

A- A-I – Základní informace o podávání návrhu SP / žádosti o akreditaci SP

Název vysoké školy: UNIVERZITA KARLOVA

Název fakulty / fakult, příp. vysokoškolského ústavu: Fakulta tělesné výchovy a sport

Název studijního programu: Kondiční trenér

Typy žádostí:

Žádost o udělení oprávnění uskutečňovat studijní program v rámci institucionální akreditace pro oblast nebo oblasti vzdělávání

Datum vyjádření akademického senátu fakulty nebo fakult: 15.12.2020

Datum schválení vědeckou radou fakulty nebo fakult příp. vysokoškolského ústavu: 19.02.2021

Datum podpisu dohody se spolupracující institucí:

Datum podpisu dohody se zahraniční vysokou školou:

Datum usnesení Rady pro vnitřní hodnocení o postoupení žádosti o akreditaci Národnímu akreditačnímu úřadu:

Datum udělení oprávnění uskutečňovat studijní program Radou pro vnitřní hodnocení: 28.08.2018

Odkaz na elektronickou podobu žádosti o akreditaci SP:

https://is.cuni.cz/studium/akreditace_rvh/index.php?id=bbd1ff2fcd6b460ed1f2bbcc83a56b3f&tid=6&do=detail_akred&akr=689

Odkazy na relevantní vnitřní předpisy: <http://www.cuni.cz/UK-146.html>

ISCED F: 1014



B-Ia – Základní evidenční údaje o studijním programu

Název studijního programu v jazyce výuky	Kondiční trenér		
Název studijního programu v jazyce výuky	Fitness Coach		
Překlad názvu studijního programu do ČJ	Kondiční trenér		
Překlad názvu studijního programu do AJ	Fitness Coach		
Typ studijního programu	Bakalářský		
Profil studijního programu	Akademický		
Sdružené studium	Ne		
Forma studia	Prezenční Kombinovaná		
Standardní doba studia	3 roky		
Jazyk výuky studijního programu	Čeština – prezenční a kombinované studium Angličtina – prezenční studium		
Udělováný akademický titul	Bc.		
Typ diplomu pro meziuniverzitní studium			
Státní rigorózní zkouška	Ne	Udělováný akademický titul	
Garant studijního programu	Doc. PhDr. Miroslav Petr, Ph.D.		
Předpokládaný počet přijímaných uchazečů ke studiu ve studijním programu	20		
Zaměření na přípravu k výkonu regulovaného povolání	Ne		
Zaměření na přípravu odborníků z oblasti bezpečnosti České republiky	Ne		
Uznávací orgán			
Oblast(i) vzdělávání (u více oblastí vzdělávání také podíl jednotlivých oblastí vzdělávání na výuce v %)	28: Tělesná výchova a sport; kinantropologie		

	Název SP	Název SO	Počet studentů
Stávající studijní programy a obory, které nový studijní program nahrazuje, včetně počtu studentů			
Poznámka k vazbě nového studijního programu na stávající SP/SO	Studenti výše uvedených studijních programů a oborů mohou dostudovat v navrhovaném studijním programu podle studijního plánu, podle kterého začali studovat v jednom z výše uvedených studijních programů / oborů, do kterého byli přijati ke studiu.		

B-Ib – Charakteristika studijního programu

Cíle studia ve studijním programu

Co je primárním cílem či účelem existence daného studijního programu? (Jedná se o jakousi „preambuli“ celého popisu náležitostí SP, prosíme jen stručně).

Nový studijní program má za úkol uspokojit poptávku po vzdělávání kondičních trenérů, kteří nemají zájem o vykonávání učitelství profese v oblasti tělesné výchovy. Doposud byli všichni studenti oboru Tělesná výchova a sport připravováni pro vykonávání profese učitele tělesné výchovy.
Cílem programu je připravit odborníka v oblastech kondičního tréninku, který má kompetence trenérsko-metodické, psychologické, sociální, diagnostické, intervenční a osobnostně kultivující, a to jak v oblasti vrcholového sportu, sportu pro všechny až po oblast zdravotních pohybových programů. Absolvent by měl být odborníkem v oblasti teoretického koncipování kondičních pohybových programů, jejich realizace do praktické podoby formou didaktické interakce se specifickou skupinou populace.

Charakteristika studijního programu

ODBORNÁ A OBOROVÁ CHARAKTERISTIKA SP:

Jaké je odborné zaměření SP? Z jakých vědních oborů či disciplín vychází a jak se toto zaměření projevuje v rámci související tvůrčí činnosti?

Studijní program je zaměřen na problematiku všech aspektů kondičního tréninku. Ve výuce jsou aplikovány poznatky z oborů kinantropologie a sportovních věd. V uvedených disciplínách je realizována tvůrčí činnost jednotlivých pracovníků zodpovědných za garanci či výuku předmětů.

Pokud jsou součástí daného SP specializace, popište jejich odborné zaměření v rámci SP.

V závislosti na označení popište, zdali se jedná spíše o akademicky či profesně zaměřený SP.

Studijní program je koncipován jako akademický.

Jaké jsou záměry dalšího odborného rozvoje daného SP?

Akreditace studijního programu v anglickém jazyce umožňuje získávat ve vybraných odvětvích mezinárodně uznatelné kvalifikace. Studijní program bude v době realizace kompatibilní s požadavky vycházejícími z Národní soustavy kvalifikací.

CHARAKTERISTIKA SP Z HLEDISKA VZDĚLÁVACÍ ČINNOSTI

Jaká je charakteristika SP v kontextu strategie vzdělávací činnosti na fakultě?

Zavedení nového studijního programu slouží k diversifikaci studijních programů zaměřených na přípravu trenérů, kondičních trenérů a programů zaměřených na přípravu učitelů. Absolvováním studijního programu Kondiční trenér získává student vyšší úroveň specifické odbornosti než absolvováním současného studijního oboru Tělesná výchova a sport, který je primárně určen pro přípravu učitelů TV.

Čím je daný SP jedinečný v kontextu vzdělávací činnosti na UK? Jaké jsou jeho obsahové odlišnosti nebo překryvy s jinými studijními programy na UK?

Přínos studijního programu Kondiční trenér spočívá v intenzifikaci studia ve zvoleném zaměření. V teoretických předmětech dochází k částečnému překryvu s dalšími studijními programy na UK FTVS.

Jakým způsobem zohledňuje daný SP společenskou poptávku a možnosti uplatnění absolventa v současné společnosti?

Studijní program reaguje na zvýšenou poptávku vysokoškolsky vzdělaných odborníků v oblasti kondičního tréninku pro různé skupiny populace.

Jaké jsou záměry dalšího rozvoje SP z hlediska vzdělávací činnosti na fakultě?

Studijní program Kondiční trenér byl a bude provázán s vybranými kurzy celoživotního vzdělávání, které opravňují absolventy k realizaci povolání kondiční trenér. Uvažujeme o přípravě navazujícího magisterského studijního programu zaměřeného specificky na diagnostiku a trénink ve sportu.

CHARAKTERISTIKA SP Z HLEDISKA ORGANIZACE STUDIA

Popište obsahové změny oproti studijnímu programu či programům, nebo studijnímu oboru či oborům, na které tento SP obsahově navazuje.

Studijní program neobsahuje předměty, které dříve sloužily k získávání učitelství kompetencí, a posiluje profilově v oblastech směřujících do problematiky sportovního a kondičního tréninku.

<p><i>Zde můžete uvést další komentáře, poznámky, vysvětlení k organizaci studia či vypíchnout konkrétní specifika daného SP, které považujete za zajímavé.</i></p>	
<p>Jaké jsou záměry rozvoje daného SP z hlediska organizace studia?</p>	<p>Studijní program Kondiční trenér je možné realizovat kombinovanou formou studia, což by mělo vést k usnadnění přístupu ke kvalitnímu vzdělání pro sportovce vrcholové úrovně nebo též v období ukončení aktivní kariéry těchto sportovců.</p>
<p>Profil absolventa studijního programu</p>	
<p>Cílem studijního programu je připravit odborníka v oblasti kondičního tréninku, který má kompetence trenérsko-metodické, psychologické, sociální, diagnostické, intervenční a osobnostně kultivující, a to jak v oblasti vrcholového sportu, sportu pro všechny až po oblast zdravotních pohybových programů. Absolvent má dostatečné znalosti v oblasti teoretického koncipování kondičních programů. Tyto znalosti je schopen aplikovat při tvorbě tréninkových programů a následně realizovat dané programy formou didaktické interakce se specifickou skupinou populace. Absolvent studijního programu Kondiční trenér je odborníkem v oblasti tvorby a realizace kondičních a pohybových programů pro různé skupiny populace.</p>	
<p>Odborné znalosti</p>	
<p>Absolvent prokazuje hluboké teoretické znalosti:</p> <ul style="list-style-type: none"> - v oblasti metodologie, didaktiky a řízení sportovních a pohybových aktivit odpovídající současnému poznání, - v oblasti českého systému organizace pohybových aktivit osob ve specifických skupinách populace (zdravotní, věkové, sportovní) v komparaci se systémy v jiných zemích, - v porozumění možnostem, podmínkám a specifickým využitím získaných profesních poznatků z oblasti pedagogické, didaktické, sociálně - psychologické a biomedicínské u sportovních a pohybových aktivit. <p>Absolvent je schopen uvedené znalosti aplikovat při vlastní realizaci intervenčního programu.</p>	
<p>Odborné dovednosti a obecné způsobilosti</p>	
<p>Absolvent umí:</p> <ul style="list-style-type: none"> - s využitím znalostí samostatně vymezit a tvůrčím způsobem řešit teoretický nebo praktický problém v oblasti kondičních programů u všech specifických skupin populace, - implementovat tréninkové a didaktické postupy v oblasti kondičních programů pro specifické skupiny populace. <p>Absolvent je způsobilý:</p> <ul style="list-style-type: none"> - samostatně a v souvislosti s aktuálním stavem poznání odpovědně koncipovat intervenční pohybové programy pro specifické skupiny populace (zdravotní, věkové, sportovní), - samostatně realizovat dílčí úkoly tréninkového procesu a intervenčních pohybových programů se specifickým cílem. 	
<p>Předpokládaná uplatnitelnost absolventů na trhu práce</p>	
<p>Absolventi se mohou uplatnit jako kondiční specialisté ve sportovních klubech a organizacích v kategoriích mládeže i dospělých. Další uplatnění mohou absolventi nalézt jako instruktoři ve fitness a wellness centrech.</p>	

<p>Pravidla a podmínky pro tvorbu studijních plánů (vyplněno)</p>
<p>Bakalářské a magisterské studium probíhá podle celouniverzitního kreditního systému, který je v souladu s pravidly European Credit Transfer System (ECTS). Povinně volitelné předměty jsou ve studijním plánu organizovány do jedné či více skupin; student volí povinně volitelné předměty na základě stanoveného minimálního počtu kreditů v každé skupině. Počet kreditů za povinné spolu s minimálním počtem kreditů za povinně volitelné předměty nesmí činit více než 90% (95%) celkového počtu kreditů. Ostatní předměty vyučované na UK se pro daný studijní obor považují za předměty volitelné, jejichž výběr může být studentovi doporučen (doporučené volitelné předměty). Studijní a zkušební řád stanovuje možnost uskutečňovat studijní program se specializacemi a studijní program, který umožňuje získat ucelené znalosti a dovednosti z jiného studijního programu. Specializaci lze zvolit v rámci přijímacího řízení, při zápisu do studijního programu nebo v průběhu studia. Studijní plán, umožňující získat ucelené znalosti a dovednosti z jiného studijního programu, lze zvolit v rámci přijímacího řízení nebo při zápisu do studijního programu, jehož bude tento studijní plán součástí.</p>

Podmínky k přijetí ke studiu (pro NAU ev. uznávací orgán)
Návaznost na další typy studijních programů
Studijní program ideově navazuje na stávající obory Tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání a Učitelství tělesné výchovy, především na specializace Trenér v uvedených programech. V současnosti je koncipován jako uzavřený bakalářský studijní program bez možnosti pokračování v navazujícím magisterském studiu. Plánujeme v budoucích letech připravit program navazující magisterský zaměřený na Diagnostiku a trénink ve sportu určený především pro absolventy programu Trenér a Kondiční trenér.

POUZE PRO RUK

Profil absolventa pro dodatek k diplomu – český jazyk (750 znaků – plný studijní plán, 340 znaků sdružené studium)

Profil absolventa pro plný studijní plán bez specializací – český jazyk

Absolvent studijního programu Kondiční trenér je odborníkem v oblasti koncipování a realizace kondičních a intervenčních pohybových programů. Znalosti z oblastí pedagogiky, psychologie, biomedicíny, sportovního tréninku a obecných didaktických postupů mu umožňují vytvářet a realizovat kondiční tréninkové programy s různými cíli pro různé skupiny populace.

Profil absolventa pro dodatek k diplomu – anglický jazyk (850 znaků - plný studijní plán, 375 sdružené studium)

Profil absolventa pro plný studijní plán bez specializací – anglický jazyk

The graduate student in the „Fitness Coach“ study program is an expert in constructing and implementing fitness programs. The graduate has the knowledge from pedagogy, psychology, biomedicine, sport training and nutrition. This knowledge of general didactic principles enables the graduate to create and implement fitness and movement programs with various goals for various groups and populations.

B-IIa – Studijní plány pro bakalářské a magisterské SP

Označení studijního plánu **Plný studijní plán - prezenční forma**

Povinné předměty – společná část							
Název předmětu	rozsah	způsob ověření	počet kreditů	garant předmětu / vyučující	dopor. roč/sem	PPZ	ZT PPZ
Základy anatomie a kineziologie	2/2	Z, ZK	5	Otáhal Jakub, doc. MUDr., Ph.D.	1 / ZS	x	x
Pedagogika, pedagogika sportu	2/1	Z, ZK	5	Jansa Petr, doc. PhDr., CSc. / Kotlík Kamil, PhDr.; Ph.D., Flemr Libor, PhDr., Ph.D.	1 / ZS	x	x
Základy hygieny, regenerace a masáže	2/0	Z, ZK	3	Majorová Simona, MUDr.	1 / ZS	x	
Základy managementu sportu	2/0	Z, ZK	3	Šíma Jan, PhDr., Ph.D. / Voráček Josef, PhDr., Ph.D.	1 / ZS	x	x
Biochemie a základy výživy	2/0	ZK	3	Michal Šteffl, Mgr., Ph.D., Klára Coufalová, PhDr., Ph.D.	1 / ZS	x	x
Atletické základy	0/1	Z	2	Hojka Vladimír, Mgr., Ph.D.	1 / ZS		
Plavecké základy	0/2	Z	3	Jurák Daniel, Mgr	1 / ZS		
Základy sportovních her	0/4	Z	3	Kokštejn Jakub, Mgr., Ph.D.	1 / ZS		
Historie tělesné kultury	2/0	Z, ZK	3	Waic Marek, prof. PhDr., CSc.	1 / LS	x	x
Psychologie, psychologie sportu	2/1	Z, ZK	4	Mudrák Jiří, Doc., Mgr., Ph.D. / Harbichová Ivana, PhDr., Ph.D.	1 / LS	x	x
Fyziologie člověka	2/1	Z, ZK	4	Heller Jan, doc. MUDr., CSc.	1 / LS	x	x
Biomechanika sportu	2/2	Z, ZK	3	Šorfová Monika, doc. Ing., Ph.D. / Jelen Karel, doc. PaedDr., CSc.	1 / LS	x	x
První pomoc	1/1	Z, ZK	3	Majorová Simona, MUDr.	1 / LS	x	
Aplikovaná výživa	2/0	Z	4	Coufalová Klára, PhDr., Ph.D.	1 / LS	x	
Gymnastické základy	0/2	Z	3	Chrudimský Jan, Mgr., Ph.D.	1 / LS		
Pohybové hry	0/2	Z	3	Tůma Martin, PaedDr., Ph.D.	1 / LS		
Didaktika sportu	1/1	Z, ZK	4	Fialová Ludmila, prof. PaedDr., Ph.D. / Peřinová Radka, PhDr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Fyziologie zátěže a adaptací	2/1	Z, ZK	5	Petr Miroslav, doc. PhDr., Ph.D. / Šteffl Michal, Mgr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Sportovní trénink	4/0	Z, ZK	5	Perič Tomáš, doc. PaedDr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Antropomotorika	1/1	Z, ZK	4	Vokounová Šárka, PhDr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Trénink dětí a mládeže	1/1	Z, ZK	4	Perič Tomáš, doc. PaedDr., Ph.D.	2 / LS	x	x

Zdravotní TV	1/2	Z, ZK	4	Strnad Pavel, doc. PhDr., CSc. / Prajerová Květa, PaedDr., CSc.	2 / LS	x	
Posilování	1/1	Z, ZK	3	Jebavý Radim, PhDr., Ph.D.	3 / ZS	x	
Organizace TV a sportu v ČR	2/0	Z, ZK	4	Doktor Martin, PhDr.	3 / ZS	x	
Sport OSP	2/2	Z, ZK	5	Daďová Klára, PhDr., Ph.D.	3 / ZS	x	x
Odborná praxe I	0/2	Z	3	Flemer Libor, PhDr., Ph.D.	3 / ZS		
Základy práva	1/0	Z	3	Petrásek Marcel, JUDr. Mgr. / Petr Slepíčka, Mgr.	3 / LS	x	
Kompenzační cvičení	1/1	Z, ZK	3	Levitová Andrea, PhDr., Ph.D.	3 / LS	x	
Odborná praxe II	0/6	Z	6	Dle specializace	3 / LS		
Celkem kreditů za povinné předměty			107			78	

Povinné předměty – pro zpracování závěrečné práce							
Název předmětu	rozsah	způsob ověření	počet kreditů	garant předmětu / vyučující	dopor. roč/sem	PPZ	ZT PPZ
Metodologie bakalářské práce	2/0	Z	3	Komarc Martin, Mgr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Zadání bakalářské práce		Z	3	Vedoucí BP	2 / LS		
Kolokvium bakalářské práce		Z	6	Vedoucí práce	3 / LS		
Celkem kreditů za povinné předměty pro zpracování ZP			12				

Povinné předměty – Kondiční trenér							
Název předmětu	rozsah	způsob ověření	počet kreditů	garant předmětu / vyučující	dopor. roč/sem	PPZ	ZT PPZ
Kineziologie	1/1	Z, ZK	3	Nováková Tereza, PhDr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Zimní kondiční kurz	5 d.	Z	3	Jebavý Radim, PhDr., Ph.D. / Gnad Tomáš, PaedDr.	2 / ZS	x	
Funkční zátěžová diagnostika	1/2	Z, ZK	4	Zahálka František, doc. Ing., Ph.D.	2 / LS	x	x
Regenerace a rekondice ve vodním prostředí	1/1	Z, ZK	3	Čechovská Irena, PaedDr., CSc.	2 / LS	x	
Úpoly v kondiční přípravě	1/1	Z, ZK	3	Pavelka Radim, PhDr., Ph.D. / Zdobinský Adam, Mgr.	2 / LS	x	x
Intervenční pohybové programy	1/1	Z, ZK	3	Hráský Pavel, PhDr., Ph.D.	2 / LS	x	
Hodnocení pohybového systému	0/2	Z	3	Levitová Andrea, PhDr., Ph.D.	2 / LS	x	
Kondiční atletika	1/1	Z, ZK	3	Kaplan Aleš, PhDr. Mgr., MBA, Ph.D.	3 / ZS	x	x
Kondiční gymnastika	1/1	Z, ZK	3	Chrudimský Jan, Mgr., Ph.D.	3 / ZS	x	x
Trenérství ve fitness	1/1	Z, ZK	3	Šťastný Petr, PhDr., Ph.D. / Tufano James Joseph, Ph.D., Petr	3 / ZS	x	x

				Miroslav, doc. PhDr., Ph.D.			
Fyzikální terapie v rekondici	1/1	KZ	3	Nováková Tereza, PhDr., Ph.D.	3 / ZS	x	
Rekondice ve sportu	1/1	Z	3	Kaplan Aleš, PhDr. Mgr., MBA, Ph.D. / Malý Tomáš, PaedDr., Ph.D.	3 / LS	x	
Kondiční příprava ve SH	1/1	Z, ZK	3	Malý Tomáš, PaedDr., Ph.D.	3 / LS	x	x
Modelový kondiční trénink	0/2	Z	3	Kaplan Aleš, PhDr. Mgr., MBA, Ph.D.	3 / LS	x	
Celkem kreditů za povinné předměty			43			43	

Doporučené volitelné předměty					
Název předmětu	rozsah	způsob ověření	počet kreditů	vyučující	dopor. roč/sem
Teorie a základy turistiky a sportů v přírodě	6d.	KZ	3	Vomáčko, Ladislav, Mgr., Ph.D.	1 / LS
Masážní postupy ve sportu	1/1	Z	3	Hošková Blanka, doc. PhDr., CSc. / Daňová Klára, PhDr., Ph.D.	2 / ZS
Stress a jeho mechanismy	1/1	Z	3	Kohlíková Eva, doc. MUDr., CSc.	2 / LS
Účetnictví I	2/1	Z, ZK	4	Nováková Eva, Mgr.	3 / ZS
NSCA Fitness	3/2	Z, ZK	6	Tufano James Joseph, Ph.D., / Šťastný Petr, PhDr., Ph.D.	3 / LS

Poznámky ke studijnímu plánu
Studenti nemají povinnost absolvovat předmět v cizím jazyce. Tato skutečnost je kompenzována využitím anglických studijních materiálů u většiny předmětů. Pro studenty je doporučen volitelný předmět NSCA Fitness, který slouží jako příprava na zkoušku pro mezinárodně uznávanou kvalifikaci v oblasti Fitness.

Rozložení kreditů	kredity za PPZ (včetně ZT PPZ)	kredity za předměty specializace **)	kredity za všechny předměty
Povinné předměty	109	43	150
Povinné předměty - závěrečná práce			12
Povinně volitelné předměty			
Kredity pro volbu studenta			18
Celkem	109	43	180

Státní závěrečná zkouška (státní rigorózní zkouška pro všeobecné a zubní lékařství)	
Část SZZ 1	Biomedicínské aspekty sportu – první pomoc, fyziologie zátěže, biomechanika, hygiena
Část SZZ 2	Teorie a didaktika sportovního tréninku – pedagogika, psychologie, didaktika, sportovní trénink, diagnostika, management
Část SZZ 3	Teorie a didaktika kondičního tréninku
Část SZZ 4	Obhajoba bakalářské práce
Část SZZ 5	

Další studijní povinnosti	
	Veškeré studijní povinnosti, včetně odborné praxe, jsou na Univerzitě Karlově stanoveny prostřednictvím předmětů.
Návrh témat kvalifikačních prací (pro nové SP)	
	<p>Ověření účinnosti tréninkového programu ve vybraném sportovním odvětví u vybrané kategorie sportovců.</p> <p>Ověření účinnosti pohybového programu u vybrané skupiny populace.</p> <p>Vliv četnosti excentrického silového tréninku na úroveň maximální a výbušné síly</p> <p>Možnosti využití post-aktivační potenciace (PAP) v tréninku rychlosti</p> <p>Srovnání efektivity různých typů silového tréninku při redukci tělesné hmotnosti</p>
Témata obhájených kvalifikačních prací	
	<p>Repozitář závěrečných prací: https://is.cuni.cz/webapps/zzp/search/?tab_searchas=basic&lang=cs</p>

B-IIa – Studijní plány pro bakalářské a magisterské SP

Označení studijního plánu	Plný studijní plán - kombinovaná forma
---------------------------	---

Povinné předměty – společná část							
Název předmětu	rozsah	způsob ověření	počet kreditů	garant předmětu / vyučující	dopor. roč/sem	PPZ	ZT PPZ
Základy anatomie a kineziologie	16	Z, ZK	5	Otáhal Jakub, doc. MUDr., Ph.D.	1 / ZS	x	x
Pedagogika, pedagogika sportu	12	Z, ZK	5	Jansa Petr, doc. PhDr., CSc. / Kotlík Kamil, PhDr., Ph.D., Flemlr Libor, PhDr., Ph.D.	1 / ZS	x	x
Základy hygieny, regenerace a masáže	8	Z, ZK	3	Majorová Simona, MUDr.	1 / ZS	x	
Základy managementu sportu	10	Z, ZK	3	Šíma Jan, PhDr., Ph.D. / Voráček Josef, PhDr., Ph.D.	1 / ZS	x	x
Biochemie a základy výživy	8	ZK	3	Michal Šteffl, Mgr., Ph.D., Klára Coufalová, PhDr., Ph.D.	1 / ZS	x	x
Atletické základy	6	Z	2	Hojka Vladimír, Mgr., Ph.D.	1 / ZS		
Plavecké základy	10	Z	3	Jurák Daniel, Mgr.	1 / ZS		
Základy sportovních her	16	Z	3	Kokštejn Jakub, Mgr., Ph.D.	1 / ZS		
Historie tělesné kultury	8	Z, ZK	3	Waic Marek, prof. PhDr., CSc.	1 / LS	x	x
Psychologie, psychologie sportu	12	Z, ZK	4	Mudrák Jiří, doc., Mgr., Ph.D. / Harbichová Ivana, PhDr., Ph.D.	1 / LS	x	x
Fyziologie člověka	12	Z, ZK	4	Heller Jan, doc. MUDr., CSc.	1 / LS	x	x
Biomechanika sportu	16	Z, ZK	3	Šorfová Monika, doc. Ing., Ph.D. / Jelen Karel, doc. PaedDr., CSc.	1 / LS	x	x
První pomoc	8	Z, ZK	3	Majorová Simona, MUDr.	1 / LS	x	
Aplikovaná výživa	8	Z	4	Coufalová Klára, PhDr., Ph.D.	1 / LS	x	
Gymnastické základy	10	Z	3	Chrudimský Jan, Mgr., Ph.D.	1 / LS		
Pohybové hry	10	Z	3	Tůma Martin, PaedDr., Ph.D.	1 / LS		
Didaktika sportu	10	Z, ZK	4	Fialová Ludmila, prof. PaedDr., Ph.D. / Peřinová Radka, PhDr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Fyziologie zátěže a adaptací	12	Z, ZK	5	Petr Miroslav, doc. PhDr., Ph.D. / Šteffl Michal, Mgr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Sportovní trénink	16	Z, ZK	5	Perič Tomáš, doc. PaedDr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Antropomotorika	10	Z, ZK	4	Vokounová Šárka, PhDr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Trénink dětí a mládeže	10	Z, ZK	4	Perič Tomáš, doc. PaedDr., Ph.D.	2 / LS	x	x

Zdravotní TV	12	Z, ZK	4	Strnad Pavel, doc. PhDr., CSc./ Prajerová Květa, PaedDr., CSc.	2 / LS	x	
Posilování	12	Z, ZK	3	Jebavý Radim, PhDr., Ph.D.	3 / ZS	x	
Organizace TV a sportu v ČR	8	Z, ZK	4	Doktor Martin, PhDr.	3 / ZS	x	
Sport OSP	16	Z, ZK	5	Daďová Klára, PhDr., Ph.D.	3 / ZS	x	x
Odborná praxe I	10	Z	3	Flemer Libor, PhDr., Ph.D.	3 / ZS		
Základy práva	4	Z	3	Petrásek Marcel, JUDr. Mgr. / Petr Slepíčka, Mgr.	3 / LS	x	
Kompenzační cvičení	12	Z, ZK	3	Levitová Andrea, PhDr., Ph.D.	3 / LS	x	
Odborná praxe II	40	Z	6	dle specializace	3 / LS		
Celkem kreditů za povinné předměty			107			78	

Povinné předměty – pro zpracování závěrečné práce							
Název předmětu	rozsah	způsob ověření	počet kreditů	garant předmětu / vyučující	dopor. roč/sem	PPZ	ZT PPZ
Metodologie bakalářské práce	8	Z	3	Komarc Martin, Mgr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Zadání bakalářské práce		Z	3	vedoucí BP	2 / LS		
Kolokvium bakalářské práce		Z	6	vedoucí práce	3 / LS		
Celkem kreditů za povinné předměty pro zpracování ZP			12				

Povinné předměty – Kondiční trenér							
Název předmětu	rozsah	způsob ověření	počet kreditů	garant předmětu / vyučující	dopor. roč/sem	PPZ	ZT PPZ
Kineziologie	8	Z, ZK	3	Nováková Tereza, PhDr., Ph.D.	2 / ZS	x	x
Zimní kondiční kurz	40	Z	3	Jebavý Radim, PhDr., Ph.D. / Gnad Tomáš, PaedDr.	2 / ZS	x	
Funkční zátěžová diagnostika	12	Z, ZK	4	Zahálka František, doc. Ing., Ph.D.	2 / LS	x	x
Regenerace a rekondice ve vodním prostředí	12	Z, ZK	3	Čechovská Irena, PaedDr., CSc.	2 / LS	x	
Úpoly v kondiční přípravě	12	Z, ZK	3	Pavelka Radim, PhDr., Ph.D. / Zdobinský Adam, Mgr.	2 / LS	x	x
Intervenční pohybové programy	12	Z, ZK	3	Hráský Pavel, PhDr., Ph.D.	2 / LS	x	
Hodnocení pohybového systému	10	Z	3	Levitová Andrea, PhDr., Ph.D.	2 / LS	x	
Kondiční atletika	12	Z, ZK	3	Kaplan Aleš, PhDr. Mgr., MBA, Ph.D.	3 / ZS	x	x
Kondiční gymnastika	12	Z, ZK	3	Chrudimský Jan, Mgr., Ph.D.	3 / ZS	x	x
Trenérství ve fitness	12	Z, ZK	3	Šťastný Petr, PhDr., Ph.D. / Tufano James Joseph, Ph.D., Petr Miroslav, doc. PhDr., Ph.D.	3 / ZS	x	x

Fyzikální terapie v rekondici	10	KZ	3	Nováková Tereza, PhDr., Ph.D.	3 / ZS	x	
Rekondice ve sportu	10	Z	3	Kaplan Aleš, PhDr. Mgr., MBA, Ph.D. / Malý Tomáš, PaedDr., Ph.D.	3 / LS	x	
Kondiční příprava ve SH	12	Z, ZK	3	Malý Tomáš, PaedDr., Ph.D.	3 / LS	x	x
Modelový kondiční trénink	8	Z	3	Kaplan Aleš, PhDr. Mgr., MBA, Ph.D.	3 / LS	x	
Celkem kreditů za povinné předměty			43			43	

Doporučené volitelné předměty					
Název předmětu	rozsah	způsob ověření	počet kreditů	vyučující	dopor. roč/sem
Teorie a základy turistiky a sportů v přírodě	48	KZ	3	Vomáčko Ladislav, Mgr., Ph.D.	1 / LS
Masážní postupy ve sportu	8	Z	3	Hošková Blanka, doc. PhDr., CSc. / Daňová Klára, PhDr., Ph.D.	2 / ZS
Stress a jeho mechanismy	8	Z	3	Kohlíková Eva, doc. MUDr., CSc.	2 / LS
Účetnictví I	8	Z, ZK	4	Nováková Eva, Mgr.	3 / ZS
NSCA Fitness	20	Z, ZK	6	Tufano James Joseph, Ph.D., / Šťastný Petr, PhDr., Ph.D.	3 / LS

Poznámky ke studijnímu plánu
Student se přihlašuje do studijního plánu (specializace kondiční trenér) současně s podáním přihlášky. Studenti nemají povinnost absolvovat předmět v cizím jazyce. Tato skutečnost je kompenzována využitím anglických studijních materiálů u většiny předmětů. Pro studenty je doporučen volitelný předmět NSCA Fitness, který slouží jako příprava na zkoušku pro mezinárodně uznávanou kvalifikaci v oblasti Fitness.

Rozložení kreditů	kredity za PPZ (včetně ZT PPZ)	kredity za předměty specializace **)	kredity za všechny předměty
Povinné předměty	78	43	150
Povinné předměty - závěrečná práce			12
Povinně volitelné předměty			
Kredity pro volbu studenta			18
Celkem	78	43	180

Státní závěrečná zkouška (státní rigorózní zkouška pro všeobecné a zubní lékařství)	
Část SZZ 1	Biomedicínské aspekty sportu – první pomoc, fyziologie zátěže, biomechanika, hygiena
Část SZZ 2	Teorie a didaktika sportovního tréninku – pedagogika, psychologie, didaktika, sportovní trénink, diagnostika, management
Část SZZ 3	Teorie a didaktika kondičního tréninku
Část SZZ 4	Obhajoba bakalářské práce
Část SZZ 5	
Další studijní povinnosti	

Veškeré studijní povinnosti, včetně odborné praxe, jsou na Univerzitě Karlově stanoveny prostřednictvím předmětů.

Návrh témat kvalifikačních prací (pro nové SP)

Ověření účinnosti tréninkového programu ve vybraném sportovním odvětví u vybrané kategorie sportovců.

Ověření účinnosti pohybového programu u vybrané skupiny populace.

Vliv četnosti excentrického silového tréninku na úroveň maximální a výbušné síly

Možnosti využití post-aktivační potenciace (PAP) v tréninku rychlosti

Srovnání efektivity různých typů silového tréninku při redukci tělesné hmotnosti

Témata obhájených kvalifikačních prací

Repozitář závěrečných prací: https://is.cuni.cz/webapps/zzp/search/?tab_searchas=basic&lang=cs

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Antropomotorika			
Typ předmětu	povinný základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/ZS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	přednáška, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta	písemná zkouška, aktivní zapojení studentů v e-learningovém prostředí Moodle, průběžné testy, seminární práce			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Šárka Vokounová, PhDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100 %			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu	<p>Seznámení se základním pojmoslovím a principy tělesného pohybu a lidské motoriky uplatňované v rámci tělovýchovné a sportovní činnosti. Motorické schopnosti a motorické dovednosti. Motorický a somatický vývoj. Somatická typologie. Základy testování a diagnostiky motoriky.</p> <p>Obsah výuky: Přednášky: 1. Úvod do základů antropomotoriky jako vědního oboru. Konstrukty motoriky (pojmosloví, taxonomie motoriky, tělesná cvičení, tělesná zdatnost, fylogeneze motoriky). 2. Motorické předpoklady - teorie motorických schopností a motorických dovedností (kondiční a koordinační schopnosti, struktura motorických schopností, rozdíly mezi motorickými schopnostmi a motorickými dovednostmi). 3. Komplex silových a rychlostních schopností (struktura, biologická podstata, diagnostika - vybrané příklady, vývoj). 4. Komplex vytrvalostních a obratnostních (koordinačních) schopností (struktura, biologická podstata, diagnostika - vybrané příklady). 5. Základy testování a měření v tělovýchovné a sportovní praxi, základní vlastnosti motorických testů. 6. Testové systémy. Eurofit pro mládež a Eurofit pro dospělé, Unifittest 6-60, Fitnessgram, Senior fitness test. 7. Somatický a motorický vývoj jedince – ontogeneze motoriky (periodizace, charakteristika jednotlivých období, biologický věk).</p> <p>Semináře: 1. Projevy motorické laterality v tělocvičné a sportovní praxi. Diagnostika, praktické ukázky. 2. Základní matematicko-statistické postupy pro zpracování dat. Míry závislosti. 3. Skupinové testování základních motorických schopností, záznam testových výsledků, zpracování individuálního motorického profilu. 4. Zpracování výsledků testování, standardizace dat, interpretace, principy norem a standardů pro individuální hodnocení motoriky. 5. Vybrané testy pro diagnostiku motorických schopností, testy motorické docility. 6. Skupinové měření vybraných znaků tělesné stavby, stanovení somatotypu, interpretace výsledků s použitím doporučených standardů a norem.</p>			

7. Stanovení biologického proporcionálního věku. Shrnutí, kontrola zápočtových požadavků

Studijní literatura		
<p>MĚKOTA, K., KOVÁŘ, R., a kol. Unifittest (6 – 60). Praha: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy, 2002. MĚKOTA, K. AND P. BLAHUŠ <i>Motorické testy v tělesné výchově</i>. Edition ed.: Státní pedagogické nakladatelství, 1983. MĚKOTA, K., R. CUBEREK AND U. P. F. T. KULTURY <i>Pohybové dovednosti - činnosti - výkony</i>. Edition ed.: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. ISBN 9788024417288. MĚKOTA, K. AND P. BLAHUŠ <i>Motorické testy v tělesné výchově</i>. Edition ed.: Státní pedagogické nakladatelství, 1983. RIEGEROVÁ, J., M. PŘIDALOVÁ AND M. ULBRICHOVÁ <i>Aplikace fyzické antropologie v tělesné výchově a sportu: (příručka funkční antropologie)</i>. Edition ed.: Hanex, 2006. ISBN 9788085783520. SUCHOMEL, A. Současné přístupy k hodnocení tělesné zdatnosti u dětí a mládeže (Fitnessgram). <i>Česká kinantropologie</i>, 2003, 7(1) 83-100.</p> <p>Doporučená: HEALEY, J. M. Leváci a jejich výchova. Translated by J. PAPOUŠEK. Edition ed.: Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0855-6 KASA, J. <i>Športová antropomotorika</i>. Edition ed. Bratislava: SVSTVŠ, 2000. 208 p. ISBN 80-968252-3-2. LATASH, M. L. Control of human movement. Edition ed.: Human Kinetics, 1993. ISBN 0873224558. ZELAZNIK, H. N. Advances in motor learning and control. Edition ed.: Human Kinetics, 1996. ISBN 0873229479.</p>		
Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	10 hodin	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
osobní kontakt v konzultačních hodinách nebo emailem		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		
https://connect.lf1.cuni.cz/ - Fakulta tělesné výchovy a sportu – Katedra základů kinantropologie a humanitních věd – Základy antropomotoriky		

B-III – Charakteristika studijního předmětu				
Název studijního předmětu	Aplikovaná výživa			
Typ předmětu	Povinný Předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/LS	
Rozsah studijního předmětu	2/0	hod.	28	kreditů 3
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	Přednáška	
Forma způsobu ověření studijních výsledků	písemná			
Další požadavky na studenta				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	PhDr. Klára Coufalová, Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu	<p>Předmět se zabývá výživou různých skupin populace a to především racionální výživou, sportovní výživou, výživou v dětství, těhotenství a stáří a klinickou výživou.</p> <p>Témata přednášek:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Základní terminologie 2. Zásady racionální výživy 3. Sportovní výživa – makronutrienty ve sportu 4. Sportovní výživa – mikronutrienty a pitný režim ve sportu 5. Výživa při různých typech zatížení 6. Sportovní suplementace 7. Výživa v dětství 8. Výživa v těhotenství a období laktace 9. Výživa seniorů 10. Klinická výživa – výživa při kardiovaskulárních onemocněních, obezitě, metabolickém syndromu 11. Klinická výživa – výživa při nádorových onemocněních, osteoporóze, diabetu, celiakii a dalších zdravotních komplikacích 12. Poruchy příjmu potravy 13. Zásady sestavování jídelníčků 14. Možnosti diagnostiky u jednotlivých skupin populace 			
Studijní literatura				

SVAČINA, Š., D. MÜLLEROVÁ AND A. BRETŠNAJDOROVÁ *Dietologie pro lékaře, farmaceuty, zdravotní sestry a nutriční terapeutky*. Edition ed. Praha: Triton, 2013. 341 p. ISBN 978-80-7387-699-9.

MAUGHAN, R., BURKE, LM. *Výživa ve sportu - příručka pro sportovní medicínu*. Edition ed. Praha: Galém, 2006. 311 p.

VILIKUS, Z. *Výživa sportovců a sportovní výkon*. Edition ed.: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2015. ISBN 9788024631523.

KUDLOVÁ, E. *Hygiena výživy a nutriční epidemiologie*. Edition ed. Praha: Karolinum, 2009.

MAUGHAN, R. J. *Nutrition in Sport*. Edition ed.: Wiley, 2008. ISBN 9780470693018.

NUTRITION SEARCH, I. AND J. D. KIRSCHMANN *Nutrition Almanac*. Edition ed.: McGraw-Hill, 1975. ISBN 9780070348479.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	8 hodin	hodin
--	---------	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

Studijní opory viz. <https://connect.lf1.cuni.cz/> → Fakulta tělesné výchovy a sportu → Biomedicínská laboratoř – Výživa, Klinická výživa

B-III – Charakteristika studijního předmětu				
Název studijního předmětu	Atletické základy			
Typ předmětu	povinný předmět		doporučený ročník / semestr	1/ZS
Rozsah studijního předmětu	0/1	hod.	14	kreditů 2
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	aktivní účast ve výuce, absolvování základních kondičních testů			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Hojka Vladimír, Mgr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100 % cvičení			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu	<p>Studenti se seznamují a osvojují si základní atletické dovednosti využívané v oblasti kondičního tréninku. Získávají teoretické znalosti z oblasti vedení atletického rozcvičení, metodicko-organizačních forem při základním atletickém výcviku a využití tréninkových prostředků a metod na rozvoj obecné kondice. Studenti jsou seznámeni se základními testy skokanské a vrhačské výbušnosti a obecné vytrvalosti.</p> <p>Sylabus – cvičení:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Atletické rozcvičení, bezpečnost při atletickém výcviku. 2. Běžecská abeceda 3. Odrazová abeceda 4. Odhodová abeceda 5. Rozvoj obecné rychlosti, flexibility a koordinace 6. Rozvoj obecné vytrvalosti 7. Testování v atletice 			
Studijní literatura	<p>BACKLEY, S. AND J. POSPÍŠIL. Všeobecný kondiční trénink-Inspirace pro každého. In. Praha: CASRI, 2004.</p> <p>JEBAVÝ, R., V. HOJKA AND A. KAPLAN <i>Rozcvičení ve sportu</i>. Edition ed.: Grada, 2014. ISBN 8024745259.</p> <p>RADIM, J. AND D. PETR <i>Posilování s medicínou</i>. Edition ed.: Grada Publishing as, 2011. ISBN 8024774224.</p> <p>SEAGRAVE, L., R. MOUCHBAHANI AND K. O'DONNELL <i>Neuro-biomechanics of maximum velocity sprinting</i>. <i>New studies in athletics</i>, 2009, 24(1), 19-29.</p> <p>THOMPSON, P. <i>Run! Jump! Throw! : bthe Official IAAF Guide to Teaching Athletics</i>. Edition ed.: International Association of Athletics Federations, 2009.</p> <p>THOMPSON, P. J. <i>Introduction to coaching theory</i>. Edition ed.: International Amateur Athletic Federation, 1991. ISBN 1873574010.</p>			
Informace ke kombinované nebo distanční formě				
Rozsah konzultací (soustředění)	6			hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím				

**Vzory studijních distančních textů a
multimediálních pomůcek**

Technika běhu -

https://dl1.cuni.cz/pluginfile.php/394853/mod_resource/content/1/K1%C3%AD%C4%8Dov%C3%A9%20body%20a%20f%C3%A1ze%20b%C4%9B%C5%BEck%C3%A9ho%20kroku.pdf

<https://connect.lf1.cuni.cz/> - FTVS – katedra atletiky – kinogramy – abeceda

<http://media.ftvs.cuni.cz/> - vyhledat přes běžecká, vrhačská, skokanská abeceda

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Biochemie a základy výživy			
Typ předmětu	povinný základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	1/ZS	
Rozsah studijního předmětu	2/0	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	ZK	Forma výuky	přednáška	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta	písemná, ústní			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Michal Šteffl, Mgr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	30%			
Vyučující	Klára Coufalová, PhDr., Ph.D.			
Stručná anotace předmětu	<p>Předmět se zabývá základními biochemickými ději v organismu v kontextu s racionální výživou.</p> <p>Témata přednášek:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Obecné principy biochemie, složení živé hmoty, voda 2. Biologické makromolekuly a jejich funkce v lidském organismu 3. Lipidy a jejich funkce v lidském organismu 4. Vitamíny, minerální látky 5. Metabolické regulace - biokatalyzátory a signální látky 6. Energetický metabolismus 7. Biochemie svalové činnosti a adaptační změny 8. Význam výživy a základní terminologie 9. Sacharidy ve výživě člověka 10. Tuky ve výživě člověka 11. Bílkoviny ve výživě člověka 12. Pitný režim 13. Diagnostické metody v dietologii 14. Výživa specifických skupin populace 			
Studijní literatura				

KOOLMAN, J. AND K.-H. RÖHM *Barevný atlas biochemie*. Edition ed.: Grada, 2012. ISBN 8024729776.
 KLOUDA, P. *Základy biochemie*. 2. přeprac. vyd. Ostrava: Nakladatelství Pavel Klouda, 2005, 144 s.
 MURRAY, R., D. BENDER, K. BOTHAM, P. KENNELLY, et al. *Harperova ilustrovaná biochemie*. Český Těšín. Galén, 2012.
 KODÍČEK, M. *Biochemické pojmy: výkladový slovník: elektronická interaktivní verze* [online]. Verze 2.0, 2007. Praha: Vydavatelství VŠCHT, 2007, 1 CD-ROM [cit. 2015-04-16]. ISBN 978-80-7080-669-2.
 KUNOVÁ, V. *Zdravá výživa*. Praha: Grada, 2011, 140 s. ISBN 802-47-0736-5.
 SVAČINA, Š., D. MÜLLEROVÁ AND A. BRETŠNAJDOROVÁ. *Dietologie pro lékaře, farmaceuty, zdravotní sestry a nutriční terapeutů*, 2., upr. vyd. Praha: Triton, 2013, 341 s.
 MAUGHAN, R. J. *Nutrition in sport*. Edition ed.: John Wiley & Sons, 2008. ISBN 0470693010.
 DUNNE LJ. *Nutrition almanac*. McGraw-Hill, 3rd ed. 1990.
 KATCH, V. L., F. I. KATCH AND W. D. MCARDLE *Exercise physiology: study guide*. Edition ed.: Williams & Wilkins, 1996. ISBN 0683181033.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	8 hodin	hodin
---------------------------------	---------	-------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

Studijní opory viz. <https://connect.lf1.cuni.cz/> → Fakulta tělesné výchovy a sportu → Katedra fyziologie a biochemie – Biochemie
 Studijní opory viz. <https://connect.lf1.cuni.cz/> → Fakulta tělesné výchovy a sportu → Biomedicínská laboratoř – Výživa, Klinická výživa

B-III – Charakteristika studijního předmětu pro SP

Název studijního předmětu	Biomechanika sportu			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	1 / LS	
Rozsah studijního předmětu	2/2	hod.	56	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Prezenční	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Zápočet: Vypracování zadaných úloh a laboratorních protokolů Zkouška: Písemný test, Ústní zkouška Docházka min. 80%			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Šorfová Monika, doc. Ing., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	20 %			
Vyučující	Jelen Karel, doc. PaedDr., CSc.			
Stručná anotace předmětu				
<p>Základní témata týkající se biomechanické charakteristiky sportovního pohybu, biomechanická diagnostika a hodnocení sportovní výkonnosti, principy analýzy sportovní techniky.</p> <p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Charakteristika oboru, definice, rozdělení. Základní pojmy, geometrie pohybu člověka 2. Kinematika pohybu člověka. 3. Dynamika pohybu člověka. 4. Energetický aspekt pohybu člověka. 5. Experimentální metody analýzy pohybu člověka, příklady z těl. cvičení. 6. Základy pohybového systému člověka z pohledu reologie. 7. Biomechanické charakteristiky sportovního pohybu (specifika jednotlivých sportovních disciplín) 8. Mechanické interakce člověk - okolí (sportovní nářadí, náčiní apod.) 9. Mechanické interakce člověk – odporové síly prostředí 10. Zpětná vazba v tréninku sportovního pohybu 11. Úrazy a tolerance k pohybové zátěži 12. Zvyšování sportovního výkonu 13. Prevence a ochrana pohybového ústrojí člověka při sportovním pohybu 14. Výzkum a jeho aplikace v oblasti biomechaniky sportů <p>Semináře:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. - 10. Řešení základních úloh z kinematické geometrie, dynamiky a pohybového systému člověka s pomocí počítačové techniky. 11. - 14. Návštěva laboratoře Biomechaniky extrémních zátěží. Ukázka testování vybraných biomechanických parametrů, jejich zpracování a interpretace. 				
Studijní literatura				

KARAS, V., S. OTÁHAL AND P. SUŠANKA *Biomechanika tělesných cvičení*. Edition ed. Praha: SPN, 1990. 182 p. ISBN 80-04-20554-2..

JANURA, M. *Úvod do biomechaniky pohybového systému člověka*. Edition ed. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2003. 84 p. ISBN 80-244-0644-6.

BARTLETT, R. *Introduction to sports biomechanics: Analysing human movement patterns*. Edition ed.: Routledge, 2007.

KNUDSON, D. *Fundamentals of biomechanics*. Edition ed.: Springer Science & Business Media, 2007.

BARTLETT, R. *Sports biomechanics: reducing injury and improving performance*. Edition ed.: Routledge, 2002.

PAYTON, C. J. B., ADRIAN (ED.) *Biomechanical evaluation of movement in sport and exercise: the British Association of Sport and Exercise Sciences guide*. Edition ed.: Routledge, 2017.

HAMILL, J. AND K. M. KNUTZEN *Biomechanical Basis of Human Movement*. Edition ed.: Lippincott Williams & Wilkins, 2006. ISBN 9780781763066.

JELÉN, K., M. PŘÍBRAMSKÝ AND M. KOHOUTEK *Česká škola lyžování: biomechanika a motorické předpoklady alpských disciplín*. Edition ed.: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2001. ISBN 8086317102.

JELÉN, K., ŠORFOVÁ, M., TLAPÁKOVÁ, E., & BILLICH, R. (EDS.) *Biomechanical reflection of human hypokinetic stress and its identifiers*. Edition ed. Praha: Karolinum, 2012.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	16	hodin
--	----	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

E-mail garant: sorfova@ftvs.cuni.cz

Kontakty na konkrétní vyučující jsou dostupné na oficiálních stránkách katedry <https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-597.html>

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

odkazy na web

elektronické skriptum Biomechanika. <http://biomech.ftvs.cuni.cz/pbpbk/kompendium/biomechanika/index.php> Inovace probíhají průběžně

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Diagnostika herního výkonu ve SH			
Typ předmětu	povinný předmět	doporučený ročník / semestr	3/ZS	
Rozsah studijního předmětu	0/2	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	semináře	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	docházka, seminární práce			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Tůma Martin, PaedDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	30%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Základní pojmy (plánování sport. tréninku, herní výkon, diagnostika) 2. Diagnostika předpokladů herního výkonu (terénní testování I) 3. Diagnostika předpokladů herního výkonu (terénní testování II) 4. Diagnostika předpokladů herního výkonu (laboratorní testování I) 5. Diagnostika předpokladů herního výkonu (laboratorní testování II) 6. Kvalitativní charakteristiky herního výkonu ve sportovních hráčích metody diagnostiky 7. Diagnostika herního výkonu ve fotbalu 8. Diagnostika herního výkonu v házené 9. Diagnostika herního výkonu ve florbalu 10. Diagnostika herního výkonu ve volejbalu 11. Diagnostika herního výkonu v tenisu 12. Prezentace a evaluace seminárních prací I 13. Prezentace a evaluace seminárních prací II 14. Prezentace a evaluace seminárních prací III 				
Studijní literatura				
MORROW JR, J. R., D. MOOD, J. DISCH AND M. KANG <i>Measurement and Evaluation in Human Performance, 5E.</i> Edtion ed.: Human Kinetics, 2015. ISBN 1450470432. AMONETTE, W. E., K. ENGLISH AND W. KRAEMER <i>Evidence-based Practice in Exercise Science: The Six-step Approach.</i> Edtion ed.: Human Kinetics, 2016. ISBN 1450434193.				
Informace ke kombinované nebo distanční formě				
Rozsah konzultací (soustředění)	10			hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím				
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek				

Materiály dostupné zde:

<http://datavolley.sstore.pl/download.php?att=2>

www.videoanalyza.cz/dartfish/dartfish-verze

<http://www.break2win.com/default.aspx>

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Didaktika sportu			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/ZS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	prezenční	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	aktivní účast na seminářích, zápočtová seminární práce, ústní zkouška			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Fialová Ludmila, prof. PaedDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	20%			
Vyučující	Peřinová Radka, PhDr., Ph.D.			
Stručná anotace předmětu				
<p>Předmět navazuje na psychologii a pedagogiku. Vymezuje a systematizuje roli aplikované didaktiky v oblasti sportovní přípravy. Proces utváření vědomostí a kompetencí u studentů trenérství je zaměřen na porozumění a tvorbu vhodných metodicko-organizačních forem při vedení sportovního tréninku a doplňkových sportovních aktivitách. Předkládá studentům přehled o nárocích na práci trenéra, aktivitách sportovce v projektech, organizačních formách, diferenciaci při sportovním přípravě, pohybové aktivitě dětí a mládeže.</p> <p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pojetí didaktiky sportovní přípravy (teoretická východiska, zákl. pojmy), metody empirického a teoretického výzkumu v didaktice 2. Sportovní výchova; motorické učení a osvojování pohybových dovedností 3. Sportovec jako subjekt a objekt ve sportovní přípravě (styly učení, rozdíly ve vnímání reality, zpracování informací, principy diferenciaci ve vytváření didaktických projektů a situací) 4. Trenér: vědomosti, dovednosti, kompetence, osobnost trenéra a jejich rozvoj.. 5. Didaktické zásady, metody, formy metodicko-organizační (průpravná cvičení. herní cvičení, průpravné hry) 6. Didaktické formy sociálně-interakční a formy organizační, postupy 7. Diagnostické techniky a prostředky. Postupy při tvorbě didaktického systému učiva a metodicko- organizačních forem ve sportovním tréninku. 8. 9. <p>Semináře:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Informační zdroje v oblasti didaktiky sportovního tréninku a práce s nimi. 2. Rozvoj interpersonální percepce. 3. Specifika tréninku dětí a mládeže z didaktického hlediska. 4. Reflexe a evaluace práce trenéra, dialog s rodiči, vedením klubu, municipalitou. 5. Aplikace teoretického obsahu přednášek do konkrétních sportovních disciplín dle zaměření studentů. 6. Sociální percepce v efektivní interakci: trenér - sportovec. Interpretace chování a jednání sportovců v psychosociálním a didaktickém kontextu 7. Spektrum didaktických stylů 				

Studijní literatura	
<p>DOBRÝ, Lubomír. <i>Didaktika sportovních her</i>. Praha: SPN, 1988.</p> <p>DOVALIL, Josef a kolektiv. <i>Výkon a trénink ve sportu</i>. Praha: Olympia, 2005. ISBN 80-7033-928-4.</p> <p>DOWELL, Linus. <i>Didactic strategies in physical education</i>. Boston: American Press, 1980. ISBN 978-0-89641-047-3.</p> <p>GRIFFIN, Linda a BUTLER, Joy. <i>Teaching games for understanding: theory, research, and practice</i>. Champaign, IL: Human Kinetics, 2005. ISBN 0-7360-4594-5.</p> <p>JANSA, Petr a kolektiv. <i>Pedagogika sportu</i>. Praha: Karolinum, 2014. ISBN 978-80-246-2026-8.</p> <p>MARTENS, Reiner. <i>Úspěšný trenér</i>. 3rd ed. Praha: Grada, 2004. ISBN 8024710110.</p> <p>MARTENS, Reiner. <i>Successful Coaching</i>. 4th ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2012. ISBN 9781450400510.</p> <p>MORAVEC, Roman. <i>Teória a didaktika výkonnostného a vrcholového športu</i>. 1. vyd. Bratislava: Fakulta telesnej výchovy a športu Univerzity Komenského v Bratislave, 2007. ISBN 978-80-890-7531-7.</p> <p>PERIČ, Tomáš. <i>Sportovní příprava dětí</i>. Praha: Grada, 2004. ISBN 978-80-247-4218-2.</p> <p>PERIČ, Tomáš a DOVALIL, Josef. <i>Sportovní trénink</i>. Praha: Grada. 2010. ISBN 978-80-247-2118-7.</p> <p>RYCHTECKÝ, Antonín a FIALOVÁ, Ludmila. <i>Didaktika školní tělesné výchovy</i>. Praha: Karolinum, 2004. ISBN 80-7184-659-7.</p>	
Informace ke kombinované nebo distanční formě	
Rozsah konzultací (soustředění)	10 hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím	
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek	

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Funkční zátěžová diagnostika		
Typ předmětu	povinný předmět předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/LS
Rozsah studijního předmětu	1/2	hod.	kreditů 4
Dvousemestrální předmět	Ne		
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence			
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednášky, semináře, praxe
Forma způsobu ověření studijních výsledků			
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	seminární práce		
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Zahálka František, doc. Ing., Ph.D.		
Zapojení garanta do výuky předmětu	50 % výuky		
Vyučující			
Stručná anotace předmětu			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Úvod do testování a měření - podstata a význam testování a měření, cíle měření, testování a hodnocení. Oblasti testování pohybového projevu člověka. Diagnostické vlastnosti testu a baterií, vymezení diagnostických vlastností testu 2. Teoretické základy testování a tělesné zdatnosti a pohybové činnosti pro populační skupiny (děti, mládež, dospělí, senioři, zdravotně oslabení). Zdravotně orientovaná zdatnost - výkonnostně orientovaná zdatnost. 3. Diagnostika statických stavů a dynamických projevů lidského těla, polohy a pohybu lidského těla, vnitřního stavu a vnějšího projevu. 4. Diagnostiky aerobní zdatnosti, charakteristika, zásady a možnosti, terénní testování a laboratorní testování, druhy testů, popis testů, normativy a použitelnost 5. Diagnostiky tělesného složení, charakteristika, zásady a možnosti, fyziologická podstata měření, druhy testů, principy diagnostiky, výhody a limity používaných metodik, dvou a více komponentní model tělesného složení, segmentální distribuce tekutin. 6. Diagnostiky silového projevu svalů, charakteristika, zásady a možnosti, fyziologická podstata měření silových charakteristik, terénní testování, laboratorní testování, druhy testů, popis testů, normativy a použitelnost. 7. Diagnostiky anaerobních charakteristik, charakteristika, zásady a možnosti, fyziologická charakteristika měření anaerobní alaktátové svalové činnosti, druhy testů, principy diagnostiky, výhody a limity diagnostiky rychlostních projevů, terénní diagnostické postupy, laboratorní diagnostické postupy. 8. Diagnostiky anaerobních charakteristik II, charakteristika, zásady a možnosti, fyziologická charakteristika měření anaerobní laktátové svalové činnosti, druhy testů, principy diagnostiky, výhody a limity diagnostiky rychlostní vytrvalosti, intermitentní vysoko – intenzivní pohybové činnosti a krátkodobé vytrvalosti, terénní diagnostické postupy, laboratorní diagnostické postupy. 9. Diagnostiky dalších komponent tělesné zdatnosti (flexibilita, reaktibilita, předpoklady), charakteristika, zásady a možnosti měření a hodnocení. 10. Diagnostika pohybových dovedností, charakteristika, zásady a možnosti diagnostiky, teoretické základ diagnostiky, terénní diagnostika, laboratorní diagnostika, 11. Diagnostika a hodnocení kinematiky člověka, kinematická analýza, individuální a skupinové postupy měření a evaluace. Objektivizace základních pohybových činností člověka. 12. Zásady diagnostiky pohybových předpokladů a pohybové činnosti u jednotlivých populačních skupin (děti, mládež, dospělí, senioři, zdravotně oslabení), význam, specifika a možnosti diagnostiky (Fitness gram, activity gram, Eurofit test...), možnosti implementace diagnostických postupů do pohybového režimu vybraných skupin. 			

13. Aplikací postupy pro hodnocení vnitřního a vnějšího zatížení při sportovním výkonu. Vytváření postupů profilů trénovanosti sledovaných subjektů, deskripce indikátorů (kvalitativní a kvantitativní), evaluace stavu trénovanosti, tvorba intervenčních postupů
14. -20. Praxe v diagnostice, organizace a realizace testování, vyhodnocení výsledků, aplikace výsledků do tréninkového procesu.
21. Seminář k diagnostice

Studijní literatura		
<p>MORROW JR, J. R., D. MOOD, J. DISCH AND M. KANG <i>Measurement and Evaluation in Human Performance, 5E.</i> Edtion ed.: Human Kinetics, 2015. ISBN 1450470432.</p> <p>AMONETTE, W. E., K. ENGLISH AND W. KRAEMER <i>Evidence-based practice in exercise science: the six-step approach.</i> Edtion ed.: Human Kinetics, 2016. ISBN 1450434193.</p> <p>THOMAS, J. R., S. SILVERMAN AND J. NELSON <i>Research methods in physical activity, 7E.</i> Edtion ed.: Human kinetics, 2015. ISBN 1450470440.</p> <p>WOOD, T. M. AND W. ZHU <i>Measurement theory and practice in kinesiology.</i> Edtion ed.: Human Kinetics, 2006. ISBN 0736045031.</p> <p>KNUDSON, D. V. <i>Qualitative diagnosis of human movement: improving performance in sport and exercise.</i> Edtion ed.: Human kinetics, 2013. ISBN 1450421032.</p> <p>JANURA, M. AND F. ZAHÁLKA <i>Kinematická analýza pohybu člověka.</i> Edtion ed.: Univerzita Palackého, 2004. ISBN 8024409305.</p> <p>MALÁ, L., T. MALÝ, F. ZAHÁLKA AND V. BUNC <i>Fitness assessment. Body composition.</i> Edtion ed.: Charles University in Prague, Karolinum Press, 2014. ISBN 8024625601.</p> <p>ZAHÁLKA, F., MALÝ, T., & MALA, L. (2016). Analysis of vertical jump parameters with respect to age and a type of a jump in young soccer players. In T. Favero, B. Durst & B. Dawson (Eds.), <i>International Research in Science and Soccer II</i> (pp. 286-294). New York: Routledge.</p> <p>ZAHÁLKA, F., MALÝ, T., MALÁ, L., & GRYC, T. (2014). Changes of postural stability with regard to gender, age and visual control of children. In M. Coelho-e-Silva, J., A. Cupido-dos-Santos, A. Figueiredo, J., J. FERREIRA, P., ARMSTRONG, N. (EDS.). <i>Children and Excercise XXVIII</i> (pp. 119-124). London and New York: Routledge</p>		
Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Fyzikální terapie v rekondici			
Typ předmětu	povinný předmět předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	3/ZS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	KZ	Forma výuky	Přednášky, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	písemný test			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Nováková Tereza, PhDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	20% přednášek			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Cílem předmětu je studenty seznámit se základními fyzikálními regeneračními metodami, balneoterapií a základům mechanoterapie a jejich významu ve sportovní praxi. Cílem praktických cvičení je osvojení praktických dovedností v oblasti hydroterapie, aplikace tepelných procedur, fototerapie a mechanoterapie. Součástí teoretických základů budou také informace o léčebných fyziatrických postupech a jejich vztahu k pohybové aktivitě.</p> <p>Témata:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fyzikální regenerační prostředky - rozdělení 2. Obecné zásady aplikace fyzikálních regeneračních prostředků 3. Účinky a obecné indikace fyzikálních regeneračních prostředků 4. Hyperemie 5. Využití tepla k regeneraci a rekondici, funkce slupky a jádra 6. Celkové aplikace tepla - koupele: sedací lázeň, subakvální masáž, perličková lázeň, uhličité lázeň, plynová uhličité koupele, sírná a jodová koupele 7. Sauna a skotské stříky 8. Lokální aplikace tepla: parafínové zábaly 9. Lokální aplikace tepla: Paraligno, Parafango Battaglia, Termofofor 10. Vlhké a suché horké obklady 11. Peloidní zábaly a obklady 12. Využití celkové a lokální aplikace chladu v regeneraci a rekondici 13. Priessnitzovy obklady, Tripesovy obklady 14. Využití aplikace IR a UV záření a viditelného světla v regeneraci a rekondici 				
Studijní literatura				
<p>CALTA, J., Z. MACHÁLEK AND J. VACEK Základy fyzikální terapie pro praxi. Praha, Knihovna Refora sv, 1994, 1, 87.</p> <p>CAPKO, J. <i>Základy fyziatrické léčby</i>. Edtion ed. Praha: Grada, 1998. ISBN 80-7169-341-3.</p> <p>PRENTICE, W. E. <i>Therapeutic Modalities for Physical Therapists</i>, McGraw-Hill Education / Medical; 4 edition, 2010. ISBN 0071737693</p>				

GROVER, B. B., NABU PRESS, 2014. ISBN 1295836343 *Handbook of Electrotherapy for Practitioners and Students*. Edition ed., 2014. ISBN 1295836343.
 WATSON, T. *Electrotherapy E-Book: evidence-based practice*. Edition ed.: Elsevier Health Sciences, 2008. ISBN 0702039837.

Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)		hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Fyziologie člověka			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	1/LS	
Rozsah studijního předmětu	2/1	hod.	42	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	prezenční	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Požadavky na zápočet: 100% účast na praktické výuce Požadavek na zkoušku: zápočet z praktické výuky, písemný test/ústní zkouška			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Heller Jan, doc. MUDr., CSc.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Předmět seznamuje studenty s funkcí jednotlivých orgánových systémů (krevního oběhu, dýchání, vstřebávání, metabolismem, termoregulací, endokrinním a svalovým systémem, analyzátory, CNS (lidského organismu, včetně regulací).</p> <p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Homeostatické děje. 2. Krev a krevní oběh a jeho regulace. 3. Dýchání a jeho regulace. 4. Trávení a vstřebávání, metabolismus. 5. Termoregulační mechanismy. 6. Funkce ledvin. 7. Žlázy s vnitřní sekrecí. 8. Strukturální a funkční vlastnosti svalů. 9. Strukturální a funkční vlastnosti nervové tkáně. 10. Funkce analyzátorů. 11. Funkce nervového systému. 12. Řízení motoriky. 13. Reflexní regulace. 14. Adaptivní funkční diagnostika. <p>Cvičení:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Vyšetření krevního tlaku a tepové frekvence. 2. Základní ukazatele ventilačních funkcí, spirometrie. 3. Ortostatické oběhové vyšetření + EKG. 4. Dynamometrie. 5. Antropometrie. 6. Senzomotorické testy a reaktometrie. 7. Vyšetření zraku. 				

Studijní literatura		
Povinná: BARTŮŇKOVÁ, S. Fyziologie člověka a tělesných cvičení. Učební texty pro studenty fyziologie a studia tělesná a pracovní výchova zdravotně postižených, 2006, 1. KOHLÍKOVÁ, E. <i>Vybraná témata praktických cvičení z fyziologie člověka</i> . Edition ed. Praha: Karolinum, 2002. ISBN 80-246-0073-0.		
Doporučená: FOX, S. I. <i>Human Physiology</i> . Edition ed. USA: McGraw–Hill, 1996. ISBN 0-697-20985-7. GANONG, W. F. <i>Přehled lékařské fyziologie</i> . Edition ed. Praha: Nakladatelství a vydavatelství Ha H, 2005. ISBN 8072623117. KITTNAR, O. <i>Fyziologické regulace ve schématech</i> . Edition ed.: Grada, 2000. ISBN 8071697826. MOUREK, J. <i>Fyziologie: učebnice pro studenty zdravotnických oborů</i> . Edition ed. Praha: Grada, 2005. 208 p. ISBN 80-247-1190-7. SILBERNAGL, S., A. DESPOPOULOS, G. WOLF-RÜDIGER AND A. ROTHENBURGER <i>Atlas fyziologie člověka</i> . Edition ed. Praha: Grada, 2004. 435 p. ISBN 80-247-0630-X STANFIELD, C. L. <i>Principles of human physiology</i> . Edition ed.: Pearson Higher Ed, 2012. ISBN 0321897714. TROJAN, S. a kol.: <i>Lékařská fyziologie</i> . Praha. Grada, 2003. TROJAN, S., LANGMEIER, M. <i>Kontrolní otázky z fyziologie</i> . Edition ed. Praha: Triton, 1999. ISBN 80-7189-		
Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		
Studijní materiály dostupné zde: https://connect.lf1.cuni.cz/ (viz Katedra fyziologie a biochemie)		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Fyziologie zátěže a adaptací			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/ZS	
Rozsah studijního předmětu	2/1	hod.	42	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednáška, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	100% účast na praktické výuce, náhrady absencí na konci semestru Zápočet: Vypracování a odevzdání protokolů z praktických cvičení. Zkouška: Písemný test + ústní zkouška.			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Petr Miroslav, doc. PhDr., Ph.D			
Zapojení garanta do výuky předmětu	66 %			
Vyučující	Štefl Michal, Mgr., Ph.D.			
Stručná anotace předmětu				
<p>Studenti jsou seznamováni s reakcemi lidského organismu na zátěž a s adaptačními procesy probíhajícími v organismu v souvislosti s tréninkovým zatížením a se základy vlastní fyziologie tréninkového procesu, s problematikou energetického metabolismu při zatížení, uplatňováním neuroendokrinních regulací a homeostatických regulačních mechanismů při pohybové činnosti, významem termoregulace a exkrece při pohybové činnosti, metabolismem různých tkání při fyzické zátěži, s otázkami trávení a výživy ve vztahu k fyzické zátěži, i s exogenními a endogenními vlivy, které se uplatňují v reakci a adaptaci na fyzické zatížení. Studenti jsou seznamováni s reakcemi se specifiky reakcí a adaptací v průběhu ontogeneze.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fyzické zatížení – adaptace a regulace na systémové, buněčné i molekulární úrovni. 2. Energetický metabolismus při pracovním zatížení. 3. Reakce a adaptace jednotlivých systémů a orgánů na zatížení. 4. Neuroendokrinní regulace při pohybové činnosti. 5. Homeostatické regulační mechanismy při pohybové činnosti. 6. Termoregulace a exkrece při pohybové činnosti. 7. Vliv zátěže na metabolismus různých tkání. 8. Trávení a výživa ve vztahu k fyzické zátěži. 9. Exogenní vlivy a jejich uplatnění v reakci a adaptaci na tělesné zatížení. 10. Endogenní vlivy a jejich uplatnění v reakci a adaptaci na tělesné zatížení. 11. Specifika reakcí a adaptací v průběhu ontogeneze. <p>Cvičení: Úvod do praktických cvičení. Pracovní metabolismus, metody stanovení energetického výdeje. Změny oběhových a respiračních parametrů při zatížení různé intenzity.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ventilací změny při stupňovaném zatížení, ventilační anaerobní práh. 2. Jednoduché funkční zkoušky (Ruffierův test, Step-test, Stangeho test). 3. Pracovní kapacita W_{170} a nepřímé stanovení maximálního aerobního výkonu. 4. Aerobní zátěžová diagnostika – test VO_2max. 				

Studijní literatura

Povinná:

BARTUŇKOVÁ, S., J. HELLER, E. KOHLÍKOVÁ, M. PETR, et al. *Fyziologie pohybové zátěže*. Praha: FTVS UK, 2013.

HELLER, J. AND P. VODIČKA *Praktická cvičení z fyziologie tělesné zátěže*. Edition ed. Praha: Karolinum, 2011. ISBN 978-80-246-1976-7.

HAVLÍČKOVÁ, L. *Fyziologie tělesné zátěže I: Obecná část*. Edition ed. Praha: Karolinum, 1997. 196 p. ISBN 80-7184-354-7.

Doporučená:

MÁČEK, M. AND J. RADVANSKÝ *Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivity*. Edition ed.: Galén, 2011. ISBN 8072626957.

HELLER, J. *Laboratory manual for human and exercise physiology*. Edition ed.: Karolinum, 2005. ISBN 8024609266.

WILMORE, J. AND D. COSTILL *Physiology of Sport and Exercise*. Edition ed. Champaign: Human Kinetics, 2004. ISBN 0-7360-4489-2.

MCARDLE, W. D., F. I. KATCH AND V. L. KATCH *Essentials of exercise physiology*. Edition ed.: Lippincott Williams & Wilkins, 2006. ISBN 0781749913.

PLOWMAN, S. A. AND D. L. SMITH *Exercise physiology for health fitness and performance*. Edition ed.: Lippincott Williams & Wilkins, 2013. ISBN 1451176112.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)

12

hodin

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

při výuce, v konzultačních hodinách

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

HELLER, J. *Fyziologie zátěže*. [Online]. c2012. Dostupné z:

www.ftvs.cuni.cz/images/stories/Heller_Fyziologie_zateze.pdf

<https://connect.lf1.cuni.cz/> - FTVS – katedra fyziologie a biochemie – Fyziologie tělesných cvičení

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Gymnastické základy			
Typ předmětu	povinný předmět			doporučený ročník / semestr 1/LS
Rozsah studijního předmětu	0/2	hod.	28	kreditů 3
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta <i>(nepovinný údaj)</i>	Požadavky k zápočtu: - aktivní účast na výuce – 100% - studium literatury - semestrální práce – vypracování dvou písemných příprav na cvičební jednotky, která obsahuje písemnou přípravu rozcvičení a epizodu hlavní části cvičení jednotky kondičního charakteru: a) rozcvičení prosté (bez využití náčiní a náradí) doplněné osmi cvičeními určeného kondičního charakteru b) rozcvičení s náčiním doplněné osmi cvičeními určeného kondičního charakteru - didaktický výstup – vedení části lekce dle písemné přípravy - úspěšné absolvování praktických zápočtových požadavků			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Chrudimský Jan, Mgr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
Předmět poskytuje studentům v historických souvislostech základní informace o gymnastických pohybových aktivitách. Nutným předpokladem pro korektní aplikaci gymnastiky v tělovýchovné praxi je osvojení teoretických východisek a odborného názvosloví. Praktická část výuky je zaměřena na osvojení si gymnastických činností a dovedností z oblasti cvičení prostých, na náradí a s náčiním. Cílem předmětu je vytvořit teoretické i praktické předpoklady pro využívání pohybového obsahu gymnastiky respektive gymnastických druhů v tělovýchovné praxi.				
Sylabus: Přednášky a praktické semináře: 1. Pojem, historie a vývoj gymnastiky; dělení gymnastiky 2. Odborná terminologie v oblasti tělesné výchovy a sportu – gymnastické názvosloví 3. Rozcvičení – teoretická východiska tvorby a realizace rozcvičení; pohybový obsah dílčích částí rozcvičení; organizační formy, didaktické aspekty řízení rozcvičení 4. Základy didaktiky gymnastiky – stavby cvičební jednotky v teorii a praxi; didaktické styly a formy 5. Tělesná zdatnost a její hodnocení – teoretická východiska a praktické ukázky 6. Gymnastické programy – teoretická východiska, tvorba a jejich uplatnění 7. Cvičení bez náčiní – fyziologické aspekty cvičení bez náčiní a jejich přínos pro stimulaci pohybových schopností				

8. Technika cvičení s náčiním – základní techniky manipulace s náčiním a ukázky pohybového obsahu cvičení s náčiním (švihadla, tyče, míče apod.)
9. Cvičení s náčiním – fyziologické aspekty cvičení s náčiním a jejich přínos pro stimulaci pohybových schopností
10. Technika cvičení na nářadí – technika cvičení na podporových a visových nářadích
11. Cvičení na nářadí – fyziologické aspekty cvičení na nářadí a jejich přínos pro stimulaci pohybových schopností
12. Motoricko-funkční příprava sportovce – teoretická východiska, ukázky cvičení z dílčích průprav
13. Možnosti aerobního zatěžování v gymnastice; gymnastické hry a překážkové dráhy
14. Didaktické výstupy – praktická realizace semestrálních prací

Studijní literatura

Povinná:

CHRUDIMSKÝ, J., ŠIMŮNKOVÁ, I., NOVOTNÁ, V. a kol. Gymnastická terminologie. Praha : UK FTVS, 2013. Multimediální učební text. CD. ISBN 978-80-87647-00-4.

KOLEKTIV autorů. Základní gymnastika. <http://www.ftvs.cuni.cz/informacni-sluby/elektronicke-publikace-a-studijni-opory/423-gymnastika.html>

SKOPOVÁ, M., M. ZÍTKO AND J. ČERNÁ *Základní gymnastika*. Edition ed.: Karolinum, 2013. ISBN 8024621940.

Doporučená:

KRIŠTOFIČ, J. *Gymnastická průprava sportovce*. Praha, Grada, 2004.

KRIŠTOFIČ, J. *Pohybová příprava dětí*. Edition ed.: Grada Publishing as, 2006. ISBN 8024716364.

KRIŠTOFIČ, J. *Gymnastické posilování: motoricko-funkční příprava*. Edition ed.: Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2014. ISBN 8087647157.

NELSON, A. G. *Strečink-na anatomických základech*. Edition ed.: Grada Publishing as, 2009. ISBN 8024727846.

ZÍTKO, M. *Kompenzační cvičení*. Edition ed. Praha: Svoboda, 1998. 51 p. ISBN 80-205-0529-6.

SKOPOVÁ, M., ZÍTKO, M. *Basic Gymnastics*. Edition ed. Praha: Karolinum, 2010. ISBN 978-80-246-1779-4.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	10	hodin
--	----	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

- individuální konzultace
- poskytovanou zpětnou vazbou k vypracovaným seminárním pracím
- prostřednictvím e-mailu či jinou elektronickou formou komunikace

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

Gymnastika v obrazech - Chrudimský, Křištofič, Marek, Vorálková - nově <https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-149.html>
 CHRUDIMSKÝ, J., ŠIMŮNKOVÁ, I., NOVOTNÁ, V. a kol. Gymnastická terminologie. Praha : UK FTVS, 2013. Multimediální učební text. CD. ISBN 978-80-87647-00-4. <https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-149.html>

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Historie tělesné kultury				
Typ předmětu	povinný	doporučený ročník / semestr	1 LS		
	základní teoretický předmět profilujícího základu				
Rozsah studijního předmětu	2/0	hod.	28	kreditů	3
Dvousemestrální předmět	Ne				
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence					
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednáška		
Forma způsobu ověření studijních výsledků	Písemný test; ústní zkouška				
Další požadavky na studenta					
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Waic Marek, prof. PhDr., CSc.				
Zapojení garanta do výuky předmětu	100% přednášky				
Vyučující	Waic Marek, prof. PhDr., CSc.				
Stručná anotace předmětu	<p>Předmět se zabývá vývojem všech forem tělesné kultury, jejich obsahem a společenskými souvislostmi od počátků lidské civilizace až po současnost.</p> <p>Témata přednášek:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Úvod do studia historie tělesné kultury. Historické prameny, knihovny, bibliografie. 2. Výchova a tělesná kultura starověkých civilizací. Výchova a tělesná kultura antického Řecka a Říma. 3. Antický sport a panhelénské hry. Řečtí sportovci a římstí gladiátoři. 4. Křesťanský svět a tělesná kultura. 5. Tělesná kultura období renesance a humanismu, filantropismus. 6. Tělovýchovné systémy 19. století. 7. Anglický sport a první pokusy o obnovení OH. 8. Vznik a vývoj moderního sportu a olympijského hnutí. 10. Tělovýchovné systémy 20. století. Ženské tělovýchovné směry a sport. 11. Vznik a vývoj školní tělesné výchovy u nás a v zahraničí. 12. Mimoškolní výchova a dětské a mládežnické organizace u nás a v zahraničí. Česká tělesná kultura v letech 1840 – 1918. 13. Československá tělesná kultura v letech 1918 – 1945. 14. Česká a československá tělesná kultura v letech 1945 až do současnosti. 				
Studijní literatura					

KÖSSL, J., J. ŠTUMBAUER AND M. WAIC *Vybrané kapitoly z dějin tělesné kultury*. Edition ed.: Karolinum, 2004. ISBN 8024608022.

WAIC, Marek., *Tělesná výchova a sport v politickém životě meziválečného Československa*. Praha: Národohospodářský ústav Josefa Hlávky 2016. 193. S. ISBN 978-80-88018-06-3

WAIC, M. *Tělovýchova a sport ve službách české národní emancipace*. Edition ed.: Karolinum Press, 2014. ISBN 8024622599.

WAIC, Marek, ZWICKER, Stefan. Sports history around the world: Central and Eastern Europe. In: *Routledge Companion to Sports History*. London: Routledge, 2010. p. 391–404. ISBN 978-0-415-77339-3.

UHLÍŘ, Boris., WAIC, Marek. *Sokol proti totalitě*. 1. vyd. Praha : FTVS UK 2001. 175 s. ISBN 80-86317-11-0

KOL. AUTORŮ. *Český olympismus - 100 let*. 1. vyd. Praha : Olympia 1999. 160 s. ISBN 80-7033 579-3.

WAIC, M. *In the Shadow of Totalitarianism: Sport and the Olympic Movement in the "Visegrád Countries" 1945-1989*. Edition ed.: Charles University in Prague, Karolinum Press, 2015. ISBN 802462463X.

WAIC, M. & ZWICKER, S.: Central and Eastern Europe (391-404) In: Pope, S.W. & Nauright, J: *Routledge Companion to Sports History, USA, Canada* : Routledge, 2010, ISBN 978-0-415-77339-3.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	8 hodin	hodin
--	---------	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

osobně nebo mailem

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

Studentům KS je pro tento předmět zpřístupněna e-kniha **Kapitoly z dějin tělesné kultury**.
Dostupná z portálu elektronických zdrojů UK <http://pez.cuni.cz/>.

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Hodnocení pohybového systému			
Typ předmětu	povinný předmět předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/LS	
Rozsah studijního předmětu	0/2	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	Seminář, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	85 % účast na cvičení (dvě absence); metodický výstup – kasuistika a návrh pohybové intervence			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Levitová Andrea, PhDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Předmět podává přehled o hodnocení pohybového systému a navazuje na základní znalosti z anatomie a obecné kineziologie. Stručně charakterizuje posturální odchylky v oblasti páteře (držení těla), dolních a horních končetin a chybné pohybové stereotypy. Cílem je, aby si studenti vyzkoušeli a osvojili základní vyšetřovací metody sloužící k hodnocení pohybového systému, jež by mělo být součástí každé prohlídky sportovce.</p> <p>Cvičení:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Úvod do hodnocení pohybového systému. Cíl a význam vyšetření (diagnostiky): lokalizace obtíží, propojení s určitým regionem. 2. Způsoby, pravidla a metody měření. 3. Význam anamnézy. Záznam hodnocení subjektivních obtíží. 4. Hodnocení postavy a držení těla – statické. 5. Hodnocení páteře a držení těla - dynamické. 6. Posouzení polohy pánve. 7. Význam a ukázky měření kloubní pohyblivosti (goniometrie). 7. Posouzení hypermobility. 8. Vyšetření chůze. Hodnocení důležitých aspektů při chůzi. 9. Testování svalů s převážně posturální funkcí. Orientační testování svalového zkrácení u vybraných svalů. 10. Testování svalů s převážně fázickou funkcí. Orientační testování svalového oslabení u vybraných svalů. 11. Vyšetření pohybových stereotypů. 12. Stereotypy v každodenní praxi – aktivity denního života. 13. Vyšetření nohy. 14. Kasuistika jako příklad vztahu diagnostika – pohybová intervence. 				
Studijní literatura				
<p>LEVITOVÁ, A., HOŠKOVÁ, B. <i>Zdravotně-kompenzační cvičení</i>. Praha : Grada Publishing, a.s. 2015. 112 s. ISBN 978-80-247-4836-8.</p> <p>DOSTÁLOVÁ, I. AND P. ALÁČOVÁ <i>Vyšetřování svalového aparátu</i>. Olomouc: Hanex, 2006.</p> <p>HALADOVÁ, E. <i>Vyšetřovací metody hybného systému</i>. Edition ed. Brno, 2011. ISBN 978-80-7013-516-7.</p> <p>TICHÝ, M. <i>Funkční diagnostika pohybového aparátu</i>. Edition ed.: Triton, 2000. ISBN 807254022X.</p>				

LARSEN, C., C. LARSEN AND O. HARTELT. Držení těla: analýza a způsoby zlepšení. In.: Přeložila Mgr. M. Schwingerová. Olomouc: Poznání, 2010.

LARSEN, C., MIESCHER, B., WICKIHALTER, G. *Zdravé nohy pro vaše dítě*. Edition ed. Olomouc: Poznání, 2008. 94 p. ISBN 978-80-86606-82-8. .

LARSEN, C., ROSMANN-REIF, K. *Skolióza – jak pomáhá pohyb*. Edition ed. Olomouc: Poznání, 2012. 118 p. ISBN 978-80-87419-20-5. .

LAUPER, R. *Dítě od hlavy až k patě v pohybu. Pohybové hry a práce s tělem pro předškoláky a školáky*. Edition ed. Olomouc: Poznání. 132 p. ISBN 978-80-86606-67-5. .

JANÁČKOVÁ, L., PAVELKA, K., LEVITOVÁ, A. *Goodbye bolesti zad*. Edition ed. Praha: Grifart, spol. s.r.o., 2016. 175 p. ISBN 978-80-906185-5-8.

GROSS, J., FETTO, J., ROSEN, E. *Musculoskeletal Examination*. Edition ed. Chichester: Wiley-Blackwell,, 2009. 470 p. ISBN 978-1405180498.

MEDICINE, A. C. O. S. *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription*. Edition ed.: Lippincott Williams & Wilkins, 2013. ISBN 1469826666.

Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	10	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Intervenční pohybové programy			
Typ předmětu	povinný předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/LS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	přednáška, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Hráský Pavel, PhDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100 %			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Studijní předmět je organizačně koncipován jako propojení teoretických zásah pro tvorbu intervenčních programů a praktických dovedností – schopnost aktivně sestavit a kontrolovat průběh intervenčního programu. Studující budou vedeni tak, aby výstup z výuky předmětu směřoval k propojení a přenositelnosti teoretických znalostí do praxe. Tyto znalosti budou a jejich aplikace budou propojeny s výukou ostatních předmětů v rámci studijního programu.</p> <p>Osnova výuky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. identifikace a význam předmětu v rámci studijního programu 2. definice intervenčních pohybových programů (IPP), 3. vymezení souvislostí IPP 4. zásady aplikace IPP, indikace a kontraindikace (z hlediska jedince, skupin populace apod.) 5. východiska pro tvorbu IPP – individuální, skupinový přístup 6. analýza rizikových faktorů – jedinec/populace; individuální/skupinové 7. ověření schopností studenta sestavit dle rešerše literatury návrh IPP 8. schopnost studenta plánovat, monitorovat a realizovat sběr proměnných u jedinců cílové skupiny 9. schopnost studenta vyhodnotit získaná data 10. diagnostika: metody pro zjišťování morfologického a funkčního stavu těla (teorie) 11. diagnostika: metody pro zjišťování morfologického a funkčního stavu těla (praxe) 12. kasuistický výstup z výsledků diagnostických metod - ukázka 13. hodnotit a navrhnout další možnosti IPP 14. kohorty schopnost přenositelnosti výstupů do praxe, vymezení v rámci jedince, populační 				
Studijní literatura				
<p>BLAIR, S. N., H. KOHL, R. S. PAFFENBARGER, D. G. CLARK, et al. Physical fitness and all-cause mortality. <i>Jama</i>, 1989, 262(17), 2395-2401.</p> <p>BOUCHARD, C. E., R. J. SHEPHARD AND T. E. STEPHENS. Physical activity, fitness, and health: International proceedings and consensus statement. In <i>International Consensus Symposium on Physical Activity, Fitness, and Health</i>, 2nd, May, 1992, Toronto, ON, Canada. Human Kinetics Publishers, 1994</p> <p>DOBRÝ, L. Struktura zdravotně orientované zdatnosti. <i>Těl. Vých. Sport Mlad</i>, 1998, 64(1998), 2-6.</p>				

KARASIK, D., S. DEMISSIE, L. A. CUPPLES AND D. P. KIEL Disentangling the genetic determinants of human aging: biological age as an alternative to the use of survival measures. *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences*, 2005, 60(5), 574-587.

KUČERA, M. AND I. DYLEVSKÝ *Pohybový systém a zátěž*. Praha, Grada, 1997.

KUČERA, M. *Pohyb v prevenci a terapii*. Edition ed. Praha: Karolinum, 1996. ISBN 80-7184-042-4.

NAKAMURA, E., T. MORITANI AND A. KANETAKA Biological age versus physical fitness age. *European journal of applied physiology and occupational physiology*, 1989, 58(7), 778-785.

NEWMAN, A. B., C. L. HAGGERTY, B. GOODPASTER, T. HARRIS, et al. Strength and Muscle Quality in a Well-Functioning Cohort of Older Adults: The Health, Aging and Body Composition Study. *Journal of the American Geriatrics Society*, 2003, 51(3), 323-330.

PAFFENBARGER JR, R. S., R. HYDE, A. L. WING AND C.-C. HSIEH Physical activity, all-cause mortality, and longevity of college alumni. *New England journal of medicine*, 1986, 314(10), 605-613.

SEGUIN, R. AND M. E. NELSON The benefits of strength training for older adults. *American journal of preventive medicine*, 2003, 25(3), 141-149.

SHEPHARD, R. J. *Aging, physical activity, and health*. Edition ed.: Human Kinetics Publishers, 1997. ISBN 0873228898.

PLACHETA, Z., M. ŠTEJFA AND J. SIEGELOVÁ *Zátěžová diagnostika v ambulanci a klinické praxi*. Edition ed.: Grada, 1999. ISBN 8071692719.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	8	hodin
--	---	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

kontaktní email: hrasky@ftvs.cuni.cz
tel: 220172116

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Kineziologie			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/ZS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	prezenční	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Nováková Tereza, PhDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	50% (přednášky)			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Základní poznatky o pohybu člověka. Tématika obsahuje základní principy řídicích procesů pro pohybovou soustavu a aplikuje tyto pochody v klinické praxi. Součástí předmětu je rovněž rozbor stavby a funkce jednotlivých segmentů lidského těla s přihlédnutím k úloze jejich poruchy v kontextu celého těla.</p> <p>Témata výuky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pojetí oboru. Směry rozvoje oboru. 2. Analýza a funkce axiálního systému 3. Kineziologie horní končetiny. Úchopové funkce, obratnostní hybnost. 4. Náhradní a kompenzační možnosti ruky 5. Kineziologie dolní končetiny. Chůze a patologie chůze - kineziologický rozbor. 6. Náhradní a kompenzační možnosti dolní končetiny. Chůze protézovaných. 7. Pohybový systém a zátěž. 8. Funkce pohybového systému za ztížených podmínek 9. Základy patokineziologie. 10. Základy sportovní kineziologie. 				
Studijní literatura				
<p>VÉLE, F. <i>Kineziologie posturálního systému</i>. Edtion ed. Praha: Karolinum, 2005. DYLEVSKÝ, I. <i>Obecná kineziologie člověka</i>. Edtion ed. Praha: Karolinum, 2005. CONNOLLY, K. J. AND H. FORSSBERG <i>Neurophysiology and neuropsychology of motor development</i>. Edtion ed.: Cambridge University Press, 1997. ISBN 1898683107. PETERSON-KENDALL, F., E. KENDALL-MCCREARY, P. GEISE-PROVANCE, M. MCINTYRE-RODGERS, et al. <i>Muscles testing and function with posture and pain</i>. In.: Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2005. KOLAR, P. et al. <i>Clinical rehabilitation</i>. 1st edition. Prague: RPS, 2013. 764s. ISBN 978-80-905438-0-5. (selected chapters)</p>				
Informace ke kombinované nebo distanční formě				

Rozsah konzultací (soustředění)		hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Kolokvium bakalářské práce		
Typ předmětu	povinný	doporučený ročník / semestr	3/LS
Rozsah studijního předmětu	hod.	kreditů	6
Dvousemestrální předmět	Ne		
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence			
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	konzultace
Forma způsobu ověření studijních výsledků			
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Zpracování teoretické a metodické části bakalářské práce		
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Vedoucí bakalářské práce		
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%		
Vyučující			
Stručná anotace předmětu			
	Student prokazuje samostatnou tvůrčí činnost související se sepsáním závěrečné práce. Problematické otázky závěrečné práce jsou průběžně konzultovány s vedoucím práce.		
Studijní literatura			
	dle tématu bakalářské práce		
Informace ke kombinované nebo distanční formě			
Rozsah konzultací (soustředění)	dle potřeby		hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím			
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek			
	Informace potřebné pro zpracování závěrečné práce https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-161.html		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Kompenzační cvičení			
Typ předmětu	povinný předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	3/LS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednáška, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	docházka; pwp prezentace; metodický výstup zaměřený na danou oblast s praktickou ukázkou cviků			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Levitová Andrea, PhDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%			
Vyučující	Levitová Andrea, PhDr., Ph.D.			
Stručná anotace předmětu	<p>Předmět je rozdělen na teoretickou a praktickou část. Teoretická část vysvětluje, kdy je vhodné zařadit kompenzační cvičení, nejčastěji přetížené oblasti pohybového systému u jednotlivých sportů, cíle kompenzačního cvičení a posturální odchylky pohybového systému. Na základě zjištěných posturálních odchylek studenti navrhnou řešení z oblasti kompenzačního cvičení. Praktická část bude představovat ukázky cviků s důrazem na optimální pohybové funkce. Studenti si vyzkouší příklady cviků prováděných v různých cvičebních polohách. Cílem předmětu je naučit se zvolit vhodné kompenzační cvičení v rámci tréninkového procesu za účelem dosažení vyšší sportovní výkonnosti.</p> <p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Základní teoretická východiska - význam a cíle kompenzačního cvičení. 2. Funkční porucha pohybového systému – příčiny a projevy. 3. Držení těla. 4. Svaly s převahou ke zkrácení, svaly s převahou k ochabnutí a hluboký stabilizační systém trupu a páteře. 5. Zaměření kompenzačního cvičení – uvolňovací, protahovací a posilovací cvičení. 6. Specifika jednotlivých sportovních odvětví z hlediska nároků kompenzace. 7. Zásady tvorby kompenzačních programů pro různé věkové kategorie. <p>Cvičení:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Metodické postupy korekce v oblasti bederní páteře a pánve. 2. Metodické postupy korekce v oblasti hrudní páteře. 3. Metodické postupy korekce v oblasti krční páteře. 4. Metodické postupy korekce v oblasti dolních končetin. 5. Metodické postupy korekce v oblasti nohy. 6. Metodické postupy korekce v oblasti horních končetin. 7. Využití cvičebních pomůcek v kompenzačním programu. 			
Studijní literatura				

LEVITOVÁ, A., HOŠKOVÁ, B. *Zdravotně-kompenzační cvičení*. Praha : Grada Publishing, a.s. 2015. 112 s. ISBN 978-80-247-4836-8.

JANÁČKOVÁ, L., PAVELKA, K., LEVITOVÁ, A. *Goodbye bolesti zad*. Edtion ed. Praha: Grifart, spol s.r.o., 2016. 175 p. ISBN 978-80-906185-5-8.

LEVITOVÁ, A. Kompenzační cvičení u dětí. In: PERIČ, T. a kol. *Sportovní příprava dětí. (3. přepracované vydání)*. Praha: Grada publishing 2012. s. 103 - 114. ISBN: 978-80-247-4218-2.

LEVITOVÁ, A. Kompenzační cvičení. In: PERIČ, T. a kol. *Sportovní příprava dětí 2. – zásobník cvičení*. Praha : Grada publishing 2012. s. 94 - 104. ISBN: 978-80-247-4219-9.

BURSOVÁ, M. *Kompenzační cvičení*. Edtion ed. Praha: Grada, 2005. 196 p. ISBN 80-247-0948-1.

KENNEY, W. L., J. WILMORE AND D. COSTILL *Physiology of sport and exercise 6th edition*. Edtion ed.: Human kinetics, 2015. ISBN 1450477674.

JONES, G. E. A. *Core Strength Training*. Edtion ed. London: Dorling Kindersley Limited, 2013. 224 p. ISBN 978-1465402202.

MEDICINE, A. C. O. S. *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription*. Edtion ed.: Lippincott Williams & Wilkins, 2013. ISBN 1469826666.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
--	----	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

--	--

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

Dostupné přes SIS – Moodle pro výuku 1 - <https://dl1.cuni.cz/course/view.php?id=4175>
 Studijní opory - <https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-498.html>
<https://connect.lf1.cuni.cz/> - FTVS – katedra ZTV a TVL – Kompenzační cvičení

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Kondiční atletika			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	3/ZS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednášky, semináře, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Didaktické výstupy zaměřené na jednotlivé pohybové schopnosti využívané v kondiční atletické přípravě.			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Kaplan Aleš, PhDr. Mgr., MBA, Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	75% výuky			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu	<p>Předmět je povinným předmětem, tedy základním teoretickým předmětem profilujícího základu, pro studenty programu TVS se zaměřením na vzdělávání. Předmět obsahuje problematiku kondiční atletické přípravy se zvláštním zřetelem na jednotlivé pohybové schopnosti s upozorněním na aplikaci vybraných atletických cvičení do jednotlivých sportovních odvětví. Studující zároveň procházejí didaktickými výstupy zaměřenými na jednotlivé pohybové schopnosti využívané v kondiční atletické přípravě a nástině aplikace do jednotlivých sportovních odvětví. Předmět je zakončen zkouškou, která má prověřit základní znalosti o jednotlivých pohybových schopnostech využívaných v atletické kondiční přípravě.</p> <p>Přednášky a semináře:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teoretické základy kondiční přípravy v atletice 2. Trénink rychlosti 3. Trénink speciální síly v atletice 4. Trénink vytrvalosti v atletice 5. Problematika koordinace, obratnosti a stability při využití v kondiční přípravě v atletice 6. Možnosti využití tréninkových prostředků kondiční atletiky pro jiná sportovní odvětví 7. Seminář k tréninku rychlosti, síly a vytrvalosti v atletice <p>Cvičení:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tréninkové prostředky na rozvoj rychlosti 2. Tréninkové prostředky na rozvoj speciální odrazové, odhodové a běžecké síly 3. Tréninkové prostředky na rozvoj vytrvalosti 4. Cvičení na rozvoj koordinace, obratnosti a stability. 5. Využití netradičního náčiní v kondiční atletice. 6. Didaktické výstupy I 7. Didaktické výstupy II 			
Studijní literatura	<p>BOYLE, M. <i>Functional training for sports</i>. Edtion ed.: Human Kinetics Publishers, 2004. ISBN 073604681X.</p>			

DUFFOUR, M. *Pohybové schopnosti v tréninku. Rychlost*. Edice Českého olympijského výboru. Přel. J. Dovalil (kap. 7, 8), P. Basařová (kap. 9, 10), A. Kaplan (kap. 4, 6), A. Mottlová (kap. 2, 3), M. Šilhavý (kap. 1, 5). Z francouzského originálu *L'athlète et le guépard. Les qualités physiques: La vitesse*. Ed. Volodalen 2009. Praha: Mladá fronta a.s., 1. vyd. 2015. 192 s. ISBN 978-80-204-3461-6.

HAFF, G. G. AND N. T. TRIPLETT *Essentials of strength training and conditioning 4th edition*. Edition ed.: Human kinetics, 2015. ISBN 149250162X.

JEBAVÝ, R., HOJKA, V., KAPLAN, A. *Rozcvičení ve sportu*. Edition ed. Praha: Grada, 2014.

RADIM, J., H. VLADIMÍR AND K. ALEŠ *Kondiční trénink ve sportovních hrách: na příkladu fotbalu, ledního hokeje a basketbalu*. Edition ed.: Grada Publishing as, 2017. ISBN 8024740729.

KAPLAN, A. Rychlost u jednotlivých hráčských funkcí v ženském basketbale (na příkladu reprezentačního týmu basketbalistek ČR). In. Pupiš, M., Pupišová, Z. (Eds) *Kondičný trénink v roku 2017. Recenzovaný vedecký zborník z medzinárodnej vedeckej konferencie*. Banská Bystrica: katedra telesnej výchovy a športu FF UMB, 2017, s. 13 – 21. ISBN 978-80-8141-165-6.

KAPLAN, A., ZAPALAČOVÁ, D. Pohled na rozcvičení před sportovním výkonem ve sprintu (literární rešerše). In. Čierna, D. (Ed.) *Aletika 2016. Zborník z medzinárodnej vedeckej konferencie*. Bratislava: katedra atletiky FTVŠ UK, 2016, s. 40– 44. ISBN 978-80-89257-72-0.

KORBEL, V. aj. *Kondiční příprava*. Video-VHS. Praha: CASRI-ČAS-FTVS UK, 2002. 70 min

MILLEROVÁ, V., E. DOSTÁL, J. ŠIMON AND J. VINDUŠKOVÁ *Základy atletického tréninku*. Praha, UK Karolinum, 1994.

VINDUŠKOVÁ, J. *Abeceda atletického trenéra*. Grada, Praha, 2003.

Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		
Studenti získají aktualizované materiály v anglickém jazyce ze školení garantovaných IAAF v rámci Coaches Education Certificate System https://coaches-eye.com/ - interaktivní výuková aplikace Technika běhu - https://dl1.cuni.cz/pluginfile.php/394853/mod_resource/content/1/K1%C3%AD%C4%8Dov%C3%A9%20body%20a%20f%C3%A1ze%20b%C4%9B%C5%BEck%C3%A9ho%20kroku.pdf https://connect.lf1.cuni.cz/ - FTVS – katedra atletiky – kinogramy – abeceda http://media.ftvs.cuni.cz/ - vyhledat přes běžecská, vrhačská, skokanská abeceda		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Kondiční gymnastika			
Typ předmětu	povinný základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	3/ZS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	přednáška, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta <i>(nepovinný údaj)</i>	Požadavky k zápočtu a ke zkoušce: - aktivní účast na výuce – 100% - studium literatury - semestrální práce – vypracování kondičního pohybového programu s gymnastickým obsahem účelově zaměřeným na stimulaci vybrané pohybové schopnosti a její obhajoba - didaktický výstup – vedení části lekce dle písemné přípravy - ústní zkouška – z teorie a didaktiky gymnastiky zaměřené na tvorbu, realizaci, hodnocení vyhodnocení intervenčního pohybového programu			
Garant předmětu <i>(ev. vyučující zodpovědný za předmět)</i>	Chrudimský Jan, Mgr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100 % přednášek, 50 % cvičení			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Koncepce předmětu Kondiční gymnastika vychází z předpokladu, že ve třetím ročníku již studenti mají obecný vhled do problematiky tělesné zátěže a fyziologických reakcí organismu na ni. Tato oblast je rozšířena, respektive vyprofilována směrem k účinkům kondičních cvičení gymnastického charakteru. Praktické aplikace jsou zaměřeny na získání zkušeností s organizací a řízením lekcí kondiční gymnastiky a seznámení se s pohybovým obsahem. Cílem předmětu je vytvořit teoretické i praktické předpoklady k tvorbě pohybových intervenčních programů zaměřených na využití gymnastiky v procesu rozvoje tělesné zdatnosti, porozumět zákonitostem stimulace pohybových schopností a osvojit se didaktické aspekty jejich realizace.</p> <p>Přednášky a praktická cvičení:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pohybové schopnosti – dělení – stimulace – metody ovlivňování 2. Rozcvičení – teorie a praxe, organizační formy a jejich aplikace vzhledem ke specifickým podmínkám 3. Motoricko-funkční příprava – cíl, prostředky, aplikace a modifikace 4. Kondiční cvičení bez náčiní I. 5. Kondiční cvičení bez náčiní II. 6. Kondiční cvičení s náčiním I. 7. Kondiční cvičení s náčiním II. 8. Kondiční cvičení na náradí I. 9. Kondiční cvičení na náradí II. 10. Pohybové programy – zásady tvorby a jejich realizace 				

11. – 14. Praktické ukázky intervenčních pohybových programů – didaktické výstupy

Studijní literatura	
<p>Povinná: CHRUDIMSKÝ, J., I. ŠIMŮNKOVÁ AND V. NOVOTNÁ. <i>Gymnastická terminologie</i> [online]. [Praha]: UK FTVS, 2013. KRIŠTOFIČ, J. <i>Gymnastická příprava sportovce</i>. Edtion ed. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-1006-4. KRIŠTOFIČ, J. <i>Gymnastické posilování: motoricko-funkční příprava</i>. Edtion ed.: Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2014. ISBN 8087647157. PETR, M. AND P. ŠŤASTNÝ <i>Funkční silový trénink</i>. Edtion ed.: Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2012. ISBN 8086317935. TLAPÁK, P. <i>Posilování kloubní kondice: centračně-stabilizační cvičení</i>. Edtion ed.: ARSCI, 2014. ISBN 807420037X. ZÍTKO, M. <i>Kompenzační cvičení</i>. Edtion ed. Praha: NS Svoboda, 1998. ISBN 80-205-0529-6.</p> <p>Doporučená: KOLEKTIV autorů. <i>Základní gymnastika</i>. http://www.ftvs.cuni.cz/informacni-sluby/elektronicke-publikace-a-studijni-opory/423-gymnastika.html KRIŠTOFIČ, J. <i>Pohybová příprava dětí</i>. Edtion ed.: Grada Publishing as, 2006. ISBN 8024716364. NELSON, A. G. <i>Strečink-na anatomických základech</i>. Edtion ed.: Grada Publishing as, 2009. ISBN 8024727846. SKOPOVÁ, M. AND M. ZÍTKO <i>Basic Gymnastics</i>. Edtion ed. Praha: Karolinum, 2010. 180 p. ISBN 978-80-246-1779-4. SKOPOVÁ, M., M. ZÍTKO AND J. ČERNÁ <i>Základní gymnastika</i>. Edtion ed.: Karolinum, 2013. ISBN 8024621940. TLAPÁK, P. <i>Tvarování těla</i>. Edtion ed. Praha: ARSCI, 1999. ISBN 80-86078-41-8.</p>	
Informace ke kombinované nebo distanční formě	
Rozsah konzultací (soustředění)	12
	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím	
<ul style="list-style-type: none"> - individuální konzultace - poskytovanou zpětnou vazbou k vypracovaným seminárním pracím - prostřednictvím e-mailu či jinou elektronickou formou komunikace 	
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek	
KOLEKTIV autorů. <i>Základní gymnastika</i> . http://www.ftvs.cuni.cz/informacni-sluby/elektronicke-publikace-a-studijni-opory/423-gymnastika.html CHRUDIMSKÝ, J., I. ŠIMŮNKOVÁ AND V. NOVOTNÁ. <i>Gymnastická terminologie</i> [online]. [Praha]: UK FTVS, 2013. https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-149.html	

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Kondiční příprava ve SH			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	3/LS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednášky, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	seminární práce – příprava tréninkového plánu			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Malý Tomáš, PaedDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	50% výuky			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Cílem předmětu je získat nejnovější teoretické poznatky a praktické zkušenosti z oblasti kondiční přípravy hráče ve sportovních hrách. Důraz je kladen na pochopení a propojení (transfer) elementů kondičního tréninku do systému sportovního tréninku s cílem optimalizace herního výkonu jednotlivce i družstva.</p> <p>Obsah výuky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kondiční příprava ve sportovních hrách jako samostatná složka sportovního tréninku: cíle, obsah, úkoly kondiční přípravy. Význam, role a působení kondičního trenéra ve sportovních hrách. 2. Systém kondičního tréninku: prostředky, metody, organizační formy v kondiční přípravě. Charakteristika zatížení, zásady stavby, řízení a principy v kondiční přípravě ve sportovních hrách. Zatížení a adaptace organismu na zatížení v kondičním tréninku, superkompenzace a princip transformace v kondiční přípravě hráčů. 3. Kondiční příprava: rychlost, agility, reaktivita (anaerobní trénink) část I 4. Kondiční příprava: rychlost, agility, reaktivita (anaerobní trénink) část II 5. Kondiční příprava: síla, absolutní, explozivní, vytrvalostní síla (anaerobní trénink + aerobní trénink) část I 6. Kondiční příprava: síla, absolutní, explozivní, vytrvalostní síla (anaerobní trénink + aerobní trénink) část II 7. Kondiční příprava: krátkodobá a střednědobá vytrvalost, intermitentní zatížení, speciální herní vytrvalost (anaerobní trénink) 8. Kondiční příprava: obecná, dlouhodobá vytrvalost (aerobní trénink) 9. Nové trendy v kondiční přípravě hráčů: balanční cvičení, propriorecepce, core-training, vibrační trénink, life-kinetics trénink 10. Význam, zásady, obsah, metody, formy a prostředky k rozcvičení (Warming-up) a zakončení (Cooling-down) tréninkové jednotky. Obecné a speciální rozcvičení. 11. Regenerační trénink. Pedagogické, farmakologické a nefarmakologické možnosti ovlivňování kondičního potenciálu hráče. 12. Diagnostika v kondiční přípravě: význam, zásady, prostředky a systém hodnocení. Laboratorní vs. terénní testy. 13. Výzkum v oblasti kondiční přípravy ve sportovních hrách - zdroje, vědecký problém, metodologie, extrakce a implementace poznatků do sportovní praxe. 14. Využití informačních a komunikačních technologií a elektronických didaktických prostředků při práci s plánováním, realizací, objektivizací a vyhodnocování kondiční přípravy. 				
Studijní literatura				

BANGSBO, J. Fitness training in soccer: a scientific approach. Edtion ed.: Reedswain Inc., 2004. ISBN 1591640628.
 BOMPA, T. AND C. BUZZICHELLI Periodization Training for Sports, 3E. Edtion ed.: Human kinetics, 2015. ISBN 1450469434.
 DINTIMAN, G. B. AND R. D. WARD Sports speed. Edtion ed.: Human Kinetics 1, 2003. ISBN 0736046496.
 DOVALIL, J. AND M. CHOUTKA Výkon a trénink ve sportu. Edtion ed.: Olympia, 2012. ISBN 8073763265.
 ENOKA, R. M. Neuromechanics of human movement. Edtion ed.: Human kinetics, 2008. ISBN 0736066799.
 FAIGENBAUM, A. AND W. WESTCOTT Youth strength training: Programs for health, fitness, and sport. Edtion ed.: Human Kinetics, 2009. ISBN 1450409369.
 HAFF, G. G. AND N. T. TRIPLETT Essentials of Strength Training and Conditioning 4th Edition. Edtion ed.: Human Kinetics Publishers, 2015. ISBN 9781492501626.
 HANSEN, D. AND S. KENNELLY. Plyometric Anatomy (1st Edition) [online]. [Champaign, IL]: Human Kinetics, 2017.
 MORAVEC, R. Teória a didaktika športu. Edtion ed. Bratislava: Fakulta telesnej výchovy a športu Univerzity Komenského v Bratislave, 2004. ISBN 80-89075-22-3.
 PERIČ, T. Sportovní příprava dětí. Edtion ed. Praha: Grada, 2004. ISBN 80-247-0683-0.
 PSOTTA, R. Fotbal-kondiční trénink. Edtion ed. Praha: Grada Publishing as, 2006. ISBN 8024708213.
 STONE, M. H., M. STONE AND W. A. SANDS Principles and practice of resistance training. Edtion ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2007. ISBN 0880117060.
 MALÝ, T. AND DOVALIL, J. Doplnkový odpor v tréninku rychlostních schopností. Edtion ed. Praha: Mladá Fronta, 2016.

Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Masážní postupy ve sportu			
Typ předmětu	volitelný předmět	doporučený ročník / semestr	2/ZS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	Přednášky, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Blanka Hošková, doc. PhDr., CSc.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	25 %			
Vyučující	Dařová Klára, PhDr., Ph.D.			
Stručná anotace předmětu				
<p>Cílem předmětu je seznámit s principy a aplikací Sportovní masáže jako jednoho z regeneračních prostředků ve výkonnostním i rekreačním sportu. Znalost a aplikace masážních technik a postupů ve všech druzích sportovní masáže pomáhá účinně regenerovat organismus.</p> <p>Obsah výuky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Masáž jako jeden z regeneračních prostředků ve výkonnostním i rekreačním sportu. 2. Znalost masážních technik a postupů ve všech druzích sportovní masáže pomůže účinně regenerovat organismus. 3. Historie masáže. Účinky masáže. 4. Druhy sportovní masáže 5. Hygienické požadavky při masáži v klinických podmínkách a v terénu. 6. Masážní prostředky a pomůcky. 7. Indikace a kontraindikace masáže. 8. Masážní hmaty: přehled, způsob jejich provádění. 9. Modifikace masérských technik 10. Masáž zad a šíje. 11. Masáž hrudníku a břicha. 12. Masáž dolní končetiny zezadu. 13. Masáž dolní končetiny zepředu. 14. Masáž horní končetiny. 15. Automasáž. 				
Studijní literatura				
<p>Povinná HOŠKOVÁ, B., S. MAJOROVÁ AND P. NOVÁKOVÁ <i>Masáž a regenerace ve sportu</i>. Edtion ed.: Charles University in Prague, Karolinum Press, 2015. ISBN 8024630990.</p> <p>Doporučená HOŠKOVÁ, B. <i>Masáž ve sportu</i>. Edtion ed. Praha: Olympia, 2000. ISBN 80-7033-093-7.</p>				

Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	8	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek	https://connect.lf1.cuni.cz/ - FTVS – katedra ZTV a TVL - Charakteristika a význam masáže ve sportu https://dl1.cuni.cz/course/view.php?id=3789 – studijní materiály, přednášky a texty	

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Metodologie bakalářské práce			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/ZS	
Rozsah studijního předmětu	2/0	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	Přednášky	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Komarc Martin, Mgr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Cílem je studentům představit základy metodologie výzkumu, které studentům umožní provádět potřebné procedury při tvorbě bakalářské práce. V rámci metodologie bakalářské práce budou vymezeny rozdíly mezi kvalitativním a kvantitativním výzkumem, rozebrány dva základní druhy prací (teoretická a teoreticko-empirická) a popsány dvě základní vědecko-výzkumné metody (pozorování a experiment). Představeno bude také využívání informačních zdrojů s důrazem na vyhledávání odborných vědeckých pramenů. Studenti budou seznámeni se strukturou bakalářské práce a se základy popisné a induktivní statistiky.</p> <p>Témata přednášek: 1.-2. Věda - definice, charakteristiky, vlastnosti, cíle, postupy 3.-4. Funkce vědecké teorie, kvalitativní a kvantitativní pohled, vědecký problém 5.-6. Teoretická a teoreticko-empirická práce, rozdíly ve struktuře mezi oběma typy prací 7.-8. Pozorování, experiment 9.-10. Vyhledávání bibliografických informací 11.-12. Základní metody pro získávání dat 13.-14. Základní metody analýzy dat a jejich interpretace a zásady tvorby bakalářské práce</p>				
Studijní literatura				
<p>FERJENČÍK, J. <i>Základy metodologie psychologického výzkumu</i>. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-367-6. HENDL, J. <i>Přehled statistických metod zpracování dat</i>. Praha: Portál 2004. ISBN 80-7178-820-1 KOVÁŘ, R., BLAHUŠ, P. <i>Vybrané statistické metody v antropomotorice</i>. Praha: UK, 1975 BLAHUŠ, P., ČELIKOVSKÝ, S. <i>Vybrané stati s metodologie vědy</i>. Praha: SPN, 1986. HENDL, J. <i>Úvod do kvalitativního výzkumu</i>. Praha: Karolinum 1997. ISBN80-246-0030-7 KERLINGER, F.N., LEE, H. B. <i>Foundations of Behavioral Research</i>. San Diego: Harcourt College Publishers, 2000. 890 s. ISBN 9780155078970. TROCHIM, W., DONNELLY, J. <i>The Research Methods Knowledge Base</i>. Cincinnati: Atomic Dog Publishing, 2006. 361s. ISBN-13:978-1592602919</p>				
Informace ke kombinované nebo distanční formě				
Rozsah konzultací (soustředění)	8			hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím				

Mailem na komarc@volny.cz, nebo v konzultačních hodinách

**Vzory studijních distančních textů a
multimediálních pomůcek**

Informace k předmětu a závěrečné práci - <https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-161.html>

B-III – Charakteristika studijního předmětu				
Název studijního předmětu	Modelový kondiční trénink			
Typ předmětu	povinný předmět předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	3/LS	
Rozsah studijního předmětu	0/2	hod.	28	kreditů 3
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	Cvičení, praxe	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Didaktický výstup s písemnou přípravou zjišťující kompetenci studenta vést modelový kondiční trénink s předem zadaným tématem.			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Kaplan Aleš, PhDr. Mgr., MBA, Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	60% výuky			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Předmět je povinným předmětem a je určen pro studenty programu TVS se zaměřením na vzdělávání. Předmět má za úkol na základě předem určeného zadání tématu zjistit kompetenci studenta vést modelový kondiční trénink pro různá sportovní odvětví a v různých podmínkách sportovní přípravy. Studenti tak při tvorbě modelových kondičních tréninků prezentují své teoretické znalosti a zároveň i praktickou kompetenci se profilovat jako kondiční trenér. Zápočtovým požadavkem je didaktický výstup, který společně s písemnou přípravou prokazuje kompetenci studenta vést tréninkovou jednotku s kondičním zaměřením v různých sportovních odvětvích.</p> <p>Cvičení: 1. - 14. Teoretické základy kondiční přípravy. Strategie tvorby modelových kondičních tréninků. Didaktické výstupy prokávající kompetenci studenta vést tréninkovou jednotku s kondičním zaměřením v různých sportovních odvětvích.</p>				
Studijní literatura				
<p>BOMPA, T.O., HAFF, G.G. <i>Periodization. Theory and Methodology of Training</i>. 5th Ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2009. ISBN 978-0-7360-7483-4.</p> <p>DUFFOUR, M. <i>Pohybové schopnosti v tréninku. Rychlost</i>. Edice Českého olympijského výboru. Přel. J. Dovalil (kap. 7, 8), P. Basařová (kap. 9, 10), A. Kaplan (kap. 4, 6), A. Mottlová (kap. 2, 3), M. Šilhavý (kap. 1, 5). Z francouzského originálu <i>L'athlète et le guépard. Les qualités physiques: La vitesse</i>. Ed. Volodalen 2009. Praha: Mladá fronta a.s., 1. vyd. 2015. 192 s. ISBN 978-80-204-3461-6.</p> <p>JEBAVÝ, R., HOJKA, V., KAPLAN, A. <i>Rozcvičení ve sportu</i>. Edtion ed. Praha: Grada, 2014.</p> <p>JEBAVÝ, R., HOJKA, V., KAPLAN, A. <i>Kondiční trénink ve sportovních hrách na příkladu fotbalu, ledního hokeje a basketbalu</i>. Praha: Grada, 2017.</p> <p>KAPLAN, A. Rychlost u jednotlivých hráčských funkcí v ženském basketbale (na příkladu reprezentačního týmu basketbalistek ČR). In. Pupiš, M., Pupišová, Z. (Eds) <i>Kondiční trénink v roce 2017. Recenzovaný vědecký zborník z mezinárodní vědecké konference</i>. Banská Bystrica: katedra telesnej výchovy a športu FF UMB, 2017, s. 13 – 21. ISBN 978-80-8141-165-6.</p> <p>KAPLAN, A., PROCHÁZKOVÁ, J. Využití funkčního tréninku v kondiční přípravě elitních florbalistek. In. Pupiš, M., Pupišová, Z. (Eds) <i>Kondiční trénink v roce 2017. Recenzovaný vědecký zborník z mezinárodní vědecké konference</i>. Banská Bystrica: katedra telesnej výchovy a športu FF UMB, 2017, s. 69 – 77. ISBN 978-80-8141-165-6</p>				

Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	8	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	NSCA Fitness			
Typ předmětu	volitelný předmět		doporučený ročník / semestr	3/LS
Rozsah studijního předmětu	3/2	hod.	70	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednášky, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Quizzes (2), periodization project (1), final exam (1), and practical assessment (1) Recommended English level B2-C1			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Tufano James Joseph, Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	60%			
Vyučující	Šťastný Petr, PhDr., Ph.D.			
Stručná anotace předmětu				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Introduction, Structure and Function of Body Systems 2. Biomechanics of Resistance Exercise 3. Bioenergetics of Exercise and Training 4. Endocrine Responses to Resistance Exercise 5. Adaptations to Anaerobic Training Programs 6. Warm-up and Flexibility Training 7. LAB 5: Warm-up and Flexibility 8. LAB 1: Anaerobic Capacity Testing 9. Adaptations to Aerobic Endurance Programs 10. LAB 2: Aerobic Capacity Testing 11. Age- and Sex-related Differences and Resistance Training 12. Psychology of Athletic Preparation and Performance 13. Basic Nutrition 14. Nutrition for Maximizing Performance 15. Performance Enhancing Substances 16. LAB 3: Anthropometry and Body Composition 17. Principles of Test Selection and Administration 18. LAB 4: Exercise Testing for Athletes 19. Administration, Scoring, and Interpretation of Tests 20. Exercise Techniques for Free Weights and Machines I 21. Exercise Techniques for Free Weights and Machines II 22. LAB 6: Exercise Techniques and Spotting 23. Alternative and Non-traditional Training 24. Program Design for Resistance Training 25. Program Design for Plyometrics 26. LAB 7: Strength and Power Testing 27. LAB 8: Plyometric Exercise Techniques 28. Program Design for Speed, Agility, and Quickness 29. LAB 9: Speed, Agility, and Quickness 30. Program Design for Aerobic Endurance Training 				

- 31. LAB 10: Muscular Endurance Testing
- 32. Rehabilitation and Reconditioning
- 33. Facility Design, Organization
- 34. Legal Issues
- 35. LAB 11: Facility Layout Design

Studijní literatura		
HAFF, G. G. AND N. T. TRIPLETT <i>Essentials of strength training and conditioning 4th edition</i> . Edition ed.: Human kinetics, 2015. ISBN 149250162X.		
Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	20	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		

B-III – Charakteristika studijního předmětu				
Název studijního předmětu	Odborná praxe I			
Typ předmětu	povinný		doporučený ročník / semestr	3/ZS
Rozsah studijního předmětu	0/2	hod.	28	kreditů 3
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	seminář, praxe	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta	V oblasti sledování sportovního tréninku studenti postupují od vytvoření projektu a jeho obhajoby, přes sběr dat a jejich vyhodnocení, až po zpracování závěrů z řady pozorování a jejich obhajobu na semináři. Další úkoly čekají studenty v oblasti sledování a posuzování kvality tělovýchovných služeb.			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	PhDr. Libor Flemr, Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	25% výuky – hospitačních náslechlů a vedení průběžných seminářů.			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu	<p>První odborná praxe v tělovýchově je věnována hospitačím. Tato praxe představuje kombinaci opakovaných kolektivních návštěv tělovýchovných a sportovních zařízení s následnými rozbory hospitovaných tréninkových jednotek v rámci seminářů, věnovaných prezentaci výsledků pozorování a posuzování nejrůznějších stránek sledovaných procesů, a to především z pohledu toho, kdo proces řídí, nikoliv z pohledu toho, kdo je řízen. Jde zde o podporu postupného přechodu myšlení našich posluchačů z pozice žáka, sportovce, cvičence, studenta, - tj. jedince, který je v tréninkovém procesu řízen, do pozice učitele, cvičitele, trenéra, instruktora, tj. jedince, který tréninkový proces řídí.</p> <p>Oblast spolkové tělovýchovy a "netradičních" institucí - student si při návštěvě těchto zařízení vytvoří dostatek podkladů pro následnou diskusi v semináři (ekonomické podmínky fungování spolku či instituce - materiální, finanční, prostorové, personální, náplň a zaměření činnosti, zájem veřejnosti o zapojení do činností apod.).</p> <p>Cílem odborné praxe v tělovýchově I („hospitační“ praxe) je seznámit studenty s různými formami tělovýchovného procesu na úrovni výkonnostního či vrcholového sportu, spolkové tělovýchovy a tělovýchovných služeb (fitcentra, soukromé sportovní školy či akademie apod.).</p>			
Studijní literatura	<p>TILINGER, P. <i>Odborné a pedagogické praxe ve sportu a tělesné výchově</i>. Edition ed.: Karolinum Press, 2014. ISBN 8024627957.</p> <p>BOMPA, T. AND M. CARRERA <i>Periodization training for sports: Science-based strength and conditioning plans for 17 sports</i>. Champaign, IL: Human Kinetics, 2005, 141.</p> <p>DOVALIL, J. AND M. CHOUTKA <i>Výkon a trénink ve sportu</i>. Edition ed.: Olympia, 2012. ISBN 8073763265.</p> <p>FLEMR L., NUMERATO D. <i>The Czech Republic</i>. In Ian O., Trish B., <i>Sport governance : international case studies</i>. New York: Routledge, 2013, s. 229-242. ISBN 978-0-415-82044-8.</p> <p>FLEMR, L. <i>Prostorové podmínky pro podporu aktivního životního stylu současné populace</i>. . Edition ed. Praha: Karolinum, 2009. ISBN 978-80-246-1765-7.</p>			
Informace ke kombinované nebo distanční formě				
Rozsah konzultací (soustředění)				hodin

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím	
V kombinované formě studia probíhá kontakt obdobně jako v prezenční formě studia – osobní či elektronickou formou. Po absolvování praxe rozbor seminární práce studenta.	
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek	
Informace a formuláře k praxím - https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-644.html	
Doplňující údaje u předmětu obsahujícího odbornou praxi	
Přehled pracovišť, na kterých má být praxe uskutečňována	Smluvně zajištěno
Praxe probíhají v „terénu“, zpravidla ve sportovních klubech a organizacích, takže např. AC Sparta Praha (fotbal); PVK Olymp Praha (volejbal); HC Dukla Praha (házená); TJ Bohemians Praha (plavání); Jedličkův ústav (sport s handicapem); BBC Fitness (kondiční programy). Seznam pracovišť, kde může být praxe vykonávána je téměř neomezený a neustále se vyvíjí. Vždy je dbáno na to, aby trenér/zaměstnanec splňoval buď nejvyšší trenérskou licenci nebo vysokoškolské vzdělání v pedagogickém či sportovním zaměření.	NE
Zajištění odborné praxe v cizím jazyce (u studijních programů uskutečňovaných v cizím jazyce)	
Seznam potenciálních organizací je shodný s českými studenty. Podmínkou pro přidělení praxe do sportovního klubu, je aby zodpovědná osoba z nasmlouvaného subjektu byla schopna vést praxi v anglickém jazyce.	

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Odborná praxe II			
Typ předmětu	povinný	doporučený ročník / semestr	3/LS	
Rozsah studijního předmětu	0/6	hod.	84	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	Praxe, konzultace	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Student provádí vstupní a výstupní diagnostiku. Student eviduje veškeré intervence prováděné s vybranou skupinou populace / tréninkovou skupinou.			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Garant specializace			
Zapojení garanta do výuky předmětu				
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Studenti působí jako praktikující trenéři/kondiční trenéři (vedení tréninku či intervenčního pohybového programu) v různých tělovýchovných zařízeních, kterými jsou: tělovýchovné jednoty (sportovní kluby), občanská sdružení (Sokol, Orel apod.) či fitcentra (tělovýchovné služby). Cílem předmětu je vlastní aplikace pohybového programu v souladu s tématem a problematikou bakalářské práce a projevení schopnosti jej kriticky zhodnotit.</p> <p>Obsah výuky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Úvodní seminář před nástupem studentů na praxi (konzultace s garantem praxe a supervizorem) 2-3. Vstupní měření – diagnostika výchozí úrovně pohybových schopností 4-44. Pedagogické působení – příprava, evidence tréninkového zatížení, průběžné hodnocení, průběžné konzultace se supervizorem (cca 40h přímého pedagogického působení) . Výstupní měření – diagnostika úrovně pohybových schopností 47-48. Konzultace se supervizorem – zhodnocení tréninkového působení a jeho účinku 				
Studijní literatura				
<p>TILINGER, Pavel. <i>Průvodce pedagogickými praxemi v tělesné výchově a sportu</i>. Praha: Karolinum, 2006. Učební texty Univerzity Karlovy v Praze. ISBN 80-246-1241-0.</p> <p>TILINGER, P. <i>Odborné a pedagogické praxe ve sportu a tělesné výchově</i>. Edition ed.: Karolinum Press, 2014. ISBN 8024627957.</p> <p>BOMPA, T. AND M. CARRERA Periodization training for sports: Science-based strength and conditioning plans for 17 sports. Champaign, IL: Human Kinetics, 2005, 141.</p> <p>Další dle doporučení supervizora</p>				
Informace ke kombinované nebo distanční formě				
Rozsah konzultací (soustředění)	40			hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím				

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek	
Obecní informace a formuláře k praxím - https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-644.html	
Doplňující údaje u předmětu obsahujícího odbornou praxi	
Přehled pracovišť, na kterých má být praxe uskutečňována	Smluvně zajištěno
Praxe probíhají v „terénu“, zpravidla ve sportovních klubech a organizacích, takže např. AC Sparta Praha (fotbal); PVK Olymp Praha (volejbal); HC Dukla Praha (házená); TJ Bohemians Praha (plavání); Jedličkův ústav (sport s handicapem); BBC Fitness (kondiční programy). Seznam pracovišť, kde může být praxe vykonávána je téměř neomezený a neustále se vyvíjí. Vždy je dbáno na to, aby trenér/zaměstnanec splňoval buď nejvyšší trenérskou licenci nebo vysokoškolské vzdělání v pedagogickém či sportovním zaměření.	NE
Zajištění odborné praxe v cizím jazyce (u studijních programů uskutečňovaných v cizím jazyce)	
Seznam potenciálních organizací je shodný s českými studenty. Podmínkou pro přidělení praxe do sportovního klubu, je aby zodpovědná osoba z nasmlouvaného subjektu byla schopna vést praxi v anglickém jazyce.	

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Organizace TV a sportu v ČR			
Typ předmětu	povinný předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	3/ZS	
Rozsah studijního předmětu	2/0	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednáška	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Doktor Martin, PhDr.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%			

Stručná anotace předmětu

- Přednášky:
1. Základní pojmy, historie organizace sportovního prostředí v ČR, současná organizační struktura českého sportovního prostředí, ČOV jako nejvyšší sportovní autorita v ČR
 2. Sport a média
 3. Česká unie sportu (ČUS), poslání, organizační struktura, sportovní svazy (národní soutěže - MR ČR, ME, MSJ, MS), TJ a sportovní kluby.
 4. Český olympijský výbor, organizační struktura, poslání, vazba k MOV.
 5. Organizační struktura a postavení občanských sportovních sdružení - SOKOL, ČASPV, OREL, SSS ČR... ČAUS, historie, poslání, vazba k EUSA a FISU.
 6. Olympijský marketing a ochrana olympijské symboliky; Sportovní programy ČOV
 7. Sport a EU
 8. Právní rámec sportovních organizací v ČR, nový občanský zákoník/sport, sportovní svaz
 9. Organizace zdravotního zabezpečení českého sportu.
 10. Systém státní sportovní reprezentace, sportovní střediska, sportovní centra mládeže, vrcholová sportovní centra mládeže, rezortní sportovní centra
 11. Sport zdravotně postižených občanů, Český paralympijský výbor
 12. Péče státu o sport – státní správa, zastupitelská sféra, MŠMT – programové financování sportu.
 13. Koncepce českého sportu, zákon o podpoře sportu, zdroje financování.
 14. Závěrečná přednáška, tematické okruhy organizace TV a sportu v ČR

Studijní literatura

Doporučená:
 JACKSON, R. a kol. *Sport Administration Manual*. Calgary. International Olympic committee, 2014. ISBN 978-0-9687146-5-2.
www.olympic.cz
www.msmt.cz
www.cuscz.cz
www.paralympic.cz
 Zákon č. 115/2001 Sb., o podpoře sportu
 Nový občanský zákoník (NOZ) č. 89/2012 Sb.
 Podklad pro veřejnou rozpravu k návrhu Zákona o podpoře sportu, ČOV, MŠMT, Praha 2014
 Koncepce podpory sportu v ČR na roky 2015 – 2020, MŠMT, Praha 2016

KUDLÁČEK, M. (2012). Paralympijské sporty a další vybrané sporty osob s tělesným postižením. In. Z. Janečka (Ed.). Vybrané kapitoly ze sportu osob se zdravotním postižením (pp. 7–15). Olomouc: Univerzita Palackého.
 Evropská charta sportu. MŠMT, Praha 1992
 Bílá kniha o sportu. MŠMT, Praha 2007
 Sport a EU. MŠMT, Praha 2004
 Světový antidopingový kodex; Mezinárodní standard pro testování a vyšetřování, mezinárodní standard pro terapeutické výjimky, ADV ČR Praha 2015

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	8	hodin
--	---	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím	
--	--

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek	
---	--

Odkazy jsou uvedeny v sekci Studijní literatura

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Pedagogika, Pedagogika sportu			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	1/ZS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	42	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Prezenční a kombinované	
Forma způsobu ověření studijních výsledků	Seminární práce			
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Jansa Petr, doc.; PhDr.; CSc.,			
Zapojení garanta do výuky předmětu	přednášky			
Vyučující	Kotlík Kamil, PhDr.; Ph.D.; Flemr Libor, PhDr.; Ph.D.			
Stručná anotace předmětu				
<p>Předmět tvoří univerzitní základ teorie a praxe edukačního procesu v přípravě učitelů tělesné výchovy, trenérů jednotlivých sportů, pracovníků fyzioterapie, učitelů pro mládež vyžadující zvláštní péči aj. profesí.</p> <p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Význam pedagogiky v kontextu současného společenského vývoje 2. Historické kořeny vzniku pedagogiky 3. Faktory vývoje a ontogeneze člověka 4. Základy pedagogiky sportu 5. Osobnost sportovce a trenéra 6. Motorické učení 7. Výzkumné metody v pedagogice sportu <p>Semináře:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Přehled metod pedagogické diagnostiky 2. Analýza interakce učitele a žáků v tělesné výchově 3. Aplikace posuzovacích škál v tělesné výchově a sportu 4. Zjišťování vnitřní motivace u sportovců 5. Postoje dětí a mládeže k tělesné výchově a sportu 6. Emoční reakce dětí ve školní tělesné výchově 7. Využití sémantického diferenciálu v kinantropologii 				
Studijní literatura				
<p>JANSA, P., JŮVA, V., KOCOUREK, J. SVOZIL, Z. & K. KOVÁŘ <i>Pedagogika sportu</i>. Edtion ed. Praha: Karolinum, 2014.</p> <p>JANSA, P., KOTLÍK, K & NĚMEC, J. <i>Komparace názorů a postojů české veřejnosti k životosprávě, pohybovým aktivitám</i>. Edtion ed. Praha: Karolinum, 2014.</p> <p>JANSA, P. <i>Sportovní příprava</i>. Edtion ed. Praha: Q Art, 2009.</p>				

ŠTVERÁK, V., ČADSKÁ, M. *Stručný průvodce dějinami pedagogiky*. Edition ed. Praha: Karolinum, 2007.
 ARMOUR, K. *Sport pedagogy: An introduction for teaching and coaching*. Edition ed.: Routledge, 2013. ISBN 1317902874.
 TINNING, R. *Pedagogy and human movement: Theory, practice, research*. Edition ed.: Routledge, 2009. ISBN 1134088876.

Informace ke kombinované nebo distanční formě: 6 hod. konzultací

Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
--	----	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Konzultace

**Vzory studijních distančních textů a
multimediálních pomůcek**

Přednášky a texty v anglickém jazyce dostupné přes SIS - Moodle pro výuku 1-
<https://dl1.cuni.cz/course/view.php?id=4419>

B-III – Charakteristika studijního předmětu					
Název studijního předmětu	Plavecké základy				
Typ předmětu	povinný předmět			doporučený ročník / semestr	1/ZS
Rozsah studijního předmětu	0/2	hod	28	kreditů	3
Dvousemestrální předmět	Ne				
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence					
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	prezenční		
Forma způsobu ověření studijních výsledků					
Další požadavky na studenta (<i>nepovinný údaj</i>)	Aktivní účast na přímé výuce z 85%. Praktické zápočty. 50 m prsa 25 m motýlek 25 m dolní končetiny znak 25 m pod hladinou 200 m K v limitu: muži 3:30 min., ženy 4:00 min. Vědomostní test.				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Jurák Daniel, Mgr.				
Zapojení garanta do výuky předmětu	50%				
Vyučující					
Stručná anotace předmětu	<p>Předmět se zaměřuje na zvládnutí a zdokonalení plaveckých způsobů a zdokonalování individuálního provedení techniky jednotlivých plaveckých způsobů, startů a obrátek. Dále se zaměřuje na základy vodního záchranářství.</p> <p>Cvičení:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Základní plavecké dovednosti. 2. Polohování na prsou a na zádech, odrazy do splývání. 3. Technika kraul, pohyb dolních končetin. 4. Technika kraul, pohyb horních končetin a dýchání. 5. Technika kraul, celková koordinace. 6. Kraulový start a obrátky. 7. Technika znak, pohyb dolních končetin. 8. Technika znak, pohyb horních končetin. 9. Technika znak, celková koordinace. 10. Znakový start a obrátky. 11. Technika prsa, pohyb dolních končetin. 12. Technika prsa, pohyb horních končetin a dýchání. 13. Technika prsa, celková koordinace 14. Prsašský start a obrátky 15. Technika motýlek, pohyb dolních končetin. 				

16. Technika motýlek, pohyb horních končetin a dýchání.
17. Technika motýlek, celková koordinace.
18. Motýlkový start a obrátky.
19. Rozvoj techniky a kondice (kraul).
20. Rozvoj techniky a kondice (kraul).
21. Rozvoj techniky a kondice (kraul).
22. Rozvoj techniky a kondice (znak).
23. Rozvoj techniky a kondice (znak).
24. Základní plavecké dovednosti pro záchranu tonoucího.
25. Technika plavání pod hladinou.
26. Technika zanořování a šlapání vody.
27. Způsoby tažení.
28. Zápočty

Studijní literatura

- ČECHOVSKÁ, I., D. JURÁK AND J. POKORNÁ *Plavání: pohybový trénink ve vodě*. Edition ed.: Karolinum, 2012. ISBN 8024619482.
- HOFER, Z. A. K. *Technika plaveckých způsobů*. Edition ed. Praha: Karolinum, 2011. 100 p.
- ČECHOVSKÁ, I., NOVOTNÁ V., MILEROVÁ, H. *Aqua - fitness*. Edition ed. Praha: Grada Publishing, 2003. 129 p. ISBN 80-2470462-5.
- GUZMAN, R. J. *Swimming drills for every stroke*. Edition ed.: Human Kinetics 1, 1998. ISBN 0880117699.
- MAGLISCHO, E. W. *Primer for Swimming Coaches, Volume 1: Physiological Foundations, Volume 2: Biomechanical Foundations Series* 1. vyd. Nova Science Publishers Inc., 2016. ISBN 1634858220, 272 s.
- HOUDOVÁ, V., ČECHOVSKÁ, I. Srdeční frekvence jako indikátor pohybového zatížení ve vodě. *Česká kinantropologie*. Vol 16, No 3 (2012). s. 11-25.
- JÍLKOVÁ, M., ČECHOVSKÁ, I. Nároky na kvalitu plavecké lokomoce pro potřeby zdravotního plavání. In Čechovská, I. (Ed) *Aktualizované poznatky z didaktiky plavání*. Praha : Katedra plaveckých sportů FTVS, UK v Praze, 2013. s. 93-98. ISBN 978-80-87647-02-8.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	10	hodin
--	----	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

- <https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-1320.html>
- <https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-1318.html>
- <https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-1328.html>

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Pohybové hry			
Typ předmětu	povinný předmět	doporučený ročník / semestr	1/LS	
Rozsah studijního předmětu	0/2	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	prezenční	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	docházka, seminární práce			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Tůma Martin, PaedDr., PhD.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Základní pojmy, přístupy k systematice her 2. Didaktika pohybových her 3. Cvičení a hry pro osvojování manipulace s míčem 4. Hry do úvodní části TJ 5. Závodní, soutěžní, štafety 6. Hry pro rozvoj koordinace a rychlosti 7. Hry pro rozvoj síly a vytrvalosti 8. Průpravné hry pro házenou 9. Průpravné hry pro basketbal 10. Průpravné hry pro florbal 11. Průpravné hry pro volejbal, tenis 12. Průpravné hry pro fotbal 13. Průpravné hry pro pálkovací sportovní hry 14. Prezentace a evaluace seminárních prací 				
Studijní literatura				
<p>VELENSKÝ, M. A. K. <i>Průpravné hry</i>. Edtion ed. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 8024609703.</p> <p>TŮMA, M. AND J. TKADLEC <i>Hry s míčem pro děti</i>. Edtion ed. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-3489-7.</p> <p>ARGAJ, G. <i>Pohybové hry. Teória a didaktika</i>. Edtion ed. Bratislava: Univerzita Komenského, 2016.</p> <p>FOSTER, E. R., K. HARTINGER AND K. A. SMITH <i>Fitness fun. 85 games and activities for children</i>. Edtion ed., 1992.</p> <p>HOROWITZ, G. L. <i>International games: building skills through multicultural play</i>. Edtion ed.: Human Kinetics, 2009. ISBN 0736073949.</p>				
Informace ke kombinované nebo distanční formě				
Rozsah konzultací (soustředění)	10			hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím				
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek				

Studijní materiály dostupné zde:

www.telocvikari.sk/tag/pohybove-hry

www.casspv.cz/download/magazine/pjz-012015-priloha-76.pdf

<https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/100263/?lang=en>

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Posilování			
Typ předmětu	povinný předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	3/ZS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednáška, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta <i>(nepovinný údaj)</i>	Zápočet – aktivní účast na výuce, seminární práce, didaktický výstup Zkouška – písemná a praktická část – písemná část obsahuje přípravu intervenčního programu (tréninkový plán) a praktická část její realizaci			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Jebavý Radim, PhDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	50 % teoretických přednášek a 75 % praktických hodin			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Předmět je zaměřen na metodiku posilování různých druhů síly. Studenti získají vědomosti o bezpečnosti při posilování, o rozvečvení před posilovacím tréninkem, o prevenci zdravotních potíží vhodným silovým tréninkem. V praxi se probírají ukázky jednotlivých silových metod. Posilování je cíleně zaměřeno na základní cvičení s volnými váhami používané ve sportech jako atletika a sportovní hry. Jednotlivé lekce probírají stimulaci síly na velké svalové skupiny i trup.</p> <p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Neurofyzilogický základ posilování 2-5. Teorie silového tréninku 6. Varianty core tréninku a síla s využitím balančních pomůcek 7. Didaktika a organizace silového tréninku <p>Cvičení</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Core trénink a síla s využitím balančních pomůcek 2. Posilování paží a pletence ramenního i dolních končetin 3. Komplexní cviky 4. Rozvoj max. síly, hypertrofie a vytrvalostní síly 5. Rozvoj rychlé, reaktivní a explosivní síly 6. Tréninkové plány (didaktické výstupy) I. 7. Tréninkové plány (didaktické výstupy) II. 				
Studijní literatura				
<p>BAGGET, K. <i>Plyometric Ability - React Like A Cat And Explode Like Lightning!</i> Available at: http://www.higher-faster-sports.com/reactiveability.html</p> <p>BEAN, A. <i>The Complete Guide to Strength Training 5th edition</i>. Edition ed.: Bloomsbury Publishing, 2015. ISBN 1472910656.</p> <p>BROWN, L. E. <i>Strength training</i>. Edition ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2007. 359 p. ISBN 978-0-7360-6059-2.</p> <p>CHENG, L., B. JONES AND G. COOK <i>Kettlebells from the Ground up: the Kalos Sthenos</i>. Chatham, VA: Gray Cook and Functional Movement Systems, 2008.</p> <p>DELAVIER, F. <i>Women's strength training anatomy</i>. Edition ed.: Human kinetics, 2003. ISBN 0736048138.</p>				

DELAVER, F. A. G., M. *DELAVER'S CORE TRAINING ANATOMY*. EDTION ED. CHAMPAIGN, ILL: HUMAN KINETICS, 2010. 144 P. ISBN 978-1-4504-1399-2.

DOLEŽAL, M. AND R. JEBAVÝ *PŘIROZENÝ FUNKČNÍ TRÉNINK*. EDTION ED. PRAHA: GRADA, 2013. ISBN 978-80-247-4438-4.

DOVALIL, J. *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia, 2009.

EPLEY, B. *The path to athletic power: the model conditioning program for championship performance*. EDTION ED.: HUMAN KINETICS, 2004. ISBN 0736047018.

GOSS, K. *Modern trends in strength training: championship coaching methods*. Chicago: Charles Poliquin, 2001. 58 p. ISBN 0-9701979-1-8.

JEBAVÝ, R. *Rozvoj silových schopností na nestabilních plochách*. Praha: Karolinum, 2017. ISBN 978-80-246-3665-8.

JEBAVÝ, R., HOJKA, V AND KAPLAN, A. *Kondiční trénink ve sportovních hrách: na příkladu fotbalu, ledního hokeje a basketbalu*. Edtion ed.: Grada Publishing as, 2017. ISBN 8024740729.

JEBAVÝ, R., ZUMR, T. (2014). *Posilování s balančními pomůckami*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5130-6.

JEBAVÝ, R., DOUBRAVSKÝ, P. *Posilování s medicinbaly*. Edtion ed.: Grada Publishing as, 2011. ISBN 8024774224.

JEBAVÝ, Radim, Vladimír HOJKA a Aleš KAPLAN. *Rozcvičení ve sportu*. Praha: Grada, 2014. Fitness, síla, kondice. ISBN 978-80-247-4525-1.

MANOCCHICA, P. *Anatomy of Exercise*. A+C Black Publischer Ltd, 2007. ISBN 139780713687217.

PATTERSON, B *Strength 101: Part II – The Methods of Strength Development*. 2011. Available at: <http://articles.elitefts.com/training-articles/strength-101-part-ii-the-methods-of-strength-development/>

PETR, Miroslav a Petr ŠŤASTNÝ. *Funkční silový trénink*. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2012. ISBN 978-80-86317-93-9.

QUINN, E. (updated 2015) *The Best Core Exercises*. Available at: <http://sportsmedicine.about.com/od/abdominalcorestrength1/a/NewCore.htm>

REMEDIAS, R. *Power training*. Rodale Inc., NY, USA, 2007. ISBN 139781594865848.

ROGGERS, R. *Neuromuscular activation techniques*. S.l.: Sbcoachescollege, 62 p., fot. Scientific American building the elite athlete. (c2007). Guilford, Conn.: Lyons Press, viii, 192 p. ISBN 978-1-59921-116-9.

STOPPANI, J. *Velká kniha posilování*. Edtion ed.: Grada Publishing as, 2008. ISBN 8024722046.

ŠIMON, J. *Atletické vrhy a hody*. Edtion ed. Praha: Olympia, 2004. 234 p. ISBN 80-7033-815-6.

KRAEMER, W. J. AND V. M. ZATSIORSKY. *Science and practice of strength training*. Champaign, IL: Human kinetics, 2006.

Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	První pomoc			
Typ předmětu	povinný předmět předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	1/LS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	prezenční	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Praktická zkouška – zvládnutí modelové situace, resuscitace; Písemná zkouška			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Majorová Simona, MUDr.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	34 %			
Vyučující				

Stručná anotace předmětu

Cílem předmětu je seznámit studenty s teoretickými základy a praktickými dovednostmi laické první pomoci. Výuka je směřována ke schopnosti včas rozeznat závažný stav a samostatně provést život zachraňující úkony. Postupy v situacích bezprostředního ohrožení života i náhlých zdravotních problémů se nacvičují formou modelových situací.

Témata v blocích:

1. První pomoc (PP), význam, cíle a právní odpovědnost. Základní postup při poskytování první pomoci.
2. Zhodnocení situace. Přístup k bezvědomému a zprůchodnění dýchacích cest – praktický nácvik.
3. PP při život ohrožujících stavech: bezvědomí, zástava dechu a oběhu. Resuscitace dospělých - praktický nácvik. Použití AED.
4. PP při život ohrožujících stavech: cizí těleso v dýchacích cestách. Postup při bezvědomí a resuscitace u dítěte.
5. PP při život ohrožujících stavech: vnější a vnitřní krvácení, prevence šoku. Zástava krvácení - praktický nácvik.
6. PP při úrazových stavech: podezření na poranění páteře, poranění hlavy a trupu. Nácvik v modelových situacích.
7. PP při tonutí a úrazech elektrickým proudem. Modelové situace – postup s eliminací rizik.
8. PP u akutních neúrazových stavů: bolest na hrudi, dechové obtíže, křečové stavy aj.. Praktický nácvik postupu v modelových situacích.
9. Postup pomoci u dopravních nehod a u hromadných neštěstí. Modelové situace.
10. PP při termických poškozeních. První pomoc při otravách.
11. PP při poranění končetin. Ošetření zranění. Rány, základy obvazové techniky.
12. Postup PP u alergické reakce. Postup PP při poranění živočichy v terénu.
13. Polohování zraněných a nemocných. Praktický nácvik manipulace se zraněným a nemocným.
14. Opakování – život ohrožující stavy, resuscitace - v modelových situacích.

Studijní literatura

Povinná:

- BYDŽOVSKÝ, J. *Předlékařská první pomoc*. Edtion ed.: Grada Publishing as, 2011. ISBN 8024723344.
 KAUFMAN, J. *Záchranář - první pomoc*. . Edtion ed. Praha: CZS ČČK, 2007. 72 p. ISBN 978-80-902805-4-0
 PETRŽELA, M. *První pomoc pro každého*. Edtion ed. Praha: Grada, 2016. 104 p. ISBN 978-80-247-5556-4
 LEJSEK, J. A. K. *První pomoc*. Edtion ed. Praha: Karolinum, 2013. 271 p. ISBN 978-80-246-2090-9.
 ŠTĚPÁNEK, K., PLESKOT, R. A KOL. *První pomoc zážitkem*. Edtion ed. Brno: CPress a.s., 2014. 74 p. ISBN 978-80-264-0105-6.

ST. JOHN AMBULANCE, ST. ANDREW'S FIRST AID, BRITISH RED CROSS., St. John Ambulance, St. Andrew's First Aid, British Red Cross. First aid manual. 10th ed. 2014. ISBN 978-1-4093-4200-7

Doporučená:

HASÍK, J. A. K. *Standardy první pomoci*. Edition ed. Praha: ČČK, 2012. 83 p. ISBN 978-80-87729-01-4

KELNAROVÁ, J. A. K. *První pomoc I.* . Edition ed. Praha: Grada, 2012. 104 p. ISBN 978-80-247-4199-4

KELNAROVÁ, J. A. K. *První pomoc II.* Edition ed. Praha: Grada, 2013. 192 p. ISBN 978-80-247-4200-7.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	8	hodin
--	---	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

Elektronické studijní opory:

Moodle UK pro výuku I [online]. Dostupné z: <https://dl1.cuni.cz/enrol/index.php?id=4151> (prezentace k přednáškám, doplňkové texty, doplňkové materiály)

Moodle UK pro výuku I [online]. Dostupné z: <https://dl1.cuni.cz/enrol/index.php?id=4435>

Česká resuscitační rada. *Česká resuscitační rada* [online]. Copyright ©[cit. 18.12.2017] Dostupné z: <http://www.resuscitace.cz>

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Psychologie, psychologie sportu			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	1/LS	
Rozsah studijního předmětu	2/1	hod.	42	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednášky, semináře	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	aktivní účast na přednáškách a seminářích			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Mudrák Jiří, Doc., Mgr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	přednášky, semináře 50%			
Vyučující	Harbichová Ivana, PhDr., Ph.D.			
Stručná anotace předmětu				
<p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Úvod do psychologie, předmět a cíle studia 2. Dějiny psychologie, vybrané psychologické směry 3. Vědomí, vnímání, pozornost 4. Paměť, teorie zapomínání 5. Učení, základní druhy učení 6. Emoce, motivace 7. Osobnost, různé přístupy ke studiu osobnosti 8. Pohyb, psychika, výkon 9. Psychologická analýza sportovní činnosti 10. Kognitivní funkce ve sportu 11. Osobnost a její vývoj ve sportu 12. Emoce, motivace a vůle ve sportu 13. Sociální interakce, facilitace a sociální skupiny ve sportu 14. Agrese ve sportu, sportovní diváctví, doping <p>Semináře:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Paměť, diagnostika paměti 2. Pozornost, diagnostika pozornosti 3. Osobnost, inteligence, diagnostika osobnosti a inteligence 4. Metodologie sportovně-psychologického výzkumu 5. Relaxační techniky ve sportu 6. Skupina ve sportu (sociometrie) 7. Písemný test 				
Studijní literatura				
<p>Povinná: SLEPIČKA, P., V. HOŠEK AND B. HÁTLOVÁ <i>Psychologie sportu</i>. Edtion ed. Praha: Karolinum, 2006. ISBN 80-246-1290-9.</p>				

TOD, D., THATCHER, J., RAHMAN, R. *Psychologie sportu*. Edition ed. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3923-651.

NAKONEČNÝ, M. *Lexikon psychologie*. Edition ed. Praha: Vodnář. 660 p. ISBN 978-80-7439-056-2.

NOLEN-HOEKSEMA, S., B. FREDRICKSON, G. LOFTUS AND W. WAGENAAR *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda*. Praha: Portál, 2012.

PLHÁKOVÁ, A. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2015. 472 s. ISBN 978-80-200-1499-3.

Doporučená:

SLEPIČKA, P., MUDRÁK J., SLEPIČKOVÁ, I. *Sport a pohyb v životě seniorů*. Vydání první. Praha: Univerzita Karlova v Praze, Nakladatelství Karolinum, 2015. ISBN 978-80-246-3110-3.

SLEPIČKA, P., HOŠEK, V., HÁTLOVÁ, B. *Psychologie sportu*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2009. ISBN 978-80-246-1602-5.

ČÁP, J., MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. Praha: Portál, 2007. 656 s. ISBN: 80-7178-463-X.

LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 2006. 368 s. ISBN 978-80-247-1284-0.

MIKŠÍK, O. *Psychologická charakteristika osobnosti*. Praha: Karolinum, 2007. 274 s. ISBN 978-80-246-1304-8.

NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, 2009. 620 s. ISBN: 9788020016805.

STERNBERG, R. J. *Kognitivní psychologie*. Praha: Portál, 2009. 640 s. ISBN: 978-80-7367-638-4.

HARDY, L., JONES, G., GOULD, D. *Understanding psychological preparation for sport*. New York: Wiley, 2003.

MURPHY, S. *The Sport Psychologist's Handbook*. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 2005.

WEINBERG, R. S., GOULD, D. *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign, Illinois: Human Kinetics, 2011.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
---------------------------------	----	-------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

Studijní materiály dostupné zde:

<https://www.dropbox.com/s/av27p63wtjprwd1/Psychologie.zip?dl=0>

<https://www.dropbox.com/s/6czrg94Inf1o6e6/Psychologie%20sportu.zip?dl=0>

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Regenerace a rekondice ve vodním prostředí			
Typ předmětu	povinný předmět předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/LS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	prezenční	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Aktivní účast na přímé výuce z 85 %. Na zadané téma didaktický výstup na semináři a vedení části lekce ve vodě. Ústní zkouška.			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Čechovská Irena, PaedDr., CSc.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	Vyučující pro cvičení i semináře			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>ředmět se zaměřuje na vytvoření teoretického zázemí a profesních dovedností pro volbu obsahu a metod a pro řízení pohybových programů ve vodě s cílem regenerace a rekondice sportovců i běžné populace. Cvičení směřují k pohybové zkušenosti se specificky zaměřenou plaveckou lokomocí a cvičeními ve vodě. Student získá zkušenosti s řízením bezpečných a funkčně zaměřených pohybových programů ve vodě.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Jak na člověka působí vodní prostředí, fyzikální vlastnosti vody, specifické adaptace. 2. Podmínky využití plavecké lokomoce pro zdravotně orientovaný program ve vodě. 3. Pohybové aktivity ve vodě - systematika. 4. Kontrola zatížení ve vodním prostředí. 5. Programy aqua-fitness. 6. Organizace pohybových programů ve vodě zaměřených na regeneraci. 7. Organizace pohybových programů ve vodě zaměřených na rekondici. <ol style="list-style-type: none"> 1. Polohování ve vodě s podporou kontaktní dopomoci a plaveckých pomůcek, inventář vhodných cvičení pro regeneraci. 2. Plavecké dovednosti potřebné pro funkčně zaměřené pohybové programy ve vodě, inventáře vhodných cvičení pro regeneraci a rekondici. 3. Modelové plavecké techniky pro podporu zdraví. 4. Monitoring srdeční frekvence v průběhu polohování ve vodě, test individuální reakce na vodní prostředí. 5. Aplikace Borgovy škály při pohybových činnostech ve vodě. 6. Aqua-walking a aqua-jogging, inventáře vhodných motivů pro rekondici. 7. Didaktické výstupy studentů s hodnocením – řízení části lekce. 8. Aqua-aerobik, inventáře vhodných motivů pro rekondici. 9. Didaktické výstupy studentů s hodnocením – řízení části lekce. 10. Aqua-gymnastika, inventář vhodných cvičení pro regeneraci a kompenzaci. 11. Didaktické výstupy studentů s hodnocením – řízení části lekce. 12. Další formy aqua-fitness vhodné pro rekondici 13. Demonstrace různých organizačních forem při řízení pohybových programů ve vodě. 				

14. Didaktické výstupy studentů s hodnocením – řízení části lekce.

Studijní literatura		
<p>ČECHOVSKÁ, I., JURÁK, D., POKORNÁ, J. <i>Plavání. Pohybový trénink ve vodě</i>. Edtion ed. Praha: Karolinum, 2015. 90 p. ISBN 978-80-246-1948-4.</p> <p>HOUDOVÁ, V., ČECHOVSKÁ, I. Srdeční frekvence jako indikátor pohybového zatížení ve vodě. <i>Česká kinantropologie</i>, 2012, 16(3), 11-25.</p> <p>DOBŘÝ, L., ČECHOVSKÁ, I. Zdravotní benefity pohybové aktivity a behaviorální intervence. In Dobrý, L., Hendl, J. <i>Zdravotní benefity pohybových aktivit: monitorování, intervence, evaluace</i>. 1. vydání. Praha : Karolinum, 2011. s. 14-60. ISBN 978-80-246-2000-8.</p> <p>ČECHOVSKÁ, I., MILER, T., CHRUDIMSKÝ, J. Aktualizované poznatky z didaktiky plavání III. Didaktika plavání pro učitele tělesné výchovy na základních a středních školách. Sborník z odborné konference. Praha : Katedra plaveckých sportů FTVS, UK v Praze, 2013. 168 s. ISBN 978-80-87647-41-7.</p> <p>ČECHOVSKÁ, I., BRTNÍK, T., KRAMPEROVÁ, V. (Eds.). Aktualizované poznatky z didaktiky plavání II. Variabilita plaveckých dovedností a techniky plaveckých způsobů. Sborník z odborné konference. Praha : Katedra plaveckých sportů FTVS, UK, 2014. 129. ISBN 978-80-87647-18-9.</p> <p>ČECHOVSKÁ, I. <i>Aktualizované poznatky z didaktiky plavání</i>. Sborník z odborné konference. Praha : Katedra plaveckých sportů FTVS, UK v Praze, 2013. 98 s. ISBN 978-80-87647-02-8.</p> <p>LEPORE, M., L. COLUMNA AND L. FRIEDLANDER <i>Assessments and activities for teaching swimming</i>. Edtion ed.: Human Kinetics, 2015. ISBN 1450444725.</p> <p>LATEEF, F. Post exercise ice water immersion: Is it a form of active recovery? <i>J Emerg Trauma Shock</i>. 2010 Jul-Sep; 3(3): 302. doi: 10.4103/0974-2700.66570 Dostupné z: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2938508/. Staženo 16. 1. 2018.</p> <p>CALDER, A. Recovery and Regeneration for Long-Term Athlete Development. Dostupné z: https://www.swimming.ca/content/uploads/2015/06/recovery-regeneration-strategies-1.pdf. Staženo 16. 1. 2018.</p>		
Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Elektronická pošta: cechovska@ftvs.cuni.cz		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		
<p>ČECHOVSKÁ, I. <i>Didaktika plavání</i>. Tvorba pohybových programů. Dostupné z: https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-1320.html</p> <p>LATEEF, F. Post exercise ice water immersion: Is it a form of active recovery? <i>J Emerg Trauma Shock</i>. 2010 Jul-Sep; 3(3): 302. doi: 10.4103/0974-2700.66570 Dostupné z: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2938508/. Staženo 16. 1. 2018.</p> <p>CALDER, A. Recovery and Regeneration for Long-Term Athlete Development. Dostupné z: https://www.swimming.ca/content/uploads/2015/06/recovery-regeneration-strategies-1.pdf. Staženo 16. 1. 2018.</p>		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Rekondice ve sportu			
Typ předmětu	povinný předmět předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	3/LS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	Přednáška, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Písemná didaktická příprava zaměřená na zvolenou problematiku rekondice. Didaktický výstup zaměřený na zvolenou problematiku			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Kaplan Aleš, PhDr. Mgr., MBA, Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	50% přednášky i cvičení			
Vyučující	Malý Tomáš, PaedDr., Ph.D.			
Stručná anotace předmětu				
<p>Předmět je povinným předmětem profilujícího základu, pro studenty programu TVS se zaměřením na vzdělávání. Předmět obsahuje problematiku rekondice ve sportu, která se v posledních letech stává velice aktuální. V rámci jak teoretické, tak i praktické výuky bude brán zvláštní zřetel na jednotlivé postupy při návratu sportovce po zranění, případně po vážnějším onemocnění. Součástí praktické části výuky budou didaktické výstupy, při kterých studenti tohoto předmětu budou aplikovat získané teoretické znalosti do aplikace k danému typu rekondice.</p> <p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teoretické základy rekondice ve sportu 2. Problematika zranění ve sportu 3. Zastoupení rehabilitace a fyzioterapie v rekondici ve sportu 4. Strategický postup při rekondici po zranění 5. Problematika funkčního testování v období rekondice 6. Individuální přístup v průběhu rekondice vzhledem k oblasti a typu zranění 7. Zadání didaktických výstupů a tvorba písemné podoby didaktického výstupu. Kontrolní prověření teoretických znalostí. <p>Cvičení:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Funkční testování na začátku a v průběhu rekondice 2. Přehled cvičení na rekondici po zranění dolní končetiny 3. Přehled cvičení na rekondici po zranění horní končetiny 4. Přehled cvičení na rekondici po zranění v oblasti trupu 5. Didaktické výstupy I. 6. Didaktické výstupy II. 7. Didaktické výstupy III. 				
Studijní literatura				
ANDERSON, M. K. AND G. P. PARR <i>Foundations of athletic training: Prevention, assessment, and management.</i> Edtion ed.: Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins, 2013. ISBN 1451116527.				

ENGBRETSSEN, L. AND R. BAHR Why is injury prevention in sports important. Sports injury prevention (pp. 1Á6). Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell, 2009.

BAHR, R. AND S. MÆHLUM *Clinical guide to sports injuries*. Edition ed.: Human Kinetics, 2004. ISBN 0736041176.

HOJKA, V., BRÁZDOVÁ, K., KAPLAN, A., FEHER, J. Pozitivní účinek kryoterapie na výkon ve sprintu v plném tréninkovém zatížení. *Rehabilitácia*. 2016, 53, 4, s. 240 – 246.

HRÁSKÝ, P., KAPLAN, A., TEPLAN, J., MALÝ, T., ZAHÁLKA, F. Využití přístroje MFT S3 CHECK pro hodnocení účinku vybraných rekondičně rehabilitačních postupů u hráčů fotbalu po plastice LCA. *Česká kinantropologie*, vol. 15, 2011, no. 3, s. 139 – 148.

JEBAVÝ, R., HOJKA, V., KAPLAN, A. *Rozcvičení ve sportu*. Edition ed. Praha: Grada, 2014.

JEBAVÝ, R., HOJKA, V., KAPLAN, A. *Kondiční trénink ve sportovních hrách na příkladu fotbalu, ledního hokeje a basketbalu*. Praha: Grada, 2017.

KAPLAN, A., ROHULÁNOVÁ, A., TVRZNÍK, A. Hodnocení reakce chodidla oporové nohy na různé směry sklonu běžeckého pásu. In ČILLÍK, I., PUPÍŠ, M., PUPÍŠOVÁ, Z., KUŠNÍROVÁ, N. (eds.). *Recenzovaný vědecký zborník z mezinárodní vědecké konference Atletika 2014*. Banská Bystrica: FF UMB, 2014, s. 156 - 168.

KOMI, P. V. *The Encyclopaedia of Sports Medicine, Neuromuscular Aspects of Sports Performance*. Edition ed.: John Wiley & Sons, 2011. ISBN 1444348302.

MALÝ, T., ZAHÁLKA, F., MALÁ, L., KAPLAN, A. Kicking performance difference between two young national soccer team. *Sport Science*, 2015, 8(2), 64-68.

VINDUŠKOVÁ, J. *Abeceda atletického trenéra*. Grada, Praha, 2003.

ENOKA, R. *Neuromechanics of Human Movement 5th Edition*. Edition ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2015. ISBN 9781492503347.

FAIGENBAUM, A.D. AND WESTCOTT, W. *Youth Strength Training*. Edition ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2009. ISBN 9780736087612.

HAFF, G. G. AND N. T. TRIPLETT *Essentials of strength training and conditioning 4th edition*. Edition ed.: Human Kinetics, 2015. ISBN 149250162X.

HENSEN, D. AND KENNELLY, S. Plyometric Anatomy [online]. [Champaign, IL]: Human Kinetics, 2017.

MCGINNIS, P. *Biomechanics of sport and exercise*. Edition ed.: Human Kinetics, 2013. ISBN 0736079661.

MORROW JR, J. R., D. MOOD, J. DISCH AND M. KANG *Measurement and Evaluation in Human Performance, 5E*. Edition ed.: Human Kinetics, 2015. ISBN 1450470432.

PRENTICE, W. AND D. ARNHEIM *Principles of athletic training: A competency-based approach*. Edition ed.: McGraw-Hill Higher Education, 2013. ISBN 0077739264.

STULL, K. *Complete Guide to Foam Rolling*. Edition ed.: Human Kinetics, 2017. ISBN 1492545600.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	10	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Sport OSP			
Typ předmětu	povinný základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	3/ZS	
Rozsah studijního předmětu	2/2	hod.	56	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednáška, cvičení, stáže	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Daďová Klára, PhDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	60 %			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Předmět seznamuje studenty s problematikou aplikovaných pohybových aktivit /APA/ a sportu osob se specifickými potřebami /OSP/. Zabývá se různými aspekty jednotlivých typů zdravotních postižení a představuje možnosti pohybových aktivit pro OSP na různých úrovních sportovní činnosti.</p> <p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Úvod do problematiky a význam sportu pro osoby se specifickými potřebami. 2. Základní terminologie. Porucha, postižení, handicap. Rozdělení zdravotních postižení a oslabení. 3. Historie tělovýchovy a sportu osob se specifickými potřebami. 4. Organizace sdružující hendikepované sportovce a profesionály pracující v oboru APA. 5. Psychosociální aspekty postižení a aplikovaných tělesných aktivit. 6. Komunikace s osobami se specifickými potřebami. 7. Testování a pohybový režim OSP. 8. Problematika klasifikace ve vrcholovém sportu OSP. 9. Problematika integrace a inkluze. 10. Adaptace a její principy. 11. Kompenzační pomůcky pro sport OSP. 12. Vybrané letní sporty v paralympijském hnutí. 13. Vybrané zimní sporty v paralympijském hnutí. 14. Management sportovních aktivit pro osoby se specifickými potřebami. <p>Semináře:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Možnosti přizpůsobení pohybových aktivit v praxi. 2. Sport zrakově jinak disponovaných osob. Biomedicínská charakteristika (příčiny, důsledky, rozdělení a specifika postižení zraku). Možnosti, indikace a kontraindikace pohybových aktivit. Speciální pomůcky. Kasuistiky. 3. Sport nedoslýchavých a neslyšících osob. Dtto. 4. Sport osob po dětské mozkové obrně / spastiků. Dtto. 5. Sport osob po poranění míchy. Dtto. 6. Sport osob s amputací a dysmelií. Dtto. 7. Sport osob s mentální retardací. Dtto. 8. Sport osob s poruchami autistického spektra. Dtto. 				

9. Sport osob se specifickými poruchami učení. Dtto
10. Sport osob s civilizačními chorobami (kardiovaskulární, metabolické atd.). Dtto
11. Sport seniorů. Dtto
12. Hospitace / stáž I - praktická ukázka sportovních aktivit OSP (návštěva tréninku sportovního oddílu).
13. Hospitace / stáž II - praktická ukázka sportovních aktivit OSP (návštěva posilovny).
14. Hospitace / stáž III - praktická ukázka sportovních aktivit OSP (návštěva zdravotně zaměřeného cvičení).

Studijní literatura		
DAŘOVÁ, K., R. ČICHONĚ, J. ŠVARCOVÁ AND J. POTMĚŠIL Klasifikace pro výkonnostní sport zdravotně postižených. Praha: Karolinum, 2008.		
DAŘOVÁ, K. Sport osob se zdravotním postižením. In MÁČEK, M., RADVANSKÝ, J., et al. Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivit. Praha: Galén, 2011. s. 233-237.		
KUDLÁČEK, M., JEŠINA, O. <i>Integrovaná tělesná výchova, rekreace a sport</i> . Edition ed. Olomouc: FTK UPOL, 2013. ISBN 978-80-244-3964-8.		
JEŠINA, O., HAMŘÍK, Z., A KOL. <i>Podpora aplikovaných pohybových aktivit v kontextu volného času</i> . Edition ed., 2012. ISBN 978-80-244-2946-5.		
MOOR, G., DURSTINE, J. L., PAINTER, P. ACSM's Exercise Management for Persons with Chronic Diseases and Disabilities. Fourth edition, Human Kinetics, American College of Sports Medicine, 2016. ISBN-13: 9781450434140		
EUSAPA. <i>European standards in adapted physical activities</i> . Edition ed. Olomouc: FTK UPOL, 2010. ISBN 978-80-244-2584-9.		
Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	16	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		
DAŘOVÁ, K. Elektronická studovna. Aplikované pohybové aktivity - studijní materiál k přednáškám z předmětu TV a sport zdravotně postižených (online). Praha: Fakulta tělesné výchovy a sportu UK, 2005. Dostupné z WWW: http://web.ftvs.cuni.cz/elstudovna/index.php?page=tvsvp		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Sportovní trénink			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/ZS	
Rozsah studijního předmětu	4/0	hod.	56	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	prezenční	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Písemný test; ústní zkouška			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Perič Tomáš, doc. PaedDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Předmět má přispět k pochopení výkonové motoriky člověka, tj. proč dochází ke zvyšování výkonnosti, co má trénink obsahovat a jak postupovat, tj. teoreticky ovládnout hlavní problémy tréninku (adaptace, motorické učení, interakce) v podobě zákonitostí, principů, metod, doporučení apod. Poznatky o struktuře sportovního výkonu včetně metodologie zkoumání, zatěžování, složkách tréninku (kondiční, technická, taktická a psychologická příprava), dlouhodobé koncepci, stavbě a řízení tréninku.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Sportovní trénink: cíl a úkoly. 2. Vývojové tendence současného sportu a tréninku. 3. Sportovní výkon a jeho struktura, zkoumání struktury sportovního výkonu. 4. Individuální sportovní výkon, týmový sportovní výkon a jejich faktory 5. Sportovní trénink jako proces spec. adaptace, motorického učení, soc. interakce. 6. Zatížení a zatěžování. Klasifikace těl. cvičení jako adaptačních podnětů. 7. Míra specializace, intenzita. Objem zatížení. Velikost zatížení. Frekvence zátěžových podnětů. 8. Systémový přístup k obsahu a organizaci tréninku: složky sportovního tréninku. Kondiční příprava. 9. Zotavení, regenerace rekondice 10. Kondiční příprava v ročním tréninkovém cyklu. 11. Silové schopnosti a jejich rozvoj. Funkce svalů při silovém tréninku a jejich stimulace. 12. Metody silového tréninku, doplňkové oblasti silového tréninku. 13. Vytrvalostní schopnosti a jejich rozvoj. Aerobní oblast. Vymezení intenzity, operativní ukazatele. 14. Anaerobní oblast: rychlostní a krátkodobá vytrvalost, intervalové metody. 15. Kondiční příprava: rychlostní schopnosti, 16. Kondiční příprava: obratnostní schopnosti, pohyblivost a jejich rozvoj. 17. Technická příprava: obecná východiska, technika, kritéria techniky. Sportovní dovednosti, teoretické i praktické aspekty osvojování a zdokonalování dovedností. 18. Taktická příprava a její obsah: taktika, taktické jednání, vědomosti, dovednosti, myšlení v tréninkovém procesu. 19. Psychologická příprava: pojetí, obsah, dlouhodobá a krátkodobá psychologická příprava. 				

20. Dlouhodobá koncepce sportovního tréninku: etapa základního, specializovaného a vrcholového tréninku. Zdůvodnění, obsah.
21. Kritické hodnocení tréninkové koncepce rané specializace.
22. Zákonitosti stavby tréninku: roční tréninkový cyklus, přípravné, hlavní, přechodné období.
23. Stavba sportovního tréninku – mezocykly, mikrocykly. Sportovní forma a její ladění. Tréninková jednotka.
24. Řízení tréninku: systémové pojetí, identifikace systému, plánování tréninku, evidence, kontrola trénovanosti, vyhodnocování tréninku.
25. Vybrané specifické problémy tréninku: trénink žen.
26. Aklimatizace – výšková a vysokohorský trénink, časová, tepelná
27. Sportovní příprava zdravotně postižených.
28. Prognostika a její uplatnění při řízení tréninku.

Studijní literatura

PERIČ, T. AND J. DOVALIL Sportovní trénink. 1. vyd. Praha: Grada, 2010.

DOVALIL, J. AND M. CHOUTKA *Výkon a trénink ve sportu*. Edition ed.: Olympia, 2012. ISBN 8073763265.

DOVALIL, J. *Lexikon sportovního tréninku*. Edition ed.: Karolinum, 2008. ISBN 8024614049.

BOMPA, T. O. AND G. G. HAFF *Periodization: Theory and methodology of training*. Edition ed.: Human Kinetics Publishers, 2009. ISBN 073607483X.

ELLIOTT, B. AND J. MESTER *Training in sport: applying sport science*. Edition ed.: John Wiley & Sons, 1998. ISBN 0471978701.

MANNO, R. *Les bases de l'entraînement sportif*. Edition ed.: Ed. Revue EP. S, 1992. ISBN 2867130824.

MARTENS, R. *Successful coaching 4th edition*. Edition ed.: Human Kinetics, 1996. ISBN 1450439535.

RILEY, P. *Cesta k vítězství*. Edition ed. Frýdek-Místek: Alpress, 1996.

SCHNABEL, G. *Trainingslehre-Trainingswissenschaft: Leistung-Training-Wettkampf*. Edition ed.: Meyer & Meyer Verlag, 2008. ISBN 3898993329.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	16	hodin
--	----	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

<https://dl1.cuni.cz/enrol/index.php?id=4437>

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Stres a jeho mechanismy			
Typ předmětu	volitelný	doporučený ročník / semestr	2/LS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět				
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	přednáška, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta	Zápočet: 100% účast na cvičeních, seminární práce			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Kohlíková Eva, doc., MUDr., CSc.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100 %			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu	<p>Stres působí především působením stresorů, což jsou zatěžující a ne vždy pozitivní faktory, které ho způsobují. Jedná se o psychické, fyzikální či traumatické faktory, k nimž patří události spojené se situací, se kterou se dosud nemůžeme srovnat. A v neposlední řadě sociální faktory, což jsou osobnostní vztahy, které ovlivňují náš život. Stres se tak stává etiologickým faktorem psychosomatických onemocnění. Součástí je nejen akutní, ale i chronický stres, lidská psychika a psychická odolnost. Další problematikou je civilizační stres a jeho následky, otázky člověka v extrémních situacích a to v souvislosti s biochemicko-fyziologickými změnami v organismu.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Úvod. Stres. Různá pojetí stresu a jejich kritika. Stresory. Stres, fáze, formy. Rezistence a adaptace 2. Projevy stresové reakce 3. Člověk v extrémních podmínkách 4. Psychický stres a psychická odolnost 5. Civilizační stres a jeho následky 6. Psychosomatická onemocnění 			
Studijní literatura	<p>BARTŮNKOVÁ, S. <i>Stres a jeho mechanismy</i>. Edtion ed.: Karolinum, 2010. ISBN 8024618745. BAŠTECKÝ, J., J. ŠAVLÍK AND J. ŠIMEK <i>Psychosomatická medicína</i>. Edtion ed. Praha: Grada - Avicenum, 1993. 368 p. ISBN 80-7169-031-7. ČEPICKÝ, E. <i>Psychosomatika. Moderní gynekologie a porodnictví</i>. Edtion ed. Praha: Levret, 1999. ISBN 1211-1058. DANZER, G. <i>Psychosomatika</i>. Edtion ed. Praha: Spektrum, 2001. ISBN 80-7178-456-7. GOLEMAN, D. <i>Emoční inteligence</i>. Edtion ed. Praha: Metafora, 2011. ISBN 978-80-7359-334-6. HÁTLOVÁ, B. <i>Kinezioterapie: pohybová cvičení v léčbě psychických poruch</i> Edtion ed. Praha: Karolinum 2003. 167 p. ISBN 80-246-0719-0. ULRICHOVÁ, M. <i>Stres a osobnostní předpoklady</i>. Edtion ed.: OFTIS, 2012. ISBN 978-80-7405-186-9.</p>			
Informace ke kombinované nebo distanční formě				
Rozsah konzultací (soustředění)	8			hodin

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím
Emailově, konzultační hodiny
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Teorie a základy turistiky a sportů v přírodě			
Typ předmětu	Volitelný předmět	doporučený ročník / semestr	1/LS	
Rozsah studijního předmětu	6 dní	hod.	48	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	KZ	Forma výuky	kurz	
Forma způsobu ověření studijních výsledků	Písemný test, plnění praktických dovedností			
Další požadavky na studenta	Průběžné plnění praktických dovedností a teoretických znalostí,			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Ladislav Vomáčko, Mgr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	Kurzovní výuka 6 d.; výuka garanta 50%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				

Volitelný předmět zahrnující teorii, cvičení a didaktické postupy v turistice, sportech a aktivitách v přírodě. Vedle vzdělávacího zaměření, slouží předmět jako model kurzu výchovy v přírodě pro školy i volný čas využívající postupy učení se prožitkem, zkušeností a dobrodružstvím.

Přednášky

1. Úvod do kurzu - komentář k programu, bezpečnostní předpisy, organizace výuky, provoz střediska, práce v družstvech, služby, rozvoj dovedností, didaktické postupy, funkce prožitku.
2. Aktivity v přírodě - přehled o celé oblasti, bližší charakteristika turistiky, sportů v přírodě, stručný přehled o důležitých organizacích, které využívají a rozvíjejí aktivity v přírodě s výchovným zaměřením.
Výchovné aplikace aktivit v přírodě. Nové směry využívání aktivit v přírodě - výchova v přírodě, dobrodružná výchova, výchova prožitkem a výzvou, příspěvek organizace Outward Bound, Prázdninová škola Lipnice, charakteristika přírodních vícebojů a soutěží všestrannosti.
3. Vedení družstva - rozdělení rolí, spolupráce při programu, společné úkoly družstva při službě - organizace ranních setkání, možný příspěvek k večerním programům, hodnocení programu.
4. Cyklistika a cykloturistika - charakteristika odvětví, vývojové etapy, formy cyklistiky, využití a aplikace, názvosloví, technologie, technika jízdy jednotlivce a skupiny, vybavení a zásady pro cykloturistické putování.
5. Příprava turistické akce - jednodenní turistická túra s poznávacím cílem, kulturně poznávací činnost, bezpečnost.
6. Technologie kola - seřízení kola, jednoduché opravy, technika jízdy, předpisy, způsoby komunikace.
7. Orientace a orientační běh - význam, práce s mapou a buzolou, orientační hry, didaktické postupy. Dnešní stav OB, zásady stavby tratí, využití orientace ve škole.
8. Jednoduchý orientační závod - přípravné formy, např. O-Ring - praxe a vyhodnocení výsledků.
9. Teorie hry - význam her, dělení her, členění her v přírodě na kurzu, zásady přípravy a vedení her, bezpečnostní pravidla.
10. Hry a kulturní aktivity - příklady využití na akcích - programy do klubovny či k táborovému ohni.

11. Cvičení v přírodě - proměny tohoto názvu, různé podoby cvičení, různé typy překážek a jejich využití, lanové překážky, parkour, bezpečnostní pravidla pro stavbu a provozování, kvalita materiálu.
12. Ekologická výchova a využití her k vnímání a poznávání přírody – význam a koncepce.
13. Vybavení do přírody.
14. Základní uzly, práce s lanem, informace o jištění, prusíkování.
15. Hodnocení programu kurzu - různé formy zpětné vazby, anketa, dotazníky atp. Příklad pro praxi, výchovná hodnota, návaznost na další učební programy.

Cvičení

1. Cyklistika a cykloturistika - technika jízdy na kole, jízda zručnosti, jízda ve skupině.
2. Cyklistika a cykloturistika - cykloturistická túra, polodenní a celodenní putování a vedení družstva.
3. Orientace I – mapa-buzola, mapa-terén, orientační hry a cvičení – odhad vzdáleností, azimut.
4. Orientace II - líniový postup s důsledným vyhodnocením, kontroly uspořádané do hvězdice - příklad cvičení s rozborem postupů, srovnávání časů.
5. Štafetový závod v OB – Ovčí Ring.
6. Orientace III - skorelauf - průpravné cvičení, rozbor výsledků.
7. Mini závod v OB – seznámení s elektronickým systémem.
8. Závod v orientačním běhu - příklad závodu, různá obtížnost kontrol, příklad organizace, zhodnocení výsledků.
9. Hry v přírodě - příklad „malých“ her v přírodě a stopovací hry.
10. Iniciativní hry - rozvoj důvěry, řešení problémů a rozvoj týmové spolupráce.
11. Strategické hry – zapojení celého kurzu.
12. Ekohry – příprava a provedení jednoduchých her.
13. Cvičení v přírodě - příklad výběhu do terénu, soutěže na stanovištích.
14. Nízké lanové překážky, parkour - cvičení na připravených stanovištích.
15. Základy lezení - zásady lezení, překonávání cvičných stěn a bouldering, slaňování.
16. Základy VHT – pohyb po zajištěné cestě, vybavení, bezpečnost.

Studijní literatura

- BALÁŠ, J, L. VOMÁČKO, M. FRAINŠIC, J. ŠAFRÁNEK. Multimediální učebnice Turistika a sporty v přírodě: *Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu* [online]. Praha: UK FTVS, 2013. ISBN 978-80-87647-13-4. Dostupné z: <http://web.ftvs.cuni.cz/eknihy/turistika/>
- NEUMAN, J. *Překážkové dráhy, lezecké stěny a výchova prožitkem*. Edtion ed.: Portál, 1999. ISBN 8071782920.
- NEUMAN, J., J. BRTNÍK, P. DOUBALÍK, J. ŠAFRÁNEK, et al. *Turistika a sporty v přírodě: přehled základních znalostí a dovedností pro výchovu v přírodě*. Edtion ed.: Portál, 2000. ISBN 8026203224.
- NEUMAN, J. AND P. DOUBALÍK *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Edtion ed.: Portál, 1998. ISBN 8071782181.
- NEUMAN, J. A. K. *Turistika a sporty v přírodě: přehled základních znalostí a dovedností pro výchovu*. Edtion ed. Praha: Portál, 2000.
- ŠAFRÁNEK, J. *Kolo pro děti i jejich rodiče*. Edtion ed.: Portál, 2000. ISBN 8071784389.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	6 dní	hodin
--	-------	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Trenérství ve fitness			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	3/ZS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednáška, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Seminární práce			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Šťastný Petr, PhDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	Přednášky a cvičení 60%			
Vyučující	Tufano James Joseph, Ph.D., Petr Miroslav, doc. PhDr., Ph.D.			
Stručná anotace předmětu				
Obsah výuky:				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Cvičení ve fitness centrech, účinky na lidský organismus 2. Diagnostika pohybového aparátu ve fitness centrech 3. Diagnostika síly v izokinetickém režimu 4. Teoretické a praktická výuka posilování svalstva zad 5. Teoretické a praktická výuka posilování horních končetin 6. Teoretické a praktická výuka posilování dolních končetin a břišních svalů 7. Teoretické a praktická výuka posilování břišních svalů 8. Protahovací cvičení ve fitness centrech: teorie + praxe 9. Aerobní trénink ve fitness centrech 10. Metodika posilování hlubokého stabilizačního systému 11. Pokročilé metody rozvoje svalového objemu 12. Metoda využívání svalového postaktivačního potenciálu 13. Metoda využívání svalového předvyčerpání 14. Využití antagonistického systému posilování 				
Studijní literatura				
Povinná: PETR, M. AND P. ŠŤASTNÝ <i>Funkční silový trénink</i> . Edtion ed. Praha: FTVS UK, 2012. ISBN 978-80-86317-93-9. TLAPÁK, P. <i>Posilování kloubní kondice: centračně-stabilizační cvičení</i> . Edtion ed.: ARSCI, 2014. ISBN 807420037X. TLAPÁK, P. <i>Tvarování těla</i> . Praha: ARSCI, 1999, 37.				
Doporučená: FLECK, S. J. AND W. KRAEMER <i>Designing Resistance Training Programs, 4E</i> . Edtion ed.: Human Kinetics, 2014. ISBN 0736081704. DELAVIER, F. <i>Strength Training Anatomy</i> . Edtion ed.: Human Kinetics, 2006. ISBN 9780736063685. POLLARD, H. <i>STRENGTH TRAINING ANATOMY</i> . Australasian Chiropractic & Osteopathy, 2002, 10(2), 111. VERKHOSHANSKY, Y. AND M. C. SIFF <i>Supertraining</i> . Edtion ed.: Verkhoshansky SSTM, 2009. ISBN 8890403810.				
Informace ke kombinované nebo distanční formě				

Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Osobně, elektronicky		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		
<p>Studijní materiály dostupné zde:</p> <p>Trénink začátečníků ve fitness: http://kulturistika.ronnie.cz/zacatecnici</p> <p>Objemový trénink: http://kulturistika.ronnie.cz/trenink</p> <p>Rozvoj maximální síly: http://powerlifting.ronnie.cz/trenink</p> <p>Trénink externích rotátorů paže: http://kulturistika.ronnie.cz/c-14092-skoncujte-s-bolesti-ramen-neboli-jak-na-externi-rotatory.html</p> <p>Další studijní materiály zde:</p> <p>http://journals.lww.com/nsca-jscr/pages/default.aspx</p> <p>http://journals.lww.com/nsca-scj/pages/default.aspx</p> <p>http://www.elearningfitness.eu/</p>		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Trénink dětí a mládeže			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/LS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	prezenční	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Docházka Seminární práce, písemný test			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Perič Tomáš, doc. PaedDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Cílem předmětu je seznámení s problematikou sportovní přípravy dětí, stanovení obecných východisek této problematiky, jako základu pro trénink v pozdějších letech. Jedná se především o stanovení rozdílných přístupů, forem a metod oproti tréninku dospělých, o zvládnutí problematiky věkových a vývojových zákonitostí a jejich význam. V dalších oblastech se předmět zabývá dlouhodobou koncepcí přípravy, obecnými zásadami pro trénink dětí, složkami sportovního tréninku a jejich podobě v tomto období. Předmět se zabývá i doplňujícími otázkami, jako je vztah ke škole, k rodičům apod.</p> <p>Obsah výuky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Obecná východiska sportovní přípravy dětí, Evropská charta sportu o sportu dětí, rozdíly mezi tréninkem dětí a dospělých. 2. Věkové a vývojové zákonitosti, kalendářní a biologický věk, 3. Senzitivní období a jejich význam pro trénink dětí. 4. Dlouhodobá koncepce sportovního tréninku, rozdíly mezi koncepcí rané specializace a tréninku odpovídajícího vývoji, všestrannost, etapa sportovní předpřípravy, základního tréninku a specializovaného tréninku. 5. Obecné zásady tréninku dětí. Sociálně interakční formy, počet asistentů, vztah k dětem, význam pomůcek pro trénink 6. Složky sportovního tréninku. Význam jednotlivých složek, Kondiční příprava - metody, formy a prostředky rozvoje pohybových schopností a dovedností. Vliv dlouhodobé přípravy na jednotlivé pohybové schopnosti. 7. Stimulace rychlostních schopností – cíle, specifika, metody, prostředky, formy, diagnostika 8. Stimulace vytrvalostních schopností – cíle, specifika, metody, prostředky, formy, diagnostika 9. Stimulace silových schopností – cíle, specifika, metody, prostředky, formy, diagnostika 10. Stimulace koordinačních schopností a pohyblivosti – cíle, specifika, metody, prostředky, formy, diagnostika 11. Specifika technické, taktické a psychologické přípravy ve sportovní přípravě dětí 12. Legislativní, organizační a odborné zajištění sportovní výchovy talentované mládeže. Tréninkové programy ve sportovní přípravě talentované mládeže - filozofické a pedagogické teorie trén. programu, východiska, charakteristiky, formy existence, dokumenty, obsahová struktura. 13. Trenér ve sportovní přípravě dětí – komunikace, řídicí styly. Doplňkové aspekty sportovní přípravy dětí – práce s rodiči, škola, klub. 14. Výběr sportovních talentů – základní východiska, výběr jako systém, výběr jako proces, fáze výběru 				
Studijní literatura				
DOVALIL, J. AND B. CHOUTKOVÁ Abeceda tréninku chlapců a děvčat. Edtion ed.: Olympia, 1988.				

DOVALIL, J. Věkové zvláštnosti dětí a mládeže a sportovní trénink. Edtion ed.: Karolinum, 1992. ISBN 8070665688.
 JUŘINOVÁ I., STEJSKAL, F. Pohybové schopnosti a jejich rozvoj ve školní TV. Edtion ed. Praha: SPN, 1987.
 PERIČ, T. *Hry ve sportovní přípravě dětí*. Edtion ed. Praha: Grada, 2004. 98 p. ISBN 80-247-0908-2.
 PERIČ, T. *Sportovní příprava dětí*. Edtion ed. Praha: Grada 2012. ISBN 978-80-247-4218-2.
 ŠTILEC, M. Sportovní příprava dětí a mládeže: pro posl. fak. tělesné výchovy a sportu. Edtion ed.: SPN, 1989. ISBN 8070660260.
 VALIK, B.: *Trenérům mladých atletů*. Praha: Olympia, 1975
 BAR-OR, O. The child and adolescent athlete. Edtion ed.: Blackwell Science Carlton Viktoria, 1996. ISBN 0865429049.
 BOMPA, T. O. Total training for young champions. Edtion ed.: Human Kinetics, 2000. ISBN 073600212X.
 DRABIK, J. Children and sports training. Island Point, VT: Stadion Publishing Company, 1996.

Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	10	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Účetnictví I			
Typ předmětu	volitelný	doporučený ročník / semestr	3/ZS	
Rozsah studijního předmětu	2/1	hod.	42	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	přednášky, semináře	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Eva Nováková, Mgr.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu	<p>Předmět studentům přibližuje účetnictví jako uspořádanou soustavu informací, která v peněžním vyjádření zachycuje, měří a hodnotí hospodářskou činnost příslušného subjektu. Předmět je zaměřen na problematiku základních funkcí účetnictví. Zahrnuje základní pojmový aparát, metodické nástroje a představuje účetnictví jako proces. Účetnictví je začleněno do okolního prostředí v tuzemsku i ve vztahu ke světu, především do kontextu EU. V neposlední řadě seznamuje studenty s účetní soustavou specifikovanou pro sportovní prostředí.</p> <p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Úloha a zásady účetnictví a výkaznictví 2. Regulace, harmonizace, konvergence a kompatibilita účetních výkazů 3. Účetnictví a okolní prostředí 4. Zásady a principy účetnictví 5. Metodické prvky účetnictví 6. Účetní výkazy a jejich význam 7. Právní úprava účetnictví v ČR 8. Aktiva a pasiva, účtování 9.-10. Dlouhodobý majetek 11.-12. Oběžný majetek 13.-14. Zdroje krytí majetku <p>Semináře:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Rozvaha, rozklad rozvahy do účtů 2. Členění účtů, účtový rozvrh 3. Postupy účtování na účtech účtové osnovy 4. Účtování dlouhodobého majetku 5. Účtování opotřebení, vyřazení dlouhodobého majetku 6. Účtování zásob 7. Účtování ostatních složek oběžného majetku 			
Studijní literatura				

Povinná:

KOVANICOVÁ, D. *Abecedy účetních znalostí pro každého*. Praha: Polygon, 2010. ISBN 978-80-7273-152-7.

Zákon č. 563/1991 Sb. - o účetnictví, ve znění pozdějších předpisů

Vyhláška MF č. 500/2002 Sb., ve znění pozdějších předpisů, Směrná účtová osnova pro podnikatele
České účetní standardy pro podnikatele

Doporučená:

NOVOTNÝ, P. *Účetnictví pro úplně začátečníky*. Praha: Grada, 2016. ISBN 978-80-247-5803-9.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
--	----	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

Online materiály jsou dostupné zde:

<https://business.center.cz/business/pravo/zakony/ucto-v2002-500/>

<https://www.zakonyprolidi.cz/cs/1991-563>

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Úpoly v kondiční přípravě			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/LS	
Rozsah studijního předmětu	1/1	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednáška, cvičení	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Pavelka Radim, PhDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	50%			
Vyučující	Zdobinský Adam, Mgr.			
Stručná anotace předmětu				
<p>Studenti se seznamují a osvojují si základní úpolové dovednosti využívané v oblasti kondičního tréninku v bojových sportech. Získávají teoretické znalosti využití tréninkových prostředků a metod rozvoje obecné i specifické kondice.</p> <p>Obsah výuky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teorie – bojové sporty a rozvoj kondice. 2. Průpravná úpolová cvičení – přetahy, přetlaky, úpolové hry. 3. Cvičení za odporu soupeře – základní úpolové techniky na zemi. 4. Cvičení za odporu soupeře – základní úpolové techniky ve stoje. 5. Využití práce s lapami v kondiční přípravě. 6. Kardio trénink s prvky úpolových sportů. 7. Rozvoj koordinace a agility trénink formou úpolových průpravných cvičení. 8. Průpravná úpolová cvičení s balančními pomůckami – Bosu, Gymball, Aquahit, TRX atd. 9. Průpravná úpolová cvičení s využitím expandérů a gumových lan. 10. Průpravná úpolová cvičení s využitím břemen – Kettlebell, bulharské pytle, těžká činka atd. 11. MMA workout – úpolová průpravná cvičení s cvičebními pomůckami – Slamball, pneu, kladivo, Gunex. 12. MMA workout – úpolová průpravná cvičení za odporu cvičence ve stoje a klinči. 13. Úpolová kondiční příprava ve sportovních hrách (fotbal, hokej). 14. Využití grapplingu a juda v kondiční přípravě. 				
Studijní literatura				
<p>DELAVIER, F. AND M. GUNDILL <i>Delavier's Mixed Martial Arts Anatomy</i>. Edition ed.: Human Kinetics, 2013. ISBN 1450463592.</p> <p>DOLEŽAL, M. AND R. JEBAVÝ <i>Přirozený funkční trénink</i>. Edition ed. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4438-4.</p> <p>HYSON, S. AND F. MEN'S. <i>The Men's Fitness exercise bible : 101 best workouts to build muscle, burn fat, and sculpt your best body ever!</i> In., 2013.</p> <p>JEBAVÝ, R. <i>Rozvoj silových schopností na nestabilních plochách</i>. Edition ed.: Charles University in Prague, Karolinum Press. ISBN 8024636654.</p> <p>PAVELKA, R. AND A. REINDERS <i>Kondiční trénink pro bojové sporty</i>. Edition ed.: Grada Publishing, as, 2015. ISBN 802479831X.</p>				

SPRAGUE, M. *Strength and power training for martial arts*. Edition ed.: Turtle press, 2005. ISBN 1880336871.
 THOMPSON, G. *Weight Training for the Martial Artist*. Edition ed.: Summersdale Publishers LTD-ROW, 2001. ISBN 184024822X.
 ZATSIORSKY, V. M. AND W. J. KRAEMER *Science and practice of strength training*. Edition ed.: Human Kinetics, 2006. ISBN 0736056289.
 ZATSIORSKY, V. M. AND W. J. KRAEMER *Silový trénink: Praxe a věda*. Edition ed.: Mladá fronta, 2014. ISBN 8020432612.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
--	----	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Zadání bakalářské práce			
Typ předmětu	povinný předmět	doporučený ročník / semestr	2/LS	
Rozsah studijního předmětu	0/0	hod.	0	kreditů 3
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	konzultace	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Podmínkou zapsání zápočtu je evidence tématu bakalářské práce ve studijním informačním systému			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Vedoucí bakalářské práce			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100 %			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
Studenti volí téma své bakalářské práce v závislosti na vybrané specializaci studia. Nabízená témata bakalářských prací jsou pravidelně zveřejňována prostřednictvím studijního informačního systému.				
Studijní literatura				
Dle zaměření práce				
Informace ke kombinované nebo distanční formě				
Rozsah konzultací (soustředění)	Dle potřeby			hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím				
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek				

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Základy anatomie a kineziologie			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	1/ZS	
Rozsah studijního předmětu	2/2	hod.	56	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Prezenční	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Ústní závěrečná zkouška, vstupní písemný test			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Otáhal Jakub, doc. MUDr., Ph.D.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	100% přednášek			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Studenti si osvojí znalosti o kompletní stavbě lidského těla (tkáň, orgány, orgánové soustavy) s větším zaměřením na pohybový aparát a řízení pohybu. Výuka bude zaměřena zejména na praktické využití znalostí v běžné sportovní praxi.</p> <p>Témata přednášek:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Obecný úvod, směry roviny, orientace, názvosloví. Obecná cytologie, histologie a osteologie. 2. Kostra, axiální systém, pánev. 3. Obecná arthrologie. Jednotlivé klouby. 4. Obecná myologie. 5. Svaly HK a DK 6. Svaly trupu, hlavy a krku. 7. Periferní nervový systém. 8. Srdce a angiologie. 9. Dýchací systém. Mechanika dýchání. 10. Trávicí systém. 11. Močopohlavní systém. 12. Mícha, mozkový kmen. Míšň dráhy. 13. Mozeček, diencephalon, telencephalon 14. Smyslové ústrojí. 				
Studijní literatura				
<p>DRAKE, R., A. W. VOGL AND A. W. MITCHELL <i>Gray's Anatomy for Students E-Book</i>. Edition ed.: Elsevier Health Sciences, 2009. ISBN 1437720552.</p> <p>DYLEVSKÝ, I. <i>Základy funkční anatomie člověka</i>. Edition ed. Praha: Manus, 2007. 197 p. ISBN 978-80-86571-00-3.</p> <p>FENEIS, H. <i>Anatomický obrazový slovník</i>. Edition ed. Praha: Grada, 1996. ISBN 80-7169-197-6.</p> <p>FENEIS, H. AND W. DAUBER <i>Pocket Atlas of Human Anatomy</i>. Edition ed.: Thieme, 2000. ISBN 0865779287.</p>				
Informace ke kombinované nebo distanční formě				
Rozsah konzultací (soustředění)	16			hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím				

Email: jotahal@ftvs.cuni.cz

**Vzory studijních distančních textů a
multimediálních pomůcek**

Studijní materiály dostupné zde:

<http://biomech.ftvs.cuni.cz/pbpk/kompendium/anatomie/index.php> (Téma 1, 2, 3, 5,6)

https://is.muni.cz/do/fsps/e-learning/zaklady_anatomie/index.html (Téma 4, 7, 8, 9, 10, 11)

<http://www.bartleby.com/107/> - v angličtině

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Základy hygieny, regenerace a masáže			
Typ předmětu	povinný předmět předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	1/ZS	
Rozsah studijního předmětu	2/0	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	prezenční	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Zpracování zápočtového úkolu/práce na zadané téma. Písemný test. Ústní zkouška.			
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Majorová Simona, MUDr.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	70%			
Vyučující				
Stručná anotace předmětu				
<p>Předmět seznamuje studenty se základy hygieny, epidemiologie a podstatou preventivního lékařství. Důraz je kladen na prevenci infekčních a neinfekčních onemocnění, životosprávu člověka, včetně zásad správné výživy. Regenerace je součástí zdravého způsobu života. Probrány jsou regenerační procedury včetně masáže a jejich vliv na organismus.</p> <p>Obsah výuky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Úvod do oboru hygieny a epidemiologie. Faktory životního prostředí. 2. Životní prostředí. Měření a hodnocení znečištění. 3. Hygiena vody. Zdravotní rizika kontaminace. 4. Hygiena výživy. Výživové normy. Zdravotní rizika z potravin. 5. Hygiena práce a pracovní lékařství. Pracovní prostředí. 6. Hygiena tělovýchovných zařízení. Osobní hygiena sportovce. 7. Životospráva sportovce. Spánek. Negativní jevy v životosprávě. 8. Obecná epidemiologie. Epidemiologická metoda práce. 9. Speciální epidemiologie. Nákaza a její formy. Preventivní epidemiologická opatření. 10. Základy cestovní medicíny, zdravotní rizika a prevence. 11. Úvod do problematiky regenerace. Formy regenerace. Biologické prostředky regenerace. 12. Vodní procedury a tepelné procedury. 13. Regenerace pohybem. Výživa a pitný režim v regeneraci. 14. Masáž. Druhy masáže. Indikace, kontraindikace. Hygiena masáže. Masážní hmaty. 				
Studijní literatura				
<p>Povinná:</p> <p>CINGLOVÁ, L. <i>Hygiena</i>. Edtion ed. Praha: FTVS UK, 2002. ISBN 80-86317-25-0.</p> <p>HOŠKOVÁ, B., S. MAJEROVÁ AND P. NOVÁKOVÁ <i>Masáž a regenerace ve sportu</i>. Edtion ed.: Charles University in Prague, Karolinum Press, 2015. ISBN 8024630990.</p> <p>TUČEK, M. <i>Hygiena a epidemiologie pro bakaláře</i>. Edtion ed.: Charles University in Prague, Karolinum Press, 2012. ISBN 8024621363.</p> <p>Doporučená:</p>				

BENCKO, V. *Hygiene & Epidemiology: Selected Chapters*. Edition ed.: Karolinum, 2004. ISBN 802460793X.
 BERAN, J. AND J. VANIŠTA *Základy cestovního lékařství*. Edition ed. Praha: Galén, 2006. 288 p. ISBN 80-7262-435-0.
 CAPKO, J. *Základy fyziatrické léčby*. Edition ed. Praha: Grada, 1998. 396 p. ISBN 80-7169-341-3.
 HAUSSWIRTH, C. AND I. MUJKA *Recovery for performance in sport*. Edition ed.: Human Kinetics, 2013. ISBN 1450434347.
 PODSTATOVÁ, H. *Základy epidemiologie a hygieny*. . Edition ed. Praha Galén 2009. 158 p. ISBN 978-80-7262-597-0.

Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	10	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		
HOŠKOVÁ, B. <i>Základy hygieny a regenerace a masáže</i> [online]. c2007. [cit. 2011-11-03]. Dostupné z: http://web.ftvs.cuni.cz/elstudovna/index.php?page=hygreg Moodle UK pro výuku I [online]. Dostupné z: https://dl1.cuni.cz/course/index.php?categoryid=420		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Základy managementu sportu			
Typ předmětu	povinný předmět základní teoretický předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	1/ZS	
Rozsah studijního předmětu	2/0	hod.	28	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	přednáška	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Šíma Jan, PhDr., Ph. D			
Zapojení garanta do výuky předmětu	50%			
Vyučující	Voráček Josef, PhDr., Ph.D.			
Stručná anotace předmětu				
<p>Předmět prezentuje sekvenční manažerské činnosti - plánování, organizování, výběr a rozmisťování pracovníků, vedení lidí a kontrolu a ukazuje na jejich aplikace v oblasti sportu. Mimo uvedené se zabývá i specifickými manažerskými činnosti pro oblast nevýrobní sféry.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Historie sportovního managementu, základy managementu a marketingu aplikované do sportovního managementu 2. Sekvenční manažerské činnosti, role manažera, prostředí pro jeho činnost. 3. Plánování – postupy plánování, cíle a strategie jejich naplňování. 4. Organizování v činnosti manažera, vyvážení organizačních struktur organizací, metody, postupy a techniky. 5. Výběr, rozmisťování a hodnocení pracovníků. 6. Vedení lidí – úloha vedoucího, motivace k výkonu z hlediska řízení organizace. Leadership. Dobrovolnická práce 7. Kontrola – principy finanční kontroly, rozpočtnictví, rozpočtové prostředky kontroly, nerozpočtové prostředky kontroly. 8. Propedeutika sportovního managementu, prostředí pro práci sportovního manažera, jeho profil a role. 9. Specifické činnosti a znalosti sportovního manažera. Sponzorování, transfer hráčů, prodej práv. 10. Principy pro řízení neziskových organizací v oblasti sportu. 11. Management sportovních organizací neziskového typu – sportovních klubů a tělovýchovných jednot. 12. Management podnikatelských zařízení ve sportu. 13. Postavení sportovců a tělovýchovných funkcionářů z hlediska zákona o dani z příjmu a zákonů na sociální zabezpečení a politika státní zaměstnanosti. 14. Vybrané metody plánování, organizování a rozhodování s aplikací na sport. 				
Studijní literatura				
<p>BARR, C. Principles and practice of sport management. Edtion ed.: Jones & Bartlett Publishers, 2011. ISBN 0763796077. BRAYLEY, R. E. AND D. D. MCLEAN Managing financial resources in sport and leisure service organizations. Edtion ed.: Sagamore Pub Llc, 2001. ISBN 1571674543. ČASLAVOVÁ, E. Management a marketing sportu. 1. vyd. Praha: Olympia, 2009, 225 s. 2009. GERLOCH, A. Teorie práva. Edtion ed.: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2004. ISBN 8086473856. KOTLER, P. AND K. L. KELLER. Marketing management. 12. vyd. Praha. In.: Grada publishing, 2007. PLECITÝ, V., J. VRABEC AND J. SALAČ Základy občanského práva. 2. vydání. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství AlešČeněk, sro, 2005.</p>				

ŠÍMA, A. AND M. SUK Základy práva pro střední a vyšší odborné školy. Edtion ed.: CH Beck, 2006. ISBN 8071795003.
 ŠÍMA, J. Kvalita služeb sportovních zařízení a možnosti jejího hodnocení. Edtion ed.: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum, 2016. ISBN 8024633264.
 ŠÍMA, J., J. ČÁSLAVOVÁ AND E. RUDA. Sportovní marketing:(vybrané kapitoly). In.: Vysoká škola ekonomie a managementu, 2011.
 VORÁČEK, J. Public relations ve sportovních organizacích. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2012, 71 s.

Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	10	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		
Studijní materiály jsou dostupné na: https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-670-version1-1_reklama_a_sponzorovani_ve_sportu.pdf https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-670-version1-2_management_sportovni_akce.pdf https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-670-version1-3_marketing_sportovnich_sluzeb.pdf		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Základy práva			
Typ předmětu	povinný předmět profilujícího základu	doporuče ný ročník / semestr	3/LS	
Rozsah studijního předmětu	1/0	hod.	14	kreditů
Dvousemestrální předmět	Ne			
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence				
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	Přednáška	
Forma způsobu ověření studijních výsledků				
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Petrásek Marcel, JUDr. Mgr.			
Zapojení garanta do výuky předmětu	50 %			
Vyučující	Petr Slepíčka, Mgr.			
Stručná anotace předmětu				
<p>Cílem předmětu je poskytnout studentům z hlediska jejich budoucí praxe ucelený přehled o nejdůležitějších odvětvích systému práva v ČR a jeho základních institucích. Vzhledem k časově limitovanému rozsahu předmětu jsou obsahem pouze základní pojmy a souvislosti bez ambicí na hlubší rozbor a detailní zkoumání. Je důraz vymezení sportovních vztahů v rámci právního systému a otázky odpovědnosti. U oborů TVS je pak v rámci výše uvedeného věnován větší prostor výkladu a kladen větší důraz na problematiku pracovního práva, u TVS se specializací na trenérství by měla být větší pozornost věnována živnostenskému podnikání a obchodnímu právu.</p> <p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Teorie práva (pojem práva; pojem státu; právní stát; systematika práva; právní norma; prameny práva; právní rámec sportu v ČR; subjekty sportovních vztahů; vztah právních norem a sportovních pravidel) 2. Pracovní právo (pojem; předmět; subjekty; typy pracovně-právních vztahů; pracovní poměr - vznik, změny, zánik, náležitosti; ochranná lhůta; náhrada škody) 3. Vybrané problémy občanského práva hmotného (pojem; předmět; subjekty právních vztahů; vznik právních vztahů; právní úkon; smlouva; typy smluv; některé pojmy - promlčení, prekluze, domácnost, osoby blízké, věci a práva, nalezená věc; bezdůvodné obohacení, věcná břemena; věcná práva + držba; zástavní právo; odpovědnost za škodu; dědictví) 4. Rodinné právo (pojem; předmět; neplatnost manželství; povinné prohlášení snoubenců; práva a povinnosti manželů; zánik manželství; určení rodičovství; vyživovací povinnost) 5. Občanské právo procesní (předmět úpravy; příslušnost soudů; subjekty vztahů; obecné náležitosti podání; návrh na zahájení řízení - žaloba; rozhodnutí; opravné prostředky; výkon rozhodnutí; správní soudnictví) 6. Živnostenské podnikání (předmět; pojem živnosti; druhy živností; podmínky provozování živnosti; živnostenské oprávnění; neoprávněné podnikání) 7. Obchodní právo (předmět úpravy; pojem podnikání; druhy podnikatelů; nekalá soutěž; obchodní společnosti - založení, vznik, formy, práva a povinnosti společníků; obchodní závazkové vztahy; typy smluv; zákon o konkursu a vyrovnání) 8. Právní právo (pojem; předmět úpravy; základní zásady správního řízení; subjekty; správní rozhodnutí; opravné prostředky) 9. Trestní právo (procesní a hmotné - předmět úpravy; pojem trestného činu; prvky a znaky trestného činu; zavinění; stádia trestného činu; obecné zásady, zásady zahájení, zásady dokazování v trestním řízení; subjekty trestního řízení; pachatel ve stádiích trestního řízení; rozsudek) 				

Studijní literatura		
<p>SÁDOVSKÝ, Stanislav. <i>Základy práva: učební text pro studenty FTVS UK</i>. Praha: Karolinum, 2003. ISBN 80-246-0660-7.</p> <p>GERLOCH, A. <i>Teorie práva</i>. Edtion ed.: Vydavatelství a nakladatelství Aleš Čeněk, 2004. ISBN 8086473856.</p> <p>PLECITÝ, V., J. VRABEC AND J. SALAČ <i>Základy občanského práva</i>. 2. vydání. Plzeň: Vydavatelství a nakladatelství AlešČeněk, sro, 2005.</p> <p>ŠÍMA, A. AND M. SUK <i>Základy práva pro střední a vyšší odborné školy</i>. Edtion ed.: CH Beck, 2006. ISBN 8071795003.</p>		
Informace ke kombinované nebo distanční formě		
Rozsah konzultací (soustředění)	4	hodin
Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím		
Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek		

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Základy sportovních her				
Typ předmětu	povinný předmět		doporučený ročník / semestr	1/ZS	
Rozsah studijního předmětu	0/4	hod.	56	kreditů	3
Dvousemestrální předmět	Ne				
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence					
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	cvičení		
Forma způsobu ověření studijních výsledků					
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)					
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Kokštejn Jakub, Mgr., Ph.D.				
Zapojení garanta do výuky předmětu	20%				
Vyučující					
Stručná anotace předmětu					
Charakteristika: Předmět si klade za cíl seznámit studenty se základními herními činnostmi a kombinacemi daných sportovních her. Současně je cílem seznámení se s pravidly a organizací jednotlivých sportovních her.					
Obsah výuky: 1. úvod do předmětu 2. fotbal – herní činnosti jednotlivce, hra 3. fotbal – herní činnosti jednotlivce, hra 4. fotbal – herní kombinace, hra 5. fotbal – herní kombinace, hra 6. softbal a basebal – herní činnosti jednotlivce, hra 7. softbal a basebal – herní činnosti jednotlivce, hra 8. softbal a basebal – herní kombinace, hra 9. softbal a basebal – herní kombinace, hra 10. florbal – herní činnosti jednotlivce, hra 11. florbal – herní činnosti jednotlivce, hra 12. florbal – herní kombinace, hra 13. florbal – herní kombinace, hra 14. volejbal – herní činnosti jednotlivce, hra 15. volejbal – herní činnosti jednotlivce, hra 16. volejbal – herní kombinace, hra 17. volejbal – herní kombinace, hra 18. házená – herní činnosti jednotlivce, hra 19. házená – herní činnosti jednotlivce, hra 20. házená – herní kombinace, hra 21. házená – herní kombinace, hra 22. basketbal – herní činnosti jednotlivce, hra 23. basketbal – herní činnosti jednotlivce, hra 24. basketbal – herní kombinace, hra 25. basketbal – herní kombinace, hra					

- 26. organizace turnaje v pálkovací hře, rozhodování
- 27. organizace turnaje v brankové sportovní hře, rozhodování
- 28. organizace turnaje v síťové sportovní hře, rozhodování

Studijní literatura

HANÍK, Z. *Volejbal: učebnice pro trenéry mládeže*. Edtion ed.: Mladá fronta, 2014. ISBN 9788020433800.
 MANUAL, C. Level I. Lausanne, FIVB, 2011.
 PSOTTA, R., V. BUNC, A. MAHROVÁ, J. NETSCHER, et al. *Fotbal. Základní program*. Praha: NS Svoboda, 1999.
 SEEGER, F. *The soccer games and drills compendium : 350 smart and practical games to form intelligent players -- for all levels*. Edtion ed., 2016. ISBN 9781782551041 1782551042.
 SKRUŽNÝ, Z. a kol. *Florbal*. Praha. In.: Grada Publishing, 2005.
 SÜSS, V. *Softball a baseball*. 1. vyd. Praha. In.: Grada Publishing as, 2003.
 TÁBORSKÝ, F. *Základy teorie sportovních her: učební text pro bakalářské studium*. Edtion ed.: Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2007. ISBN 808631748X.
 TŮMA, M. AND J. TKADLEC *Házená*. Praha: Grada Publishing, 2002.
 VELENSKÝ, M. AND J. KARGER *Basketbal: herní trénink, kondiční trénink, technika, taktika*. Edtion ed.: Grada publishing, 2003. ISBN 8071698342.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	16	hodin
--	----	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

Studijní materiály dostupné zde: <http://web.ftvs.cuni.cz/eknihy/sportovnihry/>

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Zdravotní TV				
Typ předmětu	povinný předmět předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/LS		
Rozsah studijního předmětu	1/2	hod.	42	kreditů	4
Dvousemestrální předmět	Ne				
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence					
Způsob ověření studijních výsledků	Z, ZK	Forma výuky	Přednáška, seminář, cvičení		
Forma způsobu ověření studijních výsledků					
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Zápočtový test+ vlastní předvedení kontrolních cvičení s teoretickým zdůvodněním funkce				
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Strnad Pavel, doc. PhDr., CSc.				
Zapojení garanta do výuky předmětu	25 %				
Vyučující	Strnad Pavel, doc. PhDr., CSc., Prajerová Květa, PaedDr., CSc.				
Stručná anotace předmětu					
<p>Zdravotní tělesná výchova je formou školní i mimoškolní tělesné výchovy pro žáky, studenty i dospělé, zařazené lékařem do III. zdravotní skupiny. Předmětem se studenti seznamují s vhodnou tělovýchovou pro tělesná, interní, nervová a smyslová oslabení a dalšími, tzv. kategoriemi zdravotních oslabení, do nichž vstupují i programy doporučeníhodné pro seniory. Teoretická, pedagogicko-psychologická východiska předmětu jsou podložena biomedicínskými znalostmi respektovanými v pedagogické praxi. Proto pohybovou aktivitou ve zdravotní tělesné výchově máme možnost řadu zdravotních oslabení funkčně pozitivně ovlivnit.</p> <p>Přednášky:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Úvod do studia, stručný přehled vývoje zdravotní TV, koncepce a cíle. Kategorie oslabení. Studijní materiály.2. Řízení vyučovacího procesu ve zdravotní TV, organizační formy. Úloha učitele. Úloha prevence a kompenzace. Pohyb a význam jeho kvality.3. Základní pojmy z patologie, příčiny vzniku poruch hybného systému, vliv civilizačních faktorů, základní typy poruch hybného systému.4. Testování a diagnostika poruch hybného systému, základní pohybové stereotypy, svalová dysbalance.5. Oslabení respiračního systému a pohybová aktivita.6. Oslabení kardiovaskulárního systému a pohybová aktivita.7. Ostatní interní oslabení, jejich specifické rysy a charakter pohybových činností. Věkové zvláštnosti a zdravotní TV. <p>Semináře a cvičení:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Výchozí cvičební polohy - jejich význam. Cvičební tvary podle účelu: uvolňovací, protahovací, posilovací.2. Základní cvičební tvary ve výchozích polohách. Nácvik jednoduchých pohybových stereotypů I.3. Základní cvičební tvary ve výchozích cvičebních polohách. Nácvik jednoduchých pohybových stereotypů II.4. Metodické zásady výchovy ke správnému držení těla - oblast hrudní a krční páteře.5. Metodické zásady výchovy ke správnému držení těla - oblast pánve a dolních končetin.6. Význam dechu a dechová cvičení. Metodika nácviku jednotlivých typů dýchání. Dechová cvičení bez doprovodných pohybů částí těla.7. Dechová cvičení s doprovodnými pohyby částí těla.8. Dechová cvičení při lokomočních pohybech. Využití dechových cvičení k rozvoji posturálního stereotypu.9. Relaxační cvičení, metodické postupy nácviku relaxace I.10. Relaxační cvičení, metodické postupy nácviku relaxace II.					

11. Charakter pohybových aktivit a cvičebních jednotek pro různé kategorie oslabení I. Metodické výstupy.
12. Charakter pohybových aktivit a cvičebních jednotek pro různé kategorie oslabení II. Metodické výstupy.
13. Vytrvalostní a posilovací cvičení u různých věkových kategorií. Metodické výstupy.
14. Využití cvičebních pomůcek ve zdravotní TV. Metodické výstupy.
15. Metodické výstupy - dokončení, zápočty

Studijní literatura

Povinná:

HOŠKOVÁ, B. AND M. MATOUŠOVÁ. Kapitoly z didaktiky zdravotní tělesné výchovy. 1. vyd. Praha: KAROLINUM, 1998. 135 s.
 KABELÍKOVÁ, K. AND M. VÁVROVÁ. Cvičení k obnovení a udržování svalové rovnováhy (příprava ke správnému držení těla). 1. vyd. Praha: Grada/Avicenum, 1997. 240 s. 1997.
 KYRALOVÁ, M. AND M. MATOUŠOVÁ Zdravotní tělesná výchova II. část. Praha: Onyx, 1995.
 LEVITOVÁ, A. AND B. HOŠKOVÁ Zdravotně-kompenzační cvičení. Edition ed.: Grada Publishing as, 2016. ISBN 8027190444.

Doporučená:

CALAIS-GERMAIN, B. *Anatomy of Movement*. Edition ed.: Eastland Press, 2007. ISBN 9780939616572.
 ČUMPELÍK, J., F. VELE AND M. PERRI Yoga-based training for spinal stability. Rehabilitation of the Spine. Lippincott Williams & Wilkins, Philadelphia, 2006, 566-584.
 FELDENKRAIS, M. *Feldenkraisova metoda (Pohybem k sebeuvědomění)*. Praha. Pragma. Edition ed.: ISBN 80-7205-058-3.
 GIRI, G. AND M. MRNUŠTÍKOVÁ *Jóga krok za krokem*. Edition ed.: VI. n., 1995. ISBN 8023803581.
 HOŠKOVÁ, B. *Vademecum: zdravotní tělesná výchova (druhy oslabení)*. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2012, 130 s. Edition ed.: ISBN 978-80-246-2137-1.
 KAPANDJI, A., M. J. KANDEL AND I. KAPANDJI *Physiology of the Joints: Lower Limb: Volume 2*. Edition ed.: Churchill Livingstone, 1988. ISBN 0443036187.
 KOLÁŘ, P. *Rehabilitace v klinické praxi*. 1. vyd. Praha: Galén, 2009, 713 s. Edition ed.: ISBN 978-80-7262-657-1, 2009.
 SRDEČNÝ, V. *Tělesná výchova zdravotně oslabených: Učebnice pro posl. pedagog. fakult.* Edition ed.: SPN, 1977.
 STRNAD, P. *Vybrané kapitoly z TV zdravotně oslabených*. Edition ed., 1987.
 VÉLE, F. *Kineziologie pro klinickou praxi*. 1. vyd. Praha: Grada, 1997, 271 s. 1997.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	12	hodin
--	----	--------------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

Studijní opory jsou dostupné zde:

https://www.ftvs.cuni.cz/FTVS-466-version1-hoskova_zdravotni_telesna_vych.ppt
<https://is.muni.cz/do/fsps/e-learning/ztv/index.html>
eapraha.cz/joomla/images/dokumenty/ss/skripta/ztv.pdf

B-III – Charakteristika studijního předmětu

Název studijního předmětu	Zimní kondiční kurz		
Typ předmětu	povinný předmět předmět profilujícího základu	doporučený ročník / semestr	2/ZS
Rozsah studijního předmětu	5 d.	hod.	kreditů 3
Dvousemestrální předmět	Ne		
Prerekvizity, korekvizity, ekvivalence			
Způsob ověření studijních výsledků	Z	Forma výuky	kurz
Forma způsobu ověření studijních výsledků			
Další požadavky na studenta (nepovinný údaj)	Aktivní účast na kurzu a seminární práce		
Garant předmětu (ev. vyučující zodpovědný za předmět)	Jebavý Radim, PhDr., Ph.D.		
Zapojení garanta do výuky předmětu	100 %		
Vyučující	Gnad Tomáš, PaedDr.		
Stručná anotace předmětu			
<p>V předmětu jsou studenti seznamováni se základy zimní kondiční přípravy. Získají vědomosti o pořádání obecného kondičního výcviku a o základech rozvoje vytrvalostních a silových schopností v horských podmínkách. Předmět zahrnuje základy rozvoje aerobní i anaerobní vytrvalosti v podobě běžeckých cvičení nebo vysokohorské turistiky, anebo cvičení s využitím běžek. Dále jsou studenti seznámeni se základními tréninkovými prostředky a metodami rozvoje všeobecných silových schopností. Kurz rovněž zahrnuje i ranní dýchací cvičení a základy otužování.</p> <p>Cvičení: 1-2 Bezpečnost při kurzovní výuce, základy rozcvičení a otužování v zimních podmínkách 3-5 Aerobní vytrvalost formou souvislé metody 6-12 Využití běžeckého lyžování v kondičním tréninku 13-20 Aerobní vytrvalost formou vysokohorské turistiky 21-22 Dýchací cvičení, relaxace 23-30 Běžecké lyžování v rozvoji silové vytrvalosti a rychlosti 31-32 Základy rozvoje silové vytrvalosti 33-35 Anaerobní vytrvalost formou intervalové metody 36-40 Vytrvalostní soutěže v zimních podmínkách</p>			
Studijní literatura			
<p>BRTNÍK, J. AND J. NEUMAN <i>Zimní hry na sněhu i bez něj: sporty a další aktivity</i>. Edtion ed.: Portál, 2003. ISBN 8071787620.</p> <p>FORAN, B. AND R. POUND <i>Complete conditioning for basketball</i>. Edtion ed.: Human kinetics, 2007. ISBN 0736057846.</p> <p>GNAD, T. <i>Základy teorie lyžování a snowboardingu</i>. Edtion ed.: Karolinum, 2008. ISBN 8024615878.</p> <p>GNAD, T. AND D. PSOTOVÁ. <i>Běh na lyžích</i>. 1. vyd. Praha: Karolinum, 2005.</p> <p>HAFF, G. G. AND S. NIMPHIUS <i>Training principles for power</i>. <i>Strength & Conditioning Journal</i>, 2012, 34(6), 2-12.</p> <p>ILAVSKÝ, J. A. K. <i>Běh na lyžích – metodický dopis</i>. Edtion ed.: ÚBD SLČR, 2005.</p> <p>JEBAVÝ, R., V. HOJKA AND A. KAPLAN <i>Rozcvičení ve sportu</i>. Edtion ed.: Grada, 2014. ISBN 8024745259.</p>			

JEBAVÝ, R., V. HOJKA AND A. KAPLAN *Kondiční příprava ve sportovních hrách*. Edtion ed. Praha: Grada publishing a.s., 2017. 192 p. ISBN 978-80-247-4072-0.

JEBAVÝ, R., J. HORČIC AND L. ZEMANOVÁ. Kondiční příprava, soubory silových, odrazových a koordinačních cvičení. In. Praha: UK FTVS, 2008.

TWIST, P. *Complete conditioning for hockey*. Edtion ed.: Human Kinetics, 2007. ISBN 0736060340.

VINDUŠKOVÁ, J. *Abeceda atletického trenéra*. Grada, Praha, 2003.

VINDUŠKOVÁ, J. A. K. *Základy atletiky*. Edtion ed. Praha: UK FTVS, 2006.

Informace ke kombinované nebo distanční formě

Rozsah konzultací (soustředění)	40	hodin
---------------------------------	----	-------

Informace o způsobu kontaktu s vyučujícím

Vzory studijních distančních textů a multimediálních pomůcek

<http://www.ftvs.cuni.cz/katedry/ka/Zakladyatletiky.pdf>

http://www.ftvs.cuni.cz/Katedry/ka/Didaktika_skolni_atletiky.zip