

# OBSAH

1. Aeróbné cvičenia.....	2
2. Aeróbné cvičenia.....	4
3. Anatómia človeka a fyziológia.....	6
4. Bakalárska práca a jej obhajoba.....	9
5. Biomechanika a antropomotorika.....	11
6. Fitness 1.....	16
7. Fitness 2.....	18
8. Florbal.....	20
9. Florbal.....	23
10. Gymnastika.....	26
11. Individuálne športy I.....	28
12. Individuálne športy II.....	32
13. Kolektívne športy I.....	34
14. Kolektívne športy II.....	37
15. Outdoorové letné činnosti.....	40
16. Pedagogická prax I. hospitačno-asistentská.....	42
17. Pedagogická prax I. hospitačno-asistentská.....	46
18. Plážové športy.....	50
19. Plážové športy.....	52
20. Rekreačný aerobik.....	54
21. Rekreačný aerobik.....	56
22. Seminár k bakalárskej práci I.....	58
23. Seminár k bakalárskej práci II.....	60
24. Tanečná príprava.....	62
25. Tanečná príprava.....	64
26. Výživa športovcov a obyvateľstva.....	66
27. Výživa športovcov a obyvateľstva.....	68
28. Zdravotná telesná výchova.....	70
29. Základné lokomócie.....	74
30. Základy telesnej kultúry.....	78
31. Základy tenisu.....	81
32. Základy tenisu.....	83
33. Základy tvorby pohybovej skladby.....	85
34. Základy tvorby vedeckej práce.....	87
35. Úpolové cvičenia.....	90
36. Úpolové cvičenia.....	92
37. Špecializácia - Atletika 1.....	94
38. Špecializácia - Atletika 2.....	97
39. Špecializácia - Atletika 3.....	100
40. Špecializácia - Atletika 4.....	103
41. Športová gymnastika.....	106

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV15/22	<b>Názov predmetu:</b> Aeróbne cvičenia
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 3., 5.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín Cvičenia 26 hodín + príprava na cvičenia 15 hodín + príprava seminárnej práce a prezentácie 14 hodín + samoštúdium 18 hodín + účasť praktickej prezentácii 2 hodiny. Podmienky: Aktívna účasť na cvičeniach a praktický výstup. V priebehu semestra vypracuje študent v tíme (2-3 študenti) praktickú prípravu podľa zadania vyučujúceho a prezentuje ho na cvičení (30 bodov). Na konci semestra absolvuje študent písomný test. (20 bodov). Študent samostatne vytvorí ukážkovú hodinu aeróbnych cvičení a prakticky ju overí. Hodnotí sa výber cvičení, organizácia a spôsob vyjadrovania (terminológia, prístup k žiakovi, klientovi). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 30 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent vie použiť svoje vedomosti získané počas hodín aeróbnych cvičení v praxi;</li><li>• študent identifikuje a interpretuje základné pojmy ako sú aeróbne cvičenia, vie ich charakterizovať a využiť v praxi. osvojí si základné zručnosti, potrebné pre zvládnutie vedenia hodiny aeróbnych cvičení;</li><li>• analyzuje zásady a princípy tvorby cvičebnej jednotky s využitím aeróbnych cvičení;</li><li>• rozumie a vie použiť správnu terminológiu pri popise a komunikácii so žiakom, klientom;</li><li>• študent sa pripraví v skupine na praktický na výstup a vypracuje si prípravu. študent na základe poznatkov vie prispôbiť a využiť formy a prostriedky v príprave na hodinu;</li><li>• študent vie na základe získaných vedomostí komunikovať s laickou verejnosťou, vie použiť problémové riešenia situácie.</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• charakteristika aeróbnych cvičení;</li><li>• význam, ciele a úlohy aeróbnych cvičení v rekreačnom športe a v telesnej a športovej výchove;</li><li>• aeróbne cvičenie ako prostriedok formovania postavy;</li><li>• zdravotné aspekty aeróbnych cvičení;</li><li>• praktické hodiny aeróbnych cvičení bez náčinia a náradia;</li></ul>	

- jogging, nordic walking, spinning, hit tréning, aerobik, skákanie cez švihadlo;
- praktické hodiny aeróbnych cvičení bez využitia náčinia s rôznou intenzitou zaťaženia, štruktúrou, obsahom, frekvenciou;
- využívanie rôznych prostriedkov pri zisťovanej intenzity zaťaženia (sporttestery, palpačná metóda, borgova škála) ;

**Odporúčaná literatúra:**

BLAHUŠOVÁ, E.2004. Pilatesova metoda II. Praha: Olympia, 2004. 230 s. ISBN 80-7033-841-5.

BLAHUŠOVÁ, E. 2005. Wellness, fitness. Praha: Karolinum 2005. 235 s. ISBN 80-246-0891-X

HALMOVÁ, N. 2012. Ako si udržať kondíciu a vytvarovať postavu. Modelový program zameraný na prevenciu a odstraňovanie civilizačných chorôb. Nitra: PF UKF 2012, 156 s. ISBN978-80-558-0061-5

HALMOVÁ, N., KANÁSOVÁ, J., ŠIŠKA, L. Physical fitness and level of body components in the 11-15-year old population in west Slovakia. In: Trends in Sport Science. - ISSN 2299-9590, Roč. 26, č. 1 (2019), s. 21-26. I.

KRČMÁR,M., HALMOVÁ,N., KRAJČOVIČ,J., KRČMÁROVÁ,B. Muscular Strength, Functional Fitness, Body Composition, and Quality of Life after 12 Weeks of Detraining in Older Females . DOI 10.1080/02703181.2020.1809602. In: Physical and Occupational Therapy in Geriatrics. - ISSN 0270-3181, Vol. 38, no. 3 (2020), s. 1-15.

RAISIN, L. 2005. 120 cvičení pro dobrou postavu. Praha: Portál, 2005. 161 s. ISBN 80-7178-918-6.

ŠIMONEK, J. a kol : 2013. Modelové programy pohybových aktivít zacielených na prevenciu a odstraňovanie civilizačných chorôb u adolescentov. Nitra : UKF, 2013. 539 s. ISBN 978-80-558-0424-8.

Časopisy MUSSCLE AND FITNESS /<https://www.muscle-fitness.sk>

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 0

A	B	C	D	E	FX
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., Mgr. Bohumila Krčmárová, PhD., Mgr. Andrea Domčeková,

**Dátum poslednej zmeny:** 21.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV15/22	<b>Názov predmetu:</b> Aeróbne cvičenia
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 4., 6.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín Cvičenia 26 hodín + príprava na cvičenia 15 hodín + príprava seminárnej práce a prezentácie 14 hodín + samoštúdium 18 hodín + účasť praktickej prezentácii 2 hodiny. Podmienky: Aktívna účasť na cvičeniach a praktický výstup. V priebehu semestra vypracuje študent v tíme (2-3 študenti) praktickú prípravu podľa zadania vyučujúceho a prezentuje ho na cvičení (30 bodov). Na konci semestra absolvuje študent písomný test. (20 bodov). Študent samostatne vytvorí ukážkovú hodinu aeróbnych cvičení a prakticky ju overí. Hodnotí sa výber cvičení, organizácia a spôsob vyjadrovania (terminológia, prístup k žiakovi, klientovi). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 30 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent vie použiť svoje vedomosti získané počas hodín aeróbnych cvičení v praxi;</li><li>• študent identifikuje a interpretuje základné pojmy ako sú aeróbne cvičenia, vie ich charakterizovať a využiť v praxi. osvojí si základné zručnosti, potrebné pre zvládnutie vedenia hodiny aeróbnych cvičení;</li><li>• analyzuje zásady a princípy tvorby cvičebnej jednotky s využitím aeróbnych cvičení;</li><li>• rozumie a vie použiť správnu terminológiu pri popise a komunikácii so žiakom, klientom;</li><li>• študent sa pripraví v skupine na praktický na výstup a vypracuje si prípravu. študent na základe poznatkov vie prispôbiť a využiť formy a prostriedky v príprave na hodinu;</li><li>• študent vie na základe získaných vedomostí komunikovať s laickou verejnosťou, vie použiť problémové riešenia situácie.</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• charakteristika aeróbnych cvičení;</li><li>• význam, ciele a úlohy aeróbnych cvičení v rekreačnom športe a v telesnej a športovej výchove;</li><li>• aeróbne cvičenie ako prostriedok formovania postavy;</li><li>• zdravotné aspekty aeróbnych cvičení;</li><li>• praktické hodiny aeróbnych cvičení bez náčinia a náradia;</li></ul>	

- jogging, nordic walking, spinning, hit tréning, aerobik, skákanie cez švihadlo;
- praktické hodiny aeróbnych cvičení bez využitia náčinia s rôznou intenzitou zaťaženia, štruktúrou, obsahom, frekvenciou;
- využívanie rôznych prostriedkov pri zisťovanej intenzity zaťaženia (sporttestery, palpačná metóda, borgova škála) ;

**Odporúčaná literatúra:**

BLAHUŠOVÁ, E.2004. Pilatesova metoda II. Praha: Olympia, 2004. 230 s. ISBN 80-7033-841-5.

BLAHUŠOVÁ, E. 2005. Wellness, fitness. Praha: Karolinum 2005. 235 s. ISBN 80-246-0891-X

HALMOVÁ, N. 2012. Ako si udržať kondíciu a vytvarovať postavu. Modelový program zameraný na prevenciu a odstraňovanie civilizačných chorôb. Nitra: PF UKF 2012, 156 s. ISBN978-80-558-0061-5

HALMOVÁ, N., KANÁSOVÁ, J., ŠIŠKA, L. Physical fitness and level of body components in the 11-15-year old population in west Slovakia. In: Trends in Sport Science. - ISSN 2299-9590, Roč. 26, č. 1 (2019), s. 21-26. I.

KRČMÁR,M., HALMOVÁ,N., KRAJČOVIČ,J., KRČMÁROVÁ,B. Muscular Strength, Functional Fitness, Body Composition, and Quality of Life after 12 Weeks of Detraining in Older Females . DOI 10.1080/02703181.2020.1809602. In: Physical and Occupational Therapy in Geriatrics. - ISSN 0270-3181, Vol. 38, no. 3 (2020), s. 1-15.

RAISIN, L. 2005. 120 cvičení pro dobrou postavu. Praha: Portál, 2005. 161 s. ISBN 80-7178-918-6.

ŠIMONEK, J. a kol : 2013. Modelové programy pohybových aktivít zacielených na prevenciu a odstraňovanie civilizačných chorôb u adolescentov. Nitra : UKF, 2013. 539 s. ISBN 978-80-558-0424-8.

Časopisy MUSSCLE AND FITNESS /<https://www.muscle-fitness.sk>

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 0

A	B	C	D	E	FX
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., Mgr. Bohumila Krčmárová, PhD., Mgr. Andrea Domčeková,

**Dátum poslednej zmeny:** 21.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV01/22	<b>Názov predmetu:</b> Anatómia človeka a fyziológia
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Prednáška / Seminár <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 / 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 / 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 6	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 1.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 150 hodín Prednášky prezenčné 26 hodín + semináre 26 hodín + príprava na semináre 40 hodín + samoštúdium a príprava na skúšku 56 hodín + účasť na skúške 2 hodiny. Podmienky: Aktívna účasť na seminároch ústna skúška. Na konci semestra absolvuje študent ústnu skúšku. Skúška pozostáva z ústnej časti a praktickej ukážky na anatomickom modeli. Na skúške sa hodnotí: ústna odpoveď, praktická ukážka, aktivita študenta počas semestra na seminári (100 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 70 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent vie použiť svoje vedomosti z anatómie a fyziológie a chápe ich profesionálne k svojej budúcej praxi;</li><li>• študent nadobudne znalosti z anatómie jednotlivých systémov ľudského tela ;</li><li>• získava schopnosť používať latinskú terminológiu;</li><li>• má vedomosti o funkciách jednotlivých orgánov a orgánových systémov;</li><li>• vie identifikovať základné pojmy v anatómii človeka a fyziológie;</li><li>• študent má schopnosť získavať, ale ja interpretovať údaje a fakty v anatómii ;</li><li>• študent vie na základe získaných vedomostí komunikovať s verejnosťou, vie použiť problémové riešenia situácie;</li><li>• rozumie jednotlivým sústavám má schopnosť ich identifikovať na základe fyziologickej podstaty z hľadiska pohybovej aktivity;</li><li>• má zručnosti, ktoré vie samostatne využiť pre vzdelávanie sa v ďalšom štúdiu;</li><li>• analyzuje jednotlivé pojmy a aplikuje získané vedomosti z anatómie človeka a fyziológie;</li><li>• získané teoretické a praktické vedomosti vie použiť v praxi.</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• charakteristika odboru, historický pohľad. základné pojmy;</li><li>• funkčná morfológia tkanív, fyziológia anatomických sústav, fyziológia svalstva buniek a tkanív;</li><li>• kostrová sústava. pohybová sústava, rast tela;</li></ul>	

- srdce, krv a krvný obeh;
- dýchací systém;
- tráviaca sústava, termoregulácia;
- močová sústava a vylučovanie;
- zmyslové orgány;
- pohlavná sústava;
- nervová sústava, CNS;
- endokrinný systém;
- svaly- mikroštruktúra myofilamentov, aktín, myozín, inervácia kostrových svalov. svalový sťah, ATP, CP, rýchle a pomalé svalové vlákna, pyramídová dráha, pohybové stereotypy, svalové nerovnováhy;
- lymfatický systém.

### Odporúčaná literatúra:

- BÍNOVSKÝ, A. 1997. Anatomia 1, 2. Bratislava: UK 1997
- ČERVÍNKOVÁ, Z. a kol. 2002. Návod k praktickým cvičením z lekárske fyziologie. Karolinum. 2000
- ČIHÁK, R. 2002. Anatomie I., II., III. Praha. Grada. 2002
- DAUBNER, V. 2007. Feneisuv obrazový slovník anatomie. Praha. Grada. 2007
- DYLEVSKÝ, I. 2006. Základy anatomie. Praha: Triton, 2006. 272 s. ISBN 80-7254-886-7.
- DYLEVSKÝ, I. 2009. Funkční anatomie. 1. vyd. Praha: Grada Publishing, 2009. 544s. ISBN 978-80-247-3240-4.
- JAVORKA, K. a kol. 2006. Lekárska fyziológia, Martin. Osveta. 2006 MCCRACKEN, T. 2002. Nový atlas anatomie človeka. Columbus. 2002.
- KANÁSOVÁ, J. 2008. Reducing shortened muscles in 10-12-year-old boys through a physical exercise programme, 2008. In. Medicina Sportiva. - ISSN 1429-0022, Vol. 12, no. 4 (2008), p. 115-123.
- KRČMÁR, M et al. 2018. Acute effects of different durations of static stretching on the eccentric strength and power of leg flexor muscles, 2018. In. Isokinetics and Exercise Science. - ISSN 0959-3020, Vol. 26, no. 1 (2018), p. 43-52.
- MURGAŠ, M. 2006. Vybrané kapitoly z anatómie a fyziológie človeka s klinickými aplikáciami, Martin. Osveta. 2006
- MUSILOVÁ, E. 2015. Anatomia. Vysokoškolské skriptá. Merkur s.r.o. 182 s. 2015. ISBN: 978-80-972088-7-5
- SILBERNAGL, S., DESPOPOLUS, A. 2004. Atlas fyziologie človeka. Praha. Grada. 2004
- ŠTULRAJTER, V. 1996. Fyziológia človeka. Bratislava: FTVŠ UK 1996
- TROJAN, S. a kol. 2003. Lékařská fyziologie. Praha. Grada. 2003

### Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

slovenský

### Poznámky:

### Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 374

A	B	C	D	E	FX
13.9	16.31	16.58	14.97	20.86	17.38

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Janka Kanásová, PhD., MUDr. Jozef Zimmermann,

**Dátum poslednej zmeny:** 19.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.



## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/SSBPO/22	<b>Názov predmetu:</b> Bakalárska práca a jej obhajoba
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> Za obdobie štúdia: <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 10	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 5., 6..	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Napísanie bakalárskej práce a jej obhajoba	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent vie pracovať s dostupnou literatúrou a analyzovať ju;</li><li>• študent vie použiť základné metodické postupy pri tvorbe bakalárskej práce;</li><li>• študent dokáže uviesť ako aplikovať získané poznatky v praxi;</li><li>• študent vie odprezentovať výsledky svojej záverečnej práce;</li><li>• študent dokáže reagovať na otázky školiteľa, oponenta a komisie.</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• predbežný knižničný prieskum;</li><li>• zorientovanie sa v problematike bakalárskej práce;</li><li>• vytvorenie štruktúry práce;</li><li>• vyhľadávanie a štúdium zdrojov;</li><li>• excerpovanie zdrojov;</li><li>• stanovenie cieľov, prípadne problému práce;</li><li>• samotné písanie práce;</li><li>• obhajoba práce.</li></ul>	
<b>Odporúčaná literatúra:</b> <p>KATUŠČÁK, D. 1998. Ako písať vysokoškolské a kvalifikačné práce. Bratislava : Stimul, 1998, 122 s., ISBN 80-85697-82-3.</p> <p>GAVORA, P. a kol. 2010. Elektronická učebnica pedagogického výskumu. [online]. Bratislava : Univerzita Komenského, 2010. Dostupné na: <a href="http://www.e-metodologia.fedu.uniba.sk/">http://www.e-metodologia.fedu.uniba.sk/</a> ISBN 978-80-223-2951-4.</p> <p>HENDL, J. 2004. Přehled statistických metod zpracování dat. Praha : Portál, 2004, 584 s. ISBN 80-7178-820-1.</p> <p>HENDL, J. 2005. Kvalitativní výskum. Praha : Portál, 2004, 407 s. ISBN 80-7367-040-2.</p> <p>MEŠKO, D. a kol. 2005. Akademická příručka. Martin : Osveta, 2005, 496 str., ISBN 80-8063-200-6.</p> <p>Vyhláška MŠVVaŠ SR č. 456/2012 Z. z. z 18. decembra 2012 o centrálnom registri evidencie publikačnej činnosti a centrálnom registri evidencie umeleckej činnosti.</p>	

<b>Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:</b> slovenský							
<b>Poznámky:</b>							
<b>Hodnotenie predmetov</b> Celkový počet hodnotených študentov: 67							
A	B	C	D	E	FX	RNPR	RPR
58.21	25.37	10.45	2.99	2.99	0.0	0.0	0.0
<b>Vyučujúci:</b>							
<b>Dátum poslednej zmeny:</b> 18.11.2021							
<b>Schválil :</b> Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.							

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV05/22	<b>Názov predmetu:</b> Biomechanika a antropomotorika
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Prednáška / Seminár <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 / 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 / 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 6	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 3.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 180 hodín (52h prednášky a semináre, 60h - príprava seminárnej práce, 65h – samoštúdium a príprava na skúšku, skúška 3h) Biomechanika hodnotenie: 10b - test z teórie Biomechaniky, 40b - vypracovanie komplexnej celosemestrálnej písomnej práce s kinematickou a dynamickou analýzou konkrétnej pohybovej činnosti podľa zvolenej športovej špecializácie, 50b - ústna skúška, Na získanie hodnotenia A je potrebné získať najmenej 91 bodov, na získanie hodnotenia B je potrebné získať najmenej 81 bodov, na získanie hodnotenia C je potrebné získať najmenej 71 bodov, na získanie hodnotenia D je potrebné získať najmenej 61 bodov, na získanie hodnotenia E je potrebné získať najmenej 51 bodov. Kredity sa neudelia študentovi, ktorý z dochádzky (aktivity) a teoretického testu získa menej ako 15 bodov. Hodnotenie výstupného testu: A: 10b, B: 9,5-9b, C: 8,5-8b, D: 7,5-7b, E: 6,5-6b. Študentovi nebude udelené hodnotenie, ak z testu získa menej ako 6b. Hodnotenie skúšky: študent odpovedá písomnou alebo ústnou formou na 3 určené okruhy otázok. Hodnotí sa obsahová a terminologická správnosť, úplnosť odpovede a schopnosť pohotovo odpovedať na doplňujúce otázky. Celkové hodnotenie: A =100- 91b, B = 90 – 81b, C = 80 – 71, D = 70 -61b, E = 60 – 51b, FX = 50b - 0 Kredity nebudú udelené študentovi, ktorí získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 50 bodov. Antropomotorika hodnotenie: Aktívna účasť na prednáškach a písomné preverenie teoretických poznatkov. V priebehu semestra vypracuje študent samostatne seminárnu prácu podľa zadania vyučujúceho a odovzdá ju prostredníctvom portálu edu (10 bodov). Na konci semestra absolvuje študent ústnu skúšku (70 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 70 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• biomechanika ako odbor vedy. biomechanická charakteristika pohybu;</li> <li>• telo cvičenca ako hmotný systém (hmota a hmotnosť tela, mechanické vlastnosti tela cvičenca - pevnosť a pružnosť tkanív, rozloženie hmoty tela);</li> </ul>	

- mechanika oporného systému cvičenca (kosti, spojenie kostí, pohybový rozsah, pákový mechanizmus);
- mechanika hybného systému cvičenca (svaly, svalová kontrakcia, funkcia, mechanika);
- kinematika pohybu cvičenca - priestorové charakteristiky pohybu, určovanie polohy cvičenca v priestore, dráha, uhly);
- kinematika pohybu cvičenca (časové charakteristiky pohybu - moment, trvanie, tempo, rytmus);
- kinematika pohybu cvičenca (priestorovo-časové charakteristiky pohybu - rychlosť a jej druhy; zrýchlenie a jeho druhy);
- špecifické druhy pohybov - voľný pád, vodorovný vrh, zvislý vrh nahor, šikmý vrh.
- dynamika pohybu cvičenca (pojmem - sila, newtonove pohybové zákony, skladanie síl, charakteristika vnútorných síl);
- dynamika pohybu cvičenca – vonkajšie sily;
- účinky síl pôsobiacich pri telesných cvičeniach – statické a kinetické účinky;
- charakteristika kinetických účinkov síl: mechanická práca a výkon, mechanická energia- polohová a pohybová, impulz sily a hybnosť;
- charakteristika rovnovážnych polôh – stabilita, mechanické podmienky rovnováhy;
- metódy kinematickej a dynamickej analýzy vybraného pohybu;
- úvod do športovej antropomotoriky (am) – historický vývoj, systém vied, predmet, štruktúra, metódy, prostriedky a chyby v am;
- pohybová činnosť, jej všeobecná charakteristika, druhy, aspekty, znaky, riadenie a úloha;
- pohybové predpoklady - vlohy, pohybové schopnosti, pohybové a športové zručnosti, návyky, predpoklady na učenie, vzájomný vzťah a genetická podmienenosť;
- pohybové prejavy - telesné cvičenia, ich základy, delenie, štruktúra, znaky, technika, mechanické charakteristiky pohybových činností;
- ontogenéza motoriky – činitele, zákonitosti, štádiá, poruchy, lateralita, pohybová komunikácia v športe a metódy sledovania motorického vývinu;
- somatotypológia a rastové typy;
- predikcia telesnej výšky v dospelosti, regresná rovnica, nomogramy;
- testovanie a hodnotenie, diagnostika;
- motorické testy, pedagogické hodnotenie, činitele podmieňujúce výsledky v motorických testoch, základná štatistika a spracovanie nameraných dát;
- testové batérie a normy;
- štandardné stupnice hodnotenia;
- písomná previerka z 2. časti predmetu (am);

### **Stručná osnova predmetu:**

- biomechanika ako odbor vedy. biomechanická charakteristika pohybu;
- telo cvičenca ako hmotný systém (hmota a hmotnosť tela, mechanické vlastnosti tela cvičenca - pevnosť a pružnosť tkanív, rozloženie hmoty tela);
- mechanika oporného systému cvičenca (kosti, spojenie kostí, pohybový rozsah, pákový mechanizmus);
- mechanika hybného systému cvičenca (svaly, svalová kontrakcia, funkcia, mechanika);
- kinematika pohybu cvičenca - priestorové charakteristiky pohybu, určovanie polohy cvičenca v priestore, dráha, uhly);
- kinematika pohybu cvičenca (časové charakteristiky pohybu - moment, trvanie, tempo, rytmus);
- kinematika pohybu cvičenca (priestorovo-časové charakteristiky pohybu - rychlosť a jej druhy; zrýchlenie a jeho druhy);
- špecifické druhy pohybov - voľný pád, vodorovný vrh, zvislý vrh nahor, šikmý vrh.
- dynamika pohybu cvičenca (pojmem - sila, newtonove pohybové zákony, skladanie síl, charakteristika vnútorných síl);

- dynamika pohybu cvičenca – vonkajšie sily;
- účinky síl pôsobiacich pri telesných cvičeniach – statické a kinetické účinky;
- charakteristika kinetických účinkov síl: mechanická práca a výkon, mechanická energia- polohová a pohybová, impulz sily a hybnosť;
- charakteristika rovnovážnych polôh – stabilita, mechanické podmienky rovnováhy;
- metódy kinematickej a dynamickej analýzy vybraného pohybu;
- úvod do športovej antropomotoriky (am) – historický vývoj, systém vied, predmet, štruktúra, metódy, prostriedky a chyby v am;
- pohybová činnosť, jej všeobecná charakteristika, druhy, aspekty, znaky, riadenie a úloha;
- pohybové predpoklady - vlohy, pohybové schopnosti, pohybové a športové zručnosti, návyky, predpoklady na učenie, vzájomný vzťah a genetická podmienenosť;
- pohybové prejavy - telesné cvičenia, ich základy, delenie, štruktúra, znaky, technika, mechanické charakteristiky pohybových činností;
- ontogenéza motoriky – činitele, zákonitosti, štádiá, poruchy, lateralita, pohybová komunikácia v športe a metódy sledovania motorického vývinu;
- somatotypológia a rastové typy;
- predikcia telesnej výšky v dospelosti, regresná rovnica, nomogramy;
- testovanie a hodnotenie, diagnostika;
- motorické testy, pedagogické hodnotenie, činitele podmieňujúce výsledky v motorických testoch, základná štatistika a spracovanie nameraných dát;
- testové batérie a normy;
- štandardné stupnice hodnotenia;
- písomná previerka z 2. časti predmetu (am);

#### **Odporúčaná literatúra:**

- BENCE, L. 2007. Antropomotorika 2007, FHV UMB BB. [online]. Publikované 11.9.2007 [cit. 2021-09-17]. Dostupné z: <https://www.ff.umb.sk/app/cmsFile.php?disposition=a&ID=3873>.
- ČAPEK, L. HÁJEK, P. a P. HENYŠ. 2018. Biomechanika človeka. Praha: Grada, s. 208. ISBN 9788027103676.
- ČELIKOVSKÝ, S. a kol. 1979. Antropomotorika (pro studující tělesnou výchovu). Praha: SPN. 259s.
- KARAS V., OTÁHAL S. a P. SUŠANKA. 1990. Biomechanika tělesných cvičení. Praha: SPN, ISBN 80-04-20554-2.
- JANČOKOVÁ, E. a M. KALINKOVÁ. 2011. Chronobiológia a výkonnosť v športe. Banská Bystrica : UMB, 150 s. ISBN 978-80-557-0286-5.
- KALINKOVÁ, M. 2007. Porovnanie somatotypov študentov telesnej výchovy v sledovanom období. In. Antropomotorika 2007: medzinárodná vedecká konferencia. Banská Bystrica: UMB. ISBN 978-80-8083-446-3, s. 54 - 60.
- KALINKOVÁ, M. a J. BROŽÁNI. 2007. The physical structure changes of students of physical education course at the UKF in Nitra during their basic study. In. Šimonek Jaromír Acta Facultatis Pedagogicae Nitriensis Universitatis Konstantini Philosophi: physical education and sport. Nitra: UKF. ISBN 978-80-8094-098-0, S. 110-114.
- KALINKOVÁ, M., a P. KALINKA. 2008. Somatotypológia, somatometria a somatopsychológia v športe: vybrané kapitoly z antropomotoriky. Bratislava: Peter Mačura PEEM. 102 s. ISBN 978-80-89197-81-1.
- KASA, J. 2002. Športová antropomotorika. SVS pre Tv a šport, Bratislava: Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport. 209s. ISBN 80-968252-3-2.
- KASA, J. Antropomotorika. 2000. Materiály na semináre. Bratislava: UK. 128s. ISBN 80-223-1485-4.

- KRIŠTOFIČ, J. 1996. Fyzikální aspekty sportovní techniky, Vydavatelství UK, Praha, ISBN 80-7184-130-2.
- KŘEN, J., ROSENBERG, J. a P. JANÍČEK. 2001. Biomechanika, Vydavatelství ZČU, Plzeň, ISBN 80-7082-365-8.
- KONIAR, M., a M. LEŠKO. 1990. Biomechanika. SPN 1990 Bratislava, s. 310. ISBN 80-08-00331-6
- KRIŠTOFIČ J., 1996. Fyzikální aspekty sportovní techniky. Praha: Vydavatelství UK. ISBN 80-7184-130-2.
- KŘEN J., ROSENBERG J. a P. JANÍČEK. 2001. Biomechanika. Plzeň: Vydavatelství ZČU. ISBN 80-7082-365-8.
- LACZO, E. a M. KALINKOVÁ. 2014. Rozvoj a diagnostika pohybových schopností dětí a mládeže: psychosociální vývoj dětí a mládeže (ISCED 1 a ISCED 2). 1. vyd. Bratislava: NŠC. 160 s. ISBN 978-80-971466-0-3.
- LINC R., a A. DOUBKOVÁ. 1999. Anatomie hybnosti I., Učební texty Univerzity Karlovy v Praze, Praha: Karolinum. ISBN 80-7184-993-6.
- MRÁZ P. a kol. 2004. Anatomia ľudského tela 1. Bratislava: SAP. s. 509. ISBN 80-89104-57-6
- MRÁZ P. a kol. 2005. Anatomia ľudského tela 2. Bratislava: SAP. s. 487. ISBN 80-89104-96-7
- PAVLÍK, J., ZVONARĚ, M. a T. VESPALEC. 2013. Vybrané kapitoly z antropomotoriky. MU Brno. [online]. Publikované 2013 [cit. 2021-09-17]. Dostupné z [https://is.muni.cz/el/fsps/jaro2013/bp1053/45110955/Vybrane\\_kapitoly\\_z\\_antropomotoriky\\_28\\_11\\_2013.pdf](https://is.muni.cz/el/fsps/jaro2013/bp1053/45110955/Vybrane_kapitoly_z_antropomotoriky_28_11_2013.pdf)
- VACHEK, J., BEDNAŘÍK, M., KLOBUŠICKÝ, K., MARŠÁK, J., NOVÁK, J., TOMANOVÁ, E., SMIŽANSKÁ, M. HRUŠKOVIČ, L. a J. KUBÍK. 1991. Fyzika pre 1. ročník gymnázia. Bratislava: SPN. s. 315, ISBN: 9788008014472
- ŠIMONEK, J. a kol. 2007. Normy koordinačných schopností žiakov futbalových tried, 2007. In: Health education and quality of life. České Budějovice: Jihočeská univerzita. s. 234-245. ISBN 978-80-7040-993-0.
- ŠIMONEK, J. a kol. 2008. Hodnotenie koordinačnej výkonnosti v školskej telesnej výchove a športe, 2008. In: Pedagogická kinantropologie : soubor referátů z mezinárodního semináře konaného 9.-11. dubna 2008. Ostrava: Ostravská univerzita, 2008. s. 77-82. ISBN 978-80-7368-571-3.
- ŠIMONEK, J., 2008. Normy koordinačných schopností pre 11-15 ročných športovcov. Nitra:UKF, 2008. s. 107. ISBN 978-80-8094-297-7.
- ŠIMONEK, J. et al. 2008. Evaluation of Coordination Performance in the School Physical Education and Sport. In: Studia Universitatis Babeş-Bolyai: studia Educatio Artis Gymnasticae, 10(4), 67-73. ISSN 1224-8746.
- ŠIMONEK, J. a kol. 2008. Hodnotenie koordinačnej výkonnosti v školskej telesnej výchove a športe = Assessment Of Coordination Performance In Young Sportsmen. In: Studia Kinanthropologica: The Scientific Journal for Kinanthropology. 9(2), 248-253. ISSN 1213-2101.
- ŠIMONEK, J. 2008. Normy koordinačných schopností pre 11-15 ročných športovcov. Nitra: UKF, s.107. ISBN 978-80-8094-297-7.
- ŠIMONEK, J. 2012. Testy pohybových schopností. Nitra: Dominant. ISBN 978-80-970857-6-6.
- ZVONARĚ, M. a I. DUVAČ. 2011. Antropomotorika, učebné texty. [online]. [cit. 2021-09-17]. Dostupné z [https://is.muni.cz/el/1451/jaro2013/bp1053/45110955/Skripta\\_Antropo\\_Mgr\\_2011.pdf](https://is.muni.cz/el/1451/jaro2013/bp1053/45110955/Skripta_Antropo_Mgr_2011.pdf)
- Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>
- Odkazy na webové stránky zaoberajúce sa (nielen) biomechanikou:
- Human Anatomy Online
  - Kinovea (softvér)
  - ScienceDirect

<ul style="list-style-type: none"> <li>• International Society of Biomechanics</li> <li>• American Society of Biomechanics</li> <li>• Deutsche Gesellschaft für Biomechanik (odkazy na vedecké spoločnosti)</li> <li>• Gait &amp; Posture - elektronický časopis</li> </ul>					
<b>Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:</b> slovenský					
<b>Poznámky:</b>					
<b>Hodnotenie predmetov</b> Celkový počet hodnotených študentov: 515					
A	B	C	D	E	FX
5.44	16.12	22.91	14.76	11.84	28.93
<b>Vyučujúci:</b> PaedDr. Pavol Horička, PhD., PaedDr. Pavol Horička, PhD., PaedDr. Mária Kalinková, PhD.,					
<b>Dátum poslednej zmeny:</b> 12.11.2021					
<b>Schválil :</b> Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.					

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV14/22	<b>Názov predmetu:</b> Fitness 1.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Prednáška / Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 1 / 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 13 / 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 1.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín 13 hodín prednášky, 13 hodín praktická výučba, 15 hodín príprava na cvičenia, 15 hodín príprava na písomný test, 19 hodín samoštúdium. Podmienky: Aktívna účasť na hodinách/cvičeniach (1 absencia povolená). Úspešné absolvovanie testu pričom študent musí získať minimálne 70% z celkového počtu bodového hodnotenia. Kredity budú udelené študentovi, ktorý splní aktívnu účasť na hodine a dosiahne minimálne 70% z celkového počtu bodov. Hodnotenie: A =100% - 90%, B = 89% - 85%, C = 84% - 80%, D = 79% - 75%, E = 74% - 70%, FX = 69% - 0%.	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent preukáže svoje vedomosti na orientáciu v problematike fitness tréningu a hľadani najnovších poznatkov z tejto oblasti;</li><li>• študent vie použiť svoje vedomosti pre ukážku základnej techniky vybraných silových cvičení;</li><li>• študent vie použiť svoje vedomosti pre ukážku základnej techniky vybraných rýchlostno-silových cvičení;</li><li>• študent preukáže svoje vedomosti na hodnotenie úrovne technického prevedenia vybraných cvičení;</li><li>• študent preukáže vedomosti a ich pochopenie pri aplikácii pokročilých tréningových techník na rozvoj vybraných pohybových schopností;</li><li>• študent vie komunikovať s klientom/atletom a osvojí si koučing a praktickú inštruktáž pre korekciu technického vykonania cvičenia;</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• teoretické základy Fitness a vyhľadavanie aktuálnych zdrojov z tejto oblasti;</li><li>• technika vybraných silových cvičení;</li><li>• technika vybraných rýchlostno-silových cvičení;</li><li>• hodnotenie (skrining) technického prevedenia vybraných cvičení;</li><li>• využívanie pokročilých tréningových techník na rozvoj vybraných pohybových schopností;</li><li>• ukážka správnej techniky a inštruktáže vybraného silového cvičenia;</li><li>• ukážka správnej techniky a inštruktáže vybraného rýchlostno-silového cvičenia;</li></ul>	



**Odporúčaná literatúra:**

BUZKOVÁ, K. 2006. Fitnes jóga. Praha: Grada. ISBN 8024715252.  
KRAEMER, WJ., ZATSIORSKY, VM. 2014. Silový tréning – Praxe a veda. Mladá fronta. ISBN 9788020432612.  
Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <http://edu.ukf.sk/>  
MÁČEK, M., RADVANSKÝ, J. 2011. Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivity. Praha: Galén, 2011. ISBN 978-80-7262-695-3.  
CLARK, M., A., LUCETT, S., C., SUTTON, B., G. 2012. Essentials of Personal Fitness Training. Philadelphia: Lippincott Williams a Wilkins. ISBN-13: 978-1284036800.  
SCHOENFELD, B. J. 2020. Science and development of muscle hypertrophy. Champaign, IL: Human Kinetics. ISBN 978-1492597674.  
STACKEOVÁ, D. 2008. Fitness programy teorie a praxe: Metodika cvičení ve fitness centrech. Praha: Galén, 2008. ISBN 978-80-7262-541-3.  
STACKEOVÁ, D. 2014. Fitness programy z pohledu kinantropologie. Praha: Galén. 2014. ISBN 978-80-7492-115-5.  
THE NATIONAL STRENGTH AND CONDITIONING ASSOCIATION. 2016. Exercise Technique Manual for Resistance Training. Human Kinetics. ISBN 978-1-4925-0694-2.

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:****Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 0

A	B	C	D	E	FX
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** PaedDr. Pavol Horička, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD., Mgr. Bohumila Krčárová, PhD.,**Dátum poslednej zmeny:** 07.12.2021**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV32/22	<b>Názov predmetu:</b> Fitness 2.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Prednáška / Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 1 / 1 <b>Za obdobie štúdia:</b> 13 / 13 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 3.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín 13 hodín prednášky, 13 hodín cvičenia, 15 hodín príprava na cvičenia, 15 hodín príprava na písomný test, 19 hodín samoštúdium. Podmienky: Aktívna účasť na hodinách/cvičeniach (1 absencia povolená). Úspešné absolvovanie skúšky pričom študent musí získať minimálne 70% z celkového počtu bodového hodnotenia. Kredity budú udelené študentovi, ktorý splní aktívnu účasť na hodine a dosiahne minimálne 70% z celkového počtu bodov. Hodnotenie: A =100% - 90%, B = 89% - 85%, C = 84% - 80%, D = 79% - 75%, E = 74% - 70%, FX = 69% - 0%.	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent preukáže vedomosti v problematike fitness tréningu a hľadání najnovších poznatkov z tejto oblasti;</li><li>• študent preukáže základné vedomosti o fyziologických faktoroch ktoré ovplyvňujú adaptačné procesy;</li><li>• študent má schopnosť získavať, interpretovať a použiť základné biomechanické metódy na ovplyvnenie adaptačných procesov;</li><li>• študent preukáže vedomosti o premenných ktoré ovplyvňujú adaptačné procesy (vonkajšie zaťaženie, objem, frekvencia tréningu, poradie cvičení a iné);</li><li>• študent vie použiť svoje vedomosti pri aplikácii kombinovaného tréningu (napr.: silový tréning vs. vytrvalostný tréning);</li><li>• študent preukáže vedomosti v problematike doplnkov výživy v tréningovom procese (napr.: výber doplnkov, dávkovanie, frekvencia dávkovania a iné);</li><li>• študent preukáže vedomosti a ich pochopenie pre vytvorenie a interpretovanie komplexného tréningového programu na rozvoj vybraných pohybových schopností;</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• teoretické základy Fitness a vyhľadávání aktuálnych zdrojov z tejto oblasti;</li><li>• faktory ovplyvňujúce adaptačný proces (biomechanické a fyziologické);</li><li>• premenné ovplyvňujúce adaptačný proces organizmu a problematika kombinovaného tréningu;</li><li>• doplnky výživy v tréningovom procese (výber, dávkovanie, frekvencia dávkovania a iné);</li></ul>	

- praktická výučba – modelovaný tréning na rozvoj svalovej sily a svalovej hypertrofiie;
- praktická výučba – modelovaný tréning na rozvoj rýchlostno-silových schopností;
- praktická výučba – modelovaný tréning na rozvoj bežeckej rýchlosti a vytrvalosti;

#### **Odporúčaná literatúra:**

BUZKOVÁ, K. 2006. Fitnes jóga. Praha: Grada. ISBN 8024715252.

HAFF, G., G., TRIPLETT, N., T. 2015. Essentials of Strength Training and Conditioning. Human Kinetics. ISBN 9781718210868.

KRAEMER, W.J., ZATSIORSKY, V.M. 2014. Silový tréning – Praxe a veda. Mladá fronta. ISBN 9788020432612.

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <http://edu.ukf.sk/>

MÁČEK, M., RADVANSKÝ, J. 2011. Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivity. Praha: Galén, 2011. ISBN 978-80-7262-695-3.

CLARK, M., A., LUCETT, S., C., SUTTON, B., G. 2012. Essentials of Personal Fitness Training. Philadelphia: Lippincott Williams a Wilkins. ISBN-13: 978-1284036800.

SCHOENFELD, B. J. 2020. Science and development of muscle hypertrophy. Champaign, IL: Human Kinetics. ISBN 978-1492597674.

SCHUMANN, M., RONNESTAD, B., R. 2019. Concurrent Aerobic and Strength Training: Scientific Basics and Practical Applications. Springer. ISBN 978-3-319-75546-5.

STACKEOVÁ, D. 2008. Fitness programy teorie a praxe: Metodika cvičení ve fitness centrech. Praha: Galén, 2008. ISBN 978-80-7262-541-3.

STACKEOVÁ, D. 2014. Fitness programy z pohledu kinantropologie. Praha: Galén. 2014. ISBN 978-80-7492-115-5.

#### **Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

Slovenský

#### **Poznámky:**

#### **Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 0

A	B	C	D	E	FX
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** PaedDr. Pavol Horička, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD., Mgr. Bohumila Krčmárová, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 07.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV29/22	<b>Názov predmetu:</b> Florbal
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 1.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín (26h - cvičenia, 30h – individuálna príprava, 17h príprava na test, test 2h) Florbal. priebežné hodnotenie: 30% - test z teórie a pravidiel florbalu, 50% - hodnotenie praktických zručností, 20% - dochádzka. Na získanie hodnotenia A je potrebné získať najmenej 91 % bodov, na získanie hodnotenia B je potrebné získať najmenej 81 %, na získanie hodnotenia C je potrebné získať najmenej 71 %, na získanie hodnotenia D je potrebné získať najmenej %, na získanie hodnotenia E je potrebné získať najmenej 51%. Kredity sa neudelia študentovi, ktorý získa spolu menej ako 50%, alebo sa nezúčastní cvičení v rozsahu min 90% . Hodnotenie testu: 10 otázok hodnotených, maximum za 1 otázku - 2b. Hodnotenie testu: A:20-18b, B:17-16b, C:15-14b, D: 13-12, E: 11-10b. FX: menej ako 11b. Hodnotenie praktických zručností: študent vykonáva ukážku zručností, hodnotí sa technická a koordinačná stránka činnosti metódou odborného posudzovania. Hodnotia sa zručnosti: prihrávka, streľba, vedenie loptičky. Hodnotenie účasti: ak sa študent zúčastní seminárov v potrebnom rozsahu (min. 90%), získa 20% do celkového hodnotenia predmetu.	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> Študent: <ul style="list-style-type: none"><li>• pozná históriu florbalu vo svete a na Slovensku, jeho súčasné postavenie v osnovách predmetu TŠV;</li><li>• ovláda systematiku florbalu, obsah hry (HČJ, HK, HS), pravidlá hry;</li><li>• ovláda praktické zručnosti florbalu a je schopný ich demonštrovať na dostatočnej úrovni v súlade s platnou terminológiou, didaktickými zásadami a pravidlami príslušnej hry;</li><li>• použije vedomosti teórie športových hier pri realizácii činností didaktického procesu vo florbale;</li><li>• samostatne aplikuje rôzne formy hier pri nácviku a zdokonaľovaní herných zručností;</li><li>• pozná didaktické metódy, zásady a metodické postupy pri vyučovaní florbalu;</li><li>• ovláda pravidlá florbalu a v súlade s nimi je schopný samostatne rozhodovať súťažné stretnutie;</li><li>• je schopný samostatne organizovať didaktický proces s obsahom florbalu;</li><li>• rešpektuje zásady bezpečnosti a ochrany zdravia pri realizácii vyučovacieho procesu.</li></ul>	

**Stručná osnova predmetu:**

- história florbalu vo svete a na Slovensku, systematika florbalu;
- herné činnosti jednotlivca (HČJ) – útočné: manipulácia s hokejkou, vedenie, dribling;
- HČJ – útočné: uvoľňovania hráča bez loptičky a s loptičkou (zmeny smeru, obchádzanie súpera), streľba (streľba príklepom, ťahom), tečovanie a dorážanie loptičky, vhadzovanie loptičky, prihrávanie (ťahom, bekhendom) a spracovanie;
- HČJ – obranné: obsadzovanie hráča s loptičkou, bez loptičky, blokovanie;
- HK - útočné: „hod' a bež“; „spätná prihrávka“, „nahodenie“;
- HK – obranné: „zaist'ovanie“, „preberanie“, „zdvojovanie“;
- herné systémy (HS) – útočné: postupný útok, rýchly protiútok, presilová hra;
- HS – obranné: osobná a zónová obrana, kombinovaná obrana;
- herné činnosti brankára: základný postoj, zmenšovanie streleckého uhla, chytanie a vyrážanie; vyhadzovanie, činnosti pri štandardných situáciách, činnosť pri tečovaní a clonení;
- organizácia turnaja vo florbale;
- diagnostika zručností vo florbale.

**Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

BARÁNEK, D. 2013. Florbal v školskej telesnej výchove. In: Zborník medzinárodnej vedeckej konferencie Pohyb a zdravie X [CD-ROM]. Trenčín: TNUAD FZ. s. 34 – 41.

HIETAMO, J. 2013. Floorball and Basketball Injuries: A prospective two-year study. [online] Tampere: Tampereen yliopisto. [cit. 2019-20-01]. Dostupné na internete <<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/94738/SYVENTAVA-1386826828.pdf?sequence=1>>

KAČUR, P. a H. KOMÍNEK. 2019. Nácvik útočných herných kombinácií vo florbale (1. časť) In: Športový edukátor. XII(1), 3-9. ISSN 1337-7809.

KLEMENT, J. 2015. Kondiční příprava florbalistů: diplomová práca. [online]. Brno: Masarykova univerzita. [cit. 2018-10-11]. 73 s. Dostupné na internete: <[https://is.muni.cz/th/q2yq4/Diplomova\\_prace\\_-\\_Jiri\\_Klement.pdf](https://is.muni.cz/th/q2yq4/Diplomova_prace_-_Jiri_Klement.pdf)>.

KYSEL, J. 2011. Florbal: kompletní průvodce. 1. Vyd. Praha: Grada publishing, Sport extra. 144s. ISBN 978-80-247-3615-0.

MAJERSKÝ, O. a kol. 2003. Florbal do škôl. In Telesná výchova a šport. ISSN 1335-2245, 2003, s. 11-13.

ONDRÁČEK, L., 2008. Tréninkový plán florbalistů v přípravném období zaměřený na zlepšení rychlosti, výbušnosti a práce dolních končetin: bakalárska práca. Brno: FSpS MU

ONDRUŠ, D. 2010. Florbal ako trénovať a hrať. Žilina: ŠK Juventa. 118 s.

OKSANEN, J. & V. PELTOMAKI. 2004. Floorball Youth start up kit. Helsinki: International Floorball Federation.

PAAVILAINEN, A. et al. 2007. Individual technique and tactics. Teaching Individual Technique and Tactics in Floorball. Instruction and Drills. International floorball federation, 2007 [online].

Dostupné z: <http://www.floorball.org/>

SKRUŽNÝ, Z. et. al. 2008. Florbal, Praha: Grada, s. 168. ISN 80- 247- 0502- 8

TÁBORSKÝ, F. a kol. 2007. Základy teorie sportovních her. Praha: UK. ISBN 80-86-317-48-X..

VNUK, J. a M. ROUČKOVÁ. 2014. Florbal v učive telesnej a športovej výchovy. Bratislava, 65 s. ISBN 978-80-8052-993-2.

Oficiálne pravidlá Florbalu

Štátny vzdelávací program ISCED 2,

Štátny vzdelávací program ISCED 3

Linky na tvorbu cvičení:

[www.swissunihockey.ch](http://www.swissunihockey.ch)

www.xfball.com www.nefub.nl					
<b>Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:</b>					
<b>Poznámky:</b>					
<b>Hodnotenie predmetov</b> Celkový počet hodnotených študentov: 0					
A	B	C	D	E	FX
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
<b>Vyučujúci:</b> PaedDr. Pavol Horička, PhD., Mgr. Ľubomír Paška, Ph.D.,					
<b>Dátum poslednej zmeny:</b> 31.01.2022					
<b>Schválil :</b> Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.					

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV29/22	<b>Názov predmetu:</b> Florbal
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 2.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín (26h - cvičenia, 30h – individuálna príprava, 17h príprava na test, test 2h) Florbal. priebežné hodnotenie: 30% - test z teórie a pravidiel florbalu, 50% - hodnotenie praktických zručností, 20% - dochádzka. Na získanie hodnotenia A je potrebné získať najmenej 91 % bodov, na získanie hodnotenia B je potrebné získať najmenej 81 %, na získanie hodnotenia C je potrebné získať najmenej 71 %, na získanie hodnotenia D je potrebné získať najmenej %, na získanie hodnotenia E je potrebné získať najmenej 51%. Kredity sa neudelia študentovi, ktorý získa spolu menej ako 50%, alebo sa nezúčastní cvičení v rozsahu min 90% . Hodnotenie testu: 10 otázok hodnotených, maximum za 1 otázku - 2b. Hodnotenie testu: A:20-18b, B:17-16b, C:15-14b, D: 13-12, E: 11-10b. FX: menej ako 11b. Hodnotenie praktických zručností: študent vykonáva ukážku zručností, hodnotí sa technická a koordinačná stránka činnosti metódou odborného posudzovania. Hodnotia sa zručnosti: prihrávka, streľba, vedenie loptičky. Hodnotenie účasti: ak sa študent zúčastní seminárov v potrebnom rozsahu (min. 90%), získa 20% do celkového hodnotenia predmetu.	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> Študent: <ul style="list-style-type: none"> <li>• pozná históriu florbalu vo svete a na Slovensku, jeho súčasné postavenie v osnovách predmetu TŠV;</li> <li>• ovláda systematiku florbalu, obsah hry (HČJ, HK, HS), pravidlá hry;</li> <li>• ovláda praktické zručnosti florbalu a je schopný ich demonštrovať na dostatočnej úrovni v súlade s platnou terminológiou, didaktickými zásadami a pravidlami príslušnej hry;</li> <li>• použije vedomosti teórie športových hier pri realizácii činností didaktického procesu vo florbale;</li> <li>• samostatne aplikuje rôzne formy hier pri nácviku a zdokonaľovaní herných zručností;</li> <li>• pozná didaktické metódy, zásady a metodické postupy pri vyučovaní florbalu;</li> <li>• ovláda pravidlá florbalu a v súlade s nimi je schopný samostatne rozhodovať súťažné stretnutie;</li> <li>• je schopný samostatne organizovať didaktický proces s obsahom florbalu;</li> <li>• rešpektuje zásady bezpečnosti a ochrany zdravia pri realizácii vyučovacieho procesu.</li> </ul>	

**Stručná osnova predmetu:**

- história florbalu vo svete a na Slovensku, systematika florbalu;
- herné činnosti jednotlivca (HČJ) – útočné: manipulácia s hokejkou, vedenie, dribling;
- HČJ – útočné: uvoľňovania hráča bez loptičky a s loptičkou (zmeny smeru, obchádzanie súpera), streľba (streľba príklepom, ťahom), tečovanie a dorážanie loptičky, vhadzovanie loptičky, prihrávanie (ťahom, bekhendom) a spracovanie;
- HČJ – obranné: obsadzovanie hráča s loptičkou, bez loptičky, blokovanie;
- HK - útočné: „hod' a bež'“, „spätná prihrávka“, „nahodenie“;
- HK – obranné: „zaist'ovanie“, „preberanie“, „zdvojovanie“;
- herné systémy (HS) – útočné: postupný útok, rýchly protiútok, presilová hra;
- HS – obranné: osobná a zónová obrana, kombinovaná obrana;
- herné činnosti brankára: základný postoj, zmenšovanie streleckého uhla, chytanie a vyrážanie; vyhadzovanie, činnosti pri štandardných situáciách, činnosť pri tečovaní a clonení;
- organizácia turnaja vo florbale;
- diagnostika zručností vo florbale.

**Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

BARÁNEK, D. 2013. Florbal v školskej telesnej výchove. In: Zborník medzinárodnej vedeckej konferencie Pohyb a zdravie X [CD-ROM]. Trenčín: TNUAD FZ. s. 34 – 41.

HIETAMO, J. 2013. Floorball and Basketball Injuries: A prospective two-year study. [online] Tampere: Tampereen yliopisto. [cit. 2019-20-01]. Dostupné na internete <<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/94738/SYVENTAVA-1386826828.pdf?sequence=1>>

KAČUR, P. a H. KOMÍNEK. 2019. Nácvik útočných herných kombinácií vo florbale (1. časť) In: Športový edukátor. XII(1), 3-9. ISSN 1337-7809.

KLEMENT, J. 2015. Kondiční příprava florbalistů: diplomová práca. [online]. Brno: Masarykova univerzita. [cit. 2018-10-11]. 73 s. Dostupné na internete: <[https://is.muni.cz/th/q2yq4/Diplomova\\_prace\\_-\\_Jiri\\_Klement.pdf](https://is.muni.cz/th/q2yq4/Diplomova_prace_-_Jiri_Klement.pdf)>.

KYSEL, J. 2011. Florbal: kompletní průvodce. 1. Vyd. Praha: Grada publishing, Sport extra. 144s. ISBN 978-80-247-3615-0.

MAJERSKÝ, O. a kol. 2003. Florbal do škôl. In Telesná výchova a šport. ISSN 1335-2245, 2003, s. 11-13.

ONDRÁČEK, L., 2008. Tréninkový plán florbalistů v přípravném období zaměřený na zlepšení rychlosti, výbušnosti a práce dolních končetin: bakalárska práca. Brno: FSpS MU

ONDRUŠ, D. 2010. Florbal ako trénovať a hrať. Žilina: ŠK Juventa. 118 s.

OKSANEN, J. & V. PELTOMAKI. 2004. Floorball Youth start up kit. Helsinki: International Floorball Federation.

PAAVILAINEN, A. et al. 2007. Individual technique and tactics. Teaching Individual Technique and Tactics in Floorball. Instruction and Drills. International floorball federation, 2007 [online].

Dostupné z: <http://www.floorball.org/>

SKRUŽNÝ, Z. et. al. 2008. Florbal, Praha: Grada, s. 168. ISN 80- 247- 0502- 8

TÁBORSKÝ, F. a kol. 2007. Základy teorie sportovních her. Praha: UK. ISBN 80-86-317-48-X..

VNUK, J. a M. ROUČKOVÁ. 2014. Florbal v učive telesnej a športovej výchovy. Bratislava, 65 s. ISBN 978-80-8052-993-2.

Oficiálne pravidlá Florbalu

Štátny vzdelávací program ISCED 2,

Štátny vzdelávací program ISCED 3

Linky na tvorbu cvičení:

[www.swissunihockey.ch](http://www.swissunihockey.ch)



www.xfball.com www.nefub.nl					
<b>Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:</b>					
<b>Poznámky:</b>					
<b>Hodnotenie predmetov</b> Celkový počet hodnotených študentov: 0					
A	B	C	D	E	FX
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
<b>Vyučujúci:</b> PaedDr. Pavol Horička, PhD., Mgr. Ľubomír Paška, Ph.D.,					
<b>Dátum poslednej zmeny:</b> 31.01.2022					
<b>Schválil :</b> Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.					

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV06/22	<b>Názov predmetu:</b> Gymnastika
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 3.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 90 hodín. Cvičenia 26 hodín. Príprava na hodiny 13 hodín. Príprava zadaní a ich vypracovanie 20 hodín. Príprava na kreditové požiadavky 30 hodín. Absolvovanie kreditových požiadaviek 1 hodina. Podmienky: Aktívna účasť na cvičeniach. V priebehu semestra vypracuje študent úlohy podľa zadania vyučujúceho (10 bodov); v rámci cvičení realizuje študent praktické aktivity podľa stanovených pravidiel (90 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 70 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• študent rozvíja pohybové schopnosti a je schopný preukázať vedomosti a získané zručnosti a návyky, ktoré sú súčasťou zdravého životného štýlu aj v bežnom živote. osvojí si pohybové zručnosti a návyky na efektívne využitie voľného času z hľadiska formovania postavy a získavania vedomostí o zdravotnom účinku osvojených zručností a návykov;</li> <li>• študent dokáže terminologicky správne pomenovať, popísať jednotlivé cvičebné polohy, pohyby, cvičebné tvary v akrobacii a na hrazde, vie zostaviť a viesť rozcvičenie;</li> <li>• študent je schopný preukázať poznatky z organizácie, bezpečnosti, dopomoci, záchranu;</li> <li>• vie ohodnotiť techniku a estetické predvedenie vykonaného gymnastického cvičenia, postrehnúť a posúdiť chyby v predvedení, rozsahu pohybov, svalovom napätí, vie posúdiť reálne svoju individuálnu pohybovú úroveň;</li> <li>• študent je schopný predviesť cvičebný tvar, pohybový celok alebo väzbu z akrobacie, na hrazde, na kladine a základné preskoky individuálne podľa stanovených požiadaviek (pravidiel).</li> </ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• posilňovacie a natáhovacie cvičenia – osvojovanie si správnej techniky cvičení;</li> <li>• cvičenia na náradí a s využitím náčinia;</li> </ul>	

- osvojovanie si vedomostí z analýzy jednotlivých cvičebných tvarov za účelom zlepšenia techniky cvičenia (využívanie videí – prepájanie vedomostí s biomechanikou pohybu);
- akrobacia: kotúle (vpred, vzad, vpred do stoja rozkročného, vzad do stoja rozkročného), stojky (na lopatkách, na hlave, na rukách), premet bokom;
- preskok: skrčka, roznožka cez kozu;
- osvojovanie si vedomostí z motivácie a nácvik odbúrania strachu (prepájanie vedomostí z psychológie) ;
- kladina: chôdza, obraty, náskoky, zoskoky, skoky, rovnováha;
- hrazda: vzpor vpredu, vis vznesmo, strmhlav, výmyk, prešvihy únožmo, zoskok zákmihom;
- plnenie kreditových požiadaviek.

### Odporúčaná literatúra:

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

JARKOVSKÁ, H. a M. JARKOVSKÁ, 2009. Posilování s náčiním 306x jinak. Praha: Grada Publishing.

JARKOVSKÁ, H. a M. JARKOVSKÁ, 2016. Posilování s vlastním tělem. Praha: Grada Publishing.

JEBAVÝ, R., HOJKA, V. a KAPLAN, 2014. Rozcvičení ve sportu. Praha: Grada Publishing.

JEBAVÝ, R. a T. ZUMR, 2009. Posilování s balančními pomůckami. Praha: Grada Publishing.

JEBAVÝ, R. a P. DOUBRAVSKÝ, 2011. Posilování s medicinbaly. Praha: Grada Publishing.

JORDAN, A. a I. GRAEBER, 2007. Cvičení ve dvou. Praha: Grada Publishing.

KRIŠTOFIČ, J., 2004. Gymnastická příprava sportovce - 238 cvičení pro všestranný rozvoj pohybových dovedností. Praha: Grada Publishing.

SKOPOVÁ, M., ZÍTKO, M. a kol., 2013. Základní gymnastika. Praha: UK v Praze.

STREŠKOVÁ, E., 2009. Športová gymnastika. Bratislava: FTVŠ UK.

Štátny vzdelávací program ISCED 2,

Štátny vzdelávací program ISCED 3

### Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

slovenský

### Poznámky:

### Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 228

A	B	C	D	E	FX
13.6	25.88	18.42	9.21	6.58	26.32

**Vyučujúci:** Mgr. Natália Czaková, PhD., Mgr. Lenka Divinec, PhD., PaedDr. Mária Kalinková, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 19.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV04/22	<b>Názov predmetu:</b> Individuálne športy I.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 4 <b>Za obdobie štúdia:</b> 52 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 2.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 90 hodín Celková záťaž študenta z plávania: 40 hodín (26 hodín cvičenia, 8 hodín príprava na cvičenia, 3 hodiny príprava na písomný test, 2 hodiny plnenie praktických zápočtových požiadaviek, 1 hodina písomný test) Celková záťaž študenta z atletiky: 25 hodín (12 hodín cvičenia, 6 hodín individuálne zvyšovanie výkonnosti a zdokonaľovanie atletických zručností, 4 hodín samoštúdium a príprava na testy, 1 hodina účasť na atletickej súťaži, 2 hodiny účasť na teste) Celková záťaž študenta zo základnej gymnastiky: 25 hodín (13 hodín cvičenia, 10 hodín príprava na cvičenia, 2 hodiny plnenie zápočtových požiadaviek) Podmienky: 100% aktívna účasť na praktických cvičeniach, splnenie vopred stanovených zápočtových požiadaviek. <b>PLÁVANIE</b> Hodnotí sa technická ukážka plaveckých spôsobov (motýlik a znak) v polohovom preteku na vzdialenosť 100m (motýlik, znak, prsia, kraul). Preplávanie vzdialenosti 100m plaveckým spôsobom kraul na časový limit. Preplávanie vzdialenosti 400m súvisle vybraným plaveckým spôsobom kraul alebo prsia. Na konci semestra (13. týždeň) študent musí absolvovať písomný test z prezentovaných tém vyučujúcim, pričom musí získať z testu minimálne 60% z celkového počtu bodového hodnotenia (min. 6 bodov z možných 10 bodov). <b>ATLETIKA</b> V priebehu semestra študent absolvuje overenie úrovne techniky a výkonnosti zo základných atletických disciplín, splní test a zúčastní sa verejných atletických pretekov. 100% účasť na hodinách (prvých 6 týždňov po 12 hodín). Minimálny počet bodov pre mužov - 702 na známku E (beh na 3000m, skok do výšky, hod oštepom, test, účasť na atletickom podujatí). Minimálny počet bodov pre ženy - 897 na známku E (beh na 1500m, skok do výšky, hod oštepom, test, účasť na atletickom podujatí). Dosiahnutie minimálneho súčtu bodov z atletických disciplín, praktických ukážok techniky prekážkového behu, techniky flop pri skoku do výšky, resp. techniky hodu oštepom. Atletické výkony sa bodujú podľa bodovacích tabuliek IAAF ( <a href="http://www.atletika.org/tabulky.php">http://www.atletika.org/tabulky.php</a> , ručné meranie). Z každej atletickej disciplíny je nutné získať minimálne 1 bod.	

Do celkového súčtu sa započítava aj výsledok z písomného testu (história, charakteristika disciplín, biomechanika, metodika výuky, pravidlá atletiky). Hodnotenie testu (max 200 bodov): A-90% (180 bodov); B-85% (170 bodov); C-80% (160 bodov); D-75% (150 bodov); E-70% (140 bodov), FX menej ako 70%.

Účasť na atletických pretekoch za 100b.

#### ZÁKLADNÁ GYMNASTIKA

Aktívna účasť na cvičeniach. V priebehu semestra sa študent oboznámi so zásadami správneho cvičenia v rámci rozohriatia, rozcvičenia, posilňovania a naťahovacích cvičení v oblasti všeobecnej gymnastiky. Oboznámi sa s cvičením na jednotlivých náradiach a s využitím náčinia individuálne, vo dvojiciach alebo v skupinách.

Záverečné hodnotenie: PH

Výsledná známka sa vypočítava ako priemer hodnotenia zo všetkých disciplín (Plávanie, Atletika, Základná gymnastika).

### **Výsledky vzdelávania:**

#### PLÁVANIE

- študent rozumie popisu techniky jednotlivých plaveckých spôsobov;
- vie interpretovať a v praxi aplikovať praktické cvičenia z potápania;
- študent ovláda prvú pomoc a vie ju aplikovať pri záchrane topiaceho;
- študent rozumie metodickým postupom pri nácviku jednotlivých prvkov vo vybraných plaveckých spôsoboch;
- študent dokáže urobiť rozbor plaveckého spôsobu, poukázať na chybu v technike a kontrolovať ju s cieľom odstránenia;
- študent rozumie a vie interpretovať obsah jednotlivých plaveckých výcvikov.

#### ATLETIKA

- študent sa orientuje sa v základných atletických disciplínach;
- prakticky zvláda techniku základných atletických disciplín;
- pozná význam a vplyv základných prostriedkov kondičnej prípravy na rozvoj pohybových schopností a vie ich využiť na rozvoj výkonnosti;
- pozná význam všeobecného a špeciálneho rozcvičenia a vie ho využiť vo vyučovacom a tréningovom procese;
- ovláda pravidlá, terminológiu, diagnostiku, postupy a metodiku nácviku základných atletických disciplín.

#### ZÁKLADNÁ GYMNASTIKA

- študent nadobúda zručnosti z oblasti všeobecnej gymnastiky;
- študent dokáže terminologicky správne pomenovať, popísať jednotlivé cvičenia z hľadiska správnej techniky;
- študent je schopný preukázať poznatky z organizácie, bezpečnosti, dokáže vystupovať pred skupinou a zvládnuť jej riadenie;
- vie ohodnotiť chyby a nepresnosti v technike a estetickom predvedení ním vykonaného cvičenia.

### **Stručná osnova predmetu:**

#### PLÁVANIE

- nácvik znakových paží na suchu, znakové nohy, súhra paží a nôh;
- nácvik znakových obrátok a štartov;
- prípravné cvičenia na plavecký spôsob motýlik;
- nácvik motýlikových paží na suchu, motýlikove nohy, súhra paží a nôh;
- znakové a motýlikove cvičenia;
- cvičenia na nácvik polohového preteku;
- teória a didaktika potápania. praktické cvičenia zo základov potápania;

- ABC potápania – základné potápačské pomôcky, plutvy, šnorchel;
- šliapanie;
- teória, didaktika a praktické cvičenia zo záchrany topiaceho;
- prvá pomoc pri záchrane topiaceho vo vodnom prostredí;
- teória plávania, vývoj jednotlivých plaveckých spôsobov, história plávania na OH;
- plavecký výcvik.
- delenie a obsah jednotlivých plaveckých výcvikov;
- plnenie zápočtových požiadaviek.

#### ATLETIKA

- teória a didaktika behov na stredné vzdialenosti, hodu oštepom, skoku do výšky a pravidiel IAAF;
- pohybové hry a cvičenia na rozvoj výbušnosti dolných končatín;
- nácvik a zdokonaľovanie skoku do výšky;
- rozvoj aeróbnej a špeciálnej vytrvalosti;
- nácvik a zdokonaľovanie hodu oštepom;
- zdokonaľovanie zručností v skoku do výšky, v hode oštepom a v skoku do výšky;
- plnenie kreditných požiadaviek.

#### ZÁKLADNÁ GYMNASTIKA

- cvičenia na náradí (rebriny, lavičky, švédská debna, bosu, flowin, koordinačný rebrík);
- cvičenia s využitím náčinia (švihadlá, plné lopty, jednoručky, krátke tyče);
- organizačné formy cvičení;
- individuálne cvičenia;
- cvičenia vo dvojiciach;
- plnenie kreditových požiadaviek.

#### **Odporúčaná literatúra:**

##### PLÁVANIE

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

BENCE, M., MERICA, M., HLAVATÝ, R. 2005. Plávanie. Banská Bystrica: UMB.

ČECHOVSKÁ, I., MILER, T. 2008. Plavání. Praha: GRADA, 2008. 127 s. ISBN 978-80-247-2154-5.

ČECHOVSKÁ, I. 2007. Plavání dětí s rodiči. Praha: GRADA, 2007. 131 s. ISBN 978-80-247-1635-0.

DUSKEVIC, M. 2014. História plávania. [online]. Dostupné na: <https://plavanie67.webnode.sk/news/prva-sprava/>

Golem Royal Swimming. 2019. Olympijské hry a plávanie: história, výsledky, rekordy. [online]. Bratislava. Dostupné na: <https://golemroyal.sk/olympijske-hry-a-plavanie/>

HLAVATÝ, R., MACEJKOVÁ, Y. 2005. Biomechanika a technika plaveckých spôsobov. Bratislava: UK.

KRAJČOVIČ, J., ROUČKOVÁ, M. 2014. Plávanie v školskej telesnej a športovej výchove. [online]. Bratislava: Metodicko-pedagogické centrum v Bratislave.

[https://mpcedu.sk/sites/default/files/publikacie/j\\_krajcovic\\_m\\_rouckova\\_plavanie\\_v\\_skolskej\\_telesnej\\_a\\_sportovej\\_vychove.pdf](https://mpcedu.sk/sites/default/files/publikacie/j_krajcovic_m_rouckova_plavanie_v_skolskej_telesnej_a_sportovej_vychove.pdf)

MACHAJDÍK, I. 2009. Prvotné podoby plávania. [online]. Bratislava: NŠC. Dostupné na: <http://www.sportcenter.sk/stranka/prvotne-podoby-plavania>

MANDZÁK, P a kol. 2011. Nácvik plaveckých spôsobov v praxi. Banská Bystrica: FHV UMB.

YOUNG, M. 2016. The Complete Beginners Guide To Swimming: Professional guidance and support to help you through every stage of learning how to swim. Hertfordshire UK: Educate and Learn Publishing.

MCLEOD, I.A. 2009. Swimming Anatomy. Human Kinetics.

YOUNG, M. 2014. The Swimming Strokes Book: 82 Easy Exercises For Learning How To Swim The Four Basic Swimming Strokes. Hertfordshire UK: Educate and Learn Publishing.

ATLETIKA

ČILLÍK, I. a kol. 2020. Atletika. Banská Bystrica: Slovenský atletický zväz. 247 s. ISBN 978-80-8141-247-9.

ČILLÍK, I. - ROŠKOVÁ, M. 2003. Základy atletiky. Banská Bystrica : FHV UMB, 148 str.

HANDBOOK. 2021. Pravidlá atletiky IAAF. Bratislava : SAZ 2021. s. 89.

KUCHEN, A. a kol. 1987. Teória a didaktika atletiky. Bratislava : SPN, 384 str.

SEBERA, M., ZAORAL, P. 2007. Metodika výuky atletických disciplín pro učitele základních škol. <https://is.muni.cz/elportal/estud/fsp/ps07/atletika/index.html>

ZÁKLADNÁ GYMNASTIKA

KRIŠTOFIČ, J. 2004. Gymnastická príprava športovca - 238 cvičení pro všestranný rozvoj pohybových dovedností. Praha: Grada Publishing.

JEBAVÝ, R., DOUBRAVSKÝ, P. 2011. Posilování s medicínabaly. Praha: Grada Publishing.

JARKOVSKÁ, H., JARKOVSKÁ, M. 2016. Posilování s vlastním tělem. Praha: Grada Publishing.

JORDAN, A., GRAEBER, I. 2007. Cvičení ve dvou. Praha: Grada Publishing.

JEBAVÝ, R., ZUMR, T. 2009. Posilování s balančními pomůckami. Praha: Grada Publishing.

JARKOVSKÁ, H., JARKOVSKÁ, M. 2009. Posilování s náčiním 306x jinak. Praha: Grada Publishing.

JEBAVÝ, R., HOJKA, V., KAPLAN, A. 2014. Rozcvičení ve sportu. Praha: Grada Publishing.

PERIČ, T. a kol. 2012. Sportovní příprava dětí 2. Praha: Grada Publishing.

SKOPOVÁ, M., ZÍTKO, M. a kol. 2013. Základní gymnastika. Praha: UK v Praze.

STREŠKOVÁ, E. 2009. Športová gymnastika. Bratislava: FTVŠ UK.

Štátny vzdelávací program ISCED 2.

Štátny vzdelávací program ISCED 3.

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

Slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 253

A	B	C	D	E	FX
0.0	0.79	5.53	17.79	21.34	54.55

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., Mgr. Lenka Divinec, PhD., PaedDr. Jaroslav Krajčovič, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD., Mgr. Natália Czaková, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 31.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV09/22	<b>Názov predmetu:</b> Individuálne športy II.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 4.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta z atletiky: 75 hodín (cvičenia 26 hodín + individuálne zvyšovanie výkonnosti a zdokonaľovanie atletických zručností 24 hodín + samoštúdium a príprava na test 23 hodín + účasť na atletickej súťaži 1 hodina + účasť na teste 1 hodina) <b>ATLETIKA</b> V priebehu semestra študent absolvuje overenie úrovne techniky a výkonnosti zo základných atletických disciplín a splní test. *100% účasť na hodinách. *Minimálny počet bodov pre mužov - 967 na známku E (beh na 400m, vrh guľou, štafetová odovzdávka, 110m prekážok, test). Minimálny počet bodov pre ženy - 694 na známku E (beh na 400m, vrh guľou, štafetová odovzdávka, 100m prekážok, test). Dosiachnutie minimálneho súčtu bodov z atletických disciplín, praktických ukážok techniky vrhu guľou a štafetovej odovzdávky. Atletické výkony sa bodujú podľa bodovacích tabuliek IAAF ( <a href="http://www.atletika.org/tabulky.php">http://www.atletika.org/tabulky.php</a> , ručné meranie). Z každej atletickej disciplíny je nutné získať minimálne 1 bod. *Do celkového súčtu sa započítava aj výsledok z písomného testu (história, charakteristika disciplín, biomechanika, metodika výuky, pravidlá atletiky). Hodnotenie testu (max 200 bodov): A-90% (180 bodov); B-85% (170 bodov); C-80% (160 bodov); D-75% (150 bodov); E-70% (140 bodov), FX menej ako 70%. Záverečné hodnotenie: na základe priebežného hodnotenia	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent sa orientuje sa v základných atletických disciplínach;</li><li>• prakticky zvláda techniku základných atletických disciplín;</li><li>• pozná význam a vplyv základných prostriedkov kondičnej prípravy na rozvoj pohybových schopností a vie ich využiť na rozvoj výkonnosti;</li><li>• pozná význam všeobecného a špeciálneho rozcvičenia a vie ho využiť vo vyučovacom a tréningovom procese;</li><li>• ovláda pravidlá, terminológiu, diagnostiku, postupy a metodiku nácviku základných atletických disciplín.</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b>	



- teória a didaktika vrhačských disciplín, štafetových behov, prekážkových behov, behu na 400 m a pravidiel IAAF;
- nácvik prekážkového nábehu a medzi medziprekážkového rytmu;
- zdokonaľovanie a cvičenia na rozvoj prekážkarských zručností;
- nácvik a zdokonaľovanie techniky vo vrhu guľou;
- nácvik techniky štafetovej odovzdávky v behu na 4x100m a 4x400m;
- rozvoj špeciálnej vytrvalosti v behu na 400 m (laktátová kapacita);
- zdokonaľovanie a plnenie požiadaviek vo vrhu guľou;
- zdokonaľovanie a plnenie požiadaviek z prekážkových behov;
- zdokonaľovanie vytrvalosti a plnenie požiadaviek v behu 400m;
- zdokonaľovanie štafetovej odovzdávky a plnenie požiadaviek zo štafetovej odovzdávky;
- teoretický test z preberaných disciplín (charakteristika, história a pravidlá disciplín).

#### **Odporúčaná literatúra:**

ČILLÍK, I. a kol. 2020. Atletika. Banská Bystrica: Slovenský atletický zväz. 247 s. ISBN 978-80-8141-247-9.

ČILLÍK, I. - ROŠKOVÁ, M. 2003. Základy atletiky. Banská Bystrica : FHV UMB, 148 str.

HANDBOOK. 2021. Pravidlá atletiky IAAF. Bratislava : SAZ 2021. s. 89.

KUCHEN, A. a kol. 1987. Teória a didaktika atletiky. Bratislava : SPN, 384 str.

SEBERA, M., ZAORAL, P. 2007. Metodika výuky atletických disciplín pro učitele základních škol. <https://is.muni.cz/elportal/estud/fsps/ps07/atletika/index.html>

#### **Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

#### **Poznámky:**

#### **Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 168

A	B	C	D	E	FX
4.17	19.64	23.21	8.33	14.88	29.76

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 18.11.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schválenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV07/22	<b>Názov predmetu:</b> Kolektívne športy I.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 4 <b>Za obdobie štúdia:</b> 52 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 3.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín (52h - cvičenia, docvičovanie 10h, 12h príprava na test, test 1h) Športové hry I. Každá športová hra je hodnotená 2 vyučujúcimi samostatne. Priebežné hodnotenie: max 10b - test z obsahu a pravidiel športových hier, 30b - praktické zručnosti, 10b - dochádzka. Na získanie hodnotenia A je potrebné získať najmenej 91b, na získanie hodnotenia B je potrebné získať najmenej 81b, na získanie hodnotenia C je potrebné získať najmenej 71b, na získanie hodnotenia D je potrebné získať najmenej 61b, na získanie hodnotenia E je potrebné získať najmenej 51b. Kredity sa neudelia študentovi, ktorý z dochádzky (aktivity) a teoretického testu získa spolu 50b a menej, alebo sa nezúčastní cvičení s min 90% účasťou. Celkový počet bodov = 100 (50b volejbal, 50b basketbal). Hodnotenie testu: 10 otázok hodnotených (max 10b), maximum na 1 otázku 1b. Hodnotenie testu: A:10b, B:9,5-9, C:8,5-8b, D: 7,5-7, E: 6,5-5,5b, FX: 5b a menej. Hodnotenie praktických zručností: študent vykonáva zručností, hodnotí sa časová, technická a koordinačná stránka činnosti metódou testovania a odborného posudzovania. Hodnotenie účasti: ak sa študent zúčastní seminárov v potrebnom rozsahu (min. 90%), získa 10b do hodnotenia predmetu.	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> Študent: <ul style="list-style-type: none"><li>• pozná teoretické východiská športových hier (volejbal, basketbal) - obsah hry, pravidlá;</li><li>• použije vedomosti teórie športových hier (volejbal, basketbal) pri realizácii činností didaktického procesu;</li><li>• ovláda základné zručnosti hier a je schopný ich demonštrovať v súlade s platnou terminológiou, didaktickými zásadami a pravidlami príslušnej hry;</li><li>• rozumie didaktickým a metodickým postupom vyučovania činnosti volejbalu a basketbalu;</li><li>• integruje vedomosti príbuzných predmetov (didaktika, fyziológia telesných cvičení, teória športového tréningu a pod.);</li><li>• aplikuje naučené poznatky do procesu samostatnej tvorby metodických radov s obsahom vybraných športových hier - volejbal a basketbal;</li><li>• využije vedomosti z pravidiel v hre a rozhodovaní súťažného stretnutia;</li></ul>	

- chápe proces motorického učenia a predovšetkým úlohu širokého spektra nervových procesov vrátane všeobecnej inteligencie;
- aplikuje rozdiely v úrovni motorického učenia (ML) a všeobecnej inteligencie (IQ) do metodiky ŠH, identifikuje možný vzťah medzi týmito dvoma ukazovateľmi a na základe poznatkov individualizuje obsah vyučovacích hodín.

### **Stručná osnova predmetu:**

#### Volejbal

- cieľ, úlohy volejbalu v školskej TV;
- postavenie a pohyb hráča bez lopty (základné lokomócie hráča vo volejbale);
- základné spôsoby odbíjania lopty - odbitie lopty obojručne zhora;
- základné spôsoby odbíjania lopty - odbitie lopty obojručne zdola;
- útočné herné činnosti jednotlivca: podanie – rôzne typy (zdola, zhora, plachtiace, rotované);
- útočný úder z jednotlivých zón (smeč, lob, drajv a ulievka);
- útočné činnosti jednotlivca : nahrávka (obojručne zhora, zdola, pred seba, za seba);
- obranné činnosti jednotlivca - prihrávka (príjem podania, obrana v „poli“ ,vyberanie – ľahkých a ťažkých lôpt);
- obranné činnosti jednotlivca – blok (z miesta, v pohybe);
- útočné herné kombinácie vo volejbale (po nahrávke pri sieti, u „poľa“, po prihrávke na útok);
- obranné herné kombinácie vo volejbale (postavenie hráčov, blokovanie, postavenie pri prijíme podania. pri útoku súpera, vykrývanie vlastného útoku);
- herný systém bez špecializovaných hráčov (so špecializovanými hráčmi);
- príprava, organizácia a rozhodovanie zápasu vo volejbale;
- plnenie požiadaviek;

#### Basketbal

- základný basketbalový postoj, uvoľňovanie, zmeny smeru a pohyb hráča bez lopty;
- vedenie lopty na mieste a v pohybe ( dribling ), obchádzanie súpera, zmeny smeru s loptou;
- držanie a chytanie lopty, prihrávky na mieste (prihrávka trčením od pŕs obojruč a jednoruč);
- prihrávka jednoruč sponad a spoza hlavy, prihrávka z boku);
- prihrávky v pohybe bez a s obrancami;
- uvoľňovanie hráča s loptou – dvojtakt;
- strelba z miesta, z výskoku;
- obranný postoj a pohyb, bránenie hráča s loptou a bez lopty;
- útočné kombinácie – hod' a bež, clonenie, kombinácie pri početnej prevahe útočníkov;
- obranné kombinácie – preberanie, prekľzovanie, zdvojovanie;
- obranné systémy - osobná obrana a zónová obrana;
- využitie pohybových hier v basketbale;
- organizácia basketbalového turnaja na škole;
- plnenie požiadaviek.

### **Odporúčaná literatúra:**

- BUCHTEL, J., EJEM, M. a R. VORÁLEK. 2011. Trénink volejbalu. UK Praha, Karolínium. 256s. ISBN 978-80-246-1967-5
- HANÍK, Z. a M. LEHNERT. 2004. Herní dovednosti a kondice v tréninku mládeže. Praha. ČVS.
- HANÍK, Z. a kol., 2014. Učebnice pro tréneri mládeže. Praha: Mladá fronta a.s. ISBN 978-80-204-3380-0
- HORIČKA, P. 2014. Basketbal : teória a didaktika. 1. vyd. Nitra : PF UKF, 156s. ISBN 978-80-558-0673-0

JANÍK, Z., PĚTIVLAS, T. a V. FUNKOVÁ. 2005. V. Návuk činností jednotlivce v basketbalu v herních cvičeníh. 1. vydání. Brno : Masarykova univerzita v Brně, Fakulta sportovníh studií. 68 s.

PERÁČEK. P. 2019. Teória športových hier . 2. vyd. Bratislava : Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport, 435 s. ISBN 978-80-89075-74-4.

PERIČ, T. a J. DOVALIL. 2010. Sportovní trénink. 1. vyd. Praha : Grada Publishing, a. s., 2010. 157 s. ISBN 978-80-247-2118-7.

PŘIDAL, V. 2008. Teoretické východiska diagnostiky herného výkonu vo volejbale. Zborník vedeckých prác Katedra hier FTVŠ UK, 2008, č. 10, s. 52-65.

REHÁK, M. 1999. Teória a didaktika basketbalu. Bratislava: UK FTVŠ, 138 s. ISBN 80-88901-30-8

PŘIDAL, V. a L. ZAPLETALOVÁ. 2003. Volejbal : herný výkon, tréning, riadenie. Bratislava : Peter Mačura - PEEM, 180 s. ISBN 80-8890-185-5.

PŘIDAL, V. a L. ZAPLETALOVÁ. 2016. Športové príprava vo volejbale. 1.vyd. Bratislava : Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport v spolupráci so Slovenskou volejbalovou federáciou. 362s. ISBN 978-80-89075-55-3.

TOMÁNEK, P. 2010. Teória a didaktika basketbalu. Bratislava: ICM Agency. 212 s.

VELENSKÝ M. 2008. Pojetí basketbalového učiva pro děti a mládež. Praha: Karolinum. 224s. ISBN 9788024614809

ZAPLETALOVÁ, L., PŘIDAL, V. a T. LAURENČÍK. 2007. Volejbal: Základy techniky, taktiky a výučby. Bratislava : FTVŠ UK, 2007.158 s. ISBN 978-80-223-2280-5

ZAPLETALOVÁ, L. a I. HIADLOVSKÝ. 2003. Učebné osnovy športovej prípravy vo volejbale pre športové triedy základných škôl, osemročné gymnázia a športové gymnázia. Nové Zámky: CROCUS. ISBN 80-88992-55-9

OFICIÁLNE PRAVIDLÁ BASKETBALU, FIBA , 1998  
Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>  
Časopis Telesná výchova a šport  
Zborníky vedeckých prác Katedry hier FTVŠ UK v Bratislave

OFICIALNE PRAVIDLÁ VOLEJBALU, FIVB, 2017-2020, Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>  
[www.svf.sk](http://www.svf.sk)  
[www.fivb.com](http://www.fivb.com)  
<https://slovakbasket.sk/>  
Štátny vzdelávací program ISCED 2,  
Štátny vzdelávací program ISCED 3

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 197

A	B	C	D	E	FX
7.61	29.95	36.55	12.18	5.08	8.63

**Vyučujúci:** PaedDr. Pavol Horička, PhD., Mgr. Ľubomír Paška, Ph.D., prof. PaedDr. Jaromír Šimonek, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 31.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV13/22	<b>Názov predmetu:</b> Kolektívne športy II.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 5.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín (52h - cvičenia, docvičovanie 10h, 12h príprava na test, test 1) Športové hry I. Každá športová hra je hodnotená 2 vyučujúcimi samostatne. Priebežné hodnotenie: max 10b - test z obsahu a pravidiel športových hier, 30b - praktické zručnosti, 10b - dochádzka. Na získanie hodnotenia A je potrebné získať najmenej 91b, na získanie hodnotenia B je potrebné získať najmenej 81b, na získanie hodnotenia C je potrebné získať najmenej 71b, na získanie hodnotenia D je potrebné získať najmenej 61b, na získanie hodnotenia E je potrebné získať najmenej 51b. Kredity sa neudelia študentovi, ktorý z dochádzky (aktivity) a teoretického testu získa spolu 50b a menej, alebo sa nezúčastní cvičení s min 90% účasťou. Celkový počet bodov = 100 (50b futbal, 50b hádzaná). Hodnotenie testu: 10 otázok hodnotených (max 10b), maximum na 1 otázku 1b. Hodnotenie testu: A:10b, B:9,5-9, C:8,5-8b, D: 7,5-7, E: 6,5-5,5b, FX: 5b a menej. Hodnotenie praktických zručností: študent vykonáva zručností, hodnotí sa časová, technická a koordinačná stránka činnosti metódou testovania a odborného posudzovania. Hodnotenie účasti: ak sa študent zúčastní seminárov v potrebnom rozsahu (min. 90%), získa 10b do hodnotenia predmetu.	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> Študent: <ul style="list-style-type: none"> <li>• pozná teoretické východiská športových hier (futbal hádzaná) - obsah hry, pravidlá;</li> <li>• použije vedomosti teórie športových hier (futbal hádzaná) pri realizácii činností didaktického procesu;</li> <li>• ovláda základné zručnosti hier a je schopný ich demonštrovať v súlade s platnou terminológiou, didaktickými zásadami a pravidlami príslušnej hry;</li> <li>• rozumie didaktickým a metodickým postupom vyučovania činnosti volejbalu a basketbalu;</li> <li>• integruje vedomosti príbuzných predmetov (didaktika, fyziológia telesných cvičení, teória športového tréningu a pod.);</li> <li>• aplikuje naučené poznatky do procesu samostatnej tvorby metodických radov s obsahom vybraných športových hier - futbal hádzaná;</li> <li>• využije vedomosti z pravidiel v hre a rozhodovaní súťažného stretnutia;</li> </ul>	

- samostatne a tvorivo rieši jednoduché herné situácie v hre.

### **Stručná osnova predmetu:**

#### **Futbal**

- úvod do štúdia futbalu– obsah, úlohy, požiadavky;
- charakteristika futbalu ako športovej hry, systematika HČJ, systematika HK, systematika HS.
- vedenie lopty, zmeny smeru s loptou;
- obchádzanie súpera;
- prihrávky, strelba a spracovanie lopty hlavou;
- sťahovanie a tlmenie lopty nohou, stehnom, hrudou, hlavou;
- strelba vnútorným, vonkajším a priamym priehlavkom, hlavou;
- charakteristika obranných činností jednotlivca;
- nácvik obsadzovania hráča bez lopty a s loptou, odoberanie lopty;
- činnosti brankára – streh, chytanie, stavenie a premiestňovanie, vyrážanie, rozohrávanie lopty;
- nácvik ÚHK – narážačka, vybiehanie z tandemu, predbiehanie, nabiehanie do uvoľneného priestoru, zmena ťažiska hry;
- nácvik OHK – preberanie, križovanie, zabezpečovanie, postavenie súpera mimo hry;
- útočný systém hry – rýchly protiútok a postupný útok, kombinovaný útok a systém nátlakovej hry;
- obranný systém hry -priestorová, osobná a kombinovaná obrana;
- uplatnenie pohybových hier v rozvoji špeciálnych zručností;
- plnenie požiadaviek;

#### **Hádzaná:**

- prihrávky, spracovanie a držanie lopty;
- vedenie lopty;
- strelba z priestoru spojky, krídla a pivota;
- protiútok jednotlivca a skupiny hráčov;
- základné postavenie a pohyb hráča v obrane;
- bránenie vedenie lopty, prihrávky, strelby a klamlivej činnosti s loptou;
- útočné a obranné kombinácie;
- útočný systém s jedným pivotom;
- obranný systém 0:6;
- organizácie turnaja v hádzanej;
- hodnotenie pohybovej výkonnosti;
- minihádzaná;
- plnenie požiadaviek.

### **Odporúčaná literatúra:**

- BUCHTEL, J. 2009. Diagnostika kvantitatívni a kvalitatívni stránky herného výkonu ve volejbalu. In Süß, V., Buchtel, J. a kol. Hodnocení herního výkonu ve sportovních hrách. Kolektivna monografia. Praha : Nakladatelství Karolinium, 2009, s. 37-51. ISBN 978-80-246-1680-3 .
- HIANIK, J. 2010. Vzťah ukazovateľov herného výkonu družstva k výsledku zápasu. Bratislava : Fakulta telesnej výchovy a športu Univerzity Komenského v Bratislave. ISBN 978-80-8113-019-9. HIANIK, J. 2011. Hádzaná v telocvični. Bratislava: Slovenský zväz hádzanej.
- NEMEC, M. a kol. 2013. Športové hry 1. časť. Banská Bystrica : Vydavateľstvo Univerzity Mateja Bela - Belianum, 2013. 200 s. ISBN 978-80-557-0608-5.
- NEMEC, M. a R. KOLLÁR. 2009. Teória a didaktika futbalu. Banská Bystrica: Rastislav Kollár, 200 s.

<p>KRESTA, J., a kol. 2009. Futsal. 1.vyd. Praha: Grada Publishing. 112 s. ISBN 978-80-247-2534-5.</p> <p>KAČÁNI, L. 2000. Futbal. Teória a prax hernej prípravy. Bratislava : SPN, 2000. 143 s. ISBN 80-08-03164-6.</p> <p>KAČÁNI L. a L. HORSKÝ. 1988. Tréning vo futbale. Bratislava: STV Šport. 282s.</p> <p>PAKUSZA, Z. 2005. Komplexný rozvoj hernej spôsobilosti mladých futbalistov. Dizertačná práca. Bratislava : FTVŠ UK, 146 s</p> <p>PERÁČEK, P. 2004/b. Futbal. Riadenie – plánovanie – tréning. 4. vyd. Bratislava : Peter Mačura – PEEM, 2004. 214 s. ISBN 80-89197-09-4.</p> <p>ZAŤKOVÁ, V. a J. HIANIK. 2009. Hádzaná-základné herné činnosti. Bratislava : UK Bratislava, 125 s. ISBN 978-80-223-2494-6.</p> <p>ZAŤKOVÁ, V. et al. 2000. Hádzaná, metodické materiály. Bratislava: FTVŠ UK. 46 s.</p> <p>Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <a href="https://edu.ukf.sk/">https://edu.ukf.sk/</a></p> <p>Časopisy: Telesná výchova a šport, Športový edukátor</p> <p>Zborníky vedeckých prác Katedry hier FTVŠ UK v Bratislave</p> <p>Štátny vzdelávací program ISCED 2,</p> <p>Štátny vzdelávací program ISCED 3</p>					
<b>Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:</b>					
<b>Poznámky:</b>					
<b>Hodnotenie predmetov</b>					
Celkový počet hodnotených študentov: 108					
A	B	C	D	E	FX
33.33	31.48	25.93	6.48	0.0	2.78
<b>Vyučujúci:</b> PaedDr. Pavol Horička, PhD., Mgr. Ľubomír Paška, Ph.D., prof. PaedDr. Jaromír Šimonek, PhD.,					
<b>Dátum poslednej zmeny:</b> 12.11.2021					
<b>Schválil :</b> Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.					

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV08/22	<b>Názov predmetu:</b> Outdoorové letné činnosti
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> Za obdobie štúdia: 35s <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 2.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín 35 hodín cvičenia, 30 hodín príprava na cvičenia, 10 hodín príprava na písomný test. Absolvovanie obsahovej náplne outdoorových letných činností (cykloturistika, vysokohorská a poznávacia turistika, poznávacia turistika, vodná turistika, základy lezenia). Vedomostné znalosti z orientácie v prírode, bezpečnosti pohybu na horách. Záverečné hodnotenie: 20% - cykloturistika, 20% - vysokohorská a poznávacia turistika, 20% - vodná turistika, 20% - základy lezenia, 20% - vedomostný test. Hodnotenie: pre získanie hodnotenia A je potrebné získať najmenej 97% - 100%, na získanie hodnotenia B je potrebné získať najmenej 93% - 96%, na získanie hodnotenia C je potrebné získať najmenej 89% - 92%, na získanie hodnotenia D je potrebné získať najmenej 85% - 88%, na získanie hodnotenia E je potrebné získať najmenej 81% - 84%	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent má vedomosti z oblasti organizácie outdoorových letných činností, má vedomosti z oblasti pohybu na horách, cykloturistiky, vodnej turistiky ako aj základov lezenia a bezpečnosti pri outdoorových pohybových činnostiach;</li><li>• nadobudol zručnosti v outdoorových pohybových činnostiach. je kompetentný organizovať a viesť kurzovú formu výučbu v prírodných podmienkach;</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• inštruktážna prednáška z cykloturistiky a bezpečnosti pohybu na bicykli;</li><li>• organizácia a realizácia cykloturistiky;</li><li>• inštruktážna prednáška k vodnej turistike;</li><li>• organizácia a realizácia vodnej turistiky;</li><li>• inštruktážna prednáška z vysokohorskej, poznávacej turistiky a základov lezenia;</li><li>• organizácia a realizácia vysokohorskej, poznávacej turistiky a základov lezenia;</li><li>• záverečný test formou orientačného behu;</li></ul>	
<b>Odporúčaná literatúra:</b> BABIAR, M. – BACZEK, J.B. -KOMPÁN, J. 2013. Outdoorové animácie v cestovnom ruchu, Bratislava : STAGEMAN, 145 s. ISBN: 978-83-937164-1-8	



BRESTOVANSKÝ, M. 2013. Pedagogika voľného času 2 - pedagogika zážitku a hra. Trnava : TU, 108 s. ISBN 978-80-8082-751-9

JUNGER, J a kol. 2002. Turistika a športy v prírode. Prešov: FHPV PU, , ISBN 80-8068-097-3, 267s.

KOMPÁN, J. 2017. Implementation of education in sport and outdoor activities within the project „The Award goes to Universities“ at Matej Bel University in Banská Bystrica In: Journal of Outdoor Activities, Ústí nad Labem, Jan Evangelista Purkyně University in Ústí nad Labem No.s.30-35 ISSN 1802-3908

KOMPÁN, J. - VITKOVÁ, J. 2017. Analýza možností realizácie škôl v prírode v primárnom vzdelávaní In.: Šport a rekreácia 2017, Nitra PF UK, 43-5 s. ISBN 978-80-558-1179-6

LUTONSKÝ, M. 2008. Geocaching: hra pro mozek, nohy a vaši GPS. [online]. [cit. 10.10.2016]. Dostupné na internete: Available on: <http://navigovat.mobilmania.cz/clanky/geocaching-hra-pro-mozek-nohy-a-vasi-gps/sc-3-a-1312930>

NEUMAN, J. et al. 2000. Turistika a sporty v prírode. Praha : Portál, 2000, 200 s. ISBN 80-7178-391-9.

RYLICH, J. 2012. Geocaching – turistika, hra a dobrodružství s GPS. [online]. [cit. 10.10.2016]. Dostupné na internete: <http://ikaros.cz/node/13958>

ŠIMONEK, J. 2007. Aktuálne trendy vo vyučovaní telesnej výchovy. Nitra : Univerzita Konštatntína Filozofa, 89 s.

ULMER, J. 2000. Commitment, Deviance and Social Control. Sociological Quarterly 41 : 315-336

ISCED 3 2017. Ochrana života a zdravia [online]. [cit. 1.9.2017]. Dostupné na internete: <http://www.statpedu.sk/> ISCED 2 Telesná a športová výchova 2016. [online]. [cit. 12.9.2017]. Dostupné na internete: <http://www.statpedu.sk/>

ISCED 3 Enviromentálna výchova 2017. [online]. [cit. 1.10.2017]. Dostupné na internete: <http://www.statpedu.sk>

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 140

A	B	C	D	E	FX
87.14	0.0	1.43	0.0	0.0	11.43

**Vyučujúci:** PaedDr. Pavol Horička, PhD., PaedDr. Jaroslav Krajčovič, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 31.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bPRAX01/22	<b>Názov predmetu:</b> Pedagogická prax I. hospitačno-asistentská
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> Za obdobie štúdia: 20s <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 1	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 5.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Absolvoval (ABS) Celková záťaž študenta: 100 hodín Zahŕňa 20 hodín teoretickej prípravy, 20 hodín prípravy na výchovno-vzdelávaciu činnosť, 20 hodín praktických výstupov alebo asistencie a 40 hodín analýzy a písomnej dokumentácie z výučbovo-asistentskej praxe. Podmienky: absolvovanie pedagogickej praxe a predloženie vyplneného denníka z pedagogickej praxe.	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> Absolvent výučbovo-asistentskej praxe: <ul style="list-style-type: none"><li>• implementuje pedagogickú a odborovo-didaktickú teóriu do edukačného procesu;</li><li>• samostatne konkretizuje ciele výchovy a vzdelávania na základe analýzy štátneho a školského vzdelávacieho programu;</li><li>• projektuje samostatne výučbu s primeranou časovou schémou jednotlivých činností, metódami a prostriedkami výučby s podporou moderných informačných a komunikačných technológií podľa formulovaného cieľa a určeného obsahu vyučovacej hodiny;</li><li>• projektuje a realizuje samostatne výchovno-vzdelávaciu činnosť realizovanú ako záujmovú činnosť žiakov v čase mimo vyučovania;</li><li>• realizuje výučbu/výchovno-vzdelávaciu činnosť v za sebou nasledujúcich organizačných formách a uskutočňuje transfer základného obsahu v zmysle základných školských dokumentov;</li><li>• implementuje medzipredmetové väzby a medziodborové poznatky v prezentácii vyučovacích tém;</li><li>• aplikuje metódy, stratégie, prostriedky, pomôcky a informačné technológie a identifikuje ich efektívnosť v kontexte rozmanitých potrieb žiakov v školskej triede/ výchovnej skupine;</li><li>• identifikuje a akceptuje prejavy individuality žiaka v rámci školskej triedy/ výchovnej skupiny, aplikuje prvky diferenciacie vo vyučovaní a využíva metódy diagnostikovania ich efektívnosti;</li><li>• optimalizuje atmosféru v učiacej sa skupine a vytvára podnetné a neohrožujúce prostredie pre vyučovanie a učenie sa žiakov aplikáciou techník dodržiavania pravidiel a bezpečných pracovných podmienok;</li><li>• primerane motivuje žiakov k učebnej činnosti a podporuje interakcie medzi žiakmi;</li><li>• ovláda a primerane aplikuje stratégie pre zabezpečenie disciplíny v skupine. Implementuje prvky prevencie nevhodného správania v triede;</li></ul>	

- aplikuje metódy mikrodiagnostikovania a zohľadňuje výsledky vo výbere následnej činnosti.
- poskytuje spätnú väzbu, samostatne a zodpovedne hodnotí učebné výsledky žiakov v súlade so zásadami hodnotenia na príslušnom stupni vzdelávania. Realizuje spätnú väzbu o plnení cieľov vyučovania;
- je schopný vytvárať a rozvíjať interpersonálne vzťahy so žiakmi, rodičmi a vedením školy, pričom používa vhodné komunikačné prostriedky;
- pripravuje učebné pomôcky a pracuje kompetentne s modernými vyučovacími technológiami a elektronickým školským vzdelávacím prostredím;
- uplatňuje metódy a nástroje pedagogickej metodológie pri realizácii akčného výskumu v rámci témy záverečnej práce;
- argumentuje vlastné metodické postupy v portfóliu a v interakcii s cvičným učiteľom;
- reflektuje vyučovaciu skúsenosť a má objektívny sebaobraz o úrovni vlastných profesijných zručností.

### **Stručná osnova predmetu:**

Prax výučbovo-asistentská je forma praktickej skúsenosti realizovaná v škole a/alebo školskom zariadení zaradenom do siete škôl a školských zariadení. Je to prax, ktorá má vlastnosti pedagogickej stáže a predstavuje priestor rozvíjania skúseností získaných pozorovaním, asistenciou a výučbovou praxou a priestor rozvíjania vedomostí zručností, skúseností a hodnôt prostredníctvom priamej aktívne výučbovej a asistentskej činnosti, ktorú realizuje pod supervíziou cvičného pedagogického alebo odborného zamestnanca podľa druhu zvoleného výchovno-vzdelávacieho zariadenia. Študent v rámci praxe nepretržite pôsobí v edukačnom prostredí s následnou metodickou a odbornou analýzou a spätnou väzbu od cvičného učiteľa a reflexiou vlastných didaktických zručností a pedagogických spôsobilostí.

Prax je organizovaná tak, aby mal študent možnosť realizovať výchovné činnosti alebo výučbu v triedach, aplikovať metódy, stratégie, prostriedky a pomôcky optimalizované teóriu a mohol overiť vlastný edukačný projekt dizajnovaný pre výučbu alebo výchovno-vzdelávací proces v konkrétnom stupni vzdelávania, ročníku a triede alebo výchovnej skupine, alebo aplikovať asistenčný program pri práci s jednotlivcom, či skupinou žiakov v kontexte ich individuálnych výchovno-vzdelávacích potrieb. Prax predstavuje zároveň priestor pre výskumné a metodické aktivity súvisiace s tvorbou záverečnej práce študenta učiteľstva telesnej výchovy. Špecifické ciele:

Prostredníctvom výučbovo-asistentskej praxe umožniť študentovi:

- Overiť vlastné psychodidaktické a odborovo-didaktické koncepty vyučovania v reálnych podmienkach.
- Realizovať výučbu v triedach, aplikovať vyučovacie metódy, stratégie, prostriedky a pomôcky s dôrazom na stimuláciu poznávacích procesov, kritického a tvorivého myslenia žiakov.
- Overiť pedagogické stratégie rozpoznávania rozmanitých potrieb žiakov v školskej triede, resp. výchovnej skupine a ich pedagogicko-didaktického zvládnutia:
  - riešiť v rámci vyučovania a výchovy rôzne prejavy správania sa žiakov v škole vyplývajúce z ich diverzity (osobitostí vývinového obdobia, sociálneho a kultúrneho prostredia, pohlavia a pod.),
  - akceptovať prejavy individuality žiaka v kontexte formálnej sociálnej skupiny v rámci školskej triedy,
  - akceptovať osobitosti učenia sa žiakov v školskej triede a prispôbiť im vlastný vyučovací štýl,
  - akceptovať osobitosti učenia sa žiakov v čase mimo vyučovania, osobitosti záujmov a rozmanitosť žiakov v zariadení voľného času,
  - akceptovať a do vyučovania a výchovnej činnosti projektovať prvky diferenciácie pri vyučovaní a výchove žiakov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami,
  - vytvárať pozitívne socializačné efekty a zvládnuť disciplínu v žiackom kolektíve, prejavy nedisciplinovaného správania a reakcie skupiny na takéto prejavy,
  - optimalizovať atmosféru v učiacej sa skupine.

- Rozvíjať si psychodidaktické zručnosti a spôsobilosti,
  - formulovať kognitívne, socio-afektívne a psychomotorické ciele vyučovacej hodiny, výchovno-vzdelávacej jednotky a komunikovať ich učiacim sa,
  - využívať stratégie vymedzenia kľúčových pojmov prezentovaného obsahu v kontexte štruktúry vedného odboru a v kontexte kognitívno-vývinových charakteristík žiakov.
  - využívať stratégie podporujúce kritické, angažované a kreatívne myslenie žiakov.
- Rozvíjať psychosociálnu, projektívnu, realizačnú a reflektívnu zložku učiteľskej spôsobilosti pre výučbu.
- Plánovať a realizovať vyučovací/ výchovno-vzdelávací proces:
  - plánovať a organizovať činnosť jednotlivcov a skupín žiakov vo výchovno-vzdelávacom procese,
  - aplikovať metódy a formy podporujúce aktívne učenie sa žiaka,
  - aplikovať metódy udržania pozornosti žiakov počas výchovno-vzdelávacej činnosti,
  - implementovať medzipredmetové väzby a medziodborové poznatky v prezentácii témy, v štruktúre základného a rozvíjajúceho učiva,
  - využívať pomôcky, učebnice a ďalšie učebné zdroje a IKT vo vzdelávaní a učení sa žiakov, uplatňovať metódy a prostriedky rozvíjania digitálnej gramotnosti žiaka, počítač, interaktívnu tabuľu, internet, špecifické výučbové programy a softvéry, dynamické systémy a interaktívne učebné materiály a pod.
- Vytvárať podnetné a neohrozujúce prostredie pre vyučovanie a učenie sa žiakov:
  - aplikovať techniky na dodržiavanie pravidiel a bezpečných pracovných podmienok,
  - aplikovať metódy a stratégie vonkajšej motivácie a aktivizácie žiakov, podporovať interakcie medzi žiakmi,
- Aplikovať metódy diagnostikovania učebných výsledkov žiakov, ich hodnotenia a poskytovania spätnej väzby v súlade so zásadami hodnotenia na príslušnom stupni vzdelávania.
- Prezentovať vlastné osobnostné charakteristiky, komunikačný štýl (v komunikácii so žiakmi, rodičmi, pedagógmi a odbornými zamestnancami školy) a profesijné zručnosti, uskutočňovať sebareflexiu a prijímať spätnú väzbu o vlastnom výstupe od žiakov, rovesníkov a cvičného učiteľa.
- Reflektovať vyučovaciu skúsenosť v skupine študentov, zdieľať vlastné zážitky, poznatky a hodnoty a argumentovať ich v metodologickej analýze v interakcii s cvičným učiteľom a pri tvorbe sebareflexívneho záznamu a rozvíjať tak osobné poňatia výučby a zodpovednosti študenta.

### **Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

Kramáreková, H., Szijjártóová, K. 2012. Pedagogická prax v príprave učiteľov/ Nitra : PF UKF, 162 s. ISBN 978-80-558-0160

Szjijártóová, K. - Kramareková, H. 2019. Pedagogická prax : nástroj skvalitňovania vzdelávania učiteľov - Nitra : PF UKF Nitra, 2019. - 171. - ISBN 978-80-558-1443-8.

Čeretková, S. a kol. 2019. Kompetencie učiteľa. Hodnotenie. Sebahodnotenie. Praha : Verbum, 2019. - 182 s. - ISBN 978-80-87800-54-6.

Tomšík, R. 2019. Rozvoj kritického myslenia vo vyučovaní psychológie/ Nitra: UKF, 64 s. ISBN 978-80-558-1389-8.

Predanociová, L. - Jomášková, G. 2019. Tvorivé a kritické myslenie v príprave učiteľov občianskej náuky/ Nitra: UKF, ISBN 978-80-558-1482-7.

Lovászová, G. - Klimová, K. 2019. Stratégie kritického a tvorivého myslenia v príprave učiteľov informatiky / - 1. vyd. - Nitra : UKF, 2019. - 62 s. - ISBN 978-80-558-1499-5

Valentová, M. - Brečka, P. - Depešová, J. 2019. Tvorivé a kritické myslenie v príprave vyučujúcich v technickom vzdelávaní; - 1. vyd. - Nitra : UKF, 2019. - 92 s. - ISBN 978-80-558-1463-6.

Kováčová, Z. 2019. Edukácia slovenského jazyka a slohu z aspektu poznávacích procesov žiaka / Kováčová, Z. -1. vyd. - Nitra : UKF, 2019. - 148 s. - ISBN 978-80-558-1484-1.

Lomnický, I. - Lesková, A. - Magová, L. 2019. Tvorivé a kritické myslenie v príprave učiteľov etickej výchovy/ - Nitra : UKF, 2019. - 85 s. - ISBN 978-80-558-1460-5.

Jonášková, G. - Lomnický, I. - Predanócyová, L. 2018. Didaktiky spoločenskovedných predmetov občianska náuka a etická výchova; recenzent: Ladislav Mura, Eva Pechorčiaková Svitačová. - 1. vyd. - Nitra : UKF, 2018. - 131 s. - ISBN 978-80-558-1288-5.

Brečka, P. - Valentová, M. 2018. Stratégie výučby s podporou IKT v technickom vzdelávaní. 1. vyd. Nitra: UKF, 2018. 198 s. ISBN 978-80-558-1299-1.

Páleníková, K. a kol. 2018. Matematika a CLIL : úlohy a aktivity pre CLIL vyučovanie matematiky. - Nitra : UKF, 2018. - 106 s. - ISBN 978-80-558-1364-6.

Lomnický, I. a kol. 2017. Didaktika etickej výchovy pre pedagogickú prax; Nitra : UKF, 2017. - CD-ROM – 130s. - ISBN 978-80-558-1224-3.

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 119

ABS	N
99.16	0.84

**Vyučujúci:** prof. PaedDr. Jaromír Šimonek, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 18.11.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bPRAX01/22	<b>Názov predmetu:</b> Pedagogická prax I. hospitačno-asistentská
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> Za obdobie štúdia: 20s <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 1	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 6.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Absolvoval (ABS) Celková záťaž študenta: 100 hodín Zahŕňa 20 hodín teoretickej prípravy, 20 hodín prípravy na výchovno-vzdelávaciu činnosť, 20 hodín praktických výstupov alebo asistencie a 40 hodín analýzy a písomnej dokumentácie z výučbovo-asistentskej praxe. Podmienky: absolvovanie pedagogickej praxe a predloženie vyplneného denníka z pedagogickej praxe.	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> Absolvent výučbovo-asistentskej praxe: <ul style="list-style-type: none"><li>• implementuje pedagogickú a odborovo-didaktickú teóriu do edukačného procesu;</li><li>• samostatne konkretizuje ciele výchovy a vzdelávania na základe analýzy štátneho a školského vzdelávacieho programu;</li><li>• projektuje samostatne výučbu s primeranou časovou schémou jednotlivých činností, metódami a prostriedkami výučby s podporou moderných informačných a komunikačných technológií podľa formulovaného cieľa a určeného obsahu vyučovacej hodiny;</li><li>• projektuje a realizuje samostatne výchovno-vzdelávaciu činnosť realizovanú ako záujmovú činnosť žiakov v čase mimo vyučovania;</li><li>• realizuje výučbu/výchovno-vzdelávaciu činnosť v za sebou nasledujúcich organizačných formách a uskutočňuje transfer základného obsahu v zmysle základných školských dokumentov;</li><li>• implementuje medzipredmetové väzby a medziodborové poznatky v prezentácii vyučovacích tém;</li><li>• aplikuje metódy, stratégie, prostriedky, pomôcky a informačné technológie a identifikuje ich efektívnosť v kontexte rozmanitých potrieb žiakov v školskej triede/ výchovnej skupine;</li><li>• identifikuje a akceptuje prejavy individuality žiaka v rámci školskej triedy/ výchovnej skupiny, aplikuje prvky diferenciacie vo vyučovaní a využíva metódy diagnostikovania ich efektívnosti;</li><li>• optimalizuje atmosféru v učiacej sa skupine a vytvára podnetné a neohrožujúce prostredie pre vyučovanie a učenie sa žiakov aplikáciou techník dodržiavania pravidiel a bezpečných pracovných podmienok;</li><li>• primerane motivuje žiakov k učebnej činnosti a podporuje interakcie medzi žiakmi;</li><li>• ovláda a primerane aplikuje stratégie pre zabezpečenie disciplíny v skupine. Implementuje prvky prevencie nevhodného správania v triede;</li></ul>	

- aplikuje metódy mikrodiagnostikovania a zohľadňuje výsledky vo výbere následnej činnosti.
- poskytuje spätnú väzbu, samostatne a zodpovedne hodnotí učebné výsledky žiakov v súlade so zásadami hodnotenia na príslušnom stupni vzdelávania. Realizuje spätnú väzbu o plnení cieľov vyučovania;
- je schopný vytvárať a rozvíjať interpersonálne vzťahy so žiakmi, rodičmi a vedením školy, pričom používa vhodné komunikačné prostriedky;
- pripravuje učebné pomôcky a pracuje kompetentne s modernými vyučovacími technológiami a elektronickým školským vzdelávacím prostredím;
- uplatňuje metódy a nástroje pedagogickej metodológie pri realizácii akčného výskumu v rámci témy záverečnej práce;
- argumentuje vlastné metodické postupy v portfóliu a v interakcii s cvičným učiteľom;
- reflektuje vyučovaciu skúsenosť a má objektívny sebaobraz o úrovni vlastných profesijných zručností.

### **Stručná osnova predmetu:**

Prax výučbovo-asistentská je forma praktickej skúsenosti realizovaná v škole a/alebo školskom zariadení zaradenom do siete škôl a školských zariadení. Je to prax, ktorá má vlastnosti pedagogickej stáže a predstavuje priestor rozvíjania skúseností získaných pozorovaním, asistenciou a výučbovou praxou a priestor rozvíjania vedomostí zručností, skúseností a hodnôt prostredníctvom priamej aktívne výučbovej a asistentskej činnosti, ktorú realizuje pod supervíziou cvičného pedagogického alebo odborného zamestnanca podľa druhu zvoleného výchovno-vzdelávacieho zariadenia. Študent v rámci praxe nepretržite pôsobí v edukačnom prostredí s následnou metodickou a odbornou analýzou a spätnou väzbou od cvičného učiteľa a reflexiou vlastných didaktických zručností a pedagogických spôsobilostí.

Prax je organizovaná tak, aby mal študent možnosť realizovať výchovné činnosti alebo výučbu v triedach, aplikovať metódy, stratégie, prostriedky a pomôcky optimalizované teóriu a mohol overiť vlastný edukačný projekt dizajnovaný pre výučbu alebo výchovno-vzdelávací proces v konkrétnom stupni vzdelávania, ročníku a triede alebo výchovnej skupine, alebo aplikovať asistenčný program pri práci s jednotlivcom, či skupinou žiakov v kontexte ich individuálnych výchovno-vzdelávacích potrieb. Prax predstavuje zároveň priestor pre výskumné a metodické aktivity súvisiace s tvorbou záverečnej práce študenta učiteľstva telesnej výchovy. Špecifické ciele:

Prostredníctvom výučbovo-asistentskej praxe umožniť študentovi:

- Overiť vlastné psychodidaktické a odborovo-didaktické koncepty vyučovania v reálnych podmienkach.
- Realizovať výučbu v triedach, aplikovať vyučovacie metódy, stratégie, prostriedky a pomôcky s dôrazom na stimuláciu poznávacích procesov, kritického a tvorivého myslenia žiakov.
- Overiť pedagogické stratégie rozpoznávania rozmanitých potrieb žiakov v školskej triede, resp. výchovnej skupine a ich pedagogicko-didaktického zvládnutia:
  - riešiť v rámci vyučovania a výchovy rôzne prejavy správania sa žiakov v škole vyplývajúce z ich diverzity (osobitostí vývinového obdobia, sociálneho a kultúrneho prostredia, pohlavia a pod.),
  - akceptovať prejavy individuality žiaka v kontexte formálnej sociálnej skupiny v rámci školskej triedy,
  - akceptovať osobitosti učenia sa žiakov v školskej triede a prispôbiť im vlastný vyučovací štýl,
  - akceptovať osobitosti učenia sa žiakov v čase mimo vyučovania, osobitosti záujmov a rozmanitosť žiakov v zariadení voľného času,
  - akceptovať a do vyučovania a výchovnej činnosti projektovať prvky diferenciácie pri vyučovaní a výchove žiakov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami,
  - vytvárať pozitívne socializačné efekty a zvládnuť disciplínu v žiackom kolektíve, prejavy nedisciplinovaného správania a reakcie skupiny na takéto prejavy,
  - optimalizovať atmosféru v učiacej sa skupine.

- Rozvíjať si psychodidaktické zručnosti a spôsobilosti,
  - formulovať kognitívne, socio-afektívne a psychomotorické ciele vyučovacej hodiny, výchovno-vzdelávacej jednotky a komunikovať ich učiacim sa,
  - využívať stratégie vymedzenia kľúčových pojmov prezentovaného obsahu v kontexte štruktúry vedného odboru a v kontexte kognitívno-vývinových charakteristík žiakov.
  - využívať stratégie podporujúce kritické, angažované a kreatívne myslenie žiakov.
- Rozvíjať psychosociálnu, projektívnu, realizačnú a reflektívnu zložku učiteľskej spôsobilosti pre výučbu.
- Plánovať a realizovať vyučovací/ výchovno-vzdelávací proces:
  - plánovať a organizovať činnosť jednotlivcov a skupín žiakov vo výchovno-vzdelávacom procese,
  - aplikovať metódy a formy podporujúce aktívne učenie sa žiaka,
  - aplikovať metódy udržania pozornosti žiakov počas výchovno-vzdelávacej činnosti,
  - implementovať medzipredmetové väzby a medziodborové poznatky v prezentácii témy, v štruktúre základného a rozvíjajúceho učiva,
  - využívať pomôcky, učebnice a ďalšie učebné zdroje a IKT vo vzdelávaní a učení sa žiakov, uplatňovať metódy a prostriedky rozvíjania digitálnej gramotnosti žiaka, počítač, interaktívnu tabuľu, internet, špecifické výučbové programy a softvéry, dynamické systémy a interaktívne učebné materiály a pod.
- Vytvárať podnetné a neohrozujúce prostredie pre vyučovanie a učenie sa žiakov:
  - aplikovať techniky na dodržiavanie pravidiel a bezpečných pracovných podmienok,
  - aplikovať metódy a stratégie vonkajšej motivácie a aktivizácie žiakov, podporovať interakcie medzi žiakmi,
- Aplikovať metódy diagnostikovania učebných výsledkov žiakov, ich hodnotenia a poskytovania spätnej väzby v súlade so zásadami hodnotenia na príslušnom stupni vzdelávania.
- Prezentovať vlastné osobnostné charakteristiky, komunikačný štýl (v komunikácii so žiakmi, rodičmi, pedagógmi a odbornými zamestnancami školy) a profesijné zručnosti, uskutočňovať sebareflexiu a prijímať spätnú väzbu o vlastnom výstupe od žiakov, rovesníkov a cvičného učiteľa.
- Reflektovať vyučovaciu skúsenosť v skupine študentov, zdieľať vlastné zážitky, poznatky a hodnoty a argumentovať ich v metodologickej analýze v interakcii s cvičným učiteľom a pri tvorbe sebareflexívneho záznamu a rozvíjať tak osobné poňatia výučby a zodpovednosti študenta.

### **Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

Kramáreková, H., Szijjártóová, K. 2012. Pedagogická prax v príprave učiteľov/ Nitra : PF UKF,162 s. ISBN 978-80-558-0160

Szijjártóová, K. - Kramareková, H. 2019. Pedagogická prax : nástroj skvalitňovania vzdelávania učiteľov - Nitra : PF UKF Nitra, 2019. - 171. - ISBN 978-80-558-1443-8.

Čeretková, S. a kol. 2019. Kompetencie učiteľa. Hodnotenie. Sebahodnotenie. Praha : Verbum,2019. - 182 s. - ISBN 978-80-87800-54-6.

Tomšík, R. 2019. Rozvoj kritického myslenia vo vyučovaní psychológie/ Nitra: UKF, 64 s. ISBN978-80-558-1389-8.

Predanociová, L. - Jomášková, G. 2019. Tvorivé a kritické myslenie v príprave učiteľov občianskej náuky/ Nitra: UKF, ISBN 978-80-558-1482-7.

Lovászová, G. - Klimová, K. 2019. Stratégie kritického a tvorivého myslenia v príprave učiteľov informatiky / - 1. vyd. - Nitra : UKF, 2019. - 62 s. - ISBN 978-80-558-1499-5

Valentová, M. - Brečka, P. - Depešová, J. 2019. Tvorivé a kritické myslenie v príprave vyučujúcich v technickom vzdelávaní; - 1. vyd. - Nitra : UKF, 2019. - 92 s. - ISBN978-80-558-1463-6.

Kováčová, Z. 2019. Edukácia slovenského jazyka a slohu z aspektu poznávacích procesov žiaka / Kováčová, Z. -1. vyd. - Nitra : UKF, 2019. - 148 s. - ISBN 978-80-558-1484-1.



Lomnický, I. - Lesková, A. - Magová, L. 2019. Tvorivé a kritické myslenie v príprave učiteľov etickej výchovy/ - Nitra : UKF, 2019. - 85 s. - ISBN 978-80-558-1460-5.

Jonášková, G. - Lomnický, I. - Predanócyová, L. 2018. Didaktiky spoločenskovedných predmetov občianska náuka a etická výchova; recenzent: Ladislav Mura, Eva Pechorčiaková Svitačová. - 1. vyd. - Nitra : UKF, 2018. - 131 s. - ISBN 978-80-558-1288-5.

Brečka, P. - Valentová, M. 2018. Stratégie výučby s podporou IKT v technickom vzdelávaní. 1. vyd. Nitra: UKF, 2018. 198 s. ISBN 978-80-558-1299-1.

Páleníková, K. a kol. 2018. Matematika a CLIL : úlohy a aktivity pre CLIL vyučovanie matematiky. - Nitra : UKF, 2018. - 106 s. - ISBN 978-80-558-1364-6.

Lomnický, I. a kol. 2017. Didaktika etickej výchovy pre pedagogickú prax; Nitra : UKF, 2017. - CD-ROM – 130s. - ISBN 978-80-558-1224-3.

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 119

ABS	N
99.16	0.84

**Vyučujúci:** prof. PaedDr. Jaromír Šimonek, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 18.11.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV16/22	<b>Názov predmetu:</b> Plážové športy
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 4., 6.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> 26 hodín cvičenia + 13 hodín príprava na jednotlivé cvičenia + 14 hodín príprava na plnenie praktických zručností + 21 hodín samoštúdium, príprava na test z pravidiel a obsahu vybraných plážových športov, 1 hod. plnenie požiadaviek. priebežné hodnotenie: 30% - test z teórie vybraných plážových hier, 60% - praktické zručnosti, 10% - dochádzka. Na získanie hodnotenia A je potrebné získať najmenej 91 %, na získanie hodnotenia B je potrebné získať najmenej 81 %, na získanie hodnotenia C je potrebné získať najmenej 71 %, na získanie hodnotenia D je potrebné získať najmenej 61%, na získanie hodnotenia E je potrebné získať najmenej 51%. Hodnotenie praktických zručností: študent vykonáva ukážku zručností, hodnotí sa časová, technická a koordinačná stránka činnosti metódou testovania a odborného posudzovania. Hodnotenie účasti: ak sa študent zúčastní cvičení v potrebnom rozsahu (min. 90%), získa 10b do hodnotenia predmetu. Kredity sa neudelia študentovi, ktorý z dochádzky (aktivity) a teoretického testu získa spolu menej ako 50%, alebo sa nezúčastní cvičení v rozsahu 90% a viac. Hodnotenie: A =100 % - 91%, B = 90 % - 81 %, C = 80 % - 71 %, D = 70 % -61 %, E = 60 % - 51 %, FX = 50 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> Študent: <ul style="list-style-type: none"><li>• pozná teoretické východiská plážových športových hier (plážový volejbal, plážová hádzaná, plážový futbal) - obsah hry, pravidlá;</li><li>• použije vedomosti teórie plážových športových hier (plážový volejbal, plážová hádzaná, plážový futbal) pri realizácii činností didaktického procesu;</li><li>• ovláda základné zručnosti hier a je schopný ich demonštrovať v súlade s platnou terminológiou, didaktickými zásadami, metodickými postupmi a pravidlami príslušnej hry;</li><li>• aplikuje získané poznatky do samostatného tvorivého procesu s obsahom vybraných plážových športových športov (plážový volejbal, plážová hádzaná, plážový futbal);</li><li>• samostatne aplikuje vedomosti z pravidiel v hre a rozhodovaní súťažného stretnutia;</li><li>• je schopný pripraviť vhodný hrací systém a organizovať turnaj vo vybranom plážovom športe;</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• úvod do štúdia plážový volejbal, plážová hádzaná a plážový futbal – obsah, história, úlohy, požiadavky;</li></ul>	

- základné spôsoby odbitia a herné činnosti jednotlivca v plážovom volejbale (zhora a zdola);
- herné činnosti jednotlivca v plážovom volejbale (lob, smeč, blok, hra v „poli“);
- herné kombinácie a herné systémy v plážovom volejbale;
- turnaj/zápas v plážovom volejbale a rozhodovanie zápasu;
- prihrávky, spracovanie, držanie a vedenie lopty v plážovej hádzanej;
- herné činnosti jednotlivca (streľba z miesta, vo výskoku, pohyb hráča v obrane);
- herné kombinácie a herné systémy v plážovej hádzanej;
- príprava a organizácia zápasu v plážovej hádzanej, rozhodovanie;
- vedenie lopty, prihrávky v plážovom futbale;

#### **Odporúčaná literatúra:**

ARGAJ, G. a kol. 2001. Pohybové hry. 2. prep. vyd. Bratislava: UK, 2001. 95 s. ISBN 80-223-1658-X.

HANÍK, Z., LEHNERT, M. 2004. Herní dovednosti a kondice v tréninku mládeže. Praha. ČVS.

HAPKOVA, I., ESTRIGA, L., ROT, C. 2019. Teaching handball. Volume 1. teacher guidelines. IHF. Police Press, Al-Moror-Str. Al-Darasa, Cairo, Egypt. [online]. [03-08-2021] Dostupné z: [https://www.ihf.info/KAPLAN,O.,DŽAVORONOK,M.2001.Plážový\\_volejbal.Grada:Praha.128s.ISBN\\_8024700557](https://www.ihf.info/KAPLAN,O.,DŽAVORONOK,M.2001.Plážový_volejbal.Grada:Praha.128s.ISBN_8024700557).

PŘIDAL, V., ZAPLETALOVÁ, L. 2016. Športové príprava vo volejbale. 1.vyd. Bratislava : Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport v spolupráci so Slovenskou volejbalovou federáciou. 362s. ISBN 978-80-89075-55-3.

REGULATION. Beach soccer. World cup Russia 2021. FIFA. [online]. [03-08-2021] Dostupné z: <https://digitalhub.fifa.com/login/>

TÁBORSKÝ, F. 2004. Sportovní hry (sporty známé neznámé). Praha : Grada Publishing.. ISBN 80-247-0875-2

VELENSKÝ, M. a kol. 2005. Průpravné hry. Praha : Nakladatelství Karolinum, ISBN 80-246-0970-3.

ZAPLETALOVÁ, L., PŘIDAL, V., LAURENČÍK, T. 2007. Volejbal: Základy techniky, taktiky a výučby. Bratislava : FTVŠ UK, 2007.158 s. ISBN 978-80-223-2280-5

Časopis Telesná výchova a šport  
Zborníky vedeckých prác Katedry hier FTVŠ UK v Bratislave  
OFICIALNE PRAVIDLÁ PLÁZOVÉHO VOLEJBALU, FIVB, 2017-2020, Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>  
[www.svf.sk](http://www.svf.sk)  
[www.fivb.com](http://www.fivb.com)

#### **Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

#### **Poznámky:**

#### **Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 1

A	B	C	D	E	FX
100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** PaedDr. Pavol Horička, PhD., Mgr. Ľubomír Paška, Ph.D.,

**Dátum poslednej zmeny:** 31.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV16/22	<b>Názov predmetu:</b> Plážové športy
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 3., 5.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> 26 hodín cvičenia + 13 hodín príprava na jednotlivé cvičenia + 14 hodín príprava na plnenie praktických zručností + 21 hodín samoštúdium, príprava na test z pravidiel a obsahu vybraných plážových športov, 1 hod. plnenie požiadaviek. priebežné hodnotenie: 30% - test z teórie vybraných plážových hier, 60% - praktické zručnosti, 10% - dochádzka. Na získanie hodnotenia A je potrebné získať najmenej 91 %, na získanie hodnotenia B je potrebné získať najmenej 81 %, na získanie hodnotenia C je potrebné získať najmenej 71 %, na získanie hodnotenia D je potrebné získať najmenej 61%, na získanie hodnotenia E je potrebné získať najmenej 51%. Hodnotenie praktických zručností: študent vykonáva ukážku zručností, hodnotí sa časová, technická a koordinačná stránka činnosti metódou testovania a odborného posudzovania. Hodnotenie účasti: ak sa študent zúčastní cvičení v potrebnom rozsahu (min. 90%), získa 10b do hodnotenia predmetu. Kredity sa neudelia študentovi, ktorý z dochádzky (aktivity) a teoretického testu získa spolu menej ako 50%, alebo sa nezúčastní cvičení v rozsahu 90% a viac. Hodnotenie: A =100 % - 91%, B = 90 % - 81 %, C = 80 % - 71 %, D = 70 % -61 %, E = 60 % - 51 %, FX = 50 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> Študent: <ul style="list-style-type: none"> <li>• pozná teoretické východiská plážových športových hier (plážový volejbal, plážová hádzaná, plážový futbal) - obsah hry, pravidlá;</li> <li>• použije vedomosti teórie plážových športových hier (plážový volejbal, plážová hádzaná, plážový futbal) pri realizácii činností didaktického procesu;</li> <li>• ovláda základné zručnosti hier a je schopný ich demonštrovať v súlade s platnou terminológiou, didaktickými zásadami, metodickými postupmi a pravidlami príslušnej hry;</li> <li>• aplikuje získané poznatky do samostatného tvorivého procesu s obsahom vybraných plážových športových športov (plážový volejbal, plážová hádzaná, plážový futbal);</li> <li>• samostatne aplikuje vedomosti z pravidiel v hre a rozhodovaní súťažného stretnutia;</li> <li>• je schopný pripraviť vhodný hrací systém a organizovať turnaj vo vybranom plážovom športe;</li> </ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• úvod do štúdia plážový volejbal, plážová hádzaná a plážový futbal – obsah, história, úlohy, požiadavky;</li> </ul>	

- základné spôsoby odbitia a herné činnosti jednotlivca v plážovom volejbale (zhora a zdola);
- herné činnosti jednotlivca v plážovom volejbale (lob, smeč, blok, hra v „poli“);
- herné kombinácie a herné systémy v plážovom volejbale;
- turnaj/zápas v plážovom volejbale a rozhodovanie zápasu;
- prihrávky, spracovanie, držanie a vedenie lopty v plážovej hádzanej;
- herné činnosti jednotlivca (streľba z miesta, vo výskoku, pohyb hráča v obrane);
- herné kombinácie a herné systémy v plážovej hádzanej;
- príprava a organizácia zápasu v plážovej hádzanej, rozhodovanie;
- vedenie lopty, prihrávky v plážovom futbale;

#### Odporúčaná literatúra:

- ARGAJ, G. a kol. 2001. Pohybové hry. 2. prep. vyd. Bratislava: UK, 2001. 95 s. ISBN 80-223-1658-X.
- HANÍK, Z., LEHNERT, M. 2004. Herní dovednosti a kondice v tréninku mládeže. Praha. ČVS.
- HAPKOVA, I., ESTRIGA, L., ROT, C. 2019. Teaching handball. Volume 1. teacher guidelines. IHF. Police Press, Al-Moror-Str. Al-Darasa, Cairo, Egypt. [online]. [03-08-2021] Dostupné z: [https://www.ihf.info/KAPLAN,O.,DŽAVORONOK,M.2001.Plážový\\_volejbal.Grada:Praha.128s.ISBN\\_8024700557](https://www.ihf.info/KAPLAN,O.,DŽAVORONOK,M.2001.Plážový_volejbal.Grada:Praha.128s.ISBN_8024700557).
- PŘIDAL, V., ZAPLETALOVÁ, L. 2016. Športové príprava vo volejbale. 1.vyd. Bratislava : Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport v spolupráci so Slovenskou volejbalovou federáciou. 362s. ISBN 978-80-89075-55-3.
- REGULATION. Beach soccer. World cup Russia 2021. FIFA. [online]. [03-08-2021] Dostupné z: <https://digitalhub.fifa.com/login/>
- TÁBORSKÝ, F. 2004. Sportovní hry (sporty známé neznámé). Praha : Grada Publishing.. ISBN 80-247-0875-2
- VELENSKÝ, M. a kol. 2005. Průpravné hry. Praha : Nakladatelství Karolinum, ISBN 80-246-0970-3.
- ZAPLETALOVÁ, L., PŘIDAL, V., LAURENČÍK, T. 2007. Volejbal: Základy techniky, taktiky a výučby. Bratislava : FTVŠ UK, 2007.158 s. ISBN 978-80-223-2280-5
- Časopis Telesná výchova a šport  
Zborníky vedeckých prác Katedry hier FTVŠ UK v Bratislave  
OFICIALNE PRAVIDLÁ PLÁZOVÉHO VOLEJBALU, FIVB, 2017-2020, Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>  
[www.svf.sk](http://www.svf.sk)  
[www.fivb.com](http://www.fivb.com)

#### Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

slovenský

#### Poznámky:

#### Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 1

A	B	C	D	E	FX
100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** PaedDr. Pavol Horička, PhD., Mgr. Ľubomír Paška, Ph.D., prof. PaedDr. Jaromír Šimonek, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 31.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV30/22	<b>Názov predmetu:</b> Rekreačný aerobik
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 1.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín cvičenia 26 hodín + príprava na cvičenia 16 hodín + príprava choreografie 13 + samoštúdium 16 hodín + účasť na praktickej prezentácii 2 hodiny + písomný test 2 hodiny. Podmienky: Aktívna účasť na cvičeniach. V priebehu semestra si študent na základe teoretických a praktických vedomostí vytvorí blok choreografie na hudbu podľa vlastného výberu (4x32 počítačích dôb) a prezentuje ho na cvičení, formou výučby (40 bodov). Na konci semestra absolvuje študent písomný test (30 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 49 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent preukázal vedomosti z histórie aerobiku; preukázal vedomosti o jednotlivých formách aerobiku, vie použiť svoje vedomosti a dokáže vysvetliť rozdiely medzi nimi; vie použiť svoje vedomosti a prakticky vie využiť náčinie a náradie pri hodinách aerobiku;</li><li>• študent preukázal vedomosti o stavbe hodiny aerobiku, vie zvoliť hudbu na základe cieľovej kategórie cvičencov;</li><li>• študent preukázal vedomosti o didaktickom a metodickom spôsobe výučby, rozumie zásadám tvorby choreografie; vie komunikovať a v praxi využíva odbornú terminológiu a cueing;</li><li>• študent má schopnosť samostatne vytvoriť choreografiu a viesť hodinu aerobiku;</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• vznik a vývoj aerobiku; charakteristika aerobiku; delenie aerobiku – športový a rekreačný; ciele aerobiku; fyziologické zásady aerobiku; adaptačné zmeny vplyvom aerobiku;</li><li>• druhy aerobiku: basic aerobik, body – work, forming, styling, P class, abd, zumba a jej odvetvia, les milles, bodypump, tabata, tae bo, kick box; cvičenia body and mind ( joga, pilates, piloxing, port de bras, body art)</li><li>• náradie a náčinie používané v aerobiku (gumičky, činky, step, fitlopta atď;)</li><li>• stavba hodiny aerobiku a jej zásady; FIT - frekvencia, intenzita, trvanie; výber a rozbor hudby (rytmus, tempo, takt, bpm); osobnosť inštruktora aerobiku; cueing – verbálny, neverbálny;</li></ul>	

- didaktické zásady a metódy výučby pri cvičení; tvorba choreografie, terminológia a technika základných krokov aerobiku (low a high impact aerobik);
- praktické cvičenia na každú časť hodiny (warm up, prestretching, hlavná časť, posilňovanie, cool down, deep stretching); príprava na vytvorenie choreografie – výučba aerobikových blokov;
- tvorba a nácvik vlastnej choreografie;

**Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

BLANK, B. 1999. The Tae-Bo Way. Bantam Books. ISBN 0553801007

GOMÉZ, R.A. 2009. Aerobik a step aerobik. Praha: Ottovo nakladatelství. ISBN 34688747

HÁJKOVÁ, J. a kol. 2006. Aerobik soutěžní formy. Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 80-247-1311-X.

HALMOVÁ, N. 2012. Ako si udržať kondíciu a vytvarovať postavu. Nitra: EQUILIBRIA, s.r.o. ISBN 978-80-558-0061-5

KOVAŘÍKOVÁ, K. 2017. Aerobic a fitness. Praha: Karolinum. ISBN 9788024636498

KYSELOVIČOVÁ, O., ANTOŠOVSKÁ, M. 2003. Aerobik. Slovenský zväz rekreačnej telesnej výchovy a športu- Bratislava. ISBN 80-88901-79-0

ZRUBÁK, A., ŠTULRAJTER, V. a kol.: FITNIS. Vysokoškolské skriptá. Univerzita Komenského, Bratislava, 2002. ISBN 80-223-1713-6

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 175

A	B	C	D	E	FX
24.57	21.14	23.43	9.71	6.29	14.86

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., Mgr. Bohumila Krčmárová, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 08.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV30/22	<b>Názov predmetu:</b> Rekreačný aerobik
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 2.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín cvičenia 26 hodín + príprava na cvičenia 16 hodín + príprava choreografie 13 + samoštúdium 16 hodín + účasť na praktickej prezentácii 2 hodiny + písomný test 2 hodiny. Podmienky: Aktívna účasť na cvičeniach. V priebehu semestra si študent na základe teoretických a praktických vedomostí vytvorí blok choreografie na hudbu podľa vlastného výberu (4x32 počítacích dôb) a prezentuje ho na cvičení, formou výučby (40 bodov). Na konci semestra absolvuje študent písomný test (30 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 49 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent preukázal vedomosti z histórie aerobiku; preukázal vedomosti o jednotlivých formách aerobiku, vie použiť svoje vedomosti a dokáže vysvetliť rozdiely medzi nimi; vie použiť svoje vedomosti a prakticky vie využiť náčinie a náradie pri hodinách aerobiku;</li><li>• študent preukázal vedomosti o stavbe hodiny aerobiku, vie zvoliť hudbu na základe cieľovej kategórie cvičencov;</li><li>• študent preukázal vedomosti o didaktickom a metodickom spôsobe výučby, rozumie zásadám tvorby choreografie; vie komunikovať a v praxi využíva odbornú terminológiu a cueing;</li><li>• študent má schopnosť samostatne vytvoriť choreografiu a viesť hodinu aerobiku;</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• vznik a vývoj aerobiku; charakteristika aerobiku; delenie aerobiku – športový a rekreačný; ciele aerobiku; fyziologické zásady aerobiku; adaptačné zmeny vplyvom aerobiku;</li><li>• druhy aerobiku: basic aerobik, body – work, forming, styling, P class, abd, zumba a jej odvetvia, les milles, bodypump, tabata, tae bo, kick box; cvičenia body and mind ( joga, pilates, piloxing, port de bras, body art)</li><li>• náradie a náčinie používané v aerobiku (gumičky, činky, step, fitlopta atď;)</li><li>• stavba hodiny aerobiku a jej zásady; FIT - frekvencia, intenzita, trvanie; výber a rozbor hudby (rytmus, tempo, takt, bpm); osobnosť inštruktora aerobiku; cueing – verbálny, neverbálny;</li></ul>	



- didaktické zásady a metódy výučby pri cvičení; tvorba choreografie, terminológia a technika základných krokov aerobiku (low a high impact aerobik);
- praktické cvičenia na každú časť hodiny (warm up, prestretching, hlavná časť, posilňovanie, cool down, deep stretching); príprava na vytvorenie choreografie – výučba aerobikových blokov;
- tvorba a nácvik vlastnej choreografie;

#### **Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

BLANK, B. 1999. The Tae-Bo Way. Bantam Books. ISBN 0553801007

GOMÉZ, R.A. 2009. Aerobik a step aerobik. Praha: Ottovo nakladatelství. ISBN 34688747

HÁJKOVÁ, J. a kol. 2006. Aerobik soutěžní formy. Praha: Grada Publishing, a.s. ISBN 80-247-1311-X.

HALMOVÁ, N. 2012. Ako si udržať kondíciu a vytvarovať postavu. Nitra: EQUILIBRIA, s.r.o. ISBN 978-80-558-0061-5

KOVAŘÍKOVÁ, K. 2017. Aerobic a fitness. Praha: Karolinum. ISBN 9788024636498

KYSELOVIČOVÁ, O., ANTOŠOVSKÁ, M. 2003. Aerobik. Slovenský zväz rekreačnej telesnej výchovy a športu- Bratislava. ISBN 80-88901-79-0

ZRUBÁK, A., ŠTULRAJTER, V. a kol.: FITNIS. Vysokoškolské skriptá. Univerzita Komenského, Bratislava, 2002. ISBN 80-223-1713-6

#### **Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

#### **Poznámky:**

#### **Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 175

A	B	C	D	E	FX
24.57	21.14	23.43	9.71	6.29	14.86

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., Mgr. Bohumila Krčmárová, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 08.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bSBP1/22	<b>Názov predmetu:</b> Seminár k bakalárskej práci I.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Seminár <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 2	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 5.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> V priebehu semestra študent absolvuje semináre a spracuje seminárnu prácu zo záverečnej práce. Celková záťaž študenta: 50 hodín (semináre 26 hodín + príprava seminárnej práce 24hodín). Seminárna práca obsahuje anotácie alebo kópie 30 doložených domácich a zahraničných prác pomer 60:40 príbuzných s témou. Zoznam bibliografických odkazov podľa normy ISO 690. Záverečné hodnotenie: A – absolvoval/a (N – Neudelený)	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• študent ovláda plánovanie, organizovanie, realizovanie kvalitatívneho, kvantitatívneho pedagogického výskumu;</li> <li>• ďalej disponuje poznatkami ako pracovať s literatúrou a jej evidenciou, tvoriť ciele, výskumne otázky, hypotézy, úlohy práce;</li> <li>• študent má poznatky zo získavania a spracovania empirických údajov na úrovni vytvárania databázy a deskripcie;</li> <li>• študent rešpektuje a ovláda etické zásady, etický kódex (AERA, BERA, Európska charta výskumných pracovníkov) a dodržiava štandardy publikovania a to v každej etape tvorby záverečnej práce.</li> </ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• veda a výskum, informačná príprava;</li> <li>• voľba výskumnej témy a premenné;</li> <li>• výskumné otázky a hypotézy;</li> <li>• výskumný súbor a hodnotné dáta;</li> <li>• výskumné metódy;</li> <li>• pozorovanie, dotazník a posudzovacie škály;</li> <li>• interview;</li> <li>• testy vedomostí a zručností;</li> <li>• sociometria;</li> <li>• sémantický diferenciál;</li> <li>• experiment;</li> <li>• spracovanie údajov a interpretácia údajov;</li> <li>• prezentácia;</li> </ul>	

- publikovanie a etika publikovania.

**Odporúčaná literatúra:**

GAVORA, Peter a kol. 2010. Elektronická učebnica pedagogického výskumu. [online]. Bratislava : Univerzita Komenského, 2010. Dostupné na: <http://www.e-metodologia.fedu.uniba.sk/> ISBN 978–80–223–2951–4.

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:****Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 82

ABS	N
90.24	9.76

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., Mgr. Natália Czaková, PhD., Mgr. Lenka Divinec, PhD., doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., PaedDr. Pavol Horička, PhD., PaedDr. Mária Kalinková, PhD., doc. PaedDr. Janka Kanásová, PhD., PaedDr. Jaroslav Krajčovič, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD., Mgr. Bohumila Krčárová, PhD., Mgr. Ľubomír Paška, Ph.D., prof. PaedDr. Jaromír Šimonek, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 10.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bSBP2/22	<b>Názov predmetu:</b> Seminár k bakalárskej práci II.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Seminár <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 2	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 6.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> V priebehu semestra študent absolvuje semináre a spracuje seminárnu prácu. Celková záťaž študenta: 50 hodín (semináre 26 hodín + príprava seminárnej práce 24 hodín). Seminárna práca pozostáva z obsahovej štruktúry a spracovania vnútorného obsahu jednotlivých častí bakalárskej práce. Spracované výstupy: Preliminária (obal, prvá strana, zadanie, abstrakt v SJ a ANJ, obsah), Anotácie (40 doložených domácich a zahraničných anotácií pomer 60:40 súvisiace s prácou), Ciele a Úlohy práce, Metodika práce, Tvorivé výsledky práce alebo spracovaná databáza empirických údajov so štatistickými výsledkami, Závery. Zoznam bibliografických odkazov podľa normy ISO 690. Vypracovaná prezentácia Bc v powerpointe. Záverečné hodnotenie: A – absolvoval/a (N – Neudelený)	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> Absolvent má zručnosti z tvorby obsahovej štruktúry bakalárskej práce, jej prezentácie a publikovania. Študent rešpektuje a ovláda etické zásady, etický kódex (AERA, BERA, Európska charta výskumných pracovníkov) a dodržiava štandardy publikovania v každej etape tvorby záverečnej práce.	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• úvod do problematiky a charakteristika bakalárskej práce;</li><li>• štruktúra bakalárskej práce;</li><li>• práca s informačnými zdrojmi, citovanie, parafrázovanie a zoznam použitej literatúry;</li><li>• formálna úprava bakalárskej práce;</li><li>• tabuľky, grafy a ilustrácie;</li><li>• teoretická časť bakalárskej práce;</li><li>• ciele, výskumné otázky, hypotézy a úlohy bakalárskej práce;</li><li>• metodická časť;</li><li>• výsledky, diskusia a závery práce;</li><li>• prílohy bakalárskej práce;</li><li>• prezentovanie bakalárskej práce;</li><li>• publikovanie a etika publikovania.</li></ul>	
<b>Odporúčaná literatúra:</b>	

BRODĀNI, J. 2002. Štatistické metódy v telesnej výchove a športe. (Vysokoškolské učebné texty) KTVŠ PF UKF Nitra, Nitra 2002, 52 str., ISBN 80-8050-544-6,  
 KATUŠČĀK, D. 1998. Ako písať vysokoškolské a kvalifikačné práce. Bratislava : Stimul, 1998, 122 s., ISBN 80-85697-82-3.  
 GAVORA, P. a kol. 2010. Elektronická učebnica pedagogického výskumu. [online]. Bratislava : Univerzita Komenského, 2010. Dostupné na: <http://www.e-metodologia.fedu.uniba.sk/> ISBN 978-80-223-2951-4.  
 HENDL, J. 2004. Přehled statistických metod zpracování dat. Praha : Portál, 2004, 584 s. ISBN 80-7178-820-1.  
 HENDL, J. 2005. Kvalitativní výskum. Praha : Portál, 2004, 407 s. ISBN 80-7367-040-2.  
 MEŠKO, D. a kol. 2005. Akademická příručka. Martin : Osveta, 2005, 496 str., ISBN 80-8063-200-6.

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 73

ABS	N
93.15	6.85

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Jaroslav BrodĀni, PhD., Mgr. Natália Czaková, PhD., Mgr. Lenka Divinec, PhD., doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., PaedDr. Pavol Horička, PhD., PaedDr. Mária Kalinková, PhD., doc. PaedDr. Janka Kanásová, PhD., PaedDr. Jaroslav Krajčovič, PhD., Mgr. Matúš KrĀmár, PhD., Mgr. Bohumila KrĀmárová, PhD., Mgr. Ľubomír Paška, Ph.D., prof. PaedDr. Jaromír Šimonek, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 10.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV28/22	<b>Názov predmetu:</b> Tanečná príprava
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 2.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín 26 hodín cvičenia, 20 hodín príprava na cvičenia, 15 hodín samoštúdium a 10 hodín príprava na praktické ukážky tanečnej choreografie, 4 hodiny praktická skúška. Podmienky: Aktívna účasť na cvičeniach. V priebehu semestra študent preukáže teoretické a praktické pohybové zručnosti z rôznych tanečných štýlov a ich využitie v rámci telesnej a športovej výchovy. Na konci semestra študent demonštruje naučené pohybové schopnosti v podobe tvorby tanečnej choreografie spolu s odbornou terminológiou (20 bodov). Kredity budú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení minimálne 14 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 96%, B = 95 % - 91 %, C = 90 % - 86 %, D = 85 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 %.	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent preukázal vedomosti o vzniku a vývoji tanca; je schopný rozlíšiť, charakterizovať a predviesť rôzne tanečné štýly;</li><li>• študent preukázal vedomosti z rytmickej gymnastiky, vie zvoliť adekvátnu hudbu vhodnú pre deti a mládež; preukázal vedomosti z tanečnej terminológie a vie ju použiť v praxi;</li><li>• študent preukázal teoretické aj praktické vedomosti na aplikovanie tanečných prvkov do rôznych pohybových programov v rámci telesnej a športovej výchovy; študent chápe estetické zložky tanca;</li><li>• študent má rozvinuté zručnosti zo základných tanečných techník z rôznych tanečných štýlov, ktoré vie samostatne štylizovať do detskej choreografie; preukázal vedomosti o tanečných pohybových hrách;</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• vznik a vývoj tanca: historické tance, klasický, ľudový a moderný tanec; tanečný šport;</li><li>• rytmická gymnastika a hudobno – pohybová improvizácia; tanečné pohybové hry a cvičenia s vlastným telom, s náčiním, s rytmickými pomôckami; základy tanečnej terminológie;</li><li>• základy klasického tanca; základy ľudového tanca podľa oblastí; základy ľudového tanca podľa oblastí; základy tanečného športu; štandardné tance (waltz, valčík, slowfox, quickstep, tango), latinskoamerické tance (samba, cha-cha, rumba, paso doble, jive); základy ostatných tancov: moderný tanec, tance IDO, rock and roll, jazz;</li></ul>	

- výuka ľudových tancov v školskej telesnej výchove; tance dievčenské, chlapčenské a koedukované; tance s náčiním a náradím;
- využitie prostriedkov tanca na rozvoj pohybových a estetických schopností u detí a mládeže;

### Odporúčaná literatúra:

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

AU, S. 2017. Balet a moderný tanec. Verbunk. ISBN 9788097220310

CHREN, M. 2015. Tanečný šport. Bratislava: ICM Agency. ISBN 9788089257673

JOSHUA, L. 2011. Introduction to Modern Dance Techniques. Princeton Book Co. ISBN 9780871273253

SKÁCELOVÁ, D. 2017. Teória tanca pre konzervatóriá. Nitra: Forpress. ISBN 9788089731275

ŠIMONEKOVÁ, H. 2004. Ľudové tance. Bratislava: AT Publishing. ISBN 80-88954-22-3

ŠIMONEKOVÁ, H. 2008. Hudobno-pohybová rytmika. Bratislava: AT Publishing. ISBN 8895410X

ŽITŇANOVÁ H., PUOBIŠOVÁ, D. 1997. Slovník klasického, džezového a moderného tanca. ISBN 8008025255

Štátny vzdelávací program ISCED 2

Štátny vzdelávací program ISCED 3

### Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

slovenský

### Poznámky:

### Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 0

A	B	C	D	E	FX
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., Mgr. Bohumila Krčmárová, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 08.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schválenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV28/22	<b>Názov predmetu:</b> Tanečná príprava
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 1.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín 26 hodín cvičenia, 20 hodín príprava na cvičenia, 15 hodín samoštúdium a 10 hodín príprava na praktické ukážky tanečnej choreografie, 4 hodiny praktická skúška. Podmienky: Aktívna účasť na cvičeniach. V priebehu semestra študent preukáže teoretické a praktické pohybové zručnosti z rôznych tanečných štýlov a ich využitie v rámci telesnej a športovej výchovy. Na konci semestra študent demonštruje naučené pohybové schopnosti v podobe tvorby tanečnej choreografie spolu s odbornou terminológiou (20 bodov). Kredity budú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení minimálne 14 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 96%, B = 95 % - 91 %, C = 90 % - 86 %, D = 85 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 %.	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• študent preukázal vedomosti o vzniku a vývoji tanca; je schopný rozlíšiť, charakterizovať a predviesť rôzne tanečné štýly;</li> <li>• študent preukázal vedomosti z rytmickej gymnastiky, vie zvoliť adekvátnu hudbu vhodnú pre deti a mládež; preukázal vedomosti z tanečnej terminológie a vie ju použiť v praxi;</li> <li>• študent preukázal teoretické aj praktické vedomosti na aplikovanie tanečných prvkov do rôznych pohybových programov v rámci telesnej a športovej výchovy; študent chápe estetické zložky tanca;</li> <li>• študent má rozvinuté zručnosti zo základných tanečných techník z rôznych tanečných štýlov, ktoré vie samostatne štylizovať do detskej choreografie; preukázal vedomosti o tanečných pohybových hrách;</li> </ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vznik a vývoj tanca: historické tance, klasický, ľudový a moderný tanec; tanečný šport;</li> <li>• rytmická gymnastika a hudobno – pohybová improvizácia; tanečné pohybové hry a cvičenia s vlastným telom, s náčiním, s rytmickými pomôckami; základy tanečnej terminológie;</li> <li>• základy klasického tanca; základy ľudového tanca podľa oblastí; základy ľudového tanca podľa oblastí; základy tanečného športu; štandardné tance (waltz, valčík, slowfox, quickstep, tango), latinskoamerické tance (samba, cha-cha, rumba, paso doble, jive); základy ostatných tancov: moderný tanec, tance IDO, rock and roll, jazz;</li> </ul>	



- výuka ľudových tancov v školskej telesnej výchove; tance dievčenské, chlapčenské a koedukované; tance s náčiním a náradím;
- využitie prostriedkov tanca na rozvoj pohybových a estetických schopností u detí a mládeže;

### Odporúčaná literatúra:

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

AU, S. 2017. Balet a moderný tanec. Verbunk. ISBN 9788097220310

CHREN, M. 2015. Tanečný šport. Bratislava: ICM Agency. ISBN 9788089257673

JOSHUA, L. 2011. Introduction to Modern Dance Techniques. Princeton Book Co. ISBN 9780871273253

SKÁCELOVÁ, D. 2017. Teória tanca pre konzervatóriá. Nitra: Forpress. ISBN 9788089731275

ŠIMONEKOVÁ, H. 2004. Ľudové tance. Bratislava: AT Publishing. ISBN 80-88954-22-3

ŠIMONEKOVÁ, H. 2008. Hudobno-pohybová rytmika. Bratislava: AT Publishing. ISBN 8895410X

ŽITŇANOVÁ H., PUOBIŠOVÁ, D. 1997. Slovník klasického, džezového a moderného tanca. ISBN 8008025255

Štátny vzdelávací program ISCED 2

Štátny vzdelávací program ISCED 3

### Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

slovenský

### Poznámky:

### Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 0

A	B	C	D	E	FX
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., Mgr. Bohumila Krčmárová, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 08.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schválenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV17/22	<b>Názov predmetu:</b> Výživa športovcov a obyvateľstva
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Seminár <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 4., 6.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín semináre 26 hodín + príprava na semináre 13 hodín + príprava seminárnej práce a prezentácie 15 hodín + samoštúdium a príprava na test 20 hodín + účasť na teste 1 hodina. Podmienky: Aktívna účasť na seminároch, prezentácia seminárnej práce a písomný test. V priebehu semestra vypracuje študent seminárnu prácu podľa zadania vyučujúceho a prezentuje ho na seminári (20 bodov). Na konci semestra absolvuje študent písomný test (40 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 40 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 %	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent vie použiť svoje vedomosti a chápe súvislosti a význam výživy u bežnej populácie, ale aj v športe;</li><li>• študent má schopnosť identifikovať a interpretovať základné pojmy výživy obyvateľstva a športovcov;</li><li>• študent je schopný sumarizovať a analyzovať získané informácie o potrebe správnej výživy u športovcov a populácie;</li><li>• študent vie analyzovať podstatu správnej výživy a životosprávy, interpretovať teoretické východiská a praktické aspekty správnej výživy;</li><li>• rozumie základným pojmom a vie konkretizovať potrebu makronutrientov vo výžive;</li><li>• analyzuje zásady a princípy pri výbere potravín pri správnej výžive;</li><li>• študent samostatne pripraví na základe získaných vedomostí referát z vybranej témy o výžive športovcov a obyvateľstva;</li><li>• študent rieši projektové zadanie, prezentuje pred skupinou študentov výsledky vlastnej tvorivej práce, komunikuje vlastné názory a postoje a konfrontuje ich s vedeckou teóriou;</li><li>• kooperuje pri riešení praktických zadaní a má zručnosti, ktoré vie samostatne využiť pre vzdelávanie sa v ďalšom štúdiu ;</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• zásady výživy, kvalita života a životný štýl;</li></ul>	

- charakteristika základných makronutrientov vo výžive (sacharidy, tuky, bielkoviny);
- trávenie, význam makronutrientov a zastúpenie vo výžive športovcov a obyvateľstva;
- vitamíny a minerály v športe;
- význam výživy v športe;
- výživa vrcholových športovcov;
- tekutiny a šport;
- výživa detí

**Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

BEŇO, I. 2008. Náuka o výžive. Fyziologická a liečebná výživa. Osveta, 2008

CACEK, J., 2020. DOVRTĚLOVÁ, L., HRNČÍŘÍKOVÁ, I., KAPOUNKOVÁ, K., NOVOTNÝ, J. Regenerace a výživa ve sportu. muni PRESS. 262 s. 2020

CLARKOVÁ, N. 2006. Sportovní výživa. (pro pěknou postavu, dobrou kondici, výkonnostní trénink). Praha: GRADA Publishing, 2006, 266 s. ISBN 80-247-9047-5.

FOŘT, P. 2002. Sport a správná výživa. IKAR, 2002.

FOŘT, P. 2005. Výživa pro dokonalou kondici a zdraví . Grada Publishing, a.s. , 2005

KOMPRDA, T. 2009. Výživou ke zdraví. TeMi. 2009.

MACH, I. 2017 Sportovní výživa do kapsy nejen pro fitness a kulturistiku. Grada. 136 s. 2017.

<https://www.vyzivaprezdravie.sk/>

<https://www.muscle-fitness.sk/>

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 110

A	B	C	D	E	FX
20.91	39.09	26.36	3.64	0.91	9.09

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 10.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schválenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV17/22	<b>Názov predmetu:</b> Výživa športovcov a obyvateľstva
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Seminár <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 3., 5.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín semináre 26 hodín + príprava na semináre 13 hodín + príprava seminárnej práce a prezentácie 15 hodín + samoštúdium a príprava na test 20 hodín + účasť na teste 1 hodina. Podmienky: Aktívna účasť na seminároch, prezentácia seminárnej práce a písomný test. V priebehu semestra vypracuje študent seminárnu prácu podľa zadania vyučujúceho a prezentuje ho na seminári (20 bodov). Na konci semestra absolvuje študent písomný test (40 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 40 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 %	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent vie použiť svoje vedomosti a chápe súvislosti a význam výživy u bežnej populácie, ale aj v športe;</li><li>• študent má schopnosť identifikovať a interpretovať základné pojmy výživy obyvateľstva a športovcov;</li><li>• študent je schopný sumarizovať a analyzovať získané informácie o potrebe správnej výživy u športovcov a populácie;</li><li>• študent vie analyzovať podstatu správnej výživy a životosprávy, interpretovať teoretické východiská a praktické aspekty správnej výživy;</li><li>• rozumie základným pojmom a vie konkretizovať potrebu makronutrientov vo výžive;</li><li>• analyzuje zásady a princípy pri výbere potravín pri správnej výžive;</li><li>• študent samostatne pripraví na základe získaných vedomostí referát z vybranej témy o výžive športovcov a obyvateľstva;</li><li>• študent rieši projektové zadanie, prezentuje pred skupinou študentov výsledky vlastnej tvorivej práce, komunikuje vlastné názory a postoje a konfrontuje ich s vedeckou teóriou;</li><li>• kooperuje pri riešení praktických zadaní a má zručnosti, ktoré vie samostatne využiť pre vzdelávanie sa v ďalšom štúdiu ;</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• zásady výživy, kvalita života a životný štýl;</li></ul>	

- charakteristika základných makronutrientov vo výžive (sacharidy, tuky, bielkoviny);
- trávenie, význam makronutrientov a zastúpenie vo výžive športovcov a obyvateľstva;
- vitamíny a minerály v športe;
- význam výživy v športe;
- výživa vrcholových športovcov;
- tekutiny a šport;
- výživa detí

#### **Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

BEŇO, I. 2008. Náuka o výžive. Fyziologická a liečebná výživa. Osveta, 2008

CACEK, J., 2020. DOVRTĚLOVÁ, L., HRNČÍŘÍKOVÁ, I., KAPOUNKOVÁ, K., NOVOTNÝ, J. Regenerace a výživa ve sportu. muni PRESS. 262 s. 2020

CLARKOVÁ, N. 2006. Sportovní výživa. (pro pěknou postavu, dobrou kondici, výkonnostní trénink). Praha: GRADA Publishing, 2006, 266 s. ISBN 80-247-9047-5.

FOŘT, P. 2002. Sport a správná výživa. IKAR, 2002.

FOŘT, P. 2005. Výživa pro dokonalou kondici a zdraví . Grada Publishing, a.s. , 2005

KOMPRDA, T. 2009. Výživou ke zdraví. TeMi. 2009.

MACH, I. 2017 Sportovní výživa do kapsy nejen pro fitness a kulturistiku. Grada. 136 s. 2017.

<https://www.vyzivaprezdravie.sk/>

<https://www.muscle-fitness.sk/>

#### **Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

#### **Poznámky:**

#### **Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 110

A	B	C	D	E	FX
20.91	39.09	26.36	3.64	0.91	9.09

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 10.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schválenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV11/22	<b>Názov predmetu:</b> Zdravotná telesná výchova
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Prednáška / Cvičenie / Seminár <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 / 1 / 1 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 / 13 / 13 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 6	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 5.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 180 hodín. Prednášky 26 hodín s dištančnou podporou výučby cez EDU portál + cvičenia 13 hodín + semináre 13 hodín. Príprava na cvičenia zo ZTV a na semináre osobitostí TŠV žiakov so ŠVVP 20 hodín + príprava na testy 25 hodín (4 testy), príprava seminárnej práce 14 hodín, príprava dvoch prezentácií 17 hodín + samoštúdium a príprava na skúšku 50 hodín + účasť na skúške 2 hodiny. Podmienky: Aktívna účasť na seminároch a cvičeniach, úspešné absolvovanie testov a ústna skúška. V priebehu semestra študent vypracuje jednu seminárnu prácu (min. 6 z 10 bodov ) a dve prezentácie podľa zadania vyučujúcich a prezentuje ich na seminári (2x min. 6 z 10 bodov); v priebehu semestra študent musí absolvovať 4 písomné testy z prezentovaných tém vyučujúcimi, pričom musí získať z každého testu minimálne 60% z celkového počtu bodového hodnotenia (min.6 z 10 bodov). Na konci semestra absolvuje študent ústnu skúšku (90 bodov). Maximálny počet získaných bodov je 160. Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 112 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent vie použiť vedomosti, definovať a interpretovať základné pojmy zdravotnej telesnej výchovy, chápe podstatu a vzťahy medzi nimi. Študent na základe vedomostí vie identifikovať ciele a úlohy, rozumie výberu foriem a prostriedkov a pozná obsah telovýchovného procesu so zdravotne oslabenými jednotlivcami;</li><li>• vie analyzovať zásady, priebeh a časti vyučovacieho procesu zdravotnej telesnej výchovy;</li><li>• študent si uvedomuje osobitosti zdravotných oslabení u žiakov. Rozumie základnému deleniu zdravotných oslabení;</li><li>• študent vie použiť vedomosti o zásadách držania tela, správnom a chybnom držaní tela; dokáže diagnostikovať držanie tela, dynamickú funkciu chrbtice a svalovú nerovnováhu;</li><li>• rozpozná u žiakov aspekciu oslabenia pohybového systému;</li><li>• študent vie vybrať a aplikovať vhodné metódy posudzovania zdravotných oslabení;</li></ul>	

- študent posúdi správnosť výberu cvičení na zdravotné oslabenia, má vedomosti o zdravotných účinkoch cvičení a vie navrhnúť a konkretizovať vhodné a nevhodné cvičenia pri zdravotných oslabeniach;
- študent si vie vybrať a vykonávať pohybové činnosti, ktoré bezprostredne pôsobia ako prevencia civilizačných chorôb;
- študent vie identifikovať a pomenovať základné problémy žiakov v školskej telesnej a športovej výchove, dokáže navrhnúť riešenia daných situácií;
- študent dokáže rozlíšiť problémy v komunikácii medzi jednotlivými účastníkmi telovýchovného procesu;
- študent vie analyzovať záťažové situácie v školskej telesnej a športovej výchove a samostatne hľadať a navrhovať riešenia;
- študent má schopnosť samostatne riešiť zadanie seminárnej práce. Prezentuje pred skupinou študentov zistené výsledky, komunikuje vlastné názory a postoje a konfrontuje ich s vedeckou teóriou. Kooperuje pri riešení praktických zadaní a prezentuje vlastné zistenia;
- Študent má rozvinuté zručnosti vzdelávať sa, potrebné na pokračovanie v ďalšom štúdiu s vysokým stupňom samostatnosti.

### **Stručná osnova predmetu:**

- charakteristika zdravotnej telesnej výchovy, ciele, úlohy, formy a prostriedky, zdravotné skupiny;
- história zdravotnej telesnej výchovy;
- vyučovací proces zdravotnej telesnej výchovy.
- držanie tela - charakteristika, komponenty držania tela, stabilita chrbtice, hlboký stabilizačný systém, zásady držania tela, správne a chybné držanie tela, cvičenia na nácvik držania tela;
- metódy posudzovania držania tela, dynamickej funkcie chrbtice;
- funkčné poruchy pohybového systému - svalová nerovnováha;
- testovanie svalovej nerovnováhy;
- oslabenia pohybového systému, uvoľňovacie cvičenia;
- vyrovnávacie cvičenia vo vyučovacom procese so zdravotne oslabenými žiakmi;
- chyby a oslabenia dolných končatín, diagnostika plosky chodidla;
- choroby, poruchy a oslabenia dýchacieho aparátu, dýchacie cvičenia;
- oslabenia srdcovo - cievneho aparátu. pohybové testy zisťujúce funkčnú úroveň obehového systému;
- metabolické, zmyslové a nervové oslabenia, cieľ pohybovej činnosti, pravidlá pri športe.
- osobitosti práce učiteľa vo vyučovacom procese so žiakmi s jednotlivými druhmi zdravotných oslabení;
- osobnosť učiteľa TŠV a osobnosť žiaka. štruktúra a dynamika osobnosti. typológie osobnosti a temperament. vplyv učiteľa TŠV na osobnostný rozvoj žiaka;
- vyučovanie telesnej a športovej výchovy v súčasnej škole. Učiteľ a záťažové situácie. problémy v komunikácii (žiak-učiteľ, žiak-rodíč, žiak-žiak, učiteľ-rodíč, učiteľ-riaditeľ);
- osobitosti telesnej a športovej výchovy žiakov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami - žiaci so zdravotným znevýhodnením (žiaci so zdravotným postihnutím, žiaci chorí alebo zdravotne oslabení, žiaci s vývinovými poruchami a žiaci s poruchou správania);
- vyučovanie telesnej a športovej výchovy a získavanie detí k pohybovým aktivitám – pedagogické aspekty, psychologické aspekty a sociálne aspekty.

### **Odporúčaná literatúra:**

ANTALA, B. a kol. 2012. Telesná a športová výchova v názoroch žiakov základných a stredných škôl. Bratislava: NŠC v spolupráci s FTVŠ UK.

ANTALA, B. a kol. 2014. Telesná a športová výchova a súčasná škola. Bratislava: NŠC v spolupráci s FTVŠ UK.

- BAKALÁR, I. - ŠIMONEK, J. - KANÁSOVÁ, J. – KRČMÁROVÁ, B. – KRČMÁR, M. 2020. Multiple athletic performances, maturation, and Functional Movement Screen total and individual scores across different age categories in young soccer players, 2020. DOI 10.12965/ jer.2040546.273.
- In. Journal of Exercise Rehabilitation. - ISSN 2288-176X, Roč. 16, č. 5 (2020), s. 432-441.
- BARTÍK, P. 2003. Zdravotná telesná výchova I. (druhé vydanie) Banská Bystrica: PF UMB, 2003, 86 s. ISBN 80-8055-878-7.
- BURSOVÁ, M. 2005. Kompenzační cvičení (uvolňovací, protahovací, posilovací). 1. vydanie. Praha: Grada Publishing, a.s., 2005. 196 s. ISBN 80-247-0948-1
- ČERMÁK, J. - CHVÁLOVÁ, O. - BOTLÍKOVÁ, V. - DVOŘÁKOVÁ, H. 2000. Záda už mě nebolí. 4. vydanie. Praha: Svojtka a Vašut, 2000. 192 s. ISBN 80-7236-117-1
- DOBEŠOVÁ, P. - DOBEŠ, M. 2006. Základy zdravotního cvičení. 1. vydanie. Ostrava: Domiga, 2006. 58 s. ISBN 80-902222-3-4
- HOŠKOVÁ B., a kol. 2012. Vademecum Zdravotní tělesná výchovy (druhy oslabení). Praha: Karolinum, FTVS UK, 2012. 130s. ISBN 978-80-246-2137-1
- HOŠKOVÁ B., MATOUŠOVÁ M. 2007. Kapitoly z didaktiky zdravotní tělesné výchovy pro študujúci. Praha: Karolinum, FTVS UK, 2007. 135 s. ISBN 978-80-246-1392-5.
- JANDA, V. a kol. 2002. Svalové funkční testy. Praha: Grada Publishing, 2002. 328 s. ISBN 80-247-0722-5
- KANÁSOVÁ, J. 2006. Držanie tela u 10-12 ročných žiakov a jeho ovplyvnenie v rámci školskej TV. Bratislava: PEEM, 2006. 69 s. ISBN 80-89197-60-4.
- KANÁSOVÁ, J. 2008. Reducing shortened muscles in 10-12-year-old boys through a physical exercise programme, 2008. In. Medicina Sportiva. - ISSN 1429-0022, Vol. 12, no. 4 (2008), p. 115-123.
- KANÁSOVÁ, J. 2009. Výchova k správne držaniu tela. In: ŠIMONEK, J. et all. Metodika telesnej výchovy pre stredné odborné školy. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo, 2004. str. 62 – 79. ISBN 978-80-10-01620-4.
- KANÁSOVÁ, J. 2009. Zdravotná telesná výchova. In: ŠIMONEK, J. et all. Metodika telesnej výchovy pre stredné odborné školy. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo, 2004. str. 132 – 150. ISBN 978-80-10-01620-4.
- KANÁSOVÁ, J. 2014. Kompenzačné cvičenia na úpravu svalovej nerovnováhy. - 1. vyd. - Bratislava : ŠEVT, 2014. - 105 s. - ISBN 978-80-8106-060-1.
- KANÁSOVÁ, J. 2015. Vývinové zmeny funkčných porúch pohybového systému 11 až 15 - ročných žiakov a možnosti ich ovplyvnenia ; recenzent: Pavol Bartík, Emília Thurzová. - 1. vyd. - Nitra : UKF, 2015. - 149 s. - ISBN 978-80-558-0863-5.
- KANÁSOVÁ, J. et al. 2019. Impact of balance exercises on the elimination of functional muscular disorders in volleyball players, DOI 10.16926/par.2019.07.18. In. Physical activity review, 2019. - ISSN 2300-5076, Roč. 7 (2019), s. 152-159.
- KRČMÁR, M et al. 2018. Acute effects of different durations of static stretching on the eccentric strength and power of leg flexor muscles, 2018. In. Isokinetics and Exercise Science. - ISSN 0959-3020, Vol. 26, no. 1 (2018), p. 43-52.
- LABUDOVÁ, J. 2011. Integrácia zdravotne oslabených žiakov v školskej telesnej výchovy. Bratislava: Metodické centrum. 75s. ISBN 978-80-8052-113-4
- LABUDOVÁ, J. a kol. 2010. Eukológia zdravotnej telesnej výchovy a športu postihnutých. Bratislava: END, spol. s r.o., 2010. 90 s. ISBN 978-80-89324-04-0
- LEVITOVÁ, A. - HOŠKOVÁ B. 2015. Zdravotne –kompenzační cvičení. Praha: Grada Publishing, a.s., 2015. 112 s. ISBN 978-80-247- 4836-8
- PAČESOVÁ, P. 2020. Psychológia pre učiteľov. Učebné texty pre študentov FTVŠ UK. Bratislava: Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport.



SOKOLOVÁ, L. a kol. 2013. Psychológia (v) škole. Zborník príspevkov z medzinárodnej vedeckej konferencie. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave.  
 ŠIMONČIČOVÁ, L. – KANÁSOVÁ, J. 2014. Comparison of Muscule Imbalance in students 3rd year at CPU, 2014. In. Physical Activity Review : International Scientific Journal. - ISSN 2300-5076, Vol. 2, no. 1 (2014), online, p. 55-64.  
 Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>  
 Štátny vzdelávací program ISCED 2,  
 Štátny vzdelávací program ISCED 3.

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**  
slovenský

**Poznámky:**  
Predmet je realizovaný kombinovanou formou

**Hodnotenie predmetov**  
Celkový počet hodnotených študentov: 143

A	B	C	D	E	FX
23.78	14.69	18.88	11.89	9.79	20.98

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Janka Kanášová, PhD., Mgr. Lenka Divinec, PhD., doc. PaedDr. Janka Kanášová, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 25.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV02/22	<b>Názov predmetu:</b> Základné lokomócie
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 4 <b>Za obdobie štúdia:</b> 52 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 1.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 90 hodín 52 hodín cvičenia, 27 hodín príprava na cvičenia, 11 príprava na plnenie zápočtových požiadaviek. Podmienky: 100% aktívna účasť na praktických cvičeniach, splnenie vopred stanovených zápočtových požiadaviek. <b>PLÁVANIE</b> Hodnotí sa technika dvoch plaveckých spôsobov (kraul a prsia) na vzdialenosť 50m, štartový skok a obrátka: Kraul (kraulové nohy, kraulové paže, dýchanie a súhra – 4 body). Prsia (prsiarske nohy, prsiarske paže, dýchanie a súhra – 4 body). Štartový skok (1 bod). Obrátka (1 bod). Študent môže dosiahnuť maximálne 10 bodov, avšak podmienkou k udeleniu kreditu je dosiahnuť v každom plaveckom spôsobe minimálne 3 body. Pre hodnotenie známku A je dôležité zaplávať okrem techniky aj časový limit: Kraul (muži – 30,3s a ženy 34,7s), prsia (muži – 37,7s a ženy 43,0s). Hodnotenie: Výsledná známka sa vypočítava ako priemer hodnotenia zo všetkých disciplín <b>POHYBOVÉ HRY</b> priebežné hodnotenie: 30% - test z teórie pohybových hier, 40% - výstup-organizácia a riadenie pohybovej hry, 30% - dochádzka. Na hodnotenie vedomostného testu je možné získať max 20b. Hodnotenia A: 20-19b, B:18-17b, C:16-15b, D:14-13b,E:12-11b, FX: menej ako 11b. Hodnotenie organizácie a riadenia PH/výstupu: hodnotí sa škálou: 5(A), 4(B), 3(C), 2(D), 1(E). Menej ako 1b – FX. <b>ATLETIKA</b> V priebehu semestra študent absolvuje overenie úrovne techniky a výkonnosti zo základných atletických disciplín, splní test a zúčastní sa verejných atletických pretekov. *100% účasť na hodinách (prvých 6 týždňov po 2 hodiny). *Minimálny počet bodov pre mužov - 1199 na známku E (beh na 100m, skok do diaľky, hod granátom, test, účasť na atletickom podujatí). Minimálny počet bodov pre ženy - 1027 na známku E (beh na 100m, skok do diaľky, hod granátom, test, účasť na atletickom podujatí). Dosiahnutie minimálneho súčtu bodov z atletických disciplín, praktických ukážok techniky nízkeho štartu, šliapavého, resp. švihového behu, skoku do diaľky, hodu granátom a bežeckej ABC.	

Atletické výkony sa bodujú podľa bodovacích tabuliek IAAF (<http://www.atletika.org/tabulky.php>, ručné meranie). Z každej atletickej disciplíny je nutné získať minimálne 1 bod.

\*Do celkového súčtu sa započítava aj výsledok z písomného testu (história, charakteristika disciplín, biomechanika, metodika výuky, pravidlá atletiky). Hodnotenie testu (max 200 bodov): A-90% (180 bodov); B-85% (170 bodov); C-80% (160 bodov); D-75% (150 bodov); E-70% (140 bodov), FX menej ako 70%.

\*Účasť na atletických pretekoch za 100b.

### **Výsledky vzdelávania:**

#### **PLÁVANIE**

- študent rozumie popisu techniky jednotlivých plaveckých spôsobov;
- študent ovláda metodické postupy pri nácviku jednotlivých prvkov vo vybraných plaveckých spôsoboch;
- študent dokáže poukázať na chybu v technike vybraného plaveckého spôsobu a kontrolovať ju s cieľom odstránenia;

#### **POHYBOVÉ HRY**

- pozná systematiku pohybových hier vhodných do prípravnej, hlavnej ale i záverečnej časti cvičebnej jednotky;
- pozná uplatnenie pohybových hier s využitím rôznorodého telocvičného náradia a náčinia;
- ovláda pravidlá a spôsob organizácie pohybových hier,
- vie aplikovať pohybové hry v závislosti na veku, schopnostiach a ich náročnosti
- pozná zásady bezpečnosti, ochrany zdravia a prevencie pred zraneniami pri realizácii pohybových hier,
- študent rozumie popisu techniky jednotlivých plaveckých spôsobov.
- študent ovláda metodické postupy pri nácviku jednotlivých prvkov vo vybraných plaveckých spôsoboch

#### **ATLETIKA**

- študent sa orientuje v základných atletických disciplínach;
- prakticky zvláda techniku základných atletických disciplín;
- pozná význam a vplyv základných prostriedkov kondičnej prípravy na rozvoj pohybových schopností a vie ich využiť na rozvoj výkonnosti;
- pozná význam všeobecného a špeciálneho rozcvičenia a vie ho využiť vo vyučovacom a tréningovom procese;
- ovláda pravidlá, terminológiu, diagnostiku, postupy a metodiku nácviku základných atletických disciplín.

### **Stručná osnova predmetu:**

#### **PLÁVANIE**

- základné plavecké zručnosti (hry na nácvik dýchania, hry na nácvik vznášania);
- základné plavecké zručnosti (hry na nácvik otvárania očí pod vodou, hry na splývanie, hry na orientáciu vo vode – lovenie predmetov);
- zopakovanie základných plaveckých zručností (splývanie na prsiach a na znaku), nácvik kraulových a znakových nôh;
- nácvik kraulových paží na suchu, zopakovanie kraulových nôh, súhra kraulových paží a nôh bez dýchania;
- nácvik dýchania pri kraule vo vode v statickej polohe, nácvik dýchania pri kraule vo vode v pohybe odrazom od steny;
- nácvik znakových paží na suchu, cvičenia na súhru a dýchanie pri plaveckom spôsobe kraul, znakové nohy, nácvik znakových paží vo vode, súhra;

- nácvik prsiarskych nôh na suchu, nácvik prsiarskych nôh vo vode pri stene v statickej polohe, zdokonaľovanie kraulu a znaku;
- nácvik prsiarskych paží na suchu, nácvik prsiarskych nôh po odraze od steny, kraulové a znakové cvičenia;
- cvičenia na súhru a dýchanie pri plaveckom spôsobe prsia, obraty a skoky do vody;
- kraulové, znakové, prsiarske cvičenia, štartový skok a obrátka;
- skoky do hlbkej vody, súťaže v lovení predmetov. prsiarske nohy na znaku;
- nácvik skoku strmhlav so sedu z okraja bazénu, plávanie na výdrž vybratým spôsobom, plávanie na výdrž iným spôsobom;
- test plaveckej spôsobilosti a hodnotenie.

#### POHYBOVÉ HRY

- úvod do predmetu PH;
- história systematika PH;
- organizačné zásady tvorby a realizácie PH;
- pravidlá PH;
- pohybové hry do prípravnej časti hodiny – naháňačky, vyzývačky, štafetové hry, prihrávačky, triafačky, podávačky;
- pohybové hry do hlavnej časti hodiny – prenášačky, predbiehačky, zaháňačky, úpolové hry;
- pohybové hry zamerané na rozvoj pohybových schopností a špeciálnych zručností;
- hry zamerané na manipuláciu s loptou;
- outdoorové pohybové hry;
- netradičné pohybové hry a činnosti.

#### ATLETIKA

- oboznámenie; bežecká ABC, nácvik nízkeho štartu;
- opakovanie nízkeho štartu, bežecká ABC, beh na 100 m, nácvik hodu granátom;
- zdokonaľovanie: beh na 100 m, nácvik skoku do diaľky;
- zdokonaľovanie skoku do diaľky a hodu granátom;
- plnenie limitov: beh na 100 m, skok do diaľky; hod granátom;
- písomný test; účasť na atletickom podujatí.

#### **Odporúčaná literatúra:**

##### PLÁVANIE

Kurz pre dištančnú formu vyučovania plávania: <https://edu.ukf.sk/>

KRAJČOVIČ, J., ROUČKOVÁ, M. 2014. Plávanie v školskej telesnej a športovej výchove. [online]. Bratislava: Metodicko-pedagogické centrum v Bratislave.

Dostupné na:

[https://mpcedu.sk/sites/default/files/publikacie/j\\_krajcovic\\_m\\_rouckova\\_plavanie\\_v\\_skolskej\\_telesnej\\_a\\_sportovej\\_vychove.pdf](https://mpcedu.sk/sites/default/files/publikacie/j_krajcovic_m_rouckova_plavanie_v_skolskej_telesnej_a_sportovej_vychove.pdf)

BENCE, M., MERICA, M., HLAVATÝ, R. 2005. Plávanie. Banská Bystrica: UMB.

HLAVATÝ, R., MACEJKOVÁ, Y. 2005. Biomechanika a technika plaveckých spôsobov. Bratislava: UK.

MANDZÁK, P a kol. 2011. Nácvik plaveckých spôsobov v praxi. Banská Bystrica: FHV UMB.

RUŽBARSKÝ, P., TUREK, M. 2003. Teória a didaktika plávania a základy športového tréningu. 1. vyd. Prešov: Prešovská univerzita.

YOUNG, M. 2016. The Complete Beginners Guide To Swimming: Professional guidance and support to help you through every stage of learning how to swim. Hertfordshire UK: Educate and Learn Publishing.

MCLEOD, I.A. 2009. Swimming Anatomy. Human Kinetics.

YOUNG, M. 2014. The Swimming Strokes Book: 82 Easy Exercises For Learning How To Swim The Four Basic Swimming Strokes. Hertfordshire UK: Educate and Learn Publishing.

## POHYBOVÉ HRY

- ARGAJ, G. 2009. Pohybové hry pre telesnú a športovú výchovu. Bratislava: Univerzita Komenského. S. 83. ISBN 80-223-2602-5
- ARGAJ, G. 1997. Pohybové hry na rozvoj pohybových schopností. Športové hry, ročník II, č.1.
- ARGAJ, G. 1998. Netradičné športové hry v nových učebných osnovách telesnej výchovy – softbal. Športové hry: Katedra hier FTVŠ UK, občianske združenie, roč. III.č.2/1998, str. 30.
- BOROVÁ, B. 2001. Míče, míčky a hry s nimi. Praha: Portál, 2001. 153 s. ISBN 80-7178-538- 5
- DÖBLER, E., DÖBLER, H. 1992. Kleine Spiele. Berlin : Sportverlag, 1992. ISBN 3-328-00562-5
- KIRCHNER G. 2000. Children's Games from Around the World. 2.vyd. Allyn And Bacon, 2000. 212s. ISBN 0-205-29627-0
- FOSTEROVÁ, E. R. et al. 1997. 85 her pro zlepšení kondice dětí. Praha: Portál, 1997. 107 s. ISBN 80-7178-177-0.
- HABISREUNTIGEROVÁ, M. J. 1999. Hry na každý den. Praha: Portál, 1999. 191 s. ISBN 80-7178-336-6
- MARKOVÁ, Z. 2005. Pohybové hry do tříd a družin. Praha: Grada,. s. 148. ISBN 8024708450
- MAZAL, F. 2007. Hry a hraní pohledem ŠVP. Olomouc: Hanex. ISBN: 978-80-85783-77-3
- MAZAL, F. 2000. Pohybové hry a hraní. Olomouc: Hanex. ISBN: 80-85783-29-0
- NEUMANN, J. ĐOUBALÍK, P. 2001. Dobrodružné hry v tělocvičně. Praha: Portál. ISBN 80-7178-555-5
- POKORNÝ, I. 2019. Pohybové hry pro školáky. Praha: Grada, s. 128. ISBN 978-80-271-2064-2
- ROVNÝ, M., KABÁČOVÁ, B., GRANEC, K. 1986. Pohybové hry dětí předškolského věku. Bratislava : Slovenské pedagogické nakladatel'stvo, 1986. 207 s.
- ROVNÝ, M. - ZDENĚK, D. 1979. Pohybové hry. 1.vyd. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladatel'stvo, 1979. s. 208. ISBN 67-152-79
- ZAPLETAL, M. 1987. Hry na hřišti a v tělocvičně. Praha : Olympia, 1987.

## ATLETIKA

- ČILLÍK, I. a kol. 2020. Atletika. Banská Bystrica: Slovenský atletický zväz. 247 s. ISBN 978-80-8141-247-9.
- HANDBOOK. 2021. Pravidlá atletiky IAAF. Bratislava : SAZ 2021. s. 89.
- ČILLÍK, I. - ROŠKOVÁ, M. 2003. Základy atletiky. Banská Bystrica : FHV UMB, 148 str.
- KUCHEN, A. a kol. 1987. Teória a didaktika atletiky. Bratislava : SPN, 384 str.
- SEBERA, M., ZAORAL, P. 2007. Metodika výuky atletických disciplín pro učitele základních škol. <https://is.muni.cz/elportal/estud/fsps/ps07/atletika/index.html>

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**  
slovenský

## Poznámky:

## Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 443

A	B	C	D	E	FX
1.58	13.09	27.77	8.35	0.23	48.98

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., Mgr. Lenka Divinec, PhD., Mgr. Andrea Domčeková, PaedDr. Pavol Horička, PhD., PaedDr. Jaroslav Krajčovič, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD., Mgr. Ľubomír Paška, Ph.D., Mgr. Bohumila Krčárová, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 31.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV31/22	<b>Názov predmetu:</b> Základy telesnej kultúry
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Prednáška / Cvičenie / Seminár <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 / 1 / 1 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 / 13 / 13 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 6	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 2.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 150 hodín prednášky 13 hodín + prednáška (dištančná výučba )13 + 13 hodín semináre + 13 hodín cvičenia + príprava na semináre 16 hodín + príprava seminárnej práce a prezentácie 24 hodín + príprava na testy a ich vypracovanie cez EDU portál 20 hodín+ samoštúdium a príprava na skúšku 36 hodín + účasť na skúške 2 hodiny. Podmienky: Aktívna účasť na seminároch, cvičeniach a ústna skúška. V priebehu semestra vypracuje študent prezentáciu podľa zadania vyučujúceho a prezentuje ho na seminári (20 bodov); v rámci seminárov realizuje študent 2x vedomostné písomné preverky výsledky (40 bodov) Na konci semestra absolvuje študent ústnu skúšku. (40 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 70 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• študent rozpozná a interpretuje základné pojmy a vedomosti so zameraním na históriu telesnej kultúry olympizmus;</li> <li>• vie definovať základné spôsoby pohybových aktivít človeka od najstaršej spoločnosti až po súčasnosť;</li> <li>• rozumie a vie zdôvodniť základné rozdiely v jednotlivých typoch spoločensko – ekonomických formácií, typy štátnych riadení zriadení a ich základné rozdiely;</li> <li>• rozumie príčinám a dôsledkom vzniku telovýchovných smerov u nás aj v zahraničí;</li> <li>• integruje vedomosti príbuzných predmetov (didaktika, atletika, kolektívne športy, plávanie a pod.);</li> <li>• analyzuje dôvody vzniku a pádu starovekých olympijských hier a taktiež príčiny obnovy novovekých olympijských hier;</li> <li>• charakterizuje olympizmus, periodizáciu a jeho základné myšlienky;</li> <li>• študent vie použiť svoje vedomosti a chápe ich profesionálne k svojej budúcej praxi, vie identifikovať základné pojmy názvoslovie a športovej terminológie, rozumie základným kategóriám a systému rozdelenia jednotlivých cvičebných tvarov;</li> </ul>	

- študent má schopnosť získať, ale ja interpretovať údaje a fakty v odbore a na ich základe eticky a spoločensky rozhodovať;
- študent vie na základe získaných vedomostí komunikovať s laickou verejnosťou, vie použiť problémové riešenia situácie, rozumie názvosloviu a športovej terminológii, vie zdôvodniť použitie jednotlivých používaných pojmov vo vzťahu k rekreačnému a výkonnostnému športu;
- analyzuje jednotlivé pojmy a aplikuje získané vedomosti z daného predmetu do praktických predmetov. Získané teoretické a praktické vedomosti vie použiť v praxi.

### **Stručná osnova predmetu:**

- úvod do štúdia, obsah, úlohy, požiadavky na zápočet a skúšku, periodizácia dejín;
- charakteristika vzniku a rozvoja pohybovo športových aktivít v praveku, osobitosti vzniku a rozvoja telovýchovných a športových aktivít v staroveku – Egypt, Mezopotámia;
- charakteristika vzniku a rozvoja pohybovo športových aktivít v praveku, osobitosti vzniku a rozvoja telovýchovných a športových aktivít v staroveku – India, Čína, Japonsko;
- pohybové aktivity a telesná kultúra Slovanov
- telesná výchova a šport v starovekom Grécku – Atény, Sparta, Starogrécke olympijské hry;
- telesná výchova a šport v starovekom Ríme - Gladiátori;
- telesná výchova a šport v stredoveku – rytierska výchova, telovýchovné a športové aktivity v mestách a ľudové pohybové a športové aktivity, humanizmus;
- telesná výchova a šport v novoveku – Locke, Rousseau, Pestalozzi, telesná výchova vo filantropiách, turnerský telovýchovný systém, Lingov telovýchovný systém;
- Francúzske a Anglické telovýchovno-športové hnutie, Deményho systém telesnej výchovy, rozvoj športu a športových organizácií. Vznik novovekých OH. Život a dielo baróna Pierre de Coubertina;
- telesná výchova a šport na našom území v rokoch 1848 až 1918 (telovýchovné a športové hnutie), telesná kultúra – telovýchovné organizácie a šport na našom území v rámci Československa v rokoch 1918 až 1938 /Sokol, Orol, YMCA, YWCA, Skauting/;
- telesná výchova a šport na našom území v rokoch 1948 až 1989;
- telesná výchova a šport po vzniku Slovenskej republiky od r. 1993.
- olympizmus;
- názvoslovie telesných cvičení, rozdelenie cvičebných odborov;
- využitie predpô a prípon pri používaní terminologického jazyka, rozdelenie rovín pri popise terminológie;
- poradová príprava v športe;
- pohyby paží, pohyby nôh, pohyby trupu a hlavy;
- postoje, kľaky, sedy, ľahy;
- chôdza, behy, obraty a skoky;
- formovanie vedeckého jazyka, riadenie telesnej kultúry na Slovensku.

### **Odporúčaná literatúra:**

- BARÁTH, L., HALMOVÁ, N., ŠIMONEK, J. 2004. Úvod do štúdia telesnej kultúry. PF UKF, Nitra 2004. 124 s. ISBN: 80-969168-2-3.
- GREXA, J. et al. 2006. Olympijská výchova. Bratislava: SOV a SOA. 86 s. ISBN 80 - 969522 - 0 - X
- HALMOVÁ, Nora. 2000. Rytmická gymnastika. I. časť. Vysokoškolské učebné texty. Nitra: PF UKF 2000. ISBN 80-8050-372-9.
- HALMOVÁ N. a kol. 2002. Rytmická gymnastika a tance. II. časť. Vysokoškolské skriptá. Nitra: PF UKF, 2002. 152 s. ISBN 80-8050-560-8..

HALMOVÁ, N., ŠIMONEK, J. Motor competences of 6–8 year old children in the Nitra district. In: Studia Kinanthropologica : The Scientific Journal for Kinanthropology. - ISSN 1213-2101, Roč. 21, č. 2 (2020), s. 129-137

KOSSL, J., STUMBAUER, J., WAIC, M., 2018. Kapitoly z dejín telesnej kultúry.

PERÚTKA, J. et.al. 1985. Dejiny telesnej kultúry. Bratislava, SPN.

PERÚTKA, J. 1980. Dejiny telesnej výchovy a športu na Slovensku. Bratislava : Šport.

SEMAN, F. 2012. Míľniky svetového športu. SOV. Bratislava, 95s. ISBN 978-80-89460-09-0

SOMMER, J. 2003. Dějiny sportu. Olomouc: Fontána. 274s. ISBN 9788073361167

SÝKORA, F. a kol. 1995. Telesná výchova a šport. (Terminologický a výkladový slovník).

ŠVEDOVÁ, M., UHER, I. 2013. Vybrané kapitoly z HTK a športu. Vysokoškolské učebné texty. UPJŠ Košice. ISBN 978-80-8152-025-9 2.zväzok). Bratislava: Vedecká rada FF UK, 402s. ISBN 80-85508 –26-5.

VLADOVIČOVÁ, N., GÖRNER, K. 1996. Vybrané kapitoly z dejín telesnej kultúry. B. Bystrica: PF UMB, 1996.

ZAMAROVSKÝ, V. 2001. Vzkriesenie Olympie. IKAR. 256s. ISBN 8080461392

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 294

A	B	C	D	E	FX
5.78	20.07	23.13	15.99	5.78	29.25

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., Mgr. Ľubomír Paška, Ph.D., doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 20.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.



## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV19/22	<b>Názov predmetu:</b> Základy tenisu
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 3., 5.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> priebežné hodnotenie (PH) Celková záťaž študenta: 75 hodín 26 hodín cvičenia, 30 hodín príprava na cvičenia, 20 príprava na plnenie zápočtových požiadaviek. Podmienky: 100% aktívna účasť na praktických cvičeniach, splnenie vopred stanovených zápočtových požiadaviek. Pre získanie hodnotenia absolvoval, musí študent splniť 100% dochádzku a preukázať získané základné zručnosti t. j. techniku úderov (podanie zdola, podanie zdola, forhand, backhand).	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• študent rozumie popisu techniky jednotlivých tenisových úderov, rozumie pravidlám tenisu, má základne znalosti z histórie a vývoja hry tenis, má základne znalosti o používanom materiáli ako aj o povrchoch kurtov . rozumie organizácii súťaží;</li> <li>• študent ovláda metodické postupy pri nácviku jednotlivých prvkov vo vybraných tenisových zručnostiach;</li> <li>• študent dokáže poukázať na chybu v technike vybraného tenisového prvku a kontrolovať ju s cieľom odstránenia;</li> <li>• študent dokáže používať pravidlá, organizovať súťaže;</li> </ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• základné tenisové zručnosti (hry na pohyb po kurte);</li> <li>• základné tenisové zručnosti (cvičenia na nácvik jednotlivých tenisových úderov);</li> <li>• prípravne hry pre hru teni;</li> <li>• organizácia dvojhry v tenise;</li> <li>• organizácia štvorhry v tenise;</li> <li>• organizácia súťaže hry tenis;</li> </ul>	
<b>Odporúčaná literatúra:</b> CRESPO, M., MILEY, D. 2002. Tenisový trénerský manuál 1. stupň. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2002. 95 s. ISBN 04-060-2. JANKOVSKÝ, J. 2002. Tenis. Praha: Grada, 2008. 100 s. ISBN 80-2470-169-3. SCHÖNBORN, R. 2006. Moderní výuka tenisové techniky. Spitta Verlag GombH&Co. KG Balingen, 2006. 234 s. ISBN 3-938509-11-2.	

SCHÖNBORN, R. 2008. Optimální tenisový trénink. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008. 236 s. ISBN 3-938509-11-2.  
ŠIMONEK, J. 2007. Cvičenia a hry na rozvoj koordinačných schopností pre deti predškolského a mladšieho školského veku. Bratislava: AT Publishing, 2007. ISBN 978-80-88964-41-5.

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 3

A	B	C	D	E	FX
100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** PaedDr. Pavol Horička, PhD., PaedDr. Jaroslav Krajčovič, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 31.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV19/22	<b>Názov predmetu:</b> Základy tenisu
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 4., 6.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> priebežné hodnotenie (PH) Celková záťaž študenta: 75 hodín 26 hodín cvičenia, 30 hodín príprava na cvičenia, 20 príprava na plnenie zápočtových požiadaviek. Podmienky: 100% aktívna účasť na praktických cvičeniach, splnenie vopred stanovených zápočtových požiadaviek. Pre získanie hodnotenia absolvoval, musí študent splniť 100% dochádzku a preukázať získané základné zručnosti t. j. techniku úderov (podanie zdola, podanie zdola, forhand, backhand).	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent rozumie popisu techniky jednotlivých tenisových úderov, rozumie pravidlám tenisu, má základne znalosti z histórie a vývoja hry tenis, má základne znalosti o používanom materiáli ako aj o povrchoch kurtov . rozumie organizácii súťaží;</li><li>• študent ovláda metodické postupy pri nácviku jednotlivých prvkov vo vybraných tenisových zručnostiach;</li><li>• študent dokáže poukázať na chybu v technike vybraného tenisového prvku a kontrolovať ju s cieľom odstránenia;</li><li>• študent dokáže používať pravidlá, organizovať súťaže;</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• základné tenisové zručnosti (hry na pohyb po kurte);</li><li>• základné tenisové zručnosti (cvičenia na nácvik jednotlivých tenisových úderov);</li><li>• prípravne hry pre hru teni;</li><li>• organizácia dvojhry v tenise;</li><li>• organizácia štvorhry v tenise;</li><li>• organizácia súťaže hry tenis;</li></ul>	
<b>Odporúčaná literatúra:</b> CRESPO, M., MILEY, D. 2002. Tenisový trénerský manuál 1. stupň. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2002. 95 s. ISBN 04-060-2. JANKOVSKÝ, J. 2002. Tenis. Praha: Grada, 2008. 100 s. ISBN 80-2470-169-3. SCHÖNBORN, R. 2006. Moderní výuka tenisové techniky. Spitta Verlag GombH&Co. KG Balingen, 2006. 234 s. ISBN 3-938509-11-2.	

SCHÖNBORN, R. 2008. Optimální tenisový trénink. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2008. 236 s. ISBN 3-938509-11-2.  
ŠIMONEK, J. 2007. Cvičenia a hry na rozvoj koordinačných schopností pre deti predškolského a mladšieho školského veku. Bratislava: AT Publishing, 2007. ISBN 978-80-88964-41-5.

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 3

A	B	C	D	E	FX
100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** PaedDr. Pavol Horička, PhD., PaedDr. Jaroslav Krajčovič, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 31.01.2022

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV22/22	<b>Názov predmetu:</b> Základy tvorby pohybovej skladby
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 4.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín cvičenia 26 hodín + 5 hodín teória + príprava na cvičenia 17 hodín + samoštúdium 12 hodín + samostatné hodnotenie 5 pohybových skladieb podľa pokynov vyučujúceho (text v edu.ukf.sk) 12 hodín + účasť na fakultnom, príp. celoslovenskom kole ŠVUK 3 hodiny. Podmienky: Aktívna účasť na cvičeniach a spoločná účasť a prezentácia pohybovej skladby na fakultnom príp. celoslovenskom kole ŠVUK. V priebehu semestra študenti v tíme vytvoria pohybovú skladbu na základe získaných teoretických vedomostí podľa zadania vyučujúceho (40 bodov). Hodnotí sa choreografia (12 bodov), inovatívnosť (12 bodov), kreativita (12 bodov) a autorstvo v skladbe (4 body). Na konci semestra sa zúčastnia na fakultnom príp. celoslovenskom kole ŠVUK (10 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 30 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• študent má schopnosť získavať, interpretovať údaje a fakty, ktoré získal na predmete;</li> <li>• študent vie na základe získaných vedomostí použiť problémové riešenia situácie pri tvorbe pohybovej skladby;</li> <li>• študent chápe a vie použiť základné zásady a princípy tvorby pohybovej skladby z hľadiska veku, pohlavia;</li> <li>• vie interpretovať teoretické východiská a praktické aspekty tvorby pohybovej skladby;</li> <li>• pozná a rozumie rozdielom pri tvorbe pohybovej skladby z hľadiska obsahu a výberu námetu;</li> <li>• rozozná rozdiely pri výbere foriem a prostriedkov tvorby pohybovej skladby;</li> <li>• pozná a interpretuje podstatu a východiská inovatívnych metód pri výbere hudby a pohybového obsahu;</li> <li>• študent vie samostatne ohodnotiť a navrhnúť jednoduchú choreografiu pre rôzne vekové kategórie;</li> <li>• je schopný improvizácie na základe získaných teoretických vedomostí;</li> <li>• študent kolektívne rieši zadanie, prezentuje spoločne výsledky tvorivej práce, komunikuje vlastné názory a postoje a konfrontuje ich s vedeckou teóriou;</li> </ul>	

- kooperuje pri riešení praktických zadaní a prezentuje výsledky skupinovej práce;

**Stručná osnova predmetu:**

- úvod do predmetu pohybová skladba;
- význam, cieľ, úlohy a princípy tvorby pohybovej skladby;
- spoločná analýza videozáznamov pohybových skladieb;
- výber hudby a pohybového námetu pre pohybovú skladbu;
- samostatná tvorba pohybovej skladby;
- vystúpenie na fakultnom resp. celoslovenskom kole ŠVUK;
- samostatné analýzy 3 pohybových skladieb z edu.ukf.sk;

**Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

BLAHUTKOVÁ, M., JONÁŠOVÁ, D. 2009. Využití hudebně pohybové výchovy v rytmické gymnastice. 1. vydání. Brno: Masarykova univerzita, 2009. 42 s. ISBN 978 80 –210–4838–6

HALMOVÁ, N. 2000. Rytmická gymnastika a aerobik I. časť. Nitra : UKF, 2000. 70 s. ISBN 80-8050-372-9.

HALMOVÁ, N., PALOVIČOVÁ, J., ŠIMONEKOVÁ, H. 2002. Rytmická gymnastika a tance II. časť. Nitra: UKF, 2002. 180 s. ISBN 80-8050-560-8.

youtube.com – pohybové skladby

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 0

A	B	C	D	E	FX
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Nora Halmová, PhD., Mgr. Bohumila Krčmárová, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 10.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV21/22	<b>Názov predmetu:</b> Základy tvorby vedeckej práce
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Seminár <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 5.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> V priebehu semestra študent absolvuje semináre, absolvuje priebežné elearningové testy a spracuje seminárnu prácu zo záverečnej práce (viď. poznámky). Celková záťaž študenta: 75 hodín (semináre 26 hodín + príprava seminárnej práce 13 hodín +samoštúdium 24 + elearningové testy 12 hodín). a) priebežné hodnotenie: - elearningové testy (priemerná úspešnosť riešenia všetkých e-testov A-90%, B-85%, C-80%, D-75%, E-70%, FX menej ako 70 %). - seminárna práca ABS alebo Neudelený b) záverečné hodnotenie: PH Udelenie kreditu z kurzu je podmienený priebežným hodnotením v elearningových testoch a úspešným spracovaním seminárnej práce. Hodnotenie zodpovedá klasifikačnej stupnici hodnotenia (A = 100 - 90%, B = 89 - 85%, C = 84 - 80%, D = 79 - 75%, E = 74 - 70%, FX = 69 a menej %).	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent kurzu ovláda teoretické poznatky z plánovania, organizovania a realizácie terénneho pedagogického výskumu;</li><li>• absolvent vie spracovať teoretické časti záverečnej práce, pracovať s literatúrou a evidovať podľa normy ISO690;</li><li>• ovláda tvorbu empirických častí záverečnej práce.</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• veda a výskum, záverečná práca;</li><li>• informačná príprava, tvorba, štruktúra a projekt;</li><li>• voľba výskumnej témy, získavanie faktov;</li><li>• premenné, hypotézy, odborné posudzovanie;</li><li>• výskumný súbor, typy údajov, výskumné metódy, princípy testovania;</li><li>• pozorovanie, dotazník, posudzovacie škály, interview, testy vedomostí a zručností;</li><li>• sociometria, sémantický diferenciál, základné logické postupy;</li><li>• vyhodnocovanie Bc, spracovanie údajov, interpretácia údajov;</li><li>• práca s literatúrou;</li><li>• typy výskumov, absolútny výskum, voľba štatistických metód;</li></ul>	

- experimentálny výskum, aplikácia štatistických metód do výskumných situácie;
- intraindividuálne sledovanie, aplikácia štatistických metód do výskumných situácie;
- publikovanie a spracovanie príspevkov.

### **Odporúčaná literatúra:**

- BROŽÁNI, J. 2008. Seminnár k bakalárskej práci: E-learningový kurz. Nitra: KTVŠ PF UKF. (On-line) Retrieved 9. septembra 2008 on the World Wide Web: <http://elearning.ktvs.pf.ukf.sk/>
- BROŽÁNI, J. 2002. Štatistické metódy v telesnej výchove a športe. (Vysokoškolské učebné texty). Nitra : UKF, 2002, 52 str., ISBN 80-8050-544-6.
- KATUŠČÁK, D. 1998. Ako písať vysokoškolské a kvalifikačné práce. Bratislava : Stimul, 1998, 122 s., ISBN 80-85697-82-3.
- GAVORA, P. a kol. 2010. Elektronická učebnica pedagogického výskumu. [online]. Bratislava : Univerzita Komenského, 2010. Dostupné na: <http://www.e-metodologia.fedu.uniba.sk/> ISBN 978-80-223-2951-4.
- HENDL, J. 2004. Přehled statistických metod zpracování dat. Praha : Portál, 2004, 584 s. ISBN 80-7178-820-1.
- HENDL, J. 2005. Kvalitativní výskum. Praha : Portál, 2004, 407 s. ISBN 80-7367-040-2.
- MEŠKO, D. a kol. 2005. Akademická příručka. Martin : Osveta, 2005, 496 str., ISBN 80-8063-200-6.
- RIMARČÍK, M. 2007. Štatistika pre prax. 200 s. ISBN 8096981311
- ŠUTKA, V. - BROŽÁNI, J. 2001. Metodické pokyny k spracovávaníu diplomových prác podľa noriem ISO. Nitra : UKF, 2001. 73 s., ISBN 80-8050-433-450.

### **Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

### **Poznámky:**

Seminárna práca obsahuje:

1. Prvá strana: PROJEKT BAKALÁRSKEJ PRÁCE

Meno študenta:

Ročník a kombinácia:

Názov bakalárskej práce:

Ciele bakalárskej práce:

Úlohy bakalárskej práce:

Hypotézy bakalárskej práce: (ak sú)

Metodika riešenia bakalárskej práce:

Rozsah bakalárskej práce a spôsob dokumentácie

(tabuľky, grafy a pod.):

Základná literatúra: vid' príloha

Termín odovzdania bakalárskej práce:

Vedúci bakalárskej práce:

Oponent bakalárskej práce:

Dátum zadania bakalárskej práce:

2. Obal záverečnej práce

3. Titulný list záverečnej práce

4. Zadania záverečnej práce

5. Licenčná zmluva

6. Vyhlásenie autora záverečnej práce

7. Abstrakt v štátnom a anglickom jazyku

8. Obsah

9. Anotácie 30 ks (pomer domácej a zahraničnej literatúry 60/40)



10. Zoznam literatúry podľa metódy ISO 690 citovania prvého údajá a dátumu (spracované z anotácií)

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 13

A	B	C	D	E	FX
30.77	0.0	7.69	0.0	7.69	53.85

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 18.11.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV23/22	<b>Názov predmetu:</b> Úpolové cvičenia
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 1.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín. Cvičenia 26 hodín. Príprava na hodiny 13 hodín. Príprava zadani a ich vypracovanie 20 hodín. Príprava na kreditové požiadavky 15 hodín. Absolvovanie kreditových požiadaviek 1 hodina. Podmienky: Aktívna účasť na cvičeniach. V priebehu semestra vypracuje študent úlohy podľa zadania vyučujúceho (40 bodov); v rámci cvičení realizuje študent praktické aktivity podľa stanovených pravidiel (60 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 70 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent je schopný preukázať vedomosti, zručnosti a návyky, ktoré sú súčasťou zdravého životného štýlu aj v bežnom živote;</li><li>• študent dokáže terminologicky správne pomenovať a popísať jednotlivé cvičenia;</li><li>• študent je schopný preukázať poznatky zo správnej techniky realizácie cvičení ako aj správneho dýchania;</li><li>• študent vie ohodnotiť techniku cvičení, postrehnúť a posúdiť chyby v predvedení, v rozsahu pohybov, vie posúdiť reálne svoju individuálnu pohybovú úroveň;</li><li>• študent dokáže vhodne voliť spôsob sebaobrany a pádovej techniky;</li><li>• študent je schopný predviesť cvičenie individuálne podľa stanovených požiadaviek.</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• úpolové cvičenia – definície, história, delenia;</li><li>• prípravné úpoly – preťahy, pretlaky, odpory;</li><li>• prípravné úpoly – úpolové hry;</li><li>• prípravné úpoly – nadviazanie kontaktu, pádová technika;</li><li>• prípravné úpoly – dvíhanie, nosenie a spúšťanie bremien;</li></ul>	

- sebaobrana;
- praktické cvičenia – box, džudo, taek-won-do, karate;
- plnenie kreditových požiadaviek.

**Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

BARTÍK, P., SLÍŽIK, M. a Z. REGULI, 2007. Teória a didaktika úpolov a bojových umení.

Banská Bystrica : PF UMB.

ĎURECH, M. et al., 2000. Úpoly. Bratislava, Slovakia : Univerzita Komenského.

ĎURECH, M., 2003. Spoločné základy úpolov. Bratislava, Slovakia : PEEM.

ĎURECH, M., 2012. Športová príprava v zápasení. Bratislava: FTVŠ UK.

REGULI, Z., 2005. Úpolové sporty. Brno: Masarykova univerzita.

REGULI, Z., 2012. Aikidó – průvodce pro žáky a učitele. Bratislava: CAD Press.

Štátny vzdelávací program ISCED 2,

Štátny vzdelávací program ISCED 3

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 0

A	B	C	D	E	FX
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** Mgr. Natália Czaková, PhD., PaedDr. Jaroslav Krajčovič, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 05.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV23/22	<b>Názov predmetu:</b> Úpolové cvičenia
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 2.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 75 hodín. Cvičenia 26 hodín. Príprava na hodiny 13 hodín. Príprava zadani a ich vypracovanie 20 hodín. Príprava na kreditové požiadavky 15 hodín. Absolvovanie kreditových požiadaviek 1 hodina. Podmienky: Aktívna účasť na cvičeniach. V priebehu semestra vypracuje študent úlohy podľa zadania vyučujúceho (40 bodov); v rámci cvičení realizuje študent praktické aktivity podľa stanovených pravidiel (60 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 70 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent je schopný preukázať vedomosti, zručnosti a návyky, ktoré sú súčasťou zdravého životného štýlu aj v bežnom živote;</li><li>• študent dokáže terminologicky správne pomenovať a popísať jednotlivé cvičenia;</li><li>• študent je schopný preukázať poznatky zo správnej techniky realizácie cvičení ako aj správneho dýchania;</li><li>• študent vie ohodnotiť techniku cvičení, postrehnúť a posúdiť chyby v predvedení, v rozsahu pohybov, vie posúdiť reálne svoju individuálnu pohybovú úroveň;</li><li>• študent dokáže vhodne voliť spôsob sebaobrany a pádovej techniky;</li><li>• študent je schopný predviesť cvičenie individuálne podľa stanovených požiadaviek.</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• úpolové cvičenia – definície, história, delenia;</li><li>• prípravné úpoly – preťahy, pretlaky, odpory;</li><li>• prípravné úpoly – úpolové hry;</li><li>• prípravné úpoly – nadviazanie kontaktu, pádová technika;</li><li>• prípravné úpoly – dvíhanie, nosenie a spúšťanie bremien;</li></ul>	

- sebaobrana;
- praktické cvičenia – box, džudo, taek-won-do, karate;
- plnenie kreditových požiadaviek.

**Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

BARTÍK, P., SLÍŽIK, M. a Z. REGULI, 2007. Teória a didaktika úpolov a bojových umení.

Banská Bystrica : PF UMB.

ĎURECH, M. et al., 2000. Úpoly. Bratislava, Slovakia : Univerzita Komenského.

ĎURECH, M., 2003. Spoločné základy úpolov. Bratislava, Slovakia : PEEM.

ĎURECH, M., 2012. Športová príprava v zápasení. Bratislava: FTVŠ UK.

REGULI, Z., 2005. Úpolové sporty. Brno: Masarykova univerzita.

REGULI, Z., 2012. Aikidó – průvodce pro žáky a učitele. Bratislava: CAD Press.

Štátny vzdelávací program ISCED 2,

Štátny vzdelávací program ISCED 3

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

**Poznámky:**

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 0

A	B	C	D	E	FX
0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

**Vyučujúci:** Mgr. Natália Czaková, PhD., PaedDr. Jaroslav Krajčovič, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 05.12.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV24/22	<b>Názov predmetu:</b> Špecializácia - Atletika 1.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Prednáška / Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 1 / 1 <b>Za obdobie štúdia:</b> 13 / 13 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 2.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Aktívna účasť na hodinách (25 bodov). Seminárna práca (25 bodov). Organizácia atletického podujatia (25 bodov). Získanie rozhodcovskej triedy v atletike (25 bodov). Celková záťaž študenta: 75 hodín (prednášky a cvičenia 26 hodín + organizácia atletického podujatia 10 hodín + samoštúdium 15 hodín + získanie rozhodcovskej triedy v atletike 10 hodín + seminárna práca 14 hodiny) Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 70 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % . Záverečné hodnotenie: PH	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• študent sa orientuje sa v atletických disciplínach;</li> <li>• pozná biomechanické základy atletických disciplín;</li> <li>• vie popísať pôsobenie síl v atletických disciplínach;</li> <li>• ovláda imitačné a prípravné cvičenia na výcvik a zdokonaľovanie atletických disciplín;</li> <li>• ovláda elementárne pohybové hry a cvičenia na rozvoj pohybových schopností;</li> <li>• ovláda pravidlá a organizáciu súťaží.</li> </ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• biomechanické základy pohybovej činnosti v bežeckých disciplínach;</li> <li>• biomechanické základy pohybovej činnosti vo vrhu a hodoch;</li> <li>• biomechanické základy pohybovej činnosti v skokoch;</li> <li>• biomechanické základy pohybovej činnosti chôdzi a štafetových behoch;</li> <li>• analýza pôsobenia síl vo vybranej disciplíne;</li> <li>• imitačné a prípravné cvičenia na výcvik a zdokonaľovanie bežeckých disciplín;</li> <li>• imitačné a prípravné cvičenia na výcvik a zdokonaľovanie vrhačských disciplín;</li> <li>• imitačné a prípravné cvičenia na výcvik a zdokonaľovanie skokanských disciplín;</li> <li>• imitačné a prípravné cvičenia na výcvik a zdokonaľovanie atletickej chôdze a štafetovej odovzdávky;</li> <li>• pohybové hry na rozvoj rýchlostných schopností;</li> </ul>	

- pohybové hry na rozvoj výbušnosti horných a dolných končatín;
- pohybové hry na rozvoj koordináčnych schopností;
- pohybové hry na rozvoj silových schopností.

#### **Odporúčaná literatúra:**

ČILLÍK, I. a kol. 2013. Teória a didaktiky atletiky. (Vysokoškolská učebnica) - Banská Bystrica : UMB, 2013. 236 s.

ČILLÍK, I. a kol. 2020. Atletika. Banská Bystrica: Slovenský atletický zväz. 247 s. ISBN 978-80-8141-247-9.

ČAS. 2021. Atletika pro děti . ČAS : Praha. Dostupné na: <https://www.atletikaprodeti.cz/o-projektu/>

ČECHVALA, Jozef a kol. 1971. Metodika ľahkej atletiky. Bratislava : SPN, 225 str.

ČILLÍK, I. - ROŠKOVÁ, M. 2003. Základy atletiky. Banská Bystrica : FHV UMB, 148 str.

JANDAČKA D. 2012. Základy biomechaniky tělesných cvičení. ISBN 978-80-905054-1-4 Dostupné na: <https://www.fsps.muni.cz/emuni/data/reader/book-1/Impresum.html>

KUCHEN, A. a kol. 1987. Teória a didaktika atletiky. Bratislava : SPN, 384 str.

HANDBOOK. 2021. Pravidlá atletiky IAAF. Bratislava : SAZ 2021. s. 89.

DOSTÁL, E. 1983. Didaktika školní atletiky. Praha : KU Praha, 184 str.

CHOUTKOVÁ, B. 1964. Metodika nácviku techniky ľahkoatletických disciplín. Praha : KU Praha, 148 str.

KAMPMILLER, T. a kol. 1969. Teória a didaktika atletiky I. Bratislava : FTVŠ UK, 164 str., ISBN 80-223-1099-9

KAMPMILLER, T. a kol. 2000. Teória a didaktika atletiky II. FTVŠ UK Bratislava, 96 str., ISBN 80-223-1413-7

KNĚNICKÝ, A. a kol. 1974. Technika ľahkoatletických disciplín. SPN Bratislava

KUCHEN, A. a kol. 1968. Tréning ľahkoatletických disciplín. FTVŠ UK, SPN Bratislava, 232 str. KUCHEN, A. 1954. Názorná metodika základov ľahkej atletiky. Osveta, Martin. 120 str.

RUSINA, B. a kol 1974. Technika ľahkoatletických disciplín vrhy a hody. FTVŠ UK Bratislava, 72 str.

RUSINA, B. 1970. Technológia ľahkej atletiky. FTVŠ UK Bratislava. 132 str.

SAZ. 2021. Detská atletika. SAZ : Bratislava. Dostupné na: <https://www.detskaatletika.sk/>

SEBERA, M., ZAORAL, P. 2007. Metodika výuky atletických disciplín pro učitele základních škol. <https://is.muni.cz/elportal/estud/fsps/ps07/atletika/index.html>

ŠIMONEK, J. a kol. 1996. Teória a didaktika atletiky. UKF Nitra 1996, 113s. ISBN

80-8050-103-3 ŠIMONEK, J. – VARGA, I. - KOŠTAL, J. 1974. Technika ľahkoatletických disciplín skoky. FTVŠ UK Bratislava, 80 str.

#### **Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

#### **Poznámky:**

Na kurz sa môžu zapísať iba študenti, ktorí aktívne vykonávajú/vykonávali atletiku alebo sú registrovaní v SAZ.

K získaniu trénerskej licencie z atletiky 3. stupňa musí mať študent absolvované: 1) špecializácie 1.-4. 2) záverečnú prácu z atletiky (Bc alebo Mgr). 3) musí byť aktívnym a registrovaným členom SAZ. 4) mať rozhodcovskú triedu z atletiky. 5) potvrdenú absolvovanú prax 13 hod. (6x hospitácie a 7x vedenie atletického tréningu v klube alebo, škole, oddiely). 6) ukončené vysokoškolské vzdelanie min. prvého stupňa.

<b>Hodnotenie predmetov</b>					
Celkový počet hodnotených študentov: 43					
A	B	C	D	E	FX
37.21	0.0	0.0	0.0	0.0	62.79
<b>Vyučujúci:</b> doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD.,					
<b>Dátum poslednej zmeny:</b> 18.11.2021					
<b>Schválil :</b> Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.					



## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV25/22	<b>Názov predmetu:</b> Špecializácia - Atletika 2.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Prednáška / Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 1 / 1 <b>Za obdobie štúdia:</b> 13 / 13 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 3.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Aktívna účasť na hodinách (25 bodov). Seminárne práce (50 bodov). Organizácia atletického podujatia (25 bodov). Celková záťaž študenta: 75 hodín (prednášky a cvičenia 26 hodín + organizácia atletického podujatia 10 hodín + samoštúdium 25 hodín seminárna práca 14 hodiny) Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 70 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % . Záverečné hodnotenie: PH	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent pozná štruktúru športového výkonu a racionálnu techniku atletických disciplín;</li><li>• ovláda metódy a prostriedky rozvoja pohybových schopností;</li><li>• disponuje vyššou úrovňou techniky v atletických disciplínach;</li><li>• ovláda pravidlá a organizáciu súťaží.</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• zdokonaľovanie pohybovej činnosti v štafetovom behu;</li><li>• zdokonaľovanie pohybovej činnosti v prekážkovom behu;</li><li>• zdokonaľovanie pohybovej činnosti v skoku do výšky;</li><li>• zdokonaľovanie pohybovej činnosti v skoku do diaľky;</li><li>• zdokonaľovanie pohybovej činnosti vo vrhu guľou;</li><li>• zdokonaľovanie pohybovej činnosti v hode granátom;</li><li>• štruktúra športového výkonu v atletike a v behoch na krátke vzdialenosti;</li><li>• štruktúra športového výkonu v štafetovom a prekážkovom behu;</li><li>• štruktúra športového výkonu v behoch na stredné, dlhé vzdialenosti a v atletickej chôdzi; štruktúra športového výkonu atletických skokoch. štruktúra športového výkonu v atletickom vrhu a hodoch.</li><li>• racionálna technika v behoch na krátke a dlhé vzdialenosti, atletickej chôdze, prekážkového a štafetového behu;</li><li>• racionálna technika v skokoch, vrhu a hodoch;</li><li>• organizácia atletického podujatia;</li></ul>	

- metódy a prostriedky na rozvoj pohybových schopností I.;
- metódy a prostriedky na rozvoj pohybových schopností II.

### **Odporúčaná literatúra:**

Odporúčaná literatúra:

ČILLÍK, I. a kol. 2013. Teória a didaktiky atletiky. (Vysokoškolská učebnica) - Banská Bystrica : UMB, 2013. 236 s.

ČILLÍK, I. a kol. 2020. Atletika. Banská Bystrica: Slovenský atletický zväz. 247 s. ISBN 978-80-8141-247-9.

ČAS. 2021. Atletika pro děti . ČAS : Praha. Dostupné na: <https://www.atletikaprodeti.cz/o-projektu/>

ČECHVALA, Jozef a kol. 1971. Metodika ľahkej atletiky. Bratislava : SPN, 225 str.

ČILLÍK, I. - ROŠKOVÁ, M. 2003. Základy atletiky. Banská Bystrica : FHV UMB, 148 str.

JANDAČKA D. 2012. Základy biomechaniky tělesných cvičení. ISBN 978-80-905054-1-4

Dostupné na: <https://www.fsps.muni.cz/emuni/data/reader/book-1/Impresum.html>

KUCHEN, A. a kol. 1987. Teória a didaktika atletiky. Bratislava : SPN, 384 str.

HANDBOOK. 2021. Pravidlá atletiky IAAF. Bratislava : SAZ 2021. s. 89.

DOSTÁL, E. 1983. Didaktika školní atletiky. Praha : KU Praha, 184 str.

CHOUTKOVÁ, B. 1964. Metodika nácviku techniky ľahkoatletických disciplín. Praha : KU Praha, 148 str.

KAMPMILLER, T. a kol. 1969. Teória a didaktika atletiky I. Bratislava : FTVŠ UK, 164 str., ISBN 80-223-1099-9

KAMPMILLER, T. a kol. 2000. Teória a didaktika atletiky II. FTVŠ UK Bratislava, 96 str., ISBN 80-223-1413-7

KNĚNICKÝ, A. a kol. 1974. Technika ľahkoatletických disciplín. SPN Bratislava

KUCHEN, A. a kol. 1968. Tréning ľahkoatletických disciplín. FTVŠ UK, SPN Bratislava, 232 str.

KUCHEN, A. 1954. Názorná metodika základov ľahkej atletiky. Osveta, Martin. 120 str.

RUSINA, B. a kol 1974. Technika ľahkoatletických disciplín vrhy a hody. FTVŠ UK Bratislava, 72 str.

RUSINA, B. 1970. Technológia ľahkej atletiky. FTVŠ UK Bratislava. 132 str.

SAZ. 2021. Detská atletika. SAZ : Bratislava. Dostupné na: <https://www.detskaatletika.sk/>

SEBERA, M., ZAORAL, P. 2007. Metodika výuky atletických disciplín pro učitele základních škol. <https://is.muni.cz/elportal/estud/fsps/ps07/atletika/index.html>

ŠIMONEK, J. a kol. 1996. Teória a didaktika atletiky. UKF Nitra 1996, 113s. ISBN

80-8050-103-3 ŠIMONEK, J. – VARGA, I. - KOŠTAL, J. 1974. Technika ľahkoatletických disciplín skoky. FTVŠ UK Bratislava, 80 str.

### **Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

### **Poznámky:**

Na kurz sa môžu zapísať iba študenti, ktorí aktívne vykonávajú/vykonávali atletiku alebo sú registrovaní v SAZ.

K získaniu trénerskej licencie z atletiky 3. stupňa musí mať študent absolvované: 1) špecializácie 1.-4. 2) záverečnú prácu z atletiky (Bc alebo Mgr). 3) musí byť aktívnym a registrovaným členom SAZ. 4) mať rozhodcovskú triedu z atletiky. 5) potvrdenú absolvovanú prax 13 hod. (6x hospitácie a 7x vedenie atletického tréningu v klube alebo, škole, oddiely). 6) ukončené vysokoškolské vzdelanie min. prvého stupňa.

<b>Hodnotenie predmetov</b>					
Celkový počet hodnotených študentov: 18					
A	B	C	D	E	FX
61.11	0.0	16.67	0.0	0.0	22.22
<b>Vyučujúci:</b> doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD.,					
<b>Dátum poslednej zmeny:</b> 18.11.2021					
<b>Schválil :</b> Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.					

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV26/22	<b>Názov predmetu:</b> Špecializácia - Atletika 3.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Prednáška / Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 1 / 1 <b>Za obdobie štúdia:</b> 13 / 13 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 4.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Aktívna účasť na hodinách (25 bodov). Seminárne práce (50 bodov). Organizácia atletického podujatia (25 bodov). Celková záťaž študenta: 75 hodín (prednášky a cvičenia 26 hodín + organizácia atletického podujatia 10 hodín + samoštúdium 25 hodín + seminárna práca 14 hodín) Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 70 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % . Záverečné hodnotenie: PH	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• študent ovláda teóriu adaptácie, zásady riadenia tréningového procesu, východiská tvorby a periodizácie tréningového zaťaženia;</li><li>• pozná ciele, úlohy a osobitosti tréningového procesu mládeže a dievčat;</li><li>• ovláda testy a postupy diagnostikovania pohybových schopností v atletike.</li></ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• cieľ a úlohy atletického tréningu mládeže;</li><li>• teória adaptácie;</li><li>• riadenie atletického tréningu a periodizácie atletického tréningu;</li><li>• zložky a etapy atletického tréningu;</li><li>• tréningové zaťaženie;</li><li>• osobnosti atletického tréningu mládeže a dievčat;</li><li>• testovanie rýchlostných schopností;</li><li>• testovanie rýchlostno–silových schopností;</li><li>• testovanie silových schopností;</li><li>• testovanie vytrvalostných schopností;</li><li>• testovanie koordinačných schopností;</li><li>• testovanie pohyblivosti;</li><li>• organizácia atletického podujatia.</li></ul>	
<b>Odporúčaná literatúra:</b>	

ČILLÍK, I. a kol. 2013. Teória a didaktiky atletiky. (Vysokoškolská učebnica) - Banská Bystrica : UMB, 2013. 236 s.

ČILLÍK, I. a kol. 2020. Atletika. Banská Bystrica: Slovenský atletický zväz. 247 s. ISBN 978-80-8141-247-9.

ČAS. 2021. Atletika pro děti . ČAS : Praha. Dostupné na: <https://www.atletikaprodeti.cz/o-projektu/>

ČECHVALA, Jozef a kol. 1971. Metodika ľahkej atletiky. Bratislava : SPN, 225 str.

ČILLÍK, I. - ROŠKOVÁ, M. 2003. Základy atletiky. Banská Bystrica : FHV UMB, 148 str.

JANDAČKA D. 2012. Základy biomechaniky tělesných cvičení. ISBN 978-80-905054-1-4 Dostupné na: <https://www.fsps.muni.cz/emuni/data/reader/book-1/Impresum.html>

KUCHEN, A. a kol. 1987. Teória a didaktika atletiky. Bratislava : SPN, 384 str.

HANDBOOK. 2021. Pravidlá atletiky IAAF. Bratislava : SAZ 2021. s. 89.

DOSTÁL, E. 1983. Didaktika školní atletiky. Praha : KU Praha, 184 str.

CHOUTKOVÁ, B. 1964. Metodika nácviku techniky ľahkoatletických disciplín. Praha : KU Praha, 148 str.

KAMPMILLER, T. a kol. 1969. Teória a didaktika atletiky I. Bratislava : FTVŠ UK, 164 str., ISBN 80-223-1099-9

KAMPMILLER, T. a kol. 2000. Teória a didaktika atletiky II. FTVŠ UK Bratislava, 96 str., ISBN 80-223-1413-7

KNĚNICKÝ, A. a kol. 1974. Technika ľahkoatletických disciplín. SPN Bratislava

KUCHEN, A. a kol. 1968. Tréning ľahkoatletických disciplín. FTVŠ UK, SPN Bratislava, 232 str.

KUCHEN, A. 1954. Názorná metodika základov ľahkej atletiky. Osveta, Martin. 120 str.

RUSINA, B. a kol 1974. Technika ľahkoatletických disciplín vrhy a hody. FTVŠ UK Bratislava, 72 str.

RUSINA, B. 1970. Technológia ľahkej atletiky. FTVŠ UK Bratislava. 132 str.

SAZ. 2021. Detská atletika. SAZ : Bratislava. Dostupné na: <https://www.detskaatletika.sk/>

SEBERA, M., ZAORAL, P. 2007. Metodika výuky atletických disciplín pro učitele základních škol. <https://is.muni.cz/elportal/estud/fsps/ps07/atletika/index.html>

ŠIMONEK, J. a kol. 1996. Teória a didaktika atletiky. UKF Nitra 1996, 113s. ISBN 80-8050-103-3

ŠIMONEK, J. – VARGA, I. - KOŠTAL, J. 1974. Technika ľahkoatletických disciplín skoky. FTVŠ UK Bratislava, 80 str.

**Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**  
slovenský

**Poznámky:**

Na kurz sa môžu zapísať iba študenti, ktorí aktívne vykonávajú/vykonávali atletiku alebo sú registrovaní v SAZ.

K získaniu trénerskej licencie z atletiky 3. stupňa musí mať študent absolvované: 1) špecializácie 1.-4. 2) záverečnú prácu z atletiky (Bc alebo Mgr). 3) musí byť aktívnym a registrovaným členom SAZ. 4) mať rozhodcovskú triedu z atletiky. 5) potvrdenú absolvovanú prax 13 hod. (6x hospitácie a 7x vedenie atletického tréningu v klube alebo, škole, oddiely). 6) ukončené vysokoškolské vzdelanie min. prvého stupňa.

**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 18

A	B	C	D	E	FX
61.11	0.0	16.67	0.0	0.0	22.22

**Vyučujúci:** doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 18.11.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV27/22	<b>Názov predmetu:</b> Špecializácia - Atletika 4.
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Prednáška / Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 1 / 1 <b>Za obdobie štúdia:</b> 13 / 13 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 4	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 5.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Aktívna účasť na hodinách (25 bodov). Hospitácie a vedenie častí atletických tréningov (25 bodov). Ústna skúška (25 bodov). Záverečná práca z atletiky (25 bodov). Celková záťaž študenta: 100 hodín (prednášky a cvičenia 26 hodín + samoštúdium 24 hodín + hospitácie a vedenie častí atletických tréningov 26 hodín + záverečná práca a skúška 24 hodín) Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 70 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % . Záverečné hodnotenie: S - ústna skúška	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• študent pozná teoretické a didaktické základy atletiky;</li> <li>• ovláda metodologické základy atletického výskumu a spracovania záverečných práce;</li> <li>• disponuje vyššou úrovňou techniky v zložitých atletických disciplínach;</li> <li>• samostatne spracuje prípravu na tréningovú jednotku, zvolí tréningovú metódu a organizačné formy;</li> <li>• na základe poznatkov prispôsobí existujúce formy a prostriedky konkrétnemu cieľu a úlohe tréningovej jednotky;</li> <li>• aplikuje naučené poznatky do športovej prípravy v atletike.</li> </ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• atletika na základných a stredných školách;</li> <li>• postavenie atletiky v osnovách školskej TV;</li> <li>• náplň atletického krúžku na škole;</li> <li>• základné formy vyučovania procesu v atletike;</li> <li>• modernizácia výchovno-vzdelávacieho procesu v atletike;</li> <li>• metodologické základy výskumu v atletike;</li> <li>• projekt výskumu, osnova správy z výskumu sledovania;</li> <li>• výsledky výskumu, ich interpretácia, atletická literatúra;</li> <li>• hospitácie a vedenie tréningu v útvaroch talentovanej mládeže (UTM);</li> <li>• pedagogické výstupy študentov a zdokonaľovanie pohybovej činnosti;</li> </ul>	

- didaktika atletických disciplín;
- rozvoj pohybových schopností v podmienkach UTM a mimoškolskej atletike;
- zdokonaľovanie pohybovej činnosti v zložitých atletických disciplínach: hod diskom; skok o žrdi; hod oštepom; hod kladivom.

#### **Odporúčaná literatúra:**

ČILLÍK, I. a kol. 2013. Teória a didaktiky atletiky. (Vysokoškolská učebnica) - Banská Bystrica : UMB, 2013. 236 s.

ČILLÍK, I. a kol. 2020. Atletika. Banská Bystrica: Slovenský atletický zväz. 247 s. ISBN 978-80-8141-247-9.

ČAS. 2021. Atletika pro děti . ČAS : Praha. Dostupné na: <https://www.atletikaprodeti.cz/o-projektu/>

ČECHVALA, Jozef a kol. 1971. Metodika ľahkej atletiky. Bratislava : SPN, 225 str.

ČILLÍK, I. - ROŠKOVÁ, M. 2003. Základy atletiky. Banská Bystrica : FHV UMB, 148 str.

JANDAČKA D. 2012. Základy biomechaniky tělesných cvičení. ISBN 978-80-905054-1-4 Dostupné na: <https://www.fsps.muni.cz/emuni/data/reader/book-1/Impresum.html>

KUCHEN, A. a kol. 1987. Teória a didaktika atletiky. Bratislava : SPN, 384 str.

HANDBOOK. 2021. Pravidlá atletiky IAAF. Bratislava : SAZ 2021. s. 89.

DOSTÁL, E. 1983. Didaktika školní atletiky. Praha : KU Praha, 184 str.

CHOUTKOVÁ, B. 1964. Metodika nácviiku techniky ľahkoatletických disciplín. Praha : KU Praha, 148 str.

KAMPMILLER, T. a kol. 1969. Teória a didaktika atletiky I. Bratislava : FTVŠ UK, 164 str., ISBN 80-223-1099-9

KAMPMILLER, T. a kol. 2000. Teória a didaktika atletiky II. FTVŠ UK Bratislava, 96 str., ISBN 80-223-1413-7

KNĚNICKÝ, A. a kol. 1974. Technika ľahkoatletických disciplín. SPN Bratislava

KUCHEN, A. a kol. 1968. Tréning ľahkoatletických disciplín. FTVŠ UK, SPN Bratislava, 232 str. KUCHEN, A. 1954. Názorná metodika základov ľahkej atletiky. Osveta, Martin. 120 str.

RUSINA, B. a kol 1974. Technika ľahkoatletických disciplín vrhy a hody. FTVŠ UK Bratislava, 72 str.

RUSINA, B. 1970. Technológia ľahkej atletiky. FTVŠ UK Bratislava. 132 str.

SAZ. 2021. Detská atletika. SAZ : Bratislava. Dostupné na: <https://www.detskaatletika.sk/>

SEBERA, M., ZAORAL, P. 2007. Metodika výuky atletických disciplín pro učitele základních škol. <https://is.muni.cz/elportal/estud/fsps/ps07/atletika/index.html>

ŠIMONEK, J. a kol. 1996. Teória a didaktika atletiky. UKF Nitra 1996, 113s. ISBN

80-8050-103-3 ŠIMONEK, J. – VARGA, I. - KOŠTAL, J. 1974. Technika ľahkoatletických disciplín skoky. FTVŠ UK Bratislava, 80 str.

#### **Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

#### **Poznámky:**

Na kurz sa môžu zapísať iba študenti, ktorí aktívne vykonávajú/vykonávali atletiku alebo sú registrovaní v SAZ.

K získaniu trénerskej licencie z atletiky 3. stupňa musí mať študent absolvované: 1) špecializácie 1.-4. 2) záverečnú prácu z atletiky (Bc alebo Mgr). 3) musí byť aktívnym a registrovaným členom SAZ. 4) mať rozhodcovskú triedu z atletiky. 5) potvrdenú absolvovanú prax 13 hod. (6x hospitácie a 7x vedenie atletického tréningu v klube alebo, škole, oddiely). 6) ukončené vysokoškolské vzdelanie min. prvého stupňa.



<b>Hodnotenie predmetov</b>					
Celkový počet hodnotených študentov: 1					
A	B	C	D	E	FX
100.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
<b>Vyučujúci:</b> doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., doc. PaedDr. Jaroslav Broďáni, PhD., Mgr. Matúš Krčmár, PhD.,					
<b>Dátum poslednej zmeny:</b> 18.11.2021					
<b>Schválil :</b> Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.					

## INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

<b>Vysoká škola:</b> Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre	
<b>Fakulta:</b> Pedagogická fakulta	
<b>Kód predmetu:</b> KTVS/bTV10/22	<b>Názov predmetu:</b> Športová gymnastika
<b>Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností:</b> <b>Forma výučby:</b> Cvičenie <b>Odporúčaný rozsah výučby ( v hodinách ):</b> <b>Týždenný:</b> 2 <b>Za obdobie štúdia:</b> 26 <b>Metóda štúdia:</b> prezenčná	
<b>Počet kreditov:</b> 3	
<b>Odporúčaný semester/trimester štúdia:</b> 4.	
<b>Stupeň štúdia:</b> I.	
<b>Podmieňujúce predmety:</b>	
<b>Podmienky na absolvovanie predmetu:</b> Celková záťaž študenta: 90 hodín Cvičenia 26 hodín. Príprava na hodiny 13 hodín. Príprava zadaní a ich vypracovanie 20 hodín. Príprava na kreditové požiadavky 30 hodín. Absolvovanie kreditových požiadaviek 1 hodina. Podmienky: Aktívna účasť na cvičeniach. V priebehu semestra vypracuje študent úlohy podľa zadania vyučujúceho (30 bodov); v rámci cvičení realizuje študent praktické aktivity (70 bodov). Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý získa v celkovom bodovom hodnotení menej ako 70 bodov. Hodnotenie: A =100 % - 95%, B = 94 % - 90 %, C = 89 % - 85 %, D = 84 % -80 %, E = 79 % - 70 %, FX = 69 % - 0 % .	
<b>Výsledky vzdelávania:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• študent nadobúda zručnosti z oblasti nárad'ovej gymnastiky;</li> <li>• študent dokáže terminologicky správne pomenovať, popísať jednotlivé cvičebné tvary a väzby v akrobacii, na kladine, cvičení na hrazde (dosažná, doskočná), kruhoch a preskoku;</li> <li>• študent je schopný preukázať poznatky z organizácie, bezpečnosti, poskytnutia dopomoci, záchrany;</li> <li>• vie ohodnotiť techniku a estetické predvedenie vykonaného gymnastického cvičenia, postrehnúť a posúdiť chyby v predvedení, rozsahu pohybov, svalovom napätí, vie posúdiť reálne svoju individuálnu pohybovú úroveň;</li> <li>• študent dokáže samostatne riešiť problémové zadania a argumentuje výsledky svojej analýzy;</li> <li>• študent je schopný predviesť zostavu z akrobacie, na hrazde, kladine, kruhoch a preskoky cez koňa individuálne podľa stanovených požiadaviek (pravidiel).</li> </ul>	
<b>Stručná osnova predmetu:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• akrobacia: kotúl vzad do vzporu stojmo, kotúl vzad do stojky, premet bokom s polobratom, premet vpred, väzby: kotúle vpred a vzad, stojka na rukách do kotúľu vpred, premetry bokom viazane;</li> <li>• osvojovanie si vedomostí z analýzy jednotlivých cvičebných tvarov a väzieb za účelom zlepšenia techniky cvičenia (využívanie videí – prepájanie vedomostí s biomechanikou pohybu);</li> </ul>	

- preskok: skrčka, roznožka so zášvihom cez koňa;
- osvojovanie si vedomostí z motivácie a nácvik odbúrania strachu (prepájanie vedomostí z psychológie);
- kladina: kotúle vpred a vzad, zoskok rondatom;
- hrazda: výmyk ťahom, toč vzad vo vzpore, toč jazdmo, toč vzad závesom v podkolení, zoskok podmetkou, vzoprenie závesom v podkolení, vzoprenie sklopmo;
- kruhy: vis vznesmo, vis strmhlav, kmihanie, húpanie, húpanie s obratmi, zhyb z predkmihu;
- plnenie kreditových požiadaviek – zostavy na jednotlivých náradiach podľa stanovených pravidiel.

#### **Odporúčaná literatúra:**

Kurz pre dištančnú formu vyučovania: <https://edu.ukf.sk/>

GREXA, J. a M. STRACHOVÁ, 2011. Dějiny sportu. Brno: Masarykova univerzita Brno.

JARKOVSKÁ, H. a M. JARKOVSKÁ, 2016. Posilování s vlastním tělem. Praha: Grada Publishing.

JEBAVÝ, R. a P. DOUBRAVSKÝ, 2011. Posilování s medicínabaly. Praha: Grada Publishing.

JORDAN, A. a I. GRAEBER, 2007. Cvičení ve dvou. Praha: Grada Publishing.

KRIŠTOFIČ, J., 2004. Gymnastická příprava sportovce - 238 cvičení pro všestranný rozvoj pohybových dovedností. Praha: Grada Publishing.

SKOPOVÁ, M., ZÍTKO, M. a kol., 2013. Základní gymnastika. Praha: UK v Praze.

STREŠKOVÁ, E., 2009. Športová gymnastika. Bratislava: FTVŠ UK.

Štátny vzdelávací program ISCED 2,

Štátny vzdelávací program ISCED 3

#### **Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**

slovenský

#### **Poznámky:**

#### **Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 165

A	B	C	D	E	FX
6.06	18.79	17.58	18.18	12.12	27.27

**Vyučujúci:** Mgr. Natália Czaková, PhD., Mgr. Lenka Divinec, PhD., doc. PaedDr. Janka Kanásová, PhD.,

**Dátum poslednej zmeny:** 18.11.2021

**Schválil :** Predmet nie je zaradený k schálenému študijnému programu.