



KATEDRA TELESNEJ VÝCHOVY A ŠPORTU
Trieda A. Hlinku 1, 949 01 NITRA, +421 376408321
www.ktvs.pf.ukf.sk

POŽIADAVKY NA PRIJÍMACIE SKÚŠKY
Študijný program ŠPORT A REKREÁCIA
BAKALÁRSKE ŠTÚDIUM (denné štúdium)

V prihláške na štúdium uchádzač predloží potvrdenie od obvodného lekára, že jeho zdravotný stav mu umožňuje vykonávať fyzicky náročné činnosti pri dosahovaní športových výkonov v rámci zvoleného študijného programu.

A PRAKTICKÉ POŽIADAVKY (maximálny počet možných získaných bodov je 30):

1. Plávanie:

Preplávať 50m vzdialenosť 2 plaveckými spôsobmi so štartovým skokom – podľa platných pravidiel plávania. Pláva sa v 25m bazéne. Hodnotí sa štartový skok (1 bod) a oba plavecké spôsoby (kritériá hodnotenia - práca paží, práca nôh, dýchanie, celková súhra podľa platných pravidiel plávania – 2 body kraul +2 body prsia). Ak uchádzač neovláda jednu z požiadaviek v plaveckom spôsobe mínus 1 bod, ak neovláda viac ako jednu požiadavku - 0 bodov.

Maximálny počet možných získaných bodov je 5.

2. Beh na 4x10m:

Vykonanie: štart z miesta, stopky sa spúšťajú pri prebehnutí štartovej (cieľovej) čiary a zastavujú sa pri prebehnutí cieľovej (štartovej) čiary. Bežiaci obieha kužele. Každý cvičiaci má jeden pokus.

Meranie: čas meriame s presnosťou na 0,1 s.

Maximálny počet možných získaných bodov je 5.

BODY	0	1	2	3	4	5
Chlapci (s)	10,9 a viac	10,7-10,8	10,4-10,6	10,2-10,3	10,0-10,1	9,9 a menej
Dievčatá (s)	11,8 a viac	11,6-11,7	11,4-11,5	11,2-11,3	11,00-11,1	10,9 a menej

3. Skok do diaľky z miesta:

Vykonanie: základné postavenie – testovaný je v miernom stoj rozkročnom (špičkami na úrovni čiar). Hmitom podrepmo zapaží, odráža sa do diaľky so súčasným švihom paží vpred a hore. Meria sa posledná stopa doskoku (päty tenisiek). Každý cvičiaci má 2 pokusy.

Meranie: vzdialenosť meriame s presnosťou na 1 cm.

Maximálny počet možných získaných bodov je 5.

BODY	0	1	2	3	4	5
Chlapci (cm)	220 a menej	221 - 229	230 - 238	239- 247	248 - 256	257 a viac
Dievčatá (cm)	175 a menej	176 - 183	184 - 191	192 - 198	199 – 206	207 a viac



4. Hod 2kg plnou loptou:

Vykonanie: stoj rozkročný, záklon trupu so zapažením pokrčmo a dynamický švih paží, odhod plnej lopty. Pri odhode zostávajú obe nohy v kontakte s podlahou. Test sa opakuje dvakrát.

Meranie: vzdialenosť meriame s presnosťou na 0,10m.

Maximálny počet možných získaných bodov je 5.

BODY	0	1	2	3	4	5
Chlapci (m)	9,1 a menej	9,2 – 10,0	10,1 – 10,6	10,7 – 11,2	11,3 – 11,8	11,9 a viac
Dievčatá (m)	5,9 a menej	6,0 – 6,4	6,5 – 7,1	7,2 – 7,7	7,8 – 8,3	8,4 a viac

5. Ľah – Sed/1min

Vykonanie: ľah vzadu skrčmo, nohy za priehlavky prichytené spolužiakom, vzpažiť skrčmo von, ruky v tyl. Po odštartovaní vykoná študent čo najviac opakovaní sed - ľahov za jednu minútu. Správna technika vykonania: striedavo sa ľavý lakeť dotýka pravého kolena a opačne, lopatky a hlava sa dotýkajú zeme. Každý cvičiaci má jeden pokus.

Meranie: počet opakovaní.

Maximálny počet možných získaných bodov je 5.

BODY	0	1	2	3	4	5
Chlapci (n)	44 a menej	45 - 46	47 - 50	51 - 54	55 - 58	59 a viac
Dievčatá (n)	35 a menej	36 - 38	39 - 43	44 - 47	48 - 51	52 a viac

6. Predklon v sede

Vykonanie: Testovaný vykoná sed priamy a s pomocou meracej dosky urobí hlboký predklon bez krčenia nôh.

Meranie: vzdialenosť meriame s presnosťou na 1 cm.

Maximálny počet možných získaných bodov je 5.

BODY	0	1	2	3	4	5
Chlapci (cm)	2 a menej	3 – 5	6 – 8	9 – 11	12 – 14	15 a viac
Dievčatá (cm)	8 a menej	9 – 11	12 – 14	15 – 17	18 – 20	21 a viac

B TEORETICKÝ PÍŠOMNÝ TEST (maximálny počet možných získaných bodov je 15):

Píšomný test je zostavený z okruhov – Biológia, Teória a didaktika športu, Olympijské hnutie, Dejiny telesnej kultúry. Odporúčaná literatúra:

1. Kampmiller T. a kol. 2012. *Teória športu a didaktika športového tréningu*. Bratislava: ICM Agency.
2. GREXA, J. et al. 2006. *Olympijská výchova*. Bratislava: SOV a SOA.
3. GREXA, J. et al. 1996. *Olympijské hnutie na Slovensku*. Bratislava : Q111.
4. Denník Šport, denná tlač – všeobecný prehľad

C ÚSTNY POHOVOR (maximálny počet možných získaných bodov je 5):

Ústny pohovor prebieha pred skúšobnou komisiou, ktorá má minimálne dvoch členov (z členov prijímacej komisie). Cieľom ústneho pohovoru je zistiť mieru predpokladov, schopností a záujmu o zvolený študijný odbor v slovenskom aj v anglickom jazyku.

Predbežné výsledky prijímacieho konania budú zverejňované prostredníctvom informačného systému UKF.