

MICHAL ELIÁŠ

VZDELANIE

FTVŠ UK

Odbor: Šport a zdravie a učiteľstvo telesnej výchovy

Diplomová práca: Funkčné poruchy pohybového systému 15 až 17 – ročných gymnazistov a možnosti využitia kompenzačných cvičení v hodinách telesnej výchovy

Študiálny pobyt v rámci programu LLP/ERASMUS

Deutsche Sporthochschule Koeln, Nemecko (1.10.2008 – 28.2.2009)

Získanie certifikátu Učiteľ zjazdového lyžovania II. stupňa

KURZY A ŠKOLENIA

Kurz Učiteľ lyžovania „C“

Donovaly 2003
SAPUL

Prvá pomoc 32 hodinový kurz

Bratislava 2006
Slovenský červený kríž

Kinn ball

Pardubice 2013
Český svaz kin-ballu

SM – systém I. + II.

Bratislava 2013
AF REHAB, s.r.o.

TRX – osobní tréner (STC)

Žamberk 2014
3D Fitness s.r.o.

**BWF Shuttle Time Teacher
Training Course**

Spišská Belá 2014
Slovenský zväz bedbintonu
(program BWF)

**IAAF CECS KidsAthletics
Lecturer**

Bratislava 2014
Slovenský atletický zväz
(program IAAF)

**Inštruktor raftingu
I. kvalifikačného stupňa**

Červený Kláštor 2019
Eurorafting, s.r.o.

Osobné údaje

Nar. [REDACTED] 1986

Trvalý pobyt:

Prechodný pobyt:

Email:

Telefón:

MICHAL ELIÁŠ

PRACOVNÉ SKÚSENOSTI A CELOŽIVOTNÉ VZDELÁVANIE

Akadémia ozbrojených síl generála Milana Rastislava Štefánika,
Liptovský Mikuláš

09/2022 – 09/2025 asistent katedry telesnej výchovy a športu

Jazykové zručnosti

Materinský jazyk:

Slovenčina

Cudzie jazyky:

Angličtina

Porozumenie

- počúvanie B1

- čítanie B1

Hovorenie

- ústna interakcia B2

- samostatný ústny

prejav B2

Písanie B1

Nemčina

Porozumenie

- počúvanie B1

- čítanie B1

Hovorenie

- ústna interakcia B2

- samostatný

ústny prejav

B2

Písanie B1

Používateľ základov

jazyka:

Česky, Poľsky, Ruský

Aktivity

- organizátor streleckej súťaže „Krtko cup“
- organizátor podujatia „Športový deň rektora“

Vzdelávanie

Centrum výcviku lešt'

- kurz boja z blízka stupeň „Absolvent“ Centrum výcviku lešt'

Projekty

- člen riešiteľského tímu v projekte: „Longitudinálny výskum somatometrických parametrov a pohybovej výkonnosti kadetov“

Erasmus+

- Battlephysical, mental and survival training

Emyllo

- HYBRID PROJECT: Interdisciplinary Education and Training on Hybrid Warfare

ZŠ Grundschule Kežmarok

2012 – samostatný pedagogický zamestnanec

výchovný poradca, vedúci predmetovej komisie

Projekty

- Inovatívne vzdelávacie nástroje
- V4 know-how support for educational institutions in Georgia and Azerbaijan

Vzdelávanie

Metodicko-pedagogické centrum

- Aktívne využívanie čítania s porozumením vo vyučovacom procese v ZŠ a SŠ; Aktivizujúce metódy vo výchove, Výchovný poradca; Profesionálna orientácia žiakov základných škôl na odborné vzdelávanie a prípravu; Kondičné posilňovanie v telesnej a športovej výchove; Snoubordingový inštruktorský kurz; Súčasný trendy v zjazdovom lyžovaní; Olympijská výchova v základných a stredných školách, Lyžiarsky inštruktorský kurz

Štátny inštitút odborného vzdelávania

- Podpora kariérového vývinu žiaka primárneho a nižšieho stredného vzdelávania

Akadémia vzdelávania

- Asertívne zvládanie náročných komunikačných situácií v práci učiteľa
- Riadenie interpersonálnych konfliktov v práci učiteľa
- Dosahovanie psychickej odolnosti, zvládanie stresu a syndróm vyhorenia učiteľa

MICHAL ELIÁŠ

PRACOVNÉ SKÚSENOSTI A CELOŽIVOTNÉ VZDELÁVANIE

Horská služba PIENAP

2005 – dobrovoľný člen

Karpatská platforma spolupráce horských záchranárov (2018)

- séria školení zameraných na záchranné a pátracie aktivity v horách, jaskyniach a horských riekach

Tvorba a zlepšovanie cezhraničných kompetencií záchranárov GP GOPR a Horskej služby Pieninského národného

Séria 13 školení:

- vodná záchrana v horských riekach a improvizovaná záchrana v horách
- evakuáciu z lanových dráh, evakuáciu z priemyselných konštrukcií či evakuáciu paraglaidistov alebo osôb uviaznutých na stromoch

Hory pod poľsko-slovenskou ochranou (2017)

- séria školení vodnej záchrany a záchrany na lyžiarskej trati

Osobné zručnosti

Komunikačné

zručnosti

- schopnosť prispôbiť sa multikultúrnemu prostrediu,
- schopnosť pracovať v rozmanitom tíme,
- dobré komunikačné zručnosti

Organizačné a riadiace

zručnosti

- komplexné myslenie,
- schopnosť pracovať autonómne,
- flexibilita,
- zodpovednosť,
- samostatnosť

Počítačové zručnosti

Skúsenný používateľ v Microsoft Office (Word, Excel a Powerpoint), Internet

Šport pre všetkých Kežmarok

2014 – zakladajúci člen občianskeho združenia

Detská atletika

- od roku 2014 organizátor Atletického dňa pre žiakov 1. stupňa ZŠ v Kežmarku
- od roku 2014 tréner detskej atletiky
- tréner všeobecnej pohybovej prípravy v ŠKD pri ZŠ Grundschule

Kežmarok running tour

4 ročníky bežeckej série, ktorú tvoria 3 behy:

- Beh k Hubertovi (jarný kros)
- Night Cross (nočný beh, kros)
- Nočný Kežmarok (nočný beh mestom)

Inflatable Fun RUN

- beh mestom cez nafukovaciu prekážkovú dráhu

MICHAL ELIÁŠ

PRACOVNÉ SKÚSENOSTI A CELOŽIVOTNÉ VZDELÁVANIE

KV MŠK OKTAN Kežmarok

Kadetky, juniorky (2014, 2015)

- diagnostika
- rekondičný blok v rámci prípravy

Volejbalová prípravka (2016, 2017, 2018)

- tréner

Lyžiarsky inštruktor

Ternavski snowacademy (2003 - 2007)

TMR (2010 - 2017)

Mgr. Ladislav Eliaš

2005 - 2017

- pomocný pltník
- sprievodca na plavbe po rieke Dunajec
- vodca malého plavidla

2010 - 2017

- manažér prevádzky v penzióne Antiqua Villa

Antiqua Villa s.r.o.

2017

Tvorba obsahovej náplne vzdelávacieho kurzu na prípravu uchádzačov o štátnu skúšky pre získanie odbornej spôsobilosti „Vodca malého plavidla kat. D“ - lektor Pltnickej akadémie

2017

- lektor v kurze „Outdoorové aktivity“
- inštruktor raftin

Osobné zručnosti

Záľuby

kolektívne športy

- volejbal
- futbal
- florbal
- hokej

Individuálne

- bicykel
- tursitika
- lyžovanie
- bežkovanie

vodné športy

- rafting

Vodičský preukaz

B

Vodca malého plavidla

A,D

ZOZNAM PUBLIKAČNEJ ČINNOSTI A OHLASOV AUTORA

Účasť na riešení vedecko-výskumných projektov

1. Longitudinálny výskum somatometrických parametrov a pohybovej výkonnosti kadetov na základe kontraktu č. SEMOD-EL-76/9-195/2022-OdPaPV na rok 2022, SEMOD-EL-76/9-242/2023-OdMSaPV na rok 2023, SEMOD-EL-76/9/282/2024-OdMSaPV na rok 2024. Zodpovedný riešiteľ: Mg. Peter ŽIŠKA, PhD.
2. Vplyv somatometrických a fyziologických parametrov na pohybovú výkonnosť profesionálnych vojakov na základe kontraktu č SEMOD-EL 76/9-305/2025-OdMSaPV na rok 2025. Zodpovedný riešiteľ kpt. Mgr. Roman MARKOVIČ, PhD.