**Stałe samokształcenie jest zalecane wszystkim instruktorom.
Przedstawiamy nowe i przypominamy wcześniej wydane pozycje.
Na rynku wydawniczym ubogim w pozycje dotyczące narciarstwa
ukazało się w ostatnim okresie kilka pozycji:**

W Y D A W N I C T W A

1) Wydane przez Stowarzyszenie Instruktorów:

- **PROGRAM NAUCZANIA NARCIARSTWA 2008**
  + płyta CD – wybrane ewolucje

– podstawowa pozycja dla instruktorów, która określa związkowy i stowarzyszeniowy sposób nauczania narciarstwa.
Jest to również podręcznik na kursach na stopnie instruktorskie.
Program można nabyć wyłącznie w Biurze SITN lub w Licencjonowanych Szkołach Narciarskich w cenia 30 zł.
Jest dostępny tylko dla członków Stowarzyszenia i osób szkolących się w LSN.

- **PROGRAM NAUCZANIA NARCIARSTWA BIEGOWEGO**
  Grzegorz Sadowski

– oficjalny program nauczania narciarstwa biegowego w Stowarzyszeniu.

- **„DEKALOG NARCIARSKI" – PŁYTA DVD**

- **TELEMARK**
  Piotr Kapustianyk

– opublikowana praca kandydacka do stopnia instruktora wykładowcy. Zawiera bieżące i historyczne informacje o telemarku jako sposobie jazdy na nartach oraz o aktualnym sprzęcie telemarkowym i jego doborze.
Opisuje różne techniki jazdy telemarkiem. Stanowi zaczątek oficjalnego programu nauczania telemarku.
Polecana dla instruktorów zawodowych specjalizujących się w tej dziedzinie i wszystkich funów tego sportu.

- **OD RUADY DO CARVINGU**
  Kazimierz Vyšata

– przegląd wraz z komentarzem wszystkich wydań Programów Nauczania Narciarstwa Zjazdowego.

- **BEZPIECZEŃSTWO W GÓRACH – RATOWNICTWO**
  Adam Marasek

– historia ratownictwa górskiego oraz sposoby postępowania w razie wypadków narciarskich.

2) Wydane przez innych wydawców.

- **PORADNIK NARTY**
  Andrzej Lesiewski, Janusz Lesiewski

Poradnik NARTY ma charakter dobrego przewodnika narciarskiego dla rozpoczynających przygodę z nartami i już jeżdżących na nartach. Pod względem merytorycznym stanowi doskonałe kompendium wiedzy zawarte w podręcznym opracowaniu.

- **NARTY 2. CO KAŻDY NARCIARZ WIEDZIEĆ POWINIEN**
  Zbigniew Stanisławski, Wydawnictwo „Dla Szkoły", Wilkowice 2005

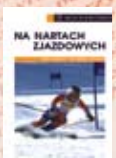
Kolejne wydanie książki dla wszystkich zainteresowanych narciarstwem (poprzednia książka „Narty. Praktyczny poradnik dla każdego"). Książka zawiera rozdziały poświęcone uwarunkowaniom prawnym w Polsce dotyczącym narciarstwa, dwa duże rozdziały poświęcone nauce narciarstwa dorosłych i dzieci (autor rozdziału Janusz Lesiewski), informacje o innych sposobach uprawiania narciarstwa (telemark, ski-tury, freeskiing).
Książka zawiera kilka rozdziałów przydatnych dla szkolących się na stopnie instruktorskie: zarys historii narciarstwa, wybrane przepisy Narciarskiego Regulaminu Sportowego, bezpieczeństwo w górach oraz mechanikę w narciarstwie. Dla opuszczających przygotowane trasy narciarskie poświęcony jest rozdział o zagrożeniach lawinowych.

- **ZNACZENIE TEMPERAMENTU I MOTYWACJI OSIĄGNIĘĆ W NARCIARSKIEJ SUTUACJI SPORTOWEJ**
Jacek Gracz, AWF, Poznań 2008, ISBN 978-83-88923-93-7

- **NARCIARSTWO WYSOKOGÓRSKIE W POLSKICH TATRACH WYSOKICH**
Karol Życzkowski, Józef Wala, Sklep Podróżnika, Warszawa 2004
Książka jest zbiorem opisanych tras zjazdu w kilku rejonach Tatr. Zawiera rozdziały poświęcone sprzętowi do narciarstwa wysokogórskiego, lawinom i innym niebezpieczeństwom, rajdom i zawodom.

- **NA NARTACH BIEGOWYCH**
Grzegorz Sadowski, Sklep Podróżnika 2004
Książka zawiera wskazówki jak należy przygotować się do udziału w narciarskich biegach masowych pod względem kondycyjnym, technicznym i w zakresie wyposażenia w sprzęt narciarski.

- **TELEMARK**
Podręcznik jazdy na nartach, Stein Engell, Oystein Gjelsvik, Sklep Podróżnika 1996
Książka ma umożliwić naukę i doskonalenie umiejętności jazdy telemarkiem. Zawiera wskazówki dotyczące wyboru i przygotowania sprzętu oraz opisy najprostszych ewolucji.



- **NA NARTACH ZJAZDOWYCH**
Zbigniew Stanisławski, Sklep Podróżnika 2005
Książka przedstawia najważniejsze regulacje prawne dotyczące narciarstwa w Polsce, rozdziały poświęcone nauce narciarstwa dorosłych i dzieci oraz informacje o innych sposobach uprawiania narciarstwa (telemark, ski-tury, freeskiing). Dla opuszczających przygotowane trasy narciarskie poświęcony jest rozdział o zagrożeniach lawinowych.

- **CARVING – PERFEKCYJNA JAZDA NA NARTACH (OFICJALNY PODRĘCZNIK INSTRUKTORÓW AUSTRIACKICH)**
Hermann Wallner (tłumaczenie: S. Banaszak, K. Gąsiorek), Ab Ovo, Wrocław 2004
Podręcznik zawiera austriacką drogę nauczania narciarstwa oraz rozdziały poświęcone kinematyce, pierwszej pomocy. Zawiera informacje o sprzęcie i wskazówki metodyczne.

- **UCZĘ DZIECI JAZDY NA NARTACH**
Niemiecki Związek ds. Nauczania Narciarstwa, Galaktyka Sp. z o.o., Łódź 2000
Wszstko o nauce dzieci w tym trening sportowy – czynniki warunkujące nauczanie, wzajemne oddziaływanie nauczyciela i ucznia, model procesu ruchowego i ładne zdjęcia.

- **ROZWÓJ SPRZĘTU, TECHNIKI JAZDY ORAZ STYLÓW NARCIARSKICH W POLSCE OD TELEMARKU DO CARVINGU**
Kazimierz Bronisław Chojnacki, Małgorzata Orlewicz-Musiał, AWF, Kraków 2005
Głównym celem pracy jest przedstawienie sprzętu narciarskiego, jaki był używany na ziemiach polskich, techniki i stylów jazdy na przestrzeni dziejów oraz próba ich oceny.

- **MISTRZOWIE NART**
Halina Zdebska, PZN, Kraków 2000
Jest to zbiorowy portret polskiego narciarstwa przedstawiony w formie niemal 30 wizerunków najwybitniejszych mistrzów nart okresu powojennego. Książka wydana z okazji 80-lecia PZN.

- **LEGENDY POLSKIEGO SPORTU**
Aniela Tajner
Książka zawiera biografie sławnych narciarzy, na podstawie wywiadów, dokumentów i relacji osób bliskich, począwszy od pionierów narciarstwa aż do 1991 roku.