



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 UČITEĽSTVO TELESNEJ VÝCHOVY (V KOMBINÁCIÍ)
BAKALÁRSKE ŠTÚDIUM (denné štúdium)

Pred prijímacou skúškou 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.

Praktické požiadavky:

1. Atletika:

Beh na 100m z nízkeho štartu z blokov. Čas sa registruje stopkami a hodnotí na desatiny sekundy. Behá sa na tartanovom povrchu štadióna TJ Stavbár Nitra.

a) Beh na 100m

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Muži (s) | 14,0 | 13,7 | 13,4 | 13,1 | 12,8 | 12,6 |
| Ženy (s) | 16,0 | 15,7 | 15,4 | 15,1 | 14,8 | 14,5 |

Beh na 3000m (chlapci), **1500m** (dievčatá) - behá sa na tartanovom 400m ovále a výkon sa prepočítava na body podľa tabuľky.

b) Beh na 3000/1500m

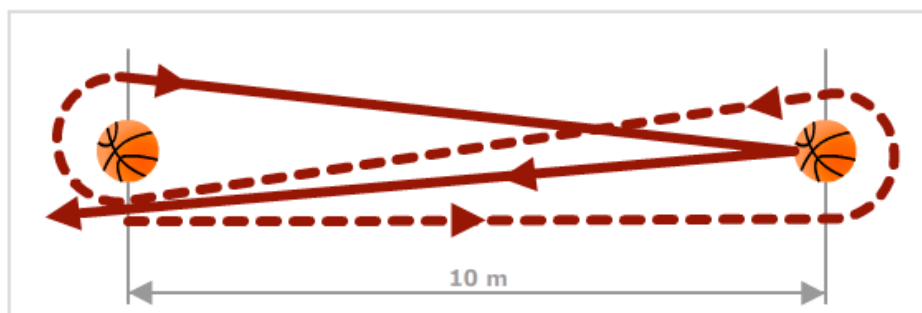
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Muži (s) | 13,40 | 13,20 | 13,00 | 12,40 | 12,20 | 12,00 |
| Ženy (s) | 8,45 | 8,20 | 7,55 | 7,30 | 7,05 | 6,40 |

Výsledný počet bodov za danú disciplínu sa vypočítava ako priemer bodov za obe atletické disciplíny – maximálny počet získaných bodov je 6.

V prípade veľmi nepriaznivého počasia budú behy nahradené Behom na 4x10m a Vytrvalostným člňkovým behom realizovanými v priestoroch veľkej telocvične UKF v Nitre.

Beh na 4 x 10 m

Popis testu: Testovaná osoba (TO) vybieha na signál z píšťalky z polovysokého štartu, obieha kužel sprava, vracia sa po osmičke krížom k prvému kuželu, ktorý obieha zľava. Potom pokračuje znovu k druhému kuželu, ktorého sa dotýka a vracia sa na štart, kde prebehnutím štartovej čiary končí pokus. Každá TO si najprv celú dráhu skúšobne prebehne v pokluse, aby sa predišlo chybám. Počet pokusov: 1.



POKUS JE NEPLATNÝ, AK BEŽEC:

- prešliapne štartovú čiaru,
- vybehne pred štartovým povelom,
- nedodrží stanovenú trasu,
- ak sa nedotkne kuželu č. 2
- nedokončí pokus.

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----------|------|------|------|------|------|------|
| Muži (s) | 13,6 | 13,2 | 12,8 | 12,4 | 12,0 | 11,6 |
| Ženy (s) | 14,6 | 12,2 | 13,8 | 13,4 | 13,0 | 12,6 |

Vytrvalostný člnkový beh (počet dĺžok)

Pomôcky: zvuková nahrávka beep testu, reproduktor, kužele, meracie pásmo, záznamový hárok

Popis testu: Test začína tým, že sa cvičenci postavia za štartovaciu čiaru a čakajú na spustenie nahrávky. Po zaznení pípnutia vyštartujú a prebehnú prvých 20 m. Keď dobehnú na úroveň kužeľov na ďalšie pípnutie menia smer a bežia späť na štartovaciu čiaru. Týmto spôsobom pokračujú počas celého testovania. Začiatková rýchlosť behu je 8 km/h a každú minútu narastá, v 20. minúte behu sa beží na rýchlosti 18 km/h. Ak cvičenec nestihne dobehnúť ku kužeľom včas, dostane prvé upozornenie. Test pre neho končí ak nestihne dobehnúť včas ani po druhýkrát. Ako výsledok testu sa cvičencovi zaznamená počet úspešne dobehnutých úrovní, napríklad cvičenec úspešne dobehol level 9 s počtom úsekov 4. Počet pokusov: 1.

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|----------|---------|---------|---------|---------|---------|-----------|
| Muži (n) | 25 - 31 | 32 - 38 | 39 - 45 | 46 - 52 | 53 - 59 | 60 a viac |
| Ženy (n) | 20 - 25 | 26 - 31 | 32 - 37 | 38 - 43 | 44 - 49 | 50 a viac |

2. Gymnastika:

Prostné cvičenia (dievčatá a chlapci) - z akrobacie sa skúšajú len jednotlivé cvičebné tvary: kotúľ vpred, kotúľ vzad, stoj na rukách - kotúľ vpred, jeden premet bokom. Za každý technicky správne realizovaný cvičebný tvar je možné získať 1 bod.

Hrazda - hrazda po čelo (**dievčatá**) – 3x výmyk do vzporu vpredu; hrazda doskočná (**chlapci**) – 3x výmyk ťahom do vzporu vpredu. Za každý výmyk je udelený 1 bod (1 výmyk – 1 bod, 2 výmyky – 2 body, 3 výmyky – 3 body).

Maximálny počet možných získaných bodov je 7.



3. Hry:

Uchádzač má možnosť vybrať si dve z uvedených 3 športových hier.

Basketbal:

- a) prihrávky dvomi rukami trčením od prs na mieste,
- b) vedenie lopty na kôš a strel'ba po dvojtakte,
- c) doskakovanie lopty po strel'be a obrat vzad.

Volejbal:

- a) odbitie obojruč zhora a zdola vo dvojici,
- b) odbitie obojruč zhora nad seba, obrat o 180° a odbitie za seba vo dvojici, to isté pri odbíjaní obojruč zdola ("bager").
- c) smeč zo zeme pri hre vo dvojiciach.

Hádzaná:

- a) prihrávky krátkym náprahom od pleca na mieste aj v pohybe (vo dvojiciach),
- b) protiútok jednotlivca: vedenie lopty (dribling)
- c) strel'ba "skokom do bránkoviska" (strel'bu stačí naznačiť).

Za každú športovú hru má možnosť uchádzač získať max. 3 body, tzn. že maximálny počet získaných bodov za Hry je 6.

4. Plávanie:

Preplávať 50m vzdialenosť 2 plaveckými spôsobmi so štartovým skokom – podľa platných pravidiel plávania. Pláva sa v 25 m bazéne. Hodnotí sa štartový skok (2 body) 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 viac ako jednu získa 0 bodov. Maximálny počet možných získaných bodov je 6.

Predbežné výsledky prijímacieho konania budú zverejňované prostredníctvom informačného systému UKF.