



SLOVENSKÝ OLYMPIJSKÝ VÝBOR

Vedomostná súťaž o olympizme v roku 2011 Vysoké školy.

Bratislava 19. september 2011

K prioritným úlohám Slovenskej olympijskej akadémie, ktorá je zložkou Slovenského olympijského výboru, patrí olympijská výchova. Jednou z foriem propagácie olympijských myšlienok medzi našou mládežou je i pravidelné organizovanie vedomostnej súťaže o olympizme pre základné, stredné a vysoké školy. Vyhlasovateľom **vedomostnej súťaže o olympizme pre vysoké školy v roku 2011** je Slovenská olympijská akadémia.

Propozície k vedomostnej súťaži o olympizme pre vysoké školy v roku 2011

1. Účastníci súťaže:

Prihlásené trojčlenné družstvá študentov vysokých škôl.

Do súťaže bude pozvaných prvých 10 prihlásených družstiev. Jedna fakulta môže prihlásiť max. 1 družstvo.

2. Termín prihlášok: do 25. októbra 2011

Do prihlášky uveďte : názov a sídlo školy
 mená súťažiacich
 meno kontaktnej osoby
 tel. a e-mailový kontakt

Prihlášky do súťaže posielajte **do 25. októbra 2011 na adresu Slovenského olympijského výboru** motolikova@olympic.sk.

Prihlášky označte heslom „**vedomostná súťaž VŠ**“.

3. Dátum a miesto konania vedomostnej súťaže :

Dátum : 14. november 2011

Miesto : Prešovská univerzita v Prešove

Fakulta športu

Ul. 17. novembra č. 13

081 16 Prešov

fsport@unipo.sk

Pozvánku, organizačné pokyny a presný časový harmonogram zašleme všetkým prihláseným družstvám.

Predpokladaný časový harmonogram :	12,00 hod.	prezentácia družstiev
	13,00 hod	obed
	13,30 – 15,30	súťaž
	15,30 – 16,00	vyhodnotenie



SLOVENSKÝ OLYMPIJSKÝ VÝBOR

4. Cestovné:

Cestovné náklady Vám budú preplatené podľa smerníc o cestovných náhradách SOV po zaslaní spätočných cestovných lístkov. V prípade použitia vlastného cestného motorového vozidla (auta) bude výška cestovných náhrad zodpovedať náhrade za spotrebované pohonné hmoty a spotreby uvedenej v technickom preukaze vozidla.

5. Doprava v Prešove :

Zo železničnej stanice trolejbus č. 38 (jedna zastávka smer Sídliisko 3, vystúpiť na zastávke VŠA)

Z autobusovej stanice trolejbus č. 38 (jedna zastávka smer Sídliisko 3, vystúpiť na zastávke VŠA)

6. Stravné:

Účastníkom súťaže bude poskytnutý obed a občerstvenie počas súťaže.

7. Ubytovanie :

Organizátor súťaže nezabezpečuje ubytovanie okrem prípadu uvedenom v poznámke.

8. Pravidlá a priebeh súťaže : súťaží sa v troch kolách

1. kolo: vedomostný písomný test / 10 otázok s hodnotou 1 bod. Výsledky vedomostného testu určia postavenie družstva na štarte v druhom kole/
2. kolo : spoločenská hra podobná hre „Človeče nehnevaj sa!“ Jednotlivé políčka budú farebne rozlíšené a určujú úlohu pre súťažiacich (odpovedať na otázku, súťažiť v športovej disciplíne a pod. Presné pravidlá hry dostanú prihlásení účastníci spolu s organizačnými pokynmi.)
3. kolo : ústne odpovede na otázky na určenie konečného umiestnenia.

9. Súťažné témy:

1. téma: Povesti a rozprávky o starovekých olympijských hrách.
2. téma: Organizačná štruktúra Medzinárodného olympijského výboru (MOV) a Slovenského olympijského výboru (SOV).
Kto je kto v štruktúrach MOV a SOV.
3. téma: Olympijskí medailisti a olympionici zo Slovenska spojení so Žilinským krajom. Športoviská a športové kluby Žilinského kraja, kde sa pripravovali naši olympionici.

10. Ceny :

Slovenský olympijský výbor ocení družstvá na prvých troch miestach diplomom a vecnými cenami.

11. Odporúčaná literatúra:

- *Kruseová, B., Mende, A.*: Kronika olympijských hier. Prvé slovenské vydanie: Bratislava: Fortuna Print, 1996.
- *Kruseová, B., Mende, A.*: Kronika olympijských hier. Prvé slovenské vydanie: Bratislava: Fortuna Print, 1996.
- *Grexa, J. – Souček, L.*: Slovensko v znamení piatich kruhov. Bratislava: SOV 2007.
- *Grexa, J. a kol.*: Olympijské hnutie na Slovensku. Bratislava: Q 111, 1996.
- *Souček, L.*: Naši olympijskí medailisti a olympionici. Bratislava: SOV 2010.

Internetová stránka Medzinárodného olympijského výboru: www.olympic.org

Internetová stránka Slovenského olympijského výboru: www.olympic.sk

Poznámka : Komisia ženy a šport Slovenského olympijského výboru v spolupráci so Slovenskou olympijskou akadémiou organizuje v utorok 15. novembra 2011 v priestoroch Fakulty športu Prešovskej univerzity seminár zameraný na zdravý životný štýl v spojení s pohybovou aktivitou. Pozvánka je priložená v prílohe. V prípade účasti družstva na vedomostnej súťaži a zároveň aj na seminári zabezpečí a uhradí Slovenský olympijský výbor pre študentov ubytovanie v Prešove.

Veríme, že sa spolu s Vašími študentmi zapojíte do vedomostnej súťaže o olympizme a aktívnou účasťou v súťaži podporíte zámery Slovenského olympijského výboru a prispejete k šíreniu olympijských myšlienok.

S úctivým pozdravom



František Chmelár
prezident SOV



SLOVENSKÝ OLYMPIJSKÝ VÝBOR

Pozvánka na seminár Slovenského olympijského výboru „Vzdelávanie lektorov olympijskej výchovy“

„Cvičenie s netradičným náčiním“

Bratislava 19. September 2011

Komisia ženy a šport Slovenského olympijského výboru v spolupráci so Slovenskou olympijskou akadémiou organizujú interaktívny seminár pre lektorov olympijskej výchovy zameraný na **zdravý životný štýl v spojení s pohybovou aktivitou**.

Termín konania : 15. november 2011

Miesto konania : Prešovská univerzita v Prešove
Fakulta športu
Ul. 17. novembra č. 13
081 16 Prešov
fsport@unipo.sk

Program :

9,30	prezentácia účastníkov
10,00	otvorenie seminára
10,15 – 11,00	teoretická prednáška o zdravej výžive a zdravom životnom štýle
11,00 – 11,45	praktické cvičenie psychomotoriky
11,45 – 12,00	prestávka – občerstvenie
12,00 – 13,30	teoretická prednáška a praktické cvičenia – Nordic Walking

Poznámka : Je potrebné zabezpečiť si vhodné oblečenie aj do chladnejšieho počasia. Praktická časť seminára je plánovaná v okolitej prírode. Respektíve v nepriaznivom počasi v telocvični.
V rámci praktických ukážok a cvičení budú k dispozícii k zapožičaniu špecializované paličky na Nordic Walking. (v obmedzenom množstve 10 párov)

Cieľ projektu :

Cieľom vzdelávacieho programu „Vzdelávanie lektorov“ je poskytnúť lektorom akreditovaných vzdelávacích zariadení v športe, funkcionárom športových zväzov a lektorom SOA najnovšie poznatky v oblasti vzdelávania lektorov; naučiť frekventantov pripraviť, zorganizovať, zrealizovať a vyhodnotiť vzdelávaciu aktivitu; umožniť frekventantom aby zhodnotili svoje predpoklady k lektorskej činnosti, vedeli pripraviť štruktúru vzdelávacej aktivity, aby si precvičili svoje zručnosti; naučiť frekventantov pripraviť prezentáciu po technickej aj po metodologickej stránke.

• **Zdravý životný štýl v spojení s pohybovou aktivitou "Nordic Walking"**

Zdravie je významným faktorom života človeka. Odborníci venujú pozornosť riešeniu otázok zdravotného stavu obyvateľstva a skúmajú faktory, ktoré s ním úzko súvisia. Úspechy medicíny v oblasti farmakoterapie, zlepšujúce sa ekonomické podmienky a moderný štýl života sú činitele, ktoré priaznivo ovplyvňujú aktívnu dĺžku života.

Výsledky najnovších výskumných sledovaní stále presvedčivejšie potvrdzujú, že vhodne volené pohybové aktivity majú pozitívny vplyv na upevňovanie zdravia.

Nedostatok pohybovej aktivity je silným civilizačným faktorom, oslabujúcim zdravie, znižuje funkčnú zdatnosť, odolnosť organizmu, psychickú výkonnosť. Zvyšuje chorobnosť a prispieva k vzniku srdcovo-cievnych ochorení, chorôb látkovej premeny, nadváhy, vyvoláva poruchy pohybového aparátu.

Z týchto a ešte iných ďalších dôvodov je optimalizácia pohybovej aktivity súčasťou primárno-preventívnych aktivít na podporu zdravia. V prevencii majú svoje miesto aj aeróbne aktivity, predovšetkým chôdza a beh.

K aeróbnym pohybovým aktivitám, ktoré sa v ostatnom období mohutne rozvíjajú patrí **severská chôdza (z ang. „nordic walking“)**. Ide o pohybovú koordináciu dolných a horných končatín v priebehu lokomócie (chôdze) a to tak, že držaním špeciálnej palice v každej ruke je možné vyvíjať rôzny tlak na podložku (pri nášľape a odraze z kroku) a tým zefektívniť pôsobenie chôdze na jednotlivé orgány a sústavy tela.

Seminárom Vás budú sprevádzať skúsení odborníci z oblasti vzdelávania :

MUDr. Bibiana Vadašová, PaedDr. Iveta Boržíková, PhD., Mgr. Lenka Tlučáková

Vzhľadom na limitovaný počet miest, prosím potvrdíte svoju účasť čo najskôr, najneskôr do **25. októbra 2011** e-mailom : motolikova@olympic.sk, resp. faxom : 02/49256102

Tešíme sa na Vašu aktívnu účasť.

S pozdravom



Mária Mračnová

predsedníčka komisie ženy a šport SOV