

## **Abstrakt**

**Název práce:** Metodický postup výuky orientačního běhu na kursu UK FTVS Turistika sporty v přírodě

**Cíle práce:** Cílem práce byla inovace metodického manuálu pro výuku orientačního běhu na kursu Turistika a sporty v přírodě na UK FTVS. Pilotní projekt byl zároveň ověřen v praxi na několika kursech.

**Metody:** Expertní šetření pilotní verze, která byla ozkoušena na téměř 280 studentech. Dotazníkové šetření pro učitele a externí spolupracovníky katedry sportů v přírodě. Rozhovor a rešerše literatury při sestavování metodického manuálu.

**Výsledky:** Inovovaný metodický manuál pro výuku orientačního běhu na kursu Turistika a sporty v přírodě. Výuka byla změněna zejména v počátcích výuky orientace, kdy byla zařazena praktická cvičení pro osvojení si základních dovedností, jako je orientace mapy, udržení směru postupu, volba postupu či odhad vzdálenosti. Velkým přínosem je využití elektronického systému SPORTident, který nácvik nejen obohacuje, ale i poskytuje kvalitní data pro zpětnou analýzu tréninku či závodu.

**Klíčová slova:** orientace v přírodě, Rámcový vzdělávací program, SPORTident, OCAD