

Pregraduálne vzdelávanie budúcich učiteľov telesnej a športovej výchovy v oblasti posturálneho zdravia

Katedra telesnej výchovy a športu Pedagogická fakulta Katolíckej Univerzity (KU) v Ružomberku pripravila zaujímavý „Odborný a vzdelávací seminár“ pre učiteľov a študentov pregraduálneho vzdelávania študijného odboru Učiteľstvo a pedagogické vedy v študijnom programe (ŠP) Telesná výchova, Telesná výchova v kombinácii a im príbuzným ŠP, predprimárne a primárne vzdelávanie so zameraním na získavanie vedomostí, zručností a rozvoj pohybovej gramotnosti v oblasti posturálneho zdravia v školskej praxi.

Posturálne zdravie v súčasnosti zohráva dôležitú úlohu z hľadiska udržania fyzického a psychického zdravia vzhľadom k hypokinetickému, sedentárnemu životnému štýlu, nadmerné používanie smart zariadení, ako aj stresu u školskej populácie. Posturálne problémy u školskej populácie majú za posledné obdobie vzostupnú tendenciu. Práve primárna prevencia cez prizmu pregraduálneho vzdelávania budúcich učiteľov telesnej a športovej výchovy je jednou z možností skvalitnenia zdravia žiakov či už v školskom, alebo mimoškolskom prostredí, cez využívanie voľného času aktívnym spôsobom a cez rôzne formy pohybových aktivít podporujúce zdravie.

Odborný seminár privítal niekoľko zaujímavých osobností, kde jednou z nich bola aj doc. Mgr. Dagmar Nemček, PhD. z Pedagogickej fakulty Univerzity Komenského v Bratislave, ktorá prezentovala niekoľko zaujímavostí v danej oblasti s presahom na školskú prax z domáceho a zahraničného prostredia s využitím psychomotoriky.

Na odborný seminár nadväzovali dva workshopy: „*Pohybová gramotnosť a zdravotne orientovaná zdatnosť žiakov*“ a „*Zdravotne orientovaná zdatnosť a držanie tela žiakov*“, v rámci ktorých si študenti mohli priamo overiť svoje nadobudnuté kompetencie v praxi, ktoré im ukázali ich pripravenosť na školskú prax v danej oblasti.

Uvedený seminár ako aj workshopy sa uskutočnili pod vedením prof. PaedDr. E. Bendíkovej, PhD. (World Ambassador of FIEPS, Supervisor of WLYA), doc. PaedDr. R. Rozimom, PhD. a pod záštitou dekana Pedagogickej fakulty KU v Ružomberku PaedDr. Petra Kršku, PhD., ako aj **World Leisure Organization (WLO)** a **FIEPS**.

Touto cestou poďakovanie patrí všetkým zainteresovaným stranám a osobám, *pánovi riaditeľovi ZŠ Kľačno v Ružomberku, PaedDr. Mojmirovi Šrobárovi, pani učiteľkám Mgr. Zuzane Smieškovej a Mgr. Zuzane Socháňovej. Zo zahraničia za podporu, obohatenie*

programu a poďakovanie patrí prof. Dr. M. Banhídimu, PhD. (WLO), prof. Dr. G. Bálintovi, PhD. (FIEPS) a prof. Dr. R. R. Uvinhovi, PhD. (WLO, FIEPS).

Odborný seminár a prezentované workshopy boli súčasťou grantového projektu KEGA č. 014KU-4/2025 Pregraduálne vzdelávanie učiteľov telesnej a športovej výchovy z hľadiska rozvoja ich pohybovej gramotnosti s intenciou na posturálne zdravie.



prof. PaedDr. Elena Bendíková, PhD.

World Ambassador of FIEPS, Supervisor of WLYA



Undergraduate education of future physical and sports education teachers in the field of postural health

The Department of Physical Education and Sport of the Faculty of Education at the Catholic University in Ružomberok prepared an engaging **Professional and Educational Seminar** for teachers and students of pregraduate education in the field of Teacher Training and Educational Sciences within the study programme (SP) Physical Education, Physical Education in Combination and related SPs as well as Pre-primary and Primary Education with a focus on acquiring knowledge skills and the development of physical literacy in the area of postural health in school practice.

Postural health currently plays an important role in maintaining physical and mental health due to a hypokinetic and sedentary lifestyle, excessive use of smart devices, and increased levels of stress among the school population. Postural problems among school-aged children have shown an increasing trend in recent years. Primary prevention through the lens of pregraduate education of future physical and sports education teachers represents one of the ways to improve pupils' health both in school and out of school environments through the active use of leisure time and through various forms of health-enhancing physical activities.

The professional seminar welcomed several distinguished guests, one of whom was Assoc. Prof. Dagmar Nemček from the Faculty of Education of Comenius University Bratislava, who presented a number of interesting insights in this field with direct application to school practice, drawing on both domestic and international contexts and using psychomotor approaches.

The professional seminar was followed by two workshops entitled „*Physical Literacy and Health-Oriented Fitness of Pupils*“ and „*Health-Oriented Fitness and Posture of Pupils*“, “ within which students were able to directly verify their acquired competences in practice, demonstrating their readiness for school practice in this area.

The seminar as well as the workshops were conducted under the leadership of Prof. E. Bendíková, PhD. (World Ambassador of FIEPS, Supervisor of WLYA), Assoc. Prof. Robert Rozim, PhD. and under the auspices of the Dean of the Faculty of Education of the Catholic University in Ružomberok, Dr. Peter Krška, PhD. as well as the **World Leisure Organization (WLO) and FIEPS**.

Sincere thanks are extended to all involved parties and individuals, namely *the headmaster of Kľačno Primary School in Ružomberok, Dr. Mojmír Šrobár, and teachers Mgr.*

Zuzana Smiešková and Mgr. Zuzana Socháňová. Special thanks for international support and for enriching the programme go to Prof. Dr. M. Banhídi, PhD. (WLO), Prof. Dr. G. Bálint, PhD. (FIEPS) and Prof. Dr. R. R. Uvinha, PhD. (WLO, FIEPS).

Professional seminars and workshops were part of the grant project KEGA No. 014KU-4/2025 "Pre-graduate education of physical education and sports teachers from the perspective of developing their movement literacy with an intention for postural health".

prof. PaedDr. Elena Bendíková, PhD.

World Ambassador of FIEPS, Supervisor of WLYA

