

OBSAH

1. AJ v športe a rekreácii I.....	3
2. AJ v športe a rekreácii II.....	5
3. AJ v športe a rekreácii III.....	7
4. AJ v športe a rekreácii IV.....	9
5. Anatómia človeka I.....	11
6. Anatómia človeka II.....	13
7. Angličtina pre začiatočníkov 1.....	15
8. Angličtina pre začiatočníkov 2.....	17
9. Antropomotorika.....	19
10. Bakalárska práca a jej obhajoba.....	21
11. Biomechanika.....	23
12. Body workout.....	25
13. Cvičenie pri mori.....	27
14. Didaktika basketbalu.....	29
15. Didaktika florbalu.....	31
16. Didaktika plávania I.....	33
17. Didaktika plávania II.....	35
18. Didaktika rekreačného športu.....	37
19. Didaktika stolného tenisu a bedmintonu.....	40
20. Didaktika sálového futbalu.....	42
21. Didaktika tenisu.....	44
22. Didaktika volejbalu.....	46
23. Environmentálna výchova.....	48
24. Fitness-špecializácia I.....	50
25. Fitness-špecializácia II.....	52
26. Fyziológia a fyziológia telesných cvičení.....	54
27. Geografia cestovného ruchu a rekreácie.....	57
28. História telesnej kultúry a športu.....	59
29. Hospitácie v rekreačných službách.....	61
30. Informačno-komunikačné technológie -prezenčne.....	63
31. Klasická a športová masáž.....	65
32. Kondičná gymnastika.....	67
33. Kondičná príprava športovcov.....	69
34. Kultúrno-umelecká animácia.....	71
35. Kurz prežitia-survival.....	73
36. Letné outdoorové aktivity.....	75
37. Manažment a marketing v ŠaR I.....	77
38. Manažment a marketing v ŠaR II.....	79
39. Manažment životného štýlu.....	81
40. Netradičné športy 1.....	83
41. Netradičné športy 2.....	85
42. Odborná prax.....	87
43. Pedagogika a pedagogika voľného času.....	89
44. Pilates.....	91
45. Pohybový aparát a zdravie.....	93
46. Psychológia a psychológia zdravia.....	95
47. Psychológia a sociológia športu.....	97
48. Psychomotorika 1.....	100

49. Psychomotorika 2.....	102
50. Regenerácia v športe a rekreácii.....	104
51. Ruský jazyk pre nefilológov 1.....	106
52. Ruský jazyk pre nefilológov 2.....	108
53. SM Systém 1.....	110
54. SM Systém 2.....	112
55. Seminár k záverečnej práci.....	114
56. Slovenčina pre zahraničných študentov UPJŠ 1.....	116
57. Slovenčina pre zahraničných študentov UPJŠ 2.....	118
58. Spoločensko-zábavná animácia.....	120
59. Terminológia telesných cvičení.....	122
60. Teória a didaktika športového tréningu.....	124
61. Tvorba pohybových programov I.....	127
62. Tvorba pohybových programov II.....	129
63. Výživa a zdravie.....	131
64. Zimné outdoorové aktivity.....	133
65. Základy anglickej terminológie pohybových programov.....	135
66. Základy atletiky.....	137
67. Základy gymnastických športov.....	139
68. Základy kineziológie.....	141
69. Základy prvej pomoci.....	144
70. Základy šachu.....	146
71. Záverečná práca.....	148
72. Úvod do športu a rekreácie.....	150
73. Šport a rekreácia - kolokviálna skúška.....	152
74. Športové lezenie 1.....	154
75. Športové lezenie 2.....	156

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: CJP/AJŠR1/11	Názov predmetu: AJ v športe a rekreácii I.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Aktívna účasť na seminári (max 2 absencie), plnenie zadaní v stanovených termínoch. Študent je povinný mať študijné materiály pripravené v papierovej forme na každý seminár. Za absenciu sa považuje: neospravedlnená neúčasť na seminári, chýbajúci študijný materiál Priebežné hodnotenie: 2 testy: 6/7 týždeň a 12/13 týždeň, bez možnosti opravy. Powerpoint prezentácia na tému zo študijného odboru/predmetu. Záverečné hodnotenie: priemer získaných hodnotení za testy a zadania a splnené ostatné podmienky predmetu. Stupnica hodnotenia: A 93-100 %, B 85-92 %, C 77-84 %, D 69-76 %, E 60-68 %, FX 59% a menej. Študentom budú informácie zasielané na študentský email, aktuálne informácie získajú v MS Teams a na nástenke predmetu v Aise.	
Výsledky vzdelávania: Upevnenie jazykových zručností študentov (hovorenie, písanie, čítanie a počúvanie s porozumením), zvýšenie jazykovej kompetencie študentov - študenti sa naučia správnu výslovnosť, novú slovnú zásobu, slovné spojenia a výrazy, vybrané gramatické javy a štruktúry na úrovni A1/A2 podľa SERR so zameraním na jazyk a terminológiu študijného odboru Šport a rekreácia.	
Stručná osnova predmetu: Šport/ športové aktivity a benefity. Športovci a športoviská Olympijské hry, história Cestovanie a dobrodružné aktivity Ľudské telo a časti tela Vybrané otázky anglickej výslovnosti, špecifiká slovnej zásoby odbornej angličtiny. Vybrané gramatické javy (infinitív, gerundium, imperatív, modálne slovesá, otázky a i.) Vybrané funkcie jazyka (klasifikovanie a definovanie).	
Odporúčaná literatúra: Evans V., Dooley J., Graham A.,: Sports, Express Publishing, 2012 Vince, Michael: Macmillan English Grammar in Context. Macmillan: 2008 www.perfect-english-grammar.com www.linguahouse.com	

www.esllibrary.com/discover www.bbc.learningenglish.com www.insideout.net					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Anglický jazyk na úrovni A1 podľa SERR.					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 463					
A	B	C	D	E	FX
13.61	21.81	22.25	17.93	16.41	7.99
Vyučujúci: Mgr. Lenka Klimčáková					
Dátum poslednej zmeny: 06.09.2022					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: CJP/AJŠR2/11	Názov predmetu: AJ v športe a rekreácii II.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: CJP/AJŠR1/11	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Aktívna účasť na seminári (max 2 absencie), plnenie zadaní v stanovených termínoch. Za absenciu sa považuje: neospravedlnená neúčasť na seminári, chýbajúci študijný materiál Priebežné hodnotenie: 2 testy: 6/7 týždeň a 12/13 týždeň, bez možnosti opravy. Powerpoint prezentácia na tému zo študijného odboru/predmetu. Záverečné hodnotenie: priemer získaných hodnotení za testy, absolvovaná prezentácia, a splnené ostatné podmienky predmetu. Stupnica hodnotenia: A 93-100 %, B 85-92 %, C 77-84 %, D 69-76 %, E 60-68 %, FX 59% a menej. Študentom budú informácie zasielané na študentský email, aktuálne informácie získajú v MS Teams a na nástenke predmetu v Aise.	
Výsledky vzdelávania: Upevnenie jazykových zručností študentov (hovorenie, písanie, čítanie a počúvanie s porozumením), zvýšenie jazykovej kompetencie študentov - študenti sa naučia správnu výslovnosť, novú slovnú zásobu, slovné spojenia a výrazy, vybrané gramatické javy a štruktúry na úrovni A2 podľa SERR so zameraním na jazyk a terminológiu študijného odboru Šport a rekreácia.	
Stručná osnova predmetu: Futbal a svetový pohár Benefity športu Extrémne, adrenalínové a nezvyčajné športy Bezpečnosť pri športe, zranenia a choroby Svetové rekordy Cestovanie Vybrané otázky anglickej výslovnosti a vybrané gramatické javy - precvičovanie základných gramatických časov, negácií a otázok, stupňovanie prídl. mien a prísloviek, predložkové spojenia, frázové slovesá. Vybrané funkcie jazyka (klasifikovanie a definovanie).	
Odporúčaná literatúra: Evans V., Dooley J., Graham A.,: Sports, Express Publishing, 2012 Murphy, R.: English Grammar in Use. Cambridge University Press, 1994 Vince, Michael: Macmillan English Grammar in Context. Macmillan: 2008 esllibrary.com	

linguahouse.com www.insideout.net					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Anglický jazyk na úrovni A2 podľa SERR.					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 368					
A	B	C	D	E	FX
18.21	27.17	18.75	12.5	17.66	5.71
Vyučujúci: Mgr. Lenka Klimčáková					
Dátum poslednej zmeny: 01.02.2023					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: CJP/AJŠR3/12	Názov predmetu: AJ v športe a rekreácii III.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: CJP/AJŠR2/11	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Aktívna účasť na seminári (max 2 absencie), plnenie zadaní v stanovených termínoch. Priebežné hodnotenie: 2 testy: 6/7 týždeň a 12/13 týždeň, bez možnosti opravy. Powerpoint prezentácia na tému zo študijného odboru/predmetu. Záverečné hodnotenie: priemer získaných hodnotení za testy a zadania. Stupnica hodnotenia: A 93-100 %, B 85-92 %, C 77-84 %, D 69-76 %, E 60-68 %, FX 59% a menej.	
Výsledky vzdelávania: Upevnenie jazykových zručností študentov - hovorenie, písanie, čítanie a počúvanie s porozumením, zvýšenie jazykovej kompetencie študentov - študenti si osvoja vybrané fonologické, lexikálne a syntaktické vedomosti, rozvoj pragmatickej kompetencie študentov - študenti dokážu efektívne využívať jazyk na dosiahnutie konkrétneho účelu, na úrovni B1 podľa SERR so zameraním na odborný jazyk a terminológiu študijného odboru Šport a Rekreácia.	
Stručná osnova predmetu: Olympijské hry Šport a jeho benefity Netradičné športy, Surfovanie Zdravie a životný štýl Ľudské telo a športové zranenia Športoviská a ich vybavenie Vybrané otázky anglickej výslovnosti, špecifiká slovnej zásoby odbornej angličtiny. Vybrané funkcie jazyka (klasifikovanie a definovanie). Vybrané gramatické javy (časy, trpný rod, predložkové spojenia, frázové slovesá, ustálené slovné spojenia).	
Odporúčaná literatúra: Murphy, R.: English Grammar in Use. Cambridge University Press, 1994 Evans V., Dooley J., Graham A.: Sports, Express Publishing, 2012 esllibrary.com linguahouse.com bbc.learningenglish.com ted.com/talks www.insideout.net	

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Anglický jazyk na úrovni B1 podľa SERR.					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 189					
A	B	C	D	E	FX
22.22	19.05	19.05	19.05	16.93	3.7
Vyučujúci: Mgr. Lenka Klimčáková					
Dátum poslednej zmeny: 10.03.2022					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: CJP/AJŠR4/12	Názov predmetu: AJ v športe a rekreácii IV.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: CJP/AJŠR3/12	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Aktívna účasť na seminári (max 2 absencie), plnenie zadaní v stanovených termínoch. Priebežné hodnotenie: 2 testy: 6/7 týždeň a 12/13 týždeň, bez možnosti opravy. Powerpoint prezentácia na tému zo študijného odboru/predmetu. Záverečné hodnotenie: priemer získaných hodnotení za testy a zadania. Skúška = test. Stupnica hodnotenia: A 93-100 %, B 85-92 %, C 77-84 %, D 69-76 %, E 60-68 %, FX 59% a menej.	
Výsledky vzdelávania: Upevnenie jazykových zručností študentov - hovorenie, písanie, čítanie a počúvanie s porozumením, zvýšenie jazykovej kompetencie študentov - študenti si osvoja vybrané fonologické, lexikálne a syntaktické vedomosti, rozvoj pragmatickej kompetencie študentov - študenti dokážu efektívne využívať jazyk na dosiahnutie konkrétneho účelu, na úrovni B1 podľa SERR so zameraním na odborný jazyk a terminológiu študijného odboru Šport a Rekreácia.	
Stručná osnova predmetu: Zdravie a životný štýl Zranenia a úrazy Športové vybavenie Olympijské hry, doping Netradičné, extrémne športy Cestovanie a dobrodružné aktivity Prezentačné zručnosti: jazykové prostriedky potrebné pre efektívnu odbornú prezentáciu, štruktúra prezentácie a i. Vybrané gramatické javy (podmienkové vety, predložkové spojenia, fráza "used to", vzťažné vety, neurčitok vs. gerundium). Vybrané funkcie jazyka (vyjadrenie názoru, argumentovanie).	
Odporúčaná literatúra: Evans V., Dooley J., Graham A.,: Sports, Express Publishing, 2012 McCarthy, ODell: English Vocabulary in Use, CUP 1994 Murphy R.: English Grammar in Use, CUP, 2004 linguahouse.com esllibrary.com	

www.insideout.com www.isllibrary.com					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Anglický jazyk na úrovni B1 podľa SERR					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 153					
A	B	C	D	E	FX
26.8	28.1	16.34	12.42	13.73	2.61
Vyučujúci: Mgr. Lenka Klimčáková					
Dátum poslednej zmeny: 10.03.2022					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ANČa/13	Názov predmetu: Anatómia človeka I.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 1 Za obdobie štúdia: 14 / 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 4	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Priebežne hodnotenie a skúška Priebežné hodnotenie: 2x písomný test , úspešné absolvovanie pri dosiahnutí minimálne 50%, (100 bodov) je podmienkou pre absolvovanie ústnej skúšky študent má možnosť len jedného opravného termínu Záverečné hodnotenie: Ústna skúška	
Výsledky vzdelávania: Študent má základné vedomosti o stavbe ľudského tela v rozsahu potrebnom pre pochopenie ďalších teoretických a praktických disciplín, chápe štruktúru funkčne so zdôraznením pohlavných a vekových zvláštností.	
Stručná osnova predmetu: 1. Anatómia –rozdelenie, názvoslovie anatomické roviny a smery S Kostra - všeobecná osteológia- vývoj a rast kostí, spojenia kostí 2. Kostra trupu a spojenia- chrbtica, hrudník S Bunka, tkanivá 3. Kostí a spojenia hornej končatiny (2x) S Kostra trupu 4. Kostí a spojenia dolnej končatiny (2x) S Kostra lebky 5. Svalová sústava - všeobecná myológia- stavba a funkcia svalov S Test kostra a spojenia 6. Svaly hlavy a krku 7. Svaly trupu- svaly hrudníka 8. Svaly brucha 9. Svaly chrbta (2x) 10. Svaly hornej končatiny 11. Svaly dolnej končatiny S Test svaly	
Odporúčaná literatúra: 1. Bínovský, A. (1999): Systematická a funkčná športanatómia (pre vzdelávanie trénerov).	

Bratislava: PEEM. 2. Bínovský, A. a kol. (1998). Anatómia I. UK Bratislava. 3. Bínovský, A. a kol. (2011). Anatómia pre športovcov. UK Bratislava. 4. Fleischmann, J. & Linc, R. (1992). Anatómia človeka I. diel. Praha: SPN. 5. Dylevský, I (2000). Somatológia. Martin: Osveta. 6. Dylevský, I. - Druga, R. & Mrázková, O. (2001). Funkční anatomie člověka. Praha: Grada. 7. Dylevský, I. (2011). Základy funkční anatomie. Poznáni.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 405					
A	B	C	D	E	FX
3.21	15.31	19.01	16.54	20.99	24.94
Vyučujúci: doc. MUDr. Mirianna Brtková, PhD., doc. Ing. Iveta Čimboláková, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ANČb/13	Názov predmetu: Anatómia človeka II.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 1 Za obdobie štúdia: 14 / 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 4	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/ANČa/13	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Priebežné hodnotenie a skúška Priebežné hodnotenie: 2x písomný test , úspešné absolvovanie pri dosiahnutí minimálne 50%, (100 bodov) je podmienkou pre absolvovanie ústnej skúšky Študent má možnosť len jedného opravného termínu Záverečné hodnotenie: Ústna skúška	
Výsledky vzdelávania: Študent má základné vedomosti o stavbe a vzájomnom uložení orgánov ľudského tela v rozsahu potrebnom pre pochopenie ďalších teoretických a praktických disciplín, chápe štruktúru funkčne so zdôraznením pohlavných a vekových zvláštností.	
Stručná osnova predmetu: 1. Stavba, funkcia a rozdelenie nervovej sústavy 2. Centrálna nervová sústava- predný, stredný, zadný mozog, dutiny a obaly NS (3x) 3. Periférna nervová sústava- mozgovomiechové nervy, vegetatívny systém 4. Endokrinná sústava 5. Dýchacia sústava 6. Srdcovocievna sústava –srdce, krv, cievna a lymfatická sústava (2x) 7. Tráviaca sústava 8. Vylučovacia (močovo-pohlavná) sústava 9. Zmysly- zrakové, sluchové, chuťové, čuchové ústrojenstvo 10. Koža, zmyslové ústrojenstvo kože 11. Testy - nervová sústava a zmysly a ostatné sústavy	
Odporúčaná literatúra: 1. Bínovský, A. (1999). Systematická a funkčná športanatómia (pre vzdelávanie trénerov). Bratislava: PEEM. 2. Bínovský, A. a kol. (1998). Anatómia II. UK Bratislava. 3. Fleischmann, J. & Linc, R. (1992). Anatómia človeka II. diel. Praha: SPN. 4. Dylevský, I (2000). Somatológia. Martin: Osveta. 5. Dylevský, I. & Druga, R. & Mrázková, O. (2001). Funkční anatomie člověka. Praha: Grada. 6. Dylevský, I. (2011). Základy funkční anatomie, Poznání.	

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 339					
A	B	C	D	E	FX
3.24	7.08	23.01	19.17	19.17	28.32
Vyučujúci: doc. MUDr. Mirianna Brtková, PhD., doc. Ing. Iveta Cimboláková, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: CJP/AZAC1/15	Názov predmetu: Angličtina pre začiatočníkov 1
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Aktívna účasť na seminári (max 2 absencie), plnenie zadaní v stanovených termínoch. Študent je povinný mať študijné materiály pripravené v papierovej forme na každý seminár. Za absenciu sa považuje: neospravedlnená neúčasť na seminári, chýbajúci študijný materiál Priebežné hodnotenie: 2 testy: 6/7 týždeň a 12/13 týždeň, bez možnosti opravy. Záverečné hodnotenie: priemer získaných hodnotení za testy a zadania a splnené ostatné podmienky predmetu. Stupnica hodnotenia: A 93-100 %, B 85-92 %, C 77-84 %, D 69-76 %, E 60-68 %, FX 59% a menej. Študentom budú informácie zasielané na študentský email, aktuálne informácie získajú v MS Teams a na nástenke predmetu v Aise.	
Výsledky vzdelávania: Upevnenie jazykových zručností študentov (hovorenie, čítanie a počúvanie s porozumením), zvýšenie jazykovej kompetencie študentov (osvojenie si elementárnych fonologických, lexikálnych a syntaktických vedomostí), na úrovni A1 podľa SERR so zameraním na všeobecnú slovnú zásobu a slovnú zásobu študijného odboru Šport a rekreácia.	
Stručná osnova predmetu: Prehľad anglických časov: prítomné a minulé (forma, negácia, otázky) Väzba there is/ there are Modálne sloveso can Predložky Slovosled Vybrané problémy anglickej výslovnosti a slovnej zásoby (voľnočasové aktivity, obľúbené športové aktivity, športové oblečenie a náčinie, športové priestory).	
Odporúčaná literatúra: Murphy, R.: English Grammar in Use. CUP, 1994 Redman, S.: English Vocabulary in Use. Pre-intermediate, intermediate. CUP, 2003 Booth, T.: English for Everyone - Beginner level 2, DK, 2016 www.bbclearningenglish.com www.linguahouse.com www.esllibrary.com	

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Anglický jazyk na úrovni A0/A1 podľa SERR.					
Poznámky: Predmet je určený študentom, ktorí z anglického jazyka nematurovali, alebo ho na strednej škole vôbec nemali, a teda neovládajú základnú gramatiku jazyka, potrebnú pre absolvovanie povinných predmetov v AJ, ktoré ich počas štúdia čakajú.					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 152					
A	B	C	D	E	FX
16.45	15.79	22.37	12.5	19.08	13.82
Vyučujúci: Mgr. Lenka Klimčáková					
Dátum poslednej zmeny: 13.09.2022					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: CJP/AZAC2/15	Názov predmetu: Angličtina pre začiatočníkov 2
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Aktívna účasť na seminári (max 2 absencie), plnenie zadaní v stanovených termínoch. Za absenciu sa považuje: neospravedlnená neúčasť na seminári, chýbajúci študijný materiál Prieběžné hodnotenie: 2 testy: 6/7 týždeň a 12/13 týždeň, bez možnosti opravy. Záverečné hodnotenie: priemer získaných hodnotení za testy a zadania a splnené ostatné podmienky predmetu. Stupnica hodnotenia: A 93-100 %, B 85-92 %, C 77-84 %, D 69-76 %, E 60-68 %, FX 59% a menej. Študentom budú informácie zasielané na študentský email, aktuálne informácie získajú v MS Teams a na nástenke predmetu v Aise.	
Výsledky vzdelávania: Upevnenie jazykových zručností študentov (hovorenie, čítanie a počúvanie s porozumením), zvýšenie jazykovej kompetencie študentov (osvojenie si vybraných fonologických, lexikálnych a syntaktických vedomostí), na úrovni A1 podľa SERR so zameraním na všeobecnú slovnú zásobu a slovnú zásobu študijného odboru Šport a rekreácia.	
Stručná osnova predmetu: Prehľad anglických časov (minulé a budúce): forma, zápor a negácia, otázka Modálne slovesá Predložky Slovosled, otázky Prídavné mená, príslovky Vyjadrovanie schopností, návrhov, rád Ľudské telo, zranenia Športová terminológia Vybrané problémy anglickej výslovnosti a slovnej zásoby (voľnočasové aktivity, obľúbené športové aktivity, športové oblečenie a náčinie, športové priestory, časti ľudského tela, cestovanie a turizmus).	
Odporúčaná literatúra: Murphy, R.: English Grammar in Use. CUP, 1994 Misztal, M: Tests in English. Thematic vocabulary, Fragment, 1998 Redman, S.: English Vocabulary in Use. Pre-intermediate, intermediate. CUP, 2003	

www.bbclearningenglish.com www.linguahouse.com www.esllibrary.com					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Anglický jazyk na úrovni A1 podľa SERR.					
Poznámky: Predmet je určený študentom, ktorí z anglického jazyka nematurovali, alebo ho na strednej škole vôbec nemali, a teda neovládajú základnú gramatiku jazyka, potrebnú pre absolvovanie povinných predmetov v AJ, ktoré ich počas štúdia čakajú.					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 117					
A	B	C	D	E	FX
15.38	24.79	20.51	14.53	14.53	10.26
Vyučujúci: Mgr. Lenka Klimčáková					
Dátum poslednej zmeny: 01.02.2023					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ANT/14	Názov predmetu: Antropomotorika
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 5	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Skúška	
Výsledky vzdelávania: Študent disponuje teoretickými predpokladmi pre riadenie telovýchovného procesu. Pozná teoretické aspekty vývinu motoriky v ontogenéze človeka, špecifiká jednotlivých vývinových etáp. Chápe proces motorického učenia, vie analyzovať jeho zákonitosti a špecifiká, jeho schematizmus (štandardnosť) a tvorivosť (variabilita), jeho prepojenie medzi fyzickou a psychickou zložkou osobnosti, vie posudzovať a merať jeho efektívnosť. Ovláda základy športovej metrológie.	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do antropomotoriky – predmet, štruktúra, miesto antropomotoriky v systéme vied 2. Pohyb a pohybová činnosť vo vývine človeka 3. Genetická podmienenosť motoriky 4. Kondičné pohybové schopnosti 5. Koordinačné pohybové schopnosti 6. Pohybové zručnosti 7. Charakteristika pohybových činností, kvantitatívne a kvalitatívne znaky 8. Ontogenéza motoriky - činitele, zákonitosti a štádiá motorického vývinu, technika pohybovej činnosti 9. Vývin motoriky od prenatálneho obdobia po obdobie puberty 10. Vývin motoriky v období adolescencie po starobu 11. Motorické učenie – proces osvojovania a zdokonaľovania pohybovej činnosti 12. Spätná väzba, efektívnosť procesu motorického učenia 13. Diagnostika pohybovej aktivity človeka; meranie, posudzovanie, škálovanie 14. Pedagogické hodnotenie testových výsledkov, techniky a metódy hodnotenia motoriky	
Odporúčaná literatúra: 1. Belej, M. (2001). Motorické učenie. Prešov: FHPV PU. 2. Čelikovský, S. a kol. (1985). Antropomotorika. Prešov: PdF UPJŠ. 3. Dovalil, J. a kol. (2003). Výkon a tréning ve sportu. Praha: Olympia. 4. Gilbertová, S. – Matoušek, O. (2002). Ergonomie. Optimalizace lidské činnosti. Praha: Grada.	

5. Kasa, J. (1995). Antropomotorika. Bratislava: UK. 6. Kasa, J.(2004). Športová antropomotorika. Bratislava: FTVŠ UK. 7. Blahutková,M.a kol.(2013).V dobre kondici i po šedesátce. Brno: Cpress.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 458					
A	B	C	D	E	FX
5.24	14.85	25.55	24.45	22.05	7.86
Vyučujúci: Mgr. Alena Buková, PhD., Mgr. Zuzana Kováčiková, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/BPO/15	Názov predmetu: Bakalárska práca a jej obhajoba
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: Za obdobie štúdia: Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 5	
Odporúčaný semester/trimester štúdia:	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/BcP/15	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Získanie požadovaného počtu kreditov v predpísanej skladbe študijným plánom. Pri vypracovaní záverečnej práce sa študent riadi pokynmi svojho školiteľa, časovým plánom na jej vypracovanie, ktorý odsúhlasil škooliteľ a Smernicou č. 1/2011 o základných náležitostiach záverečných prác vydanou rektorom UPJŠ, kde sú uvedené náležitosti ohľadom odovzdávania, ale aj priebehu obhajoby bakalárskej práce.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže vedomosti potrebné k spracovaniu odbornej problematiky, ktorá je obsahovo daná informačným listom predmetu a šírkou definovaná v odporúčanej literatúre. Výkonový štandard: Vypracovaním bakalárskej práce študent preukáže schopnosť samostatne odborne pracovať a riešiť výskumný problém, ktorý korešponduje s profilom štúdia a získanými kompetenciami.	
Stručná osnova predmetu: Prezentácia bakalárskej práce vrátane prezentácie v ppt., ktorá obsahuje: 1. Titulná strana (škola, ústav, autor, téma, škooliteľ, miesto a dátum konania obhajoby) 2. Rozbor problému (stručne uviesť v čom spočíva riešený problém) 3. Cieľ, hypotézy (v prípade, že sú), výskumné otázky, úlohy práce 4. Metodika (výskumný súbor, použité metódy, organizácia výskumu) 5. Výsledky (na základe jedného-dvoch príkladov – uprednostniť tabuľku, graf) 6. Závery (stručná odpoveď ako a čím sme prispeli k riešeniu problému) 7. Z odpovedanie na otázky oponentov a členov skúšobnej komisie.	
Odporúčaná literatúra: 1. FERJENČÍK, J. Úvod do metodológie psychologického výzkumu. Praha: Portál. 2000. ISBN 80-7178-367-6. 2. GONDA, V.: Ako napísať a úspešne obhájiť diplomovú prácu. Bratislava: Iura Edition, spol.s.r.o. ISBN 978-80-8078-472-0. 3. CHRÁSKA, M. Metody pedagogického výzkumu. Praha: Grada. 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.	

4. MEŠKO, D., KATUŠČÁK, D. Akademická príručka. Martin: Osveta. 2004. ISBN 80-8063-150-6. 5. R-UPJŠ. Smernica č.1/2011 o základných náležitostiach záverečných prác, rigorózných prác a habilitačných prác, ich zverejnení a sprístupnení po dobu ich uchovávania a kontrole originality platnú pre Univerzitu Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach. Dostupné na: https://www.upjs.sk/public/media/2438/smernica-1-2011.pdf .					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 155					
A	B	C	D	E	FX
12.26	26.45	25.81	16.77	18.71	0.0
Vyučujúci:					
Dátum poslednej zmeny: 31.01.2022					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/BIO/13	Názov predmetu: Biomechanika
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Metóda štúdia: Vo výučbe sa využívajú i dištančné formy štúdia (MS Teams a LMS) Skúška: Podmienky záverečného hodnotenia: - písomná skúška (úspešnosť: min. 60% správnych odpovedí) Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho - jedna seminárna práca. Práca je akceptovaná podľa splnených kritérií zadania v sylabe predmetu - záverečné hodnotenie a seminárna práca sú zohľadňované pri konečnej známke váhou 80:20	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže zvládnutie vedomostí obsahového štandardu predmetu, ktorý je definovaný sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard: Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent po absolvovaní schopný: - popísať metódy biomechanickej analýzy - používať procedúru analýzy pohybovej činnosti - používať základné znalosti fyziky (hlavne mechaniky) a aplikovať ich v športovej praxi - na základe analýzy pohybového prejavu navrhnúť možné riešenia zefektívnenia pohybovej činnosti	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do mechaniky, dynamiky a kinematiky pohybu človeka 2. Pôsobiace sily a pohybový stav pri rôznych polohách a pohybových činnostiach človeka 3. Rovnomerný priamočiary pohyb - výpočet rýchlosti a trajektórie, aplikácia poznatkov pre športovú prax 4. Rovnomerne zrýchlený priamočiary pohyb, dráha, zrýchlenie, voľný pád, základná charakteristika, výpočty a ich využitie v športe 5. Pohyb po kružnici 6. Skladanie pohybov a rýchlostí v biomechanike športu 7. Aplikácia Newtonových pohybových zákonov v športe	

8. Hybnosť, zmena hybnosti na ich vzťah k športovému výkonu
9. Šmykové trenie a valivý odpor v športe
10. Zotrvačné sily a ich vplyv na techniku pohybu v športe
11. Mechanická práca a energia, aplikácia poznatkov do športovej praxe
12. Pohybový aparát človeka z pohľadu biomechaniky - skladanie síl, dvojica síl, moment sily
13. Vplyv vonkajšieho prostredia na športový výkon - mechanika kvapalín a plynov
14. Konzultácie

Odporúčaná literatúra:

1. HUČKO, B. Športová biomechanika, Bratislava: Spektrum STU. 2019. 9788022749206
2. JANURA, M., ZÁHALKA, F. Kinematická analýza pohybu človeka. Olomouc: Univerzita Palackého. 2004. ISBN 8024409305.
3. KARAS, V., OTÁHAL, S., SUŠANKA, P. Biomechanika tělesných cvičení. Preha: SPN, 1990. 80-04-20554-2
4. KONIAR, M., LEŠKO, M. Biomechanika. Bratislava: SPN. 1990. ISBN 8008-00331-6.
5. ŽIVČÁK, J. Biomechanika človeka I. Prešov: ManaCon. 2007. ISBN 978-80-89040-30-8.

Internetové zdroje:

1. KOKINDA, M. 2017. Kapitoly z biomechaniky [online]

Dostupné na: <https://www.pulib.sk/web/pdf/web/viewer.html?file=/web/kniznica/elpub/dokument/Kokinda1/subor/9788055519357.pdf>

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 352

A	B	C	D	E	FX
24.72	26.99	24.72	12.78	10.23	0.57

Vyučujúci: Mgr. Dávid Kaško, PhD., Mgr. Lucia Kováčiková

Dátum poslednej zmeny: 31.05.2023

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/BW/15	Názov predmetu: Body workout
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Hodnotenie	
Výsledky vzdelávania: Študent ovláda všeobecné východiská pre tvorbu programov posilňovania s vlastným telom a s dostupným jednoduchým náčiním. Pozná cvičenia na rozvoj jednotlivých svalových partií.	
Stručná osnova predmetu: 1. Štruktúra tréningovej jednotky body workoutu, základné princípy, typy tréningových jednotiek 2. Cvičenia na posilnenie svalstva hornej časti tela bez náčinia – hrudník, chrbát 3. Cvičenia na posilnenie svalstva hornej časti tela bez náčinia – ramená, biceps, triceps 4. Cvičenia na posilnenie svalstva hornej časti tela bez náčinia - brucho 5. Cvičenia na posilnenie svalstva dolnej časti tela bez náčinia – sedacie svalstvo 6. Cvičenia na posilnenie svalstva dolnej časti tela bez náčinia – dolné končatiny 7. Využitie náčinia pri formovaní svalstva hornej časti tela 8. Využitie náčinia pri formovaní svalstva dolnej časti tela 9. Tréningová jednotka s využitím náčinia a vlastnej telesnej hmotnosti - 1.časť. 10. Tréningová jednotka s využitím bremien a vlastnej telesnej hmotnosti - 2.časť. 11. Tvorba tréningovej jednotky pre začiatočníkov a mierne pokročilých 12. Tvorba tréningovej jednotky pre pokročilých	
Odporúčaná literatúra: 1. BROWN, L. a kol. 2008. Posilování od A do Z. CPress: 2008. 272 s. ISBN 80-251-2122-1. 2. FEČ, R. – FEČ, K. 2013. Teória a didaktika športového tréningu. 264 s. ISBN 978-80-8152-087-7. 3. HEDERER, M. 2006. Bodyforming, posilování a strečink pro plnoštíhlé ženy. Computer Press: 2006. 94 s. ISBN 80-251-1201-2. 4. JARKOVSKÁ, H. – JARKOVSKÁ, M. 2005. Posilování s vlastním tělem 417 krát jinak. Grada: 2005. 209 s. ISBN 80-247-0861-2. 5. MANOCCHIA, P. 2014. Posilování – anatomie. CPress: 2014. 160 s. ISBN 978-80264-0352-4 6. MIESSNER, W. 2008. Posilování s činkami. Kopp: 2008. 126 s. ISBN 80-7232-338-5. 7. PAVLUCH, L. – FROLÍKOVÁ, K. 2003. Osobní tréner. Cvičíme ve fitness centru. Grada: 2003. 232 s. ISBN 80-247-70678-4.	

8. STACKEOVÁ, D. 2008. Fitness programy – teorie a praxe. Galén: 2008. 209 s. ISBN 80-7262-541-3.	
9. VALOUCH, V. – STRAKOŠ, J. 2005. Osobní tréner II. cvičíme doma, v kancelári i tělocvičně. Grada: 2005. 196 s. e-kniha.	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: slovenský	
Poznámky:	
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 92	
abs	n
82.61	17.39
Vyučujúci: Mgr. Marcel Čurgali	
Dátum poslednej zmeny: 28.07.2015	
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.	

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ÚTVŠ/ CM/13	Názov predmetu: Cvičenie pri mori
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I., II.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Absolvovanie Podmienky úspešného absolvovania - aktívna účasť na kurze v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - úspešné absolvovanie praktickej časti - aerobik, cvičenie vo vode, joga, pilates a iné.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je obsahovo daný sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je po absolvovaní predmetu schopný: - ovládať základné kroky aerobiku a základy zdravotných cvičení, - neverbálne a verbálne komunikovať s klientmi počas cvičenia, - organizovať a riadiť proces zameraný na oblasť pohybovej rekreácie vo voľnom čase.	
Stručná osnova predmetu: 1. Zásady cvičení - nízky aerobik, vysoký aerobik, základné kroky a cuing 2. Zásady cvičení aqua fitness 3. Zásady cvičení Pilates 4. Zdravotné cvičenia 5. Posilňovanie s vlastnou váhou, s náčiním. 6. Plávanie 7. Uvoľňovacie jogové cvičenia 8. Power joga 9. Jogová relaxácia 10. Záverečné hodnotenie Študenti môžu využiť okolie na rôzne športy ponúkané danou destináciou – plávanie, rafting, volejbal, futbal, stolný tenis, tenis, resp. iné, predovšetkým vodné športy.	
Odporúčaná literatúra:	

1. BUZKOVÁ, K. 2006. Fitness jóga. Praha: Grada. 167 s. 2. ČECHOVSKÁ, I., MILEROVÁ, H., NOVOTNÁ, V. Aqua-fitness. Praha: Grada. 136 s. 3. EVANS, M., HUDSON, J., TUCKER, P. 2001. Umění harmonie: meditace, jóga, tai-či, strečink. 192 s. 4. JARKOVSKÁ, H., JARKOVSKÁ, M. 2005. Posilování s vlastním tělem 417 krát jinak. Praha: Grada. 209 s. 5. KOVAŘÍKOVÁ, K. 2017. Aerobik a fitness. Karolium, 130 s.	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský jazyk	
Poznámky:	
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 54	
abs	n
11.11	88.89
Vyučujúci: Mgr. Agata Dorota Horbacz, PhD.	
Dátum poslednej zmeny: 29.03.2022	
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.	

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/DBa/13	Názov predmetu: Didaktika basketbalu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky úspešného absolvovania - ukážky techniky a splnenie výkonových požiadaviek - (študent musí splniť minimálne technické a výkonnostné štandardy v rámci každej hodnotenej hernej činnosti jednotlivca: streľba dvojtakt, vedenie lopty) s min. úspešnosťou 50%, - zvládnutie písomného testu z pravidiel basketbalu v celkovom vyjadrení na úrovni min. 50% úspešnosti. Podmienky záverečného hodnotenia - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - výsledné hodnotenie zohľadňuje písomný test z pravidiel basketbalu a ukážky techník vrátane splnenia výkonového štandardu v celkovom pomere 50:50.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent počas záverečného hodnotenia preukáže vedomosti a zručnosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná v povinnej literatúre. Výkonový štandard Po absolvovaní predmetu študent: - vie vykonať ukážku správnej techniky základných herných činností jednotlivca (HČJ) v basketbale a pozná pravidlá - pozná metodiku nácviku a zdokonaľovania HČJ, obranných a útočných kombinácií a herných systémov - je schopný pripraviť sa na vedenie rozcvičenia a viesť rozcvičenie so spoluhráčmi - je schopný organizovať súťaže a rozhodovať zápasy v basketbale v rámci rekreačného športu.	
Stručná osnova predmetu: Cvičenie 1. Nácvik útočných HČJ - vedenie lopty, hra 2. Zdokonaľovanie útočných HČJ - vedenie lopty, hra 3. Nácvik útočných HČJ - prihrávanie, hra 4. Zdokonaľovanie útočných HČJ - prihrávanie, hra	

5. Nácvik a zdokonaľovanie útočných HČJ - uvoľňovanie sa bez lopty
6. Nácvik útočných HČJ - streľba, hra
7. Zdokonaľovanie útočných HČJ - streľba, hra
8. Nácvik a zdokonaľovanie útočných HČJ - streľba po dvojtakte, hra
9. Nácvik a zdokonaľovanie obranných HČJ - bránenie hráča s loptou a bez lopty
10. Nácvik a zdokonaľovanie
11. Nácvik a zdokonaľovanie útočných herných kombinácií, hra
12. Nácvik a zdokonaľovanie obranných herných kombinácií, hra
13. Nácvik a zdokonaľovanie herných systémov - útočný systém 1 – 4, hra
14. Test z pravidiel

Odporúčaná literatúra:

1. ARGAJ, G., REHÁK, M. Teória a didaktika basketbalu. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave. 2007. ISBN 9788022323253.
2. MAČURA, P. Biomechanika basketbalovej streľby. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave. 2008. 220s. ISBN 978-80-224-2081-3.
Dostupné na: https://fsport.uniba.sk/fileadmin/ftvs/kniznica/Basketbal/BIOMECHANIKA_BASKETBALOVEJ_STRELBY_2010.pdf
4. TOMÁNEK, Ľ. Teória a didaktika basketbalu. Bratislava: ICM Agency. 2010. 212s. ISBN 978-80-89257-25.

Internetové zdroje:

1. GABARA, B., ŽENIŠ, G., FUSKA, P. Oficiálne pravidlá basketbalu 2018: Oficiálny výklad. 2018.

Dostupné na: <https://www.basketliga.sk/dokumenty/>

Oficialne_pravidla_basketbalu_2018_Oficialny_vyklad_SVK.pdf

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 262

A	B	C	D	E	FX
19.85	14.12	19.08	19.47	20.99	6.49

Vyučujúci: Mgr. Ladislav Kručanica, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 16.05.2023

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/DFL/13	Názov predmetu: Didaktika florbalu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: - hodnotenie herných ukážok získaných zručností dribling, prihrávky a strel'ba (úspešnosť min. 50%), - písomný test z pravidiel florbalu (min. 50% správnych odpovedí). Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - výsledné hodnotenie zohľadňuje písomný test z pravidiel florbalu a ukážky získaných zručností v celkovom pomere 50:50%.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent počas záverečného hodnotenia preukáže vedomosti a zručnosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná povinnou literatúrou. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého: - ovláda pravidlá florbalu a zásady organizácie súťaží vo florbale, - je schopný vykonávať základné herné činnosti vo florbale, - ovláda metodiku jednotlivých herných činností a vie ju aplikovať do nácviku.	
Stručná osnova predmetu: Cvičenie 1. Pravidlá florbalu 2. Dribling a vedenie lopty 3. Prihrávky a spracovanie lopty na mieste 4. Prihrávky a spracovanie lopty v pohybe 5. Hra, upevňovanie pravidiel florbalu 6. Strel'ba švihom 7. Strel'ba prikľepnutím 8. Strel'ba na presnosť 9. Hra, upevňovanie pravidiel florbalu	

10. Útočné herné kombinácie
11. Obranné herné kombinácie
12. Herné systémy, taktika hry
13. Hra, upevňovanie pravidiel florbalu
14. Konzultácie

Odporúčaná literatúra:

1. KARCZMARCZYK, R. Florbal: učebnice (nejen) pro trenéry. Brno: Computer Press. 2006. ISBN 8025112713.
 2. ONDRUŠ, D. Florbal: Ako trénovať a hrať florbal. Žilina: ŠK Juventa. 2010. ISBN 55501071.
- Internetové zdroje:
1. SLOVENSKÝ ZVÄZ FLORBALU. Pravidlá florbalu a ich výklad. Bratislava: Slovenský zväz florbalu. 2018. 39s. [online]. Dostupné na: <https://www.szfb.sk/userfiles/file/pravidla-florbalu-sr-2018-zmeny-1.pdf>
 2. VNUK, J., ROUČKOVÁ, M. Florbal v učive telesnej a športovej výchovy. Bratislava: Metodicko-Pedagogické centrum v Bratislave. 2014. 66s. [online]. Dostupné na: https://archiv.mpc-edu.sk/sites/default/files/publikacie/j_vnuk__m_rouckova_florbal_v_ucive_telesnej_a_sportovej_vychovy__web.pdf

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 204

A	B	C	D	E	FX
41.67	28.92	21.08	5.39	1.96	0.98

Vyučujúci: Mgr. Richard Melichar

Dátum poslednej zmeny: 17.09.2021

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/PL1/11	Názov predmetu: Didaktika plávania I.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: Študent musí splniť minimálne technické, respektíve výkonnostné štandardy v rámci každej hodnotenej disciplíny: - 100 m – vybraným plaveckým spôsobom (kraul alebo znak) - hodnotí sa čas, - 25 m – plaveckým spôsobom kraul – hodnotí sa technika, - 25 m – plaveckým spôsobom znak – hodnotí sa technika, - kraulová a znaková obrátka – hodnotí sa technika, - štartový skok plaveckých spôsobov kraul a znak – hodnotí sa technika, Podmienky úspešného absolvovania: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - zvládnutie podmienok v celkovom vyjadrení na úrovni 50% úspešnosti.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent preukáže plavecké zručnosti, ktoré sú obsahovo dané sylabom predmetu a šírkou definované v povinnej literatúre. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého: - pozná a prakticky ovláda základy techniky plaveckých spôsobov, štartov a obrátok, - nadobudne určitú úroveň plaveckej spôsobilosti, rozvinie pohybové schopnosti a schopnosť samostatného plávanie pre zdravie, pre dobrú telesnú kondíciu a zdokonalí si plavecké spôsoby, - vie využiť plávanie z hľadiska zdravotného a kondičného v rámci rekreačného športu, - dokáže prispieť k upevňovaniu zdravia a odolnosti rekreačných športovcov a formuje ich vzťah k vodnému prostrediu, k pohybovej výkonnosti a pravidelnej pohybovej činnosti.	
Stručná osnova predmetu: 1. Štruktúra pohybových aktivít vo vodnom prostredí 2. Základy biomechaniky v plávaní 3. Oboznámenie študentov s vodným prostredím, bezpečnosť na plavárni 4. Technika plaveckého spôsobu kraul – nácvik a zdokonaľovanie techniky nôh	

5. Technika plaveckého spôsobu kraul – nácvik a zdokonaľovanie techniky paží
6. Technika plaveckého spôsobu kraul – nácvik a zdokonaľovanie techniky súhry a dýchania
7. Technika plaveckého spôsobu kraul – nácvik a zdokonaľovanie techniky obrátky
8. Technika plaveckého spôsobu kraul – nácvik a zdokonaľovanie techniky štartu
9. Technika plaveckého spôsobu znak – nácvik a zdokonaľovanie techniky nôh
10. Technika plaveckého spôsobu znak – nácvik a zdokonaľovanie techniky paží
11. Technika plaveckého spôsobu znak – nácvik a zdokonaľovanie techniky súhry a dýchania
12. Technika plaveckého spôsobu znak – nácvik a zdokonaľovanie techniky obrátky
13. Technika plaveckého spôsobu znak – nácvik a zdokonaľovanie techniky štartu
14. Testovanie

Odporúčaná literatúra:

1. BENCE, M. et al. Plávanie. Banská Bystrica: FHV UMB . 2005. 198s. ISBN 80-8083-140-8. [online]. Dostupné na: <https://www.ff.umb.sk/app/cmsFile.php?disposition=a&ID=571>
2. ČECHOVSKÁ, I., MILER, T. Plavání: plavecké dovednosti, technika plaveckých způsobů, kondiční plavání, šnorchlování. Praha: Grada. 2002. ISBN 8024790491.
3. MANDZÁK, P. Nácvik plaveckých spôsobov v praxi. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela. 2011. 115s. ISBN 978-80-557-0310-7.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 423

A	B	C	D	E	FX
32.39	12.77	15.84	9.69	16.55	12.77

Vyučujúci: Mgr. Ladislav Kručanica, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 16.05.2023

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/PL2/12	Názov predmetu: Didaktika plávania II.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/PL1/11	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia Študent musí splniť minimálne technické, respektíve výkonnostné štandardy v rámci každej hodnotenej disciplíny: - 100 m – vybraným plaveckým spôsobom (prsia alebo motýlik) - hodnotí sa čas, - 400 m – vybraným plaveckým spôsobom (kraul, znak, prsia, motýlik) – hodnotí sa čas, - 25 m – plaveckým spôsobom prsia – hodnotí sa technika, - 25 m – plaveckým spôsobom motýlik – hodnotí sa technika, - prsiarska a motýlikova obrátka – hodnotí sa technika. Podmienky úspešného absolvovania - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - zvládnutie podmienok v celkovom vyjadrení na úrovni 50% úspešnosti.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent počas záverečného hodnotenia preukáže plavecké zručnosti, ktoré sú obsahovo dané sylabom predmetu a šírkou definované v povinnej literatúre. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého: - pozná a prakticky ovláda základy techniky plaveckých spôsobov, štartov a obrátok, - nadobudne určitú úroveň plaveckej spôsobilosti, rozvinie pohybové schopnosti a schopnosť samostatného plávanie pre zdravie, pre dobrú telesnú kondíciu a zdokonalí si plavecké spôsoby, - vie využiť plávanie z hľadiska zdravotného a kondičného v rámci rekreačného športu, - dokáže prispieť k upevňovaniu zdravia a odolnosti rekreačných športovcov a formuje ich vzťah k vodnému prostrediu, k pohybovej výkonnosti a pravidelnej pohybovej činnosti, - pozná zručnosti a činnosti priamej záchrany topiaceho.	
Stručná osnova predmetu: 1. Technika plaveckého spôsobu prsia – nácvik a zdokonaľovanie techniky nôh 2. Technika plaveckého spôsobu prsia – nácvik a zdokonaľovanie techniky paží 3. Technika plaveckého spôsobu prsia – nácvik a zdokonaľovanie techniky súhry a dýchania	

4. Technika plaveckého spôsobu prsia – nácvik a zdokonaľovanie techniky obrátky
5. Technika plaveckého spôsobu prsia – nácvik a zdokonaľovanie techniky štartu
6. Technika plaveckého spôsobu motýlik – nácvik a zdokonaľovanie techniky nôh
7. Technika plaveckého spôsobu motýlik – nácvik a zdokonaľovanie techniky paží
8. Technika plaveckého spôsobu motýlik – nácvik a zdokonaľovanie techniky súhry a dýchania
9. Technika plaveckého spôsobu motýlik – nácvik a zdokonaľovanie techniky obrátky
10. Technika plaveckého spôsobu motýlik – nácvik a zdokonaľovanie techniky štartu
11. Rozvoj vytrvalosti
12. Rozvoj rýchlosti
13. Využitie rôznych techník a postupov pri záchrane topiaceho
14. Testovanie

Odporúčaná literatúra:

1. BENČE, M. et al. Plávanie. Banská Bystrica: FHV UMB. 2005. 198s. ISBN 80-8083-140-8. [online]. Dostupné na: <https://www.ff.umb.sk/app/cmsFile.php?disposition=a&ID=571>
2. ČECHOVSKÁ, I., MILER, T. Plavání: plavecké dovednosti, technika plaveckých způsobů, kondiční plavání, šnorchlování. Praha: Grada. 2002. ISBN 8024790491.
3. MANDZÁK, P. Nácvik plaveckých spôsobov v praxi. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela. 2011. 115s. ISBN 978-80-557-0310-7.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 173

A	B	C	D	E	FX
35.84	16.76	16.76	13.29	10.98	6.36

Vyučujúci: Mgr. Ladislav Kručanica, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 16.05.2023

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/DRŠ/14	Názov predmetu: Didaktika rekreačného športu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Seminár Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 2 Za obdobie štúdia: 14 / 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 5	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/ZP/22 alebo ÚTVŠ/PaPVČ/14	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Metóda štúdia: Vo výučbe sa využívajú i dištančné formy štúdia (MS Teams a LMS) Priebežné hodnotenie a skúška: Podmienky priebežného hodnotenia: - seminárne práce akceptované podľa zadania v sylabe predmetu (2x) - prezentácia na určenú tému (1x) - kontrolný test (úspešnosť: min. 50 % správnych odpovedí) Podmienky záverečného hodnotenia: - písomná skúška (úspešnosť: min. 50 % správnych odpovedí) Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho - úspešné hodnotenie obidvoch seminárnych prác - úspešné hodnotenie prezentácie - priebežné a záverečné hodnotenie je zohľadňované pri konečnom hodnotení váhou 40:60	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže vedomosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná v povinnej literatúre. Výkonový štandard: Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent schopný: - poznať a reprodukovať históriu vzniku, vývoja, organizácie a zabezpečenia rekreačného športu (ďalej len RŠ) doma a vo svete - vlastnými slovami vyjadriť a navrhnúť vhodné vyučovacie zásady, postupy a metódy v RŠ - aplikovať vhodné organizačné formy, formy práce a obsahovú náplň v RŠ - v praxi dokázať vedomosti a schopnosti testovať telesnú zdatnosť zdravých i oslabených jedincov - vysvetliť zásady a benefity psychických, fyziologických a zdravotných aspektov RŠ pri tvorbe pohybových programov	
Stručná osnova predmetu: Prednášky: 1. Úvod do štúdia didaktiky rekreačného športu (RŠ)	

2. História vzniku a vývoja RŠ
3. RŠ ako špecifická forma telovýchovného procesu
4. Vyučovacie zásady, postupy a metódy v RŠ
5. Organizačné formy a formy práce v RŠ
6. Materiálno-technické a priestorové vybavenie RŠ
7. Edukológia RŠ zdravotne oslabených
8. Testovanie telesnej zdatnosti a výkonnosti
9. Zásady tvorby pohybových programov v RŠ
10. Psychické, fyziologické a zdravotné aspekty RŠ
11. Štruktúra a obsah RŠ
12. Organizácia RŠ v Slovenskej republike
13. Medzinárodné organizácie športu pre všetkých
14. Prednáška na voľnú tému (výber študentov)

Semináre:

1. Úvod do seminára (požiadavky na splnenie predmetu).
Bezpečnosť telovýchovného procesu v rekreačnom športe
2. Miesto a význam pohybovej aktivity detí, mládeže a dospelých
3. Tréner/inštruktor/učiteľ v rekreačnom športe.
4. Zážitková pedagogika v rekreačnom športe
5. Moderné prostriedky v rekreačnom športe
6. Špecifické didaktické formy
7. Špecifiká rekreačného športu v jednotlivých vekových kategóriách/charakteristika ontogenézy jedinca
8. Štruktúra cvičebnej jednotky, typológia cvičebnej jednotky (tréningovej jednotky)/písomná príprava na hodinu
9. Diagnostika v rekreačnom športe 1
10. Diagnostika v rekreačnom športe 2
11. Organizácia rekreačného športového podujatia/telovýchovnej chvíľky/cvičenia na pracovisku
12. Organizácia rekreačného športového podujatia/telovýchovnej chvíľky/cvičenia na pracovisku
13. Test
14. Zhodnotenie seminára/opravný termín pre test

Odporúčaná literatúra:

1. ANTALA, B. et al. Telesná a športová výchova a súčasná škola. Bratislava: Národné športové centrum v spolupráci s Fakultou telesnej výchovy a športu Univerzity Komenského. 2014.
[online] Dostupné: <http://www.telesnavychova.sk/userfiles/downloads/TSVaSucasnaSkola.PDF>
2. BUKOVÁ, A. Didaktika základnej telesnej výchovy a športu. Vysokoškolské učebné texty. Košice: UPJŠ v Košiciach. 2015. ISBN 978-80-8152-349-6.
3. HENDL, J., DOBRÝ, L. Zdravotní benefity pohybových aktivít. Monitorování, intervence, evaluace. Praha: Karolinum. 2011. ISBN 978-80-246-2000-8.
4. HODAN, B., DOHNAL, T. Rekreatologie. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 2008. ISBN 978-80-244-2197-1.
5. HRČKA, J., DRDÁČKA, B. Rekreačná telesná výchova a šport. Bratislava: SPN. 1992. ISBN 80-08-00486-X.
6. JUNGER, J. Didaktika športu pre všetkých. Košice: PdF UPJŠ v Prešove. 1991. ISBN 80-7097-130-4.
7. JUNGER, J. et al. Tréner a cvičiteľ rekreačnej telesnej výchovy a športu. Bratislava: SZ RTVŠ. 1995. ISBN 80-85668-23-8.
8. KOLEKTÍV. Didaktika školskej telesnej výchovy. Bratislava: FTVŠ UK. 2001. ISBN 80-9682522-5-9.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 274					
A	B	C	D	E	FX
6.2	11.31	15.69	20.07	20.8	25.91
Vyučujúci: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc., Mgr. Ladislav Kručanica, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 22.09.2021					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/DSTaB/13	Názov predmetu: Didaktika stolného tenisu a bedmintonu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Absolvovanie Priebežné hodnotenie: kontrolný test 1 krát v priebehu semestra minimálny počet 50 bodov na získanie hodnotenia. Záverečné hodnotenie: Zvládnutie didaktických a metodických postupov pri nácviku i tréningu v stolnom tenise a bedmintone. Hodnotený test zo základných úderov a podania v stolnom tenise a bedmintone	
Výsledky vzdelávania: Študent ovláda základné údery a podanie v stolnom tenise a bedmintone. Má vedomosti o didaktike a metódach výučby a tréningu v stolnom tenise a bedmintone.	
Stručná osnova predmetu: 1. Pravidlá stolného tenisu. Základná terminológia 2. Metodika nácviku základných úderov (bekhend, forhend, čop, bloking, drajv, priamy úder) 3. Nácvik útočných úderov 4. Nácvik obranných úderov 5. Nácvik podania 6. Modelový tréning štvorhry 7. Zdokonaľovanie herných činností 8. Pravidlá bedmintonu 9. Podanie v bedmintone 10. Nácvik základných úderov (klír, lob) 11. Nácvik základných úderov (smeč, krat'as) 12. Zdokonaľovanie herných činností 13. Taktika a stratégia dvojhry 14. Taktika a stratégia štvorhry	
Odporúčaná literatúra: 1. Demetrovič, E. (2010). Encyklopédia stolného tenisu Slovenska.1. Vyd. Bratislava: Slovenský stolnotenisový zväz. Bratislava 2. Demeter, E. (2000). Stolný tenis. Vybrané kapitoly z teórie a metodiky stolného tenisu	

Bratislava.	
3. Jankovský, J. (2002). Tenis. Praha: Gráda.	
4. Mender, T. (2003). Badminton. Praha.	
5. Táborský, F. (2004). Sportovní hry. Praha: Gráda.	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:	
Slovenský	
Poznámky:	
Hodnotenie predmetov	
Celkový počet hodnotených študentov: 298	
abs	n
79.87	20.13
Vyučujúci: Mgr. Dávid Kaško, PhD., Mgr. Richard Melichar	
Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015	
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.	

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/DSFu/13	Názov predmetu: Didaktika sálového futbalu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: Študent musí splniť výkonové štandardy: 1. Technika zvládnutia individuálnych herných činností jednotlivca v sálovom futbale: - vedenie lopty, - prihrávka, - spracovanie lopty, - obchádzanie súpera, - streľba. 2. Hodnotenie hry: - praktické uplatnenie individuálnych herných činností jednotlivca v hre, - taktická vyspelosť, - aktívne zapojenie sa do hry, - súčinnosť so spoluhráčmi. Podmienky úspešného absolvovania: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - zvládnutie podmienok výkonových štandardov v celkovom vyjadrení na úrovni min. 50% úspešnosti.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent počas záverečného hodnotenia preukáže vedomosti a zručnosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná povinnou literatúrou. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého: - má osvojené základné pohybové zručnosti vo futbale, - teoreticky zvládne herné kombinácie a herné systémy, - ovláda pravidlá a zásady organizácie súťaží, - ovláda prakticky i teoreticky špecifiká sálového futbalu.	
Stručná osnova predmetu:	

Cvičenie 1. Charakteristika a pravidlá futbalu 2. Základy techniky individuálnych herných činností jednotlivca 3. Vedenie lopty 4. Prihrávky 5. Spracovanie lopty 6. Obchádzanie súpera 7. Strelba 8. Útočné herné kombinácie 9. Obranné herné kombinácie 10. Útočné herné systémy 11. Obranné herné systémy 12. Taktika hry sálového futbalu 13. Príprava tréningovej jednotky pre bežnú populáciu 14. Hra					
Odporúčaná literatúra: 1. HOLIENKA, M. Koordinačné schopnosti vo futbale: Vysokoškolská učebnica. Bratislava: Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport. 2010. ISBN 9788089075362. 2. KIRKENDALL, D. T. Fotbalový tréning: Rozvoj sily, rychlosti a obratnosti na anatomických základech. Praha: Grada. 2013. ISBN 9788024744919. 3. VOTÍK, J., ZALABÁK, J. Fotbalový trenér: Základní průvodce tréningem. 1. vyd. Praha: Grada. 2014. ISBN 9788024739823.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 242					
A	B	C	D	E	FX
46.69	24.38	13.64	6.2	4.55	4.55
Vyučujúci: Mgr. Patrik Berta					
Dátum poslednej zmeny: 17.09.2021					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/DT/13	Názov predmetu: Didaktika tenisu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Absolvoval Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho - Zvládnutie didaktických a metodických postupov pri nácviku a tréningu v tenise a test zo základných úderov a podania v tenise.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent si osvojí vedomosti a zručnosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná povinnou literatúrou. Výkonový štandard: Študent v rámci výkonového štandardu: - je schopný predviesť základné obranné a útočné údery, - je schopný predviesť podanie a hru na sieti, - ovláda pravidlá hry, - je schopný zorganizovať súťaž v rámci rekreačného športu.	
Stručná osnova predmetu: Cvičenie 1. Pravidlá tenisu 2. Metodika rozcvičovania hráča v tenise 3. Základ topspinovej hry v tenise 4. Metodika nácviku základných úderov (bekhend, forhend, slajs,) 5. Nácvik útočných a obranných úderov v tenise 6. Nácvik hry na sieti 7. Nácvik podania 8. Modelový tréning štvorhry 9. Prechod na sieť 10. Zdokonaľovanie herných činností 1 11. Zdokonaľovanie herných činností 2 12. Osobitosti tréningu detí a dospelých	

13. Taktika a stratégia dvojhry	
14. Taktika a stratégia štvorhry	
Odporúčaná literatúra: 1. GREGOROVÁ, I. Zdokonalování základních tenisových úderů. Liberec: Technická univerzita v Liberci, Fakulta přírodovědně-humanitní a pedagogická, 2015. Bakalárska práca. Dostupné na: https://dspace.tul.cz/bitstream/handle/15240/25543/BAKALARSKA_PRACE.pdf?sequence=1 . 2. SCHOLL, P. Tenis. České Budějovice: Kopp, 2002. ISBN 8072321692. 3. SMOLKA, P. Metodika nácviku základních úderů v tenise. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, 2018. Bakalárska práca. Dostupné na: https://theses.cz/id/2a014i/BP-Petr-Smolka.pdf	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský	
Poznámky:	
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 188	
abs	n
83.51	16.49
Vyučujúci:	
Dátum poslednej zmeny: 22.09.2021	
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.	

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/DVo/13	Názov predmetu: Didaktika volejbalu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: - písomný test z pravidiel volejbalu (min. 50% správnych odpovedí), - hodnotenie herného prejavu a herných činností jednotlivca (úspešnosť min. 50%). Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - výsledné hodnotenie zohľadňuje písomný test z pravidiel volejbalu a hodnotenie herného prejavu a herných činností jednotlivca v celkovom pomere 50:50%.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent počas záverečného hodnotenia preukáže vedomosti a zručnosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná povinnou literatúrou. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je schopný: - teoreticky a metodicky prezentovať praktické úlohy, - aplikovať nadobudnuté poznatky v praxi, - zorganizovať súťaž v rámci rekreačného športu, - Študent ovláda pravidlá volejbalu a metodiku základných herných činností a vie ju využiť v nácviku.	
Stručná osnova predmetu: Cvičenie 1. Pravidlá volejbalu 2. Technika základných herných činností vo volejbale 3. Technika a metodika základných herných činností vo volejbale 4. Herné činnosti v útoku 5. Taktické využite herných činností útoku v hre 6. Herné činnosti v obrane 7. Taktické využite herných činností obrany v hre 8. Zdokonaľovanie techniky a metodiky základných herných činností	

9. Nácvik a zdokonaľovanie obrannej kombinácie 10. Nácvik a zdokonaľovanie útočnej kombinácie 11. Hry s upravenými pravidlami 12. Plážový volejbal 13. Organizovanie súťaží 14. Hodnotenie študentov					
Odporúčaná literatúra: 1. BUCHTEL, J. et al. Trénink volejbalu. Praha: Karolinum. 2011. ISBN 9788024619675. 2. BUCHTEL, J. et al. Teorie a didaktika volejbalu. Praha: Karolinum. 2006. ISBN 80246-110116. 3. CÍSAŘ, V. Volejbal. Praha: Grada. 2005. ISBN 8024705028. 4. HANÍK, Z. Volejbal: Učebnice pro trenéry mládeže. Praha: Mladá fronta. 2014. ISBN 9788020433800. 5. ZAPLETALOVÁ, L., PŘIDAL, V., LAURENČÍK, T. Volejbal: Základy techniky, taktiky a výučby. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave. 2007. ISBN 9788022322805.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 244					
A	B	C	D	E	FX
10.25	14.34	34.84	22.13	18.03	0.41
Vyučujúci: Mgr. Agata Dorota Horbacz, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 17.09.2021					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ENV/13	Názov predmetu: Environmentálna výchova
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Hodnotenie Priebežné hodnotenie: Spracovanie seminárnej práce na vybranú tému 40% Záverečné hodnotenie: Písomný hodnotený test 60%	
Výsledky vzdelávania: Študent disponuje základnými poznatkami z environmentalistiky, ktoré sa majú stať teoretickou bázou pre proekologické správanie na pracovných pozíciách v priemysle voľného času. Študent má základné vedomosti z oblasti ochrany životného prostredia a možností deštruktívnych vplyvov športu, rekreácie a turizmu na prostredie človeka.	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do problematiky environmentalistiky, základné pojmy 2. Ľudské činnosti a životné prostredie – posudzovanie vplyvov 3. Stav prírody a životného prostredia, Ministerstvo životného prostredia 4. Environmentálne riziká, environmentálna bezpečnosť 5. Ekonomické záujmy a ochrana životného prostredia 6. Analýza negatívnych vplyvov na životné prostredie: znečisťovanie ovzdušia, narušovanie vodného režimu a čistoty povrchových a podzemných vôd, zvýšené zaťaženie územia, vplyvy turistiky a cykloturistiky 7. Ekocentrá – miesta zosúladovania ochrany prírody, umenia, duchovna s objavovaním a využitím prírody 8. Ekoregióny, národné parky, svetové kultúrne a prírodné dedičstvo 9. Základné princípy ochrany prostredia v športe 10. Plánovanie a riadenia športových podujatí, výstavba športových zariadení, doprava, spotreba energie, hospodárenie s vodou a odpadmi 11. Športy v prírode a turizmus vo vzťahu k životnému prostrediu 12. Prírodné atraktivity, ekoturizmus a ekoturisti, ekošport 13. Organizácie zaoberajúce sa ochranou prírody a človeka u nás a vo svete	
Odporúčaná literatúra: 1. Begon, M. - Harper, J. L. & kol. (1997). Ekologie: jedinci, populace a společenstva. Olomouc: UP Olomouc.	

2. Doležal, T. (1998). Sport a prostředí. Praha: ČOV. Olympijská knihovnička.
3. Hudec, I. & Stanko, M. (2001). Všeobecná ekológia. Košice: PF UPJŠ Košice.
4. Hudec, I. & Kováč, E. (2011). Ekológia I (Všeobecná časť). Košice: PF UPJŠ Košice.
5. Knápek, J. & Geuss, E. (2000). Životní prostředí a ekonomika. Praha: ČVUT-FEL Praha.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 253

A	B	C	D	E	FX
6.32	15.02	32.41	25.3	19.76	1.19

Vyučujúci: doc. Ing. Iveta Cimboláková, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/FitŠp I./14	Názov predmetu: Fitness-spezializácia I.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: - seminárna práca (práca je odovzdaná podľa kritérií zadania uvedených v sylabe predmetu), - úspešné absolvovanie záverečného motorického testu - tlak v ľahu na lavičke: - muži minimálne 125% svojej telesnej hmotnosti, - ženy minimálne 90% svojej telesnej hmotnosti. Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - záverečné hodnotenie praktického testu a seminárnej práce sú zohľadňované pri konečnej známke váhou 50:50.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent počas záverečného hodnotenia preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je definovaný sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard Študent je po absolvovaní predmetu schopný: - predviesť základné techniky posilňovacích cvičení na jednotlivé svalové skupiny, - navrhnuť základný tréningový program pre rôzne vekové skupiny vo fitness centre, - zdôvodniť zaradenie jednotlivých cvičení v tréningovom programe, - aplikovať didaktické zásady pre tvarovanie tela prostredníctvom posilňovania.	
Stručná osnova predmetu: 1. Z Úvod do problematiky 2. Základné zásady rozcvičenia 3. Základné zásady rozvoja svalovej hmoty 4. Základné zásady rozvoja sily a výbušnosti 5. Základné zásady redukcie podkožného tuku 6. Základné zásady tvorby posilňovacích programov 7. Zásobník posilňovacích cvičení zameraných na dolné končatiny 8. Zásobník posilňovacích cvičení zameraných na brucho a zadok	

9. Zásobník posilňovacích cvičení zameraných horné končatiny 10. Zásobník posilňovacích cvičení zameraný na deltové svalstvo 11. Zásobník posilňovacích cvičení zameraných na chrbtové svalstvo 12. Zásobník posilňovacích cvičení zameraných na hrudník 13. Zásobník posilňovacích cvičení zameraných na deltové svalstvo, predlaktie a krk 14. Test sily v tlaku v ľahu na lavičke					
Odporúčaná literatúra: 1. MIESSNER, W. Posilovanie ve fitness. České Budejovice: Kopp. 2004. ISBN 8072322141. 2. STACKEOVÁ, D. Fitness programy z pohľadu kinantropologie. Praha: Galén. 2014. ISBN 9788074921155. 3. STACKEOVÁ, D. Fitness programy – teorie a praxe: Metodika cvičení ve fitness centrech. Praha: Galén. 2012. ISBN 9788072625413. 4. PREKOP, B. Ako nabrat' svaly. Valihora Prekop Boris. 2017. ISBN 9788097288624. 5. ROUBÍK, L. Příprava na soutěž v kulturistice od A do Z. Praha: Grafixon. 2012. ISBN 9788090478022.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 157					
A	B	C	D	E	FX
34.39	9.55	10.83	4.46	19.75	21.02
Vyučujúci: Mgr. Dávid Kaško, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 16.09.2021					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/Fšp/12	Názov predmetu: Fitness-spezializácia II.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/FitŠp I./14	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie : Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: - vypracovanie 2 seminárnych prác a prezentácia 1 seminárnej práce podľa kritérií zadania v sylabe predmetu. Podmienky úspešného absolvovania: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - vypracovanie seminárnych prác a osobné prezentovanie 1 seminárnej práce podľa kritérií zadania (úspešnosť min. 50%).	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent počas záverečného hodnotenia preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je definovaný sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard: Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent po absolvovaní schopný: - vykonať vstupné a výstupné testy na posúdenie aktuálneho stavu pohybového aparátu klienta, - urobiť rozbor somatometrických parametrov tela klienta, - opísať pokročilé metódy rozvoja svalovej hmoty a sily, - analyzovať jedálniček klienta a zvoliť optimálny výber potravín a suplementácie z hľadiska makroživín a mikroživín, - prezentovať teoretické východiská športových aktivít a celkového životného štýlu v zmysle prístupu Fitness.	
Stručná osnova predmetu: 1. Zásady správania sa v posilňovni 2. Správne držanie tela 3. Diagnostika klienta 4. Pohybové programy pre začiatočníkov 5. Pohybové programy pre stredne pokročilých cvičencov 6. Pohybové programy pre pokročilých cvičencov 7. Pokročilé metódy a princípy rozvoja svalovej hmoty	

8. Metódy odhadu bazálneho metabolizmu 9. Tvorba stravovacích režimov so zameraním na naberanie svalovej hmoty 10. Tvorba stravovacích režimov so zameraním na redukciu podkožného tuku 11. Programy na redukciu podkožného tuku 12. Výživové doplnky na rozvoj svalovej hmoty 13. Výživové doplnky na redukciu podkožného tuku 14. Prezentácia zadaných seminárnych prác					
Odporúčaná literatúra: 1. MIESSNER, W. Posilování ve fitness. České Budejovice: Kopp. 2004. ISBN 8072322141. 2. PREKOP, B. Ako nabrať svaly. Valihora Prekop Boris. 2017. ISBN 9788097288624. 3. ROUBÍK, L. Příprava na soutěž v kulturistice od A do Z. Praha: Grafixon. 2012. ISBN 9788090478022 4. STACKEOVÁ, D. Fitness programy z pohledu kinantropologie. Praha: Galén. 2014. ISBN 9788074921155. 5. STACKEOVÁ, D. Fitness programy – teorie a praxe: Metodika cvičení ve fitness centrech. Praha: Galén. 2012. ISBN 9788072625413.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 101					
A	B	C	D	E	FX
79.21	7.92	4.95	2.97	1.98	2.97
Vyučujúci: Mgr. Dávid Kaško, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 17.09.2021					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/FTC/14	Názov predmetu: Fyziológia a fyziológia telesných cvičení
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Seminár Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 / 1 Za obdobie štúdia: 28 / 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 5	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Metóda štúdia: Vo výučbe sa využívajú i dištančné formy štúdia (MS Teams a LMS) Skúška: Podmienky záverečného hodnotenia: - ústna skúška Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho - zvládnutie podmienok záverečného hodnotenia v celkovom vyjadrení na úrovni minimálne 60% prebratého učiva	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže úroveň poznania obsahového štandardu predmetu, vymedzenú sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard: Študent preukáže penzum poznatkov nevyhnutných na: - zapamätanie a vybavovanie požadovaných poznatkov - porozumenie a chápanie selektovaných kapitol z fyziológie a fyziológie telesných cvičení - poznanie základnej terminológie - integráciu poznatkov z jednotlivých systémov ľudského tela do koherentného celku - aplikáciu, využívanie, osvojeného učiva vo variabilných situáciách, myšlienkových operáciách - kontinuálne vzdelávanie v predmetnej oblasti záujmu	
Stručná osnova predmetu: Prednášky: 1. Telesné tekutiny, homeostáza 2. Fyziológia krvi 3. Fyziológia dýchania 4. Fyziológia trávenia 5. Fyziológia srdcovocievneho systému 6. Fyziológia vylučovania 7. Neurofyziológia a fyziológia zmyslov	

8. Funkcie CNS 9. Hormonálna regulácia, autonómny nervový systém 10. Metabolizmus 11. Termoregulácia 12. Fyziológia svalov typy svalových vlákien, energetické krytie telesnej záťaže, reaktívne a adaptačné zmeny v súvislosti s telesnou záťažou 13. Vplyv vodného prostredia a nadmorskej výšky na organizmus 14. Konzultačný týždeň Seminár: 1. Úvod, základné pojmy, význam fyziológie 2. Význam fyziológie pre človeka a telesné cvičenie 3. Telesné tekutiny 4. Krv, funkcia a zloženie krvi 5. Rozdelenie základných živín – makroživiny, mikroživiny 6. Makronutrienty/makroživiny – proteíny, lipidy – druhy lipidov 7. Makroživiny – sacharidy, glykemický index, glykemická nálož 8. Minerálne látky, delenie minerálnych látok a ich úloha 9. Elektrolyty, udržanie vodného hospodárstva 10. Mikronutrienty/mikroživiny – základné rozdelenie, úlohy 11. Mikronutrienty/mikroživiny – delenie podľa rozpustnosti 12. Zhrnutie, opakovanie 13. Záverečný zápočtový test z prebranej oblasti 14. Konzultačný týždeň					
Odporúčaná literatúra: 1. HAMAR, D., LIPKOVÁ, J. Fyziológia telesných cvičení. Bratislava: UK. 1998. Dostupné na: https://fsport.uniba.sk/fileadmin/ftvs/k_sk/fyziologia/FTCsKnove.pdf 2. JAVORKA, K. a kol. Lekárska fyziológia. Vyd. Martinus. 2009. ISBN 978808632915 3. KITTNAR, O. et al. Lékařská fyziologie. Praha: Grada. 2011. ISBN 978- 80-247-3068-4. 4. KOHLÍKOVÁ, E. Fyziologie člověka. Praha: UK, FTVS. 2004. ISBN 8086317315. 5. LANGMEIER, M. et al. Základy lékařské fyziologie. Praha: Grada. 2009. ISBN 978-80-247-2526-0. 6. MERKUNOVÁ, A., OREL, M. Anatomie a fyziologie člověka pro humanitní obory. Praha: Grada. 2008. ISBN 978-80-247-1521-6. 7. SKLADANÝ, J. a kol. Fyziológia a psychológia telesnej výchovy. Prešov: FHPV. 2002. ISBN 8080681074. 8. UHER, I. et al. Humánna Fyziológia so zameraním na pohybovú aktivitu a šport. Košice: UPJŠ. 2019. ISBN 978-80-8152-787-6.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 216					
A	B	C	D	E	FX
6.94	25.46	28.24	19.44	18.06	1.85
Vyučujúci: doc. PaedDr. Ivan Uher, PhD., MPH, doc. Ing. Iveta Cimboláková, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 22.09.2021					

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/GCRaR/14	Názov predmetu: Geografia cestovného ruchu a rekreácie
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 / 0 Za obdobie štúdia: 28 / 0 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ústna skúška	
Výsledky vzdelávania: Študent vie základnú charakteristiku pojmov z geografie, a cestovného ruchu, je schopný popísať regióny cestovného ruchu na Slovensku a má vedomosti o geografických predpokladoch pre rozvoj cestovného ruchu a rekreácie.	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do geografie, rozmery a pohyby zeme 2. Fyzická geografia sveta (krajinná sféra zeme) 3. Socioekonomická geografia sveta (geografia obyvateľstva a sídiel) 4. Regionálna geografia sveta (geografia svetadielov) 5. Slovensko – fyzická geografia 6. Slovensko – socioekonomická geografia 7. Základný pojmový aparát geografie cestovného ruchu 8. Zdroje a predpoklady cestovného ruchu a rekreácie 9. Prírodné zdroje a predpoklady 10. Socioekonomické zdroje a predpoklady 11. Typológia miest cestovného ruchu a rekreácie 12. Regionalizácia cestovného ruchu na Slovensku I. 13. Regionalizácia cestovného ruchu na Slovensku II.	
Odporúčaná literatúra: 1. Mládek, J. (1992). Základy geografie obyvateľstva. Bratislava: SPN. 2. Matlovič, R. (1996). Vybrané kapitoly z regionálnej geografie Slovenskej republiky. Obyvateľstvo a sídla. Prešov: MPC. 3. Mariot, P. (1983). Geografia cestovného ruchu. Bratislava: Veda. 4. Michaeli, E. a kol. (2005). Základy geografie pre poľnohospodárov a manažérov. Nitra: SPU. 5. Wokoun, R. & Vystoupil, J. (1987). Geografie cestovního ruchu a rekreace I. Brno: UJEP. SPN Praha.	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:	

Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov					
Celkový počet hodnotených študentov: 483					
A	B	C	D	E	FX
4.97	12.84	27.95	25.05	23.81	5.38
Vyučujúci: doc. Ing. Iveta Cimboláková, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/HTKaŠ/14	Názov predmetu: História telesnej kultúry a športu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Priebežné hodnotenie a skúška Priebežné hodnotenie: Písomný test 40 % Záverečné hodnotenie: Ústna skúška 60 %	
Výsledky vzdelávania: Študent: - ovláda zákonitosti vzniku a historický vývoja športu a rekreácie v jednotlivých spoločensko-ekonomických formáciách - disponuje základnými poznatkami o zákonitostiach vzniku a vývoja športu, športového hnutia a rekreácie na našom území - má poznatky o starovekých a novodobých OH a rozvoji olympijského hnutia doma a v zahraničí	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do štúdia histórie telesnej výchovy a športu 2. Podmienenosť vývoja telesnej kultúry a rozvoj pohybových aktivít v praveku 3. Osobitosti vývoja a formovania telesnej kultúry v staroveku (Egypt, Mezopotámia, India, Čína, Japonsko) 4. Historický vývoj telesnej kultúry v starovekom Grécku 5. Telesná kultúra v starovekom Ríme 6. Historický vývoj telesnej kultúry vo svete v období stredoveku 7. Historický vývoj telesnej kultúry vo svete v období novoveku 8. Vznik a rozvoj vybraných športových disciplín 9. História telesnej kultúry na našom území 10. História akademického športu, školská telesná výchova 11. Telesná výchova a šport na našom území v 20. storočí 12. Novodobé olympijské hry, vznik a vývoj, súčasnosť olympijského hnutia 13. Slovenské olympijské hnutie, Významní slovenskí športovci	
Odporúčaná literatúra: 1. Grexa, J. a kol. (1996). Olympijské hnutie na Slovensku – od Atén po Atlantu. Bratislava: Q111. ISBN 80-85401-56-8 2. Grexa, J. (2001). Olympizmus a Olympijské hry. Bratislava: Metodické centrum.	

3. Nemec, M. (2012). Vybrané kapitoly zo svetových dejín telesnej výchovy a športu. Prešov, Grafotlač, ISBN 978-80-555-0556-5
4. Grexa, J.: Aké boli antické olympijské hry. Bratislava, SOV, ISBN 978-80-89460-05-2
5. Perútka, J. (1988). Dejiny telesnej kultúry. Bratislava, SPN
6. Seman, F. (2012). Míľniky svetového športu. Bratislava, SOV, ISBN 978-80-89460-09-0
7. Souček, L. (2011). Novoveké olympijské hry. Bratislava, SOV. ISBN 978-80-89460-04-5
8. Souček, L. (2010). Naši olympijskí medailisti a olympionici. Bratislava, SOV. ISBN 978-80-89460-06-9
9. Švedová, M. - Uher, I. (2013). Vybrané kapitoly z dejín telesnej kultúry a športu. Košice: UPJŠ. <http://www.upjs.sk/public/media/5596/Dejiny-telesnej-kultury-a-sportu.pdf>

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:
Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 378

A	B	C	D	E	FX
8.47	16.14	19.84	17.72	25.93	11.9

Vyučujúci: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

Dátum poslednej zmeny: 18.11.2016

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/HOSP/14	Názov predmetu: Hospitácie v rekreačných službách
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 5.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie – Hodnotenie: Podmienky záverečného hodnotenia: - účasť na podujatí JUNIÁLES UPJŠ v Košiciach – 6 hod. - účasť na podujatí UBH UPJŠ v Košiciach – 6 hod. - písomná záverečná správa - 2 SWOT analýzy - 2 hospitačné záznamy Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - 36 hodín hospitácií v rekreačných službách - vypracovanie 2 SWOT analýz na základe pozorovania a účasti na športovo rekreačných podujatiach/ aktivitách - 2 hospitačné záznamy vyučovacej hodiny, alebo cvičebných jednotiek - písomná záverečná správa z hospitácií dvoch podujatí (Medzinárodný maratón mieru, Detská univerzita)	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je obsahovo daný sylabom predmetu a definovaný povinnou literatúrou. Výkonový štandard Študent sa oboznámi s telovýchovným procesom v rekreačnom športe a s činnosťou komerčných a nekomerčných zariadení v oblasti pohybovej rekreácie. Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent po absolvovaní schopný: - klásť problémové otázky vychádzajúce z hospitácií v športe a rekreácii (v športovej organizácii, v komerčnom podniku alebo inej organizácii na pozícii tréner, asistent trénera, animátor, inštruktor, asistent manažéra, koordinátor v centrách voľného času a pod.) - rozšíriť a prehĺbiť svoje poznatky - hodnotiť komunikáciu a prácu s klientom - metodicky a eticky korektne využívať, verifikovať a interpretovať nadobudnuté poznatky - zhrnúť výsledky analýz telovýchovného procesu v rekreačnom športe a formulovať vlastné závery	

Stručná osnova predmetu:

1. Inštruktáž k realizácii hospitácií
2. Hospitácie v telovýchovnom procese v rekreačnom športe
3. Hospitácie pri organizácii športovo-rekreačného podujatia
4. Hospitácie v komerčnom a nekomerčnom zariadení
5. Vypracovanie SWOT analýz, hospitačných záznamov a záverečnej správy.

Vyššie uvedené hospitácie sú realizované v zariadeniach:

- UPJŠ v Košiciach
- fitness centrum, wellness centrum
- športový klub, športový zväz, odbor (klub) rekreačnej telesnej výchovy a športu
- liečebné kúpele
- centrum voľného času
- zariadenie cestovného ruchu

Odporúčaná literatúra:

1. BABIAR, M., BAĆCZEK, JAKUB B., KOMPÁN, J. Outdoorové animácie v cestovnom ruchu: Organizácia voľného času v prírode. Bratislava: Stageman. 2013. Dostupné na: <https://www.martinus.sk/?uItem=193691>
2. BUKOVÁ, A. Didaktika základnej telesnej výchovy a rekreačného športu: Vybrané kapitoly. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika. 2015. ISBN 978-80-8152-349-6.
3. GADUŠOVÁ, Z. et al. Hospitačná pedagogická prax: Metodické pokyny a hodnotenie študenta. Nitra: UKF v Nitre. 2008. Dostupné na: http://www.kza.fpv.ukf.sk/subory/PPX_6_2_08_3rocnik.pdf.
4. NEUMAN, J. Dobrodružné hry a cvičení v přírodě. Praha: Portál. 2014. ISBN 9788026206286.
5. TUREK, I. et al. Manažérstvo kvality výučby na vysokých školách: Učebné texty pre kurz. Košice: Technická univerzita. 2017. 133 s. Dostupné na: <https://kip.tuke.sk/wp-content/uploads/2017/09/09-vuc81-ucTextyManQVnaVS.pdf>

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 202

A	B	C	D	E	FX
68.32	14.85	11.39	2.97	2.48	0.0

Vyučujúci: Mgr. Agata Dorota Horbacz, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 31.05.2023

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚINF/IKTP/15	Názov predmetu: Informačno-komunikačné technológie -prezenčne
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Riešenie úloh počas semestra. Záverečný projekt s využitím prezentačných programov, tabuľkových kalkulátorov, textových procesorov, internetových zdrojov a vyhľadávacích nástrojov. Študentom, ktorí sú držiteľmi ECDL certifikátu (všetkých 7 modulov) sa uzná vykonanie tohto predmetu v plnom rozsahu a udelí sa im hodnotenie "A"- výborne.	
Výsledky vzdelávania: Získať resp. prehĺbiť základnú informačnú a komunikačnú gramotnosť študentov, ktorá bude na akceptovateľnej úrovni v rámci krajín EÚ.	
Stručná osnova predmetu: 1.Vstupný dotazník, informačný list predmetu ÚINF/IKTP, obsah cvičenia, učebné zdroje, hodnotenie predmetu, ukážky projektov, e-mail (štruktúra správy, prílohy, adresy, signatúra, filtre), 2.WWW (rozšírené vyhľadávanie informácií, záložky - zazanmenávanie, organizovanie, export, import, informačné kanály - iGoogle) 3.Word (písmo, vyhľadávanie a nahradzovanie, vkladanie odkazov, symbolov a obrázkov, tabulátory, zalamovanie riadka, odstavca, strany, viacštýľová sadzba, tabuľky) 4.Word (štýly odstavcov, oddiely, hlavička a päta, tvorba obsahu a registra) 5.Word (revízie, hromadná korešpondencia, tvorba formulárov, tlač dokumentu na tlačiareň a do PDF) 6.Word (prehľad typografických pravidiel, tvorba projektu1 - návrh štruktúry a obsahu) 7. Excel (zošit, hárok, tabuľka, bunky (formát bunky), vzorce (agregačné funkcie), filtrovanie údajov, grafy) 8.PowerPoint (vkladanie snímok s rôznym rozložením, tabuliek, grafov, multimediálnych objektov, zmena návrhov, tvorba prezentácie importom textového súboru), odovzdanie PROJEKT1 (textu v štýle záverečnej práce) e-mailom na adresu lubomirsnajder@gmail.com (Predmet: IKTP - projekt1) 9.PowerPoint (predloha snímky, číslovanie snímok, navigácia v prezentácii - odkazy, tlačidlá, komprimácia obrázkov, zmena farby liniek) 10.PowerPoint (vlastné animácie, časovanie prezentácie, tvorba poznámok, tlačenie prezentácie a jej osnovy, spúšťanie prezentácie)	

11 PowerPoint (tvorba projektu2 - návrh štruktúry a obsahu) 12. Prezentácia PROJEKT2 (PowerPointova prezentácia) 13. Prezentácia PROJEKT2 (PowerPointova prezentácia)					
Odporúčaná literatúra: 1. Franců, M: Jak zvládnout testy ECDL. Praha : Computer Press, 2007. 160 s. ISBN 978-80-251-1485-8. 2. Jančařík, A. et al.: S počítačem do Evropy – ECDL. 2. vydanie. Praha : Computer Press, 2007. 152 s. ISBN 80-251-1844-3. 3. Kolektív autorov: Syllabus ECDL verzia 5.0. [on-line] [citované 9.2.2010]. Dostupné na internete: < http://www.ecdl.sk/buxus/docs//interne_informacie/Syllabus_V5.0/20090630ECDL-SyllabusV50_SK-V01_FIN.pdf >.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský alebo anglický.					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 1030					
A	B	C	D	E	FX
65.44	17.86	6.89	3.59	1.65	4.56
Vyučujúci: Mgr. Alexander Szabari, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 23.11.2021					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/Ma/15	Názov predmetu: Klasická a športová masáž
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 6.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/ANČ/22 alebo ÚTVŠ/ANČa/13 a ÚTVŠ/ANČb/13	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: - písomný test. Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - zvládnutie praktických masérskych zručností klasickej a športovej masáže, - študent masíruje náhodne vybranú časť tela.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent počas záverečného hodnotenia preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je obsahovo daný sylabom predmetu a definovaný povinnou literatúrou. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je po absolvovaní schopný: - aplikovať nadobudnuté teoretické poznatky fyziologických účinkov masáže na ľudský organizmus, - správne použiť praktické zručnosti masážnych techník klasickej a športovej masáže v praxi, - Študent ovláda teoretické princípy, indikácie a kontraindikácie masáže.	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do masáže a historický pohľad 2. Druhy masáže 3. Fyziologické účinky masáže 4. Klasická masáž - princípy. Indikácie a kontraindikácie masáže 5. Základné hmaty a postupy 6. Masáž chrbta a krku – hmaty a postupy 7. Masáž dolnej končatiny a sedacích svalov 8. Masáž brušného svalstva a hrudníka 9. Masáž hornej končatiny	

10. Športová masáž - druhy športových masáží - charakteristika, využitie, rozdelenie podľa cieľa, aplikačné techniky 11. Prípravná, kondičná a pohotovostná športová masáž 12. Masáž odstraňujúca únavu a obnovujúca výkonnosť 13. Relaxačná masáž 14. Hodnotenie študentov: písomný test a praktické masérské zručnosti klasickej a športovej masáže					
Odporúčaná literatúra: 1. BIELIK, V. Regenerácia v športe. Bratislava: Sportdiag. 2014. ISBN 97880970324238. 2. HORBACZ, A. Klasická a športová masáž. 1. vyd. Košice: UPJŠ v Košiciach. 2016. ISBN 9788081524561. 3. JÁNOŠDEÁK, J., JÁNOŠDEÁK, J. Učebnica masáží. Klasická masáž, športová masáž, masáž v regenerácii, sebamasaž, iné masáže. Bratislava: Osveta. 2007. ISBN 8080632324. 4. MEŠKO D., KOMADEL L. et al. Telovýchovnolekárske vademecum, 3. vyd. Bratislava: Slovenská spoločnosť telovýchovného lekárstva. 2005. ISBN 8096944649. 5. ŠTULRAJTER, V., JÁNOŠDEÁK, J. et al. Regenerácia a masáž. Bratislava: Peem. 2003. ISBN 8088901707. 6. TESAŘ, V. Sportovní masáže. Praha: Grada. 2015. ISBN 9788024754154.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 115					
A	B	C	D	E	FX
6.09	14.78	35.65	26.96	11.3	5.22
Vyučujúci: Mgr. Agata Dorota Horbacz, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 27.01.2022					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/KG/17	Názov predmetu: Kondičná gymnastika
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Absolvoval Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - teoretická časť: Študent odovzdá 1 seminárnu prácu (Pohybový program kondičnej gymnastiky vo vybranom športovom odvetví), - praktický výstup na výučbe: vedenie záverečnej časti vyučovacieho procesu formou kruhového tréningu, ktorý obsahuje cvičenia kondičnej gymnastiky, - výsledné hodnotenie predmetu sa vypočíta ako priemer hodnotenia teoretickej a praktickej časti 30:70%.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je definovaný sylabom predmetu a sylabom predmetu. Výkonový štandard: Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je schopný: - charakterizovať zameranie kondičnej gymnastiky (KG), - vykonávať základne prvky a cvičenia KG, - osvojiť si tvorbu gymnastického rozcvičenia, - vytvárať pohybové programy KG, - správne technicky vykonať uvoľňovacie a posilňovacie cvičenia v oblasti KG, - v rámci praktickej časti správne vykonať cvičenia všeobecnej gymnastiky. aplikovať gymnastické prvky do kondičnej prípravy pre širokú verejnosť v rôznych športových odvetviach.	
Stručná osnova predmetu: 1. Druhy a delenie všeobecnej gymnastiky, charakteristika KG. 2. Špecifiká rozcvičenia v gymnastike. 3. Strečingové a uvoľňovacie cvičenia v gymnastike. 4. Tonizačné cvičenia KG zamerané na správne držanie tela bez náčinia. 5. Tonizačné cvičenia KG na správne držanie tela na náradí a s náčiním. 6. Kondično-gymnastický program s obsahom statických cvičení.	

7. Kondično-gymnastický program s obsahom dynamických cvičení.
8. Plyometrické cvičenia na rozvoj dynamickej sily dolných končatín.
9. Cvičenia vo dvojici formou KG.
10. Vyrvalostno-silové cvičenia KG.
11. Kondičný aerobik bez náčinia.
12. Kondičný aerobik s náčiním.
13. Špecifiká tvorba programov KG pre širokú verejnosť.
14. Špecifiká tvorba programov KG v rôznych športových odvetviach.

Odporúčaná literatúra:

1. FEČ, K., ŠVEDOVÁ, M. Vybrané kapitoly z gymnastických športov, Košice: UPJŠ, 2013. ISBN 978-80-8152-011-2
2. FIALA, S. Zásobník gymnastických cvičení, Dostupné na: <https://fiala.sk/kondicna-gymnastika/>
3. JUNGER, J. a kol. Základy gymnastických športov: Modelové programy vzdelávania učiteľovej telesnej a športovej výchovy, Prešov: Fakulta športu Prešovskej univerzity v Prešove, 2014. ISBN 978-80-555-1564-9 Dostupné na: KEGA (unipo.sk)
4. KYSELOVIČOVÁ, O. a kol. Základná gymnastika, Bratislava: ICM AGENCY, 2010. ISBN 978-80-89257-42-3 Dostupné na: Digitálna knižnica CVTI SR
5. PEREČINSKÁ, K., KYSELOVIČOVÁ, O. Implementácia nových tematických celkov gymnasticko-aerobikových športov v rámci výchovno-vzdelávacieho programu na školách a vo voľno-časových aktivitách. Prešov: Fakulta športu Prešovskej univerzity v Prešove, 2019. Dostupné na: Športový a gymnastický aerobik (unipo.sk)
6. VRCHOVECKÁ, P. Základy gymnastické prípravy detí – herní pojetí gymnastiky. Praha: Grada Publishing, a.s. 2020. ISBN 978-80-271-1284-5

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 44

abs	n
84.09	15.91

Vyučujúci: Mgr. Petra Tomková, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 17.09.2021

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/KPŠ/15	Názov predmetu: Kondičná príprava športovcov
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 5.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Hodnotenie	
Výsledky vzdelávania: Študent ovláda všeobecné východiská pre tvorbu programov kondičnej prípravy. Pozná princípy na rozvoj jednotlivých pohybových schopností.	
Stručná osnova predmetu: 1. Štruktúra tréningovej jednotky a rôzne formy rozohriatia, rozcvičenia, uvoľňovania kĺbových oblastí s využitím expanderov, loptičiek a iného náčinia. 2. Najčastejšie chyby pri vykonávaní základných východiskových pohybov. 3. Rozvoj silových schopností. 4. Zapojenie rôznych foriem drepov a tlakov do tréningovej jednotky. 5. Stred tela „core“ ako základ fyzickej pripravenosti športovca. 6. Práca s rôznymi bremenami v tréningu - 1.časť. 7. Tréningová jednotka s využitím bremien a vlastnej telesnej hmotnosti - 1.časť. 8. Koordinačné cvičenia s využitím rôzneho koordinačného náčinia. 9. Práca s rôznymi bremenami v tréningu športovca - 2.časť. 10. Tréningová jednotka s využitím bremien a vlastnej telesnej hmotnosti - 2.časť. 11. Rozvoj rýchlostných schopností. 12. Rozvoj vytrvalostných schopností.	
Odporúčaná literatúra: 1. FEČ, R. – FEČ, K. 2013. Teória a didaktika športového tréningu. 264 s. ISBN 2. MORAVEC, R. a kol.: Teória a didaktika športu. FTVŠ UK a SVSTVS Bratislava, 2004, 212 s. ISBN: 80-89075-22-3. 3. SEDLÁČEK, J. – LEDNICKÝ, A. 2010. Kondičná atletická príprava. Vybrané kapitoly. Bratislava: 2010. ISBN 978-80-89075-34-8. 167 s. 4. ŠIMONEK, J. – ZRUBÁK, A.2000. Základy kondičnej prípravy v športe. Bratislava: UK 2000. 5. ŠTULRAJTER, V.- BROZMANOVÁ, I. 1990. Fyziológia telesných cvičení a športovej výkonnosti. UK, Bratislava 1990.	

6. VANDERKA, M. 2008. Silové a rýchlostno-silové schopnosti v kondičnej príprave športovcov. Bratislava : ICM Agency, 2008.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 36					
A	B	C	D	E	FX
16.67	44.44	30.56	5.56	2.78	0.0
Vyučujúci: Mgr. Marcel Čurgali					
Dátum poslednej zmeny: 25.05.2015					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/KUA/12	Názov predmetu: Kultúrno-umelecká animácia
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 2 Za obdobie štúdia: 14 / 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 4	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/SZA/11	
Podmienky na absolvovanie predmetu: vypracovanie portfólia a zrealizovanie scenára podujatia 70% záverečný test 30% Celkové (sumatívne) hodnotenie (pozostáva zo súčtu priebežného a záverečného hodnotenia) je prevodom získaných bodov podľa nasledovného transformačného kľúča: A - výborne: 91 - 100 bodov; B - veľmi dobre: 81 - 90 bodov; C - dobre: 71 - 80 bodov; D - uspokojivo: 61 - 70 bodov; E - dostatočne: 51 - 60 bodov; FX - nedostatočne: 0 - 50 bodov.	
Výsledky vzdelávania: Poznať špecifiká kultúrno-umeleckej animácie, nadobudnúť schopnosť plánovania, prípravy a organizácie kultúrno-umeleckých aktivít pre rôzne skupiny účastníkov, oboznámiť sa so psychologickými a pedagogickými aspektmi práce animátora, oboznámiť sa s profilom animátora, ako aj s podmienkami jeho profesionálneho výkonu v oblasti kultúrno-umeleckej animácie.	
Stručná osnova predmetu: Úvod do kultúry a umenia. Animácia kultúry. Plánovanie, príprava a organizácia kultúrno-umeleckých aktivít. Typológia účastníkov kultúrno-umeleckých podujatí a ich špecifiká. Špecifiká práce animátora, jeho profil a podmienky profesionálneho výkonu.	
Odporúčaná literatúra: ĎURIČEK, M. - ČERNÁK, R. - OBODYNSKI, K.: Riadenie animácie v turizme. Prešov, ATA, 2001. ĎURIČEK, M.: Vademecum turizmu a rekreácie. Rožňava, Roven, 2007. HAMBÁLEK, V.: Úvod do voľnočasových aktivít s klientskými skupinami sociálnej práce. Bratislava, OZSP, 2005. KRIŽANOVÁ, D.: Teória a metodika animačných činností 1, 2. Bratislava, SPN, 2005. ORIEŠKA, J.: Služby cestovného ruchu. Banská Bystrica, EkoF UMB, 1998. FEDOROVÁ, M. a kol.: Teória a dejiny kultúry 1 – 3. Bratislava, SPN, 2007.	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:	
Poznámky:	

Hodnotenie predmetov					
Celkový počet hodnotených študentov: 330					
A	B	C	D	E	FX
18.18	26.97	31.82	10.3	6.36	6.36
Vyučujúci: Mgr. Zuzana Küchelová, PhD., Mgr. Petra Tomková, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 18.09.2020					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/KP/12	Názov predmetu: Kurz prežitia-survival
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I., II.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Absolvoval Podmienky na úspešné absolvovanie predmetu: - aktívna účasť na kurze v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - priebežné plnenie všetkých úloh, ktoré sú vymedzené sylabom predmetu.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže vedomosti a zručnosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná v povinnej literatúre. Výkonový štandard: Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého študent: - nadobudne poznatky v rámci bezpečného pobytu a pohybu v extrémnom prostredí prírody, - získa teoretické vedomosti a praktické zručnosti spojené s riešením mimoriadnych a náročných situácií spätých so zachovaním ľudského života a minimalizáciou poškodenia zdravia, - disponuje zručnosťou odolávať a čeliť situáciám spojených s prekonávaním prekážok, - vie získané zručnosti aplikovať ako inštruktor pri vykonávaní letných telovýchovných kurzov pre deti a mládež v rámci rekreačného športu.	
Stručná osnova predmetu: Cvičenia: 1. Zásady správania a bezpečnosti pri pohybe a pobyte v neznámom prírodnom prostredí 2. Príprava a vedenie túry 3. Objektívne a subjektívne nebezpečenstvo v horskom prostredí 4. Zásady hygieny a prevencie poškodenia zdravia v extrémnych podmienkach 5. Zakladanie ohňa 6. Pohyb v teréne, orientácia a navigácia 7. Improvizované prístrešky 8. Príprava stravy a filtrovanie vody 9. Zlaňovanie, tyrolský traverz 10. Presun raneného, prvá pomoc	
Odporúčaná literatúra:	

1. JUNGER, J. et al. Turistika a športy v prírode. Prešov: Fakulta humanitných a prírodných vied PU v Prešove. 2002. 267s. ISBN 80-8068-097-3.
2. MADARÁSOVÁ, J. 101 rád ako prežiť v prírode. Bratislava: Svojtko & Co, 2016. 128s. ISBN 9788081079436.
3. MCMANNERS, H. S batohom na zádech: jak přežít v přírodě. Bratislava: Slovo. 1996. 160s. ISBN 80-85711.
4. PAVLÍČEK, J. Člověk v drsné přírodě. 3. vyd. Praha: Práh. 2002. ISBN 8072520598.
5. WISEMAN, J. SAS: příručka jak přežít. Praha: Svojtko & Co. 2004. 566s. ISBN 8072372807.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 439

abs	n
46.01	53.99

Vyučujúci: Mgr. Ladislav Kručanica, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 16.05.2023

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/LOA/14	Názov predmetu: Letné outdoorové aktivity
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie – Hodnotenie: Podmienky záverečného hodnotenia: - písomný test (minimálne 60% správnych odpovedí) Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na letnom outdoorovom pobytovom kurze, - absolvovanie všetkých činností: turistika, cykloturistika, vodná časť – plavidlá/vodné lyžovanie - záverečné hodnotenie a aktívna účasť sú zohľadňované pri konečnej známke váhou 50:50.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je definovaný sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard: Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent po absolvovaní schopný: - zbaliť adekvátnu výbavu na turistický a cykloturistický výlet podľa náročnosti plánovanej trasy - opraviť defekt na bicykli a vykonať základný servis pred jazdou - orientovať sa v teréne pomocou mapy a bežných prírodných znakov - zorganizovať turistický, cykloturistický výlet s rôznymi stupňami náročnosti - jazdiť na vodných lyžiach priamo - nastupovať, vystupovať do plavidla a ovládať plavidlo na stojatej vode	
Stručná osnova predmetu: 1. Základy turistiky - orientácia v teréne, výber vhodnej trasy. Teoretické a praktické zručnosti pohybu v teréne, organizácia, plánovanie a realizácia túry 2. Nebezpečenstvo na horách, prvá pomoc v horskom teréne 3. Cykloturistika v prírode a na bežných cestách s automobilovou premávkou 4. Údržba a servis bicykla, Bezpečnosť pri pohybe mimo cestnej komunikácie, Dopravné predpisy 5. Základná technika jazdy na pramici, kanoe, kajaku 6. Zdokonaľovanie techniky jazdy na plavidlách na stojatej a tečúcej vode 7. Klimatické podmienky v 21. storočí	
Odporúčaná literatúra:	

1. JUNGER, J. a kol., Turistika a športy v prírode. Prešov: FHPV PU v Prešove. 2002. ISBN 8080680973
 2. NEUMAN, J. Turistika a športy v přírode. Praha: Portál. 2000. ISBN 8071783919
 3. STEJSKAL, T. Vodná turistika. Prešov: Manacon. 1999. ISBN 80-85668-8.
- Dostupné na: <https://uloz.to/file/n83EITja9tgT/vodna-turistika-stejskal-pdf#>
4. WINTER, S. Vysokohorská turistika. České Budejovice: Koop. 2003. ISBN 807232201X

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 230

A	B	C	D	E	FX
39.13	27.83	19.57	11.3	2.17	0.0

Vyučujúci: Mgr. Dávid Kaško, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 16.09.2021

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/MaM I./14	Názov predmetu: Manažment a marketing v ŠaR I.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 5.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Priebežné hodnotenie a skúška Priebežné hodnotenie: Test 40% z celkového hodnotenia Záverečné hodnotenie: Vypracovanie semestrálnej práce 50% z celkového hodnotenia (semestrálnu prácu tvorí projekt so zameraním na rolu manažéra vo vybranom športovom alebo rekreačnom zariadení)	
Výsledky vzdelávania: Študent ovláda základné charakteristiky z oblasti manažmentu a marketingu so zameraním na procesy realizácie plánovania, organizovania a riadenia v športe a rekreácii. Je schopný vytvoriť manažérsky tím pre oblasť rekreačných aktivít.	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do problematiky - vymedzenie pojmu manažment, špecifické črty manažmentu 2. História manažmentu, školy manažmentu 3. Znaky športu, Biela kniha o športe 4. Personálne riadenie a vedenie. Obsah a význam riadenia ľudských zdrojov, úlohy riadenia ľudských zdrojov 5. Rola manažéra 6. Vedenie tímu a tímovosť. Motivácia a faktory pre efektívne riadenie, odmeňovanie 7. Manažment v športe a rekreácii 8. Plánovanie v podmienkach športu a rekreácie - pojem a obsah plánovania, strategické plánovanie v športe a rekreácii 9. Organizovanie a organizácia. Organizačná štruktúra a jej úloha 10. Význam organizovania v športe a rekreácii. Hlavné kritériá pre tvorbu organizačných štruktúr pre šport a rekreáciu 11. Manažérske pozície v športe a manažment športového priemyslu 12. Controlling v športe a rekreácii. Controlling ako moderný nástroj úspešnosti riadenia, úlohy a funkcie controllingu v športe a rekreácii 13. Inštitucionálne členenie športu na Slovensku. Systém riadenia športu na Slovensku	
Odporúčaná literatúra: 1. Čáslavová, E. (2000). Management sportu. Praha: East West Publishing Company.	

2. Koontz, H. & Weihrich, H. (1993). Managmenet. Praha: Victoria Publishing. 3. Hobza, V. & Rektořík, J. a kol. (2006). Základy ekonomie sportu. Praha: Ekopress. 4. Ďuriček, M. (2007). Vademecum turizmu a rekreácie. Rožňava: Roven. 5. Novotný, J. (2000). Ekonomika sportu. Praha: ISV Praha.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 252					
A	B	C	D	E	FX
5.95	17.06	26.98	25.0	23.02	1.98
Vyučujúci: doc. Ing. Iveta Cimboláková, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/MaM II./14	Názov predmetu: Manažment a marketing v ŠaR II.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 6.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/MaM I./14	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Skúška Priebežné hodnotenie: Písomný test 40% z celkového hodnotenia Záverečné hodnotenie: Ústna skúška 60% z celkového hodnotenia	
Výsledky vzdelávania: Študent ovláda základné charakteristiky z oblasti manažmentu a marketingu so špecifickým zameraním na procesy marketingového riadenia a marketingovými koncepciami v športe a rekreácii. Na základe teoretických poznatkov si ozrejmil poznatky manažérskeho riadenia, strategického procesu v organizácii a systému marketingovej kontroly, ktoré aplikuje do oblasti športu a rekreácie.	
Stručná osnova predmetu: 1. Manažment a marketing v športe a rekreácii 2. Pojem, obsah a kategórie marketingu, rola marketingu v športe a rekreácii 3. Marketing a proces marketingového riadenia 4. Marketingová koncepcia. Marketingové plánovanie a tvorba marketingových plánov 5. Ciele a stratégie marketingu. Nástroje marketingu 6. Marketingová komunikácia. Nástroje, techniky, formy marketingovej komunikácie 7. Reklama v športe, Public relations- PR, podpora predaja, osobný predaj, obchodovateľné produkty v športe 8. Sponzoring, lobbing, fundraising v športe a rekreácii 9. Komunikácia v komerčnom a nekomerčnom sektore. Metódy a postupy prípravy a realizácie komunikačných aktivít. Marketingová komunikácia, šport ako médium marketingovej komunikácie 10. Mediálne a reklamné agentúry v turizme a športe 11. Marketingová kontrola a marketingový audit. Marketing a proces marketingového riadenia. Marketingová koncepcia 12. Konštrukcia marketingových projektov v športe a tvorba produktu 13. Propagácia športových podujatí	
Odporúčaná literatúra: 1. Čáslavová, E. (2000). Management športu. Praha: East West Publishing Company.	

2. Čáslavová, E. (2007). Management v tělesné výchově a sportu (vybrané kapitoly). Praha: UK Praha.
3. Hobza, V. & Rektořík, J. a kol. (2006). Základy ekonomie sportu. Praha: Ekopress.
4. Novotný, J. (2000). Ekonomika sportu. Praha: ISV. Grada.
5. Světlík, J. (2003). Marketing pro evropský trh. Grada.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:
Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 260

A	B	C	D	E	FX
8.08	21.92	24.62	22.69	19.62	3.08

Vyučujúci: doc. Ing. Iveta Cimboláková, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/MŽŠ/12	Názov predmetu: Manažment životného štýlu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 0 Za obdobie štúdia: 14 / 0 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 5.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Hodnotenie Priebežné hodnotenie: kontrolný test 1 krát v priebehu semestra minimálny počet 50 bodov, ktorý následne podmieňuje záverečnú ústnu skúšku Záverečné hodnotenie: Skúška – ústnou formou.	
Výsledky vzdelávania: Študent pochopil holistický prístup k zdraviu. Disponuje vedomosťami o determinantoch sedavého spôsobu života, meniacej sa skladbe súčasnej rodiny. Má vedomosti o modifikácii pracovného prostredia s upriamením na sociálnu analýzu nedostatočnej telesnej aktivity.	
Stručná osnova predmetu: 1. Holistické chápanie zdravia a činiteľov podmieňujúcich zdravie 2. Životný štýl jeho determinanty 3. Sedavý spôsob života jej príčiny 4. Transformácia v kompozícii rodiny 5. Telesná výchova jej kríza 6. Modifikácia pracovného prostredia 7. Prevencia a zdravotnícky systém 8. Stereotypy a ich postupná fixácia – zmena životného štýlu 9. Vybudovanie zdravých návykov 10. Udržanie novo získaných návykov 11. Nové spoločenské hnutie a jeho výzvy 12. Komunita a jej transformácia (zmena sociálneho prostredia) 13. Nové trendy životného štýlu	
Odporúčaná literatúra: Bašková, M. (2009). Výchova k zdraviu. Osveta. 2. Dohnal, T. (2002). Koncepcie a metodika systému rekreácie na úrovni obce. Olomouc: FTK UP. 3. Pavluch, L. & Frolíková, K. (2001). Osobní trenér. Cvičíme ve fitness centru. Praha: Grada. 4. Zimmerová, R. (2001). Netradiční sportovní činnosti. Praha: Portál.	

5. Jarkovská, H. & Jarkovská, M. (2005). Posilování s vlastním tělem 417 krát jinak. Praha: Grada, pub. 6. Liba, J. (2010). Výchova k zdraví. Prešov: Prešovská Univerzita. 7. Taylor, A.W. & Johnson, M. J. (2008). Physiology of exercise and healthy aging. Human Kinetics. 8. Internetové zdroje s problematikou športu pre všetkých, zdravého životného štýlu a pohybovej rekreácie. 9. McElroy, M. (2002). Resistance to exercise. Human Kinetics.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 128					
A	B	C	D	E	FX
84.38	10.16	5.47	0.0	0.0	0.0
Vyučujúci: doc. PaedDr. Ivan Uher, PhD., MPH					
Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/NŠ1/15	Názov predmetu: Netradičné športy 1
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 5.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: - participácia na vedení hodiny vo forme špeciálneho rozcvičenia a praktickej prezentácie pohybovej hry. Podmienky úspešného absolvovania: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - zvládnutie podmienok záverečného hodnotenia v celkovom vyjadrení na úrovni 50%.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent preukáže poznatky a pohybové zručnosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná v povinnej literatúre. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého: - získa teoretické a praktické vedomosti spojené s jednotlivými netradičnými športami, - pozná pravidlá a históriu jednotlivých pohybových a športových hier, - vie využiť pohybové a netradičné hry na rozvíjanie kondičných schopností u detí, mládeže, a dospelých, - je schopný organizovať športové podujatia vo vybraných netradičných športoch, - vie aplikovať poznatky pri vedení telovýchovných aktivít pre deti, mládež a dospelých v rámci rekreačného športu	
Stručná osnova predmetu: - Ringette – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Indiacca – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Softball, baseball – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Nohejbal – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Ringo – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Headis – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Fistball – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Metlobal – pravidlá, prípravné cvičenia, hra	

- Flag futbal – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Interkross – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Korfball – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Thoubckball – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Netball – pravidlá, prípravné cvičenia, hra - Organizácia, turnajov a súťaží v netradičných športoch					
Odporúčaná literatúra: 1. ARGAJ, G. Pohybové hry: teória a didaktika. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave. 2016. ISBN 9788022340229. 2. BODNÁR, S. Netradičné a menej známe hry a ich využitie pre aktívnu rekreáciu. Košice: UPJŠ v Košiciach. 2011. 3. ZIMMEROVÁ, R. Netradiční sportovní činnosti. Praha: Portál. 2001. 255s. ISBN 80-7178-460-5.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 149					
A	B	C	D	E	FX
65.77	14.77	12.75	1.34	0.0	5.37
Vyučujúci: Mgr. Ladislav Kručanica, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 16.05.2023					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/NŠ2/15	Názov predmetu: Netradičné športy 2
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 6.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: absolvoval Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - participácia na vedení hodiny vo forme špeciálneho rozcvičenia a praktickej prezentácie pohybovej hry, - aktívna účasť na kurze v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent preukáže vedomosti a zručnosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná v povinnej literatúre. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého: - získa teoretické a praktické vedomosti spojené s jednotlivými netradičnými športami, - pozná pravidlá a históriu jednotlivých hier, - vie využiť pohybové a netradičné hry na rozvíjanie kondičných schopností u detí a mládeže, - je schopný organizovať športové podujatia vo vybraných netradičných hrách, - vie aplikovať poznatky pri vedení krúžkov pre deti a mládež v rámci rekreačného športu.	
Stručná osnova predmetu: 1. Fistball – pravidlá, hra 2. Dodgeball – pravidlá, alternatívy hry a súťaž 3. Tchoukball – pravidlá, hra 4. Kin-ball – pravidlá, hra 5. Rope skipping (Single rope, Double dutch) – pravidlá, nácvik jednotlivca a dvojíc. 6. Spikeball – pravidlá, hra 7. Touch rugby – pravidlá, hra 8. In-line športy 9. Streetball – pravidlá, hra 10. Flag football – pravidlá, hra 11. Brann-ball – pravidlá, hra 12. TRX – pohybové aktivity s využitím závesného posilňovacieho systému.	

13. Disc golf – pravidlá, hra					
14. Konzultácie k hodnoteniu					
Odporúčaná literatúra: 1. ARGAJ, G. Pohybové hry: teória a didaktika. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave. 2016. ISBN 9788022340229. 2. BODNÁR, S. Netradičné a menej známe hry a ich využitie pre aktívnu rekreáciu. Košice: UPJŠ v Košiciach. 2011. 3. MAZAL, F. Pohybové hry a hraní. Olomouc: Hanex. 2000. 292s. ISBN 80-85783-29-0. 4. ZIMMEROVÁ, R. Netradiční sportovní činnosti. Praha: Portál. 2001. 255s. ISBN 80-7178-460-5.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 119					
A	B	C	D	E	FX
48.74	12.61	21.01	9.24	4.2	4.2
Vyučujúci: Mgr. Ladislav Kručanica, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 20.09.2021					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ODBP/12	Názov predmetu: Odborná prax
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 6.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/HOSP/14	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie – Hodnotenie: Podmienky záverečného hodnotenia: - písomná záverečná správa z odbornej praxe, - SWOT analýza, - písomná príprava na cvičebnú jednotku rekreačného športu a jej realizácia. Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - 36 hodín pracovnej platenej alebo neplatenej činnosti v komerčnom alebo nekomerčnom zariadení, - vypracovanie záverečnej správy a SWOT analýzy z odbornej praxe - vypracovanie prípravy cvičebnej jednotky a jej realizácia	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent počas záverečného hodnotenia preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je obsahovo daný sylabom predmetu. Výkonový štandard Študent je oboznámený s reálnym chodom športovej organizácie a prevádzkou komerčného podniku služieb voľného času. Nadobúda profesijné zručnosti, návyky a kompetencie pre efektívnu prácu na organizátorskej, resp. riadiacej pozícii. Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent po absolvovaní schopný: - využiť nadobudnuté vedomosti a praktické zručnosti a aplikovať ich v odbornej praxi (v športovej organizácii, v komerčnom podniku športovo-rekreačných služieb alebo inej organizácii na pozícii tréner, asistent trénera, animátor, inštruktor, asistent manažéra, koordinátor v centrách voľného času a pod.) - metodicky a eticky korektne využívať, verifikovať a interpretovať nadobudnuté poznatky a skúsenosti - organizovať, riadiť a diagnostikovať telovýchovno-športový proces zameraný na prevenciu smerujúcu k zdravému životnému štýlu a kvalite života a na oblasť pohybovej rekreácie - pracovať koncepčne a tvorivo, využívajúc moderné prostriedky, ktoré prináša „priemysel“ športu, rekreačných služieb, cestovného ruchu, turizmu a v súčasnosti expandujúcich wellness služieb	

- zhrnúť výsledky štúdia a formulovať vlastné závery					
Stručná osnova predmetu: 1. Odborná prax v športe a rekreácii 2. Oboznámenie sa: - so základnou dokumentáciou pracoviska potrebnou k bezproblémovému chodu, - právnou povinnosťou a zodpovednosťou na organizátorskej, resp. riadiacej pozícii. 3. Vytvoriť projekt a zorganizovať program rekreačnej aktivity v závislosti od profilu pracoviska vo vybraných organizáciách: - fitness centre, wellness centre, - športovom klube, športovom zväze, v odbore (klube) rekreačnej telesnej výchovy a športu, - liečebných kúpeľoch, - centre voľného času, - zariadení cestovného ruchu					
Odporúčaná literatúra: 1. BABIAR, M., BĄCZEK, J., B., KOMPÁN, J. Outdoorové animácie v cestovnom ruchu: organizácia voľného času v prírode. Bratislava: Stageman. 2013. 2. BUKOVÁ, A. Didaktika základnej telesnej výchovy a rekreačného športu: vybrané kapitoly. Vysokoškolské učebné texty. Košice: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika. 2015. ISBN 978-80-8152-349-6. 3. GADUŠOVA, Z et al. Hospitačná pedagogická prax (Metodické pokyny a hodnotenie študenta). Nitra: UKF v Nitre, 2008. Dostupné na: http://www.kza.fpv.ukf.sk/subory/PPX_6_2_08_3rocnik.pdf . 4. HRDLÍČKOVÁ, A. Odborná praxe v prostředí vysokého školství. Brno: Masarykova univerzita. 2013. ISBN 9788021064485. 5. KONTÍROVÁ, S. et al. Pedagogická prax študentov učiteľstva akademických predmetov. Košice: FF, PF UPJŠ v Košiciach. 2011. Dostupné na: https://unibook.upjs.sk/sk/pedagogika/647-pedagogicka-prax-studentov-ucitelstva-akademickych-predmetov . 6. NEUMAN, J. Dobrodružné hry a cvičení v přírodě. Praha: Portál. 2014. ISBN 9788026206286. 7. TILINGER, P. Odborné a pedagogické praxe ve sportu a tělesné výchově. Karolinum Press. 2014. ISBN 9788024627953. 8. TUREK, I. et al. Manažérstvo kvality výučby na vysokých školách. Učebné texty pre kurz. Košice: Technická univerzita. 2017. Dostupné na: https://kip.tuke.sk/wp-content/uploads/2017/09/09-vuc81-ucTextyManQVnaVS.pdf .					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 263					
A	B	C	D	E	FX
59.7	19.01	17.11	3.04	0.0	1.14
Vyučujúci: Mgr. Agata Dorota Horbacz, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 31.05.2023					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/PaPVČ/14	Názov predmetu: Pedagogika a pedagogika voľného času
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 2 Za obdobie štúdia: 14 / 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 5	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Priebežné hodnotenie a skúška Priebežné hodnotenie: Projekt voľnočasových pohybových aktivít (hodnotenie A – Fx) Záverečné hodnotenie: Záverečná skúška - test (hodnotenie A – Fx) A - 100 – 90 % D - 69 – 60 % B - 89 – 80 % E - 59 – 50 % C - 79 – 70 % Fx - 49 – 0 %	
Výsledky vzdelávania: Študent má získané vedomosti a osvojené zručnosti potrebné na riadenie výchovno-vzdelávacieho procesu vo voľnom čase v športe a pohybovej rekreácii.	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do štúdia predmetu 2. Pedagogika – základná terminológia 3. Edukačná realita – základné pojmy a vzťahy 4. Edukačné procesy 5. Pedagogika voľného času – základná terminológia 6. Výchovné pôsobenie voľného času 7. Osobnosť pedagóga voľného času 8. Šport a voľný čas 9. Voľný čas v priebehu života 10. Holistický prístup k voľnému času 11. Pedagogika zážitku – základná terminológia 12. Pedagogika zážitku – pedagóg v zážitkovom učení 13. Kreatívne plánovanie voľného času 14. Časový snímok 15. Voľný čas na internete – 3 internetové zdroje o trávení voľného času 16. Voľný čas v odborných publikáciách 17. Voľný čas v dennej tlači a časopisoch 18. Súbor jednoduchých voľnočasových aktivít 19. Modelová ukážka neformálnej vzdelávacej aktivity	

20. Exkurzia do voľnočasového zariadenia 21. Projekt voľnočasovej aktivity 22. Organizácia voľnočasového podujatia 23. Zážitkové učenie – realizovanie hry 24. Úvaha na vybranú tému					
Odporúčaná literatúra: 1. Kratochvílová, E. (2010). Pedagogika voľného času. Trnava: Typi Universitatis Tyrnaviensis. 2. Hanuš, R. – Chytilová, L. (2009). Zážitkově pedagogické učení. Praha: Grada Publishing. 3. Human Kinetics (2013). Dimensions of Leisure for Life. Champaign: Human Kinetics. 4. Human Kinetics (2013). Introduction to Recreation and Leisure Web Resource-2nd Edition. Champaign: Human Kinetics. 5. Pávková, J. a kol. (2002). Pedagogika voľného času. Praha: Portál. 6. Průcha, J. (2013). Moderní pedagogika. Praha: Portál. 7. Slepíčková, I. (2005). Sport a volný čas – Vybrané kapitoly. Praha: Karolinum.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 537					
A	B	C	D	E	FX
11.73	11.17	24.21	20.3	19.93	12.66
Vyučujúci: Mgr. Zuzana Küchelová, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/Pil/15	Názov predmetu: Pilates
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 6.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Absolvovanie. Povinná aktívna účasť na hodinách a záverečné praktické ukážky cvičebných zostav pozostávajúce z prvkov metódy Pilates.	
Výsledky vzdelávania: Študent ovláda základné Pilatesove princípy a cvičenia. Je schopný vytvoriť cvičebnú zostavu pre začiatočníkov aj pre pokročilých, ovláda základné metódy vedenia hodiny.	
Stručná osnova predmetu: Charakteristika metódy Pilates - základné informácie a vývoj metódy. Princípy metódy Pilates a kontrola vykonávaných cvičení. Pilatesove dýchanie, anatómia dýchacieho systému -laterálne dýchanie a aktívne dýchanie. Stabilizácia chrbtice , panvy a sústredenie na svaly „CORE“. Cvičenia metódy Pilates pre začiatočníkov. Cvičenia metódy Pilates pre stredne pokročilých. Zdokonaľovanie už poznaných cvičení. Cvičenie s náčiním (drevená tyč, overball , gumové lana). Metóda Pilates aplikovaná v rehabilitácii. Tréning pre športovcov. Vlastné cvičebné zostavy. Záverečná zostava v písomnej a praktickej forme.	
Odporúčaná literatúra: 1. ISACOWITZ, R., CLIPPINGER, K. Pilates anatomie. Praha: CPress. 2012. ISBN 978-80-264-0121-6. 2. KLENKOVÁ, M., KAZIMÍR, J. Bolesti v kříži a pilates medical. 1. Vad. Bratislava: Slovart. 2010. ISBN 9788055601854 3. BLAHUŠOVÁ, E. Pilatesova metóda III: péče o páteř. 1. vyd. Praha: Grada. 2005 ISBN 80-247-0678-4. 4. BLAHUŠOVÁ, E. Pilatesova metóda: cvičení se širokou gumou, cvičení s velkým míčem, cvičení na odstranění bolestí páteře. 1. vyd. Praha: OLYMPIA. 2004. ISBN 80-7033-841-5 5. HOFLEROVÁ, H. Cvičení ke zpevnění pánevního dna pro ženy a muže. Praha: BETA – Dobrovský. 2004. ISBN 8073061481.	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský	
Poznámky:	

Hodnotenie predmetov	
Celkový počet hodnotených študentov: 105	
abs	n
75.24	24.76
Vyučujúci: Mgr. Agata Dorota Horbacz, PhD.	
Dátum poslednej zmeny: 27.05.2020	
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.	

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/PAaZ/17	Názov predmetu: Pohybový aparát a zdravie
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Záverečné hodnotenie: povinná, 80 % účasť na praktických cvičeniach, teoretické a metodické zvládnutie praktických úloh a úspešné zvládnutie testu (potrebných minimálne 50% pre úspešné ukončenie predmetu).	
Výsledky vzdelávania: Študent sa naučí vyberať kompenzačné cvičenia pre: správne držanie tela, kompenzáciu jednostranného pohybového zaťaženia, jednotlivé oslabenia pohybového aparátu, poúrazové stavy a prevenciu bolesti pohybového aparátu.	
Stručná osnova predmetu: 1. Základné pojmy a charakteristiky zdravotnej telesnej výchovy. 2. Ciele a úlohy zdravotnej telesnej výchovy. Rozdelenie a charakteristika zdravotných oslabení pohybového aparátu. 3. Správne držanie tela a poruchy správneho držania tela. Cvičenie na návyk správneho držania tela. 4. Hlboký stabilizačný systém. Cvičenia na aktiváciu hlbokého stabilizačného systému. 5. Cvičenia zamerané na odstraňovanie bolesti a kompenzáciu lordózy v drierkovej a krčnej oblasti. 6. Cvičenia zamerané na odstraňovanie bolesti a kompenzáciu kyfózy v hrudnej oblasti. 7. Bočné odchýlky chrbrtice (skoliózy). Cvičenia zamerané na kompenzáciu skoliózy. 8. Cvičenia zamerané na odstraňovanie problémov krčnej časti chrbrtice a bolesti hlavy. 9. Charakteristika oslabenia horných končatín. Cvičenia zamerané na odstraňovanie bolesti v ramennom, lakt'ovom a zápästnom kĺbe. 10. Charakteristika oslabenia dolných končatín. Cvičenia zamerané na odstraňovanie bolesti a fixáciu bedrového a kolenného kĺbu. 11. Cvičenia zamerané na odstraňovanie bolesti v členkovom kĺbe, tvorba klenby nohy. 12. Kompenzácia jednostranného športového zaťaženia. 13. Cvičenia zamerané na kompenzáciu pohybového aparátu po úrazoch. 14. Hodnotenie študentov.	
Odporúčaná literatúra: 1. ALTHER, J. K. a kol. Encyklopédia alternatívnej medicíny. Bratislava: Reader's Digest, 2010. 2. BLAHUŠOVÁ, E. Pilates pro rehabilitaci. Praha: Grada, 2010. 3. BURSOVÁ, M. Kompenzační cvičení. Praha: Grada, 2005.	

4. HÖFLER, H. Posílení pánevního dna. Praha: Grada, 2009. 5. HROMÁDKOVÁ, J. a kol. Fyzioterapie. Jinořany: H & H, 2002. 6. PILNÝ, J. a kol. Prevence úrazů pro sportovce. Praha: Grada Publishing, a. s, 2007. 7. LABUDOVÁ, J. Športová edukológia - šport zdravotne oslabených. Vedy o športe. Charakteristika vedných odborov. Bratislava, FTVŠ UK, 1996, s. 35-38. 8. RAMÍK, K. Cviky na vaši bolest. Praha: Grada, 2008.	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: slovenský	
Poznámky:	
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 56	
abs	n
78.57	21.43
Vyučujúci: Mgr. Agata Dorota Horbacz, PhD.	
Dátum poslednej zmeny: 17.03.2017	
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.	

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: KPPaPZ/PPZ/09	Názov predmetu: Psychológia a psychológia zdravia
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 / 2 Za obdobie štúdia: 28 / 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 6	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Priebežné hodnotenie pozostáva z: prezentácie, aktívnej účasti, seminárnej práce, priebežného testu. Priebežné hodnotenie tvorí 40% celkového hodnotenia. Pre pripustenie ku skúške je potrebné získať z priebežného hodnotenia min. 20 bodov počas výukovej časti semestra. Záverečné hodnotenie bude prebiehať písomnou formou . V záverečnom hodnotení je možné získať 60 bodov, čo je 60% bodov celkového hodnotenia. Hodnotenie predmetu (priebežné aj záverečné) a jeho následné absolvovanie bude vychádzať z jasne a objektívne stanovených požiadaviek, ktoré budú stanovené dopredu a nebudú sa meniť. Cieľom hodnotenia je zabezpečiť objektívne a spravodlivé zmapovanie vedomostí študenta pri dodržaní všetkých etických a morálnych štandardov. Neexistuje žiadna tolerancia voči podvodnému správaniu sa študentov, či už v procese výučby alebo v procese hodnotenia.	
Výsledky vzdelávania: Cieľom predmetu je oboznámenie sa so základnými a aktuálnymi poznatkami psychológie za účelom ich ďalšieho uplatnenia v aplikovaných psychologických disciplínach a to zvlášť v oblasti psychológie zdravia, športu a rekreácie. Študent dokáže preukázať porozumenie správaniu sa jedinca z hľadiska základných psychologických procesov a fenoménov (princíp a fungovanie zmyslov, pamäť, myslenie, sociálne správanie, emócie a motivácia). Študent dokáže popísať, vysvetliť a zhodnotiť základné psychologické teórie a koncepty vysvetľujúce správanie a prežívanie jedincov. Študent dokáže na základnej úrovni aplikovať niektoré psychologické poznatky aj v oblasti športu a telesnej výchovy. Spôsob výučby predmetu bude orientovaný na študenta. Prednášajúci sa budú zaujímať o potreby, očakávania a názory študentov tak, aby ich podnecovali ku kritickému mysleniu vyjadrovaním rešpektu a spätnej väzby voči ich názorom a potrebám. Obsah učiva bude vychádzať z primárnych a kvalitných zdrojov ktoré budú reflektovať aktuálnosť tém tak, aby bolo zabezpečené prepájanie učiva s inými predmetmi a tiež prepájanie učiva s praxou. Od študentov sa bude očakávať aktívny prístup na prednáškach a seminároch z dôrazom na ich samostatnosť a zodpovednosť.	
Stručná osnova predmetu:	

1. Predmet štúdia psychológie, ciele psychológie a hlavné smery v psychológii. 2. Základné pojmy všeobecnej psychológie. 3. Senzorické procesy a vnímanie. 4. Učenie a procesy učenia. 5. Pamäť, modely pamäte. 6. Myslenie a inteligencia. 7. Motivácia a emócie. 8. Vývin, periodizácia vývinu a charakteristika vývinových období. 9. Stres a zvládanie záťaže. 10. Psychologické faktory podporujúce a poškodzujúce zdravie.					
Odporúčaná literatúra: Atkinson R. et al. : Psychologie, Praha, 2003 Končeková, L.: Vývinová psychológia, Prešov, 2007 Plháková, A.: Učebnice obecné psychologie, Praha, 2003 Kariková S.: Kapitoly z pedagogickej psychológie, Žilina, 2006 Křivohlavý J., Psychologie zdraví, Praha, 2001 Kubáni V., Všeobecná psychológia, Prešov, 2010 Výrost, J, Slaměnik, : Sociální psychologie, Praha, 2008					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský jazyk					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 501					
A	B	C	D	E	FX
3.19	10.78	22.75	24.15	30.54	8.58
Vyučujúci: Mgr. Lucia Barbierik, PhD., Mgr. Ondrej Kalina, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 24.06.2022					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/PSŠ/12	Názov predmetu: Psychológia a sociológia športu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Seminár Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 / 2 Za obdobie štúdia: 28 / 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 6	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: KPPaPZ/PPZ/09 alebo ÚTVŠ/PPZ/23	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Metóda štúdia: Vo výučbe sa využívajú i dištančné formy štúdia (MS Teams a LMS) Skúška: Podmienky záverečného hodnotenia: - skúška pozostávajúca z písomnej časti (min. 60% bodov z celkového počtu) a následne ústnej časti (min. 60% obsahového štandardu zvolenej témy) Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho - odovzdanie 3 zadaných seminárnych prác a jednej semestrálnej práce v priebehu semestra podľa požiadaviek v sylabe predmetu - výsledné hodnotenie zohľadňuje aktivitu študenta na seminároch a kvalitu odovzdaných zadaní v pomere k výsledku skúšky 50:50	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže vedomosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná v povinnej literatúre Výkonový štandard: Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent po absolvovaní schopný: - vysvetliť a opísať psychologické aspekty športového tréningového procesu v oblasti výkonnostnej a rekreačnej - navrhnúť postup psychologizácie telovýchovného procesu, utvárania pozitívneho postoja k pravidelnej telovýchovnej a športovej činnosti v rámci zdravého životného štýlu a somato-mentálnej vyváženosti - aplikovať a používať vybrané psycho-regulačné techniky v telovýchovnom procese - vysvetliť a opísať sociologické aspekty pohybovej aktivity vrátane športu - chápať šport ako sociálno-kultúrny fenomén, ktorý ovplyvňuje správanie jednotlivca i skupín - klásť problémové otázky vychádzajúce z vedomostí základných kategórií, javov týkajúcich sa predmetu - metodicky a eticky korektne využívať, verifikovať a interpretovať nadobudnuté poznatky - štrukturovať výsledky dosiahnuté v priebehu realizácie predmetu a formulovať vlastné závery.	

Stručná osnova predmetu:**Prednášky**

1. Charakteristika psychológie športu
2. Motivácia v športe a rekreačnom športe (2x prednáška)
3. Emócie a šport, predštartové a poštartové stavy, emocionálna inteligencia (2x prednáška)
4. Motorické učenie z aspektu psychických procesov
5. Reaktivita a tréningová záťaž
6. Stres a adaptabilita v športe (2x prednáška)
7. Osobnosť športovca
8. Kreativita v telovýchovnom procese
9. Pohybová aktivita a duševné zdravie
10. Základy sociológie športu (2x prednáška)

Semináre

1. Zadania a požiadavky na semestrálnu prácu
2. Typológia športov – psychologické hľadisko
3. Psychoregulácia a psychoregulačné techniky (2x seminár)
4. Salutogenéza, A a B typ správania
5. Cvičenie a šport ako kultúrny fenomén
6. Športová činnosť ako prostriedok socializácie a integrácie jednotlivca a sociálnych skupín
7. Správanie davu na športoviskách
8. Doping v športe z pohľadu sociálnych a psychických aspektov
9. Komercionalizácia a profesionalizácia v športe
10. Telesné cvičenia v umení
11. Globálne aspekty športu
12. Komunikácia v športe, komunikácia s médiami
13. Prezentácia semestrálnej práce (2x seminár)

Odporúčaná literatúra:

1. GREGOR, T. Psychológia športu. Bratislava: Mauro. 2013. ISBN 9788096809271.
2. SEKOT, A. Sociologie sportu. Brno: Masarykova univerzita. 2006. ISBN 802104201X.
3. SEKOT, A.: Pohybové aktivity pohledem sociologie. Brno: Masarykova univerzita. 2015. ISBN 9788021079182.
4. SLEPIČKA, P., HOŠEK, V., HÁTLOVÁ, B. Psychologie sportu. Praha: Karolinum. 2009. ISBN 9788024616025.
5. TOD, D., THATCHER, J., RAHMAN, R. Psychologie sportu. Praha: Grada. 2012. ISBN 9788024739236.
6. ZUSKOVÁ, K., MALÝ, T., STEJSKAL, T., DURKÁČ, P. Osobnosť športovca z pohľadu vybraných oblastí psychológie a športu. Prešov: Fakulta športu Prešovskej univerzity v Prešove. 2010. ISBN 9788055501345

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 327

A	B	C	D	E	FX
12.54	17.74	20.18	18.04	15.9	15.6

Vyučujúci: doc. PaedDr. Klaudia Zusková, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 14.03.2023
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/PM1/17	Názov predmetu: Psychomotorika 1
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: - tvorba psychomotorickej pomôcky, - 2-krát klasifikovaná praktická prezentácia psychomotorických hier na určenú problematiku, - 1-krát seminárna práca v písomnej forme (práca je odovzdaná podľa kritérií zadania uvedených v sylabe predmetu), - zvládnutie podmienok v celkovom hodnotení na úrovni 60%. Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - záverečné hodnotenie zohľadňuje praktickú prezentáciu hier s tvorbou psychomotorickej pomôcky a seminárnu prácu pri konečnom hodnotení váhou 60:40.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent počas záverečného hodnotenia preukáže vedomosti a poznatky z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná v povinnej literatúre. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je schopný: - tvoriť pohybové cvičenia a hry na rozvíjanie psychomotoriky, uplatňovať ich v telovýchovnej a športovej praxi, - aplikovať nadobudnuté vedomosti a osvojené zručnosti v telovýchovnom procese, vo voľnom čase a v pohybovej rekreácii, - aktívnym prístupom aplikovať osvojené postupy v nových situáciách v praxi, - tvoriť situácie vedúce k zážitku radosti z pohybu v oblasti športu pre všetkých, - metodicky a eticky posúdiť, vybrať a interpretovať nadobudnuté poznatky a možnosti využitia netradičnej formy výučby, - štrukturovať výsledky štúdia a formulovať vlastné závery	
Stručná osnova predmetu: Cvičenia: 1. Úvod, požiadavky, podmienky absolvovania predmetu	

2. Pedagogický proces v psychomotorike 3. Oblasť zamerania psychomotorických cvičení 4. Hry a cvičenia na rozvoj reči a slovnej zásoby 5. Hry na rozvíjanie hrubej motoriky 6. Hry na rozvíjanie jemnej motoriky 7. Hry na verbálnu a neverbálnu komunikáciu 8. Hry na poznávanie a vyjadrovanie veľkosti 9. Hry na vnímanie priestoru 10. Hry kontaktné 11. Hry na prenos pohybu 12. Hry na spoznávanie napätia 13. Psychostimulácia 14. Názorné ukážky využitia vytvorených psychomotorických pomôcok					
Odporúčaná literatúra: 1. BLAHUTKOVÁ, M. et al. Duševní zdraví a pohyb. Brno: Akademické nakladatelství Cerm. 2015. ISBN 978-80-7204-916-5. 2. BLAHUTKOVÁ, M., KÜCHELOVÁ, Z. et al. Psychomotorika pro tebe. Brno: Akademické nakladatelství Cerm. 2017. ISBN 978-80-7204-954-7. 3. HERMOCHOVÁ, Soňa a Jana VAŇKOVÁ. Hry pro rozvoj skupinové spolupráce. Praha: Portál, 2014. ISBN 9788026207276. 4. HERRMANN, É. 100 Montessori aktivít na objavovanie sveta: (od 3 do 6 rokov). Bratislava: Citadella. 2017. ISBN 978-80-8182-093-9. 5. HERTMOCHOVÁ, S. Hry pro dospělé: komunikace, vytváření skupin, poznávání, vcítění a sebeprosazování. Praha: Grada. 2004. ISBN 978-80-2470-817-1. 6. KŘIVOHLAVÝ, J. Psychologie zdraví. Praha: Portál. 2003; https://digitalnakniznica.cvtisr.sk/zoom/4326/view ; 2009. ISBN 978-80-7367-568-4. 7. ŠIMANOVSKÝ, Z., ŠIMANOVSKÁ, B. Hry pro rozvoj zdravé osobnosti: Prevence problem s agresivitou, pasivitou a závislostí. Praha: Portál. 2014. ISBN 978-80-262-0766-5. 8. VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie II: dospělost a stáří. Praha: Karolinum. 2007. ISBN 978-80-2461-318-5. 9. VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie: dětství a dospívání. Praha: Karolinum. 2012. ISBN 978-80-2462-153-1. 2021, 542s. ISBN 9788024650241 (elektronická kniha) - https://ebookcentral.proquest.com/lib/upjs-ebooks/reader.action?docID=6859431&query=V%C3%BDvojov%C3%A1+Psychologie+%3A+D%C4%9Bstv%C3%AD+a+Dosp%C3%ADv%C3%A1n%C3%AD					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 93					
A	B	C	D	E	FX
69.89	18.28	4.3	0.0	0.0	7.53
Vyučujúci: Mgr. Zuzana Küchelová, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 31.05.2023					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/PM2/17	Názov predmetu: Psychomotorika 2
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 5.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: - tvorba psychomotorickej pomôcky, - 2-krát klasifikovaná praktická prezentácia psychomotorických hier na určenú problematiku podľa kritérií zadania uvedených v sylabe predmetu, - 1-krát seminárna práca v písomnej forme (práca je odovzdaná podľa kritérií zadania uvedených v sylabe predmetu). Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - záverečné hodnotenie zohľadňuje praktickú prezentáciu hier, tvorbu psychomotorickej pomôcky a seminárnu prácu pri konečnom hodnotení váhou 70:30.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent počas záverečného hodnotenia preukáže rozšírenie vedomostí a poznatkov z problematiky, ktorá je obsahovo daná informačným listom predmetu a šírkou definovaná v povinnej literatúre. Výkonový štandard: Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je schopný: - tvoriť pohybové cvičenia a hry na rozvíjanie pri poruchách v psychomotorickom vývoji, uplatňovať ich v telovýchovnej a športovej praxi, - aplikovať nadobudnuté vedomosti a osvojené zručnosti v telovýchovnom procese, vo voľnom čase, v pohybovej rekreácii, a v mimoškolskej zdravotnej telesnej výchove, - aktívnym prístupom aplikovať osvojené postupy v nových situáciách v praxi, - tvoriť situácie vedúce k zážitku radosti z pohybu, v oblasti športu pre všetkých, - metodicky a eticky posúdiť, vybrať a interpretovať nadobudnuté poznatky a možnosti, - využitia netradičnej formy výučby (deti so špecifickými potrebami) so zameraním na prirodzenú podstatu osobnosti klienta, - štrukturovať výsledky štúdia a formulovať vlastné závery.	
Stručná osnova predmetu: Cvičenia:	

1. Psychomotorika ako pohybová aktivita
2. Psychomotorický vývoj dieťaťa, poruchy, diagnostika
3. Osobnosť dieťaťa so špecifickými potrebami
4. Hry s využitím netradičného náčinia I.
5. Hry s využitím netradičného náčinia II.
6. Hry s využitím netradičného náradia III.
7. Hry s využitím špecifických pomôcok
8. Hry s využitím padáku
9. Hry s využitím zmyslového rozlišovania
10. Tímová práca, grafické vyjadrovanie
11. Psychomotorika a vnímanie hudby
12. Psychomotorické hry na orientáciu priestor
13. Psychomotorické hry a prekážkové dráhy
14. Názorné ukážky využitia vytvorených psychomotorických pomôcok

Odporúčaná literatúra:

1. BLAHUTKOVÁ, M., KÜCHELOVÁ, Z. et al. Psychomotorika pro tebe. Brno: Akademické nakladatelství Cerm. 2017. ISBN 978-80-7204-954-7.
- děti s poruchami pozornosti a pro hyperaktivní děti. Brno: Masarikova univerzita, Pedagogická fakulta. 2004. ISBN 978-80-210-27-7.
2. JIRÁSEK, J., HAVLÍNOVÁ, M., VANČUROVÁ, E. Hrajeme si doopravdy. 2. vyd. Praha: Avicenum. 1990. ISBN 80-201-0018-0.
3. KAPLAN, A., BARTŮŇEK, D., NEUMAN, J. Skáče, běháme a hrajeme si: na hřišti i pod střechou. Praha: Portál. 2003. ISBN 807178785X.
4. KURTZ, L. A. Hry pro rozvoj psychomotoriky: pro děti s ADHD, autizmem, smyslovým postižením a dalšími handicap. Praha: Portál. 2015. ISBN 978-80-262-0800-6.
5. LANGMEIER J., KREJČÍŘOVÁ, D. Vývojová psychologie. 2. vyd. Praha: Grada. 2006. ISBN 802-47-128-49.
6. ŠIMANOVSKÝ, Z., ŠIMANOVSKÁ, B. Hry pro rozvoj zdravé osobnosti: Prevence problem s agresivitou, pasivitou a závislostí. Praha: Portál. 2014. ISBN 978-80-262-0766-5.
7. ŠIMANOVSKÝ, Z. Hry s hudbou a techniky muzikoterapie ve výchově, sociální práci a klinické praxi. 4. vyd. Praha: Portál. 2011. ISBN 9788073679286.
8. ŠIMANOVSKÝ, Z. Hry pro zvládání agresivity a neklidu. 2. vyd. Praha: Portál. 2008. ISBN 9788073674267.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:
slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 49

A	B	C	D	E	FX
71.43	10.2	12.24	2.04	0.0	4.08

Vyučujúci: Mgr. Zuzana Küchelová, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 31.05.2023

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/RŠaR/12	Názov predmetu: Regenerácia v športe a rekreácii
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 1 Za obdobie štúdia: 14 / 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Metóda štúdia: Vo výučbe sa využívajú i dištančné formy štúdia (MS Teams a LMS) Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: - písomný test, - semestrálna práca, prezentácia vybranej témy v oblasti regenerácie v závere semestra. Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho.	
Výsledky vzdelávania: Ukončenie: Hodnotenie Obsahový štandard Študent preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a je definovaná šírkou povinnej literatúry. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je po absolvovaní predmetu schopný: - zvládnuť teoreticky a metodicky praktické úlohy, - aplikovať nadobudnuté poznatky v rôznorodých situáciách v praxi, - korektne využívať, verifikovať a interpretovať nadobudnuté poznatky a skúsenosti v oblasti regenerácie, - zhrnúť výsledky štúdia a formulovať vlastné závery.	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do disciplín, metód a regeneračných postupov 2. Únava – druhy únavy a známky únavy 3. Prostriedky regenerácie 4. Svalová relaxácia 5. Kompenzačné cvičenia: pilates, joga, cvičenia na zdravú chrbticu 6. Klasická masáž – základy 7. Športová masáž 8. Hydroterapia	

9. Saunovanie
10. Kúpeľníctvo
11. Termoterapia
12. Alternatívne terapeutické postupy regenerácie v športe a rekreácii (semestrálne práce - prezentácie študentov)
13. Holistická terapia
14. Záverečné hodnotenie - záverečný test

Odporúčaná literatúra:

1. BIELIK, V. Regenerácia v športe. Bratislava: Sportdiag. 2014. ISBN 97880970324238.
2. HAVLÍČKOVÁ, L. et al. Fyziologie tělesné zátěže I. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave. 2006. ISBN 9788071848752.
3. LEVITOVÁ, A., HOŠKOVÁ, B. Zdravotně - kompenzační cvičení. Praha: Grada. 2016. ISBN 978-80-247-4836-8.
4. NELSON, A. G., KOKKONEN, J. Strečink na anatomických základech. Praha: Grada. 2015. ISBN 9788024727844.
5. PILNÝ, J. et al. Prevence úrazů pro sportovce. Praha: Grada. 2007. ISBN 8024716756.
6. ŠTULRAJTER, V., JÁNOŠDEÁK, J. et al. Regenerácia a masáž. Bratislava: Peem. 2003. ISBN 80-88901-70-7.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 304

A	B	C	D	E	FX
6.91	15.79	32.57	25.0	16.45	3.29

Vyučujúci: Mgr. Agata Dorota Horbacz, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 22.09.2021

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: CJP/RJ1/15	Názov predmetu: Ruský jazyk pre nefilológov 1
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Aktívna účasť na seminároch, max. 2 absencie, samoštúdium, vypracovanie zadaní, prezentácie, testy, záverečné kolokvium. Výsledné hodnotenie je dané priemerom %/bodov za jednotlivé aktivity. Stupnica hodnotenia: A-92–100, B-85–91, C-78–84, D-71–77, E-65–70, F-64 a menej	
Výsledky vzdelávania: Študenti získajú základné vedomosti o ruskom jazyku (výslovnosť, gramatika, slovná zásoba, jazyková interferencia a i.), základné jazykové zručnosti (počúvanie, hovorenie, čítanie, písanie) a komunikačné jazykové kompetencie (lingvistickú, sociolingvistickú, pragmatickú) podľa sylabu predmetu so zameraním na témy súvisiace s ich študijným programom. Jazyková úroveň: A1 (Spoločný európsky referenčný rámec pre jazyky).	
Stručná osnova predmetu: Ruská azbuka, ortografia, výslovnosť. Ruská veta, podstatné mená a slovesá, modálne a nepravidelné slovesá. Zámená, číslovky, vybrané prídavné mená a príslovky. Jazyková interferencia. Rozvíjanie slovnej zásoby (zoznámenie sa, kto je kto, záľuby, rodina, priatelia, ľudia a ich vlastnosti, krajiny a národnosti, kde žijem, moje mesto, na univerzite, životopis, významné osobnosti a i.) Domáce čítanie: A.P.Čechov	
Odporúčaná literatúra: Nekolová, V., Camutaliová, I., Vasilieva-Lešková, A.: Ruština nejen pro samouky. Praha, Leda, 2007 Myronova, H., Gálová, D.: Ruština pro podnikatelskou sféru. Masarykova univerzita v Brně, Ekonomicko-správní fakulta. Brno 2003. ISBN 80-210-3258-8 www.kj.fme.vutbr.cz/studopory/RU/phrases/BusinessRussian.pdf Fozikoš, A., Reiterová, T.: Reálie rusky mluvících zemí. Plzeň, Fraus, 1998 Oganessianová D., Tregubová, J.: Cvičebnice ruské gramatiky. Praha, Polyglot, 2004 + doplnkové materiály vyučujúcej http://public-library.narod.ru/	

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: slovenský jazyk					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 459					
A	B	C	D	E	FX
44.44	15.69	13.73	9.15	6.32	10.68
Vyučujúci: PhDr. Helena Petruňová, CSc.					
Dátum poslednej zmeny: 12.04.2022					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: CJP/RJ2/15	Názov predmetu: Ruský jazyk pre nefilológov 2
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: CJP/RJ1/15	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Aktívna účasť, max. 2 absencie. 2 testy, kontrolné diktáty, písomné zadania (80 -100 slov), domáce čítanie, ústne mini-prezentácie. Pri hodnotenom predmete nie je možný opravný termín pre testy. Výsledné hodnotenie je dané priemerom % za jednotlivé aktivity. Stupnica hodnotenia v %: A-92–100, B-85–91, C-78–84, D-71–77, E-65–70, F-64 a menej	
Výsledky vzdelávania: Študenti získajú širšie vedomosti o ruskom jazyku (výslovnosť, gramatika, slovná zásoba, jazyková interferencia a i.), základné jazykové zručnosti (počúvanie, hovorenie, čítanie, písanie) a komunikačné jazykové kompetencie (lingvistickú, sociolingvistickú, pragmatickú) podľa sylabu predmetu so zameraním na témy súvisiace s ich študijným programom. Jazyková úroveň: A1/A2 (Spoločný európsky referenčný rámec pre jazyky).	
Stručná osnova predmetu: Rozvíjanie slovnej zásoby (záľuby, cudzie jazyky, práca a povinnosti, cestovanie, pamiatky, plány, v cudzom meste, v zahraničí, voľný čas, priatelia, EÚ, OSN a i.). Gramatika (podstatné mená, slovesá, prídavné mená a príslovky, slovesá v prítomnom, minulom a budúcom čase, modálne a nepravdivé slovesá). Jazyková interferencia, základy písomného styku a i. Domáce čítanie - L. N. Tolstoj, B. Pasternak, Rádio OSN - správy	
Odporúčaná literatúra: Nekolová, V., Camutaliová, I., Vasilieva-Lešková, A.: Ruština nejen pro samouky. Praha, Leda, 2007 Baláž, G., Čabala, M., Svetlík, J.: Gramatika ruštiny. Bratislava, SPN, 1995 Balcar M.: Ruská gramatika v kostce. Praha, Leda, 1999 Fozikoš, A., Reiterová, T.: Reálie rusky mluvících zemí. Plzeň, Fraus, 1998 Oganessianová D., Tregubová, J.: Cvičebnice ruské gramatiky. Praha, Polyglot, 2004 + doplnkové materiály vyučujúcej http://public-library.narod.ru/	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:	

ruský jazyk A1					
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: PhDr. Helena Petruňová, CSc.					
Dátum poslednej zmeny: 12.04.2022					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/SMS1/15	Názov predmetu: SM Systém 1
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho. - praktická ukážka určených cvičení zameraných na správnu techniku vykonania SP systému	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent počas záverečného hodnotenia preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je obsahovo daný sylabom predmetu a šírkou definovaný v odporúčanej literatúre. Výkonový štandard: Študent je po absolvovaní predmetu schopný: - teoreticky a metodicky zvládnuť praktické cvičenia SM systému, - aplikovať nadobudnuté poznatky v praxi, - korektne využívať, verifikovať a interpretovať nadobudnuté poznatky, - zhrnúť výsledky štúdia a formulovať vlastné závery, - si osvojiť zručnosť cvičiť SM systém s dodržiavaním správnej techniky cvičenia, zamerane na jednotlivé časti chrbtice.	
Stručná osnova predmetu: 1. Prírodné zákonitosti pohybu. Hlavné príčiny bolesti chrbtice 2. Hlavné princípy cvičenia SM systému 3. Hlavné zásady cvičenia. Dýchanie pri cvičení. 12 základných cvičení A – L podľa autora metódy MUDr. Smíška 4. Technika vykonávania cvičení „A“ a „B“ - aktivácia svalového reťazca latissimus dorsi. 5. Technika vykonávania cvičení „C“ a „D“ - stabilizácia svalovým korzetom – reťazcom serratus anterior. Zdokonaľovanie cvičení „A-D“. 6.-8. Technika vykonávania cvičení „E, F, G, H, , I, “ - mobilizácia celej chrbtice, hrudníka – stabilizácia svalovým korzetom latissimus dorsi, serratus anterior, pectoralis major. Zdokonaľovanie cvičení „A – I“ 9.-13. Technika vykonávania cvičení „J, , K, , L “- aktivácia svalového reťazca latissimus dorsi, serratus anterior a pectoralis major. Zdokonaľovanie cvičení „A – L“ 14. Záverečné hodnotenie - precvičovanie základných 12 cvičení správnou technikou	

Odporúčaná literatúra:

1. BIELIK, V. Regenerácia v športe. Bratislava: Sportdiag. 2014. ISBN 97880970324238.
2. HAVLÍČKOVÁ, L. et al. Fyziologie těledné zátěže I. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave. 2006. ISBN 9788071848752.
3. LEVITOVÁ, A., HOŠKOVÁ, B. Zdravotně - kompenzační cvičení. Praha: Grada. 2016. ISBN 978-80-247-4836-8.
4. MARTINKOVÁ, J. Sportovní úrazy a přetížení pohybového aparátu sportem. Praha: Mladá fronta. 2013. ISBN 9788020424549.
5. PILNÝ, J. et al. Prevence úrazů pro sportovce. Praha: Grada. 2007. ISBN 8024716756.
6. SMÍŠEK, R., SMÍŠKOVÁ, K., SMÍŠKOVÁ, Z. Spirální stabilizace páteře: Zdravá rovná záda. Praha: Centrum prohabilitační páteři. 2017.
7. SMÍŠEK, R., SMÍŠKOVÁ, K. Spirální stabilizace - SM systém. Praha: Richard Smíšek. 2005. ISBN 8023946889.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 87

A	B	C	D	E	FX
17.24	36.78	33.33	6.9	4.6	1.15

Vyučujúci: Mgr. Agata Dorota Horbacz, PhD.**Dátum poslednej zmeny:** 20.09.2021**Schválil:** prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/SMS2/15	Názov predmetu: SM Systém 2
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/SMS1/15	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Absolvoval Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - praktická ukážka určených cvičení, zameraných na správnu techniku prevedenia metódy SM systému.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent počas záverečného hodnotenia preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je obsahovo daný sylabom predmetu a šírkou, definovanou v odporúčanej literatúre. Výkonový štandard: Študent je po absolvovaní predmetu schopný: - teoreticky a metodicky zvládnuť praktické úlohy, tzn. študent si osvojí zručnosť cvičiť SM systém s dodržiavaním správnej techniky cvičenia, zamerané na jednotlivé časti chrbtice, - aplikovať nadobudnuté poznatky a špeciálne cvičenia na skoliózu, lordózu kyfózu praxi, - metodicky a eticky korektne využívať, verifikovať a interpretovať nadobudnuté poznatky, - zhrnúť výsledky štúdia a formulovať vlastné závery.	
Stručná osnova predmetu: 1. Precvičovanie základných cvičení SM systému 2–4. Špeciálne cvičenia na skoliózu, lordózu a kyfózu 5–7. Cvičenia na zlepšenie rovnováhy a koordinácie pohybu 8. Prevencia bolesti chrbtice a koordinácie chôdze 9. Vytvorenie svalového korzetu – reťazcom latissimus dorsi 10. Stabilizácia svalovým korzetom latissimus dorsi 11. Stabilizácia svalovým korzetom – reťazcom serratus anterior 12. Mobilizácia celej chrbtice a hrudníka do rotácie – stabilizácia svalovým korzetom latissimus dorsi, serratus anterior, pectoralis major 13. Nácvik stabilizácie stojnej nohy do chôdze a aktívny krok vpred na stabilizovanej nohe s rotáciou panvy proti rotácii trupu 14. Záverečné hodnotenie študentov. Precvičovanie vybraného súboru cvičenia správnou technikou	

Odporúčaná literatúra:

1. HAVLÍČKOVÁ, L. et al. Fyziologie tělesné zátěže I. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave. 2006. ISBN 9788071848752.
2. LEVITOVÁ, A., HOŠKOVÁ, B. Zdravotně - kompenzační cvičení. Praha: Grada. 2016. ISBN 978-80-247-4836-8.
3. MARTINKOVÁ, J. Sportovní úrazy a přetížení pohybového aparátu sportem. Praha: Mladá fronta. 2013. ISBN 9788020424549.
4. SMÍŠEK, R., SMÍŠKOVÁ, K. Spirální stabilizace - SM systém. Praha: Richard Smíšek. 2005. ISBN 8023946889.

Internetové zdroje:

1. SMÍŠEK, R., SMÍŠKOVÁ, K., SMÍŠKOVÁ, Z. Spirální stabilizace páteře: Zdravá rovná záda. Praha: Centrum pro rehabilitační páteři. 2017. [online]
Dostupné na: <https://www.martinus.sk/?uItem=294439>.
2. SMÍŠEK, R. 2020. Skolióza - léčba těžké křivky svalovým korzetem: Video dokument. 2020. [online]
Dostupné na: <https://www.youtube.com/watch?v=tzhhvxqbn2q>

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 58

A	B	C	D	E	FX
27.59	34.48	32.76	5.17	0.0	0.0

Vyučujúci: Mgr. Agata Dorota Horbacz, PhD.**Dátum poslednej zmeny:** 17.09.2021**Schválil:** prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/SZP/12	Názov predmetu: Seminár k záverečnej práci
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Seminár Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 5.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Metóda štúdia: Vo výučbe sa využívajú i dištančné formy štúdia (MS Teams a LMS) Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia - vypracovanie projektu záverečnej práce Podmienky úspešného absolvovania - účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho - zvládnutie podmienok v celkovom vyjadrení na úrovni 50% úspešnosti	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže vedomosti z problematiky týkajúcej sa tvorby záverečnej práce, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná v povinnej literatúre Výkonový štandard: Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent schopný: - definovať, vysvetliť a v praxi aplikovať teoreticko-metodologické základy vedecko-výskumnej práce v športe - zhromažďovať a interpretovať relevantné údaje a z nich dospieť k úsudkom, zohľadňujúcim príslušné spoločenské, vedecké a etické problémy - analyzovať, dedukovať a triediť získané údaje - samostatne pripraviť projekt záverečnej práce	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do štúdia predmetu, forma, literatúra 2. Základné dokumenty súvisiace s vypracovaním záverečnej práce 3. Charakteristika záverečnej práce 4. Výber témy záverečnej práce 5. Typy a štruktúra záverečných prác 6. Postup vo vedecko-výskumnej práci 7. Teoretický rozbor problému 8. Štruktúra a forma projektu 9. Metodika výskumu 1	

10. Metodika výskumu 2
11. Triedenie získaných informácií
12. Štatistické charakteristiky
13. Individuálne konzultácie k projektu ZP
14. Hodnotenie projektov

Odporúčaná literatúra:

1. FERJENČÍK, J. Úvod do metodológie psychologického výskumu. Praha: Portál. 2000. ISBN 80-7178-367-6.
2. GAVORA, P. Úvod do pedagogického výskumu. Brno: Paido. 2000. ISBN 80-85931-79-6.
3. HENDL, J. Přehled statistických metod zpracování dat. Praha: Portál. 2004. ISBN 80-7178-820-1.
4. CHRÁSKA, M. Metody pedagogického výskumu. Praha: Grada. 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.
5. MEŠKO, D., KATUŠČÁK, D. Akademická príručka. Martin: Osveta. 2004. ISBN 80-8063-150-6.
6. R-UPJŠ. Smernica č.1/2011 o základných náležitostiach záverečných prác, rigorózných prác a habilitačných prác, ich zverejnení a sprístupnení po dobu ich uchovávania a kontrole originality platnú pre Univerzitu Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach. Dostupné na: <https://www.upjs.sk/public/media/2438/smernica-1-2011.pdf>
7. SKALKOVÁ, J. et al. Úvod do metodologie a metod pedagogického výskumu. Praha: SPN. 1985.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 255

A	B	C	D	E	FX
5.1	17.25	27.84	24.71	20.78	4.31

Vyučujúci: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

Dátum poslednej zmeny: 22.09.2021

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: CJP/SZSUPJS1/20	Názov predmetu: Slovenčina pre zahraničných študentov UPJŠ 1
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 4 Za obdobie štúdia: 56 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia:	
Stupeň štúdia: I., N	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Aktívna účasť na seminároch. Maximálne 4 absencie. Počas semestra študenti píšú 1 záverečný test (12. týždeň). Z testu je potrebné dosiahnuť minimálne 60%. Ak študent dosiahne menej ako 60%, má možnosť napísať opravný test. Výsledok opravného testu musí byť min. 60%. V prípade nesplnenia limitu, študent nemôže pokračovať v štúdiu tohto predmetu v letnom semestri.	
Výsledky vzdelávania: Študenti nadobudnú jazykové zručnosti (čítanie a počúvanie s porozumením, hovorenie, písanie) a zvládnu vybrané gramatické javy na úrovni A2.1.	
Stručná osnova predmetu: V reštaurácii. Zdravé stravovanie. Denný program. Dátum, čas. Na univerzite. V knižnici. Životopis. Internet a sociálne siete. Práca s počítačom. Televízne programy. Voľné rozprávanie o filmoch, o obľúbených hercoch... Slovenské reálie. V nákupnom centre. Voľný čas. Na výlete. V relaxačnom centre. Rodina. Oslavy a stretnutia v rodine. Vianoce a Silvester. Emotikon. Tradície na Slovensku. Gramatika: Konjugácia verb v prezente a v präterite. Reflexívne verbá. Deklinácia substantív, adjektív a pronomín. Lokál a datív sg. a pl. Kardináliá a ordináliá. Komparácia adjektív.	
Odporúčaná literatúra: Literatúra: Kamenárová, R. a kol.: Krížom – krážom. Slovenčina A1. Bratislava, Univerzita Komenského 2007 (6. - 10. lekcia). Kamenárová, R. a kol.: Krížom – krážom. Slovenčina A2. Bratislava, Univerzita Komenského 2012 (1. - 3. lekcia). Kamenárová, R. a kol.: Krížom – krážom. Slovenčina A1 – A2. Cvičebnica. Bratislava, Univerzita Komenského 2007. Doplnkové materiály pripravené vyučujúcimi v printovej a elektronickej forme. www.slovake.eu	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:	
Poznámky:	

Hodnotenie predmetov											
Celkový počet hodnotených študentov: 280											
1	2	3	4	A	B	C	D	E	FX	N	P
0.0	0.0	0.0	0.0	22.14	25.71	22.14	15.36	7.5	1.43	0.0	5.71
Vyučujúci: Oksana Humenna, CSc., doc. PhDr. Marianna Sedláková, PhD., Mgr. Patrícia Havrila, PhD., Mgr. Martin Anderko, Mgr. Eva Bodnárová, PhDr. Peter Urbančík, Mgr. Lucia Forgáčová, PhDr. Mária Gondová, doc. PhDr. Ľudovít Petraško, PhD., Mgr. Barbora Margitová, PhDr. Lucia Tóthová, PhDr. Beáta Jurečková, PhD.											
Dátum poslednej zmeny: 29.09.2022											
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.											

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: CJP/SZSUPJS2/20	Názov predmetu: Slovenčina pre zahraničných študentov UPJŠ 2
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 4 Za obdobie štúdia: 56 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I., N	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Aktívna účasť na seminároch. Maximálne 4 absencie. Počas semestra študenti píšú 1 test (14. týždeň). Z testu je potrebné dosiahnuť minimálne 60%. Ak študent dosiahne menej ako 60%, má možnosť napísať opravný test. Výsledok opravného testu musí byť min. 60%. V prípade nesplnenia limitu, konanie ústnej skúšky nie je umožnené a študent je hodnotený známkom FX. Záverečné hodnotenie v letnom semestri je založené na výsledkoch testu (40 %) a ústnej skúšky (60 %). Stupnica hodnotenia: A 100-93 % B 92-85 % C 84-77 % D 76-69 % E 68-60 % FX 59-0 %. Forma výučby: prezenčná/dištančná/kombinovaná – v závislosti od epidemiologickej situácie v súlade s aktuálnym príkazom rektora.	
Výsledky vzdelávania: Po absolvovaní predmetu študenti nadobudnú jazykové zručnosti (čítanie a počúvanie s porozumením, hovorenie, písanie) a zvládnu vybrané gramatické javy na úrovni A2.1. (pre skupiny A1) a A2.2 (pre skupiny A2).	
Stručná osnova predmetu: Úroveň A1. Všeobecné témy: Víkend. Dátum. Na služobnej ceste. Organizácia vo firme. Na hodine slovenčiny. Príprava na cestu. Na konferencii. Registrácia. Práca s počítačom. Internet a sociálne siete. Veľkonočné tradície na Slovensku. Výber z tlače. Fajčenie. V kaviarni. Počasie. Televízne programy. V nákupnom centre. V relaxačnom centre. Na výlete. Aktivity vo voľnom čase. Na návšteve. Rodina a oslavy v rodine. Gramatika: Ordináliá. Konjugácia verb v prezente. Präteritum. Reflexívne verbá. Posesívne pronominá. Komparácia adjektív. Rád + verbum. Datív sg. a pl. Úroveň A2. Všeobecné témy: Rodina. Cestovanie. Ideálny partner. U lekára. V lekárni. Zdravotné problémy. Telefonovanie. Korešpondencia. Mailová komunikácia. Výlet po Slovensku. Kultúrne pamiatky na Slovensku. V hoteli. Na festivale. Predpoveď počasia. Romantické stretnutie. Vyznanie lásky. Gramatika: Datív sg. a pl. Komparácia adverbíí. Kondicionál. Genitív sg.a pl. Imperatív. Nepriama reč. Aspekt, perfektívne a imperfektívne verbá. Futúrum. Podmienkové vety. Aktívne a pasívne participiá.	

Odporúčaná literatúra:

Odporúčaná literatúra a internetové zdroje:

Kamenárová, R. a kol.: Krížom - krážom. Slovenčina A1. Bratislava: Univerzita Komenského 2007.

Kamenárová, R. a kol.: Krížom - krážom. Slovenčina A1. 2., doplnené a prepracované vydanie. Bratislava: Univerzita Komenského 2018.

Kamenárová, R. a kol.: Krížom - krážom. Slovenčina A2. Bratislava: Univerzita Komenského 2012. Kamenárová, R. a kol.: Krížom - krážom. Slovenčina A1 – A2. Cvičebnica. Bratislava, Univerzita Komenského 2007.

<http://www.slovake.eu>

www.lingea.sk

www.juls.savba.sk

Doplnkové materiály pripravené vyučujúcimi v printovej a elektronickej forme.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:**Poznámky:****Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 144

1	2	3	4	A	B	C	D	E	FX	N	Ne	Ns	P	PV	Pr	Us
0.0	0.0	0.0	0.0	39.58	29.17	12.5	6.25	0.69	1.39	0.0	0.0	0.0	10.42	0.0	0.0	0.0

Vyučujúci: Oksana Humenna, CSc., Mgr. Martin Anderko, Mgr. Eva Bodnárová, Mgr. Lucia Forgáčová, PhDr. Peter Urbančík, PhDr. Mária Gondová, Mgr. Barbora Margitová, PhDr. Beáta Jurečková, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 11.04.2022

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/SZA/11	Názov predmetu: Spoločensko-zábavná animácia
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 2 Za obdobie štúdia: 14 / 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 4	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Vypracovanie portfólia: 40 bodov (40 %) Zrealizovanie výstupného programu skupinou: 30 bodov (30 %) Záverečný test: 30 bodov (30 %) Celkové hodnotenie: 100 bodov (min. 51) Celkové (sumatívne) hodnotenie: (prevod získaných bodov podľa nasledovného transformačného kľúča): A - výborne: 91 - 100 bodov; B - veľmi dobre: 81 - 90 bodov; C - dobre: 71 - 80 bodov; D - uspokojivo: 61 - 70 bodov; E - dostatočne: 51 - 60 bodov; FX - nedostatočne: 0 - 50 bodov.	
Výsledky vzdelávania: Poznať špecifiká spoločensko-zábavnej animácie, nadobudnúť schopnosť plánovania, prípravy a organizácie spoločensko-zábavných aktivít pre rôzne skupiny účastníkov, oboznámiť sa so psychologickými a pedagogickými aspektmi práce animátora, oboznámiť sa s profilom animátora, ako aj s podmienkami jeho profesionálneho výkonu v oblasti spoločensko-zábavnej animácie.	
Stručná osnova predmetu: Úvod do animácie. Voľný čas a turizmus. Hra a pedagogika zážitku. Oblasť a možnosti realizácie spoločensko-zábavných animačných programov. Plánovanie, príprava, organizácia a ekonomické zabezpečenie spoločensko-zábavných animačných programov. Účastníci spoločensko-zábavných animačných programov a ich špecifiká. Špecifiká práce animátora, jeho profil a podmienky profesionálneho výkonu.	
Odporúčaná literatúra: ĎURIČEK, M. - ČERNÁK, R. - OBODYNSKI, K.: Riadenie animácie v turizme. Prešov, ATA, 2001. ĎURIČEK, M.: Vademecum turizmu a rekreácie. Rožňava, Roven, 2007. HAMBÁLEK, V.: Úvod do voľnočasových aktivít s klientskymi skupinami sociálnej práce. Bratislava, OZSP, 2005. KRIŽANOVÁ, D.: Teória a metodika animačných činností 1, 2. Bratislava, SPN, 2005.	

ORIEŠKA, J.: Služby cestovného ruchu. Banská Bystrica, EkoF UMB, 1998. PELANEK, R.: Rukovëť inštruktora. Zdroj: http://www.slunovrat.info/files/organizatori/rukovet/rukovet_instruktora.pdf					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 224					
A	B	C	D	E	FX
20.54	24.55	26.34	12.05	6.7	9.82
Vyučujúci: Mgr. Zuzana Küchelová, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 23.02.2017					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/TTC/14	Názov predmetu: Terminológia telesných cvičení
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Seminár Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Metóda štúdia: Vo výučbe sa využívajú i dištančné formy štúdia (MS Teams a LMS) Ukončenie – Hodnotenie: Podmienky záverečného hodnotenia: - Písomná skúška (úspešnosť: min. 60% správnych odpovedí) Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - odovzdanie 2 seminárnych prác (1. Terminologický popis rozcvičenia v úvode tréningovej jednotky; 2. Terminologický popis hlavnej časti tréningovej jednotky zameranej na posilňovanie), ktoré budú akceptované podľa splnených kritérií zadania v sylabe predmetu, - záverečné hodnotenie a seminárne práce sú zohľadňované pri konečnom hodnotení váhou 70:30	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže zvládnutie vedomostí obsahového štandardu predmetu, ktorý je definovaný sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard: Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je po absolvovaní schopný: - chápať významu terminológie telesných cvičení v športe, - popísať a aplikovať terminologické vyjadrovanie prostných cvičení, cvičení na náradí a s náčiním a poradových cvičení, - transformovať terminologický popis polôh častí tela a cvičení do športovej praxe, - identifikovať a graficky zaznamenávať pohyby a cvičebné tvary symbolmi a znakmi, - kriticky posúdiť používanú športovú terminológiu v praxi.	
Stručná osnova predmetu: 1. Vznik a význam terminológie telesných cvičení. 2. Základná terminológia telesných cvičení, pojmy a termíny. 3. Pohyby časti tela (horné a dolné končatiny). 4. Pohyby časti tela (trup a hlava). 5. Pohyby celého tela (postoje a kľaky). 6. Pohyby celého tela (sedy, ľahy a podpory).	

7. Akrobatické cvičenia.
 8. Cvičenia na náradí (lavička, švédská debna, preskokový stôl).
 9. Cvičenia na náradí (bradlá, hrazda, rebriny).
 10. Cvičenia s náčiním (lopty, švihadlo, gymnastická tyč).
 11. Poradová príprava.
 12. Grafické zaznamenávanie pohybu.
 13. Príklady pohybových komplexov z praxe 1.
 14. Príklady pohybových komplexov z praxe 2.
- Konzultácie k zápočtu.

Odporúčaná literatúra:

1. BRTKOVÁ, M., BUKOVÁ, A. et al. Šport a rekreácia: Vybrané kapitoly pre uchádzačov o štúdium v študijnom odbore šport a rekreácia. Košice: UPJŠ v Košiciach. 2013. ISBN 978-80-7097-997-6.
2. FEČ, K., ŠVEDOVÁ, M. Vybrané kapitoly z gymnastických športov. Košice: UPJŠ v Košiciach. 2013. ISBN 978-80-8152-011-2.
3. JUNGER, J. et al. Modelové programy vzdelávania učiteľovej telesnej a športovej výchovy, Prešov: Fakulta športu Prešovskej univerzity v Prešove. 2015. ISBN 978-80-555-1564. Dostupné na: http://videportal.fhvp.unipo.sk/2015/2015_projekt_fasportu/
4. KYSELOVIČOVÁ, O. Základy terminológie telesných cvičení: Vysokoškolské učebné texty. Bratislava: ICM Agency. 2012. ISBN 978-80-89257-53-9. Dostupné na: <https://digitalnakniznica.cvtisr.sk/zoom/3824/view?page=1&p=separate&search=gymnastika&tool=search&view=0,0,1543,2370>
5. PEREČINSKÁ, K., KLAČEK, T., KANDRÁČ, R. Odborná komunikácia v telesnej výchove a vo vybraných športoch. Prešov: Fakulta športu Prešovskej univerzity v Prešove. 2018. ISBN 978-80-555-21541-1. Dostupné na: <https://www.pulib.sk/web/pdf/web/viewer.html?file=%2Fweb%2Fkniznica%2Felpub%2Fdokument%2FPerecinska1%2Fsubor%2F9788055521541.pdf&fbclid=IwAR0veWvqbwgWpKiGP4mos6EYhzBXbT0jrZYOIYzi2d2l4eVjsXc9IH-Ngkc>

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 387

A	B	C	D	E	FX
5.68	18.6	26.1	17.05	13.95	18.6

Vyučujúci: Mgr. Petra Tomková, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 22.09.2021

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/TaDŠT/14	Názov predmetu: Teória a didaktika športového tréningu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 / 2 Za obdobie štúdia: 28 / 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 6	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Metóda štúdia: Vo výučbe sa využívajú i dištančné formy štúdia (MS Teams a LMS) Priebežné hodnotenie a skúška: Podmienky priebežného hodnotenia: - 3 priebežné písomné testy (úspešnosť: min. 50% správnych odpovedí/test) Podmienky záverečného hodnotenia: - písomná skúška (úspešnosť: min. 50% správnych odpovedí) Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho - úspešné zvládnutie všetkých testov priebežného hodnotenia - priebežné a záverečné hodnotenie je zohľadňované pri konečnej známke váhou 40:60	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je definovaný sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent schopný: zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent po absolvovaní schopný: - klásť problémové otázky vychádzajúce z vedomostí základných (napr. kineziologických, biomechanických...) kategórií, javov - aplikovať nadobudnuté poznatky v rôznorodých situáciách a v praxi - metodologicky, metodicky a eticky korektne využívať, verifikovať a interpretovať nadobudnuté poznatky - štrukturovať výsledky štúdia a formulovať vlastné závery. - vie na základe osvojených teoretických vedomostí prakticky organizovať a viesť riadenú športovú prípravu podľa príslušného športového zamerania. - vie prakticky zvoliť vhodné cvičenia všeobecného, zámerného a špeciálneho charakteru s cieľom dosiahnutia rastu športovej výkonnosti športovca - ovláda praktické ukážky základných cvičení pri dodržaní vhodnej techniky - dokáže prispôsobiť jednotlivé cvičenia individuálnym potrebám a limitujúcim faktorom športovca	

Stručná osnova predmetu:**Prednášky**

1. Charakteristika športovej prípravy
2. Etapy športovej prípravy a plánovanie
3. Zložky zaťaženia
4. Zložky športovej prípravy
5. Štruktúra športového výkonu
6. Diagnostika a rozvoj silových schopností
7. Diagnostika a rozvoj rýchlostných schopností
8. Diagnostika a rozvoj vytrvalostných schopností
9. Diagnostika a rozvoj koordináčnych schopností
10. Diagnostika a rozvoj pohyblivostných schopností
11. Technická, taktická, teoretická, psychologická príprava
12. Periodizácia športovej výkonnosti
13. Osobitosti športovej prípravy detí a mládeže
14. Osobitosti športovej prípravy žien

Cvičenia

1. Štruktúra tréningovej jednotky
2. Základné cvičebné princípy
3. Silové schopnosti a ich rozvoj 1
4. Silové schopnosti a ich rozvoj 2
5. Rýchlostné schopnosti a ich rozvoj 1
6. Rýchlostné schopnosti a ich rozvoj 2
7. Vytrvalostné schopnosti a ich rozvoj 1
8. Vytrvalostné schopnosti a ich rozvoj 2
9. Koordináčne schopnosti a ich rozvoj 1
10. Koordináčne schopnosti a ich rozvoj 2
11. Pohyblivostné schopnosti a ich rozvoj
12. Optimalizácia stravovania
13. Praktický výstup
14. Praktický výstup

Odporúčaná literatúra:

1. BELEJ, M. Motorické učenie. Prešov: FHPV PU. 2001. ISBN 80-8068-041-8.
Dostupné na: <https://www.upjs.sk/public/media/5596/Teoria-a-didaktika-sport-treningu.pdf>
2. FEČ, R., FEČ, K. Teória a didaktika športového tréningu. Košice: UPJŠ v Košiciach. 2013. ISBN 978-80-8152-087-7.
3. KAMPMILLER, T. et al. Teória športu a didaktika športového tréningu. Bratislava: ICM Agency. 2012. ISBN 978-80-89257-48-5.
4. LEDNICKÝ, A., DOLEŽALOVÁ, L. Rozvoj koordináčnych schopností. Bratislava: SVSTVS. 2002. ISBN 80-89075-13-4.
5. VANDERKA, M. Silové a rýchlostno-silové schopnosti v kondičnej príprave športovcov. Bratislava: FTVŠ UK. 2008. ISBN 978-80-89257-10-2.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov					
Celkový počet hodnotených študentov: 288					
A	B	C	D	E	FX
6.25	11.11	20.14	21.53	21.18	19.79
Vyučujúci: Mgr. Marcel Čurgali, Mgr. Zuzana Kováčiková, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 22.09.2021					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/TPP I./14	Názov predmetu: Tvorba pohybových programov I.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 2 Za obdobie štúdia: 14 / 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 4	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Skúška Priebežné hodnotenie: - test 1 krát v priebehu semestra minimálny počet 50 bodov - 1 krát praktický výstup na získanie hodnotenia. Záverečné hodnotenie: Ústna skúška.	
Výsledky vzdelávania: Študent má vedomosti i praktické zručnosti pri tvorbe pohybových programov pre kategóriu predškolský vek, deti a mládež.	
Stručná osnova predmetu: 1. Kritéria a zásady tvorby pohybových programov 2. Špecifiká tvorby športovorekreačných programov 3. Pohybová aktivita v prenatalnom období a jej vplyv na organizmus matky 4. Pohybová aktivita a jej vplyv na organizmus dieťaťa od narodenia až po predškolský vek 5. Vplyv pohybovej aktivity na organizmus jedinca v mladšom školskom veku 6. Vplyv pohybovej aktivity na organizmus jedinca v období pubescencie, starší školský vek 7. Vplyv pohybovej aktivity na organizmus jedinca v období adolescencie 8. Determinanty pohybových programov vzhľadom k jednotlivým vekovým obdobiam 9. Tvorba pohybových programov outdoor a indoor 10. Tvorba pohybových programov s dôrazom na sociálny aspekt 11. Tvorba pohybových programov pre zdravotne znevýhodnených 12. Tvorba pohybových programov so špecifickým dôrazom na rozvoj motorických schopností 13. Špecifiká pohybových programov individuálneho a skupinového charakteru	
Odporúčaná literatúra: . Dobrý, L. (2008). Krátka histórie pohybové aktivity a zdravotných benefitů. In: TVSM, roč.74., č. 1. 2. Hogenová, A. (2000). Pohyb a tělo. Praha: Karolinum. 3. Křivohlavý, J. (2001). Psychologie zdraví. Praha: Portál. 4. Liba, J. (1999). O zdravý – zdravý životný štýl. Prešov: FHPV PU.	

5. Malá, H. & Klementa, J. (1989). Biológia detí a dorastu. Bratislava: SPN.
6. Rowland, T. W. (2005). Childrens Exercise Physiology. 2ed. Human Kinetics.
7. Schubert, E. (1991). Fyziológia človeka. Vysokoškolská príručka. Martin: Osveta.
8. Willore, J. H. & Costill, D. L. (1999). Physiology of Sport and Exercise.
9. Novotná, N. et al. (2009). Programy v pohybovom režime žiakov mladšieho školského veku banskobystrického regiónu ako determinant ich zdravia. Katedra TVŠ FHV UMB Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici. Fakulta humanitných vied. Programy v pohybovom režime žiakov mladšieho školského veku ... <http://www.ff.umb.sk/app/cmsFile.php?disposition=a&ID=9797>

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 234

A	B	C	D	E	FX
13.68	20.94	20.09	20.94	12.39	11.97

Vyučujúci: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc., Mgr. Zuzana Küchelová, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/TPP II./14	Názov predmetu: Tvorba pohybových programov II.
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 2 Za obdobie štúdia: 14 / 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 4	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 5.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Skúška Priebežné hodnotenie: Test - minimálny počet 50 bodov Záverečné hodnotenie: Skúška - tvorba a obhajoba tréningového programu podľa zadania.	
Výsledky vzdelávania: Študent má vedomosti i praktické zručnosti pri tvorbe pohybových programov pre vekovú kategóriu – dospelý a senior.	
Stručná osnova predmetu: 1. Význam pohybových programov v jednotlivých obdobiach dospelosti 2. Pohybová aktivita a jeho bio-psycho-sociálny vplyv na organizmus dospelého človeka 3. Pohybové programy a ich osobitosti v rannej starobe 4. Pohybové programy a ich osobitosti v neskorej starobe 5. Funkčná zdatnosť a jej význam v seniorskej populácii 6. Pohybové programy zamerané na rozvoj flexibility, motorickej pamäti, jemnej motoriky 7. Pohybové programy aeróbného charakteru 8. Pohybové programy anaeróbného charakteru 9. Tvorba pohybových programov outdoor a indoor pre dospelú a seniorsku populáciu 10. Pohybové programy pre zdravotne oslabených 11. Tvorba programov so špecifickým dôrazom na udržanie a zlepšenie motorických schopností 12. Pohybový program a jej sociálny aspekt v dnešnej spoločnosti 13. Špecifiká pohybových programov individuálneho a skupinového charakteru	
Odporúčaná literatúra: 1. Bouchard, C. Blair, S. N. a kol. (2007). Physical activity and health. Champaign, III. Human Kinetics. 2. Hogenová, A. (2000). Pohyb a tělo. Praha: Karolinum. 3. Juger, J. & Zuzková, K. (1998). Pohybové programy pre všetkých alebo Ty a Ja a všetci spolu. Prešov: Prešovská Univerzita. FHPV. 4. Schubert, E. (1991). Fyziológia človeka .Vysokoškolská učebnica. Bratislava. 5. Willmore, J. H. & Costill, D. L. (1999). Physiology of Sport and Exercise.	

6 . Zrubák, A. & Štulrajter, V. a kol. (2002). Fitnis. Bratislava: UK Bratislava.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 190					
A	B	C	D	E	FX
27.89	30.53	26.84	6.32	3.16	5.26
Vyučujúci: doc. PaedDr. Ivan Uher, PhD., MPH, Mgr. Zuzana Küchelová, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/VaZ/14	Názov predmetu: Výživa a zdravie
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 2 Za obdobie štúdia: 14 / 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 4	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Záverečné hodnotenie: Písomná previerka (potrebných minimálne 50% pre úspešné ukončenie predmetu).	
Výsledky vzdelávania: Študent bude poznať zásady zdravej výživy pre nešportujúcu populáciu rovnako ako aj zásady životosprávy vrcholových športovcov.	
Stručná osnova predmetu: 1. Výživa, zdravie a well-being 2. Metabolizmus 3. Trávenie 4. Funkcia a rozdelenie bielkovín 5. Funkcia a rozdelenie sacharidov 6. Funkcia a rozdelenie tukov 7. Rozdelenie a funkcia jednotlivých vitamínov 8. Rozdelenie a funkcia minerálnych látok a stopových prvkov 9. Funkcia vlákniny a vody v organizme 10. Odporúčané denné dávky potravinové doplnky, potravinové tabuľky 11. Nutričné požiadavky pre jednotlivé populačné skupiny 12. Výživa športovcov 13. Výživové trendy, hodnotenie stravovacích návykov	
Odporúčaná literatúra: 1. Beňo, I. (2001). Náuka o výžive. Fyziologická a liečebná výživa. Martin: Osveta. 2. Clarková, N. (2004). Sportovní výživa pro pěknou postavu dobrou kondici výkonnostní trénink. Grada. 3. Fořt, P. (2005). Zdraví a potravní doplňky. Ikar. 4. Jurkovičová, J. (2005). Vieme zdravo žiť? Bratislava UK. 5. Konopka, P. (2004). Sportovní výživa. Kopp 6. Mandelová, L. - Hrnčíková, I. (2007). Základy výživy ve sportu. Brno: MU FSS.	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:	

Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov					
Celkový počet hodnotených študentov: 347					
A	B	C	D	E	FX
17.0	25.07	25.94	18.44	11.53	2.02
Vyučujúci: doc. PaedDr. Ivan Uher, PhD., MPH					
Dátum poslednej zmeny: 03.05.2015					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ZOA/14	Názov predmetu: Zimné outdoorové aktivity
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 3.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie – Hodnotenie: Podmienky záverečného hodnotenia: - hodnotenie formou písomného testu (minimálne 60% správnych odpovedí) Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho - zvládnutie metodických ukážok (obojstranný prívrat, jednostranný prívrat, zosúvanie) - záverečné hodnotenie je celkovo vyjadrené pomerom 60% metodických ukážok a 40% písomného testu.	
Výsledky vzdelávania: Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent preukáže vedomosti a pohybové zručnosti z oblasti, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého: - ovláda metodiku zjazdového lyžovania, carvingu, bežeckého lyžovania a snowboardingu a vie ju aplikovať pri nácviku, - vie sa bezpečne správať v lyžiarskom stredisku a na horách, - dokáže poradiť pri výbere zjazdových a bežeckých lyží a snowboardu.	
Stručná osnova predmetu: 1. Nebezpečenstvo na horách a bezpečnosť správania sa v lyžiarskom stredisku 2. Metodika nácviku zjazdového lyžovania – základný zjazdový postoj a pohyby na lyžiach, zjazd priamo a brzdenie, jazda v obojstrannom prívrate po spádnici, jazda šikmo svahom, oblúky v obojstrannom prívrate, oblúky z jednostranného prívratu hornou lyžou, zosúvanie, základné paralelné oblúky 3. Metodika nácviku carvingu 4. Lyžovanie v neupravenom teréne 5. Ukážka stavania slalomových tratí, nácvik slalomu v bránkach 6. Organizácia a preteky v slalome	

7. Metodika nácviku základov bežeckého lyžovania klasickou a korčuliarskou technikou
8. Metodika nácviku základov snowboardingu

Odporúčaná literatúra:

1. BINTER, L. Snowboarding: alpská jízda, freestyle, freeriding. Praha: Grada. 2003. ISBN 8024702460.
2. MARŠÍK, J. Carving: lyže, technika jízdy, funcarving. Praha: Grada. 2003. ISBN 802470594X.
3. SOUMAR, L., BOLEK, E. Běh na lyžích: výbava, technická příprava, klasika, bruslení. Praha: Grada. 2001. ISBN 8024700158.

Internetové zdroje:

1. BLAHUTOVÁ, A. Technika a didaktika výučby lyžovania. Ružomberok: Verbum – vydavateľstvo Katolíckej univerzity v Ružomberku. 2017. [online]. Dostupné na: https://www.ku.sk/images/dokumenty/pf/dokumenty/veda_a_vyskum/elektronicke_publikacie/blahutova_technika_a_didaktika_vyucby.pdf
2. HELLEBRANDTOVÁ, D., ROUČKOVÁ, M. Základný zjazdový výcvik. Bratislava: Metodicko-Pedagogické centrum v Bratislave. 2011. [online] Dostupné na: http://www.ktvs.pf.ukf.sk/images/Met_pokyn_lyzovanie.pdf
3. ONDRÁČEK, J. et al. 2008. Metodika bežeckého lyžování. Brno: Fakulta sportovních studií, Masarykova univerzita. 2008. [online]. Dostupné na: <https://is.muni.cz/do/rect/el/estud/fsps/js11/lyzovani/web/pdf/Metodika-bezeckeho-lyzovani.pdf>
4. SLOVENSKÁ LYŽIARSKA ASOCIÁCIA. Biely kódex FIS a environmentálne pravidlá FIS. Poprad: Slovenská lyžiarska asociácia. 2016. [online] Dostupné na: http://www.slovak-ski.sk/editor/Biely_kodex_FIS_2016.pdf.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 253

A	B	C	D	E	FX
15.81	37.94	31.62	10.67	3.16	0.79

Vyučujúci: Mgr. Dávid Kaško, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 16.09.2021

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ZATPP/15	Názov predmetu: Základy anglickej terminológie pohybových programov
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Seminár Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 6.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: CJP/AJŠR2/11	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: - písomný test. Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - zvládnutie podmienok v celkovom vyjadrení na úrovni 50% úspešnosti.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent počas záverečného hodnotenia preukáže vedomosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná v povinnej literatúre. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého: - ovláda základnú terminológiu v Anglickom jazyku v súvislosti s realizáciou pohybového programu, - je schopný vyhľadávať a čerpať informácie z anglickej literatúry zameranej na športovú problematiku respektíve rekreačný šport, - je schopný aplikovať poznatky pri kreovaní pohybových programov v rámci rekreačného športu, - dokáže využiť poznatky v komunikácii s klientom v anglickom jazyku v rámci implementácie samotného pohybového programu.	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do problematiky, Terminológia – vstupná diagnostika v rekreačnom športe 2. Terminológia – názvoslovie telesných cvičení 3. Terminológia – rýchlostné schopnosti 4. Terminológia – vytrvalostné schopnosti 5. Terminológia – koordinačné schopnosti 6. Terminológia – silové schopnosti 7. Terminológia – gymnastické športy 8. Terminológia – športové hry, pohybové hry, netradičné športy 9. Terminológia – plavecké športy a vodné športy	

10. Terminológia – športy v prírode 11. Terminológia – periodizácia 12. Praktická aplikácia terminológie – písomná príprava na tréningovú jednotku 13. Test 14. Konzultácie, opravný termín písomného testu					
Odporúčaná literatúra: 1. KENNEY, W. Larry, Jack H. WILMORE a David L. COSTILL. Physiology of sport and exercise. 6th ed. Champaign: Human Kinetics, 2015. ISBN 9781450477673. 2. REIMAN, M.P., MANSKE, R.C. Functional testing in human performance. Champaign (IL): Human Kinetics. 2009. ISBN 9780736068796. 3. WEED, M., BULL, Ch. Sports tourism: participants, policy and providers. Amsterdam (NL): Elsevier. 2004. ISBN 0750652764.					
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Anglický					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 21					
A	B	C	D	E	FX
57.14	14.29	9.52	9.52	9.52	0.0
Vyučujúci: doc. PaedDr. Ivan Uher, PhD., MPH					
Dátum poslednej zmeny: 16.05.2023					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ATL/13	Názov predmetu: Základy atletiky
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia - študent musí splniť minimálne technické, respektíve výkonnostné štandardy v rámci každej hodnotenej disciplíny: - 50m – hodnotí sa čas, - 3000m – hodnotí sa čas , - vrh guľou – hodnotí sa technika, - skok do diaľky – hodnotí sa technika, - hod diskom – hodnotí sa technika, - hod oštepom – hodnotí sa technika, - písomný test z didaktiky atletiky. Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - zvládnutie podmienok záverečného hodnotenia v celkovom vyjadrení na úrovni 50% úspešnosti.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard Študent počas záverečného hodnotenia preukáže poznatky a zručnosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a šírkou definovaná v povinnej literatúre. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého: - vie vykonať ukážku správnej techniky jednotlivých atletických disciplín, - pozná metodiku nácviku a zdokonaľovania vybraných disciplín, - pozná organizáciu atletických súťaží a pravidlá atletiky, - vie aplikovať nadobudnuté vedomosti a zručnosti v príprave rekreačných športovcov, - dokáže organizovať a viesť voľnočasové aktivity pre deti, mládež a dospelých spojené s atletickými disciplínami.	
Stručná osnova predmetu: 1. Význam, druhy a systematika atletiky 2. Atletická rozcvička, technika behu a špeciálne bežecké cvičenia	

3. Technika a nácvik štartov (nízky, polovysoký, vysoký)
4. Behy na krátke vzdialenosti – charakteristika, metodika nácviku a zdokonaľovania
5. Behy na stredné a dlhé vzdialenosti – charakteristika, metodika nácviku a zdokonaľovania
6. Štafetové behy – charakteristika, metodika nácviku a zdokonaľovania
7. Skok do diaľky – charakteristika, technika - nácvik
8. Skok do diaľky – charakteristika, technika - zdokonaľovanie
9. Vrh guľou – charakteristika, technika - nácvik
10. Vrh guľou – charakteristika, technika - zdokonaľovanie
11. Hod diskom – charakteristika, technika - nácvik
12. Hod oštepom – charakteristika, technika - zdokonaľovanie
13. Viacboje. Pravidlá súťaženia
14. Test z didaktiky atletiky

Odporúčaná literatúra:

1. KAMPMILLER, T. et al. Teória a didaktika atletiky I. Bratislava: UK, 2007. 162s. ISBN 978-80-223-2289-8.
2. KAMPMILLER, T. et al. Teória a didaktika atletiky II. Bratislava: UK, 2002. 96s. ISBN 80-223-1413-7.

Internetové zdroje:

1. ČILÍK, I. ROŠKOVÁ, M. Základy atletiky. Banská Bystrica: FHV UMB. 2003. [online]
Dostupné na: <https://www.ff.umb.sk/app/cmsFile.php?disposition=a&ID=572>
2. VRBAS, J., TRÁVNÍČEK, M., ŠAUEROVÁ, K. Atletika v předškolním a mladším školním věku – učební materiál. Brno: Masarykova Univerzita. 2003. [online]. Dostupné na: https://www.ped.muni.cz/wpha/wp-content/uploads/2015/07/Atletika_FINAL_.pdf

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 245

A	B	C	D	E	FX
16.73	28.98	31.02	12.65	5.31	5.31

Vyučujúci: Mgr. Ladislav Kručanica, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 03.10.2022

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ZGŠ/11	Názov predmetu: Základy gymnastických športov
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Hodnotenie Podmienky záverečného hodnotenia: - teoretická časť: Študent absolvuje vedomostný test z Gymnastických športov s minimálnou úspešnosťou 50% a odovzdá 1 seminárnu prácu (Charakteristika vybraného gymnastického športu), - praktická časť: Ukážka vybraného gymnastického športu: Moderná gymnastika (5 členov), Športový aerobik (3/5 členov), TeamGym (6 členov), Akrobatická gymnastika (2/3/4 členné skupiny). Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho, - záverečné hodnotenie zohľadňuje teoretickú časť a praktickú časť pri konečnom hodnotení váhou 50:50%.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent počas hodnotenia preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je definovaný sylabom predmetu a sylabom predmetu. Výkonový štandard: Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je po absolvovaní predmetu schopný: - definovať a charakterizovať sústavu a systémy gymnastiky, - vykonávať základne prvky a cvičebné tvary obťažnosti gymnastických športov, - osvojiť si tvorbu všeobecného a špeciálneho rozcvičenia v gymnastických športoch, - v rámci praktickej časti správne vykonať cvičenia a cvičebné tvary obťažnosti gymnastických športov, - aplikovať gymnastické prvky do športovej prípravy individuálnych, kolektívnych športov a pre širokú verejnosť.	
Stručná osnova predmetu: 1. Genéza gymnastických systémov 2. Gymnastické športové odvetvia 3. Gymnastika ako fundamentálny základ kondičných a koordinačných schopností	

4. Rozcvičenie v gymnastických športoch
5. Základná gymnastika
6. Športová gymnastika mužov a žien
7. Rytmická gymnastika
8. Športový aerobik
9. TeamGym
10. Akrobatická gymnastika
11. Kondičná gymnastika
12. Tvorba gymnastických programov pre širokú verejnosť
13. Tvorba gymnastických programov v individuálnych športoch
14. Tvorba gymnastických programov v kolektívnych športoch

Odporúčaná literatúra:

1. FEČ, K., ŠVEDOVÁ, M. Vybrané kapitoly z gymnastických športov. Košice: UPJŠ v Košiciach. 2013. ISBN 978-80-8152-011-2.
2. JUNGER, J. et al. Základy gymnastických športov: Poradové cvičenia: Všeobecná gymnastika: Modelové programy vzdelávania učiteľovej telesnej a športovej výchovy. Prešov: Fakulta športu PU v Prešove. 2014. ISBN 978-80-555-1564-9. Dostupné na: KEGA (unipo.sk)
3. KYSELOVIČOVÁ, O. et al. Základná gymnastika. Bratislava: ICM Agency. 2010. ISBN 978-80-89257-42-3. Dostupné na: Digitálna knižnica CVTI SR
4. PEREČINSKÁ, K., KYSELOVIČOVÁ, O. Implementácia nových tematických celkov gymnasticko-aerobikových športov v rámci výchovno-vzdelávacieho programu na školách a vo voľno-časových aktivitách. Prešov: Fakulta športu PU v Prešove. 2019. Dostupné na: Športový a gymnastický aerobik (unipo.sk)
5. SKOPOVÁ, M., ZÍTKO, M. Základní gymnastika. Praha: Karolinum. 2014. ISBN: 978-80-246-2194-4.
6. ŠÍŠKOVÁ, M. et al. Gymnastické sporty. Bratislava: Metodicko-pedagogické centrum v Bratislave. 2014. ISBN 978-80-8052-995-6. Dostupné na: m_siskova_e_fialova_m_rouckova_gymnasticke_sporty.pdf (mpc-edu.sk)

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 292

A	B	C	D	E	FX
5.82	19.18	32.88	19.86	15.07	7.19

Vyučujúci: Mgr. Petra Tomková, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 16.09.2021

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ZAK/14	Názov predmetu: Základy kineziológie
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Seminár Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 2 Za obdobie štúdia: 14 / 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 5	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 5.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: (ÚTVŠ/ANČa/13 a ÚTVŠ/ANČb/13) alebo ÚTVŠ/ANČ/22	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Metóda štúdia: Vo výučbe sa využívajú i dištančné formy štúdia (MS Teams a LMS) Priebežné hodnotenie a skúška: Podmienky priebežného hodnotenia: - 4 písomné testy (min. 60% správnych odpovedí/test) Podmienky záverečného hodnotenia: - ústna skúška Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho - úspešné zvládnutie minimálne 3 zo 4 testov priebežného hodnotenia - priebežné a záverečné hodnotenie je zohľadňované pri konečnej známke váhou 40:60.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent počas priebežného a záverečného hodnotenia preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je vymedzený sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard: Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent po absolvovaní schopný: - analyzovať jednotlivé pohybové prejavy, vysvetliť základné procesy riadenia motoriky - hodnotiť pohybový systém ako celok s ohľadom na možné poruchy - aplikovať kineziologickú analýzu jednotlivých pohybov v praxi - klásť problémové otázky vychádzajúce z vedomostí základných kineziologických kategórií	
Stručná osnova predmetu: Prednášky: 1. Kineziológia-všeobecná kineziológia, špeciálna - charakteristika 2. Posturálna stabilita a centralizácia kĺbov 3. Všeobecná kineziológia - analýza pohybu (kostra, kĺby) 4. Všeobecná kineziológia – svaly - charakteristika, zloženie, 5. Všeobecná kineziológia - fyziológia svalovej činnosti 6. Riadenie motoriky 1. 7. Riadenie motoriky 2.	

8. Špeciálna kineziológia chrbtice 9. Špeciálna kineziológia hrudníka a brucha 10. Špeciálna kineziológia hornej končatiny 1 11. Špeciálna kineziológia hornej končatiny 2 12. Špeciálna kineziológia dolnej končatiny 1 13. Špeciálna kineziológia dolnej končatiny 2 14. Test z kineziológie Semináre: 1. Opakovanie pojmov – časti tela, roviny tela a anatomické smery, pohyby v kĺboch 2. Držanie tela, jeho hodnotenie 3. Svalová disbalancia, posturálne a fázické svaly 4. Kineziológia chrbtice – funkcia svalov, analýza pohybu v kĺboch 5. Kineziológia hrudníka – funkcia svalov, analýza pohybu v kĺboch 6. Kineziológia brucha – funkcia svalov, analýza pohybu v kĺboch 7. Kineziológia hornej končatiny – funkcia svalov, analýza pohybu v kĺboch 8. Kineziológia panvy a dolnej končatiny – funkcia jednotlivých svalov 9. Analýza pohybu pri základných pohybových úkonoch – chôdza, beh, skok 10. Analýza pohybu pri základných pohybových úkonoch – plávanie, kľuk, zhyb 11. Analýza pohybu pri základných pohybových úkonoch – cyklistika, športové hry – volejbal, basketbal, hádzaná, hokej 12. Vyšetrovanie a hodnotenie pohybu 13. Indexové cvičenia 14. Opakovanie a konzultácie v danej problematike
Odporúčaná literatúra: 1. BINOVSÝ, A. Anatómia pre športovcov I.: Pohybový systém. Bratislava: UK. 2015. ISBN 9788022336451. 2. BINOVSÝ, A. Funkčná anatómia pohybového systému. Bratislava: UK. 2013. ISBN 9788022333023. 3. DIMON, T. Anatomie těla v pohybu: základní kurz anatomie kostí, svalů a kloubů. 2. revid. vyd. Praha: Euromedia Group. 2017. ISBN 9788075491589. 4. DYLEVSKÝ, I. Kineziologie: základy strukturální kineziologie. Praha: Triton. 2009. ISBN 9788073873240. 5. DYLEVSKÝ, I. Speciální kineziologie. Praha: Grada. 2009. ISBN 9788024716480. 6. FROST, R., ŠUBRT, M. Aplikovaná kineziologie: základní principy a techniky. Olomouc: Fontána. 2013. ISBN 9788073367084. 7. KŘIVÁNKOVÁ, M. Somatologie. Učebnice pro střední zdravotnické školy. Praha: Grada. 2019. ISBN 9788027106950 8. ŠANTA, M., KLUCHOVÁ, D. Somatológia. Prešov: Prešovská univerzita v Prešove, Fakulta zdravotníctva, 2008. ISBN 9788080688240. Internetové zdroje: 1. BARNACIKOVÁ, M.. et al. Základy sportovní kineziologie. [online] Dostupné na: https://is.muni.cz/do/1451/e-learning/kineziologie/elportal/index.html 2. DYLEVSKÝ, I., JEŽEK, P . Základy kineziologie. [online] Dostupné na: https://vos.palestra.cz/skripta/kineziologie/1.htm
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský
Poznámky:

Hodnotenie predmetov					
Celkový počet hodnotených študentov: 207					
A	B	C	D	E	FX
10.14	8.21	16.91	21.26	33.33	10.14
Vyučujúci: Mgr. Alena Buková, PhD., doc. MUDr. Mirianna Brtková, PhD.					
Dátum poslednej zmeny: 17.05.2023					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ZPP/14	Názov predmetu: Základy prvej pomoci
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška / Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 / 1 Za obdobie štúdia: 14 / 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 3	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 6.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/ANČa/13 a ÚTVŠ/ANČb/13 alebo ÚTVŠ/ANČ/22	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Metóda štúdia: Vo výučbe sa využívajú i dištančné formy štúdia (MS Teams a LMS) Ukončenie – Hodnotenie: Podmienky záverečného hodnotenia: - písomná skúška (úspešnosť: min. 60% správnych odpovedí) Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho - zvládnutie podmienok záverečného hodnotenia v celkovom vyjadrení na úrovni minimálne 60% prebratého učiva	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže vedomosti z problematiky, ktorá je obsahovo daná sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard: Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent schopný: - vysvetliť a použiť rôzne postupy a metódy poskytovania prvej pomoci pri náhlych poruchách zdravia a život ohrozujúcich stavoch. - vykonať kardiopulmonálnu resuscitáciu, polohovanie postihnutej osoby a rôzne druhy obväzových techník.	
Stručná osnova predmetu: Prednášky: 1. Zdravie, choroba, poranenia – základné informácie 2. Všeobecné zásady poskytovania prvej pomoci 3. Postupy pri záchrane života – okamžitá prvá pomoc 4. Poruchy srdcového a krvného obehu – šok, anafylaktický šok, angína pectoris, náhle zlyhanie srdca, infarkt myokardu, mdloby 5. Poranenia a krvácanie 6. Poruchy nervovej sústavy – poruchy vedomia, poranenie hlavy, kŕče 7. Poranenie kostí, kĺbov a svalov	

8. Poranenia zapríčinené faktormi vonkajšieho prostredia – popálenie, poleptanie, hypotermia, slnečný úpal
 9. Otravy, pohryznutia a uštipnutia
 10. Poruchy dýchania – hypoxia, topenie sa, hyperventilácia, astma, vdychovanie dymu
 11. Špecifiká prvej pomoci u detí
 12. Polohovanie a obväzová technika, príprava praktických videí
 13. Prezenterovanie zadanej témy (ppt), prezentácia videí
 14. Zhrnutie a vyhodnotenie.
- Cvičenia:
- 1.-14. Cvičenia témou reflektujú praktickú aplikáciu prednášanej témy

Odporúčaná literatúra:

1. BEZECNÁ, I. et al. Ako poskytovať prvú pomoc. Košice: Príroda. 2002.
2. DOBIÁŠ, V. Urgentná zdravotná starostlivosť. Martin: Osveta. 2006.
3. ĎURECHOVÁ, E., ŠIMÁK, L. Príručka prvej pomoci. Bratislava: Perfekt. 2003.
4. DVOŘÁČEK, I., HRABOVSKÝ, J. Prvá pomoc. Martin: Osveta. 1991.
5. HORSKÝ, I., HURAJ E. Úrazy pri telesnej výchove a športe. Martin: Osveta. 1987.
6. KOMADEL, Ľ. Telovýchovnolekárske vademecum. Bratislava: SSTL. 2005.
7. MASÁR, O. et al. Základy poskytovania prvej pomoci. 2007. Dostupné na: <http://www.zzke.sk/images/prilohy/kurz-prvej-pomoci-modul-cd2.pdf>
8. STELZER, J., CHYTILOVÁ, L. První pomoc pro každého. Havlíčkův Brod: Tiskárny HB. 2007.
9. ŠANTA, M. Základy poskytovania PP. Prešov: FZ PU. 2004.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 251

A	B	C	D	E	FX
8.76	19.92	25.1	27.89	16.33	1.99

Vyučujúci: doc. Ing. Iveta Cimboláková, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 22.09.2021

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ZŠ/21	Názov predmetu: Základy šachu
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Absolvoval Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent sa oboznámi so základmi šachu, rozvinie svoje logické myslenie a upevní svoje návyky pozitívneho spoločenského správania. Výkonový štandard: Študent v rámci výkonového štandardu: - je schopný zrealizovať základné koncovky, - je schopný predviesť základné komponenty kombinačnej a pozičnej hry, - ovláda pravidlá hry.	
Stručná osnova predmetu: Cvičenie 1. Pôvod šachu. 2. Pravidlá šachu – šachovnica a rozmiestnenie kameňov na začiatku hry, chod kameňov a cieľ hry, zapisovanie ťahov. 3. Základné koncovky – mat dámou, vežou, dvomi strelcami, strelcom a jazdcom. Pešiakové koncovky. 4. Dáma proti pešiakovi na predposlednom rade, proti ľahkej figúre, proti veži a proti veži a pešiakovi. 5. Základné vežové koncovky a koncovky s ľahkými figúrami. 6. Stredná hra – základné elementy kombinačnej a pozičnej hry. Stručný prehľad princípov zahájenia šachovej hry. 7. Príklady šachových partii a kombinácií. 8. Úvod do problémového šachu. 9. Riešenie cvičných príkladov a vybraných šachových problémov. 10. – 14. Hra	
Odporúčaná literatúra:	

1. ALSTER, L. Šachy hra královská. Praha: Práce, 1987. 2. ROJZMAN, A. Šachové miniaturky. 2. vyd. Přeložil J. KOZMA. Bratislava: Šport, 1986. 3. VOKÁL, S. Veľká šachovnica. Lipovce pri Prešove: A-print, 2018. ISBN 9788089721351	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský	
Poznámky:	
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 1	
abs	n
100.0	0.0
Vyučujúci: prof. RNDr. Stanislav Vokál, DrSc., Blažej Pandula	
Dátum poslednej zmeny: 22.09.2021	
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.	

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/BcP/15	Názov predmetu: Záverečná práca
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Seminár Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 5	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 6.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/SZP/12	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Získanie požadovaného počtu kreditov v predpísanej skladbe študijným plánom. Pri vypracovaní záverečnej práce sa študent riadi pokynmi svojho školiteľa, časovým plánom na jej vypracovanie, ktorý odsúhlasil školiteľ a Smernicou č. 1/2011 o základných náležitostiach záverečných prác vydanou rektorom UPJŠ, kde sú uvedené náležitosti ohľadom odovzdávania, ale aj priebehu obhajoby bakalárskej práce.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže vedomosti potrebné k spracovaniu odbornej problematiky, ktorá je obsahovo daná informačným listom predmetu a šírkou definovaná v odporúčanej literatúre. Výkonový štandard: Študent preukáže vypracovaním bakalárskej práce schopnosť samostatne odborne pracovať a riešiť výskumný problém, ktorý korešponduje s profilom štúdia a získanými kompetenciami.	
Stručná osnova predmetu: 1. Stručné zdôvodnenie výberu témy, jej aktuálnosti a praktického prínosu. 2. Prehľad odbornej literatúry k zvolenej téme a práca s odborným textom. 3. Objasnenie cieľov a metód použitých pri spracovaní odbornej problematiky, výskumného problému bakalárskej práce. 4. Analýza získaných empirických údajov a ich interpretácia. 5. Formulácia záverov a praktické odporúčania. 6. Prezentácia bakalárskej práce vrátane prezentácie v ppt. 7. Zodpovedanie na otázky oponentov a zodpovedanie otázok členov skúšobnej komisie.	
Odporúčaná literatúra: 1. FERJENČÍK, J. Úvod do metodológie psychologického výzkumu. Praha: Portál. 2000. ISBN 80-7178-367-6. 2. GONDA, V.: Ako napísať a úspešne obhájiť diplomovú prácu. Bratislava: Iura Edition, spol.s.r.o. ISBN 978-80-8078-472-0. 3. CHRÁSKA, M. Metody pedagogického výzkumu. Praha: Grada. 2007. ISBN 978-80-247-1369-4.	

4. MEŠKO, D., KATUŠČÁK, D. Akademická príručka. Martin: Osveta. 2004. ISBN 80-8063-150-6. 5. R-UPJŠ. Smernica č.1/2011 o základných náležitostiach záverečných prác, rigorózných prác a habilitačných prác, ich zverejnení a sprístupnení po dobu ich uchovávania a kontrole originality platnú pre Univerzitu Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach. Dostupné na: https://www.upjs.sk/public/media/2438/smernica-1-2011.pdf	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský	
Poznámky:	
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 183	
abs	n
87.43	12.57
Vyučujúci:	
Dátum poslednej zmeny: 27.01.2022	
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.	

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ÚŠR/14	Názov predmetu: Úvod do športu a rekreácie
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Prednáška Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 1 Za obdobie štúdia: 14 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Skúška: Podmienky záverečného hodnotenia: - Písomná skúška (úspešnosť: min. 50% správnych odpovedí) Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho - 2 kontrolné testy záverečné hodnotenie a a kontrolné testy sú zohľadňované pri konečnom hodnotení váhou 60:40.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent počas záverečného hodnotenia študent preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je vymedzený sylabom predmetu a povinnou literatúrou. Výkonový štandard: Preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je študent schopný: - opísať a uviesť príklad vplyvu špecifickej pohybovej činnosti na biologický, motorický, psychický a sociálny rozvoj človeka z hľadiska konkrétnych vývinových stupňov; - vysvetliť kategoriálny systém v športe a stav vedného a študijného odboru; - vlastnými slovami vysvetliť materiálne, ekonomické zabezpečenie a organizáciu a riadenie športu u nás i v zahraničí; - informovať o základných aspektoch medzinárodnej športovej spolupráce.	
Stručná osnova predmetu: 1. Úvod do štúdia 2. Vedecký jazyk a tvorba základnej terminológie 3. Systém vied o športe 4. Podstata vzniku a historická determinovanosť športu a rekreácie 5. Telesná výchova a šport ako špecifický druh pohybovej aktivity 6. Šport v systéme spoločenských javov 7. Výstavba športovo-rekreačných zariadení 8. Ekonomické zabezpečenie športu a rekreácie v Slovenskej republike 9. Orgány verejnej moci a verejnej správy v športe v Slovenskej republike	

10. Mimovládne športové subjekty v Slovenskej republike
11. Organizácia a riadenie športu a rekreácie v zahraničí
12. Medzinárodná športová spolupráca
13. Profesia trénera športu pre všetkých, akreditácia v oblasti športu
14. Prednáška na vybranú tému

Odporúčaná literatúra:

1. JUNGER, J. Úvod do športu a rekreácie. Učebné texty. Košice: UPJŠ v Košiciach. 2021. 154 s.
2. JUNGER, J., KASA, J. Úvod do športovej kinantropológie: Vysokoškolské učebné texty. Košice: UPJŠ v Košiciach. 1996. 117 s., ISBN 80-7097-326-9.
3. KOLEKTÍV. Športová humanistika '98. Bratislava: FTVŠ UK. 1998. ISBN 80-88901-23-5.
4. LIBA, J., BUKOVÁ, A. Pohyb a zdravie. Košice: UPJŠ v Košiciach. 2012. ISBN 978-80-7097-967-9.
5. HODAŇ, B., DOHNAL, T. Rekreeologie. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. 2008. ISBN 978-80-244-2197-1.
6. JUNGER, J. et al. Tréner a cvičiteľ rekreačnej telesnej výchovy a športu. Bratislava: SZ RTVŠ. 1995. ISBN 80-85668-23-8.
7. HRČKA, J. Kapitoly zo športovej zdravotvedy vysokoškoláka. Žilina: Žilinská univerzita. 2009. ISBN 978-80-554-0096-9.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 351

A	B	C	D	E	FX
4.84	12.82	13.96	15.38	25.64	27.35

Vyučujúci: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

Dátum poslednej zmeny: 13.09.2021

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ŠaR/15	Názov predmetu: Šport a rekreácia - kolokviálna skúška
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: Za obdobie štúdia: Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 5	
Odporúčaný semester/trimester štúdia:	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Úspešné zodpovedanie náhodne vybraných otázok z vymedzených oblastí profilových predmetov, ktoré sú zverejnené na webovej stránke ÚTVŠ UPJŠ.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent preukáže dostatočné vedomosti z oblastí vymedzených predmetmi vypísaných tematických okruhov bakalárskej štátnej skúšky. Výkonový štandard: Študent preukáže v rámci prezentovaných vedomostí schopnosť ich aplikácie v profesijnom živote a predpoklady na ich ďalšie rozširovanie v rámci kontinuálneho vzdelávania.	
Stručná osnova predmetu: Kolokviálna skúška z oblasti poznania študijného odboru Šport a rekreácia pozostávajúca z prehľadu poznatkov o biologicko a motorických aspektoch športu a rekreácie, z oblasti pedagogických, sociálnych a psychologických aspektoch športu a rekreácie a z predmetového kontextu odboru. Okruhy tém: - Anatómia a fyziológia človeka, Základy kineziológie, Základy prvej pomoci - Antropomotorika, Biomechanika, Teória a didaktika športového tréningu - Základy pedagogiky, Psychológia a psychológia zdravia, Psychológia a sociológia športu a rekreácie - História športu - Tvorba pohybových programov, Animácia v pohybovej rekreácii, Didaktika rekreačného športu - Základy výživy - Manažment a marketing v ŠaR. - Predmety podľa zvolenej špecializácie: - Špecializácia 1: Životný štýl - Špecializácia 2: Výživa	
Odporúčaná literatúra: Literatúra je daná informačnými listami jednotlivých predmetov	

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský					
Poznámky:					
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 155					
A	B	C	D	E	FX
9.68	15.48	26.45	26.45	21.94	0.0
Vyučujúci:					
Dátum poslednej zmeny: 31.01.2022					
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.					

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ŠL1/15	Názov predmetu: Športové lezenie 1
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 1.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Absolvoval Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - praktická ukážka činností: viazanie uzlov, istenie, vedenie lana ako prvolezec, - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho.	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent počas záverečného hodnotenia preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je obsahovo daný sylabom predmetu a šírkou, definovanou v odporúčanej literatúre. Výkonový štandard: Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je schopný: - ovláda teoretické vedomosti lezeckých disciplín a základné pravidlá súťaží na umelých stenách, - ovláda praktické zručnosti používania horolezeckého výstroja a výzbroje, - vie používať základné horolezecké uzly, - rozumie technike pohybu v lezení na umelej stene, - dokáže samostatne ísť, liezť s horným istením, viesť lano ako prvolezec, zlaňovať, - študent si osvojí základné princípy tréningového procesu v športovom lezení.	
Stručná osnova predmetu: 1. Bezpečnostné zásady 2. Výstroj, výzbroj 3. Základné uzly, naväzovanie na lano 4. Nácvik lezenia 3 pevné body 5. Istenie lezca s horným lanom, komunikácia 6. Technika lezenia, názvoslovie 7. Tréning v športovom lezení 8. Klasifikácia, miestopis, sprievodcovia 9. Lezenie ako prvolezec 10. Previazanie po dolezení cesty 11. Zachytávanie pádu 12. Zlaňovanie	

Odporúčaná literatúra:

1. BALÁŠ, J. Fyziologické aspekty výkonu ve sportovním lezení. Praha: Karolinum. 2016. 280 s. ISBN 9788024633619.

2. VOMÁČKO, S. BOŠTÍKOVÁ, S. Lezení na umělých stěnách. Praha: Grada. 2003. 129 s. ISBN 8024721743.

Internetové zdroje:

1. ŠAJNOHA et al. Metodický materiál pre inštruktorov: Základný horolezecký kurz letná časť. Bratislava. 2019. [online]

Dostupné na: https://james.sk/file/metodika/MCI_mmleto.pdf

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

Slovenský

Poznámky:**Hodnotenie predmetov**

Celkový počet hodnotených študentov: 115

abs	n
73.91	26.09

Vyučujúci: Mgr. Patrik Berta

Dátum poslednej zmeny: 17.09.2021

Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Vysoká škola: Univerzita P. J. Šafárika v Košiciach	
Fakulta:	
Kód predmetu: ÚTVŠ/ŠL2/15	Názov predmetu: Športové lezenie 2
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: Cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet ECTS kreditov: 2	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 2.	
Stupeň štúdia: I.	
Podmieňujúce predmety: ÚTVŠ/ŠL1/15	
Podmienky na absolvovanie predmetu: Ukončenie: Absolvoval Podmienky úspešného absolvovania predmetu: - praktická ukážka činností: naväzovania, istenia, vedenie lana, zlaňovania, prusíkovania, budovanie istiaceho stanovišťa, - aktívna účasť na výučbe v zmysle študijného poriadku a pokynov vyučujúceho	
Výsledky vzdelávania: Obsahový štandard: Študent počas záverečného hodnotenia preukáže zvládnutie obsahového štandardu predmetu, ktorý je obsahovo daný sylabom predmetu a šírkou, definovanou v odporúčanej literatúre. Výkonový štandard Študent preukáže zvládnutie výkonového štandardu, v rámci ktorého je schopný: - ovláda delenie, názvoslovie, klasifikačné stupnice, materiálne vybavenie, typy výstupov, spôsob a vybavenie používané pri skalnom lezení, - rozumie fyzikálnym zákonitostiam v lezení. Pozná kondičnú, technickú a taktickú prípravu pred výstupom, - ovláda praktické zručnosti používania výstroja, vie používať potrebné horolezecké uzly, - osvojil si špecifický spôsob pohybu na jednotlivých skalných útvaroch, - rozumie a má osvojenú techniku pohybu na skale, - je schopný podať prvú pomoc zranenému a transportovať zraneného z neprístupného terénu, - dokáže samostatne ísť spoločne a bezpečne vyliezť cestu obtiažnosti najmenej V. stupňa, - vie vybudovať nezávislé istiace stanovište a ovláda základy postupu vo viac-dĺžkových cestách.	
Stručná osnova predmetu: 1. Horolezectvo na nevel'horských terénoch 2. Technika lezenia na skalách, názvoslovie skalných útvarov 3. Technika zaist'ovania a istenia na skalkách 4. Výstroj pre lezenie na skalkách 5. Klasifikácia obtiažnosti na skalkách 6. Fyzikálne zákonitosti v lezení 7. Najčastejšie úrazy pri lezení a prvá pomoc	

8. Miestopis skalných oblastí a ochrana prírody 9. Činnosti pri lezení viac-dĺžkových ciest 10. Kontrola lezeckého materiálu 11. Špeciálny tréning športového lezca 12. Praktické lezenie v exteriéri	
Odporúčaná literatúra: 1. BALÁŠ, J. Fyziologické aspekty výkonu ve sportovním lezení. Praha: Karolinum. 2016. 280 s. ISBN 9788024633619. 2. VOMÁČKO, S. BOŠTÍKOVÁ, S. Lezení na umělých stěnách. Praha: Grada. 2003. 129 s. ISBN 8024721743. Internetové zdroje: 1. ŠAJNOHA et al. Metodický materiál pre inštruktorov: Základný horolezecký kurz letná časť. Bratislava. 2019. [online] Dostupné na: https://james.sk/file/metodika/MCI_mmleto.pdf	
Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu: Slovenský	
Poznámky:	
Hodnotenie predmetov Celkový počet hodnotených študentov: 68	
abs	n
73.53	26.47
Vyučujúci: Mgr. Patrik Berta	
Dátum poslednej zmeny: 17.09.2021	
Schválil: prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.	