XIX Międzynarodowy Kongres Narciarski
INTERSKI – Austria
15-22 styczeń 2011 St. Anton

WORKSHOP – HOLANDIA

Prowadzenie zajęć według schematu „TEA” (herbata): **T**RY – próbuj

EXERCISE – ćwicz

APPLAY – zastosuj

- Zajęcia rozpoczęły się od rozdania kubeczków wszystkim uczestnikom i poczęstunku mrożona herbatą jako element przełamania barier i stworzenia miłej atmosfery, herbata - główny schemat szkolenia. Instruktorzy holenderscy pokrótce opisali specyfikę swojej pracy i rodzaj klienta, z którym najczęściej maja do czynienia.
  Są to ludzie, którzy potrzebują szybko nauczyć się lub doskonalić jazdę na poziomie średnim np. w weekend posiąść umiejętności techniczne i fizyczne do wyjazdów urlopowych na lodowce, imprezy firmowe itp. tak by czuli się bezpieczne i na tyle komfortowo by czerpać radość i traktować narty jako czynny odpoczynek.

  Powyższe czynniki maja wpływ na system nauczania, który stosują i zaprezentują.

- „TRY” – ćwiczenia tylko prawidłowej pozycji narciarskiej w skrętach (ewolucjach adekwatnie do poziomu zaawansowania) – sposób odtwórczy od pokazu Instruktora.
- Analiza i diagnoza tego co kursant umie – czasami ktoś od razu „łapie” na danym poziomie i nie wymaga ćwiczeń, wtedy przechodza do kolejnych etapów nauczania- „applay” – zastosuj – następuje obserwacja czego klient potrzebuje by jeździć bezpiecznie, technicznie poprawnie.
  Ważny jest tu prosty przekaz informacji bez karcenia, głównym narzędziem jest pokaz jak w inny sposób, inna droga można naprawić to co wychodzi słabo lub błędnie – korekta poprzez próby osiągnięcia zamierzonego celu różnymi drogami.
- Jeżeli powyższe działania nie przynoszą rezultatu dopiero stosujemy „exercise” – ćwiczenia

FILMIK (przykładowe ćwiczenie: kije trzymane z przodu jak najszerzej)

- Każde ćwiczenie lub ewolucję przechodzą krok po kroku według „TEA”

FILMIK (kije na biodrach – dociskane nadgarstkami tak by obie kości biodrowe miały ciągły kontakt z kijkiem niezależnie od kierunku wykonywanego skrętu)

- Sugerują nie mówić co złe lecz wskazywać jak wykonać daną czynność, która wpłynie na poprawność jazdy, stosować ćwiczenia banalnie proste jak na przykład : ręce daleko w przód dla tych którzy się „odchylają”.

FILMIK (kije skierowane na zewnątrz, trzymane nachwytem)

- Przy każdym ćwiczeniu wskazywać należy jego cel, tak by uczeń poza lekcjami mógł sam decydować jakie zastosować ćwiczenie w sytuacji kiedy poczuje że coś jest ‘nie tak”.
- Kolejność wykonywania czynności w trakcie zajęć : pokaz jeden skręt >powtórzenie przez ucznia > korekta + pochwała> kolejna próba.

- „Applay” – zastosuj – po ćwiczeniach zastosowanie wszystkich elementów wyćwiczonych w trakcie lekcji (zajęć) – PRAKTYKA – Instruktor jako trener który wytycza, prowadzi zajęcia w kierunku zabawy, rozrywki – pokaż im „FUN”

- „FUN FACTORY” – tak określają nauke jazdy na nartach w swoim kraju ich warsztat instruktorski to fabryka pozytywnych odczuć i miło spędzony czas na nartach.