



Záverečná práca č. 1 – I. kvalifikačný stupeň **INŠTRUKTOR ŠPORTU**

Manuál pre žiaka ako písať záverečnú prácu – krok za krokom.

Formálna stránka

- a) **Veľkosť písma** : 12
- b) **Typ písma** : Times New Roman
- c) **Riadkovanie** : 1,5 **Okraje**: 2,54 horný a 3,17 dolný okraj
- d) **Číslovanie strán** : pod textom v strede strany – strany čísloujem od úvodu, okrem úvodnej strany (predný list práce) a obsahu!
- e) **Rozsah práce** : 7 - 10 strán
- f) **Použitá literatúra napísaná správne po formálnej stránke** – vid'. nižšie v texte.

Obsahová stránka

- 1) **Úvodná strana / predný list práce /** - Názov školy, logo školy, názov práce, kvalifikačný stupeň, meno a priezvisko autora, vedúci práce, študijný odbor, miesto a rok napísania práce. Vzor úvodnej strany záverečnej práce nájdeš v prílohe!
- 2) **Obsah práce** – **Pozor, obsah, ako strana sa neoznačuje číslom – vid'. ukážka tvorby práce. Ostatné strany označujeme v poradí.**
 - a) Úvod
 - b) Význam pohybovej aktivity
 - c) Charakteristika vekového obdobia 6 – 12 rokov
 - d) Základné pojmy a ich vysvetlenie
 - e) Charakteristika odtrénovanej TJ
 - f) Záver a odporúčania pre prax
 - g) Literatúra
 - h) Prílohy
- 3) **Úvod** – Rozpíšem sa všeobecne o práci, čo bude práca obsahovať, informácie o sebe a vlastnej skúsenosti počas mojej športovej prípravy v období 6 - 12 rokov, odkedy realizujem prácu, prečo je šport a pohybová aktivita dôležitá v živote človeka a detí.
- 4) **Teoretická časť**
 - a) Význam pohybovej aktivity – popísať pohybovú aktivitu, prečo je dobrá, jej vplyv a benefity pre vybranú vekovú kategóriu. Výber pohybových aktivít pre vybrané vekové obdobie.
 - b) Charakteristika vekového obdobia 6 – 12 rokov – popis vekového obdobia v súvislosti s pohybom a športom. V čom sa odlišuje od iných vekových období. Na čo je dobré zamerať pozornosť v tomto vekovom období.



c) Základné pojmy a ich vysvetlenie – čo je motorika, pohybové schopnosti, regenerácia ako proces, hygiena a bezpečnosť tréningového procesu. Popíš spomenuté pojmy, prečo sú dôležité a ich význam pre jedinca, spoločnosť.

5) **Praktická časť**

Priebeh hospitačných tréningov a tréningových jednotiek (jednu tréningovú jednotku musí žiak absolvovať v škole)

6) **Záver** – čo mi práca dala, inšpirovala ma, bavila ma, ako hodnotím prácu s deťmi, vedel by som si predstaviť pracovať ako Inštruktor s touto vekovou kategóriou, opis hospitačných tréningových jednotiek a mnou odtrénovanej tréningovej jednotky, iné postrehy.

7) **Použitá literatúra**

- je nutné mať v použitej literatúre obsiahnuté všetky zdroje z ktorých som čerpal (a).
- mať odkaz na zdroj napísaný správne po formálnej stránke:

Autor (autori) – priezvisko (veľké písmená), krstné meno (celé alebo len začiatkové písmeno), Rok vydania, Názov (píšem **kurzívou**), Vydanie (napr. 2. vydanie)

Vydavateľstvo – miesto vydania a vydavateľ (Bratislava:Stimul), rok vydania

Štandardné číslo – ISBN, Viac ako 3 autori sa menovite neuvádzajú – uvedie sa 1 autor et al. alebo a i., TAKÁČ, M. et al.

Príklad:

Sýkora, F. – Frano, J. – Stráňai, K.: Didaktika školskej telesnej výchovy. Bratislava, SPN 1980.

Eugen LACZO a kol.: Rozvoj a diagnostika pohybových schopností detí a mládeže, FTVŠ, 2013. ISBN 978-80-971466-0-3, EAN 9788097146603

Ak čerpám z internetu : www.ssg.edupage.org, www.historiasportu.sk

8) **Prílohy**

- Hospitačné (3) a odtrénované (1) tréningové jednotky podpísané a ohodnotené trénerom
- Hodnotenie odbornej praxe žiaka zodpovedným pracovníkom
- Dohoda o zabezpečení odbornej praxe