



*“GreenPE - An innovative Physical Education model
for sustainable personal and environmental health”*

The GreenPE Project

„Inovatívny model telesnej výchovy

pre udržateľné osobné a environmentálne zdravie“



*Katedra telesnej výchovy a športu Pedagogickej fakulty Katolíckej univerzity v Ružomberku sa aktívne podieľala a bola súčasťou grantového projektu Vyšehradského fondu V4 s názvom **Green Physical Education (GreenPE)**.*

V rámci osobného rozvoja študentov univerzity z hľadiska udržateľnosti osobného a environmentálneho zdravia bol im ponúknutý trojmesačný intervenčný pohybový program v trvaní 90 minút, domáci pohybový program dvakrát týždenne počas šiestich týždňov a teoretická online prednáška na zlepšenie celkového zdravia a životného štýlu počas štúdia na vysokej škole.

Súčasne so Slovenskom sa cvičebná intervencia projektu GreenPE realizovala aj v ďalších krajinách V4 – v Českej republike, Maďarsku a Poľsku – čím sa preukázalo úsilie o integráciu udržateľnosti v rámci telesnej výchovy na akademickej úrovni.

Univerzitné prostredie Pedagogickej fakulty Katolíckej univerzity v Ružomberku, ktorá sa nachádza v regióne Liptov s malebným pozadím Tatier, poskytovalo študentom kvalitné environmentálne podmienky na podporu ich zdravia a jeho udržateľnosti. Účasť študentov bola dobrovoľná a motivovaná udržateľnosťou, environmentálnym povedomím a podporou zdravia.

Členovia Katedry telesnej výchovy a športu v zastúpení prof. PaedDr. E. Bendíková, PhD., prof. Mgr. M. Zvonar, Ph.D. a dekan Pedagogickej fakulty, univerzitný docent PaedDr. P. Krška, PhD. Katolíckej univerzity v Ružomberku spolu s P. Krškom juniorom za študentskú časť, ako jeden z kľúčových partnerov projektu prispeli k iniciatíve propagujúcej udržateľnú telesnú výchovu v celej strednej Európe. To zdôrazňuje možnosti vykonávania pohybových aktivít priamo v externom prostredí s podporou zdravia s intenciou na (zdravotne orientovanú) zdatnosť, všeobecnú pohybovú výkonnosť a celkový charakter imunitného systému ako významného faktoru zdravia.



V4 countries: Catholic University, Ružomberok, Slovakia; Charles University, Prague, Czech Republic; University of Physical Education, Krakow, Poland; University of Pécs, Institute of Sport Sciences and Physical Education, Pécs, Hungary

Univerzitný docent, PaedDr. Peter Krška, PhD.

Dekan Pedagogickej fakulty KU v Ružomberku