

Informačný list predmetu

Akademický rok 2026/2027

Vysoká škola	Univerzita sv. Cyrila a Metoda v Trnave
Fakulta	FPV UCM
Kód predmetu	KTU/bpdZaklGym01/26
Názov predmetu	základná gymnastika
Rozsah	2C
Počet kreditov	3

Podmienky na absolvovanie predmetu

Spôsob hodnotenia a skončenia štúdia predmetu: Ukončenie skúškou

Priebežné hodnotenie: V priebehu semestra študent vypracuje a prezentuje prípravu aktivity v rámci cvičení v telocvični s maximálnym hodnotením 10 bodov.

Podmienkou absolvovania predmetu je aj realizácia nekontaktnej časti predmetu – samoštúdiom. Táto časť je realizovaná najmä: štúdiom odporúčanej literatúry, zdokonaľovaním pohybových zručností, prípravou aktivity v telocvični, prípravou na záverečný test.

Záverečné hodnotenie: Kurz bude ukončený písomnou previerkou vedomostí a maximálnym hodnotením 20 bodov. Z písomnej previerky musí študent získať najmenej 10 bodov. Na získanie celkového hodnotenia A je potrebné získať v súčte najmenej 27 bodov, na získanie hodnotenia B najmenej 24 bodov, na hodnotenie C najmenej 21 bodov, na hodnotenie D najmenej 18 bodov a na hodnotenie E najmenej 15 bodov. Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý za niektorú časť hodnotenia získa 0 bodov.

Ukončené: Kurz bude ukončený písomnou previerkou vedomostí a maximálnym hodnotením 20 bodov. Z písomnej previerky musí študent získať najmenej 10 bodov. Na získanie celkového hodnotenia A je potrebné získať v súčte najmenej 27 bodov, na získanie hodnotenia B najmenej 24 bodov, na hodnotenie C najmenej 21 bodov, na hodnotenie D najmenej 18 bodov a na hodnotenie E najmenej 15 bodov. Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý za niektorú časť hodnotenia získa 0 bodov.

Výsledky

Priebežné hodnotenie

V priebehu semestra študent vypracuje a prezentuje prípravu aktivity v rámci cvičení v telocvični s maximálnym hodnotením 10 bodov.

Záverečné hodnotenie

Kurz bude ukončený písomnou previerkou vedomostí a maximálnym hodnotením 20 bodov. Z písomnej previerky musí študent získať najmenej 10 bodov. Na získanie celkového hodnotenia A je potrebné získať v súčte najmenej 27 bodov, na získanie hodnotenia B

najmenej 24 bodov, na hodnotenie C najmenej 21 bodov, na hodnotenie D najmenej 18 bodov a na hodnotenie E najmenej 15 bodov. Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý za niektorú časť hodnotenia získa 0 bodov.

Výsledky vzdelávania

Výsledky vzdelávania (VV):

VV1 Poznať terminológiu základnej gymnastiky

VV2 Prakticky demonštrovať vybrané pohybové činnosti základnej gymnastiky

VV3 Vedieť vytvoriť pohybový program s využitím prostriedkov základnej gymnastiky

VV4 Chápať účinok cvičení základnej gymnastiky na organizmus detí

Stručná osnova predmetu

Stručná osnova predmetu:

- Terminológia základnej gymnastiky
- Svalové napätie a uvoľnenie, účinky cvičenia na organizmus
- Technika a metodika cvičení základnej gymnastiky
- Cvičenia rovnováhy, dýchacie cvičenia
- Posilňovacie cvičenia
- Cvičenia s náčiním – krátke švihadlá, krátke tyče, plné lopty, loptičky, fitlopty, overbaly
- Cvičenia na náradí – švédska debna, rebrina, lano, tyč, mostík, trampolína
- Cvičenia vo dvojiciach
- Teoretický i praktický základ tvorenia cvičebných zostáv
- Základy naťahovacích cvičení a strečingu

Druh, rozsah, metódy a pracovná záťaž študenta

Druh vzdelávacej činnosti: Cvičenie

Rozsah vzdelávacej činnosti (v hodinách):

Týždenný: 2

Za obdobie štúdia: LS 56

Metóda vzdelávacej činnosti: Kombinovaná

Odporúčaná literatúra

Kyselovičová, O., Hižnayová, K. 2011. Základná gymnastika. Bratislava: UK. ISBN 978 80 892 5742 3.

Kyselovičová, O. kol. 2015. Základná gymnastika. Bratislava: UK.

Masaryková, D. Pohybové kompetencie v predprimárnom a primárnom vzdelávaní. Trnava : Pedagogická fakulta Trnavskej univerzity v Trnave, 2021. 79 s. [4,05 AH]. ISBN 978 80 568 0224 3.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu

slovenský, anglický