PREŠOVSKÁ UNIVERZITA V PREŠOVE
FAKULTA ŠPORTU
Oddelenie pre vzdelávanie

ŠTUDIJNÝ PROGRAM: špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách

Forma štúdia:	denná/externá
Metóda štúdia:	prezenčná/kombinovaná
Štandardná dĺžka štúdia:	3 roky/4 roky
Udelený titul po úspešnom absolvovaní študijného programu:	Bc. (bakalár)
Predpokladaný počet prijatých uchádzačov:	60/20

Školné na prvom stupni štúdia v externej forme v študijnom programe špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách je 700,- € za akademický rok.

UPLATNENIE ABSOLVENTA

Absolvent bakalárskeho stupňa štúdia študijného programu špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách:

- má uplatnenie ako inštruktor telesnej prípravy v širokom spektre bezpečnostných zložiek, ako aj pri ochrane letísk a železníc a v súkromných bezpečnostných službách pri ochrane majetku a osôb,
- je fyzicky pripravený uchádzať sa o prijatie do služobného pomeru príslušníkov Policajného zboru SR a štátnej služby profesionálnych vojakov Ozbrojených síl SR,
- je spôsobilý riešiť situácie spojené s rôznymi formami agresie až po obranu proti fyzickému násiliu,
- je kompetentný pripravovať a pedagogicky správne realizovať pohybové programy so zameraním na úpolové športy a sebaobranu pre rôzne populačné skupiny,
- po absolvovaní športovej špecializácie sa môže uplatniť ako tréner karate či tréner fitnes príslušného kvalifikačného stupňa v súlade so zákonom o športe.

PRIJÍMACIE KONANIE

Podmienky prijatia:

- úspešné absolvovanie stredoškolského štúdia ukončeného maturitnou skúškou,
- lekárske potvrdenie vydané telovýchovným lekárom o zdravotnej spôsobilosti uchádzača študovať študijný program telovýchovného zamerania (nie staršie ako 3 mesiace),
- úspešné absolvovanie prijímacej skúšky z pohybových predpokladov.

Prijímacia skúška z pohybových predpokladov pozostáva z absolvovania nasledujúcich disciplín:

- vytrvalostný (viacstupňový) člnkový beh na vzdialenosť 20 m,
- Jacíkov motorický test,
- plávanie na 100 m plaveckým spôsobom kraul alebo prsia.

Popis a kritériá hodnotenia disciplín prijímacej skúšky z pohybových predpokladov pre študijný program špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách

Uchádzač:

- je povinný zúčastniť sa každej disciplíny prijímacích skúšok,
- v prípade, že nesplní požadovaný minimálny výkon v jednotlivých disciplínach, získava bodové hodnotenie 0 bodov,
- za plávanie získava 0 bodov, ak neprepláva zvoleným plaveckým spôsobom vzdialenosť 100 m.

Celkové bodové hodnotenie z praktických disciplín sa v závislosti od veku uchádzača znižuje nasledovne: 36 – 40 roční o 15 %, 41 – 45 roční o 20 %, 46 – 50 roční o 25 %.

Vytrvalostný (viacstupňový) člnkový beh na vzdialenosť 20 m

Bodové hodnotenie: 0 – 10 bodov

Úlohou testovanej osoby je čo najdlhšie opakovane prekonávať 20 m dlhý vymedzený úsek podľa reprodukovaného zvukového signálu. Tempo behu udávané z audionahrávky sa postupne zvyšuje, po každej minúte o 0,5 km/h. Test končí, ak testovaný nie je schopný dvakrát po sebe došliapnuť na čiaru vymedzujúcu bežecký úsek v danom časovom limite. V prvej minúte je rozdiel medzi časovými signálmi označujúcimi dobeh testovanej osoby na métu 9 sekúnd a postupne sa skracuje až na 4 sekundy v dvadsiatej minúte (fáze). Výsledkom testu je počet realizovaných a ukončených fáz, resp. pol-fáz, pričom každá fáza zodpovedá zvládnutiu jednej minúty behu podľa reprodukovaných zvukových signálov.

Tab. 1 Kritériá hodnotenia vytrvalostného člnkového behu

MUŽI		ŽENY	
body	**fázy** (počet)	**body**	**fázy** (počet)
1	9,5	**1**	6,5
2	10,0	**2**	7,0
3	10,5	**3**	7,5
4	11,0	**4**	8,0
5	11,5	**5**	85
6	12,0	**6**	9,0
7	12,5	**7**	9,5
8	13,0	**8**	10,0
9	13,5	**9**	10,5
10	14,0	**10**	11,0

Jacíkov motorický test

Uchádzač počas dvoch minút opakovane strieda štyri polohy v poradí: ľah vzadu s pripažením (1.); stoj - vzpriamený trup, vystreté dolné končatiny a pripažiť (2.); ľah vpredu s pripažením (3.) a opäť stoj - vzpriamený trup, vystreté dolné končatiny a pripažiť (4.). Východisková poloha je v ľahu vzadu s pripažením, päty a lopatky sa dotýkajú zeme. Na pokyn examinátora vykonáva uchádzač z východiskovej polohy (1.) polohu (2.) stoj - vzpriamený trup, vystreté dolné končatiny a pripažiť s následným prechodom do polohy (3.) ľah vpredu, s pripažením, pričom hrudník sa musí dotýkať podložky a následne vykoná polohu (4.) stoj -

vzpriamený trup, vystreté dolné končatiny a pripažiť. Výsledkom je počet všetkých správne zaujatých polôh počas 2 minút.

Tab. 2 Kritériá hodnotenia Jacíkovho motorického testu

MUŽI (počet)	**body**	**ŽENY** (počet)
49 a menej	**0**	43 a menej
50 - 53	**1**	44 - 47
54 - 57	**2**	48 - 51
58 - 61	**3**	52 - 55
62 - 65	**4**	56 - 59
66 - 69	**5**	60 - 63
70 - 73	**6**	64 - 67
74 - 77	**7**	68 - 71
78 - 81	**8**	72 - 75
82 - 85	**9**	76 - 79
86 a viac	**10**	80 a viac

Plávanie na 100 m plaveckým spôsobom kraul alebo prsia

Bodové hodnotenie: 0 – 10 bodov

Plavecký spôsob si vyberie uchádzač.

Tab. 3 Kritériá hodnotenia plávania na 100 m – MUŽI

Plavecký spôsob		
Prsia (čas)	**body**	**Kraul** (čas)
02:27,0 a horší	**1**	02:04,0 a horší
02:26,9 - 02:19,0	**2**	02:03,9 - 01:58,0
02:18,9 - 02:11,0	**3**	01:57,9 - 01:52,0
02:10,9 - 02:03,0	**4**	01:51,9 - 01:46,0
02:02,9 - 01:58,0	**5**	01:45,9 - 01:40,0
01:57,9 - 01:52,0	**6**	01:39,9 - 01:34,0
01:51,9 - 01:47,0	**7**	01:33,9 - 01:28,0
01:46,9 - 01:37,0	**8**	01:27,9 - 01:22,0
01:36,9 - 01:27,0	**9**	01:21,9 - 01:16,0
01:26,9 a lepší	**10**	01:15,9 a lepší

Tab. 4 Kritériá hodnotenia plávania na 100 m – ŽENY

Plavecký spôsob		
Prsia (čas)	**body**	**Kraul** (čas)
02:39,0 a horší	**1**	02:17,0 a horší
02:38,9 - 02:32,0	**2**	02:16,9 - 02:12,0
02:31,9 - 02:24,0	**3**	02:11,9 - 02:06,0
02:23,9 - 02:16,0	**4**	02:05,9 - 02:00,0
02:15,9 - 02:11,0	**5**	01:59,9 - 01:56,0
02:10,9 - 02:06,0	**6**	01:55,9 - 01:52,0
02:05,9 - 01:59,0	**7**	01:51,9 - 01:48,0
01:58,9 - 01:49,0	**8**	01:47,9 - 01:38,0
01:48,9 - 01:39,0	**9**	01:37,9 - 01:28,0
01:38,9 a lepší	**10**	01:27,9 a lepší

V Prešove 18. 11. 2021

doc. PaedDr. Pavel Ružbarský, PhD.
dekan

Schválené AS FŠ PU v Prešove dňa 01. 12. 2021.