UNIVERZITA PAVLA JOZEFA ŠAFÁRIKA V KOŠICIACH
Ústav telesnej výchovy a športu

SPRÁVA O PEDAGOGICKEJ ČINNOSTI

ÚSTAVU TELESNEJ VÝCHOVY A ŠPORTU

UNIVERZITY PAVLA JOZEFA ŠAFÁRIKA V KOŠICIACH

ZA AKADEMICKÝ ROK 2023/ 24

Súčasťou významnej a uznávanej Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach je už 11 rokov Ústav telesnej výchovy a športu (ÚTVŠ). Zabezpečuje pedagogicko-výchovnú a vedecko-výskumnú oblasť vzdelávania v akreditovanom bakalárskom študijnom programe 1. stupňa štúdia

Šport a rekreácia (ŠaR) a zároveň v poskytovaní a zastrešení výučby slovenských aj zahraničných študentov všetkých fakúlt UPJŠ v Košiciach v rôznych druhoch pohybových aktivít v predmete Športové aktivity.

Personálne zabezpečenie nášho pracoviska tvoria:

Vysokoškolskí učitelia zabezpečujúci výučbu (v r. 2022) na pozíciách:

- 1 profesor
- 4 docenti
- 6 odborní asistenti s PhD.
- 1 asistent
- 2 lektori

Nepedagogickí zamestnanci na pozíciách:

- 1 administratívny pracovník – sekretárka
- 1 študijná referentka
- 1 iný pracovník – upratovačka

Vzdelávanie na I. stupni štúdia ŠaR prebieha v dennej forme a v slovenskom jazyku. Pripravujeme vysokoškolsky vzdelaného absolventa pre praktické pôsobenie v oblasti športu, konkrétne športu pre všetkých a pohybovej rekreácie. Študijný program predstavuje progresívny smer vzdelávania študentov v oblasti zdravého životného štýlu. Absolvent je schopný organizovať, riadiť a diagnostikovať telovýchovno-športový proces zameraný na prevenciu, zvýšenie kvality života a zmysluplné využívanie voľného času. Po ukončení štúdia so môže uplatniť ako tréner, animátor, organizátor športových a spoločenských podujatí. Už počas štúdia získava mnohé certifikáty, ktoré ešte viac zvyšujú jeho erudovanosť.

Kritéria prijímacieho konania boli schválené Akademickým senátom UPJŠ v Košiciach a sú zverejnené na webovom sídle fakulty, na úradnej výveske a na portáli vysokých škôl. Prijímacia skúška študijného programu ŠaR pozostáva z dvoch častí. V teoretickej si písomne overia záujemci vedomosti z biológie v rozsahu gymnaziálnej látky a základne pojmy telesnej výchovy, pravidiel športových disciplín, testovania pohybových schopností a zručností, štruktúry pohybových schopností, histórie telesnej výchovy, olympizmus, telovýchovného procesu. V praktickej časti zistíme úroveň motorickej výkonnosti na základe testov pohybových schopností (plávanie 100 m, gymnastická zostava, viacstupňový vytrvalostný beh). Bodové ohodnotenie si môžu uchádzači zvýšiť aj doložením rôznych diplomov, certifikátov, alebo potvrdením o členstve v športovom klube a reprezentácii – nie starších ako 3 roky. Maximálny počet bodov pre študijný program ŠaR je 65 bodov.

Na ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach k 31.10.2024 bolo v dennej forme štúdia ŠaR zapísaných 69 študentov, z toho 9 zahraničných študentov študujúcich v slovenskom jazyku

(Tab. 1). Ďalšie informácie o študentoch študujúcich bakalársky študijný odbor ŠaR podrobne uvádzame nižšie v texte v tabuľkách č. 1 - 5.

Tabuľka 1 Prehľad o počtoch študentov zapísaných na štúdium ŠaR (k 31.10.2023)

Fakulta	AR 2018/2019		AR 2019/2020		AR 2020/2021		AR 2021/2022		AR 2022/2023		AR 2023/2024	
	denné	externé	denné	externé	denné	externé	denné	externé	denné	externé	denné	externé
ÚTVŠ	81	0	90	0	85	0	85	0	70	0	69	0

Tabuľka 2 Informácie o počte prihlásených / prijatých / zapísaných študentov do prvého ročníka / s ukončeným prvým ročníkom (k 31.10.2023)

Fakulta	Prihlásení pre AR 2023/24		Prijatí pre AR 2023/24		Zapísaní pre AR 2023/24		Počet študentov 1. ročníka k 31.08.2024		% študentov, ktorí prešli 1.ročníkom	
	denné	externé	denné	externé	denné	externé	denné	externé	denné	externé
ÚTVŠ	68	0	41	0	37	0	16	0	43%	0

Tabuľka 3 Celkové počty študentov ŠaR / podiel žien a cudzincov (k 31.10.2023)

Fakulta	Denná forma					Externá forma				Spolu	
	Stupeň štúdia	Občania SR	Z toho ženy	cudzinci	Z toho ženy	Občania SR	Z toho ženy	cudzinci	Z toho ženy	spolu	Z toho ženy
ÚTVŠ	**1**	**60**	**22**	**9**	**6**	**0**	**0**	**0**	**0**	**69**	**27**

Na ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach študenti ŠaR povinne každý rok absolvujú odbornú prax v 5. semestri bakalárskeho štúdia. Celkove 36 hodín odbornej praxe realizujú napr. v športovej organizácii, komerčnom alebo nekomerčnom zariadení. Podniku športovo-rekreačných služieb alebo inej organizácii na pozícii napr. tréner, asistent trénera, asistent rehabilitačného trénera, animátor, inštruktor, asistent manažéra alebo i ako koordinátor v centrách voľného času.

V AR 2022/2023 absolvovalo odbornú prax 17 študentov. Najčastejšie v tréningovom procese vybraných športov (10), vo fitness centrách (6) a v materskej škole v rámci animačných aktivít (1 študent).

Tabuľka 4 Informácie o počte študentov, ktorí prerušili štúdium / boli vylúčení zo štúdia / zanechali štúdium (k 31.08.2024)

Fakulta	Dôvod	Evidenčný ročník			spolu	% zo všetkých študentov fakulty
		1	2	3		
ÚTVŠ	**vylúčenie**	20	4	2		37%
	zanechanie	1	1	0		2%
	spolu	21	5	2		39%

Tabuľka 5 Prehľad absolventov štúdia ŠaR v akademickom roku 2023/2024 (k 31.08.2024)

Fakulta	Denná forma					Externá forma				Spolu	
	Stupeň štúdia	Občania SR	Z toho ženy	cudzinci	Z toho ženy	Občania SR	Z toho ženy	cudzinci	Z toho ženy	spolu	Z toho ženy
ÚTVŠ	**1**	**8**	**5**	**1**	**1**	**0**	**0**	**0**	**0**	**9**	**6**

ÚTVŠ malo počas roka 2023/2024 ocenených 16 študentov bakalárskeho študijného odboru ŠaR ÚTVŠ.

Výročná cena rektora bola udelená 7 študentom ŠaR za reprezentáciu UPJŠ:
1. miesto Grand Prix Slovakia: Veronika Mačejová
2.miesto na celoslovenskom kole ŠVUK: Daniela Hurajová, Ellina Kasumova a Jessica Oravcová.
3. miesto Finále Univerzít vo futsale: Jakab Szabolcs, Samuel Szabó, Martin Ukropec.

Cena pri príležitosti 17. Novembra bola udelená 2 študentom: Nikole Seničovej a Patrikovi Novákovi.

Cena za pomoc pri organizácii Univerzity bez hraníc bola udelená 7 študentom ŠaR: Patrikovi Novákovi, Michaele Iľkovej, Marharyte Yemelianovej, Nine Samueae Celušákovej, Tare Rebejovej, Veronike Mačejovej a Nikol Volkovej.

V našich radoch študentov máme aj výnimočných športovcov, ktorí s hrdosťou reprezentujú ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach na národnej, medzinárodnej aj svetovej úrovni (Tab. 6).

Tabuľka 6 Súhrn najvýznamnejších individuálnych športových úspechov študentov ŠaR

Meno a priezvisko	Šport	Dosiahnutý úspech
Veronika Mačejová	Fitnes, kulturistika a silový trojboj	**1.miesto** juniorky stredná kategória **2. miesto** juniorky **3. miesto** ženy open 23.9.2023 GRAND PRIX Slovakia, Častá **1.miesto** juniorky U69 **2. miesto** juniorky **3. miesto** ženy OPEN U69 6.4.2024 MSR v klasickom silovom trojboji, Rakovice, SR **1.miesto** juniorky stredná kategória **3. miesto** ženy OPEN 11.5.2024 Košický Benchpress Cup, Košice
Seničová Nikola	Vzpieranie	**11. miesto** v trhu 97kg Majstrovstvá Sveta seniorov, RIJÁD, Saudská Arabia, 2023 **10. miesto** nadhod, osobný rekord 123kg Majstrovstvá Sveta seniorov, RIJÁD, Saudská Arabia, 2023 **10. miesto** dvojboj 220kg Majstrovstvá Sveta seniorov, RIJÁD, Saudská Arabia, 2023 **6. miesto** Dvojboj trh 100kg IWF Grand Prix II – Katar, Doha **4. miesto** Nadhod, 118kg IWF Grand Prix II – Katar, Doha

Juraj Haják	Atletika	1. miesto trojskok 3. miesto skok do diaľky 02.06.2024 Majstrovstvá Východoslovenského atletického zväzu, Košice, SR 3. miesto Trojskok 06.07.2024 Majstrovstvá SR, Čadca
Sofia Nezhyva	Taekwondo	2. miesto 11.11.2023 Ilyo Kup Kosice, SR 3. miesto 15.6.2024 CZECH OPEN 2024, Praha, ČR



Za rok **2023** Nikola Seničová, študentka v odbore Šport a rekreácia na ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach, bola vyhlásená 22.03.2024 na ŠOK 2023 (športová osobnosť Košíc) medzi TOP 10 najúspešnejšími športovcami v seniorskej kategórii. Je členka Mestského klubu vzpierania a silových športov. Získala na juniorských majstrovstvách Európy počas rokov 2017 až 2021 cenné kovy všetkých farieb. V roku 2022 sa stala v Albánsku vicemajsterkou Európy do 23 rokov a pridala tiež zlatú medailu v nadhode a striebornú v trhu. Úspešnú sezónu zavŕšila na seniorských majstrovstvách Európy, stále ešte ako juniorka, výborným 9. miestom.



Zoznam športovcov - študentov ŠaR na ÚTVŠ UPJŠ podľa ročníkov, so schváleným individuálnym plánom v AR 2023/2024 uvádzame v tab.7.

Tabuľka 7 Študenti ŠaR so schváleným individuálnym plánom v AR 2023/2024

Meno priezvisko	Ročník	Šport
Antonín Bartoš	1	hokej
Natália Filická	1	atletika
Juraj Haják -	1	atletika
Brian Harčár	1	atletika
Daniel Kimák	1	atletika
Ľudovít Pap	1	
Tomáš Zolovčík	1	vodné pólo
Ervín Matta	2	futbal
Tara Rebejová	2	basketbal
Daniela Hurajová	3	street workaut
Nikola Seničová	3	vzpieranie

Ústav telesnej výchovy a športu UPJŠ v Košiciach ponúka slovenským aj zahraničným študentom všetkých fakúlt našej univerzity 31 pohybových aktivít na týždennej báze, rôzne športové kurzy, pobyty a sústredenia ako voliteľný predmet *Športové aktivity (ŠA)* počas štúdia. Tie dopĺňame podľa najnovších trendov v rámci predmetu. V AR 2023/2024 sme ponúkli študentom UPJŠ na výber: aerobik, aikido, basketbal, bedminton, body-form, bouldering, cykloturistiku, disgolf, florbal, frisbee, futsal, jóga, aerobik, kruhový tréning, minifutbal, plávanie, pilates, posilňovanie, power jóga, sebaobranu, SM-systém, sálový futbal, step aerobik, stolný tenis, streetball, šach, športové lezenie, tabatu, tenis, turistiku a volejbal.

Možnosť výberu – zapísaním predmetu ŠA z uvedenej ponuky v AR 2023/24 zimnom semestri (ZS) využilo 1983 a v letnom semestri (LS) 1341 študentov UPJŠ. Predmet ŠA v ZS ukončilo 1691 študentov UPJŠ. Najviac z lekárskej fakulty (59,14%) a najmenej z fakulty verejnej správy (4,08%). V LS sa prihlásilo na predmet ŠA 1049 študentov UPJŠ, opäť najviac študentov z lekárskej fakulty (46,04%). Najnižší záujem o absolvovanie predmetu ŠA mali študenti z fakulty verejnej správy (4,48%).

Všetci študenti UPJŠ môžu počas predmetu športové aktivity, ale aj individuálne, využívať na športovanie štyri telocvične, posilňovňu, vonkajšie futbalové a basketbalové ihrisko, tenisové kurty a lezeckú stenu. Okrem uvedených aktivít ponúkame možnosť zúčastňovať sa vysokoškolskej ligy v 5 športoch - basketbal, bouldering, florbal, futsal a volejbal.

Okrem predmetu ŠA majú študenti UPJŠ v Košiciach celoročne možnosť zúčastňovať sa vysokoškolskej ligy v 4 športoch - futsal, basketbal, florbal a volejbal. Športové vyžitie spestrujeme zimným lyžiarskym kurzom (s výukou a zdokonaľovaním techniky zjazdového lyžovania, bežeckého lyžovania a snowboardu), kurzom Survival - prežitie vo voľnej prírode (zimný a letný), týždenným letným outdoorovým kurzom, cykloturistikou, letným splavom na riekach východného Slovenska a Maďarska a letným kurzom - Cvičenie a relax pri mori.

STRUČNÉ ZHRNUTIE AKTIVÍT ŠTUDENTOV A ZAMESTNANCOV ÚTVŠ UPJŠ V KOŠICIACH V AKADEMICKOM ROKU 2022 / 2023



06.09.2023 sa doc. PaedDr. Klaudia Zusková, PhD., zúčastnila cvičenia na pôde Poslaneckej snemovne Parlamentu ČR v Prahe, v rámci kampane „*Aktivní září*“. Organizoval ju Nadačný Fond Aktivní Česko za odbornej podpory kancelárie Svetovej zdravotníckej organizácie v Česku. Náplňou bola realizácia psychomotorických cvičení s poslancami s cieľom ich inšpirovať pre pohybovú aktivitu v každodennom živote.



09.09.2023 Mgr. Dávid Kaško, PhD., zorganizoval výlet „*Cyklo-Dunajec 2023*“ pre zamestnancov UPJŠ v Košiciach a ich rodinných príslušníkov. 24 cyklistov prepravil univerzitný autobus s prívesným cyklonosičom z Košíc do Pienin. Na svojich bicykloch obišli *Jezioro Czorostynskie* (priehrada na rieke Dunajec v PL) až na Červený Kláštor. Odtiaľ sa splavili prielomom Dunajca na drevených pltiach v nádhernej prírodnej scenérii Pieninského národného parku do obce Lesnica.

21.-22.09.2023 Mgr. Zuzana Küchelová, PhD., ako lektorka za ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach, spolu s doc. PaedDr. Marie Blahutkovou, Ph.D. z Českej republiky, zúčastnili na 3. medzinárodnom workshope, ktorý bol súčasťou projektu odborného vzdelávania Erasmus+ „*Vzdělávání sociálních pracovníků v péči o seniory prostřednictvím vybraných psychomotorických aktivit“.* Počas dvoch dní v ČR a na Slovensku pre viac ako 100 záujemcov sa venovali teoretickému aj praktickému priblíženiu témy *„Krízový management a risk management v práci sociálneho pracovníka a využívanie pohybu ako prostriedku k odbúravaniu stresu“.* Tento projekt s vysoko aktuálnou témou súvisí so starnutím celosvetovej populácie. Oboznamuje zúčastnených uchádzačov s celostným prístupom k osobnosti človeka cez vnímanie a prežívanie svojho tela.





25.-27.09.2023 doc. Ing. Iveta Cimboláková, PhD., sa zúčastnila na *XXIX Medzinárodnej vedecko-odbornej konferencii* v sekcii *Životné prostredie a zdravie*, v Kongresovom centre kúpeľov Nový Smokovec, a. s. Zameraná bola na gramotnosť dospelých o stave životného prostredia, vybraných kontaminantov v jednotlivých zložkách životného prostredia. Dopad na ich zdravie i poukázanie na dôležitosť pohybovej aktivity v symbióze so životným prostredím, pochopenie vzťahu „stav-príčina-dôsledok“.

01.10.2023 sa uskutočnil 100. ročník *Medzinárodného maratónu mieru* v Košiciach. Ako každý rok, tak aj tento sa študenti UPJŠ pod vedením Mgr. Ladislava Kručanicu, PhD., podieľali na jeho organizácií ako súčasť usporiadateľskej služby, ktorá dohliada na plynulý priebeh pretekov. Prevažná väčšina študentov bola z Lekárskej fakulty ale zúčastnili sa aj jednotlivci z Filozofickej a Prírodovedeckej fakulty. Celkový počet dobrovoľníkov bol 50.







03.10.2023 pod vedením Mgr. Zuzany Küchelovej, PhD., študenti ŠaR ÚTVŠ sa ako súčasť organizátorského tímu zúčastnili na *VIII. ročníku Školského maratónu* v behu, v tanci, v hraní stolného tenisu. Realizoval sa v areáli Spojenej školy, Vojenská 13, Košice. Naši študenti prispeli na malom aj veľkom okruhu so svojimi odbehnutými 12 240 m do celkovej konečnej dĺžky 160,37 km nabehnutých km. Tento maratón bol pre deti so špecifickými potrebami, s handicapom mentálneho postihnutia, s autizmom i pre deti zo špeciálnej Praktickej školy. Všetci účastníci spolu vytvorili rekord a prekonali plánovanú hranicu dĺžky maratónskeho behu (42,195km).





05.-09.10.2023 Mgr. Petra Tomková, PhD., sa zúčastnila ako členka slovenskej výpravy na medzinárodnom podujatí *Plovdiv Cup Aerobic Open 2023*. Pôsobila ako medzinárodná rozhodkyňa športového aerobiku. Okrem nej boli súčasťou výpravy za Slovenskú republiku ešte dve reprezentačné trénerky a 12 pretekárok. Súťaž bola veľkým tréningom ako pre rozhodcov tak aj pre pretekárov, pred blížiacimi sa Majstrovstvami Európy v novembri 2023.



07.-08.10.2023 doc. PaedDr. Klaudia Zusková, PhD., sa zúčastnila stretnutia a panelovej diskusie za Slovenskú republiku v rámci projektu Erasmus+ v medzinárodnom tíme *HEADS UP* (2022-1-PL01-KA220-YOU-000090100). Akcia bola súčasťou podujatia „Nadácie inštitútu matky a dieťaťa“ vo Varšave, s názvom *„Odważ się być zdrowym*“ na 9. ročníku rodinného pikniku PGE „Dare to be healthy”. Prvý deň bol zameraný na fyzickú aktivitu a zdravie a druhý deň konania stretnutia 08.10.2023 organizovala doc. PaedDr. Klaudia Zusková, PhD., workshop „Psychomotorické cvičenia pre adolescentov“.



14.10.2023 Mgr. Petra Tomková, PhD., Mgr. Alena Buková, PhD., univerzitná docentka, ako cvičiteľky boli súčinné na športovej súťaži v aerobiku pre pretekárov, členov Slovenskej gymnastickej federácie, študentov UPJŠ a verejnosť „*Aerobik podľa lektora*“. Zúčastnení súťažili v rôznych kategóriách od detí od 5 rokov až po dospelé ženy. 50 účastníkov bolo rozdelených do 6 vekových kategórii ku ktorým pribudli kategórie „Študenti UPJŠ“ a „Mamičky“. Každá kategória cvičila aerobik 2 x 25 minút pod vedením menovaných dvoch lektoriek z ÚTVŠ. V každej kategórii boli vyhlásené 4 najlepšie súťažiace a každý účastník si odniesol účastnícku medailu. Naše podujatie sme organizovali pod záštitou SGF prvý krát v Košiciach.



20.10.2023 sme ako ÚTVŠ boli súčinní na celouniverzitnom podujatí *Dni otvorených dverí* na *UPJŠ*. Podujatia sa zúčastnili vyučujúca Mgr. Zuzana Küchelová, PhD., študijná referentka Mgr. Romana Marčišinová a traja zástupcovia študentov (Ema Martinková, Patrik Novák a Nina Samuela Celušáková). Záujemcom sme poskytli informácie v budove Sokrates na filozofickej fakulte UPJŠ o bakalárskom študijnom programe ŠaR a aktivitách, ktoré ich čakajú počas štúdia na UPJŠ v Košiciach.

21.10.2023 zorganizoval Mgr. Patrik Berta druhý ročník *Lezeckého maratónu* v mieste Turniská na Kojšove pod vedením Mgr. Patrik Berta. Súťaže sa zúčastnilo 28 študentov z dvoch Univerzít v Košiciach. Súťažilo sa v 3 kategóriách, muži, ženy a zmiešané dvojice.





25-27.10.2023 sa zamestnanci ÚTVŠ UPJŠ Mgr. Buková Alena, PhD., Mgr. Horbacz Agata, PhD., Mgr. Ladislav Kručanica, PhD. a Mgr. Dávid Kaško, PhD. zúčastnili 4. Medzinárodného kongresu “*Quality of Life in Interdisciplinary Approach*”, Kochcice v Polsku. Počas dvoch dní sa úspešne prezentovali svojimi príspevkami aj vedeckými prácami v posterovej sekcii.



26.10.2023 Mgr. Zuzana Küchelová, PhD., prezentovala svoju pozvanú prednášku „*Dôležitosť pohybu v každom veku a psychomotorika*“ v Mestskom centre sociálnych služieb v Malackách. Počas troch hodín sa venovala dôležitosti pravidelného pohybu v každej vekovej kategórií a jeho prepojenie na psychomotorické aktivity. Súčasťou prednášky boli aj praktické cvičenia venované zamestnancom, klientom denného stacionára, ich rodinným príslušníkom aj stálym klientom domova sociálnych služieb. Po prednáške nasledovala živá diskusia. Seniorov oslovila prednášaná téma a ich otázky smerovali k vykonávaniu pohybovej aktivity v dennom živote formou psychomotorických aktivít. Zaujímalo ich odporúčanie konkrétneho pohybového zaťaženia pri civilizačných ochoreniach a ako sa to dá prepojiť s príjemným a obohacujúcim zážitkom z hry.





26.-29.10.2023 prof. PaedDr. Ján Junger, CSc., bol členom aj tohto roku hodnotiacej deväťčlennej komisie ACES Europe ((*European Capitals and Cities of Sport Federation)* pod vedením jej prezidenta Gianfrancesco Lupattellikomisie. Ako garant hodnotenia a hlavný evaluátor európskych miest, mestečiek a regiónov športu má právo odborne zhodnotiť pripravenosť uchádzačov v uvedených kategóriách a za uvedené obdobie. Tento rok odborne hodnotili pripravenosť uchádzačov na zisk titulu *Európske hlavné mesto športu 2026* z troch kandidátov – Neapol (Taliansko), Zaragoza (Španielsko) a Tbilisi (Gruzínsko). Hodnotenie plnenia podmienok tejto kandidatúry prebiehalo priamo v meste Neapol. Obhajoba pozostávala z prezentácie vedenia mesta, ktoré predniesla pani Emanuela Ferrante, ambasádorka športu pre mesto Neapol so svojimi kolegami. Nech sa darí, Naples 2026.

06.11.2023 pod vedením Mgr. Richarda Melichara sa konal tretí ročník *Discgolfového biatlonu* v poobedňajších hodinách v prostredí areálu ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach. Študenti rôznych fakúlt UPJŠ v Košiciach mali za úlohu absolvovať trať dlhú 2,2 km a po netrafení discgolfového koša svojím hodom podstúpiť trestný okruh 50 metrov. Súťažiaci museli absolvovať trestný okruh toľko krát, koľko krát netrafili svoj hod. Študenti z fakúlt Právnická, Filozofická a Lekárska preukázali svoje športové zručnosti a výborne sa zapojili do súťaže.



09.11.2023 sa Doc. Ing. Iveta Cimboláková, PhD. zúčastnila webináru z cyklu Rozvoj pedagogických a psychologických spôsobilostí učiteľov na FF UPJŠ v Košiciach. Počas prednášky „Zahorieť a nevyhorieť. Je vyhorenie problémom aj vedcov a vysokoškolských učiteľov?“ bolo poukázane na príčiny, prejavy a dôsledky syndrómu vyhorenia. Možnosti ako

mu predchádzať, ako postupovať pri jeho prvých signáloch, aby sme zabránili jeho rozvoju a negatívnym dôsledkom.



14.-15.11.2023 na pôde ÚTVŠ prebiehali *Univerzitné dni športu.* Celkovo sa súťaží zúčastnilo 177 študentov.
14.11.2023 *Futsalový turnaj* organizoval Mgr. Patrik Berta. Na turnaj sa prihlásilo 6 tímov, celkovo sa zúčastnilo 37 študentov a Mgr. Ladislav Kručanica, PhD. *Streetbalový turnaj* s 21 študentmi UPJŠ.

14.11.2023 organizovala Mgr. Horbacz Agáta, PhD. *Volejbalový mix turnaj zmiešaných družstiev UPJŠ* Košice. Zúčastnilo sa ho 10 tímov. 60 účastníkov z 5 fakúlt UPJŠ Košice a študentov ÚTVŠ ŠaR. Tímy doplnili zamestnanci UPJŠ. Súťažilo sa herným systémom „každý s každým".





15.11.2023 *Florbalový turnaj* organizoval Mgr. Richard Melichar a zúčastnili sa ho dve družstvá. **15.11.2023** sa *Bedmintonového a stolnotenisového turnaja* organizovaného Mgr. Dávidom Kaškom, PhD. zúčastnilo 15 študentov.

14.-20.11.2023 Mgr. Petra Tomková, PhD., sa zúčastnila na *Majstrovstvách Európy v športovom aerobiku* v Antalyi, Turecku. Nominovaná bola Slovenskou Gymnastickou federáciou v športovom aerobiku ako jedna z dvoch medzinárodných rozhodkýň SR. Rozhodovala kvalifikáciu a finále juniorskej kategórie.





15.11.2023 pod vedením Mgr. Patrika Bertu sa 4 študenti ŠaR ÚTVŠ a 5 študenti LF UPJŠ zúčastnili *kvalifikácie FUSR vo Futsale*. V prvom zápase nastúpili proti TUKE, a v druhom zápase proti PU Prešov. UPJŠ zaslúžene zvíťazila po disciplinovanom výkone a zabezpečila si postup na Finále Univerzít SR vo Futsale, ktoré v Košiciach.

22.11.2023 pod vedením Mgr. Ladislava Kručanicu, PhD., sa na kúpalisku ČH v Košiciach uskutočnila *Netradičná plavecká štafeta,* na ktorej sa zúčastnilo 60 študentov zo všetkých fakúlt UPJŠ ako aj študenti odboru ŠaR. Tohto roku sa súťažilo iba v jednej kategórii a to zmiešané družstvá. Na prvom mieste sa umiestnil tím „Kuriatka" nasledovaný tímami „Plavkáči" a "Uhri". Prvé tri miesta boli odmenené vecnými cenami.





23.11.2023 Mgr. Horbacz Agata, PhD. a Mgr. Petra Tomková, PhD., zorganizovali 21. ročník *Aerobik Maratón 2023*. Vďaka spolupráci ÚTVŠ s TJ Slávia UPJŠ a SAUŠ na pódiu precvičovali počas 4 hodinového maratónu 3 cvičiteľky. Každá lekcia bola zameraná na iný druh cvičenia. Cvičiteľka „Neonky" Bc. Martina Matoušková Step aerobik. Mgr. Petra Tomková, PhD. počas dvoch hodín Latino aerobiku a Body balance. Posledná hodina bola Body form v podaní Mgr. Aleny Bukovej, PhD. univerzitnej docentky, Tím rozhodcov dohliadal na celkový prejav a technicky správne prevedenie tanečných a silových prvkov. Ceny obdržali najlepší.

23.11.2023 pod vedením Mgr. Dávida Kaška, PhD., a dvoch študentiek ŠaR (Daniely Hurajovej a Jessicy Oravcovej) sme sa zúčastnili celouniverzitnej aktivity *Výstava VŠ pre stredoškolákov Košického kraja*. V telocvični SOŠ informačných technológií na Ostrovského 1v Košiciach sme sa snažili záujemcov osloviť aj interaktívne, pomocou špecifického zážitku z cvičení na špeciálne vyvinutom dotykovom Blazepode. Svojimi vizuálnymi prvkami motivuje k rýchlejšej reakcii a lepším výkonom i k posúvaniu našich limitov.

05.12.2023 sa uskutočnil ďalší ročník *Európskej univerzitnej hokejovej ligy (EUHL)* medzi tímami UNIVERSITY SPARTACUS KOŠICE proti súperovi PHILOSOPHERS NITRA v Steel Aréne Košice. Oba zápasy sa skončil výhrou Košíc (6:2 a 3:10). ÚTVŠ na tejto športovej aktivite nechýbalo. Aktívne sa zapojilo organizačne, pomocou zabezpečenia študentmi ŠaR ako dobrovoľníkmi. Prispeli sme k plynulému priebehu zápasu a aj bezpečnosti. Študentky ŠaR pred začiatkom zápasu vyzbierali dobrovoľné príspevky a plyšové hračky pre deti z detských domovov v Košiciach. Medzi hráčmi sme mali aj študenta 3. ročníka ŠaR Patrika Nováka (náhradný brankár).



06.-07.12.2023 pod vedením Mgr. Petry Tomkovej, PhD., Mgr. Dávida Kaška, PhD., študijnej referentky Mgr. Romany Marčišinovej a 2 študentiek ŠaR (Nina Samuely Celušákovej a Daniely Hurajovej) sme sa zúčastnili *Medzinárodného veľtrhu vzdelávania PRO EDUCO v Košiciach*. V Kasárňach Kulturpaku sme prezentovali náš bakalársky odbor ŠaR a športovo-pohybové aktivity, ktoré zabezpečujeme pre všetkých študentov študujúcich na UPJŠ v Košiciach. Pomáhali a motivovali sme pri výbere správneho povolania a zároveň prezentovali informácie o možnostiach štúdia i o podmienkach prijatia na štúdium.



06.12.2023 pod vedením Mgr. Patrika Bertu sme sa zúčastnili na *Finále univerzít SR vo Futsale*. Na celoslovenskom podujatí vysokých škôl reprezentoval a bojoval náš tím zložený zo študentov UPJŠ v Košiciach (4 hráči z Ústavu telesnej výchovy a športu, 5 hráči z Lekárskej fakulty a jeden hráč z Právnickej fakulty) obsadili pekné tretie miesto .

07.12.2023 si viac ako 80 hostí si vypočulo prednášku doc. PaedDr. Klaudie Zuskovej, PhD., „*O pilířích zdravého životního stylu a o Modrých zónach*“. Spolu s PhDr. Ing. Martinom Pospíchalom, Ph.D. a prof. MUDr. Helenou Tlaskalovou–Hogenovou, DrSc., bola pozvaná Alianciou žien s rakovinou prsníka v ČR na benefičný večer s názvom „*Mluví mikrobiom do všeho*?“ako jedna z troch rečníkov. Vo svojom príspevku odovzdala poslucháčom i novinky načerpané na nedávnom *Európskom kongrese medicíny životného štýlu v Budapešti*.



Prijatí zamestnanci zo zahraničia na ÚTVŠ v AR 2023/2024

Meno a Priezvisko	Od	Do	Univerzita
Mgr. Lukáš Psohlavec	6.2.2023	10.2.2023	Karlova Univerzita
Mgr. Tomáš Brtník	6.2.2023	10.2.2023	Karlova Univerzita
Joanna Cholewa	6.2.2023	10.2.2023	Karlova Univerzita
Jaroslaw Cholewa	20.2.2023	24.2.2023	The Jerzy Kukuczka Academy of Physical Educaton
Marta Niewczas	22.2.2023	28.2.2023	State University of Applied Science in Raciborz
Wojciech Czarny	27.3.2023	31.3.2023	Uniwersitet Rzesowski
Jacek Wasik	27.3.2023	31.3.2023	Uniwersitet Rzesowski
Elzbieta Wypych	2.5.2023	5.5.2023	Jan Dlugosz University in Czestochowa
Anna Chwal	22.5.2023	26.5.2023	Jan Dlugosz University in Czestochowa
Gorkem Aybars Balcı	22.5.2023	26.5.2023	Jan Dlugosz University in Czestochowa
Ferdinand Salonna	22.5.2023	22.5.2023	Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci
Ferdinand Salonna	12.6.2023	12.6.2023	Fakulta tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci
Gorkem Aybars Balcı	11.09.2023	13.09.2023	Faculty of Sport Science Ege Üniversitesity in Izmir
Justyna Krzepota	22.4.2024	26.4.2024	University of Szczecin, PL
Renata Urban	22.4.2024	26.4.2024	University of Szczecin, PL

Letný semester AR 2023/2024



07.-12.01.2024 Mgr. Richard Melichar, Mgr. Petra Tomková, PhD., prof. PaedDr. Ján Junger, CSc na Chate Kosodrevina zorganizovali v rámci predmetov "Zimné outdoorové aktivity" a "Šport / Športové aktivity - Lyžiarsky kurz" pre 29 študentov UPJŠ v Košiciach. Realizoval sa v dopoludňajších aj popoludňajších hodinách, metodické postupy lyžovania, boli prispôsobené študentom. Vo večerných hodinách študenti absolvovali odborné prednášky z didaktiky, techniky a metodiky zjazdového lyžovania.



01.-02.02.2024 sa zúčastnila za SR za ÚTVŠ UPJŠ Mgr. Zuzana Küchelová, PhD., ako jeden z dvoch lektorov s doc. PaedDr. Marie Blahutkovou, PhD. (ČR) na poslednom 4. workshope v ČR a SR, ktorý bol súčasťou dvojročného projektu odborného vzdelávania Erasmus+ „*Sociální práce a pracovní zátěž u pracovníků pomáhajících profesií*“ s témou „*Krízový manažment a risk manažment v práci sociálneho pracovníka a využívanie pohybu ako prostriedku k odbúravaniu stresu*“. Zúčastnila sa ho viac ako stovka záujemcov pracujúcich v sociálnych službách pre seniorov. Na záver workshopu nasledovalo slávnostné odovzdávanie certifikátov EÚ o absolvovaní kurzu účasntíkom.





24.01.2024 doc. PaedDr. Klaudia Zusková, PhD. a doc. Ing. Iveta Cimboláková, PhD. boli pozvaní pod záštitou Národného športového centra v Bratislave, ako prednášajúci na odborný online webinár pre učiteľov s témou „*Zelené cvičenie v kontexte duševného a enviromentálneho zdravia“*.



09.02.2024 sa konal *13 ročník Dňa otvorených dverí na ÚTVŠ* pre študentov stredných škôl na Bc. študijný program ŠaR. Prišli študenti stredných škôl z Popradu, Humenného, Veľkých Kapušian, Kráľovského Chlmca i z Košíc. Od vyučujúcich Mgr. Zuzany Küchelovej, PhD. a Mgr. Richarda Melichara a študentky N. S. Celušákovej sa dozvedeli základné informácie o atraktívnom študijnom

programe, teoretických aj praktických predmetoch, špecializáciách. Možnosti absolvovať počas štúdia mnohé kurzy, získať licencie aj certifikáty i aplikovateľnosti vzdelania v praxi. Areálom a priľahlými priestormi (telocvične, lezecká stena, vonkajšie ihriská, tenisové kurty, posilňovňa), ktoré využívame k výučbe ich previedol Mgr. Dávid Kaško, PhD. Následne sme im ponúkli odborné poradenstvo ako zvládnuť prijímací pohovor z praktickej prijímacej skúšky z plávania, viacstupňového člnkového behu a gymnastiky. Záujemcovia mali možnosť vidieť ukážku správne odcvičenej gymnastickej zostavy v praktickej ukážke Mgr. Petry Tomkovej, PhD.



17.-18.04.2024 sa Mgr. Zuzana Küchelová, PhD. zúčastnila na *Medzinárodných dňoch ((*International Days *IDIH 2024*) na Maďarskej univerzite športových vied (Hungarian University os Sports Science (HUSS). Univerzita je jednou z najstarších a odborne uznávaných univerzít pre telesnú výchovu a šport v strednej Európe. Podujatie organizovalo Centrum medzinárodných vzťahov (NKI) pod vedením Dr habil. Judit Kádár, riaditeľky medzinárodných vzťahov. Počas návštevy sa osobne stretla s pánom rektorom profesorom Tamás Sterbenz a širším vedením Univerzity na recepcii pre zástupcov inštitucionálnych partnerov, aj s mnohými zástupcami zúčastnených Univerzít z 15 štátov. Vďaka Erasmus mobilite sme nadviazali spoluprácu v rámci výskumných aj vzdelávacích schém.





24.-26.04.2024 usporiadal ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach *5. ročník Medzinárodnej vedeckej konferencie „Pohybová aktivita, zdravie a kvalita života“* v príjemnom prostredí hotela Lesanka v areáli Ružínskej priehrady. Zúčastnilo sa jej 54 kolegýň a kolegov z 8 poľských 3 českých, jednej ukrajinskej a 3 slovenských univerzít. Na organizácii konferencie sa podieľali partneri z Jan Dlugosz University v Czestochowej, Lesya Ukrainka Volyn National University a J. E. Purkyně University v Ústí nad Labem. Multidisciplinárnosť konferencie potvrdili pozvaní prednášajúci, dr. hab. prof. UR Emilian Zadarko z Institute of Physical Culture Sciences, Medical College of Rzeszow University, Poľsko, Mgr. Iveta Rajničová Nagyová, PhD., FABMR prednostka Ústavu sociálnej a behaviorálnej medicíny LF



UPJŠ v Košiciach a European Public Health Association – EUPHA, Utrecht, Holandsko. Pozvané referáty uzavrel vedúci katedry rekreológie z Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci Mgr. Zdeněk Hamřík, Ph.D. Témou sme sa dotkli pravidelného vykonávania pohybovej aktivity, jej prevencie pre civilizačnými ohoreniami, foriem a spôsobov jej začlenenia do životného štýlu súčasnej a budúcej populácie. Program bol situovaný do dvoch blokov odborných vystúpení a referátov o zdravotne orientovaných cvičebných programoch detí mladšieho a staršieho školského veku; vybraných formách aktívneho a neaktívneho životného štýlu vysokoškolákov; motivácii k aktívnemu životnému štýlu a skúsenosti a pripravenosť učiteľov pracovať s deťmi s depresiou. Obsahom ďalších tém príspevkov bol tréning pozornosti vo vrcholovom športe; účinky využívania fínskej sauny; pripravenosť športovcov na záťaž; kardiovaskulárna zdatnosť a aeróbna vytrvalosť vysokoškolákov UPJŠ. V tretej posterovej sekcii prezentovalo 26 účastníkov výsledky svojej vedecko-výskumnej činnosti.

22.04.2024 sa uskutočnila pre študentov 3.ročníka odboru ŠaR na ÚTVŠ UPJŠ prednáška na tému „*Manažment a Leadership*“. Pozvané prednášajúce Team Manager Ing. Michaela Fabriciová a Senior Consultant Ing. Simona Babušíková odprezentovali témy týkajúce sa teoretickej časti s prepojením do praxe ako spestrenie predmetu Manažment a marketing doc. Ing. Ivety Cimbolákovej, PhD.

23.04.2024 sa konala v priestoroch ÚTVŠ sa konala prednáška pre študentov 3.ročníka odboru ŠaR na tému „*Environmentálna kriminalita v Slovenskej republike*“. Pozvanie doc. Ing. Ivety Cimbolákovej, PhD. prijali hostia z Prezídia Policajného zboru, úradu kriminálnej polície, odboru odhaľovania nebezpečných materiálov a environmentálnej kriminality.



26.-27.04.2024 sme pod vedením Mgr. Agata Horbacz, PhD. a v spolupráci s Akademia zdrowia „Somatic“ z Poľska zorganizovali *Kurz kineziotejpingu.* Zúčastnilo sa 8 študentov ÚTVŠ, dve študentky 4 ročníka gymnázia a traja zamestnanci ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach. Účastníci sa správne naučili používať tejpy. Napr. po úrazoch, pri redukcii zápalov cez riešenie porúch cirkulácie tekutín, akými môžu byť edémy alebo modriny, na korekciu zlého držania tela, ošetrenie poškodení spôsobených preťažením (napr. tenisový lakeť či karpálny tunel). Účastníci kurzu cez správne používanie techník tejpovania zvládnu pomôcť sebe aj iným, zmenšiť svalové napätie, stabilizovať kĺby, znížiť opuch či urýchliť hojenie a zmierniť bolesť. Kurz bol ukončený odovzdaním certifikátu.

29.04.2024 sa konalo na ÚTVŠ celouniverzitné kolo *Študentskej vedeckej, umeleckej a odbornej činnosti (ŠVOUČ*) pod odborným vedením prof. PaedDr. Jána Jungera, CSc., ktorý bol aj predsedom poroty a jej členmi, riaditeľkou ÚTVŠ Mgr. Alenou Bukovou, PhD., univerzitnou docentkou a Mgr. Ferdinandom Salonnom, PhD. Prednesené práce zapadali do portfólia našich vedných odborov a všetky mali výskumný charakter. Okrem prác venujúcim sa záujmu o telesnú výchovu na školách a zdravý životný štýl sa objavili dve práce ktoré spájali športové aktivity so zvieratami. Jedna sa týkala koní (voltíž) a druhá priamo miestom a využitím zvierat v športe v historickom spektre. Záujem študentov nižších ročníkov ja prísľubom, že v budúcom akademickom roku bude aktívna účasť ešte vyššia a podarí sa nám vrátiť aj k organizácii praktickej časti – pódiových vystúpení.





29.04.2024 pod vedením Mgr. Patrik Berta sa ukončila v sezóne 2023/2024 *VŠ LIGA v minifutbale*, ktorej sa zúčastnilo 63 študentov v 6 tímoch. Počas dlhodobej časti súťaže sa odohralo 30 zápasov v dĺžke 2 x 20 minút. Lekárska fakulta mala 3 družstvá: JVARO, Rohoň a Lazio Coma. Prírodovedecká fakulta tím Ústav Geografie, Právnická fakulta tím FC PSS a ÚTVŠ tím Šport a rekreácia. Tímu JVARO, v predposlednom kole porazil v priamom súboji tím Rohoň a dostal sa do vedenia v tabuľke. V poslednom kole porazil tretí tím ÚGE zaslúžene sa radoval z výhry a už druhej obhajoby titulu.



03.-06.05.2024 pod vedením Mgr. Horbacz Agaty, PhD. sa organizoval na pôde ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach kurz - *Tréner SPS metódy* v spolupráci s Rehabilitačním a vzdělávacím centrom Smíšek v Prahe. Zúčastnilo sa ho 7 študentiek Bc. Odboru Šport a rekreácia z ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach (Ema Martinková, Julianna Molnár, Viktória Lukášová, Jessica Oravcová, Erzsébet Szabó, Daniela Tumidalská a Nikol Volková). Účastníci sa naučili správne používať techniky SPS systému. Certifikát ich oprávňuje k vedeniu cvičenia v skupinách, k individuálnemu cvičeniu s klientmi, ktorí majú bolesti pohybového aparátu, zvlášť bolesti chrbta a zle držanie tela v celu prevencie a regenerácie.

09.05.2024 pod vedením Mgr. Richarda Melichara sme sa v *kvalifikačnom zápase vo florbale* sme sa stretli s tímom TUKE. Naše družstvo UPJŠ Košice (LF (2), FVS (1), FF (3), PF (3) začalo zápas so silnou útočnou hrou. Hralo sa v formáte 3x15 minút a na ihrisku v zložení 4+1. Ondrej Bernát strelil 6 gólov, Peter Bezeg a Matej Vyšňan pridali každý po 4 góly, Dominik

Hutka a Marek Pázsiczky dva góly každý. Zápas sme nakoniec vyhrali s presvedčivým výsledkom 18:5. Naša disciplína a efektívna hra nám zabezpečili postup na akademické majstrovstvá vo florbale, ktoré sa konali v Bratislave v dňoch 21. až 22. mája 2024.



10.05.2024 zamestnanci ÚTVŠ (Mgr. Zuzana Küchelová, PhD., Mgr. Petra Tomková, PhD., Mgr. Ladislav Kručanica, PhD., Mgr. Patrik Berta, Mgr. Marcel Čurgali) boli súčinní pri zabezpečovaní praktickej časti prijímacích skúšok LF UPJŠ v Košiciach, študijného programu FYZIOTERAPIA – Testu pohybových schopností (TPS). V priestoroch ÚTVŠ sme od 9:00 testovali 63 záujemcov o 1. stupeň vysokoškolského štúdia v študijnom programe Fyzioterapia. Prihlásených záujemcov sme rozdelili na dve skupiny, mužov a ženy. Paralelne absolvovali testy praktického odcvičenia gymnastickej zostavy a behu na 50m. Hodnotení boli podľa uvedených podmienok prijatia, s ktorými boli oboznámení pri podávaní prihlášok.



13.-15.05.2024 pod vedením Mgr. Zuzany Küchelovej, PhD. v doobedňajších a poobedňajších hodinách trinásti študenti 2. a 3. ročníka ŠaR UPJŠ v Košiciach, absolvovali *hospitácie a prax* na súkromnej Materskej škôlke a škole s vyučovacím jazykom anglickým SPLASH INTERNATIONAL Košice v rámci predmetu Tvorba pohybových programov (TPP). Prakticky zrealizovali športovo-pohybovú hodinu u detí od 2-6 rokov v troch triedach MŠ a od 6-10 rokov v spojenej skupine na prvom stupni ZŠ. Výzvou bolo využitie anglického jazyka pri komunikácií a praktické využitie nadobudnutých vedomostí počas semestra v predmete TPP. Na túto aktivitu sa naši študenti poctivo a detailne pripravili (pomôcky, hudobnú kulisu). Do hier a realizovaných aktivít, prispôsobených veku detí sa všetci zúčastnení malí škôlkari aj školáci po celý čas aktívne zapájali a našou odmenou bola ich radosť.



14.05.2024 sa 13 študentov 2. ročníka ŠaR pod vedením Mgr. Zuzany Küchelovej, PhD. zúčastnilo v doobedňajších hodinách ako organizátori a pomocníci pri organizovaní *KROS, orientačného behu v teréne* pre žiakov Spojenej školy Odborárska 2 v Košiciach v spolupráci s Mgr. Zuzanou Dopirák. Zabezpečili sme vyznačenie trasy, stanovište hodu na presnosť (do pyramídy z plechoviek), štart aj meranie dobehnutých časov. Žiaci súťažili v dvoch skupinách, mladší žiaci - ročníky 1-4,

starší žiaci - ročníky 5-9. Účasť na tomto podujatí umožnila získať praktické skúsenosti študentom v predmete Tvorba pohybových programov, pričom využili teoretické informácie z oblasti tvorby pohybových programov pre osoby so zdravotným postihnutím.

14.05.2024 v zastúpení Mgr. Ladislava Kručanicu, PhD., sa družstvo žien UPJŠ (á študentiek) zúčastnilo *regionálnej kvalifikácii v basketbale* v Košiciach *na Letnú Univerziádu SR 2024* v telocvični T5 Ondavská 21 v Košiciach v ktorej proti sebe nastúpili družstvá UPJŠ proti Prešovskej univerzite. Naše reprezentantky vyhrali 56:31.





15.05.2024 pod vedením Mgr. Patrika Bertu sme sa zúčastnili v Košiciach *kvalifikácie na Univerziádu 2024 SR* vo futbale s tímom 14 študentov (4 študenti ŠaR ÚTVŠ, 10 študentov LF). V kvalifikácií sme vybojovali 2. miesto s TUKE Košice a porazili Prešovskú Univerzitu (PU) aj vďaka gólom študentom ŠaR UPJŠ (Samuela Jakaba a Martina Ukropeca).

16.05.2024 sme sa zúčastnili pod vedením Mgr. Petry Tomkovej, PhD., *celoslovenského kola Študentskej vedeckej, odbornej a umeleckej činnosti (ŠVOUČ)* vo vedách o športe na Fakulte telesnej výchovy a športu Univerzity Komenského v Bratislave. Za praktickú časť v sekcii pohybové skladby, bola vyslaná jedna tanečná pohybová skladba. Mgr. Petra Tomková, PhD., bola zároveň aj členkou komisie pre pohybové skladby. Pohybovej skladbe z UPJŠ v športovej sekcii sa podarilo vybojovať si 2.miesto spomedzi piatich súťažných skupín z rôznych univerzít na Slovensku.







20.05.2024 sa ÚTVŠ sa zapojilo do celouniverzitnej aktivity zúčastnilo jedinečného projektu UPJŠ „*Jeden deň Vysokoškoláka*“ a tak zviditeľnilo pracovisko ÚTVŠ. Pre študentov stredných škôl sme pripravili 4 aktivity. Prednášku Mgr. Zuzany Küchelovej, PhD. „*Ako sa stať úspešným animátorom v táboroch a dovolenkových destináciách*“. Praktické ukážky a simulácie situácií v denných aj letných táboroch pre rôzne vekové kategórie. Študentov Gymnázia M.R. Štefánika v Košiciach zaujala fotodokumentácia z organizovania UBH na ÚTVŠ UPJŠ - športové popoludnia. Druhá aktivita Mgr. Agaty Horbacz, PhD. sa venovala osvojeniu si základných hmatov a postupov jednoduchej masáže. Vyskúšať si základy športového lezenia, viazanie uzlov, či techniky istenia mohli študenti pod vedením Mgr. Patrika Bertu. Zahrať si športovú hru Ultimate Frisbee, Street Ultimate, Discgolf, Double Discourt, Flubber Guts či Pool Frisbee mali možnosť pod vedením Mgr. Richarda Melichara.



22.05.2024 Mgr. Marcel Čurgali sa zúčastnil so študenti UPJŠ v Košiciach *kvalifikácie na Letnú Univerziádu 2024 vo volejbale mužov aj žien* v Prešove. V oklieštenej zostave mužov (7) a žien (6) sme absolvovali kvalifikačný turnaj na Letnú Univerziádu 2024. Po dobrom výkone oboch zúčastnených družstiev sme síce nepostúpili, ale celkové vystúpenie hodnotím ako veľmi pozitívny signál pre zlepšovanie sa v nasledujúcich rokoch.





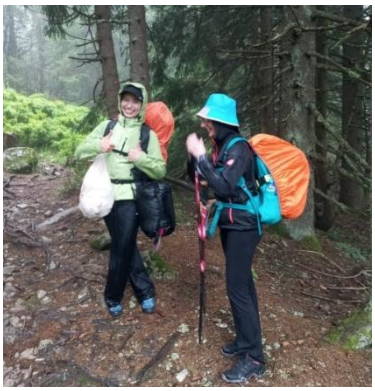
22.-26.05.2024 sa uskutočnil „*Splav Bodrogu 2024*“ pod vedením Mgr. Dávida Kaška, PhD. Kurzu sa zúčastnilo 5 študentov z UPJŠ, 25 študentov aj traja pedagógovia z Poľska, z univerzity AWF Katowice. Trasa začínala v Slovenskej republike v obci Ladmovce. Na nocľah sa využívali kempingy. Koniec trasy bol v Maďarsku v historickom mestečku Tokaj.

V druhej časti mája 2024 sa študenti UPJŠ v Košiciach pod vedením Mgr. Ladislava Kručanicu, PhD., zúčastnili *dvoch kurzov prežitia*. 1. kurz sa organizoval od 20.-22.5.2024 (6 študentov) a 2. kurz v dňoch 27.-29.5.2024 (7 študentov). Uskutočnili sa v oblasti v jazera Izra v južnej časti Slanských vrchov. Študenti sa oboznámili a prakticky si vyskúšali rôzne techniky dôležité pre pobyt v prírode v sťažených podmienkach. Kurzu sa zúčastnilo 13 študentov.



21.-22.05.2024 pod vedením Mhr. Richarda Melichara sa zúčastnili študenti UPJŠ (LF (5), PF (2), ÚTVŠ (2), FF (4)) v Košiciach a študenti Prešovskej univerzity v Prešove (6) *Akademických majstrovstiev Slovenskej republiky (AMSR)* 2024 vo Florbale v Bratislave. Umiestnili sme sa za tím región VÝCHOD ženy a muži na celkovom 4. mieste.

12.-14.06.2024 pod vedením Mgr. Ladislava Kručanicu, PhD., sa piati študenti UPJŠ zúčastnili na 1. kurze *Hrebeňovka Nízkych Tatier*. Počas prechodu hrebeňom Nízkych Tatier pre zlé poveternostné podmienky a zabezpečenie bezpečnosti zúčastnených bola pôvodná plánovaná trasa skrátená. Študenti nadobudli skúsenosti a zručnosti ako postupovať pri organizácii a realizácii turistiky v pohorí Nízkych Tatier. Aj napriek sťaženým podmienkam dosiahli cieľ svojho výstupu.





13.06.2024 sa na ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach konal *1. termín prijímacej skúšky* pre 51 záujemcov o Bc. študijný program Šport a rekreácia (ŠaR), dennú formu v AR 2024/2025. Priebeh skúšky zabezpečovali 7 zamestnanci ÚTVŠ (Mgr. Zuzana Küchelová, PhD., Mgr. Romana Marčišinová, Doc. Ing. Iveta Cimboláková, PhD., Mgr. Petra Tomková, PhD., Mgr. Dávid Kaško, PhD., Mgr. Richard Melichar; Mgr. Patrik Berta). Osobne sa dostavilo 40 študentov, z toho 11 študentov z Ukrajiny. Po absolvovaní teoretickej časti (z testu z biológie človeka a telesnej výchovy) v rozsahu gymnaziálnej látky a orientačného testu z anglického jazyka. Pokračovali v telocvični a prakticky absolvovali druhú, praktickú časť prijímacieho konania, zloženú z testovej batérie 3 športov (gymnastickej zostavy, viacstupňového člnkového behu a plávania 100m). Mnohí bojovne siahli na dno svojich síl. Na ďalších záujemcov sa tešíme v 2. kole 21.08.2024.

16.06.2024 sa uskutočnil 16. ročník podujatia *Juniáles*. Podujatie pre zamestnancov UPJŠ v Košiciach, ktoré sa konalo v areáli Botanickej záhrady UPJŠ bolo organizované rektorátom UPJŠ a ďalšími zainteresovanými. Ústav telesnej výchovy a športu prišiel opäť s inovatívnymi športovými aktivitami so zábavnými a pútavými názvami. Zamestnanci Mgr. Marcel Čurgali, Mgr. Petra Tomková, PhD. s pomocou 16 študentov z ÚTVŠ pripravili pre zúčastnených 8 súťaží: Lov na mamuta (hod oštepom), Zloduch sa vracia (streľba zo vzduchovky), Hod kuracou rodinou (hod gumenými sliepkami), Metlobal (odpaľovanie loptičky do obručí), Žmýkanie prádla (navinovanie kotúča), Hulkov stisk (sila ruky - dynamometer), Vyťahovanie utopenca (ťahanie vrecia so závažím) a Blšky (odrážanie skákacich loptičiek do vedierok). Súťažiaci, ktorí splnili minimálne 5 športových aktivít, boli zaradení do losovania o vecné ceny v tombole.





17.-21.06.2024 Mgr. Zuzana Küchelová, PhD., sa zúčastnila mobility Erasmus+, ktorá bola súčasťou nadviazania novej spolupráce s Karlovou univerzitou (KU) v Prahe, Fakultou telesnej výchovy a športu (FTVS) pod vedením prodekana pre vonkajšie vzťahy na FTVŠ Dr. Mgr. Aleša Vlka. Ponuku sme dostali na začlenenie sa do vypracovaných a organizovaných projektov formou G-sportu. Ako hosť bola prítomná na slávnostnom zhromaždení pri príležitosti 70 rokov existencie vojenského odboru na FTVŠ v Karolíne. Súčasťou pobytu bola účasť na atletickom viacboji mladých športovcov a zúčastnenie na obhajobách diplomových prác Mgr. štúdia na Katedre manažmentu a športu FTVS. Posledný deň bol slávnostne ukončený s predstaviteľmi UK na slávnostnom podujatí, promócií Mgr. stupňa absolventov FTVŠ UK v Prahe.

19.06.2024 Mgr. Zuzana Küchelová, PhD., Doc. PhDr. Klaudia Zusková, PhD. sa zúčastnili ako hostia stretnutia pod názvom *Každý pohyb sa počíta*“ s odbornou verejnosťou, sponzormi, spoluorganizátormi 2. ročníka kampane „*Aktívní září*“. Nadační fond Aktivní ČESKO organizoval stretnutie vo Valdštejnské zahradě. Hlavnou témou boli návrhy, plány na podporu pohybovej a športovej aktivity, zlepšenie zdravotného stavu a kvality života českej populácie. Aktuálne informácie WHO o dopadoch a prínosoch pohybu na zdravie verejnosti. Výsledkom je organizovanie viac ako 400 akcií v celej Českej republike a Euvropského týždňa športu Českým olympijským výborom.



21.-28.06.2024 pod vedením Mgr. Horbacz Agata, PhD. sa zúčastnilo 42 osôb (zamestnanci UPJŠ s rodinami, študenti UPJŠ, študenti stredných škôl v Košiciach a seniori TJ Slávia UPJŠ v Košiciach) letného kurzu *Cvičenie pri mori*. Zameraný bol na realizáciu a propagáciu cvičení - plávania, jógy, zdravotných cvičení, aerobiku, aerobiku vo vode, beach volejbalu, cvičení metódou Pilates a cvičení metódou SPS – systém. Účastníci kurzu mali možnosť si požičať bicykle aj skútre a aktívne relaxovať pri vodných a plážových športoch.







08.-12.07.2024 v areáli ÚTVŠ UPJŠ v Košiciach Mgr. Zuzana Kűchelová, PhD., Mgr. Petra Tomková, PhD. a 18 študentov 2. ročníka Šport a rekreácia ÚTVŠ organizovali 3 popoludnia pohybové aktivity 11. ročníka denného tábora *Univerzity bez hraníc 2024*. Zúčastnilo sa ho 54 detí (10-12.ročných). Tohto roku sme sa premiestnili hravou a športovou formou do sveta rozprávok pomocou fantázie na ostrov „Madagaskar“. Poobedia deti plné hier, súťaží, objavovania si užívali naplno a plnili výzvy počas „*Expedície do sveta zábavy*“, dobrodružného *“Úteku do Afriky“ a zvládnutím výziev v „Afro cirkusu“*.. Každý tím si vytvoril vlastný pokrik, vlajku a aj zábavný tanec. Štyria študenti prvého ročníka ŠaR boli vedúcimi 4 tímov. Venovali sme sa rozvoju motorických schopností a zručností. Pomocou pohybu, ukázali deťom správny smer pre zdravší život. Podporovali spoluprácu v tíme, vyzdvihnutie individuálnych predností. Všetko sme ukončili posledný, tretí deň slávnostným vyhodnotením výsledkov a víťazným tímom odovzdali slávnostne medaile za prítomnosti ich rodičov. Posledný deň UBH 2024 sme slávnostne ukončili detskou promóciou priestoroch rektorátu UPJŠ v Košiciach.



Vypracovala: *Mgr. Zuzana Küchelová, PhD.*