

## **Telesná výchova v Zimnom semestri 2020/2021**

Študenti dennej formy štúdia študujúci prezenčnou (štandardnou) formou sa zúčastňujú vybraného športu jedenkrát do týždňa počas celého semestra, pričom k získaniu zápočtu potrebujú 10 účastí (šport, deň v týždni, čas – prihlásenie prostredníctvom systému MAIS do 2.10!). Prípadne sa zúčastnia telovýchovného kurzu (lyžiarske kurzy v priebehu mesiacov január a február).

**Študenti na fakultách, kde je dištančná forma štúdia sa musia prihlásiť prostredníctvom MAISu na ľubovoľnú rozvrhovú jednotku (šport, deň v týždni, čas), ktorá je aktuálne voľná. Prihlásenie je možné do 2.10.!**

**Emailom oznámia konkrétnemu odbornému asistentovi, na ktorého hodinu sú prihlásení, že ich štúdium a tým aj Telesná výchova bude prebiehať dištančnou formou!**

**Do predmetu emailu je potrebné uviesť: Meno, Priezvisko, deň a čas športu, na ktorý ste prihlásený!**

**Zároveň je potrebné potvrdiť súhlas so spracovaním osobných údajov na nasledovnom linku:**

[Informovaný súhlas s účasťou na prieskume Katedry telesnej výchovy](#)

Pre získanie zápočtu za Telesnú výchovu je potrebné absolvovať 10 pohybových aktivít, o ktorých realizácii budete posilať týždenne záznamy emailom konkrétnemu vyučujúcemu, na ktorého hodine ste prihlásený. Pre zaznamenanie pohybovej aktivity je potrebné nainštalovať si do telefónu aplikáciu, ktorá Vám umožní zaznamenávať priebeh pohybovej aktivity (čas trvania, rýchlosť, trasu...) a zaregistrovať sa do nej. Na výber máte viacero aplikácií: Strava, Sports Tracker, MapyCZ, Endomondo, atď. Pred začiatkom pohybovej aktivity je potrebné spustiť nahrávanie aktivity a na konci ju korektné ukončiť a uložiť. Telefón musíte mať počas pohybovej aktivity pri sebe so zapnutým GPS. Následne je potrebné túto zaznamenanú aktivitu zdieľať vyučujúcemu, na ktorého hodine ste prihlásený (poslať link na aktivitu emailom).

Na výber máte nasledovné pohybové aktivity, pričom musí byť dodržané jej minimálne časové trvanie:

<b>Chôdza</b>	<b>minimálne 60 min</b>
<b>Cyklistika</b>	<b>minimálne 60 min</b>
<b>Beh</b>	<b>minimálne 40 min</b>
<b>Inline korčuľovanie</b>	<b>minimálne 40 min</b>
<b>Turistika</b>	<b>minimálne 60 min</b>

**V jednom týždni akceptujeme len jednu pohybovú aktivitu a je potrebné ju zdokladovať v týždni, v ktorom bola realizovaná.** Športovať môžete v ľubovoľnom čase v priebehu týždňa a v priebehu dňa. Každý týždeň môžete absolvovať iný druh pohybovej aktivity.

**Táto forma absolvovania Telesnej výchovy je určená len pre študentov s dištančnou formou výučby!**

**V prípade, že dištančná forma výučby na vašej fakulte začne až v priebehu semestra, bude potrebné absolvovať taký počet pohybových aktivít aby výsledný súčet účastí na Telesnej výchove a realizovaných pohybových aktivít individuálnym spôsobom bol minimálne 10!**

V prípade, že máte záujem realizovať iný typ pohybovej aktivity, ktorý je tiež možné zaznamenať mobilnou aplikáciou, prekonzultujte túto požiadavku emailom s vyučujúcim (s tým, u ktorého ste prihlásený).

V prípade akýchkoľvek otázok nás neváhajte kontaktovať:

<https://ktv.tuke.sk/wps/portal/ktv/katedra/zamestnanci>

Všetky informácie budeme taktiež aktualizovať na webovej stránke [www.ktv.tuke.sk](http://www.ktv.tuke.sk)  
Študenti sú povinní komunikovať s vyučujúcim prostredníctvom študentského emailu!

**PaedDr. Vladimír Harčarik**  
**vedúci Katedry telesnej výchovy**