

Podmienky na udelenie kreditov

Názov predmetu	Základy úpolov
Typ predmetu	Povinný predmet
Počet kreditov	3
Stupeň štúdia	2.
Vyučujúci, kontakt	Mgr. Miloš Štefanovský, PhD. E-mail kontakt: milos.stefanovsky@uniba.sk Mgr. Katarína Longová, PhD. E-mail kontakt: katarina.longova@uniba.sk

Na udelenie kreditov je študent povinný splniť:

1. Seminárna práca (45 % do celkového hodnotenia)

- Odovzdať prácu do konca výučbovej časti semestra
- Zameranie: cvičebná jednotka v školskej TV alebo tréningová jednotka s využitím základných úpolov pri rozvoji silových a kondičných schopností (2 preťahy, 2 pretlaky, 2 odpory a 2 úpolové hry).
- Minimálny počet je 30 a maximálny 50 bodov

2. Pohybové kreditové požiadavky (45 % do celkového hodnotenia)

- Demonštrovať techniku a didaktiku úpolových pádov, preťahov, pretlakov, odporov, úpolových hier, techník zdvíhania, nosenia a skladania súpera
- Minimálny počet je 31 a maximálny 50 bodov

3. Účasť na seminároch (10 % do celkového hodnotenia)

Minimálne 80 % (20 % ospravedlnenej neúčasti).

Študent musí splniť každú z podmienok na udelenie kreditov.

Celkové hodnotenie predmetu:

A – 100 až 93 bodov, B – 92 až 85 bodov, C – 84 až 77 bodov, D – 76 až 69 bodov, E – 68 až 61 bodov, FX – 60 a menej bodov.