

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Kód: XPEB305

Názov: Telesná a zdravotná výchova

Zabezpečuje: Katedra školskej pedagogiky

Druh vzdelávacej činnosti: Prednáška, Seminár, Cvičenie, Odborná prax

Rozsah vzdelávacej činnosti (v hodinách):

Týždenný: 3/2/2/1

Za obdobie štúdia: ZS 69,46,46,23

Počet kreditov: 9

Odporúčaný
semester: ZS

Stupeň štúdia: 1.

Metóda vzdelávacej činnosti: Kombinovaná

Odporúčaný
semester

Študijný program

3.rok ZS

Predškolská a elementárna pedagogika (DPEP_E1)
predškolská a elementárna pedagogika (XPEP-D1)
predškolská a elementárna pedagogika (XPEP-E1)

Podmieňujúce predmety:

Podmienky na absolvovanie predmetu:

Spôsob hodnotenia a skončenia štúdia predmetu: Ukončenie skúškou

Priebežné hodnotenie: V priebehu semestra vypracuje študent protokol z pozorovania praxe s hodnotením A-FX a prezentuje prípravu aktivity v rámci cvičení v telocvični s hodnotením A-Fx.

Podmienkou absolvovania predmetu je aj realizácia nekontaktnej časti predmetu – samoštúdiom. Táto časť je realizovaná najmä: štúdiom odporúčanej literatúry, zdokonaľovaním pohybových zručností, rozvojom výskumných a digitálnych kompetencií, prácou v skupinách, prípravou protokolov z praxe, prípravou a prezentáciou zadanej témy na seminári, prípravou vzdelávacej aktivity v telocvični, prípravou na záverečný test.

Záverečné hodnotenie: Kurz bude ukončený písomnou previerkou vedomostí s maximálnym hodnotením 30 bodov. Z písomnej previerky musí študent získať najmenej 15 bodov. Na získanie celkového hodnotenia A je potrebné získať priemerné hodnotenie A, na získanie hodnotenia B priemerné hodnotenie B, na hodnotenie C priemerné hodnotenie C, na hodnotenie D priemerné hodnotenie D a na hodnotenie E priemerné hodnotenie E zo všetkých súčastí priebežného a záverečného hodnotenia. Kredity nebudú udelené študentovi, ktorý za niektorú časť hodnotenia získa Fx.

Ukončené:

Výsledky vzdelávania:

VV1 Kriticky analyzovať faktory, ktoré ovplyvňujú pohybový režim detí v predškolskom veku

VV2 Poznať základné fyziologické účinky telesného cvičenia na organizmus detí

VV3 Aplikovať telesné cvičenia pre osvojenie pohybových zručností a rozvoj pohybových schopností v materskej škole

VV4 Hodnotiť úroveň motorického rozvoja detí v materskej škole

VV5 Poznať zložky zdravého životného štýlu a vedieť ich aplikovať v praxi

VV6 Vedieť vytvoriť pohybový program pre pohybový rozvoj detí v materskej škole

Stručná osnova predmetu:

- Základné teoretické poznatky o význame pohybu, charakteristike a štruktúre pohybových schopností a zručností.
- Fyziológia telesných cvičení, účinkov telesného cvičenia na organizmus.
- Realizácia telesnej a zdravotnej výchovy v MŠ - organizačné formy.
- Zdravotné cvičenia, správne držanie tela, cvičenia pre podporu správneho držania tela.
- Technika a metodika základných pohybových zručností– chôdza, beh, skoky, lezenie, plazenie, hádzanie, chytanie.
- Technika a metodika základných akrobatických cvičení a sezónnych pohybových aktivít.
- Pohybovo-rytmické cvičenia a tance.
- Rozvoj základných pohybových schopností.
- Hygienické návyky a starostlivosť o zdravie.
- Zdravý životný štýl, zásady správnej výživy detí, obezita a podvýživa.
- Riziká súvisiace s telesnými cvičeniami detí predškolského veku.
- Technika a didaktika sezónnych pohybových aktivít

Odporúčaná literatúra:

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.

Masaryková, D. Telesná a zdravotná výchova v predprimárnom vzdelávaní. Trnava: Trnavská univerzita v Trnave - Pedagogická fakulta, 2020. - online, 109 s. - ISBN 978-80-568-0259-5.

Derevjaniková, A., Čarný, L. Masaryková, D. Svet škôlkara. 3. časť : Umenie a kultúra. Zdravie a pohyb. [odborní garanti: Branislav Pupala, Ondrej Kaščák]. 1. vyd. Bratislava : Dr. Josef Raabe Slovensko, 2015. [5,00 AH]. - ISBN 978-80-8140-183-1

Masaryková, D. Vzdelávacia oblasť Zdravie a pohyb: metodická príručka, Bratislava : Metodicko-pedagogické centrum, 2014. [2,20 AH]. ISBN 978-80-8052-891-1

Masaryková, D. Zdravie a pohyb: metodická príručka k vzdelávacej oblasti Štátneho vzdelávacieho programu pre predprimárne vzdelávanie v materských školách, Bratislava : Štátny pedagogický ústav, 2016. 42 s., [2,30 AH]. - ISBN 978-80-8118-178-8.

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

Poznámky:					
Hodnotenie predmetov: Celkový počet hodnotených študentov: 634					
A	B	C	D	E	FX
28%	32%	30%	2%	0%	8%
Vyučujúci: doc. Mgr. Dana Masaryková, PhD., prednášajúci, skúšajúci, cvičiaci, vedúci semináru doc. PaedDr. Jana Labudová, PhD., prednášajúci, skúšajúci, cvičiaci, vedúci semináru Mgr. Dominika Rzavská, PhD., prednášajúci, skúšajúci, cvičiaci, vedúci semináru					
Dátum poslednej zmeny: 01.09.2026					
Schválil: prof. PhDr. Oľga Zápotočná, CSc.					