

13 Ústav telesnej výchovy

Všeobecné informácie

Adresa:

Žilinská univerzita v Žiline
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@uniza.sk

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

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 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 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 schôdzkach 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 **22 výberových športov** na pravidelnú športovú

aktivitu (aerobik, 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 aj mimo riadnej výučby. Výučba všetkých športových disciplín je dobre zabezpečená priestorovo, materiálne a personálne.

V akademickom roku 2014/2015 si predmet TV zapísalo do indexu 3 707 študentov, čo predstavuje 46,61 % z celkového počtu denných študentov na ŽU. **Od obdobia zavedenia nepovinnnej TV sme zaznamenali najvyšší percentuálny počet študentov prihlásených na TV cez systém Vzdelávanie.** 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 niekoľkých rokov ponúka tabuľka 2.

Tabuľka 1. Počet študentov prihlásených na jednotlivé druhy športu

Kondičné posilňovanie:		2 379
Športové hry:	basketbal, florbal, futsal, malý futbal, ľadový hokej, volejbal	456
Raketové športy:	bedminton, squash, stolný tenis, tenis	261
Úpolové športy:	thajský box, základy bojových umení	74
Iné:	aerobik, bouldering, crossfit, fitness, golf, indoorcycling, plávanie, športová streľba, tanečný šport	537
Spolu:		3 707

Tabuľka 2. Prehľad stúpajúceho počtu študentov prihlásených na TV

Školský rok:	Počet študentov prihlásených na TV:	Percentuálne zastúpenie z počtu študentov denného štúdia:
2005/2006	1 711	19,94
2006/2007	1 911	22,22
2007/2008	2 144	25,05
2008/2009	2 371	26,14
2009/2010	2 613	29,65
2010/2011	3 422	38,64
2011/2012	3 848	42,87
2012/2013	3892	43,51

2013/2014	3903	45,45
2014/2015	3707	46,61

Telesná výchova na Žilinskej univerzite je rovnocenne dostupná pre všetkých jej študentov. Tabuľka 3 ponúka prehľad návštevnosti hodín TV z pohľadu zastúpenia fakúlt.

Tabuľka 3. Percentuálne zastúpenie študentov jednotlivých fakúlt ŽU na výučbe TV

Poradie:	Fakulta:	Percentuálne zastúpenie z počtu študentov denného štúdia fakulty:
1.	FBI	76,46 %
2.	EF	52,79 %
3.	SvF	51,85 %
4.	FRI	46,05 %
5.	SjF	39,88 %
6.	FPEDAS	39,21 %
7.	FHV	31,68 %

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 sústreďenia

V uplynulom akademickom roku pripravil ÚTV v spolupráci so športovým klubom AC UNIZA pre študentov ŽU 3 turnusy **lyžiarskych sústreďení**. V ponuke boli dve zahraničné lyžiarske strediská – talianske Livigno a rakúsky Mölltaler, z domácich stredísk Nízke Tatry–Kosodrevina. Lyžiarskych sústreďení sa zúčastnilo spolu **117 lyžiarov a snoubordistov**.

ÚTV v spolupráci s AC UNIZA ponúka svojim študentom a zamestnancom pestrú ponuku **letných aktivít**. Úvod uplynulej sezóny patril lákavým **jednodňovým akciám** v mesiaci máj, do ktorých sme zaradili rafting na riekach Orava a Váh, cykloturistiku v okolí Žiliny, golf v golfovom klube Rajec, a taktiež plávanie. Uvedenú ponuku „jednodňoviek“ využilo spolu **70 našich študentov a zamestnancov**. Boli to jednak začiatočníci v danom športovom odvetví, ale aj tí, ktorí chceli v priebehu niekoľkých dní vyskúšať atmosféru rôznych akcií.

Z pobytových letných sústreďení na úvod spomenieme cykloturistické sústreďenia. Zo sediel bicyklov sme spoznávali Toskánsko, Roháče, okolie Vranova nad Dyjí a Banskej Štiavnice. Rafting sa stále teší veľkému záujmu. Opäť sme raftovali na slovinskej rieke Soča a na rakúskej Salze. Tradíciu splavovania rieky Hron sme neporušili ani v uplynulej sezóne. Kondično-redukčné sústreďenie v chorvátskom Vire bolo určené pre zamestnancov ŽU a ich rodinných príslušníkov. Pobytové sústreďenia absolvovalo **spolu 227 záujemcov**.

Na začiatku letných prázdnin ÚTV zorganizoval pre 30 detí zamestnancov ŽU pobytový **detský športový tábor** vo Vrútkach. Tábory organizujeme už trinástu sezónu a za tú dobu si našli pevné miesto v programe ÚTV.

Pracovníci ÚTV stále hľadajú nové možnosti ako zatraktívniť program letných aktivít, a tak prilákať ďalších športových nadšencov.

Športové akcie

November sa na ŽU nesie každoročne v znamení športu. Ústav telesnej výchovy Žilinskej univerzity v spolupráci so športovým klubom Academic UNIZA a SAUŠ usporiadali pri príležitosti Dňa študentstva množstvo športových akcií. Väčšina z nich bola sústredená do celého týždňa s názvom „**Univerzitné športové dni 2014**“ a záštitu nad nimi prevzala rektorka ŽU. Súťažilo sa v devätnástich športových odvetviach: aerobik, atletika, basketbal, bedminton, bouldering, crossfit, 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. Najpočetnejšie zastúpenie mali Majstrovstvách ŽU v plávaní, ktorých sa zúčastnila viac ako stovka pretekárov. Všetky súťaže boli kvalitne zorganizované. Celý seriál športových súťaží pod hlavičkou Univerzitných športových dní odštartoval 48. ročník **Behu 17. novembra**, na ktorom súťažili v 11 kategóriách spolu **tri stovky pretekárov**. Do **súťaží Univerzitných športových dní 2014 sa zapojilo spolu 654 vysokoškolákov a 300 športovcov iných vekových kategórií** (mládež a dospelí). Tieto čísla nepochybne svedčia o tom, že telesná výchova a šport na ŽU sa uberajú tým správnym smerom a majú podporu vedenia ŽU.

K ďalším významným masovým športovým akciám organizovaných ÚTV a AC UNIZA patrili **Beh do strečnianskych hradných schodov** (207 účastníkov) a **Beh olympijského dňa** (261 účastníkov).

V dňoch 14. – 19. mája 2014 sa zúčastnila výprava ŽU študentských **športových hier SELL 2014 v estónskom Tartu**. Na jubilejnom 30. ročníku podujatia, ktorého začiatky sa datujú od roku 1936, sa zúčastnilo viac ako 1 700 študentov z 10 krajín (Estónsko, Lotyšsko, Litva, Fínsko, Nemecko, Rusko, Gruzínsko, Čína, Poľsko, Slovensko). ŽU reprezentovalo 54 študentov v kolektívnych aj individuálnych športoch. Naša výprava sa zapojila do nasledujúcich športov: malý futbal, basketbal, volejbal, florbal, plávanie, stolný tenis, bedminton. Najviac sa darilo hráčom malého futbalu, ktorí obsadili vo veľkej konkurencii vynikajúce 1. miesto. V ďalších športoch sme dosiahli viaceré umiestnenia do 8. miesta. Podujatie bolo zorganizované na vysokej úrovni pod záštitou prezidenta Estónska, a taktiež po hernej stránke malo vysokú kvalitu zodpovedajúcu úrovni najvyšších slovenských súťaží. Poďakovanie patrí rektorke ŽU a športovému klubu AC UNIZA, ktorí podujatie finančne podporili.

V septembri 2014 sa v priestoroch univerzity konal 2. ročník podujatia s názvom **Športový deň rektorky Žilinskej univerzity 2014**. Jeho organizátormi boli ÚTV, Academic ŽU a Rada ZO OZ PŠVVaŠ pri ŽU. V deviatich športových disciplínach v duchu pravidiel fair play zápolili **dve stovky športovcov** z radov zamestnancov a doktorandov ŽU. Nesúťažnou disciplínou bola temperamentná zumba.

ŽU sa stala v roku 2014 dejiskom Akademických majstrovstiev SR vo viacerých športových odvetviach – florbal (študenti ŽU v družstve regiónu stred obsadili 1. miesto), **stolný tenis, karate, aerobik, silový trojboj a triatlon**. Usporiadanie najvyšších akademických šampionátov z poverenia Ministerstva školstva, vedy, výskumu a športu SR bolo pre ŽU poctou a uznaním. Všetky spomínané súťaže boli dobre organizačne zvládnuté a mali vysokú športovú úroveň.

Akademické majstrovstvá SR vo futsale sa konali v Komárne a reprezentanti ŽU (družstvo regiónu stred) skončili v poradí družstiev na peknom 2. mieste. V Nitre sa konali **Akademické majstrovstvá SR vo volejbale mužov a žien**. Žilincania boli súčasťou oboch volejbalových tímov regiónu stred. Ženy vybojovali striebro, muži obsadili po tesných prehrách konečné 4. miesto podobne ako vo svojej súťaži **basketbalisti**. Družstvá ŽU zvíťazili v regionálnych kolách AM SR vo futsale, basketbale, volejbale mužov a žien. Všetky nominačné stretnutia sa konali na pôde ŽU.

Po víťazstve v regionálnom kole postúpilo družstvo ŽU do **Celoslovenského finále univerzít SR vo futsale**, ktoré sa uskutočnilo v júni 2014 v Komárne. Za účasti družstiev TU Košice, FMPH Bratislava, Univerzita J. Selyeho Komárno a ŽU Žilina sa konala veľmi vyrovnaná súťaž. Po tuhých bojoch zvíťazili Košičania pred FMPH Bratislava a našimi vysokoškólakmi.

V novembri 2014 sa zúčastnili študenti ŽU v Bratislave **Hokejového turnaja univerzít SR**. Turnaj zorganizovala Slovenská asociácia univerzitného športu v spolupráci so Slovenským zväzom ľadového hokeja za účasti ôsmich univerzít.

Zvolen sa stal dejiskom jesennej časti **vysokoškolskej ligy vo volejbale mužov a žien**. Za účasti družstiev UMB Banská Bystrica, TU Zvolen a ŽU Žilina sme boli svedkami kvalitných stretnutí. Ženy svoju súťaž vyhrali a mužom sa ušla bronzová priečka.

V novembri sme vycestovali aj do **Olomouca** na **Medzinárodný turnaj zmiešaných družstiev vo volejbale**, ktorý bol organizovaný pri príležitosti Dňa študentstva. Za účasti výborne pripravených českých družstiev sme obsadili štvrtú priečku.

ÚTV usporiadal ďalšie zo seriálu turnajov vo volejbale zmiešaných družstiev fakúlt ŽU (jarný aj jesenný termín). Konali sa aj záverečné turnaje v bedmintoni a squashi, či súťaž **PRETORIAN 2** (silový trojboj, crossfit, strongman). Žilina sa taktiež stala dejiskom **Grand Prix Žilina 2014 v karate** (účasť 25 VŠ študentov a **Slovenského pohára v silovom trojboji** (účasť 18 VŠ študentov).

Univerzitná florbalová liga ŽU je dlhodobou celouniverzitnou súťažou, do ktorej sa zapojilo 12 družstiev (podľa fakúlt), celkovo 150 študentov ŽU. Každý tím odohral v súťaži 22 zápasov. Významný úspech sa podaril študentom ŽU, ktorí sa stali v apríli víťazmi vysokoškolskej ligy vo florbale regiónu stred.

Bohatou činnosťou sa v uplynulom roku prezentoval ÚTV v spolupráci s **naším najúspešnejším oddielom - florbalovým oddielom FBC Grasshoppers AC UNIZA**. Vysokoškóláci získali ocenenie Slovenskej asociácie univerzitného športu ako najúspešnejší športový mužský kolektív za rok 2014. Taktiež boli ocenení ako najlepšie športové družstvo, v rámci Vyhlásenia najúspešnejších športovcov mesta Žilina za rok 2013.

Extraligový tím **FBC Grasshoppers AC UNIZA A** obsadil v sezóne 2013/2014 celkové 2. miesto, keď vo finále podľahol Florku Košice. Tím **FBC Grasshoppers AC UNIZA B** obsadil v sezóne 2013/2014 celkové 3. miesto v 1. lige mužov vo florbale. O tieto úspechy sa veľkou mierou zaslúžili študenti ŽU.

ÚTV v spolupráci so športovým klubom AC UNIZA usporiadali v uplynulom roku 2. ročník celoslovenskej **Vysokoškolskej golfovej ligy jednotlivcov a družstiev**, ktorá sa konala v golfových areáloch Hrubá Borša a Bernolákovo za účasti 8 študentov ŽU. Súťažilo sa v dvoch výkonnostných kategóriách tak, aby sa súťaže mohli zúčastniť aj študenti s vyšším hcp (vyhodnocovali sa jednotlivci aj družstvá). Do súťaže sa zapojilo celkom 31 súťažiacich z piatich univerzít a vysokých škôl Slovenska.

Vedeckovýskumná činnosť

Mgr. Daniel Baránek, PhD. ukončil v roku 2014 doktorandské štúdium v študijnom odbore Športová edukológia na Univerzite Mateja Bela v Banskej Bystrici. Prinášame prehľad publikačnej činnosti ÚTV za ostatné tri roky:

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.

JANIKOVSKÝ, R. – MALACHOVÁ, Ľ. – KAZÁNIOVÁ, Z. 2013. Systém elektronickej evidencie výučby predmetu TV – kondičné posilňovanie v podmienkach ŽU v Žiline a jeho možné výstupy pre praktické využitie. In *Pohybové aktivity ve věde a praxi*. Praha: UK 2013.

- BARÁNEK, D. 2013. Florbal v školskej telesnej výchove. In *Zborník medzinárodnej vedeckej konferencie Pohyb a zdravie X* [CD-ROM]. Trenčín: TNUAD FZ, 2013. s. 34 – 41. ISBN: 978 – 80 – 8075 – 580 – 5.
- BARÁNEK, D. 2013. Testy herných zručností vo florbale. In *Telesná výchova a sport mládeže ročník 79, 2013, č. 6*. Praha: FTVS UK, 2013. s. 28 – 31. ISSN 1210 – 7689.
- BARÁNEK, D. 2013. Vplyv učebného programu pre florbal na herné zručnosti žiakov základnej školy. In *Studia sportiva, 2013, roč. 7, č. 2*. Brno: Masarykova univerzita, 2013. s. 117 - 122. ISSN 1802 – 7679.
- BARÁNEK, D. 2014. Florbal pre žiakov 5. ročníka základnej školy. In *Telesná výchova a šport, 2014, roč. 24, č. 4*. Bratislava: SVSTVŠ, FTVŠ UK, 2014. s. 13. – 17. ISSN 1335 – 2245.