# D – Charakteristika studijního předmětu

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Název studijního předmětu** | Letní kurs | | | | |
| **Typ předmětu** | povinně volitelný | | | **doporučený ročník / semestr** | 1/LS |
| **Rozsah studijního předmětu** | 0+7D | **hod. za týden** | - | **kreditů** | 2 |
| **Jiný způsob vyjádření rozsahu** | | | | | |
| **Způsob zakončení** | zápočet | | | **Forma výuky** | cvičení |
| **Další požadavky na studenta** | | | | | |

**Vyučující**

Mgr. Petr Jeřábek, Ph.D.

**Stručná anotace předmětu**

Kurs je zaměřen na osvojení teoretických i praktických poznatků z oblasti pohybových aktivit v přírodě se zdůrazněním ekologických aspektů. Program kursu je doplněn aktivitami rozvíjejícími kreativitu studentů a kulturně poznávacími činnostmi.

V rámci konceptu aktivního životního stylu studentů došlo od akademického roku 2013/14 k modularizaci předmětu (modul zdravotní, pohybový a kontrolní/evaluační).
A) Zdravotní modul:
Zdravotní modul představuje předání základních teoretických poznatků k problematice pozitivního vztahu pohybové aktivity ke zdraví každého jedince. Realizován je formou diskuse a odkazů na příslušný webový portál KTV FP TUL. Důležitou součástí webové podpory jsou poznatky sportovní medicíny související s realizací pohybové aktivity a poskytováním první pomoci. Cílem modulu je zvýšit motivaci studentů k osvojování si základních poznatků souvisejících s aktivním životním stylem a tím přispět ke snížení potencionálního rizika výskytu civilizačních onemocnění.
B) Pohybový modul:
Program kurzu je zaměřen na osvojení dovedností a poznatků z oblasti sportů a pobytu v přírodě a doplněn kulturně poznávacími činnostmi.
Orientace – práce s mapou a buzolou v terénu. Orientační hry.
Cvičení a hry v přírodě (využití přírodních překážek, zábavná cvičení a hry). Netradiční sportovní hry.
Pěší turistika / Cykloturistika + jízda zručnosti. Práce s mapou.
Kanoistika. Vodní turistika.

C) Evaluační modul:
Evaluace inovované výuky studenty probíhá formou dotazníkového šetření, které poskytuje zpětnou vazbu ohledně spokojenosti s obsahem a formou výukových předmětů. Cílem je na základě kvalitního systému vnitřního hodnocení provést případné korekce až do finální podoby inovované výuky.

| **Informace ke kombinované nebo distanční formě** | | |
|---|---|---|
| **Rozsah konzultací (soustředění)** | | **hodin za týden** |
| **Rozsah a obsahové zaměření individuálních prací studentů a způsob kontroly** | | |

**Studijní literatura a studijní pomůcky**


BITTNER, V. První pomoc - principy, techniky, edukace, TUL 2014.

JEŘÁBEK, P. Netradiční atletika ve všeobecné kondiční přípravě, TUL 2014.

KUPR, J. Netradiční hry. TUL 2014.

MARTINEC, J., PYROCHTA, P., MOTTL, J. Netradiční vodní sporty a námořní jachting, TUL 2014.

NEUMAN, J. Dobrodružné hry a cvičení v přírodě, Praha : Portál, 2000.

NEUMAN, J. Turistika a sporty v přírodě. Praha : Portál, 2000. ISBN 80-7178-391-9.

RJABCOVÁ, H., SKRUŽNÝ, Z. Rekreační pohybové a sportovní hry, TUL 2014.