a činnosť Metodickej komisie, zastupuje ich smerom navonok,
- b) zodpovedá Snemu SVTS za činnosť VZ a za odbornú prípravu členskej základne,
- c) vedie evidenciu absolventov kurzov Z-VhT, inštruktorov I1 a I2, vedie evidenciu lektorov,
- d) pravidelne aktualizuje databázu inštruktorov I1 a I2, zverejňuje ho v spolkovom spravodajcovi a na internetovej stránke SVTS, poskytuje ju Ministerstvu školstva SR, orgánom činným v ochrane prírody a Horskej záchrannej službe (HZS),
- e) na návrh Lektorského zboru vymenúva nových inštruktorov I1 a I2, vystavuje osvedčenia o získaní kvalifikácie inštruktora I1 a I2,
- f) archivuje dokumentáciu o priebehu základnej a kvalifikačnej prípravy.

Funkčné obdobie vedúceho VZ je 4 roky. Vedúci VZ môže byť odvolaný snemom SVTS alebo sa môže vzdať svojho mandátu.

2.2 Metodická komisia SVTS

Metodická komisia (MK) je orgán VZ, ktorý zaujíma stanoviská k problémom, ktoré súvisia s bezpečnosťou a metodikou vysokohorskej turistiky. Medzi jej ťažiskové činnosti patria úlohy súvisiace so základnou a kvalifikačnou prípravou.

Členovia MK sú odborníci, ktorí majú dlhoročné skúsenosti, kvalifikačné a odborné predpoklady na zastávanie tejto funkcie. Zloženie Metodickej komisie navrhuje vedúci VZ a schvaľuje Ústredie SVTS. Nutnou podmienkou (nie však postačujúcou), ktorú musia kandidáti spĺňať je platná kvalifikácia I2 a preukázateľná metodická prax v trvaní minimálne 2 roky.



Metodická komisia:

- a) v súlade so zákonom² formuje štruktúru vzdelávacích programov v spolupráci s lektorským zborom,
- b) sleduje aktuálne trendy predovšetkým na poli horskej medicíny, horskej záchrany, materiálov, výbroje a výstroje, horolezeckej a skialpinistickej metodiky a na ich základe aktualizuje vzdelávacie programy,
- c) podieľa sa na organizovaní Kvalifikačnej prípravy,
- d) kontroluje dodržiavanie obsahu vzdelávacích programov,
- e) v súlade so zákonom³⁴ navrhuje členov Lektorského zboru, riadi a usmerňuje jeho činnosť,
- f) rozhoduje o ukončení platnosti kvalifikácie inštruktora I1 a I2.

2.3 Lektorský zbor SVTS

Lektorský zbor je orgán VZ, ktorý je činný v Kvalifikačnej príprave a Programe obnovy kvalifikácie. Členmi Lektorského zboru (LZ) môžu byť členovia MK, inštruktori I1 a I2, alebo iní odborníci v jednotlivých predmetoch kvalifikačnej prípravy, ktorí spĺňajú zákonom³⁴ stanovené odborné a kvalifikačné požiadavky. Zloženie LZ navrhuje MK a schvaľuje Ministerstvo školstva SR. Ak sa niektorý člen LZ nemôže zúčastniť na Kvalifikačnej príprave alebo Programe obnovy kvalifikácie, MK určí náhradníka, ktorý spĺňa odborné a kvalifikačné požiadavky podľa zákona³⁴. MK ďalej určí vedúceho kurzu, ktorý koordinuje činnosť LZ na mieste konania kvalifikačnej prípravy, dohliada na jej bezproblémový priebeh a v prípade potreby zabezpečuje kontakt medzi vedúcim VZ a LZ.

Lektorský zbor:

- a) vykonáva kvalifikačnú prípravu metodických odborníkov SVTS, t.j. vedie kvalifikačné kurzy inštruktorov I1 a I2,
- b) vedie odborné semináre a vykonáva skúšky Programu obnovy kvalifikácie,
- c) je poradným orgánom MK, v spolupráci s ktorou formuje štruktúru vzdelávacích programov,

Vedúci kurzu po konzultácii s členmi LZ navrhuje vedúcemu VZ udeliť/neudeliť odbornú spôsobilosť absolventom kurzu inštruktorov I1 a I2.

² Zákon. 288/1997 Z.z. o telesnej kultúre a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní (živnostenský zákon) v znení neskorších predpisov v znení zákona č. 300/2008 Z. z. a vyhlášky Ministerstva školstva Slovenskej republiky z 27. októbra 2008 o akreditačnej komisii pre oblasť telesnej kultúry a o Jednotnom vzdelávacom systéme odborníkov v športe Slovenskej republiky

³ Vyhláška 444/2008 Z.z. o akreditačnej komisii a Jednotnom vzdelávacom systéme odborníkov v športe SR

⁴ Jednotný vzdelávací systém odborníkov v športe SR

3 Inštruktori vysokohorskej turistiky I. a II. kvalifikačného stupňa

Inštruktori I1 a I2 sú samostatní metodickí odborníci, ktorí úspešne absolvovali kvalifikačnú prípravu vo Vzdelávacom zariadení SVTS.

Inštruktor I1 je podľa zákona³ „špecializovaný odborník v oblasti VhT, ktorý má zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú viesť športovú prípravu na úrovni rekreačného športu všetkých vekových kategórií“.

Inštruktor I2 je podľa zákona³ „špecializovaný odborník v oblasti VhT, ktorý má zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú viesť športovú prípravu na úrovni výkonnostného športu mládeže a rekreačného športu dospelých“.

Práva, povinnosti a kompetencie inštruktorov I1 a I2, ktorí sú zapojení do niektorej z foriem odbornej prípravy SVTS (viď kapitola 4), sú definované odsekmi 3.1 až 3.3, zákonmi⁵, vyhláškou⁶ a pokynmi⁷, prípadne inými predpismi, ktoré regulujú individuálnu a organizovanú činnosť v danom pohorí či národnom parku.

Inštruktori I1 a I2 sú spravidla členovia SVTS, ktorí môžu mať príslušnosť k niektorému z klubov SVTS (viď www.svts.sk). Na úrovni klubov SVTS vedú Základnú prípravu na bezpečný pohyb a pobyt pri vykonávaní VhT a to bez cieľa, ktorým by bolo dosiahnutie zisku.

Ak činnosť inštruktora I1 alebo I2 nenesie znaky dobrovoľníctva¹, ale vykonáva sa ako sústavná činnosť prevádzkovaná samostatne, vo vlastnom mene, na vlastnú zodpovednosť, za účelom dosiahnutia zisku a za podmienok ustanovených zákonom 455/1991 Z.z., potom sa jedná o *viazanú živnosť*. Osvedčenie o odbornej spôsobilosti I1 a I2, získané vo Vzdelávacom zariadení SVTS, vytvára odborné predpoklady pre prevádzkovanie tejto živnosti v príslušnej výkonnostnej kategórii. Inštruktor I1 alebo I2, ktorý samostatne vykonáva živnosť sa riadi právnou úpravou podnikania a vzdelávania odborníkov v športe.

3.1 Práva inštruktora I1

Inštruktor I1, ktorý pôsobí v SVTS a spĺňa vyššie uvedené kritériá má právo:

- pri vykonávaní metodickej činnosti používať označenie zodpovedajúce odbornej spôsobilosti,
- podávať návrhy a podnety na činnosť VZ a MK,
- podieľať sa v rozsahu svojich kompetencií⁵⁶⁷ na organizovaní a vedení kurzu Z-VhT pod dohľadom inštruktora I2,
- podieľať sa v rozsahu svojich kompetencií⁵⁶⁷ na organizovaní a vedení klubových akcií vo vysokohorskom prostredí pod dohľadom inštruktora I2,

⁵ Zákon 544/2002 Z.z. o Horskej záchrannej službe, 543/2002 Z.z. o ochrane prírody a krajiny

⁶ Všeobecne záväzná vyhláška Krajského úradu v Prešove č. 1/1999 o Návštevnom poriadku TANAPu

⁷ Pokyn HZS č. 10/2014 týkajúce sa bezpečnosti osôb v horských oblastiach pri výkone organizovaných činností a č. 11/2014 na zaistenie bezpečnosti osôb v horských oblastiach



- e) za účelom zvyšovania svojej odbornosti využívať dostupné metodické materiály vo vlastníctve SVTS,
- f) uchádzať sa o zvýšenie kvalifikácie na stupeň I2 po splnení stanovených podmienok,
- g) uchádzať sa o predĺženie kvalifikácie I1 po splnení stanovených podmienok.

3.2 Práva inštruktora I2

Inštruktor I2, ktorý pôsobí v SVTS a spĺňa vyššie uvedené kritériá má právo:

- a) pri vykonávaní metodickej činnosti používať označenie zodpovedajúce odbornej spôsobilosti,
- b) podávať návrhy a podnety na činnosť VZ a MK,
- c) podieľať sa v rozsahu svojich kompetencií⁵⁶⁷ na organizovaní a vedení kurzu Z-VhT, prípadne zastávať funkciu vedúceho kurzu Z-VhT,
- d) podieľať sa v rozsahu svojich kompetencií⁵⁶⁷ na organizovaní a vedení klubových akcií vo vysokohorskom prostredí,
- e) za účelom zvyšovania svojej odbornosti alebo vedenia základnej prípravy využívať dostupné metodické materiály, prípadne výstroj a výzbroj vo vlastníctve SVTS,
- f) uchádzať sa o predĺženie kvalifikácie I2 po splnení stanovených podmienok.

3.3 Povinnosti inštruktora I1 a I2

Inštruktor I1 a I2, ktorý pôsobí v SVTS a spĺňa vyššie uvedené kritériá má pri metodickej činnosti povinnosť:

- a) dbať o dobré meno SVTS, svedomito a zodpovedne plniť zverené úlohy, riadiť sa Smernicou, dodržiavať športové, mravné a etické princípy, počínať si v súlade so zásadami spoločenskej morálky,
- b) neprekračovať kompetencie, ktoré vyplývajú z dosiahnutej odbornej spôsobilosti,
- c) sústavne a samostatne sa vzdelávať, navštevovať odborné semináre organizované VZ,
- d) používať len výstroj a výzbroj, ktorá je certifikovaná podľa noriem UIAA a/alebo EN a bolo s ňou zaobchádzané iba spôsobom dovoleným v návode na používanie či údržbu, rešpektovať životnosť deklarovanú výrobcom,
- e) aktívne sa zúčastňovať na príprave a realizácii odbornej prípravy v rozsahu svojich kompetencií, a prezentovať aktuálne informácie a postupy, ktoré sú v súlade s odbornou literatúrou a odporúčaniami MK,
- f) chrániť prírodu a životné prostredie a viesť k tomu účastníkov kurzov a klubových akcií,
- g) dodržiavať všetky zákony⁵, súvisiace vyhlášky⁶ a pokyny⁷, prípadne iné predpisy regulujúce pohyb a činnosť osôb v danom horstve.

4 Formy odbornej prípravy v SVTS

Odborná príprava na pobyt a pohyb vo vysokohorskom prostredí pri vykonávaní vysokohorskej turistiky prebieha na troch úrovniach:

- Základná príprava - je určená laikom, ktorým poskytuje základné vedomosti pre samostatné, bezpečné a metodicky správne vykonávanie VhT,
- Kvalifikačná príprava - je vyššie vzdelanie, ktoré oprávňuje absolventov vykonávať základnú prípravu na rôznych, zákonom²³⁴ definovaných úrovniach,
- Program obnovy kvalifikácie - je systém odborných seminárov a periodických skúšok, ktorý slúži na predĺženie platnosti kvalifikácie inštruktorov, pravidelnú aktualizáciu poznatkov, oživenie zručností a otestovanie schopností.

Pod vysokohorskou turistikou sa myslí pohyb a pobyt v horskom prostredí s možnou prítomnosťou ľadovcov, kde obtiažnosť na skale spravidla nepresahuje stupeň II UIAA, v snehu a ľade WI 2, v mixoch M 2.

4.1 Základná príprava - Kurz Základy vysokohorskej turistiky

Kurz Z-VhT poskytuje účastníkom základné teoretické vedomosti a praktické zručnosti potrebné pre samostatné, bezpečné a metodicky správne vykonávanie vysokohorskej turistiky.

4.1.1 Štruktúra vzdelávacieho programu základnej prípravy:

Kurz Z-VhT trvá spolu 32 hodín (t.j. 4 dni). Nakoľko pôsobenie v letných a zimných horách so sebou prináša špecifické problémy a riziká, je kurz Z-VhT rozdelený v pomere 1:1 na tzv. letnú a zimnú časť. Aby prednášané témy optimálne nadväzovali, odporúča sa absolvovať najprv letnú časť a až potom zimnú. Kurz Z-VhT sa považuje za absolvovaný len ak bola absolvovaná letná aj zimná časť.

Téma	T	P
Uzlová technika	1	1
Horská medicína a základy prvej pomoci - letná problematika	1	
Výstroj a výzbroj pre letné podmienky	1	
Orientácia a topografia	1	
Improvizovaná záchrana na skale	1	1
Istenie a pohyb na skale, lanové techniky, zlaňovanie	1	6
Zaistené cesty <i>via ferraty</i>		1
Plánovanie vysokohorskej túry, objektívne riziká v letných horách	1	
Letná túra - nepovinná, voliteľná časť		8
	7	9
Letná časť spolu	16	



Výstroj a výzbroj pre zimné podmienky	1	
Horská medicína a základy prvej pomoci - zimná problematika	1	
Základy geológie a morfológie	1	
Istenie a pohyb na snehu, firne, ľade a mixovom teréne	1	3
Táborenie a bivak	1	2
Lavínová problematika	1	2
Ľadovcová problematika a pôsobenie vo veľkých nadmorských výškach	1	2
Zimná túra - nepovinná, voliteľná časť		8
	7	9
Zimná časť spolu		16
SPOLU		
		32

Témy vzdelávacieho programu môžu mať teoretickú a/alebo praktickú časť. Spravidla účastníci absolvujú najprv teoretický a následne praktický blok, pričom dôraz je kladený predovšetkým na spoľahlivé zvládnutie praktických techník. V prípade záujmu môžu účastníci po vzájomnej dohode s inštruktorom I2 absolvovať voliteľnú súčasť kurzu - vysokohorskú túru v letných, resp. zimných podmienkach. Túra a jej trvanie je volené tak, aby si absolventi v adekvátnom teréne upevnili nadobudnuté poznatky a zručnosti v praxi.

Absolvent kurzu, ktorý je členom SVTS a absolvoval letnú, resp. zimnú časť kurzu Z-VhT v plnom rozsahu dostane osvedčenie vo forme samolepiacej známky, ktorá sa nalepí na členský preukaz. Absolventi, ktorí nie sú členmi SVTS, dostanú písomné osvedčenie o absolvovaní príslušnej časti kurzu Z-VhT. Vzor nálepky je v prílohe č.1. Vystavenie osvedčenia alebo odovzdanie nálepky nie je viazané na žiadnu formu záverečného preskúšania.

Platnosť osvedčenia o absolvovaní kurzu Z-VhT nie je časovo obmedzená, avšak odporúča sa jeho opakovanie aspoň raz za dva roky.

Detailné sylaby základnej prípravy sú uvedené v prílohe č. 2.

4.1.2 Podmienky zaradenia do kurzu Z-VhT:

Uchádzač posielal organizátorovi prihlášku v stanovenej forme, rozsahu a termíne podľa požiadaviek organizátora.

Kurz Z-VhT je určený predovšetkým pre členov SVTS, ale môže sa ho zúčastniť ľubovoľná fyzická osoba, ktorá v deň konania kurzu dosiahla 18 rokov. Osobe, ktorá nedosiahla vek 18 rokov môže byť udelená výnimka po dohode vedúceho kurzu so zákonným zástupcom účastníka. V prípade neprítomnosti zákonného zástupcu je potrebné predložiť jeho overený písomný súhlas. Osoba mladšia ako 15 rokov sa môže zúčastniť kurzu Z-VhT len v sprievode zákonného zástupcu, alebo ním poverenej osoby.

Svojim podpisom v prezenčnej listine účastník kurzu alebo jeho zákonný zástupca deklaruje, že si je vedomý objektívnych nebezpečenstiev spojených s účasťou v kurze Z-VhT a podstupuje ich na vlastné riziko. Zároveň potvrdzuje, že jeho zdravotný stav je vyhovujúci pre absolvovanie kurzu Z-VhT a zaväzuje sa používať vlastnú výzbroj a výstroj, ktorá je certifikovaná podľa noriem UIAA a/alebo EN a s ktorou bolo zaobchádzané iba spôsobom



dovoleným v návode na použitie. V súlade so zákonom č. 428/2002 Z.z. svojim podpisom potvrdí aj súhlas so spracovaním osobných údajov (vzor prezenčnej listiny je v prílohe č. 3).

Absolvent, ktorý sa chce zdokonaľiť v problematike vysokohorskej turistiky nad rámec vedomostí získaných v kurze Z-VhT, ale nemá záujem získať kvalifikáciu inštruktora I1, môže požiadať MK o zaradenie do niektorej časti kurzu inštruktora I1. Takýto uchádzač nepodlieha preskúšaniu v kurze inštruktora I1.

4.1.3 Organizácia kurzov Z-VhT

Kurzy Z-VhT, ktoré organizujú kluby SVTS (viď www.svts.sk), si touto cestou vzdelávajú predovšetkým svojich členov. Obsahovú náplň kurzu Z-VhT určuje VZ. Kontrolu dodržiavania vzdelávacieho programu, bezpečnostných štandardov a metodologickej správnosti vykonávaných techník vykonáva VZ prostredníctvom MK.

Klub SVTS určí vedúceho kurzu, ktorý má kvalifikáciu inštruktora I2 a ktorý zodpovedá za jeho priebeh.

Vedúci kurzu:

- a) garantuje, že kurz Z-VhT po obsahovej stránke vyhovuje sylabom (viď príloha 2), že prezentované poznatky odrážajú aktuálny stupeň poznania a všetky techniky sú prezentované metodicky správne,
- b) si podľa potreby vytvára tím inštruktora, s ktorými povedie kurz,
- c) avizuje konanie kurzu v kalendári akcií SVTS a informuje o organizačných pokynoch na stránke www.svts.sk minimálne dva týždne pred jeho konaním.
- d) informuje uchádzačov o zaradení/nezaradení do kurzu Z-VhT najneskôr 3 dni pred jeho konaním, informuje ich o príslušnosti organizátora k SVTS a sylaboch kurzu,
- e) dohliada na dodržiavanie zásad bezpečnosti, striktný zákaz konzumácie alkoholu a požívania omamných a psychotropných látok v priebehu výcviku,
- f) dohliada na plnenie povinností inštruktora I1 a I2 (viď odsek 3.3) a dodržiavanie zákonov⁵, súvisiacich vyhlášok⁶ a pokynov⁷, prípadne iných predpisov regulujúcich pohyb a činnosť osôb v danom horstve,
- g) nahlasuje MK termín konania kurzu Z-VhT najneskôr dva týždne pred jeho konaním. Ak dôjde k zmene termínu, alebo zrušeniu kurzu Z-VhT, ohlasuje vedúci kurzu túto skutočnosť bezodkladne MK,
- h) dbá, aby pomer počtu inštruktora k očakávanému počtu účastníkov neklesol pod doporučenú úroveň 1:5,
- i) ak nedokáže pokryť kurz inštruktormi podľa vyššie uvedeného kľúča, môže požiadať MK o metodickú výpomoc alebo zredukovať počet účastníkov kurzu,
- j) vedie evidenciu o kurze, ktorú po jeho ukončení odovzdá VZ v elektronickej alebo papierovej forme najneskôr mesiac po skončení kurzu,
- k) absolventovi kurzu, ktorý je členom SVTS a absolvoval letnú, resp. zimnú časť kurzu Z-VhT v plnom rozsahu, odovzdá osvedčenie vo forme samolepiacej známky. Absolventovi, ktorý nie je členom SVTS, odovzdá písomné osvedčenie o absolvovaní príslušnej časti kurzu Z-VhT.

4.2 Kvalifikačná príprava metodických odborníkov SVTS

Vzdelávacie zariadenie SVTS vychováva metodických odborníkov, ktorí predovšetkým pripravujú členov SVTS na bezpečné a metodicky správne vykonávanie vysokohorskej turistiky v kurzoch Z-VhT. Vzdelávacie zariadenie SVTS je akreditované Ministerstvom školstva SR na udeľovanie odbornej spôsobilosti *inštruktor vysokohorskej turistiky I. kvalifikačného stupňa* a *inštruktor vysokohorskej turistiky II. kvalifikačného stupňa*.

Inštruktor I1 a I2 je podľa vyhlášky³ špecializovaný odborník pre oblasť vysokohorskej turistiky, ktorý má zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú viesť športovú prípravu na rôznych výkonnostných úrovniach (v závislosti od kvalifikačného stupňa).

4.2.1 Štruktúra kvalifikačnej prípravy

Kvalifikačná príprava predstavuje vyššie vzdelanie v oblasti VhT, kde už je dôraz kladený tak na vynikajúce zvládnutie praktickej časti, ako aj prehĺbenie a rozšírenie vedomostí. Len ak absolvent disponuje bohatou teoretickou aj praktickou výbavou, bude schopný predvídať krízové situácie a reagovať na kladené otázky. Popri tom musia frekventanti preukázať aj svoju kondičnú a lezeckú pripravenosť a schopnosť zrozumiteľne prezentovať teoretické aj praktické bloky základnej prípravy.

Obsahový a časový rámeč kurzu inštruktorov I1, resp. I2, rovnako ako jeho štruktúra je z časti daný zákonom³⁴ a z časti ho definuje VZ. Kurz je štruktúrovaný na všeobecnú časť so stanoveným obsahom aj trvaním³⁴ a špeciálnu časť, ktorej obsah aj trvanie definovalo VZ tak, aby absolventi boli komplexne pripravení pre vedenie kurzov Z-VhT.

Všeobecná časť má charakter prednášok, ktorých cieľom je oboznámiť frekventantov so základmi somatológie, vybranými partiami športovej medicíny a prvej pomoci, psychológie, didaktiky, niektorými právnymi aspektmi VhT a pod... V kurze inštruktorov I1 predstavuje všeobecná časť dvojdný blok, v kurze inštruktorov I2 štvordňový blok.

Špeciálna časť pozostáva z teoretických a praktických blokov, v ktorých sa frekventanti detailne oboznamujú s materiálom, výbrou a výstrojom, lanovými technikami (postupovými, istiacimi), postupmi improvizovanej aj profesionálnej záchrany, lavínovou a ľadovcovou problematikou, ... V kurze inštruktorov I1 predstavuje špeciálna časť šesťdňový blok a v kurze inštruktorov I2 deväťdňový blok. Nakoľko pôsobenie v letných a zimných horách so sebou prináša špecifické problémy a riziká, je kvalifikačná príprava rozdelená na letnú a zimnú časť. Spravidla jednotlivé fázy kvalifikačnej prípravy na seba nadväzujú v nasledovnom poradí: všeobecná časť → špeciálna časť (leto → zima). Detailné sylaby kvalifikačnej prípravy sú uvedené v prílohe č.4.

Preukázanie lezeckých schopností, kondičnej pripravenosti a zvládnutia predpísaných techník je kontrolované v priebehu kurzu. Teoretické vedomosti sú testované ústnym pohovorom pred lektorským zborom a/alebo písomným testom v závere jednotlivých častí kurzu. Frekventant predkladá a obhajuje záverečnú prácu v stanovenom rozsahu a na stanovenú tému.



Všeobecná časť	Kvalifikačný stupeň			
	I		II	
	T	P	T	P
Anatómia	2		3	
Fyziológia človeka	2		3	
Fyziológia telesných cvičení	2		3	
Biomechanika	2		2	
Diagnostika trénovanosti	1		2	
Regenerácia	1		1	
Základy prvej pomoci	1		1	
Psychológia športu	1		4	
Výživa v športe	1		1	
Pedagogika	1		2	
Teória a didaktika športu	3		4	
Biochémia			1	
Antropomotorika			2	
Hygiena			1	
Sociológia športu			1	
Etika športu			1	
Šport a právo			1	
Spolu pre všeobecnú časť	17	0	33	0
	17		33	

Špeciálna časť	Kvalifikačný stupeň			
	I		II	
	T	P	T	P
Uzlová technika	1	1	1	2
Výstroj a výzbroj pre letné podmienky	1		2	
Orientácia a topografia	1		1	1
Improvizovaná a profesionálna záchrana v horách	1	3	3	6
Klasifikácia obtiažností v skale, ľade, mixe	1		1	
Istenie a pohyb na skale	1	1	2	4
Zaistené cesty <i>via ferraty</i>	1	1	1	1
Prehľad významných horských oblastí	1		2	
Úvod do praktickej meteorológie	1		1	
Plánovanie, organizácia, taktika a vedenie výcviku (túry)			1	2
Zásady bezpečnosti na horách	1		2	
Letná túra		8		
Vedenie letnej túry				8
Letná časť spolu	10	14	17	24
	24		41	



Výstroj a výzbroj pre zimné podmienky	1		2	
Základy geológie a morfológie	1		2	
Istenie a pohyb na snehu, firne, ľade	1	1	2	4
Zimná lyžiarska turistika a skialpinizmus	2		2	2
Táborenie a bivak	1	2	1	4
Lavínová problematika	2	2	3	6
Ľadovcová problematika a pôsobenie vo veľkých nadmorských výškach	2	2	3	6
Zimná túra		8		
Vedenie zimnej túry				8
Zimná časť spolu	10	15	15	30
		25		45
SPOLU		66		119

Účastníkovi kurzu inštruktorov I1 resp. I2, ktorý absolvoval všeobecnú aj špeciálnu časť kvalifikačnej prípravy v plnom rozsahu, odovzdal a obhájil svoju písomnú prácu a vyhovel v skúškach vystaví VZ v zmysle zákona² písomné osvedčenie o získaní kvalifikácie inštruktor I1 resp. I2. Vzor osvedčenia je v prílohe č.5. Platnosť osvedčenia o získaní kvalifikácie inštruktor I1 resp. I2 je 4 roky od dátumu vystavenia. Absolvent je zároveň zaradený do databázy inštruktorov I1 resp. I2, ktorú VZ poskytuje Ministerstvu školstva SR, orgánom vykonávajúcim kontrolu ochrany prírody a HZS.

4.2.2 Podmienky zaradenia do kvalifikačnej prípravy

Uchádzač o kvalifikačnú prípravu v kurze inštruktorov **I1** musí podať prihlášku v stanovenom termíne a spĺňať zákonom⁴ stanovené podmienky:

- mať dosiahnuté základné vzdelanie,
- dosiahnuť vek minimálne 18 rokov v deň začatia kurzu.

Uchádzačom sa odporúča:

- absolvovanie kurzu Z-VhT a preukázanie praktických vedomostí v rozsahu vzdelávacieho programu Z-VhT,
- absolvovanie lekárskeho vyšetrenia u všeobecného alebo telovýchovného lekára, potvrdzujúceho zdravotný stav, dovoľujúci pohyb vo vysokohorskom prostredí.

Uchádzač o kvalifikačnú prípravu v kurze inštruktorov **I2** musí podať prihlášku v stanovenom termíne a spĺňať zákonom⁴ stanovené podmienky:

- mať dosiahnuté základné vzdelanie,
- predložiť platné osvedčenie o kvalifikácii inštruktor I1 s praxou v trvaní minimálne 1 rok. Pod praxou sa rozumie:
 - dokladovať minimálne 25 výstupov mimo značených chodníkov charakteru VhT,
 - dokladovať minimálne jeden výstup, ktorého súčasťou bol pohyb po ľadovci,
 - dokladovať metodickú aktivitu pri vedení výcviku.



- g) ak kvalifikácia inštruktor I1 nebola získaná vo VZ, uchádzač absolvuje rozdielové skúšky.

Uchádzačom sa odporúča absolvovanie lekárskeho vyšetrenia u všeobecného alebo telovýchovného lekára, potvrdzujúceho zdravotný stav, dovoľujúci pohyb vo vysokohorskom prostredí.

Za prekážku zaradenia do kvalifikačnej prípravy inštruktorov I2 sa považuje závažné porušenie povinností, definovaných v odseku 3.3.

Svojim podpisom v prezenčnej listine účastník deklaruje, že si je vedomý objektívnych nebezpečenstiev spojených s účasťou v kvalifikačnej príprave a podstupuje ich na vlastné riziko. Zároveň sa zaväzuje používať vlastnú výzbroj a výstroj, ktorá je certifikovaná podľa noriem UIAA a/alebo EN a s ktorou bolo zaobchádzané iba spôsobom dovoleným v návode na použitie.

4.2.3 Skúšky v kvalifikačnej príprave

V kvalifikačnej príprave inštruktorov I1 a I2 sa hodnotia schopnosti frekventanta v rôznych rovinách s výsledkom vyhovel/nevyhovel.

V kvalifikačnej príprave inštruktorov **I1**:

- a) Šírka a hĺbka teoretických vedomostí sa overuje v závere jednotlivých častí kurzu ústnou skúškou pred lektorským zborom a/alebo písomným testom. Predmetom skúšky a/alebo testu sú témy vzdelávacieho programu, ktorého detailné sylaby sú uvedené v prílohe č.4. Skúšaný dostáva hodnotenie vyhovel ak preukáže vedomosti na úrovni aspoň 80%.

MK odporúča uchádzačom pri štúdiu čerpať z nasledovnej literatúry:

TOMA, P. et al. *Vysokohorská turistika: O bezpečnom pohybe vo vysokých horách*, 2nd ed. SVTS, 2007

ENG, C.R. et al. *Mountaineering : the freedom of the hills*, 8th ed. The mountaineers, 2010

SCHUBERT, P. *Bezpečnosť na skále, ledu a sněhu I*. Freytag&Berndt, 1998

SCHUBERT, P. *Bezpečnosť na skále, ledu a sněhu II*. Freytag&Berndt, 2003

SCHUBERT, P. *Bezpečnosť na skále, ledu a sněhu III*. Freytag&Berndt, 2009

ŠAJNOHA, M. et al. *Horolezectvo*. Šport, 1997

PROCHÁZKA, V. et al. *Horolezectví*. Olympia, 1990

- b) Lektorský zbor počas celého trvania kvalifikačnej prípravy vytvára priestor pre prejavenie schopnosti frekventanta viesť teoretickú časť výcviku. Túto schopnosť na záver zhodnotí ako vyhovujúcu / nevyhovujúcu.
- c) Počas špeciálnej časti výcviku je v teréne lektormi hodnotená istota pohybu v teréne, ktorého technická obtiažnosť nepresahuje stupeň II UIAA na skale, WI 2 v snehu a ľade, M 2 v mixe.
- d) Schopnosť pracovať s odbornou literatúrou a samostatne spracovať stanovenú tému na zodpovedajúcej úrovni posudzuje lektorský zbor preštudovaním záverečnej práce frekventanta. Práca je vypracovaná v súlade so štandardmi STN 01 06910:1999, STN ISO 2145:1997 a ISO 690, odovzdaná v elektronickej aj tlačenej forme (formát A4, riadne zviazaná, 1 exemplár).



V kvalifikačnej príprave inštruktorov **I2** sa hodnotia body a) až d) a navyše:

- e) Lektorský zbor počas celého trvania kvalifikačnej prípravy vytvára priestor pre prejavenie schopnosti frekventanta viesť praktickú časť výcviku. Túto schopnosť na záver zhodnotí ako vyhovujúcu / nevyhovujúcu.
- f) Telesná zdatnosť frekventantov sa overuje kondičným testom, ktorý má formu vysokohorskej túry s prevýšením aspoň 700 m a vzdialenosťou aspoň 7 km. Túra bude technicky nenáročná a bude viesť značeným turistickým chodníkom. Účastník ju bude absolvovať s povinnou výbavou v batohu, ktorú tvorí čelovka, lekárnička, náhradné oblečenie pre prípad zvratu počasia alebo núdzového bivaku, osobná výzbroj a výstroj adekvátne k zvolenej túre. Frekventant vyhovel, ak túru absolvuje v čase, ktorý neprekročí 90% z času podľa turistického značenia.
- g) Horolezecké schopnosti frekventanta sa overujú vylezením a odistením jednodĺžkového skalného úseku v obtiažnosti III UIAA a ľadopádu v obtiažnosti WI 3. Frekventant pri lezení postupuje ako prvolezec, pričom nie sú povolené lezečky.
- h) Precíznosť, rýchlosť a metodickú správnosť prevedenia predpísaných techník hodnotí lektorský zbor v priebehu špeciálnej časti kurzu. Medzi predpísané techniky sa radí:
 - ošetrenie modelového zranenia za použitia vlastnej lekárničky,
 - správne uviazanie všetkých uzlov podľa sylabu v prílohe 4,
 - detailný horopis pohoria, v ktorom sa koná kurz,
 - zostrojenie improvizovaného transportného prostriedku,
 - technika výstupu po lane,
 - zlanenie so sebaistením (samostatne a so zachraňovaným),
 - dlhý spust zachraňovaného,
 - improvizovaná záchrana „zdola nahor“ s využitím blokantov a kladkostrojov na dĺžke 3 m (celkový čas záchrany, t.j. vyťahnutia postihnutého k sebe a následného zlanenia nesmie presiahnuť 30 minút),
 - vybudovanie istiaceho stanovišťa v skale, ľade aj snehu,
 - vybudovanie núdzového bivaku v snehu,
 - vyhľadanie a vykopanie niekoľkých zasypaných z lavíny v stanovenom časovom limite,
 - zachytenie pádu do trhliny a následná záchrana z trhliny v stanovenom časovom limite.

Frekventantovi, ktorý ukončil kvalifikačnú prípravu s hodnotením vyhovovel vo všetkých bodoch vystaví VZ osvedčenie o získaní odbornej spôsobilosti príslušného stupňa. Osvedčenie platí 4 roky od dátumu vystavenia.

Účastník ktorý nevyhovovel v niektorej hodnotenej oblasti môže jeden krát požiadať VZ o opakované preskúšanie v náhradnom termíne. Žiadosť musí byť doručená v elektronickej forme na adresu metodika@svts.sk v lehote 15 dní od neúspešného pokusu.

Účastník, ktorý nevyhovovel ani v náhradnom termíne, je z kurzu kvalifikačnej prípravy vylúčený.

4.2.4 Organizácia kvalifikačnej prípravy

Kvalifikačnú prípravu, ktorej primárnym cieľom je výchova vlastných metodických odborníkov, organizuje Vzdelávacie zariadenie SVTS. O otvorení kurzu inštruktorov v danom kalendárnom roku rozhoduje MK, ktorá zároveň vykonáva kontrolu dodržiavania vzdelávacieho programu, bezpečnostných štandardov a metodickej správnosti prezentovaných techník. Nezávislým kontrolným orgánom dodržiavania akreditovaného vzdelávacieho programu je podľa zákona⁸ Akreditačná komisia Ministerstva školstva SR. Výcvik samotný realizuje Lektorský zbor (LZ). MK ďalej:

- stanoví dátumy konania jeho jednotlivých častí a zverejní ich na stránke www.svts.sk minimálne 1 mesiac vopred,
- informuje uchádzačov o zaradení/nezaradení do kvalifikačnej prípravy najneskôr týždeň pred zahájením kvalifikačnej prípravy,
- v prípade, že sa niektorý z členov Lektorského zboru nemôže zúčastniť kvalifikačnej prípravy, navrhuje náhradníka, ktorý má dostatočné skúsenosti, a zákonom³⁴ stanovené odborné a kvalifikačné predpoklady pre zastávanie tejto funkcie,

Vedúci kurzu ďalej:

- vedie evidenciu súvisiacu s kvalifikačnou prípravou. Evidenciou sa myslí prezenčná listina, *triedna kniha*⁹ so záznamom o absolvovaných prednáškach, seminároch a praxi s pripojeným hodnotením, záznamy o záverečných skúškach, záverečné práce frekventantov. Kompletnú evidenciu odovzdá najneskôr týždeň po skončení kurzu do rúk vedúceho VZ,
- predkladá vedúcemu VZ menný zoznam absolventov, ktorým LZ navrhuje priznať kvalifikáciu inštruktor I1 alebo I2,
- dohliada na dodržiavanie zásad bezpečnosti, na striktný zákaz konzumácie alkoholu a požívania omamných a psychotropných látok v priebehu výcviku,
- dohliada na plnenie povinností lektorov aj frekventantov (viď odsek 3.3) a dodržiavanie zákonov⁵, súvisiacich vyhlášok⁶ a pokynov⁷, prípadne iných predpisov regulujúcich pohyb a činnosť osôb v danom horstve.

4.3 Program obnovy kvalifikácie

Program obnovy kvalifikácie (Program) je systém odborných seminárov a periodických skúšok. Jeho význam spočíva v pravidelnej aktualizácii poznatkov, oživení zručností a otestovaní schopností inštruktora I1 resp. I2. Program slúži aj ako mechanizmus, ktorým si inštruktori I1 a I2 predlžujú platnosť osvedčenia o odbornej spôsobilosti.

Organizačná schéma Programu je obdobná ako organizačná schéma Kvalifikačnej prípravy 4.2.4.

⁸ Zákon 28/2009 Z.z. o Telesnej kultúre

⁹ termín definovaný v dokumente: Metodika k žiadosti o vydanie potvrdenia o akreditácii, vydaná Ministerstvom školstva SR



4.3.1 Štruktúra Programu obnovy kvalifikácie

Program obnovy kvalifikácie organizuje VZ a vedie LZ. Je určený predovšetkým pre absolventov Kvalifikačnej prípravy, ale aj pre členov SVTS, ktorí si chcú vo vlastnom záujme aktualizovať svoje vedomosti, resp. otestovať svoje praktické zručnosti, kondíciu a lezecké schopnosti.

Predĺženie platnosti kvalifikácie inštruktor I1 resp. I2 je podmienené⁴:

- a) preukázaním aktívneho vykonávania inštruktorskej činnosti v období, ktoré uplynulo od získania kvalifikácie alebo od poslednej obnovy kvalifikácie,
- b) absolvovaním dvoch doškolení v priebehu platnosti kvalifikácie. Doškolenia prebiehajú formou seminárov a majú za cieľ prezentovať aktuálne poznatky z oblasti horskej medicíny, horskej záchranu, materiálov, výzbroje a výstroje, horolezeckej a skialpinistickej metodiky. Ich rozsah závisí od náročnosti prezentovanej problematiky,
- c) absolvovaním preskúšania, ktoré je súčasťou doškolení so známkuou vyhovet. Preskúšanie je cieleňé na preverenie zručností, telesnej kondície a lezeckých schopností účastníkov podľa vybraných položiek odseku 4.2.3.

Účastníkovi, ktorý absolvoval Program v predpísanom rozsahu so známkuou vyhovet, vystaví VZ osvedčenie o kvalifikácii inštruktor I1 resp. I2 s platnosťou na ďalšie 4 roky.

Účastník ktorý spĺňa kritériá a) a b), ale nevyhovet v skúškach podľa bodu c), môže jeden krát požiadať VZ o opakované preskúšanie v náhradnom termíne. Žiadosť musí byť doručená v elektronickej forme na adresu metodika@svts.sk v lehote 15 dní od neúspešného pokusu.

Ak inštruktor I1 alebo I2 spĺňa predpoklady a) a b) a zároveň je držiteľom platnej kvalifikácie

- MCI, resp. SMI (James¹⁰),
- ZZČ, resp. PZČ (HZS¹¹),
- inej kvalifikácie, ktorú MK uzná za postačujúcu,

môže MK rozhodnúť o predĺžení kvalifikácie I1 alebo I2 bez absolvovania preskúšania podľa bodu c).

Účastník, ktorý nevyhovet ani v náhradnom termíne je vyradený z databázy inštruktorov I1 resp. I2, ktorú VZ poskytuje Ministerstvu školstva SR, orgánom činným v ochrane prírody a HZS. Na opätovné predĺženie platnosti kvalifikácie a zaradenie do databázy sa žiadateľ musí podrobiť preskúšanju v príslušnom kurze Kvalifikačnej prípravy v plnom rozsahu.

Dôvody na vyradenie z databázy aktívnych inštruktorov I1 a I2 sú ďalej:

1. zanechanie aktívnej činnosti na základe oznámenia VZ,
2. zánik platnosti kvalifikácie,
3. závažné a vedomé porušenie povinností inštruktorov I1 a I2, definovaných v odseku 3.3.

¹⁰ Systém vzdelávania dobrovoľných metodických pracovníkov v Slovenskom horolezeckom spolku JAMES

¹¹ Pokyn HZS č. 6/2013, Skúšobný poriadok HZS



4.3.2 Podmienky zaradenia do Programu obnovy kvalifikácie

Účastníkom Programu môže byť absolvent Kvalifikačnej prípravy, ale aj člen SVTS bez kvalifikácie I1 alebo I2 ktorý o to požiadava.

Podmienkou zaradenia absolventov Kvalifikačnej prípravy, ktorí podali prihlášku do Programu v stanovenom termíne je preukázanie aktívnej inštruktorskej činnosti za obdobie, ktoré uplynulo od získania kvalifikácie alebo od poslednej obnovy kvalifikácie.

Svojim podpisom v prezenčnej listine účastník deklaruje, že si je vedomý objektívnych nebezpečenstiev spojených s účasťou v Programe a podstupuje ich na vlastné riziko. Zároveň sa zaväzuje používať vlastnú výzbroj a výstroj, ktorá je certifikovaná podľa noriem UIAA a/alebo EN a s ktorou bolo zaobchádzané iba spôsobom dovoleným v návode na použitie. V súlade so zákonom č. 428/2002 Z.z. svojím podpisom potvrdí aj súhlas so spracovaním osobných údajov

5 Úhrada nákladov

Výšku nákladov na kurzy Z-VhT vyčíslujú organizátori (t.j. kluby SVTS). Ich úhradu realizujú podľa vlastných pravidiel a finančných možností.

Výšku nákladov spojených s Kvalifikačnou prípravou a Programom obnovy kvalifikácie určí MK.



6 PRÍLOHA 1 – Vzor osvedčenia o absolvovaní kurzu Z-VHT





7 PRÍLOHA 2 – Sylaby Základnej prípravy

SYLABY ZÁKLADNEJ PRÍPRAVY, KURZ ZÁKLADY VYSOKOHORSKEJ TURISTIKY

LETNÁ ČASŤ

Uzlová technika:

- a) kotviace uzly,
- b) istiace uzly
- c) spojovacie uzly
- d) zadrhovacie uzly
- e) špeciálne uzly (blokovacie, rozviazateľné pod ťahom)

Horská medicína a základy prvej pomoci – letná problematika:

- a) prvá pomoc (KPR podľa súčasných odporúčaní ERC)
- b) akútna horská nemoc
- c) ortostatický šok
- d) krvácanie a hemoragický šok
- e) uštipnutie hmyzom a anafylaktický šok
- f) zlomeniny a poranenia svalov
- g) obsah lekárničky, základy farmakoterapie

Výstroj a výzbroj pre letné podmienky:

- h) letné oblečenie (kontaktná vrstva, izolačná vrstva, vonkajšia vrstva, ochranná vrstva)
- a) letná obuv (turistická, bežecká, lezecká)
- b) stany a bivačovacia výstroj (spacáky, izolačné podložky)
- c) ostatné (batohy a ich správne balenie, impregnácia, hygiena, varenie, ochrana pred UV žiarením, svietidlá, GPS prístroje, solárne nabíjanie akumulátorov, ...)
- d) laná, slučky, pomocné šnúry, úväzy, prilby, význam bezpečnostných certifikátov
- e) karabíny, istiace a zlaňovacie prostriedky (použitie, nosnosť, špecifiká jednotlivých typov, brzdná sila)
- f) expanzné a lepené kotvy skoby, vkladnice, ťahom rozpínacie prostriedky, zhotovenie vratného bodu z prírodných útvarov
- g) ferratové sety

Orientácia a topografia:

- i) práca s mapou a buzolou (mierka, vrstevnice, orientácia mapy, azimut, určenie svetových strán a vlastnej polohy na mape)
- j) práca s GPS
- k) orientácia podľa prírodných ukazovateľov a v nepriaznivých podmienkach



- l) značenie turistických trás u nás a v zahraničí
- m) práca s turistickou a horolezeckou sprievodcovskou literatúrou

Istenie a pohyb na skale:

- a) naväzovanie lanového družstva
- b) budovanie istiaceho stanovišťa v skale, osádzanie postupových istení, rozklad síl medzi prvky istiaceho reťazca, pádový faktor
- c) istenie a zachytávanie pádu polovičným lodným uzlom
- d) zlanovanie so sebaistením
- e) výstup po lane (prusikovanie)
- f) chôdza po rôznych typoch povrchu s rôznym sklonom, prekonávanie skalných útvarov lezeckými technikami

Improvizovaná záchrana na skale:

- a) hlásenie nehody, dôležité telefónne čísla, súčinnosť s profesionálnou záchranou
- b) improvizovaná záchrana zhora nadol (predviesť jednoduché spúšťanie zraneného, zlanenie so zraneným, HOI)
- c) improvizovaná záchrana zdola nahor (predviesť jednoduchú záchranu bez kladkostrojov podľa Straussa)

Zaistené cesty via ferraty:

- a) istiace a kotviace prvky zaistenej cesty, benefity a riziká (pádový faktor a rázová sila, namáhanie istiacich prvkov, blesky)
- b) špecifická výstroj na zaistené cesty (karabíny, tlmič pádovej energie, ferratové sety, obuv)
- c) sebaistenie a technika pohybu po zaistenej ceste

Plánovanie vysokohorskej túry, objektívne riziká v letných horách:

- a) sprievodcovská literatúra, analýza predpokladaných podmienok výstupu, obtiažnosť, predpoveď počasia
- b) výber výzbroje a výstroje, počet členov lanového družstva
- c) časový harmonogram (ročné obdobie, dĺžka dňa, vzdialenosť a prevýšenie), prítomnosť snehu/ľad, únikové varianty, možnosť núdzového bivaku

Letná túra: výstup, ktorý svojim charakterom a obtiažnosťou zodpovedá letnej VhT. Túra je volená tak, aby si absolvent upevnil teoretické vedomosti a praktické zručnosti nadobudnuté v kurze Z-VhT

ZIMNÁ ČASŤ

Výstroj a výzbroj pre zimné podmienky:

- a) zimné oblečenie (súčasný materiály a technológie, páperie, duté vlákno, tepelná izolácia hlavy a rúk)



- b) zimná obuv a snežnice (poloskelet, skelet s vložkou, upínanie mačiek, výšková obuv, návleky)
- c) mačky a čakany (typy, použitie, príslušenstvo, údržba)
- d) frézy do ľadu, príslušenstvo pre zhotovenie Abalakovových hodín

Horská medicína a základy prvej pomoci – zimná problematika:

- a) prvá pomoc (KPR podľa súčasných odporúčaní ERC) a jej špecifiká pri celkovom podchladení
- b) omrzliny
- c) podchladenie
- d) podchladenie spojené s hypoxiou

Základy geológie a morfológie:

- a) geológia a špecifiká významných pohorí
- b) morfológia ľadovca

Istenie a pohyb na snehu, firne, ľade a mixovom teréne:

- a) budovanie istiaceho stanovišťa v snehu, firne, ľade a mixovom teréne, osádzanie postupových istení, zachytávanie pádu
- b) osádzanie fréz, firnových kotiev, zhotovenie Abalakovových hodín
- c) chôdza v mačkách po snehu, firne a ľade, brzdenie
- d) prekonávanie snehových, firnových, ľadových a mixových útvarov lezeckou technikou

Táborenie a bivak:

- a) plánované a neplánované prenocovanie, výstroj
- b) zásady budovania bivaku v letnom a zimnom prostredí

Lavínová problematika:

1. druhy snehu, faktory vplývajúce na vývoj lavínovej situácie, stupnica lavínového nebezpečenstva
2. klasifikácia a vyhodnotenie lavínového nebezpečenstva (snehový profil, testy stability snehovej pokrývky)
3. lavínový výstroj (lavínový vyhľadávací prístroj, sonda, lopatka)
4. preventívne opatrenia proti vzniku lavínového nešťastia
5. práca na lavíništi (predpoklady prežitia v lavíne, aktivácia integrovaného záchranného systému, algoritmy kamarátskej pomoci)

Ľadovcová problematika a pôsobenie vo veľkých nadmorských výškach:

1. riziká pohybu po ľadovci, špecifické plánovanie a taktika pri ľadovcovej túre
2. technika a metodika pohybu v ľadovcovom teréne (optimálna voľba trajektórie, prekonávanie okrajových a ľadovcových trhlín)



3. špecifiká naväzovania a istenia na ľadovci, výstroj, zachytenie pádu do trhliny, záchrana z trhliny
4. pôsobenie nadmorskej výšky a aklimatizácia (adaptácia a aklimatizácia, akútna horská choroba)

Zimná túra: výstup, ktorý svojim charakterom a obtiažnosťou zodpovedá zimnej VhT. Túra je volená tak, aby si absolvent upevnil teoretické vedomosti a praktické zručnosti nadobudnuté v kurze Z-VhT



8 PRÍLOHA 3 – Vzor prezenčnej listiny pre Základnú prípravu

letná časť

zimná časť

Miesto konania:

Dátum:

Organizátor:

Vedúci kurzu	Meno a Priezvisko	Podpis

Inštruktori					
I1/I2	Meno a Priezvisko	Podpis	I1/I2	Meno a Priezvisko	Podpis

Svojim podpisom v prezenčnej listine potvrdzujem, že som bol(a) oboznámený(á) s objektívnymi rizikami, spojenými s absolvovaním kurzu Z-VhT a potvrdzujem, že sa ho zúčastňujem na vlastné riziko. Môj zdravotný stav umožňuje absolvovať kurz Základov VhT. Všetka vlastná výzbroj, ktorú hodlám pri výcviku použiť, je certifikovaná podľa noriem UIAA a/alebo EN, nemá expirovanú životnosť (danú výrobcom) a bolo s ňou zaobchádzané iba spôsobom dovoľeným v návode na používanie či údržbu.

Súhlas: Podľa zákona č.428/2002 Z.z. o ochrane osobných údajov udeľujem Občianskemu združeniu Slovenský Vysokohorský Turistický Spolok so sídlom Čajakova 11, 010 01 Žilina súhlas so spracúvaním osobných údajov, za ktoré sa považujú údaje uvedené v tejto prezenčnej listine. Vyhlasujem, že poskytnuté osobné údaje sú správne. Súhlas udeľujem na spracúvanie osobných údajov za účelom evidencie účastníkov a zasielania informácií. Súhlas udeľujem na dobu neurčitú.

Poučenie: Súhlas je dobrovoľný. Máte právo udelený súhlas kedykoľvek písomne odvolať alebo písomne požiadať o opravu neaktuálnych osobných údajov. Taktiež máte právo písomne žiadať informáciu o stave spracúvania osobných údajov.

Prezenčná listina:

P.č.	Meno a Priezvisko	Dátum narodenia	Bydlisko	Podpis



SYLABY KVALIFIKAČNEJ PRÍPRAVY KURZ INŠTRUKTOROV VHT I. A II. KVALIFIKAČNÉHO STUPŇA

VŠEOBECNÁ ČASŤ

Anatómia: základy funkčnej anatómie človeka doplnené o vybrané partie súvisiace s podávaním športového výkonu pri vysokohorskej turistike a horolezectve. Špeciálna pozornosť je venovaná stavbe pohybovému aparátu, kardiovaskulárnemu a respiračnému systému. Cieľom predmetu je tiež vybudovanie vedomostnej bázy pre predmety biomechanika, regenerácia, základy prvej pomoci, antropomotorika.

Fyziológia človeka: základy fyziológie človeka doplnené o vybrané partie súvisiace s podávaním športového výkonu pri vysokohorskej turistike a horolezectve. Zameriava sa na:

- metabolizmus živín, vody a elektrolytov
- nadmorskú výšku a jej vplyv na ľudský organizmus, proces adaptácie a aklimatizácie, akútna horská nemoc
- pôsobenie chladu (mechanizmus vzniku omrzlín a podchladenia), pôsobenie tepla (mechanizmus vzniku popálenín a prehriatia)
- pôsobenie UV žiarenia na kožu a oči
- pôsobenie elektrického prúdu na svaly a kožu

Cieľom predmetu je tiež vybudovanie vedomostnej bázy pre predmety fyziológia telesných cvičení, regenerácia, základy prvej pomoci, výživa v športe.

Fyziológia telesných cvičení: predmet dáva poznatky z anatómie a fyziológie do vzájomnej súvislosti, vysvetľuje vzťah orgánových sústav k telesnému výkonu, adaptáciu organizmu na zaťaženie.

Biomechanika: predmet má za cieľ oboznámiť poslucháča s biomechanikou pohybov typických pre vysokohorskú turistiku a horolezectvo. Menovite:

- biomechanická charakteristika chôdze (po rovine, do kopca, dole kopcom, optimálna technika chôdze, namáhanie kĺbov, svalov a šliach pri špecifických pohyboch, vplyv batohu na polohu ťažiska)
- biomechanická charakteristika pohybov pri lezení (trenie, práca s ťažiskom, vyvolanie reakčných síl, namáhanie kĺbov, svalov a šliach pri špecifických pohyboch)
- pád na lane, rázová sila, pádový faktor, pôsobenie síl pri páde s batohom, rotácia a význam kombinovaného úväzu



- pôsobenie síl v istiacom reťazci, základy lezeckej fyziky

Diagnostika trénovanosti: hodnotenie adaptačných zmien v organizme športovca, sledovanie jeho aktuálneho stavu v súvislosti s tréningovým zaťažením, optimalizácia tréningového procesu. Sumarizácia najčastejšie používaných testov a klinických vyšetrení v diagnostike vytrvalostnej, silovej, technickej, funkčnej a psychickej trénovanosti (Conconiho, Cooperov, Chesterov, Ruffierov test, spiroergometrické vyšetrenie, laktátová krivka, $VO_2\max$)

Regenerácia: proces regenerácie z pohľadu anatómie a fyziológie, príznaky preťaženia, význam regenerácie a rehabilitácie pre dlhodobu udržateľný športový rast. Vysvetlenie pojmov aktívna a pasívna regenerácia, význam regulácie emocionálneho a psychického napätia, optimálna výživa a pitný režim pri regenerácii, doplnkové športy a kompenzačné cvičenia, strečing.

Základy prvej pomoci: algoritmy život zachraňujúcich úkonov podľa súčasných odporúčaní ERC (European Resuscitation Council). Sylaby predmetu sú rozšírené o postupy v situáciách, ktoré sú špecifické pre vysokohorskú turistiku a horolezectvo (akútna horská nemoc, podchladenie spojené s hypoxiou, ortostatický šok, krvácanie a hemoragický šok, uštipnutie hmyzom a anafylaktický šok, zlomeniny a poranenia svalov, hromadné nešťastia,...), obsah lekárničky, základy farmakoterapie

Psychológia športu: zafinovanie osobnosti inštruktora, špecifiká vzťahu inštruktor - frekventant, motivácia k tréningu a podávaniu výkonov, psychická podmienenosť výkonu, strach a jeho ovládanie, práca so skupinou

Výživa v športe: zložky výživy, nutričná a energetická hodnota, vyváženie nutričných zložiek podľa typu výkonu (krátkodobý/dlhodobý výkon), pitný režim. Špeciálna pozornosť je venovaná výberu vhodných potravín pri dlhodobom pobyte vo vysokohorskom prostredí z hľadiska trvanlivosti, prípravy a optimálnej skladby živín.

Pedagogika: oboznámenie s predmetom pedagogiky, zásadami výchovy, výchovnými a vyučovacími metódami. Špeciálna pozornosť je venovaná optimálnym postupom pri výcviku, osobitostiam práce s mládežou, pedagogickej typológii osobnosti inštruktora, organizácii výcviku, štruktúre vyučovacej hodiny, vedeniu dokumentácie.

Teória a didaktika športu: športová príprava, cieľ a prostriedky ktoré k nemu vedú. Definovanie tréningovej jednotky, jej optimálna štruktúra a typy, organizácia a plánovanie športovej prípravy.

Biochémia: súhrn vybraných biochemických procesov s významom pre podávanie športového výkonu vo vysokohorskom prostredí:

- princípy oxidácie základných živín, význam a tvorba ATP
- metabolizmus a význam cukrov, tukov, bielkovín a ich zdroje



- biochemický význam vody
- metabolické premeny aminokyselín
- význam iónov Ca, Mg, K, Na
- energetické krytie v svalovej bunke pri dlhodobej/krátkodobej záťaži, aeróbny/anaeróbny metabolizmus svalovej bunky
- vitamíny a ich význam
- hormonálna regulácia (inzulín, glukagón, adrenalín,...)

Antropomotorika: zoznámenie so základnými pojmami antropomotoriky, princípmi telesného pohybu a motoriky uplatňovanej v rámci športovej činnosti, úvod do motorického a somatického vývoja, testovanie a diagnostika motoriky

Hygiena: Hygiena pri tréningu a športovej činnosti, prevencia nákaz, špecifiká osobnej hygieny vo vysokohorskom prostredí

Sociológia športu: športová humanistika, idea a poslanie športu, masmédiá, konflikty v športovom prostredí

Etika športu: morálna podstata a ideály športu, podávanie výkonu v duchu *fair play*, etika pri dokladovaní výkonu vo vysokohorskej turistike a horolezectve, morálny profil osobnosti inštruktora

Šport a právo: predpoklady právnej zodpovednosti, škoda a zodpovednosť za škodu, posudzovanie zodpovednosti, miera zavinenia, občianskoprávna a trestnoprávna zodpovednosť inštruktora. Špeciálne zameranie na zákon o ochrane prírody, zákon o Horskej záchranej službe, návštevne poriadky národných parkov na území SR (predovšetkým TANAP), zákon o dobrovoľníctve, zákon o telesnej kultúre a Jednotný vzdelávací systém odborníkov v športe SR, zákon o akreditačnej komisii, živnostenský zákon.

ŠPECIÁLNA ČASŤ - LETO

Uzlová technika:

- kotviace uzly
- istiace uzly
- spojovacie uzly
- zadrhovacie uzly
- špeciálne uzly (skracovacie, blokovacie, rozviazateľné pod ťahom, objemné uzly pre zakladanie do špár...)

Výstroj a výzbroj pre letné podmienky:

- letné oblečenie (kontaktná vrstva, izolačná vrstva, vonkajšia vrstva, ochranná vrstva)
- letná obuv (turistická, bežecká, lezecká)
- stany a bivačovacia výstroj (spacáky, izolačné podložky)



- obsah lekárničky
- ostatné (batohy a ich správne balenie, impregnácia, hygiena, varenie, ochrana pred UV žiarením, svietidlá, GPS prístroje, solárne nabíjanie akumulátorov, ...)
- laná, slučky, pomocné šnúry, úväzy, prilby, význam bezpečnostných certifikátov, životnosť,
- karabíny, istiace a zlaňovacie prostriedky (použitie, nosnosť, špecifiká jednotlivých typov, brzdná sila)
- expanzné a lepené kotvy skoby, vkladnice, ťahom rozpínacie prostriedky, zhotovenie vratného bodu z prírodných útvarov
- blokanty, kladky, amortizéry pádovej energie, ferratové sety

Orientácia a topografia:

- práca s mapou a buzolou (mierka, vrstevnice, orientácia mapy, azimut, určenie svetových strán a vlastnej polohy na mape)
- práca s GPS
- orientácia podľa prírodných ukazovateľov a v nepriaznivých podmienkach
- značenie turistických trás u nás a v zahraničí
- práca s turistickou a horolezeckou sprievodcovskou literatúrou

Improvizovaná a profesionálna záchrana na horách:

- hlásenie nehody, dôležité telefónne čísla, súčinnosť s profesionálnou záchranou
- improvizovaná záchrana zhora nadol (dlhé spúšťanie, zlanenie so zraneným, HOI)
- improvizovaná záchrana zdola nahor (Strauss, kladkostroje, špecializované pomôcky)
- improvizovaná záchrana v traverze a kombinácia predchádzajúcich možností
- lanové premostenie
- improvizované transportné pomôcky (improvizovaná Gramingerova sedačka, nosidlá, vejár z lyží)
- profesionálna pozemná a letecká záchrana
- management vybraných úrazových a neúrazových stavov, typických pre vysokohorskú turistiku

Klasifikácia obtiažností v skale, ľade a mixovom teréne:

- vývoj hodnotenia obtiažnosti, významné stupnice z hľadiska vysokohorskej turistiky
- Tatranská/Welzenbachova, UIAA, západoalpská GHM stupnica, technické lezenie, ľadové lezenie, mixové lezenie
- porovnanie stupníc

Istenie a pohyb na skale:

- naväzovanie lanového družstva
- súčasný a striedavý postup, jednolanová a dvojlanová technika, lanové zábradlie priebežné a s medzikotvením, fixné lano
- budovanie istiaceho stanovišťa v skale, osádzanie postupových istení, rozklad síl medzi prvky istiaceho reťazca, pádový faktor



- istenie a zachytávanie pádu polovičným lodným uzlom a alternatívnymi technikami
- zostup po lane (zlanovanie so sebaistením, alternatívne možnosti)
- výstup po lane (prusikovanie, jumarovanie, alternatívne možnosti)
- chôdza po rôznych typoch povrchu s rôznym sklonom, prekonávanie skalných útvarov lezeckými technikami
- metodický postup pri výcviku

Zaistené cesty *via ferraty*:

- istiace a kotviace prvky zaistej cesty, benefity a riziká (pádový faktor a rázová sila, namáhanie istiacich prvkov, blesky)
- špecifická výstroj na zaistené cesty (karabíny, tlmič pádovej energie, ferratové sety)
- sebaistenie a technika pohybu po zaistej ceste, doplnkové istenie v špecifických situáciách (deti, neskúsení jedinci, jedinci s telesnou hmotnosťou mimo rozsahu predpísaného výrobcom ferratasetu)

Prehľad významných horských oblastí:

- prehľad pohorí významných z pohľadu vysokohorskej turistiky
- miestopis Vysokých Tatier (hlavný hrebeň, bočné rázsochy, poloha a výstupové trasy na sprístupnené vrcholy, poloha významných nesprístupnených vrcholov a uzlových bodov v hlavnom hrebeni, chaty, plesá, sprístupnené a nesprístupnené prechody medzi dolinami)
- miestopis ostatných domácich vysokohorských pohorí

Úvod do praktickej meteorológie:

- vertikálna výstavba atmosféry
- priebeh vybraných fyzikálnych veličín vzhľadom na nadmorskú výšku (tlak, teplota, intenzita slnečného žiarenia)
- vznik a vývoj oblakov (frontálna oblačnosť, oblačnosť vertikálneho vývoja)
- búrky, optické a elektrické javy v atmosfére
- vietor, windchill efekt, orografické zosilňovanie vetra, vetry typické pre horské oblasti (föhn, bora, monzún, ...)
- svojpomocná predpoveď počasia, znaky upozorňujúce na jeho zmenu

Plánovanie, organizácia, taktika a vedenie výcviku (túry):

- sprievodcovská literatúra, analýza predpokladaných podmienok výstupu, obtiažnosť, predpoveď počasia
- výber výbroje a výstroje, počet členov lanového družstva
- časový harmonogram (ročné obdobie, dĺžka dňa, vzdialenosť a prevýšenie), prítomnosť snehu/ľadu, únikové varianty, možnosť núdzového bivaku
- rýchlosť postupu, radenie prestávok na oddych, dopĺňanie energie a pitný režim, regulácia teploty
- plánovanie túry na ľadovcoch a v teréne s možnosťou pádu lavín
- riešenie neočakávaných situácií



Zásady bezpečnosti na horách:

- objektívne a subjektívne riziká
- správny výber túry z hľadiska schopností jej účastníkov, orientačná príprava, únikové varianty
- správny výber výstroje a výzbroje
- prevencia prehriatia/podchladenia, popálenín/omrzlín, búrka, núdzový bivak, lavíny,
- strava a hydratácia, energetické nároky pri vysokohorskej turistike

Letná túra: výstup, ktorý svojim charakterom a obtiažnosťou zodpovedá letnej vysokohorskej turistike. Pri výstupe frekventant preukáže či si osvojil teoretické vedomosti a praktické zručnosti

Vedenie letnej túry: plánovanie, organizovanie a vedenie výstupu, ktorý svojim charakterom a obtiažnosťou zodpovedá letnej vysokohorskej turistike. Pri výstupe frekventant preukáže či si osvojil teoretické vedomosti a praktické zručnosti

ŠPECIÁLNA ČASŤ – ZIMA

Výstroj a výzbroj pre zimné podmienky:

- zimné oblečenie (súčasný materiál a technológia, páperie, duté vlákno, tepelná izolácia hlavy a rúk)
- zimná obuv a snežnice (poloskelet, skelet s vložkou, upínanie mačiek, výšková obuv, návleky)
- mačky a čakany (typy, použitie, príslušenstvo, údržba)
- frézy do ľadu, príslušenstvo pre zhotovenie Abalakovových hodín
- lavínový výstroj

Základy geológie a morfológie:

- geológia a špecifiká významných pohorí
- morfológia ľadovca
- názvoslovie skalných, ľadových a ľadovcových útvarov, prítomných v sprievodcovskej literatúre (vertikálne, horizontálne, priečne, plošné, zvláštne útvary)

Istenie a pohyb na snehu, firne, ľade a mixovom teréne:

- budovanie istiaceho stanovišťa v snehu, firne, ľade a mixovom teréne, osádzanie postupových istení, zachytávanie pádu
- osádzanie fréz, firmových kotiev, zhotovenie Abalakovových hodín
- chôdza v mačkách po snehu, firne a ľade, brzdenie pádu a metodické zásady pri výcviku
- prekonávanie snehových, firmových, ľadových a mixových útvarov lezeckou technikou

Zimná lyžiarska turistika a skialpinizmus:

- špecifická výstroj a výzbroj (lyže viazanie, pásy, lyžiarky, lavínový výstroj)
- technika pohybu s lyžami (na batohu, zlanovanie s lyžami, výstup, zjazd)



- istenie družstva pri skialpinistickej túre
- špecifiká túry na ľadovci

Táborenie a bivak:

- plánované a neplánované prenocovanie, výstroj
- zásady budovania bivaku v letnom a zimnom prostredí

Lavínová problematika:

- lavínový výstroj (lavínový vyhľadávací prístroj, sonda, lopatka, ABS, Recco, Avalung, ...)
- druhy snehu, faktory vplývajúce na vývoj lavínovej situácie, stupnica lavínového nebezpečenstva
- klasifikácia a vyhodnotenie lavínového nebezpečenstva (snehový profil, testy stability snehovej pokrývky)
- preventívne opatrenia proti vzniku lavínového nešťastia
- práca na lavíništi (predpoklady prežitia v lavíne, aktivácia integrovaného záchranného systému, algoritmy kamarátskej pomoci, algoritmy organizovanej pomoci)

Ľadovcová problematika a pôsobenie vo veľkých nadmorských výškach:

- riziká vysokohorskej turistiky na ľadovci, špecifické plánovanie a taktika pri ľadovcovej túre
- technika a metodika pohybu v ľadovcovom teréne (optimálna voľba trajektórie, prekonávanie okrajových a ľadovcových trhlín)
- špecifiká naväzovania a istenia na ľadovci, výstroj, zachytenie pádu do trhliny, záchrana z trhliny
- pôsobenie nadmorskej výšky a aklimatizácia (adaptácia a aklimatizácia, akútna horská choroba)

Zimná túra: výstup, ktorý svojim charakterom a obtiažnosťou zodpovedá zimnej vysokohorskej turistike. Pri výstupe frekventant preukáže či si osvojil teoretické vedomosti a praktické zručnosti

Vedenie zimnej túry: plánovanie, organizovanie a vedenie výstupu, ktorý svojim charakterom a obtiažnosťou zodpovedá zimnej vysokohorskej turistike. Pri výstupe frekventant preukáže či si osvojil teoretické vedomosti a praktické zručnosti



10 PRÍLOHA 5 – Vzor osvedčenia o absolvovaní Kvalifikačnej prípravy

 **SLOVENSKÝ VYSOKOHORSKÝ TURISTICKÝ SPOLOK**
Čajakova 11, 010 01 Žilina
IČO: 36133337, www.svts.sk

OSVEDČENIE

Číslo:

.....
Meno, priezvisko, titul

.....
Podpis, dátum vydania

Absolvovaní(a): vzdelávací program pre získanie kvalifikácie

INŠTRUKTOR VYSOKOHORSKEJ TURISTIKY

.... kvalifikačného stupňa

Platnosť osvedčenia: 4 roky od dátumu jeho vydania.

Poverenie k vydávaniu dokladu o kvalifikácii s celoštátnou platnosťou bolo udelené zákonom č. 288/2001 Z.z. o telesnej kultúre a o zmene a doplnení zákona č. 455/1991 Zb. o živnostenskom podnikaní (živnostenský zákon) v znení neskorších predpisov v znení zákona č. 300/2005 Z.z. a vyhláškou Ministerstva školstva Slovenskej republiky z 27. októbra 2008 o akreditačnej komisii pre oblasť telesnej kultúry a o Jednotnom vzdelávacom systéme odborníkov v športe Slovenskej republiky bolo udelené potvrdenie akreditačnej komisií vydaným Ministerstvom školstva SR, dňa: 4. 11. 2014 pod číslom: 2014-4660/55463-1/1/AA.

RNDr. Ján SIMON, PhD.
Vedúci vzdelávacieho zariadenia SVTS

Ing. Jozef ZÁBOJNIK
prezident SVTS

V Žiline, dňa