

Popis předmětu

Zkratka předmětu:	KAS/KVTB	Strana:	1 / 3
Název předmětu:	Vysokohorská turistika B		
Akademický rok:	2023/2024	Tisknuto:	02.06.2024 16:40

Pracoviště / Zkratka	KAS / KVTB			Akademický rok	2023/2024
Název	Vysokohorská turistika B			Způsob zakončení	Zápočet
Akreditováno/Kredity	Ano, 2 Kred.			Forma zakončení	Ústní
Rozsah hodin	Kurz 5 [DNY/SEM]				
Obs/max	Statut A	Statut B	Statut C	Zápočet před zkouškou	NE
Letní semestr	0 / -	4 / -	0 / 0	Počítán do průměru	NE
Zimní semestr	0 / -	0 / -	0 / 0	Min. (B+C) studentů	nestanoveno
Rozvrh	Ano			Opakovaný zápis	NE
Vyučovací jazyk	Čeština			Vyučovaný semestr	Zimní, Letní
Volně zapisovatelný předmět	Ano			Počet dnů praxe	0
Hodnotící stupnice	S\N				
Počet hodin kontaktní	Ne				
Automat. uzn. záp. před zk.					
Periodicita	K				
Nahrazovaný předmět	KUT/KVTB				
Vyloučené předměty	Nejsou definovány				
Podmiňující předměty	Nejsou definovány				
Předměty informativně doporučené	Nejsou definovány				
Předměty, které předmět podmiňuje	Nejsou definovány				

Cíle předmětu (anotace):

Předmět je zaměřen na turistiku a pohyb ve vysokohorském terénu. Cílem programu je osvojit si techniku chůze v exponovaném horském terénu s dodržováním všech bezpečnostních pravidel. Seznámit studenty s horolezeckým materiálem, použitím teleskopických holí a umělých pomůcek při vysokohorské turistice. Důraz je kladen na vedení a chování družstva při túře. Zabývá se plánováním a organizací kurzů turistiky pro potřeby školní tělesné výchovy a jejich uplatnění v praxi (výlety, turistické kroužky, soustředění).

Požadavky na studenta

Zápočtové požadavky:

- Aktivní účast na kurzu v plném rozsahu.
- Manipulace s horolezeckým materiálem (uzly).
- Plánování a organizace turistické akce (itinerář túry).
- Písemný test z teorie.

Obsah

- Vybavení pro turistiku (turistická výstroj a výzbroj).
- Jisticí, ochranné a umělé prostředky (úvazy, lano, karabiny, stoupací železa, cepín, řetězy, žebříky, kruhy).
- Manipulace z lanem (základní uzly, balení lana).
- Technika pohybu (chůze, výstup, sestup, lezecký pohyb, používání teleskopických holí, různé druhy terénu).
- Plánování turistické akce (příprava, výběr túry, organizace, vedení družstva).
- Taktika chování a znalost hor (stravování, fyzická příprava, aklimatizace).
- Bezpečnost v horách (zásady, bezpečnostní pravidla, bezpečný pohyb, nouzové signály, první pomoc).
- Orientace v terénu (turistické mapy, turistické značení).
- Doplňková činnost: strečink, relaxace a regenerace.

Předpoklady - další informace k podmíněnosti studia předmětu

Předmět je určen studentům v bakalářské etapě kombinovaného studia pro studijní obory TVS, ATV, OCH, APA, REk, kteří absolvovali Kurz pobytu v letní přírodě (FTK/KKPL).

Získané způsobilosti

Student po absolvování předmětu:

- Ovládá techniku chůze v exponovaném terénu dle svých individuálních předpokladů.
- Umí správně manipulovat a používat horolezecký materiál a umělé zabezpečovací pomůcky.
- Zná bezpečnostní pravidla při pohybu v horském terénu a dodržuje je.
- Umí vyhodnotit a řešit nenadálé situace.

Studijní opory**Garanti a vyučující**

- **Garanti:** Mgr. Taťána Bank Navrátková (100%)
- **Cvičící:** Mgr. Karel Hůlka, Ph.D. (100%), Mgr. Barbora Sládečková (100%), doc. Mgr. Zdeněk Svoboda, Ph.D. (100%), Mgr. Michal Valenta (100%)
- **Vede seminář:** Mgr. Taťána Bank Navrátková (100%)

Literatura

- **Doporučená:** Ardito, S., Brož, I., & Carpio, M. (1998). *Alpy - příroda, turistika, výstupy*. Praha: Cesty.
- **Doporučená:** Schubert, P. *Bezpečnost a riziko na skále, sněhu a ledu*. Plzeň: Kletř, 1997. ISBN 80-85822-27-X.
- **Doporučená:** Procházka, V., & Rakoncaj, J. *Horolezectví*. 1. přeprac. vyd. Praha: Olympia, 1990.
- **Doporučená:** Horolezectví. (Creasey, M.)
- **Doporučená:** Dieška, I., Širl, V. *Horolezectví zblízka*. Praha: Olympia, 1989.
- **Doporučená:** Schrag, K. (1997). *Horská turistika ;: Trekking*. Praha: Goldstein and Goldstein.
- **Doporučená:** Kostřicová, B. (2007). *Ledovcová turistika*. V Praze: Dauphin.
- **Doporučená:** Budworth, G. (2006). *Nejužitečnější uzly*. Praha: Svojtka.
- **Doporučená:** Petr, F. (1929). *Olejomalba a enkaustika*. Praha: Peometheus.
- **Doporučená:** Podhorský, M. (1996). *Pěší turistika v Julských Alpách: 50 nejkrásnějších turistických tras po horách a údolích Julských Alp*. Praha: Freytag & Berndt.
- **Doporučená:** *Průvodce Vysokých Tater*.
- **Doporučená:** Watkins, D., Dalal, M., Langley, J., & English, M. (1995). *Táboření a turistika*. Bratislava: Mladé letá.
- **Doporučená:** Hejl, I. et al. *Turistika v horách*. 3. dopl. a rozš. vyd. Praha: Olympia, 1990. ISBN 80-7033-023-6.
- **Doporučená:** Raleigh, D., Clelland, M., & Holub, M. (2009). *Uzly a lana pro horolezce*. Praha: Fragment.
- **Doporučená:** Elstner, F. *Vázání uzlů*. Praha: Atos, 1993. ISBN 80-900356-7-1.
- **Doporučená:** Winter, S., & Česenková, L. (2003). *Vysokohorská turistika*. České Budějovice: KOPP.
- **Doporučená:** Bošतिकová, S. (2004). *Vysokohorská turistika: vybavení, znalosti a dovednosti, bezpečnost, tipy na túry*. Praha: Grada Publishing.
- **Doporučená:** Kováč, B. *Západné Tatry*. Bratislava: Svornosť, 2001.

Časová náročnost**Všechny formy studia**

Aktivita	Časová náročnost aktivity [h]
Účast na výuce	40
Domácí příprava na výuku	5
Příprava na zápočet	10
Celkem:	55

Vyučovací metody

Dialogická (diskuze, rozhovor, brainstorming)
 Pozorování
 Demonstrace
 Návuk pohybových a pracovních dovedností

Hodnotící metody

Analýza výkonů studenta
 Didaktický test
 Systematické pozorování studenta

Předmět je zařazen do studijních programů:

Studijní program	Typ stud.	Forma stud.	Obor	Etap	V.st.pl.	Rok	Blok	Statut	D.roč.	D.sem.
Tělesná výchova a sport	Bakalářský	Kombinov	Ochrana obyvatelstva	1	2016	2023	B - Povinně volitelné předměty - kurzy	B	2	
Tělesná výchova a sport	Bakalářský	Kombinov	Tělesná výchova a sport	1	2016	2023	B - povinně volitelné předměty - Tělesná výchova a sport KS	B	2	LS
Tělesná výchova a sport	Bakalářský	Kombinov	Tělesná výchova a sport	1	2016	2023	B - Povinně volitelné předměty - kurzy	B	2	
Tělesná výchova a sport pro vzdělávání se specializacemi	Bakalářský	Kombinov	Tělesná výchova a sport pro vzdělávání se specializacemi	1	2019	2023	B - Povinně volitelné předměty - kurzy	B		LS
Tělesná výchova a sport pro vzdělávání se specializacemi	Bakalářský	Kombinov	Tělesná výchova a sport pro vzdělávání se specializacemi	1	2019	2023	B - Povinně volitelné předměty - kurzy	B		LS
Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání a ochranu obyvatelstva	Bakalářský	Kombinov	Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání a ochranu obyvatelstva	1	2019	2023	B - Povinně volitelné předměty - kurzy	B		LS
Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání a speciální pedagogiku	Bakalářský	Kombinov	Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání a speciální pedagogiku	1	2019	2023	B - Povinně volitelné předměty - kurzy	B		LS