
13 Ústav telesnej výchovy

Všeobecné informácie

Adresa:

Ústav telesnej výchovy
Univerzitná , blok HB
010 26 Žilina

Riaditeľ:

PaedDr. Róbert Janikovský
tel.: 041-513 52 51,
fax: 041-513 50 45
e-mail: robert.janikovsky@utv.uniza.sk

Ústav telesnej výchovy (ÚTV) ŽU je celoškolské pracovisko univerzity, zabezpečujúce a rozvíjajúce program pohybových aktivít pre študentov a zamestnancov Žilinskej univerzity.

Pôsobí hlavne v týchto oblastiach:

- zabezpečenie výučby predmetu TV vo všetkých jeho formách (nepovinná - voliteľná, resp. dobrovoľná),
- zabezpečenie športového vyžitia študentov v mimovyučovacom období (skúškové obdobie, prázdniny),
- organizovanie športových kurzov (zimných a letných kurzov),
- organizovanie vysokoškolských súťaží (vrátane medzinárodných),
- zabezpečenie športového vyžitia zamestnancov ŽU,
- starostlivosť o športovo nadaných študentov a podpora ich účasti na domácich i medzinárodných športových súťažiach,
- vedeckovýskumná činnosť a účasť na odborných konferenciách.

Výučba TV

Predmet telesná výchova nie je povinným predmetom na žiadnej fakulte ŽU, a preto sa ÚTV ŽU snaží o vytvorenie atraktívnej ponuky programu pohybových aktivít pre študentov všetkých fakúlt vo vhodných priestorových podmienkach, s kvalitným materiálnym zabezpečením a pod odborným vedením učiteľov alebo inštruktorov TV.

ÚTV sa snaží zabezpečiť čo najlepšiu informovanosť študentov o aktivitách a možnostiach, ktoré ponúka študentom či už v oblasti výučby predmetu TV, ako aj pri organizovaní rôznych športových podujatí či súťaží.

Propagáciu aktivít ÚTV zabezpečuje prostredníctvom:

- Programu telesnej výchovy, ktorý je dostupný každému študentovi ŽU pri zápise (návod ako sa zapísať na TV, ponuka športov, športoviská ako aj každoročný kalendár športových podujatí),
- osobnej účasti garantov jednotlivých fakúlt na informačných schôdkach pre novoprijatých študentov,
- univerzitného i študentského časopisu, intranetu, vnútorného televízneho okruhu IP TV ŽU,
- webovej stránky <http://utv.uniza.sk>.

V súčasnosti ÚTV ponúka študentom **25 výberových športov** na pravidelnú športovú aktivitu (aerobik, aikidó, basketbal, bedminton, bouldering, florbal, futbal, golf, grappling, indoorcycling, kondičné posilňovanie, ľadový hokej, malý futbal, plávanie, powerjóga, sebaobrana, squash, stolný tenis, športová streľba, tanečný šport, tenis, thajský box, volejbal,

základy bojových umení, zumba). Podľa záujmu majú študenti možnosť využívať squashové a ricochetové ihrisko, a taktiež absolvovať cvičenia indoorcyclingu. Výučba všetkých športových disciplín je dobre zabezpečená priestorovo, materiálne a personálne.

V akademickom roku 2011/2012 si predmet TV zapísalo do indexu 3 848 študentov, čo predstavuje 42,87 % z celkového počtu denných študentov na ŽU. Oproti predošlému školskému roku sme zaznamenali **nárast o 426 študentov**. Ďalší študenti navštevovali športoviská ŽU bez toho, aby mali tento predmet zapísaný v indexe, čo bolo zistené pri analýze počtu vstupov študentov do posilňovni cez nový elektronický systém evidencie. Pretrváva záujem študentov o pravidelné športovanie aj počas skúškového obdobia, či hlavných prázdnin. Ponúkané možnosti na športovanie v mimovyučovacom období využíva **takmer 800 študentov týždenne**. Prehľad počtov študentov prihlásených na jednotlivé športy uvádzame v tabuľke 1. Stúpajúcu tendenciu počtu študentov prihlásených na TV v intervale ostatných deväť rokov ponúka tabuľka 2.

Počet študentov prihlásených na jednotlivé druhy športu

Športové hry:	basketbal, florbal, futsal, malý futbal, ľadový hokej, volejbal	517
Úpolové športy:	aikidó, grappling, sebaobrana, thajský box, základy bojových umení	135
Raketové športy:	bedminton, squash, stolný tenis, tenis	286
Kondičné posilňovanie:		2 234
Iné:	aerobik, bouldering, golf, indoorcycling, plávanie, powerjóga, športová streľba, tanečný šport, zumba	676
Spolu:		3 848

Prehľad stúpajúceho počtu študentov prihlásených na TV

Školský rok:	Počet študentov prihlásených na TV:	Percentuálne zastúpenie z počtu študentov denného štúdia:
2003/2004	1316	17,48
2004/2005	1359	17,01
2005/2006	1711	19,94
2006/2007	1911	22,22
2007/2008	2144	25,05
2008/2009	2371	26,14
2009/2010	2613	29,65
2010/2011	3422	38,64
2011/2012	3848	42,87

Telesná výchova na Žilinskej univerzite je rovnocenne dostupná pre všetkých jej študentov, chýba však jednotné kreditové ohodnotenie na fakultách. Tabuľka 3 ponúka prehľad návštevnosti hodín TV z pohľadu zastúpenia fakúlt.

Percentuálne zastúpenie študentov jednotlivých fakúlt ŽU na výučbe TV

Poradie:	Fakulta:	Percentuálne zastúpenie z počtu študentov denného štúdia fakulty:
1.	FŠI	70,77 %
2.	SvF	61,15 %
3.	FRI	45,72 %
4.	EF	37,74 %
5.	FPEDAS	35,30 %
6.	FHV	34,05 %
7.	SjF	33,48 %

Pre zamestnancov ŽU ponúka ÚTV možnosti na športovanie (aerobik, indoorcycling, kondičné posilňovanie, squash, ricochet, plávanie, stolný tenis, športové hry) a regeneráciu síl (sauna, solárium, hydromasážna vaňa). Okrem toho má každá fakulta možnosť využívať aj telocvičňu ŽU podľa schváleného harmonogramu.

Športové kurzy

V uplynulom akademickom roku pripravil ÚTV ŽU v spolupráci so športovým klubom AC UNIZA pre študentov ŽU 4 turnusy **lyžiarskych kurzov**. V ponuke boli dve zahraničné lyžiarske strediská - francúzske Les Orres a talianske Livigno, z domácich stredísk Nízke Tatry – Kosodrevina. Lyžiarskych kurzov sa zúčastnilo spolu **150 záujemcov**.

ÚTV ŽU v spolupráci s AC UNIZA ponúka svojim študentom a zamestnancom pestrú ponuku **letných aktivít**. Na úvod spomenieme dve cykloturistické sústreďenia. Na týždenný pobyt na **Šumavu** – priamo k vodnej nádrži Lipno sa na začiatku sezóny vydalo 28 záujemcov. V auguste sme vycestovali za hranice. Cykloturistiku pri najväčšom a zároveň aj najkrajšom talianskom jazere **Lago di Garda** si vychutnalo 21 cykloturistov.

Rafting, kaňoning, prípadne cykloturistika v prekrásnom prostredí Julských Álp sa naďalej teší veľkej obľube. Niet divu. Veď **Soča** je jednou z najkrajších a vodácky najatraktívnejších alpských riek. V mesiacoch jún, júl, august a september ÚTV zorganizoval 6 turnusov, na ktorých sa vystriedalo spolu 55 záujemcov.

Raftovali sme aj v Rakúsku, konkrétne **na rieke Salza**, jednej z najkrajších riek Európy, tečúcej alpským údolím s viacerými hlbokými a úzkymi kaňonmi. V dvojmiestnych nafukovacích člnoch sa plavilo spolu 12 zdatných raftérov.

Splavovanie rieky **Hron** patrí do našej ponuky už pekných pár rokov. Táto rieka je pre splavovanie jednou z najkrajších lokalít Slovenska. V tejto sezóne sa na splav Hrona prihlásilo 43 vodákov.

Na začiatku letných prázdnin ÚTV ŽU zorganizoval pre **32 detí** zamestnancov ŽU **detický športový tábor** s denným dochádzaním. Tábory organizujeme už desiatu sezónu a za tú dobu si našli pevné miesto v programe ÚTV.

Jednou z letných športových aktivít Ústavu telesnej výchovy a AC UNIZA je aj organizácia **kondično-relaxačných pobytov** určených predovšetkým študentom, zamestnancom ŽU a ich rodinným príslušníkom. V tejto sezóne organizátori vybrali pre **49 záujemcov** moderné chorvátske turistické stredisko Vodice.

Priniesli sme prehľad rôznych letných športových aktivít nášho pracoviska, ktoré využilo spolu **250 účastníkov**. Každá ponuka je svojím spôsobom zaujímavá a stojí za to ju vyskúšať. Pracovníci Ústavu telesnej výchovy ŽU stále hľadajú nové možnosti ako zatraktívniť program letných aktivít, a tak prilákať ďalších športových nadšencov.

Športové akcie

Predovšetkým november sa na Žilinskej univerzite nesie každoročne v znamení športu. Ústav telesnej výchovy Žilinskej univerzity v spolupráci so športovým klubom Academic Žilinská univerzita a SAUŠ usporiadali pri príležitosti Dňa študentstva množstvo športových akcií. Väčšina z nich bola sústredená do celého týždňa s názvom „**Univerzitné športové dni 2011**“ a záštitu nad nimi prevzala rektorka ŽU. Súťažilo sa v devätnástich športových odvetviach: aerobik, atletika, basketbal, bedminton, bouldering, florbal, futsal, golf, grappling, indoorcycling, plávanie, silová súťaž, squash, stolný tenis, športová strelba, tanečný šport, tenis, thajský box a volejbal. Športoviská praskali vo švíkoch a športová atmosféra zaplavila celú univerzitu. Niet sa čo čudovať, veď univerzitný šport a štúdium na univerzite boli vždy neodlučiteľne späté. Najpočetnejšie zastúpenie mal v tomto ročníku florbalový turnaj (150 účastníkov), ktorý je súčasťou Univerzitnej florbalovej ligy. Plno bolo aj na Majstrovstvách ŽU v plávaní, ktorých sa zúčastnilo 92 pretekárov. Všetky súťaže boli kvalitne zorganizované. Spokojnosť s priebehom a organizáciou súťaží vyjadril aj prorektor ŽU doc. Ing. Milan Trunkvalter, PhD., ktorý viaceré z nich navštívil. Za hladký priebeh jesennej akcie treba poďakovať celému kolektívu pracovníkov Ústavu telesnej výchovy ŽU, ktorých úsilie smeruje k tomu, aby umožnili čo najväčšiemu počtu vysokoškolákov zapojiť sa do telovýchovných a športových aktivít na našej univerzite.

Do súťaží tohtoročných Univerzitných športových dní sa zapojilo spolu 740 vysokoškolákov, pričom niektorí z nich sa predstavili vo viacerých športových odvetviach. Celý seriál športových súťaží pod hlavičkou Univerzitných športových dní odštartoval 45. ročník **Behu 17. novembra**, na ktorom súťažilo v 11 kategóriách spolu **rekordných 366 pretekárov.**

Tieto čísla nepochybne svedčia o tom, že telesná výchova a šport na Žilinskej univerzite sa uberajú tým správnym smerom a majú podporu vedenia ŽU.

K ďalším významným športovým akciám organizovaných ÚTV ŽU a AC UNIZA patrili 15. ročník **Behu do strečnianskych hradných schodov** (zúčastnilo sa ho **301 športovcov** – prevažne mládeže), Beh olympijského dňa či populárne **Majstrovstvá ŽU v zjazdovom lyžovaní a snoubordingu**. Na ich 13. ročníku štartovalo spolu **takmer 90 lyžiarov a snoubordistov.**

V máji 2011 sa v Banskej Bystrici konalo **Celoslovenské finále univerzít SR v basketbale mužov a žien.** Družstvo Žilinskej univerzity (víťaz regionálneho kola) skončilo po vyrovnaných stretnutiach na konečnom 4. mieste.

Futsalisti Žilinskej univerzity zvíťazili na **Majstrovstvách SR univerzít**, ktoré sa konali v máji 2011 v Košiciach.

Celoročná squashová liga neregistrovaných hráčov ŽU vyvrcholila v máji 2011 **Otvoreným záverečným turnajom v squashi** za účasti troch desiatok študentov a zamestnancov.

Golfový areál v Piešťanoch sa stal v júni 2011 dejiskom **Golfového šampionátu univerzitných tímov**, ktorý usporiadala Trnavská univerzita. Za účasti kompletnej univerzitnej špičky sa zástupcovia Žilinskej univerzity nestratili a skončili v prvej šestke.

V septembri 2011 sa konal na našej akademickej pôde v poradí už 40. ročník volejbalového turnaja "**O pohár rektorky Žilinskej univerzity,**" na ktorom sa zúčastnili družstvá z Čiech a Slovenska. Celý turnaj mal vysokú úroveň predovšetkým vďaka súbojom slovenského a českého vicemajstra (Doprastav Bratislava a SK UP Olomouc). Domáce hráčky AC UNIZA síce podali sympatický výkon, skončili však na poslednom šiestom mieste.

Bohatou činnosťou sa v roku 2011 prezentoval **Ústav telesnej výchovy v spolupráci s**

oddielom FBC Grasshoppers AC UNIZA v oblasti florbalu.

Univerzitná florbalová liga ŽU je dlhodobou celouniverzitnou súťažou, do ktorej sa zapojilo 12 družstiev (podľa fakúlt), celkovo 150 študentov Žilinskej univerzity. Každý tím odohral v súťaži 22 zápasov.

V apríli 2011 boli Žilinčania organizátormi **Medziuniverzitnej florbalovej ligy**, ktorej sa zúčastnilo 60 študentov zo štyroch univerzít (Žilinská univerzita, UMB Banská Bystrica, TU Zvolen, AOS Liptovský Mikuláš). Družstvo Žilinskej univerzity obsadilo druhé miesto.

V novembri 2011 sa Žilina stala dejiskom **Finále univerzít vo florbale**, ktorého sa zúčastnilo 60 študentov z víťazných univerzít jednotlivých regiónov (Žilinská univerzita, Univerzita Komenského Bratislava, Technická univerzita Košice, Slovenská poľnohospodárska univerzita Nitra). Žilinčania vybojovali bronzové medaily.

V rámci Extraligy mužov vo florbale sa odohralo 12 domácich zápasov. Tím **FBC Grasshoppers AC UNIZA A** obsadil v sezóne 2010/2011 celkové 5. miesto aj zásluhou študentov Žilinskej univerzity (Matej Novák, Roman Radil, Matej Uram, Jiří Pazderka, Michal Hrin).

Tím **FBC Grasshoppers AC UNIZA B** obsadil v sezóne 2010/2011 celkové 5. miesto v 2. lige mužov vo florbale. O tento úspech sa zaslúžili aj študenti Žilinskej univerzity (Peter Štefanko, Jaroslav Hlúšek, Michal Janek).

Členkami oddielu **FBC Grasshoppers AC UNIZA** boli aj študentky Žilinskej univerzity (Milota Hutirová, Michaela Fabriciová), ktoré boli v sezóne 2010/2011 na hosťovaní v kluboch ženskej florbalovej extraligy.

Vedeckovýskumná činnosť

Traja zamestnanci ÚTV navštevujú externé doktorandské štúdium. Prinášame prehľad publikačnej činnosti ÚTV za ostatné tri roky:

1. JANIKOVSKÝ, R. – MALACHOVÁ, Ľ. 2009. História, súčasnosť a perspektívy vysokoškolského športu na Žilinskej univerzite. In: Význam akademického športu v systéme národného športu. Nitra: SPU 2009.
2. HRABOVSKÝ, M. – JANIKOVSKÝ, R. – MALACHOVÁ, Ľ. 2009. Telesná výchova a športové kurzy na Žilinskej univerzite. Národná konferencia Vysoké Tatry 2009, s. 186-189
3. HRNČIAR, T. 2010. ACADEMIC Žilinská univerzita a vrcholový šport. Národná konferencia Vysoké Tatry 2009.
4. BARÁNEK, D. – HRNČIAR, T. 2009. The position of floorball as a sports game at selected comprehensive schools in the region of Banská Bystrica. In: Acta Universitatis Matthiae Belii. Physical education and sport. Banská Bystrica: UMB FHV, KTVŠ, 2009.
5. BARÁNEK, D. – HRNČIAR, T. 2009. Analýza aktuálneho stavu vyučovania športovej hry florbal na základných školách v regióne Banská Bystrica. In: Acta Mladá veda. Banská Bystrica: UMB FHV, KTVŠ, 2009.
6. BARÁNEK, D. – HRNČIAR, T. 2010. Úroveň vedomostí žiakov základných škôl z teoretických základov športovej hry florbal v regióne Žilina. In: Acta Mladá veda. Banská Bystrica: UMB FHV, KTVŠ, 2010.
7. MACEJKOVÁ, Y. - HRABOVSKÝ, M. – PROCHÁZKA, K. 2010. Vnútna odozva organizmu na zaťaženie v špeciálnych vytrvalostných testoch výkonnostných plavcov. In: Vedecké práce 2010. Vedecký zborník. Bratislava 2010. ISBN 978-80-227-3317-5, s. 57-62
8. PROCHÁZKA, K. - MACEJKOVÁ, Y. - HRABOVSKÝ, M. 2010. Podmienenosť športového výkonu 11 – 13 ročných plavcov vybranými ukazovateľmi telesného rozvoja a pohybovej výkonnosti. In: Štúdium motoriky človeka vo vodnom prostredí . Vedecký

- zborník, VEGA č. 1/0674/08/13. Bratislava 2010. ISBN 978-80-8113-039-7, s. 102-116
9. JANIKOVSKÝ, R. – KAZÁNIOVÁ, Z. – MALACHOVÁ, L. 2011. Výučba golfu na Žilinskej univerzite. In: Optimalizácia zaťaženia v telesnej a športovej výchove. Bratislava: STU 2011.
 10. BARÁNEK, D. 2011. Úroveň vybraných herných činností hráčov florbalového klubu FBC Grasshoppers AC UNIZA Žilina. In: Optimalizácia zaťaženia v telesnej a športovej výchove. Bratislava: STU 2011.