

Podmienky na udelenie kreditov

Názov predmetu	Rekreológia
Typ predmetu	Povinne voliteľný predmet
Počet kreditov	2
Stupeň štúdia	2.
Vyučujúci, kontakt	Mgr. Klaudia Kukurová, PhD., klaudia.kukurova@uniba.sk

Na udelenie kreditov je študent povinný splniť:

1. **Semestrálna práca** (50% do celkového hodnotenia)
2. **Písomná skúška** (33% do celkového hodnotenia)
 - Čas na písomku je 20 min.,
 - test sa realizuje v skúškovom období
 - predmetom je odprezentovaná problematika predmetu a samoštúdium vybraných tém.

Hodnotiaci škála písomného testu

- 20 b. – 19,5 b. = A
- 19 b. – 18,5 b. = B
- 18 b. – 17 b. = C
- 16 b. – 15 b. = D
- 14 b. – 13 b. = E
- 12 b. a menej = Fx

Okruhy na písomnú skúšku z predmetu:

1. vznik a vývoja rekreológie, druhy rekreácie, faktory limitujúce výber rekreácie
2. široká ponuka športovo-rekreačných aktivít (kompenzačné cvičenia, cvičenia pre tehotné, dýchacie cvičenia)
3. súvislosti pohybovej aktivity na zdravý spôsob života, odporúčaná pohybová aktivita, význam pohybovej aktivity
4. voľný čas, jeho štruktúra a problematika v kontexte možných rizík nevhodného využívania voľného času u detí a mládeže
5. deti, dorastenci, dospelí, seniori – charakteristika, voľný čas, pohybová aktivita, motivačná štruktúra
6. príčiny nešportovania, či príčiny zanechávania športovej aktivity
7. zásady koncipovania pohybových programov pre rekreačne športujúcich (FITT, diagnostika)
8. diagnostika rekreačného športovca, najčastejšie ciele rekreačného športovca
9. kompenzačné cvičenia, cvičenia pre tehotné, dýchacie cvičenia.

3. Účasť na prednáškach a seminároch (17 % do celkového hodnotenia)

Minimálne 80 % (20 % ospravedlnenej neúčasti).

Študent musí splniť každú z podmienok na udelenie kreditov.

Celkové hodnotenie predmetu:

A, 92 – 100 %; B, 84 – 91 %; C, 76 – 83 %; D, 68 – 75 %; E, 60 – 67 %; Fx, 59 % a menej.