

Sylabus modulu B_BPÚRV programu Vzdělávání sportovního managementu – Bezpečnost, prevence úrazů a regenerace ve sportu přináší základní pohled na tuto oblast ve vztahu ke sportu obecně. Na oblast bezpečnosti, prevence proti úrazům a regeneraci ve sportu je vždy kladen velký důraz. Pozornost tak bude zaměřena na základní principy v dané oblasti s praktickým využitím v různém sportovním prostředí. Záměrem bude informovat o důležitosti a významu oblasti bezpečnosti ve sportu s využitím pro práci s jednotlivci, ale i s jednotlivými skupinami sportovců.

Cíle modulu

Cílem modulu je představit studentům oblast bezpečnosti, prevence proti úrazům a regenerace ve sportu, přesněji jak získat obecné základy a zdůraznit důležitost dané oblasti v návaznosti na ochranu zdraví jednotlivců s výhledem zvýšení výkonnosti jednotlivých sportovců sportovních i neziskových organizací. Tato oblast v sobě zahrnuje pravidla, metody, postupy, ale také poznatky a zkušenosti nabitě praxí. Absolventi tohoto modulu se budou lépe orientovat v dané oblasti a správnou aplikací do praxe zajistí organizaci maximální výkon a minimální úrazovost svých členů sportovních i neziskových organizací.

Plán a výukové metody

Výuka probíhá formou přednášky s výkladem základních informací vztažených k subjektům pohybujících se ve sportu - právnických osob a fyzických osob sportovních i neziskových organizací.

1. Bezpečnost právnických a fyzických osob

- 1.1. Zákonné požadavky na BOZP, Dokumentace, Školení
- 1.2. Prostedí výkonu činnosti
- 1.3. Pravidla bezpečného a zdravého sportování
- 1.4. Příčiny vzniku úrazů
- 1.5. Prevence poranění obecně, preventivní opatření
- 1.6. Nejčastější poranění, jednotlivé případy - příklady

2. První pomoc

- 2.1 První pomoc obecně
- 2.2 Zásady první pomoci při úrazu
- 2.3 Oznámení úrazu na IBP

3. Regenerace ve sportu

- 3.1. Regenerace po výkonu
- 3.2. Regenerační prostředky
- 3.3. Jednotlivé druhy regeneračních prostředků

DOPORUČENÁ LITERATURA

Zákoník práce č. 262/2006 Sb., Zákony pro lidi.cz [online]. © AION CS, 2017 [vid. 2017-04-09].

Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-262>

Zákon č. 309/2006 Sb. - Zákon, kterým se upravují další požadavky bezpečnosti a ochrany zdraví při práci. Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2006-309>

Trestní zákoník č.40/2009 Sb., Zákony pro lidi.cz [online]. © AION CS, 2017 [vid. 2017-04-09].
Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2009-40>

Občanský zákoník č. 89/2012 Sb., Zákony pro lidi.cz [online]. © AION CS, 2017 [vid. 2017-04-09].
Dostupné z: <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2012-89>

TAJČ, Tomáš. Bezpečnost a první pomoc [online]. Praha, 2006 [vid. 2017-04-17]. Dostupné z:
<http://www.ctujm.cz/velkaplacka/velkaplacka2014lektori/2014bezpecnosttajc.pdf>

MALÁ, Lucie a David PEŘAN. První pomoc pro všechny situace: v souladu s evropskými doporučeními 2015. Ilustroval Radek BENDA. Praha: Vyšehrad, 2016. ISBN 978-80-7429-693-2.

BERNACIKOVA, Martina, Jan CACEK, Lenka DOVRTĚLOVÁ, et al. *Regenerace a výživa ve sportu*. 2., přepracované vydání. Brno: Masarykova univerzita, 2017. ISBN 978-80-210-8810-8.