

Podmienky na udelenie kreditov

Názov predmetu	Športová špecializácia III. – športová gymnastika
Typ predmetu	Povinný predmet
Počet kreditov	5
Stupeň štúdia	2.
Vyučujúci, kontakt	Mgr. Ľuboš Rupčík, PhD., lubos.rupcik@uniba.sk, Mgr. Adriána Krnáčová, PhD., adriana.krnacova@uniba.sk

Na udelenie kreditov je študent povinný splniť:

1. Písomný test (30 % do celkového hodnotenia)

- Čas na test je 30 min.,
- test sa realizuje v priebehu semestra,
- predmetom je odprezentovaná problematika technika a didaktika cvičebných tvarov.

2. Ústna skúška (70 % do celkového hodnotenia)

- Ústna skúška sa realizuje v skúškovom období,
- predmetom je odprezentovaná problematika technika a didaktika cvičebných tvarov, tréningové zaťaženie, športová príprava.

Okruhy:

- Technika a didaktika najobťažnejších prevratových cvičebných tvarov s viacnásobnými obratmi okolo vertikálnej a horizontálnej osi a ich väzieb v súťažnej disciplíne prostné mužov a žien.
- Technika a didaktika najobťažnejších preskokov a prevratových cvičebných tvarov a ich väzieb na rôznych náradiach gymnastického 4-boja žien a 6-boja mužov.
- Tréningové zaťaženie v prípravnom a prechodnom období a jeho variabilita vzhľadom na výkonnostné vrcholy športovej výkonnosti.
- Variabilita zložiek športovej prípravy v rámci mikrocyklov.

3. Účasť na prednáškach a seminároch

Minimálne 80 % účasti (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.