

ZÁKLADY ÚPOLOVÝCH SPORTŮ PRO OSP

Předmět je zaměřen na praktické osvojení úpolových dovedností založené na znalostech funkční anatomie včetně základů sebeobranu osob se zdravotním oslabením a postižením. Student si osvojí širokou škálu úpolových her, mobilizačních cvičení souvisejících s úpolovou přípravou vhodných pro aplikace v tréninku osob s různým zdravotním oslabením a postižením.



ROZSAH:

0/2 (28 praktických lekcí)

MÍSTO:

UK FTVS

VSTUPNÍ ÚROVEŇ DOVEDNOSTÍ:

► Náplň předmětu je praktická, proto student nemusí mít žádnou předchozí zkušenost, pouze by měl mít chuť sportovat.

VHODNÉ PRO STUDENTY:

- **se sluchovým postižením**
- **se zrakovým postižením**
(střední slabozrakost – silná slabozrakost ano; nevidomí studenti - pouze s asistentem)
- **s tělesným postižením**
(amputace: do podkolení amputace, exartikulace v loketním kloubu)
- **na vozíku**
pouze s asistentem

CO SE NAUČÍTE:

Student si osvojí široký rejstřík úpolových her, základní obranné techniky a základy sebeobranu a dále základy technik vybraných úpolových sportů – judo, karate, Tai-či a jiné.

KONTAKT:

PhDr. Veronika Holá
hola@ftvs.cuni.cz

ASISTENT:

Asistent bez speciálních znalostí a dovedností. Asistent je nápomocný při realizaci zadaného a vyučujícím popsaného cvičení. Asistenta si studenti zajistí sami, případně s jeho zajištěním může pomoci Cetrum Carolina.