

INŠTRUKTOR TURISTIKY

Učebné texty pre inštruktorov turistiky 1. Kvalifikačného stupňa, všeobecná časť

Jaroslav Kompán et al. Bratislava 2015 3

Učebné texty boli vydané v spolupráci s Katedrou telesnej výchovy a športu Filozofickej fakulty Univerzity Mateja Bela pre účely školenia inštruktorov turistiky 1.kvalifikačného stupňa

Autori: PaedDr. Jaroslav Kompán, PhD., doc. Miroslav Nemeč, PhD., doc. PaedDr. Štefan Adamčák, PhD., Mgr. Miroslava Rošková, PhD., doc.PaedDr. Martin Pupiš, PhD., PaedDr. Peter Mandzák, PhD., PaedDr. Božena Paugschová, PhD., PaedDr. Lívia Nemcová, PhD.

Recenzenti: Prof. PaedDr. Karol Görner, PhD. PaedDr. Martin Belás, PhD

Zostavovateľ: PaedDr. Jaroslav Kompán, PhD.; **Vydavateľ:** Klub Slovenských turistov

OBSAH

ÚVOD

UČEBNÉ PLÁNY VZDELÁVACIEHO PROGRAMU

VŠEOBECNÁ ČASŤ

1.1 ANATÓMIA

1.2 FYZIOLOGIA ČLOVEKA

1.3 FYZIOLOGIA TELESNÝCH CVIČENÍ

1.4 BIOMECHANIKA

1.5 DIAGNOSTIKA TRÉNOVANOSTI

1.6 REGENERÁCIA

1.7 ZÁKLADY PRVEJ POMOCI

1.8 PSYCHOLÓGIA ŠPORTU

1.9 VÝŽIVA V ŠPORTE

1.10 PEDAGOGIKA

1.11 TEÓRIA A DIDAKTIKA ŠPORTU

ÚVOD

Poslaním Klubu Slovenských turistov(KST),ako najväčšej turistickej organizácie na Slovensku je aj vzdelávanie odborníkov v športe so zameraním na jednotlivé druhy turistiky. Je to podmienené historickým vývojom turistických aktivít na Slovensku. V súčasnej dobe zaznamenávame opätovne sa zvyšujúci záujem o pobyt v prírode, ktorý súvisí s rozvojom cestovného ruchu na Slovensku. Je to spôsobené budovaním infraštruktúry a skvalitnením služieb v tomto segmente, ako aj zmenou životného štýlu obyvateľstva. Vzdelávací program pre získanie kvalifikácie inštruktora turistiky I., II. a III. stupňa je jednou z foriem vzdelávania odborníkov v športe v rámci krajín EÚ zadaného v „Jednotnom vzdelávacom systéme odborníkov v športe“. Jeho cieľom je pripraviť špecializovaných odborníkov, ktorí spĺňajú profil absolventa – inštruktora. Vzdelávací program Sprostredkováva najnovšie poznatky z Vied o športe a príslušnej športovej špecializácie. Organizačné zabezpečenie a riadenie vzdelávacích programov je realizované v rámci Klubu Slovenských turistov a jednotlivých sekcií presunovej turistiky.

Absolvent I. stupňa je špecializovaný odborník v konkrétnom druhu turistiky (pre ktorý, alebo ktoré sa rozhodne v špeciálnych častiach školení realizovaných v rámci KST). Absolvovaním získa a preukáže dostatočné množstvo poznatkov, praktických skúseností a zručností, ktoré mu umožňujú vykonávať prácu inštruktora na úrovni turistiky (vybraného druhu/druhov) pre všetkých so záujemcami všetkých vekových kategórií. V tejto publikácii sme pre Vás pripravili učebné texty zo všeobecnej časti školenia inštruktorov turistiky. Prinášame Vám základné poznatky z veľmi širokého spektra odborných predmetov, ktoré by mali byť základom vzdelania odborníka- inštruktora. Poslaním inštruktora je okrem odbornej a metodickej činnosti vykonávať aj verejno-prospešnú činnosť súvisiacu s jeho kvalifikáciou. Tieto činnosti sa stávajú jeho osobným poslaním v úsilí o udržateľnosť a rozvoj turistickeho hnutia. Tým inštruktorská činnosť získava aj svoju spoločenskú prestíž, ale aj mieru zodpovednosti. Preto získané vedomosti by mali byť len základným kameňom v rámci cesty osobného celoživotného vzdelávania.

Kolektív autorov Vám praje úspešné vkročenie do inštruktorskej rodiny Klubu Slovenských turistov!

Elektronická verzia učebnice je k dispozícii a bude prístupná účastníkom školenia. Tlačová verzia sa pripravuje.