

13 Ústav telesnej výchovy

Všeobecné informácie

Adresa:

Ústav telesnej výchovy
Univerzitná 8215/1, 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, výberová, resp. dobrovoľná),
- zabezpečenie športových aktivít pre študentov v mimovyučovacom období (skúškové obdobie, prázdniny),
- organizovanie telovýchovných kurzov (zimných a letných telovýchovných 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 **23 výberových športov** na pravidelnú športovú aktivitu (aerobik, aikidó, basketbal, bedminton, bouldering, crossfit, fitness, florbal, futsal, golf, indoorcycling, kondičné posilňovanie, ľadový hokej, malý futbal, plávanie, squash, stolný tenis, športová streľba, tanečný šport, tenis, thajský box, volejbal, základy bojových

umení). Podľa záujmu majú študenti možnosť využívať squashové a ricochetové ihrisko, resp. zahrať si stolný tenis. Výučba všetkých športových disciplín je dobre zabezpečená priestorovo, materiálne a personálne.

V akademickom roku 2012/2013 si predmet TV zapísalo do indexu 3 892 študentov, čo predstavuje 43,51 % z celkového počtu denných študentov na ŽU. Oproti predošlému školskému roku sme zaznamenali mierny nárast. **Od obdobia zavedenia nepovinnej TV sme zaznamenali najvyšší počet študentov prihlásených na TV cez Systém vzdelávania.** Ďalší študenti navštevovali športoviská ŽU bez toho, aby mali tento predmet zapísaný v indexe, čo bolo zistené pri analýze počtu vstupov študentov do posilňovní cez 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 osem rokov ponúka tabuľka 2.

Počet študentov prihlásených na jednotlivé druhy športu

Športové hry:	basketbal, florbal, futsal, malý futbal, ľadový hokej, volejbal	533
Úpolové športy:	aikidó, thajský box, základy bojových umení	117
Raketové športy:	bedminton, squash, stolný tenis, tenis	255
Kondičné posilňovanie:		2 352
Iné:	aerobik, bouldering, crossfit, fitness, golf, indoorcycling, plávanie, športová streľba, tanečný šport	635
Spolu:		3 892

Prehľad stúpajúceho počtu študentov prihlásených na TV

Školský rok:	Počet študentov prihlásených na TV:	Percentuálne zastúpenie z počtu študentov denného štúdia:
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
2012/2013	3892	43,51

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	78,00 %
2.	SvF	49,34 %
3.	EF	47,94 %
4.	FRI	46,06 %
5.	FPEDAS	34,76 %
6.	SjF	34,08 %
7.	FHV	28,39 %

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

Zimné a letné telovýchovné 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 Alpe d'Huez a rakúske Mölltaler Gletscher, z domácich stredísk Nízke Tatry – Kosodrevina a Tále. Lyžiarskych kurzov sa zúčastnilo spolu **182 záujemcov**.

ÚTV ŽU v spolupráci s AC UNIZA ponúka svojim študentom a zamestnancom pestrú ponuku **letných aktivít**. Na cykloturistické sústredenia na týždenný pobyt na **Českú Kanadu** – do južných Čiech sa na začiatku sezóny vydalo 32 záujemcov. V auguste pri najväčšom a zároveň aj najkrajšom talianskom jazere **Lago di Garda** si vychutnalo cykloturistiku 30 cykloturistov.

Na raftingu na rieke **Belá** sa zúčastnilo iba 18 záujemcov. Rafting, kaňoning, prípadne cykloturistika v prostredí Julských Álp je stále v kurze. **Soča** je jednou z vodácky najatraktívnejších alpských riek. Presvedčilo sa o tom tentokrát 13 záujemcov.

Raftovalo sa aj v Rakúsku, konkrétne **na rieke Salza**, jednej z najkrajších riek Európy. V dvojmiestnych nafukovacích člnoch sa plavilo spolu 20 raftérov. Splavovanie rieky **Hron** uskutočnilo 64 vodákov v 4 turnusoch.

Na začiatku letných prázdnin ÚTV ŽU zorganizoval pre 31 detí zamestnancov ŽU pobytový **detský športový tábor** vo Vrútkach.

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 44 záujemcov talianske turistické stredisko Lignano Sabbiadoro.

Ponuku rôznych letných športových aktivít ÚTV využilo spolu **251 účastníkov**. Pracovníci Ústavu telesnej výchovy ŽU stále hľadajú nové možnosti ako zatriktívniť program letných aktivít, a tak prilákať ďalších športových nadšencov.

Športové akcie

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 usporiadal pri príležitosti Dňa študentstva množstvo športových akcií.

Väčšina z nich bola sústredená do celého týždňa s názvom „**Univerzitné športové dni 2012**“ 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 streľba, tanečný šport, tenis, thajský box a volejbal. Najpočetnejšie zastúpenie mal v tomto ročníku florbalový turnaj (100 účastníkov), ktorý je súčasťou Univerzitetnej florbalovej ligy. Plno bolo aj na Majstrovstvách ŽU v plávaní, ktorých sa zúčastnilo 89 pretekárov. Všetky súťaže boli kvalitne zorganizované. Za hladký priebeh jesennej akcie treba poďakovať celému kolektívu pracovníkov Ústavu telesnej výchovy ŽU a inštruktorom TV, 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 770 vysokoškolákov, pričom niektorí z nich sa predstavili vo viacerých športových odvetviach. Celý seriál športových súťaží pod hlavičkou Univerzitných športových dní odštartoval 46. ročník **Behu 17. novembra**, na ktorom súťažilo v 11 kategóriách spolu **rekordných 323 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 16. ročník **Behu do strečnianskych hradných schodov** (zúčastnilo sa ho **249 športovcov** – prevažne mládeže), Beh olympijského dňa či populárne **Majstrovstvá ŽU v zjazdovom lyžovaní a snoubordingu**. Na ich 14. ročníku štartovalo spolu **90 lyžiarov a snoubordistov**.

Študenti ŽU sa zapájajú do rôznych športových súťaží na regionálnej, celoslovenskej aj medzinárodnej úrovni. V máji 2012 sa výprava našich športovcov zúčastnila **medzinárodných športových hier SPORTFEST v Istanbule**, kde za účasti 25 univerzít z celého sveta zožala osem medailových úspechov a robila dobré meno nielen ŽU, ale aj celému Slovensku.

Univerziáda SR je najvýznamnejšie športové podujatie vysokoškolákov na národnej úrovni, nazývané aj „akademickou olympiádou“. Usporiadateľom zimnej časti Slovenskej univerziády 2012 sa stala Univerzita Mateja Bela Banská Bystrica. Študenti ŽU získali trikrát zlaté (florbal, squash, bouldering), trikrát strieborné (squash, bouldering) a dvakrát bronzové medaily (futsal, bouldering). Usporiadateľom letnej časti Univerziády SR 2012 bola Fakulta telesnej výchovy a športu UK Bratislava. Študenti ŽU získali trikrát strieborné (basketbal muži, futbal, plávanie) a štyrikrát bronzové umiestnenie (plávanie, volejbal ženy).

V septembri 2012 sa konal na našej akademickej pôde v poradí už 41. ročník volejbalového turnaja "**O pohár rektorky Žilinskej univerzity**," na ktorom sa zúčastnili kvalitné družstvá z Čiech a Slovenska. Domáce hráčky AC UNIZA síce podali sympatický výkon, skončili však na poslednom šiestom mieste.

Vysokú športovú úroveň mal aj 8. ročník stolnotenisového turnaja „**O pohár rektora TU**“ vo Zvolene, ktorého sa zúčastnilo 5 hráčov ŽU (3. miesto).

Študent ŽU Dominik Olexa sa stal absolútnym majstrom Slovenska juniorov 2012 **v silovom trojboji** a absolútnym majstrom Slovenska v tlaku na lavičke. Reprezentoval SR na Európskom šampionáte juniorov 2012.

Celoročná squashová liga neregistrovaných hráčov ŽU vyvrcholila v máji 2012 **Otvoreným záverečným turnajom v squashi** za účasti troch desiatok študentov a zamestnancov.

Golfový areál v Bernolákove sa stal v júni 2012 dejiskom **Golfového šampionátu univerzitných tímov**, ktorý usporiadala Trnavská univerzita. Za účasti kompletnej univerzitetnej špičky zástupcovia Žilinskej univerzity skončili na druhom mieste hneď za poľským tímom.

ÚTV ŽU bol v uplynulom roku organizátorom **Vysokoškolskej golfovej ligy jednotlivcov a družstiev**, ktorá sa konala v golfových areáloch v Rajci a Bernolákove za účasti 7 študentov ŽU.

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.

Bohatou činnosťou sa v uplynulom roku prezentoval **Ústav telesnej výchovy v spolupráci s oddielom FBC Grasshoppers AC UNIZA** v oblasti florbalu. V apríli 2012 sa stalo družstvo ŽU víťazom **Medziuniverzitnej florbalovej ligy 2011/2012**. V novembri 2012 boli Žilinčania organizátormi 1. kola **Medziuniverzitnej florbalovej ligy 2012/2013**, ktorej sa zúčastnilo 60 študentov z piatich univerzít (Žilinská univerzita, UMB Banská Bystrica, TU Zvolen, AOS Liptovský Mikuláš, Katolícka univerzita Ružomberok). V rámci Extraligy mužov vo florbale sa odohralo 12 domácich zápasov. Tím **FBC Grasshoppers AC UNIZA A** obsadil v sezóne 2011/2012 celkové 6. miesto, tím **FBC Grasshoppers AC UNIZA B** obsadil v sezóne 2011/2012 celkové 3. miesto v 2. lige mužov vo florbale. O tieto úspechy sa veľkou mierou zaslúžili študenti Žilinskej univerzity.

Zamestnanec Ústavu telesnej výchovy Žilinskej univerzity Mgr. Daniel Baránek reprezentoval Slovensko v decembri 2012 v Berne na **Majstrovstvách sveta vo florbale**, kde obsadil reprezentačný výber 8. miesto. Študenti Žilinskej univerzity (Matej Novák, Roman Radil, Michal Hrin) reprezentovali Slovensko v máji 2012 v Prahe na **Akademických majstrovstvách sveta** vo florbale, kde obsadil reprezentačný výber 5. miesto.

Vedeckovýskumná činnosť

Zamestnanec ÚTV PaedDr. M. Hrabovský úspešne ukončil externé doktorandské štúdium. Mgr. D. Baránek v januári 2012 úspešne absolvoval dizertačnú skúšku na študijnom odbore **Športová edukológia Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici** a v septembri 2012 absolvoval stáž na Katedre telesnej výchovy VŠB – Technická univerzita Ostrava v rámci programu **Erazmus – učiteľské mobility**.

Prinášame prehľad publikačnej činnosti ÚTV za ostatné tri roky:

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.

MACEJKOVÁ, Y. - HRABOVSKÝ, M. – PROCHÁZKA, K. 2010. Vnútorná 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

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

JANIKOVSKÝ, R. – KAZÁNIOVÁ, Z. – MALACHOVÁ, Ľ. 2011. Výučba golfu na Žilinskej univerzite. In: Optimalizácia zaťaženia v telesnej a športovej výchove. Bratislava: STU 2011.

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.

JANIKOVSKÝ, R. – KAZÁNIOVÁ, Z. – MALACHOVÁ, Ľ. 2012. Výučba športov v prírode (v podmienkach ŽU v Žiline). In: Výučba športov v prírode. Odborný seminár katedier TV VŠ. Liptovský Mikuláš – Demänová, 2012.