

INFORMAČNÝ LIST PREDMETU

Akademický rok: 2025/2026	
Vysoká škola: Univerzita Komenského v Bratislave	
Fakulta: Farmaceutická fakulta	
Kód predmetu: FaF.KTV/10-Mgr/25	Názov predmetu: Pohyb – Funkčnosť - Zdravie (4)
Druh, rozsah a metóda vzdelávacích činností: Forma výučby: cvičenie Odporúčaný rozsah výučby (v hodinách): Týždenný: 2 Za obdobie štúdia: 28 Metóda štúdia: prezenčná	
Počet kreditov: 1	
Odporúčaný semester/trimester štúdia: 4.	
Stupeň štúdia: II.	
Podmieňujúce predmety:	
Podmienky na absolvovanie predmetu: - aktivita, 100% dochádzka	
Výsledky vzdelávania: Zručnosti: Absolvovaním predmetu disponuje študent informáciami, pohybovými schopnosťami a zručnosťami smerujúcimi k výchove, upevňovaniu resp., znovu nadobudnutiu zdravia .	
Stručná osnova predmetu: Pohybové aktivity – rozvoj kondičných schopností s použitím posilňovacích a zdravotných pomôcok - Pohybové aktivity – rozvoj rýchlostných schopností s použitím posilňovacích a zdravotných pomôcok - Pohybové aktivity – rozvoj silových schopností s použitím posilňovacích a zdravotných pomôcok - Pohybové aktivity - rozvoj vytrvalostných schopností - Pohybové aktivity - rozvoj koordináčnych schopností s použitím posilňovacích a zdravotných pomôcok - Integrácia stabilizačných cvičení do posilňovacích a športových techník.	
Odporúčaná literatúra: Odporúčaná literatúra: AVDIČOVÁ, M.: Šport pre všetkých. In: Intenzita pohybovej aktivity u dospelého človeka a zdravie. Zborník 1. konferencie športu pre všetkých, Bratislava 2002. DIMON, T. 2009. Anatomie těla v pohybu. Revidované vydání. Praha: Euromedia Group, a.s., 264 s. ISBN 978-80-7549-158-9 DYLEVSKÝ, I. 2009. Funkční anatomie. 1. vyd. Praha: Tisk centrum s.r.o., Moravany u Brna, 2009, 544 s. ISBN 978-80-247-324-4 GLASSMAN, G. 2017. The CrossFit Level 1 Training Guide. HRČKA, J.: Tvorba osobného kondičného programu. Bratislava: Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport 2005. ISBN 80-89075-27-4 ARGAJ, G. et al. : Pohybové hry. Bratislava: Univerzita Komenského, FTVŠ UK, 2001, 95 s. Core Tréning. 2014. Slovart, 224s. ISBN 978-80-556-1183-9.	

KOMPÁN, J. 2000. (a). Skvalitnenie tréningového procesu športu pre všetkých posilňovaním. In: Nové technológie v športovom tréningu, v športovom marketingu a v manažmente. Trnava : STU Bratislava, 2000, s.79-84. ISBN 80-227-1314-7.

MACHOVÁ, J. , D. KUBÁTOVÁ, et al. Výchova ke zdraví. Praha: Grada, 2009. ISBN 9788024727158

MUŽÍK, V., P. VLČEK, et al., Škola, pohyb a zdraví: výzkumné výsledky a projekty. 1. vyd. Brno: MU. 2010. ISBN 978-80-210-5371-7.

STRIANO, P.2017. Cvičení pro zdravá záda – anatomie. Brno: CPress, 158 s. ISBN 978-80-264-1391-2

VALJENT, Z. Aktivní životní styl vysokoškoláků (studentů Fakulty elektrotechnické ČVUT v Praze). Disertační práce. Praha: České vysoké učení technické v Praze, 2010.

Jazyk, ktorého znalosť je potrebná na absolvovanie predmetu:

slovenský jazyk

Poznámky:

Maximálny počet študentov pre predmet: 40

Hodnotenie predmetov

Celkový počet hodnotených študentov: 0

A	ABS	B	C	D	E	FX
0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0

Vyučujúci: Mgr. Dalibor Ludvig, PhD., Mgr. Lenka Nagyová, PhD., PaedDr. Martina Tibenská, PhD., Mgr. Michal Tokár, PhD.

Dátum poslednej zmeny: 25.08.2026

Schválil: prof. Mgr. Anna Lašáková, PhD., doc. PharmDr. Anna Paul Hrabovská, PhD.