



Slovenský zväz vzpierania Slovak Weightlifting Federation

Bratislava, Junácka 6

Občianske združenie Registrovaní na MV SR č. VVS/1-900/90-2535-3 DIČ : 2021787328, IČO : 31796079

Akreditácia na odbornú spôsobilosť tréner vzpierania I. až III. kvalifikačnej triedy, rozhodca vzpierania I. až III. kvalifikačnej triedy

vydané Ministerstvom školstva, číslo protokolu CD-2009-25427/22538-2:10 , v Bratislave, dňa 19.6.2009

Smernica o udeľovaní odborných spôsobilostí vo vzpieraní akreditácia od roku 2009

A. Trénerská spôsobilosť

1. trénerské triedy získané do roku 2009 a transformácia v zmysle akreditácie MŠ SR zo dňa 19.3.2009

- transformácia tried na stupne

do roku 2009	od roku 2009
I. trieda	V.stupeň
	IV.stupeň
II.trieda	III.stupeň
III. trieda	II.stupeň
	I.stupeň

- spôsob transformácie
- dokladovanie odbornej spôsobilosti
- zriadenie komisie pre transformáciu
- preskúšanie, odborná prax, vypracovanie práce, absolvovanie seminárov....

2. získanie trénerskej spôsobilosti v zmysle akreditácie MŠ SR zo dňa 19.3.2009

- absolvovaním kurzu trénerov I.- III. Stupňa
- ukončenie VŠ v zmysle vyhlášky 444 o odbornej spôsobilosti

3. vydávanie dokladu o odbornej spôsobilosti v zmysle akreditácie MŠ SR zo dňa 19.3.2009

- osvedčenie o odbornej spôsobilosti na základe transformácie odbornosti získanej pred rokom 2009
- osvedčenie o odbornej spôsobilosti po úspešnom absolvovaní trénerského kurzu
- osvedčenie o odbornej spôsobilosti po úspešnom absolvovaní vysokoškolského štúdia

B. Rozhodcovská spôsobilosť

1. rozhodcovské triedy získané do roku 2009 a transformácia v zmysle akreditácie MŠ SR zo dňa 19.3.2009
2. získanie rozhodcovskej spôsobilosti v zmysle akreditácie MŠ SR zo dňa 19.3.2009
3. vydávanie dokladu o odbornej spôsobilosti v zmysle akreditácie MŠ SR zo dňa 19.3.2009

Spôsob štúdia

1. Štúdium všeobecnej časti sa uskutoční v spolupráci s NŠC „FTVŠ“ v Bratislave a v Prešove.
2. Špeciálna časť sa uskutoční v priestoroch našich väčších klubov Košice, Trenčín, Ružomberok. Štúdium sa uskutoční víkendovou formou pod dohľadom doleuvedených školiteľov, prípadne ďalších prizvaných odborníkov.

Odborní škoolitelia:

- Mgr. Buzgó Gabriel
- PeaDr. Vavrovič Dušan
- Mgr. Kováč Milan
- Ing. Korpa Štefan
- Dr. Zachar Ernest
- Mgr. Buzgó Ľudovít

Garantom vzdelávania: Mgr. Buzgó Gabriel

Finančné podmienky

Finančné podmienky pri udeľovaní odborných spôsobilostí v zmysle akreditácie udelenej dňa 19.6.2009 Ministerstvom školstva SR. Doleuvedené finančné podmienky sú orientačné a výška bude závislá od počtu uchádzačov a miesta konania vzdelávacej aktivity.

Tréner vzpierania

Kvalifikačné stupne

I. kvalifikačný stupeň trénera vzpierania

1. absolventom vzdelávacieho programu akreditovaných vzdelávacích zariadení,
2. aktívnym športovcom po dosiahnutí výkonnostnej úrovne /reprezentant SR dospelých a juniorov / a po absolvovaní záverečných skúšok akreditovaného programu,
3. absolventom športových tried stredných škôl, ktorí absolvujú vyučovací predmet športová príprava v rámci vyučovacieho procesu

II. kvalifikačný stupeň trénera vzpierania

1. absolventom vzdelávacieho programu akreditovaných vzdelávacích zariadení,
2. aktívnym športovcom po dosiahnutí výkonnostnej úrovne / reprezentant SR účastník ME s umiestnením do 15.miesta, účastník MS a OH / a po absolvovaní záverečných skúšok akreditovaného programu,
3. absolventom stredných športových škôl, ktorí ukončia štúdium s maturitou z predmetu športová príprava,
4. absolventom príslušných fakúlt vysokých škôl s telovýchovným a športovým programom štúdia, ktorí vykonali skúšku zo špecializácie vzpierania,

III. kvalifikačný stupeň trénera vzpierania

1. absolventom vzdelávacieho programu akreditovaných vzdelávacích zariadení,
2. absolventom akreditovaného bakalárskeho štúdia alebo magisterského štúdia na príslušnej vysokej škole, ktorí absolvovali povinne voliteľný predmet zo špecializácie vzpierania v rozsahu potrebnom na získanie kategórie trénera III. kvalifikačného stupňa,

IV. kvalifikačný stupeň trénera vzpierania

1. absolventom akreditovaného bakalárskeho štúdia v študijnom odbore šport, v študijnom programe trénerstvo alebo v medziodborových študijných programoch trénerstvo s inou predmetovou špecializáciou,
2. **trénerom, ktorí získali najvyššiu trénerskú kvalifikáciu vo vzpieraní do 1.apríla 2002 a ktorí absolvujú doškolenie zväzu vzpierania v stanovenom rozsahu, obsah a rozsah doškolenia stanoví komisia vzdelávania SZV**

V. kvalifikačný stupeň trénera vzpierania

1. absolventom akreditovaného magisterského štúdia v odbore šport, v študijnom programe trénerstvo alebo v medziodborových študijných programoch trénerstvo s inou predmetovou špecializáciou,

Požiadavky na trénera vzpierania

v zmysle Jednotného vzdelávacieho systému odborníkov v športe Slovenskej republiky

Tréner vzpierania I. kvalifikačného stupňa má úplne stredné vzdelanie alebo úplne odborné vzdelanie. Získava najnižšiu trénerskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov vo vzpieraní v rámci krajín Európskej únie. Absolvent I. stupňa je špecializovaný odborník vo vzpieraní, ktorý má zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú viesť vzpieračskú prípravu na úrovni **rekreačného vzpierania** so záujemcami všetkých vekových kategórií. Rozsah vzdelávania je najmenej 50 hodín a najviac 100 hodín.

Tréner vzpierania II. kvalifikačného stupňa má úplne stredné vzdelanie alebo úplne odborné vzdelanie. Získava druhú najnižšiu trénerskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov vo vzpieraní v rámci krajín Európskej únie. Absolvent II. stupňa je špecializovaný odborník vo vzpieraní, ktorý má zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú viesť vzpieračskú prípravu na úrovni **výkonnostného vzpierania** mládeže a rekreačného so záujemcami všetkých vekových kategórií. Rozsah vzdelávania je najmenej 100 hodín a najviac 150 hodín.

Tréner vzpierania III. kvalifikačného stupňa má úplne stredné vzdelanie alebo úplne odborné vzdelanie. Získava tretiu trénerskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov vo vzpieraní v rámci krajín Európskej únie. Absolvent III. stupňa je špecializovaný odborník vo vzpieraní, ktorý má zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú viesť vzpieračskú prípravu na úrovni **vrcholového vzpierania mládeže** a výkonnostného vzpierania dospelých. Rozsah vzdelávania je najmenej 150 hodín.

Tréner vzpierania IV. kvalifikačného stupňa je graduovaný na I. stupni vysokoškolského vzdelávania. Získava druhú najvyššiu trénerskú kvalifikáciu v systéme

vzdelávania odborníkov vo vzpieraní v rámci krajín Európskej únie. Absolvent IV. stupňa je špecializovaný odborník vo vzpieraní, ktorý má zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú viesť vzpieračskú prípravu vo **vrcholovom vzpieraní**. Je schopný viesť a kontrolovať skupinu trénerov, riadiť a modelovať tréningový proces na základe najnovších metód vzpieračského tréningu. Ovláda základy športovej kinantropológie, športovej edukológie a športovej humanistiky. Dokonale pozná štruktúru športového výkonu, ovláda metodiku a didaktiku svojho vzpierania. Pozná princípy tvorby tréningových plánov, diagnostikovania talentovaného športovca, výkonnosti vo vzpieraní a zmien trénovanosti. Dokáže aplikovať systém tréningového zaťaženia na základe objektivizovaných vstupných a priebežných informácií. Ovláda metódy zaťažovania vo vzpieraní, štruktúru podnetov, metódy adaptácie, regenerácie a dlhodobého plánovania, pozná periodizáciu a zložky vzpieračského tréningu. Dokáže účinne viesť vzpieračov v priebehu súťaže a ovplyvniť ich aktuálny prejav. Ovláda teóriu a prax športovej masáže, regenerácie, kineziológie a ďalších aplikovaných odborov vied o športe. Vo vlastnej športovej špecializácii pozná najnovšie tréningové metódy vedúce k inovácii a optimalizácii zaťaženia. Je pripravený najmä na praktické a metodické rozlišovanie športovej prípravy mládeže a žien. Orientuje sa v problematike výživy, dopingu a dovolených podporných prostriedkov. Orientuje sa v základných právnych a občianskych problémoch svojho športu. Môže pôsobiť ako lektor na I. až III. kvalifikačnom stupni vzdelávania trénerov. Rozsah vzdelania je minimálne šesť semestrov bakalárskeho štúdia v akreditovanom študijnom odbore športu, v akreditovanom študijnom programe trénerstvo alebo v medziodborových študijných programoch trénerstvo s inou predmetovou špecializáciou.

Tréner vzpierania V. kvalifikačného stupňa je graduovaný na II. stupni vysokoškolského vzdelávania. Získava najvyššiu trénerskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov vo vzpieraní v rámci krajín Európskej únie. Absolvent V. stupňa je špecializovaný odborník v konkrétnom vo vzpieraní, ktorý má zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú viesť vzpieračskú prípravu vo **vrcholovom vzpieraní**. Tvorí nové koncepcie pri modelovaní, riadení a diagnostikovaní vzpieračskej činnosti. Ovláda najnovšie teoretické východiská vzpieračského tréningu, športovej kinantropológie, športovej edukológie a športovej humanistiky súvisiace s prípravou športovcov na najvyššej úrovni. Pozná faktorovú štruktúru vzpieračského výkonu, ovláda teóriu a prax rozvoja všeobecných a špeciálnych faktorov vzpieračského výkonu. Vie interpretovať a využiť diagnostické metódy na určenie úrovne výkonnosti, trénovanosti, miery únavy, zaťaženia a miery adaptácie. Ovláda metódy a prostriedky modelovania vzpieračskej prípravy a predikcie vzpieračského výkonu. Vie v praxi uplatniť teoretické východiská výberu športovo talentovanej mládeže. Vo vlastnej vzpieračskej špecializácii pozná najnovšie metódy, formy a prostriedky tréningu smerujúce k intenzifikácii, individualizácii a k invencii tréningového procesu. Ovláda osobitosti prípravy žien a mládeže. Orientuje sa v problematike výživy vrcholových športovcov, doping, suplementácie výživových článkov a dovolených prostriedkov podporujúcich výkon. Je pripravený na marketingové a manažérske činnosti vo svojom športe. Je pripravený pôsobiť ako lektor, ale aj ako metodický a riadiaci pracovník pri ďalšom vzdelávaní odborníkov vo svojej špecializácii. Rozsah vzdelania je minimálne štyri semestre magisterského štúdia v akreditovanom študijnom programe trénerstvo alebo v medziodborových študijných programoch trénerstvo s inou predmetovou špecializáciou.

Profil trénera vo vzpieraní

v zmysle Jednotného vzdelávacieho systému odborníkov v športe v Slovenskej republike

Tréner vzpierania I. stupeň

Profil: získal úplne stredné vzdelanie alebo úplne stredné odborné vzdelanie. Získa najnižšiu trénerskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov vo vzpieraní v rámci krajín EÚ.

Doba prípravy : 33 hodín špecializácia a 17 hodín všeobecná časť- anatómia /2 hod./, fyziológia človeka /2/, fyziológia telesných cvičení /2/, biomechanika /2/,

antropomotorika /2/, diagnostika trénovanosti /1/, regenerácia /1/, základy prvej pomoci /1/, psychológia športu /1/, pedagogika /1/, teória a didaktika športu /3/.

Podmienky prijatia : minimálny vek 18 rokov

Forma štúdia: víkendové

Forma ukončenia:

- vypracovanie záverečnej práce zo vzpierania
- záverečná skúška zo všeobecnej časti
- záverečná skúška zo špecializácie vzpieranie /teoretická a praktická časť/

Doklad - osvedčenie o odbornej spôsobilosti.

Tréner vzpierania II. stupeň

Profil: získal úplne stredné vzdelanie alebo úplne stredné odborné vzdelanie .Získa štvrtú najvyššiu trénerskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov vo vzpieraní v rámci krajín EÚ.

Doba prípravy : 67 hodín špecializácia a 33 hodín všeobecná časť- anatómia /3 hod./, biochémia /1/, fyziológia človeka /3/, fyziológia telesných cvičení /3/, biomechanika /2/,

antropomotorika /2/, diagnostika trénovanosti /2/, hygiena /1/, regenerácia /1/, základy prvej pomoci /1/, psychológia športu /4/, pedagogika /2/,

sociológia športu /1/, etika športu /1/, teória a didaktika športu /4/, šport a právo /1/, výživa v športe /1/.

Podmienky prijatia: maturita, absolvovaný I. stupeň, minimálne 1 rok praxe od získania I. stupňa, platná licencia.

Forma ukončenia a druh dokladu :

- vypracovanie a obhajoba záverečnej práce zo vzpierania
- záverečná skúška zo všeobecnej časti
- záverečná skúška zo špecializácie vzpieranie /teoretická a praktická časť/

Doklad - osvedčenie o odbornej spôsobilosti.

Tréner vzpierania III. stupeň

Profil: získal úplne stredné vzdelanie alebo úplne stredné odborné vzdelanie .Získa tretiu najvyššiu trénerskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov vo vzpieraní v rámci krajín EÚ.

Doba prípravy : 95 hodín špecializácia a 55 hodín všeobecná časť- anatómia /4 hod./, biochémia /2/, fyziológia človeka /4/, fyziológia telesných cvičení /4/, biomechanika /4/,

antropomotorika /4/, diagnostika trénovanosti /4/, hygiena /1/, regenerácia /2/, základy prvej pomoci /2/, dejiny športu a organizácia športu /2/, psychológia športu /6/, pedagogika /2/,

sociológia športu /2/, etika športu /1/, teória a didaktika športu /6/, šport a právo /1/, výživa v športe /2/, vedy o športe a základy vedeckej práce /2/

Podmienky prijatia: maturita, absolvovaný druhý stupeň, minimálne 1 rok praxe od získania II. stupňa, platná licencia.

Forma ukončenia a druh dokladu :

- vypracovanie a obhajoba záverečnej práce zo vzpierania
- záverečná skúška zo všeobecnej časti
- záverečná skúška zo špecializácie vzpieranie/teoretická a praktická časť/

Doklad - osvedčenie o odbornej spôsobilosti.

Tréner vzpierania IV. stupeň

Profil: graduovaný na I. stupni vysokoškolského vzdelávania. Získa druhú najvyššiu trénerskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov vo vzpieraní v rámci krajín EÚ

Doba prípravy : 6 semestrov vysokoškolského štúdia I. stupňa

Podmienky prijatia: maturita a úspešné prijímacie konanie

Forma ukončenia a druh dokladu:

- obhajoba bakalárskej práce so zameraním na vzpieranie
- štátna skúška zo špecializácie vzpierania
- štátna skúška z teórie a didaktiky športu

Doklad o odbornej spôsobilosti: vysokoškolský diplom, akademický titul Bc.

Tréner vzpierania V. stupeň

Profil: graduovaný na II. stupni vysokoškolského vzdelávania. Získa najvyššiu trénerskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov vo vzpieraní v rámci krajín EÚ

Doba prípravy : 2 až 6 semestrov vysokoškolského štúdia II. stupňa

Podmienky prijatia: ukončený I. stupeň vysokoškolského štúdia a úspešné prijímacie konanie

Forma ukončenia a druh dokladu:

- obhajoba diplomovej práce so zameraním na vzpieranie
- štátna skúška zo špecializácie vzpierania
- štátna skúška z teórie a didaktiky športu

Doklad o odbornej spôsobilosti: vysokoškolský diplom, akademický titul Mgr.

Rozsah a obsah štúdia pre získanie kvalifikačného stupňa trénera vo vzpieraní

Všeobecná časť

Predmety	Kvalifikačné stupne		
	I.	II.	III.
Anatómia	2	3	4
Biochémia	0	1	2
Fyziológia človeka	2	3	4
Fyziológia telesných cvičení	2	3	4
Biomechanika	2	2	4
Antropomotorika	0	2	4
Diagnostika trénovanosti	1	2	4
Hygiena	0	1	1
Regenerácia	1	1	2
Základy prvej pomoci	1	1	2
Dejiny športu a organizácia športu	0	0	2
Psychológia športu	1	4	6
Pedagogika	1	2	2
Sociológia športu	0	1	2
Etika športu	0	1	1
Teória a didaktika športu	3	4	6
Šport a právo	0	1	1
Výživa v športe	1	1	2
Vedy o športe a základy vedeckej práce	0	0	2
Spolu	17	33	55

Špeciálna časť

Predmety	Kvalifikačné stupne		
	I.	II.	III.
História vzpierania	1	2	4
Pravidlá vzpierania	2	2	4
Biomechanika vzpierania	1	3	4
Nácvik techniky vzpierania	15	20	24
Plánovanie a evidencia tréningu	3	4	6
Príprava mládeže	6	8	10
Taktická príprava	1	1	2
Doplňky výživy vzpierača	1	3	4
Osobitosti prípravy žien	1	2	2
Problém dopingového vo vzpieraní	2	3	3
Prax	10	15	30
Skúšky	3	4	6
Spolu	46	67	99

príklad

OSVEDČENIE

Tréner vzpierania III. stupňa

Meno, priezvisko, titul:

Deň, mesiac, rok narodenia:

Absolvoval (a):

.....

.....

.....

v rozsahu hodín

Poverenie k vydávaniu dokladu o kvalifikácii s celoštátnou platnosťou v zmysle zákona č. 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., bolo udelené potvrdením o akreditácii vydaným Ministerstvom školstva SR, v Bratislave dňa: 19.6.2009, pod číslom: CD-2009-25427/22538-2:10

V dňa

.....

predseda skúšobnej komisie

.....

štatutárny zástupca VZ

Rozhodca vzpierania

Kvalifikačná stupne

I. kvalifikačný stupeň. rozhodcu vzpierania

- absolventi vzdelávacieho programu akreditovaných vzdelávacích zariadení,
- aktívni športovci po dosiahnutí výkonnostnej úrovne /reprezentant SR dospelých a juniorov / a po absolvovaní záverečných skúšok akreditovaného programu,

II. kvalifikačný stupeň. rozhodcu vzpierania

- absolventi vzdelávacieho programu akreditovaných vzdelávacích zariadení,
- aktívni športovci po dosiahnutí výkonnostnej úrovne /reprezentant SR dospelých a juniorov / a po absolvovaní záverečných skúšok akreditovaného programu,

III. kvalifikačný stupeň. rozhodcu vzpierania

- absolventi vzdelávacieho programu akreditovaných vzdelávacích zariadení,

Profil a požiadavky na rozhodcu vo vzpieraní

podľa požiadaviek Jednotného vzdelávacieho systému odborníkov v športe v Slovenskej republike

Rozhodca vzpierania I. stupeň

Profil: Získava najnižšiu rozhodcovskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov v športe v Slovenskej republike. Absolvent I. stupňa je špecializovaný odborník vo vzpieraní, ktorý ma zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú viesť rozhodovanie domácich súťaží na úrovni II. ligy a vykonávať úlohy a rozhodovanie na všetkých úrovniach domácich súťaží pokiaľ hlavný rozhodca má kvalifikačný stupeň najmenej II.

Doba prípravy : 5 hodín všeobecnej prípravy- psychológia športu /1/, športová etika a fair play /1/, základy prvej pomoci /1/, sociológia športu /1/, právo v športe /1/, a 10 hodín špecializovaná časť- pravidlá vzpierania

Podmienky prijatia : minimálny vek 18 rokov a základné vzdelanie.

Forma ukončenia:

- záverečná skúška zo všeobecnej časti
- záverečná skúška z pravidiel vzpierania – teória a prax

Doklad - osvedčenie o odbornej spôsobilosti

Rozhodca vzpierania II. stupeň

Profil: Získava druhú rozhodcovskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov v športe v Slovenskej republike. Absolvent II. stupňa je špecializovaný odborník vo vzpieraní, ktorý ma zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú

viest' rozhodovanie domácich súťaží na úrovni domácich majstrovských súťaží.

Doba prípravy : 7,5 hodiny všeobecnej prípravy- psychológia športu /1,5/, športová etika /1,5/, základy prvej pomoci /1,5/, sociológia športu /1,5/, právo v športe /1,5/, a 22,5 hodiny špecializovaná časť- pravidlá vzpierania

Podmienky prijatia :

- absolvovaný I. stupeň
- minimálne 3 rok praxe od získania I. stupňa

Forma ukončenia a druh dokladu :

- záverečná skúška zo všeobecnej časti
- záverečná skúška z pravidiel vzpierania – teória a prax

Doklad - osvedčenie o odbornej spôsobilosti

Rozhodca vzpierania III. stupeň

Profil: Získava najvyššiu rozhodcovskú kvalifikáciu v systéme vzdelávania odborníkov v športe v Slovenskej republike. Absolvent III. stupňa je špecializovaný odborník vo vzpieraní, ktorý má zodpovedajúce teoretické poznatky, praktické skúsenosti a zručnosti, ktoré mu umožňujú viesť rozhodovanie domácich a zahraničných súťaží. Po úspešnom absolvovaní skúšky medzinárodného rozhodcu /1. alebo 2.triedy/ za prítomnosti medzinárodného skúšobného komisára na medzinárodnom turnaji v kalendári IWF. O čo požiada SZV IWF na návrh Výkonného výboru SZV po absolvovaní praktických 4 ročných rozhodovaniach na najvyšších domácich súťažiach. Podmienkou je úspešné absolvovanie predpísaného testu v anglickom jazyku a úspešnom vykonaní praktickej skúšky pod vedením jury zloženej z medzinárodných rozhodcov 1.triedy.

Doba prípravy : 10 hodín všeobecnej prípravy- psychológia športu /2/, športová etika /2/, základy prvej pomoci /2/, sociológia športu /2/, právo v športe /2/, a 30 hodín špecializovaná časť- pravidlá vzpierania.

Podmienky prijatia :

- absolvovaný II. Stupeň a má úplne stredné vzdelanie alebo stredné odborné vzdelanie
- minimálne 3 rok praxe od získania II. stupňa

Forma ukončenia a druh dokladu :

- záverečná skúška zo všeobecnej časti
- záverečná skúška z pravidiel vzpierania – teória a prax

Doklad - osvedčenie o odbornej spôsobilosti a Preukaz medzinárodného rozhodcu s platnou licenciou IWF.

príklad

O S V E D Č E N I E

Rozhodca vzpierania III. stupňa

Meno, priezvisko, titul:

Deň, mesiac, rok narodenia:

Absolvoval (a):

.....
.....
.....

v rozsahu hodín

Poverenie k vydávaniu dokladu o kvalifikácii s celoštátnou platnosťou v zmysle zákona č. 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., bolo udelené potvrdením o akreditácii vydaným Ministerstvom školstva SR, v Bratislave dňa: 19.6.2009, pod číslom: CD-2009-25427/22538-2:10

V dňa

.....

predseda skúšobnej komisie

.....

štatutárny zástupca VZ

ODPORÚČANÁ LITERATÚRA

AJÁN, T. – BAROGA, L.: Weightlifting fitness for all sports. 1st edition. Budapest: IWF and Medicina Publishing House, 1988. 485 p. ISBN 963-253-807-2.

BINOVSÝ, A.: Funkčná anatómia pohybového systému. 1. vyd. Bratislava: Univerzita Komenského, 2003. 274 s. ISBN 80-223-1380-7.

BUZGÓ, G. et al.: K problematike výberu talentov vo vzpieraní. In: Konferencia o športovo talentovanej mládeži. Bratislava: SOV a NŠC, 2006, s. 27-35.

Buzgó, G. Buzgó, L.: Pravidlá mládežníckeho štvorboja vo vzpieraní platné od 2007. [online] Publikované 01.01.2007. [popis urobený 16.02.2008] Dostupné z <http://www.vzpieranie.sk/dokumenty/stvorboj/stvorboj.html>

DÍVALD, L.: Kontrolovaný tréning. 1. vyd. Poprad: SLZA s.r.o., 2008. 116 s.

DOVALIL, J. et al.: Výkon a tréning ve sportu. 1.vyd. Praha: Olympia, 2002. 336 s. ISBN 80-7033-760-5.

DUSPIVA, K. et al.: Jednotný tréningový systém vzpírání. Praha: Sportpropag, 1977. 87 s.

FEHÉR, T.: Olympic weightlifting. 2nd edition. Budapest: Tamas Strength Sport Libri Publishing House, 2006. 307 p. ISBN 963-06-0139-7.

FOŘT, P.: Výživa pro dokonalou kondici a zdraví. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2005. 184 s. ISBN 80-247-1057-9.

HAMAR, D.: Nové trendy v silovom tréningu. In: Medicina Sportiva bohémica et slovaca, 2001, vol. 10, no. 2, s. 62-64.

HAMAR, D.: Silový tréning u detí a adolescentov. In: Medicina Sportiva bohémica et slovaca, 2006, vol. 14, no. 1-4, s. 182-188.

HAMAR, D. - LIPKOVÁ, J.: Fyziológia telesných cvičení. 3. vyd. Bratislava: UK v Bratislave, 2001. 174 s. ISBN 80-223-1627-X.

MORAVEC, R. et al.: Teória a didaktika výkonnostného a vrcholového športu. Bratislava: FTVŠ UK a SVS pre TVaŠ, 2007. s. 89-107. ISBN 978-80-89075-31-7.

KAMPMILLER, T. - VANDERKA, M. et al.: Športový pohyb z hľadiska distribúcie energie, práce a výkonu. 1. vyd. Bratislava: ICM Agency, 2008. 107 s. ISBN 978-80-89257-13-3.

KASA, J.: Športová antropomotorika. 3. vyd. Bratislava: SVS pre TVaŠ, FTVŠ UK Bratislava, 2004. 209 s. ISBN 80-968252-3-2.

KUČERA, M. - DYLEVSKÝ, I. et al.: Pohybový systém a zátěž. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1997. 251 s. ISBN 80-7169-258-1.

KUČERA, M. - DYLEVSKÝ, I. et al.: Sportovní medicína. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 1999. 284 s. ISBN 80-7169-725-7.

KUJANÍK, Š. - ŠTULRAJTER, V.: Fyziológia práce a telesných cvičení. In: JAVORKA, K. et al.: Lekárska fyziológia. Martin: Vydavateľstvo Osveta, 2001. s. 597-615. ISBN 80-8063-023-2.

LEŠKO, M. et al.: Technika trhu a nadhodu vzpieračov dorastencov. 1. vyd. Bratislava: UK v Bratislave, 2006. 53 s. ISBN 80-223-2161-3.

MARČEK, T. et al.: Telovýchovné lekárstvo. 1. vyd. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave, 2007. 268 s. ISBN 978-80-223-2276-8.

MEŠKO, D. – KOMADEL, L. et al.: Telovýchovnolekárske vademecum. Bratislava: Slovenská Spoločnosť Telovýchovného Lekárstva, 2005. s. 176-177. ISBN 80-969446-4-9.

METODICKÉ LISTY SZV a ZBORNÍKY SEMINÁROV TRÉNEROV VZPIERANIA

ORVANOVÁ, E. et al.: Somatická charakteristika mládeže vo vzpieraní. Bratislava, 1985, 105 s., Záverečná správa výskumnej úlohy RŠ VIII-01/02-06 S-08.

PERIČ, T.: Výběr sportovních talentů. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2006. 100 s. ISBN 80-247-1827-8.

PROHL, K.: Historie vzpírání. 1. vyd. Praha: MŠMTV ČR. 2004. 345 s.

PYŠNÝ, L.: Doping - rizika zneužití. 1. vyd. Praha: Grada Publishing. 2006. 96 s. ISBN 80-247-1702-6.

ŠIMONEK, J. - DOLEŽALOVÁ, L. - LEDNICKÝ, A.: Rozvoj výbušnej sily dolných končatín v športe. 1. vyd. Bratislava: SVS pre TVaŠ. 2007. 70 s. ISBN 978-80-89075-32-4.

ŠTULRAJTER, V. – JÁNOŠDEÁK, J. et al.: Regenerácia a masáž. 1. vyd. Bratislava: PEEM. 2003. 266 s. ISBN 80-88901-70-7.

VANDERKA, M.: Silové a rýchlostno-silové schopnosti v kondičnej príprave športovcov. 1. vyd. Bratislava: ICM Agency, 2008. 92 s. ISBN 978-80-89257-10-2.

VAVROVIČ, D. et al.: Vzpieranie – učebné texty pre školenie trénerov II. triedy. 1. vyd. Bratislava: Šport, STN. 1979. 112 s. ISBN 77-029-79-11-4.

VAVROVIČ, D. – GUMÁN, K. – KOVÁČ, M.: Vzpieranie. 1. vyd. Bratislava: Šport, STN. 1982. 156 s. ISBN 77-005-82-11-4.

ZEMKOVÁ, E. – HAMAR, D.: Výskokový ergometer v diagnostike odrazových schopností dolných končatín. 1. vyd. Bratislava: PEEM. 2004. 46 s. ISBN 80-89197-11-6.