

Popis předmětu

Zkratka předmětu:	KTV/DIPRA	Strana:	1 / 3
Název předmětu:	Didaktika rekreačně pohybových aktivit		
Akademický rok:	2023/2024	Tisknuto:	26.05.2024 20:56

Pracoviště / Zkratka	KTV / DIPRA			Akademický rok	2023/2024
Název	Didaktika rekreačně pohybových aktivit			Způsob zakončení	Zápočet
Název dlouhý	Didaktika tělesné výchovy			Forma zakončení	Kombinovaná
Akreditováno/Kredity	Ano, 2 Kred.			Zápočet před zkouškou	NE
Rozsah hodin	Přednáška 1 [HOD/TYD] Seminář 1 [HOD/TYD]			Počítán do průměru	NE
Obs/max	Statut A	Statut B	Statut C	Min. (B+C) studentů	10
Letní semestr	0 / -	0 / -	0 / -	Opakovaný zápis	NE
Zimní semestr	0 / -	0 / -	0 / -	Vyučovaný semestr	Letní semestr
Rozvrh	Ano			Počet dnů praxe	0
Vyučovací jazyk	Ano				
Volně zapisovatelný předmět	Ano				
Hodnotící stupnice	S N				
Počet hodin kontaktní	Ano v případě předchozího hodnocení 4 nebo nic.				
Automat. uzn. záp. před zk.	Ano v případě předchozího hodnocení 4 nebo nic.				
Periodicita	K				
Nahrazovaný předmět	Žádný				
Vyloučené předměty	Nejsou definovány				
Podmiňující předměty	Nejsou definovány				
Předměty informativně doporučené	Nejsou definovány				
Předměty, které předmět podmiňuje	Nejsou definovány				

Cíle předmětu (anotace):

Student bude obeznámen se základním kinantropologickým pojmoslovím, s problematikou pohybové rekreace a jejím významem v jednotlivých etapách ontogenetického vývoje. Praktické seznámení se základy vybraných rekreačních pohybových aktivit.

Požadavky na studenta

Vedení části cvičební jednotky.
Test z probraného učiva.

Obsah

1. Úvod do studia předmětu. Vymezení základních pojmů.
2. Pohybová rekreace a její zdravotní význam. Pohybově rekreační programy.
3. Psychomotorika. Psychomotorický vývoj jedince a možnosti jeho ovlivňování.
4. Druhy rekreačních pohybových aktivit a jejich dopad na jedince z hlediska psychologického.
5. Struktura cvičební jednotky.
6. Didakticko-organizační formy práce ve cvičební jednotce.
7. Rekreačně-pohybové aktivity v přírodě.
8. Rekreačně-pohybové aktivity v tělocvičně.
9. Speciální pohybové programy ve vztahu k pracovní zátěži.
10. Úrazová zábrana při rekreační tělesné výchově a sportu.
11. Legislativní zásady při veřejném (školním) organizování rekreační tělesné výchovy a sportu.
12. Pohybová rekreace jako prevence nežádoucích závislostí.

Studijní opory

Garanti a vyučující

- **Garanti:** Mgr. Daniela Benešová, Ph.D. (100%)
- **Přednášející:** Mgr. Daniela Benešová, Ph.D. (100%)
- **Vede seminář:** Mgr. Daniela Benešová, Ph.D. (100%)

Literatura

- **Doporučená:** COOPER, K. H. *Aerobný program pro aktivné zdravie*. Bratislava, Šport, 1987.
- **Doporučená:** SIGMUND, E. *Pohybová aktivita dětí a jejich integrace prostřednictvím 60 pohybových her*.
- **Doporučená:** Slepíčka, P., Hošek, V., Hátlová, B. *Psychologie sportu*. Praha: UK, 2006.
- **Doporučená:** SLEPIČKOVÁ, I. *Sport a volný čas*.
- **Doporučená:** Blahušová, E. *Wellness-Fitness*.

Časová náročnost

Všechny formy studia

Aktivity	Časová náročnost aktivity [h]
Kontaktní výuka	26
Příprava na dílčí test [2-10]	20
Projekt individuální [40]	25
Celkem:	71

Hodnotící metody

Odborné znalosti - odborné znalosti dosažené studiem předmětu jsou ověřovány hodnotícími metodami:

Test,

Demonstrace dovedností (praktická činnost),

Předpoklady

Odborné znalosti - pro úspěšné zvládnutí předmětu se předpokládá, že je student před zahájením výuky schopen:

student ovládá základy anatomie a fyziologie člověka

Vyučovací metody

Odborné znalosti - pro dosažení odborných znalostí jsou užívány vyučovací metody:

Přednáška založená na výkladu,

Přednáška s demonstrací,

Přednáška s analýzou videozáznamu,

Přednáška s diskusí,

Cvičení (praktické činnosti),

Výuka podporovaná multimédií,

Analyticko-kritická práce s textem,

Výsledky učení

Odborné znalosti - po absolvování předmětu prokazuje student znalosti:

student vede část cvičební jednotky podle předem zkonultované přípravy. Odborně diskutuje o dané problematice. Vysvětlí aspekty pohybové rekreace a rizika hypokineze

Předmět je zařazen do studijních programů:
