



Eesti Suusa-ja Lumelaua Instruktorite Liidu ISIA vastavusega treeningsüsteemi ja tasemete lühikirjeldus.

Instruktorite treeningsüsteem koosneb kolme (3) astmelise kvalifikatsiooni struktuuri õpetustest ja kursustest L1, L2 ja L3. Mäesuusatamise ja lumelaua kursused sisaldavad metoodilist, tehnilist ja teoreetilist õpet.

Mäesuusatamise instruktoriga kursusega sarnaneb ülesehituselt lumelaua instruktoriga kursusega ja vastupidi, vastava distsipliini instruktoriga kursuse on aga vajalik teostada eraldi.

Algatseme kategooria L1 (national basic) kursust on võimalik läbida Eesti mäesuusakeskuste tingimustes. L2 ja L3 kursuse läbimiseks on vajalik kursustel osalemine ja eksami läbimine keskustes, millised võimaldavad kursustel sätestatud distsipliini treeninguid ning eksami andmist nõutud tasemel.

L2 kursus toimub koostöös Soome FNASI L2 kursusega Soome suusakeskustes.

L1 taseme kursuse ajaline ja treeningute põhistruktuur kehtib nii mäesuusatamise ja lumelaua kursuse kohta.

Instruktori algataseme C-kursus, 7 päeva, 45 tundi

Kursuse üldine sisu:

- Treeningute ja metoodiliste harjutuste tutvustused ning individuaalsete oskuste treening
- Metoodika ja õppedidaktika
- Töötamine instruktoriga + klienditeenindus
- Suusakeskuste suusakoolis töötamise põhialused
- Suusatamise tehnika ja biomehhaanika, teoreetiline osa

Staatus peale L1 kursuse eksami sooritamist: Instruktor on valmis teostama õpilastele algataseme õpet ning tehnilisi harjutusi L1 taseme instruktoriga kategooria pädevuse piires.

NB! Esmaabi kursus soovituslik läbida enne L2 kursuse eksami sooritamist. Esmaabi on kohustuslik läbida enne siirdumist L3 kategooria kursusele.