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.