

Rozřazovací dotazník na jabocký lyžařský kurz



Milá studentko, milý studente,
tento dotazník slouží k rozdělení do družstev na lyžařském kursu. Proto je třeba vyplnit jméno v první otázce. Pokud bys chtěl/a později změnit svou výpověď v dotazníku, kontaktuj prosím Pavla (pavelkaplan@seznam.cz, 777 268 629). **Nepodceňuj se, dotazník by pak neměl potřebnou výpovědní hodnotu.** Díky!

Jméno:

Budu se účastnit výcviku: běžky snb sjezd

Jak se hodnotíš v následujících oblastech? Označ jednu variantu v každém řádku:

Jak se hodnotíš v jízdě na běžkách?

Zakroužkuj **jednu** odpověď na škále 1-4

	1. Neovládám vůbec	2. Ovládám málo	3. Jde to	4. Pohoda
1. Jízdu klasickou technikou v upravené stopě				
2. Jízdu ve volném terénu bez upravené stopy				
3. Zvládám jízdu bruslením				
4. Mazání a úpravu lyží				

Vyplní pouze sjezdaři:

Jak se hodnotíš v jízdě na sjezdových lyžích?

Zakroužkuj **jednu** odpověď na škále 1-4

	1. Neovládám vůbec	2. Ovládám málo	3. Jde to	4. Pohoda
1. Zvládám oblouk v pluhu				
2. Zvládám oblouk klasický/smykový				
3. Zvládám oblouk carvingový				
4. Zvládám jízdu v terénních vlnách				
5. Zvládám jízdu v hlubokém sněhu				

Vyplní pouze snowboardisté:

Jak se hodnotíš v jízdě na snowboardu?

Zakroužkuj **jednu** odpověď na škále 1-4

	1. Neovládám vůbec	2. Ovládám málo	3. Jde to	4. Pohoda
1. Zvládám jízdu na vleku				

2. Zvládám oblouk čelem ke svahu				
3. Zvládám plynulé navazování oblouků při jízdě z kopce				
4. Zvládám bezpečně zastavit za každé situace				
5. Zvládám jízdu v terénních vlnách				
6. Zvládám jízdu v hlubokém sněhu				

Od kurzu očekávám (označil lze více variant)

Splnění zápočtu	
Naučím se / zlepším se v jízdě na lyžích/snb	
Odpočinou si od učení, psychicky zrelaxuji	
Poznám hory a základy bezpečného pohybu v nich	
Poznám sebe v nových situacích	
Poznám ostatní (spolustudenty) v nových situacích	
Mám zájem o základy trasování – běžeckého lyžování osob se zrakovým postižením	

Další očekávání od lyžařského kurzu:

Prostor pro vzkaz vedoucímu kurzu:

Děkuji za spolupráci!