

Zimný výcvikový kurz, ZS 2022/2023

Zamestnanec: Mgr. Petra Tomková, PhD.

Organizátor: ÚTVŠ

Zúčastnení zamestnanci:

Inštruktori:

prof. PaedDr. Ján Junger, CSc., Mgr. Alena Buková, PhD., Mgr. Petra Tomková, PhD.

organizácia:

Mgr. Richard Melichar

Zúčastnení študenti: 30 (26 študentov ŠaR, 4 študenti Všeob.)

Udalosť: Zimný výcvikový kurz

Miesto: Lyžiarské stredisko Jasná – Nízke Tatry, Chopok

Ubytovanie: Chata Kosodrevina

Dátum: 15. – 20.1.2023

Účel: Základný výcvik zjazdového lyžovania pre študentov študijného programu ŠaR a iných študentov fakúlt UPJŠ

Stručný Popis:

Zimný výcvikový kurz začal v nedeľu 15.1.2023. Doprava bola zabezpečená školským autobusom alebo voliteľne individuálnou dopravou. Všetci účastníci lyžiarskeho kurzu boli ubytovaní s plnou penziou, priamo na svahu v chate Kosodrevina. Výcvik sa realizoval od pondelka do štvrtku v dopolodňajších aj popoludňajších hodinách v piatok sa lyžovalo len do dopoludnia. Študenti boli podľa ich lyžiarskych zručností rozdelení do troch skupín. Lyžiarský výcvik sa vyučoval podľa metodických postupov lyžovania, prispôbených podľa skúseností a zručností študentov. Najlepšiu a to prvú skupinu lyžiarov viedol prof. PaedDr. Ján Junger, CSc.. Inštruktorkou druhej skupiny bola Mgr. Alena Buková, PhD. a tretiu skupinu, lyžiarov začiatocníkov viedla PhD., Mgr. Petra Tomková, PhD.. V priebehu týždňa sa vo večerných hodinách uskutočnili dve prednášky (didaktika, technika a metodika zjazdového lyžovania) pod vedením prof. Jána Jungera.

Počas lyžiarskeho výcviku nedošlo k žiadnym vážnym zraneniam, ktoré by obmedzovali študentov pri výcviku. Všetci študenti dosiahli v priebehu týždňa adekvátnu úroveň zjazdového lyžovania pre absolvovanie predmetu „Zimný

výcvikový kurz“. Ich praktické zručnosti zjazdového lyžovania sú hodnotené inštruktormi danej skupiny, do ktorej boli začlenení. Súčasťou hodnotenia predmetu je písomný test, ktorý sa bude realizovať v priestoroch ÚTVŠ v skúškovom období ZS 22/23.

Inštruktori kurzu prejavili svoje kvality a pracovali s jednotlivými skupinami podľa ich výkonnostnej úrovni. Študenti boli disciplinovaní, prejavovali chuť a iniciatívu pri zlepšovaní ich schopností a zručností na svahu. Organizáciu ZVK zabezpečil Mgr. Richard Melichar, ktorý sa kurzu nemohol aktívne zúčastniť zo zdravotných dôvodov.

HARMONOGRAM

15.1.	9:00	Spoločne stretnutie pri ÚTVŠ
	9:15	odchod autobusu
	12:30	príchod do lyžiarskeho strediska, nástupová stanica Krupová
	14:00	Spoločné stretnutie všetkých zúčastnených a vývoz na chatu Kosodrevina
	18:00	Večera, privítanie, BOZP, informácie a inštrukcie
16. - 19.1	8:00	Raňajky
	9:00 – 12:45	Lyžiarský výcvik
	13:00	Obed
	14:00 – 15:30	Lyžiarský výcvik
	18:00	Večera
16. a 18.1.	20:00 – 21:00	Prednáška
19.1.	21:00	Zhodnotenie zimného výcvikového kurzu
20.1.	8:00	Raňajky
	9:00 – 12:00	Organizované zjazdové lyžovanie
	13:00	Obed
	14:30	Ukončenie lyžiarskeho výcviku
	15:00	Odchod autobusu (príchod 20:15, ÚTVŠ Košice)

FOTOGALÉRIA





