Zimné športy vo vyučovaní telesnej a športovej výchovy na stredných školách

The winter sports in physical education teaching at the secondary schools

Boris Beťák

Filozofická fakulta Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici, Slovensko

Abstrakt:

Autor v príspevku prezentuje výsledky výskumu zameraného na zistenie, ktoré zimné športy sa využívajú v rámci vyučovania telesnej a športovej výchovy na stredných školách v okresoch Martin a Stará Ľubovňa a aký je stav ich vyučovania. Použitou výskumnou metódou bol dotazník vlastnej konštrukcie, ktorý pozostával z 21 otázok. Výskumnú vzorku tvorilo spolu 435 žiakov (247 chlapcov a 188 dievčat) 10-tich stredných škôl v okrese Martin a 5-tich stredných škôl v okrese Stará Ľubovňa, z ktorých sa kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy zúčastnilo 228 žiakov (132 chlapcov a 96 dievčat). Na základe výsledkov autor konštatuje, že na všetkých stredných školách v okrese Stará Ľubovňa a na 8 z 10 stredných školách v okrese Martin sa realizuje kurz pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy, v rámci ktorého dané školy realizujú buď len lyžiarsky kurz, alebo spojený lyžiarsky kurz s kurzom snowboardingu.

Abstract:

In this contribution, the author has presented the research results targeted to the finding, what kind of winter sports have been practised in the framework of Physical education teaching at the secondary schools in Martin and Stara Lubovna district. Moreover, he has also presented what is the condition of their teaching. The research method, which was used, was a self-made questionnaire that consisted from 21 questions. A research sample involved 435 students altogether (247 boys and 188 girls) from ten secondary schools in Martin district and five secondary schools in Stara Lubovna district. In addition, 228 students (132 boys and 96 girls) took part in the instruction of movement activities in the natural countryside targeted to the winter sports. On the basis of the results, the author has claimed that the movement activities in the natural countryside targeted to winter sports have been carried out at all secondary schools in Stara Lubovna district, and 8 from 10 secondary schools in Martin district. Moreover, the above mentioned secondary schools have either carried out the ski instruction on its own or the ski instruction with a snowboarding one altogether.

Kľúčové slová: žiaci stredných škôl, zimné športy, telesná a športová výchova

Key words: students of secondary schools, winter sports, physical education

ÚVOD

Telesná a športová výchova je hlavným prostriedkom všestranného telesného rozvoja žiakov. Realizácia úloh vyplývajúcich z cieľov telesnej výchovy je závislá od podmienok, obsahu, od úrovne žiakov a aj od úrovne učiteľa, jeho skúseností, veku, flexibility, od úrovne jeho vedomostí, a pod. (Adamčák & Nemec, 2010).

Vyučovanie zimných športov sa realizuje v rámci kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy (lyžiarsky kurz, snowboardový kurz). Uskutočňuje sa formou kurzovej výučby, ktorá má povinný obsah a riadi sa samostatnými smernicami (Štátny vzdelávací program, 2009).

Paugschová (2004) uvádza, že lyžovanie má v rámci telesnej a športovej výchovy dlhoročnú tradíciu. Práve lyžovanie považuje Michal (2001) za jeden z najzdravších športov nielen vďaka prostrediu, v ktorom sa lyžiar pohybuje, ale aj kvôli všestrannosti pohybu, ktorý je nútený na lyžiach vykonávať.

Kurz pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy je súčasťou vyučovania telesnej a športovej výchovy na školách poskytujúcich základné vzdelanie a na školách poskytujúcich stredné a vyššie vzdelanie vrátane stredných odborných učilíšť a odborných učilíšť a má samostatnú časovú dotáciu. Na stredných školách sa ho zúčastňujú žiaci a žiačky 1. ročníka, prípadne žiaci a žiačky ostatných ročníkov týchto škôl, ktoré majú lyžiarske (snowboardové) kurzy stanovené vo svojich školských vzdelávacích programoch inak (Modrák, Pavlov, Roučková, & Povrazník, 2008).

CIEĽ

Cieľom práce bolo analyzovať organizáciu kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy na stredných školách v okresoch Martin a Stará Ľubovňa.

METODIKA

Výskumnú vzorku tvorilo 233 žiakov stredných škôl v okrese Martin (126 chlapcov a 107 dievčat) a 202 žiakov stredných škôl v okrese Stará Ľubovňa (121 chlapcov a 81 dievčat), čo spolu predstavuje 435 žiakov (247 chlapcov a 188 dievčat). Výskum sme realizovali v marci a apríli 2013.

Použili sme opytovaciu metódu, konkrétne dotazník. Dotazník bol anonymný, obsahoval 21 otázok a bol určený pre žiakov stredných škôl v okresoch Martin a Stará Ľubovňa. Jeho zameranie bolo na zistenie názorov a záujmov žiakov na zimné športy, vyučovanie a realizáciu kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy. V príspevku uvádzame odpovede len na vybrané otázky.

Pri spracovaní získaného faktografického materiálu sme použili matematicko-štatistické metódy (percentá, Chi-kvadrát), grafické metódy (obrázky) a kvalitatívne metódy (komparáciu, analýzu, syntézu, indukciu, dedukciu). Získané údaje sme vyhodnocovali z pohľadu intersexuálnych vzťahov.

VÝSLEDKY A DISKUSIA

Na základe výsledkov konštatujeme, že takmer na všetkých stredných školách v okresoch Martin a Stará Ľubovňa sa kurz pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy realizuje buď pravidelne (uviedlo 61,13 % chlapcov a 72,87 % dievčat), alebo podľa záujmu žiakov (uviedlo 30,36 % chlapcov a 20,21 % dievčat). Kurz pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy sa nerealizuje len na 2 z 10 stredných škôl v okrese Martin, čo uviedlo 8,50 % chlapcov a 6,91 % dievčat (obrázok 1). To, že sa zimné kurzy organizujú takmer na všetkých stredných školách, na ktorých sme robili výskum, hodnotíme vysoko pozitívne, pretože na týchto kurzoch sa upevňujú sociálne vzťahy medzi žiakmi aj medzi žiakmi a učiteľom a navyše pobyt a pohyb v prírode pozitívne pôsobí na organizmus človeka a jeho zdravie. Pri tejto otázke sme zaznamenali štatisticky významné rozdiely v odpovediach chlapcov a dievčat na hladine významnosti $p < 0,05$.

Obr. 1: Spôsob organizovania kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy

Zisťovali sme aj, koľko žiakov stredných škôl v okresoch Martin a Stará Ľubovňa, sa zúčastnilo kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy. Výsledky prezentujeme na obrázku 2. Kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy sa zúčastnilo 53,44 % chlapcov a 51,06 % dievčat, čo predstavuje 228 žiakov (132 chlapcov a 96 dievčat). Na danom kurze sa nezúčastnilo až 46,56 % chlapcov a 48,94 % dievčat, čo predstavuje 207 žiakov. Výsledky nás prekvapili, nakoľko sme predpokladali vyššiu percentuálnu účasť žiakov na tomto kurze, pretože zimné športy sú veľmi obľúbené (Nevolná, 2013) a prírodné podmienky na realizáciu zimných športov sú v týchto regiónoch veľmi priaznivé.

Podobné výsledky zistili Veisová (2006), ktorá uvádza viac ako 54 % účasť žiakov stredných škôl na takomto kurze a Michal (2012a) konštatuje viac ako 59 % účasť žiakov stredných škôl. Na základných školách zistili Paugschová & Kubaščík (2002) dokonca až cez 85 % účasť žiakov na tomto kurze.

Obr. 2: Účasť žiakov na kurze pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy

Poznať vzťah žiakov k pohybovej činnosti a poznať názory a dôvody prečo danú činnosť vykonávajú resp. nevykonávajú je nevyhnutné pokiaľ chceme vhodne motivovať žiakov k aktívnej účasti na vyučovaní a získať ho pre pravidelnú pohybovú činnosť.

Keďže neúčasť žiakov stredných škôl v okresoch Martin a Stará Ľubovňa na kurze pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy bola takmer 50 %, zaujímalo nás, aké sú najčastejšie uvádzané dôvody tejto neúčasti. Odpovede žiakov boli rôzne, pričom žiaci mali na výber 6 možností. Jedna z možností, možnosť „iné“, dávala priestor žiakom uviesť iný dôvod ako sme v dotazníku ponúkali.

Ako môžeme vidieť na obrázku 3, možnosť „iné“ si vybralo až 32,17 % chlapcov a 23,91 % dievčat. Najčastejšie uvádzanými dôvodmi neúčasti na kurze pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy boli: nízky záujem žiakov o tento kurz a nechť každodenne dochádzať do lyžiarskeho strediska.

Obr. 3: Dôvody neúčasti žiakov na kurze pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy
 Legenda:

a – kurz sa realizuje vo vyššom ročníku

b – kurz bol príliš drahý

c – mám negatívny vzťah k zimným športom

d – je to strata času, radšej budem v škole

e – zdravotné dôvody

f – iné

Ako druhý najčastejší dôvod neúčasti na kurze pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy uviedlo až 26,96 % chlapcov a 27,17 % dievčat zdravotné problémy. Práve zdravotné problémy žiakov sú najčastejším dôvodom neúčasti žiakov na tomto kurze vo výskumoch Michala (2006, 2007). Michal (2006) a Paugschová & Kubaščík (2002) okrem zdravotných dôvodov uvádzajú ako častý dôvod aj nevlastnenie lyžiarskeho výstroja. Ako ďalšie dôvody neúčasti na tomto kurze uviedli žiaci negatívny vzťah k zimným športom (9,57 % chlapcov a 17,39 % dievčat), a že kurz bol príliš drahý (13,91 % chlapcov a 15,22 % dievčat). Finančnú náročnosť kurzu uvádza ako hlavný dôvod neúčasti žiakov Michal (2012a).

Z celkového počtu 435 žiakov stredných škôl v okresoch Martin a Stará Ľubovňa sa kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy zúčastnilo 228 žiakov. Zaujímalo nás, aké boli dôvody týchto žiakov pre účasť na tomto kurze. Obrázok 4 prezentuje, že najčastejším dôvodom účasti na tomto kurze je pozitívny vzťah žiakov k zimným športom. Túto možnosť zvolilo 40,15 % chlapcov a 30,21 % dievčat. Zistený fakt považujeme za veľmi pozitívny, nakoľko žiakov, ktorí prejavujú záujem o vyučovanie je jednoduchšie motivovať a pracuje sa s nimi omnoho lepšie.

Obr. 4: Dôvody účasti žiakov na kurze pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy
Legenda:

a – kurz bol povinný

b – zlepšenie lyžiarskych zručností

c – mám pozitívny vzťah k zimným športom

d – rodičia ma prinútili

e – nemusel/a som ísť do školy

f – na kurzoch je zábava

Na základe výsledkov uvedených na obrázku 4 konštatujeme, že druhým najčastejšie uvádzaným dôvodom zo strany dievčat bol záujem o zlepšenie lyžiarskych zručností, o ktorý prejavilo záujem 26,04 % dievčat. Záujem o zlepšenie lyžiarskych zručností uviedlo aj 20,45 % chlapcov. Ako hlavný dôvod účasti žiakov na kurze pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy uviedlo záujem o zlepšenie lyžiarskych zručností aj 39,30 % žiakov vo výskume Michala (2012a). Zaujímavé zistenia sme zaznamenali pri odpovediach „nemusel/a som ísť do školy“ (uviedlo cez 20 % v oboch pohlaviach) a „na kurzoch je zábava“ (uviedlo 12,12 % chlapcov a 16,67 % dievčat).

Podľa Štátneho vzdelávacieho programu sa môže lyžovanie (snowboarding) realizovať dvojakou formou, buď ako lyžiarsky výcvik s dennou dochádzkou alebo formou lyžiarskeho zájazdu. Na obrázku 5 prezentujeme akou formou bol organizovaný kurz pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy, ktorého sa žiaci v okresoch Martin a Stará Ľubovňa zúčastnili.

Z výsledkov jasne vyplýva, že väčšina žiakov sa daného kurzu zúčastnila formou lyžiarskeho zájazdu. Túto formu organizácie kurzu uviedlo 75,76 % chlapcov a 81,25 % dievčat. Kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy realizovaného dennou dochádzkou sa zúčastnilo 24,24 % chlapcov a 18,75 % dievčat. Len na dvoch školách v okrese Stará Ľubovňa a jednej strednej škole v okrese Martin, sú lyžiarske (snowboardové) kurzy uskutočňované formou dennej dochádzky.

Až 100 % organizáciu zimných kurzov zájazdovou formou zistil na 20 základných a 21 stredných školách v Olomouci a okolí Mázal (2011).

Na základných školách Paugschová & Kubaščík (2002) a Michal (2009) poukazujú na prevahu organizácie kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy, dochádzkovou formou. K podobným výsledkom dospel aj Michal (2006), ktorý preferovanie realizácie kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy dochádzkovou formou zistil u 88 % základných škôl v okrese Martin. Za hlavný dôvod preferovania dochádzkovej formy realizácie kurzov pred realizovaním kurzov zájazdov považuje Michal (2006), vyššiu náročnosť na organizáciu kurzu zájazdov.

Obr. 5: Forma organizácie kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy

V otázke, ktoré zimné športy sa realizovali na kurze pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy, na ktorom ste sa zúčastnili, uviedli žiaci stredných škôl v okresoch Martin a Stará Ľubovňa len dve odpovede. Až 63,64 % chlapcov a 53,13 % dievčat uviedlo, že na kurze, ktorého sa zúčastnili, sa vyučovalo aj zjazdové lyžovanie, aj snowboarding. Ostatní žiaci uviedli, že počas kurzu pohybových aktivít so zameraním na zimné športy, ktorého sa zúčastnili, sa realizovalo len zjazdové lyžovanie. Za prekvapivé považujeme, že ani jeden žiak neuviedol, že by sa v rámci kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy vyučoval výlučne snowboarding.

Je však potešujúce, že nadpolovičná väčšina žiakov sa zúčastnila kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy, ktorý dával možnosť zvoliť si snowboarding ako plnohodnotnú alternatívu popri zjazdovom lyžovaní, pretože zo snowboardingu sa stal masovo rozšírený a profesionálne uznávaný šport (Binter, Binter and Černík, 2012).

Z výsledkov vyplýva, že školy implementovali snowboarding do svojich školských vzdelávacích programov, čo umožnila reforma školstva v roku 2008. Daný stav hodnotíme pozitívne, pretože výskumy Modráka & Nemčíka (2006), Krála (2007), Michala (2010, 2012b) a Beťáka (2012) poukazujú na vysoký záujem žiakov o snowboarding.

Vo výskume sme tiež zisťovali, konkrétne ktorých zimných športov sa žiaci stredných škôl v okresoch Martin a Stará Ľubovňa aktívne zúčastnili počas realizácie kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy (lyžiarsky kurz, snowboardový kurz). Žiaci mohli zvoliť jednu z možností: zjazdové lyžovanie, snowboarding a oba športy. Výsledky prezentujeme na obrázku 6.

Obr. 6: Zimné športy, ktorých sa žiaci zúčastnili počas kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy

Na kurze pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy sa zúčastnilo zjazdového lyžovania až 65,15 % chlapcov a 62,50 % dievčat. Takýto výrazný výsledok v prospech zjazdového lyžovania sme však neočakávali. Súvisieť to môže s faktom, ktorý uvádza Michal (2007), že zjazdové lyžovanie má veľkú tradíciu a stále sa teší veľkej popularite.

Sme trochu prekvapení, že snowboardingu sa zúčastnilo menej žiakov, ako sme predpokladali, nakoľko výskumy Krála (2007), Michala (2010, 2012b) a Beťáka (2012) poukazujú na vysokú atraktivitu tohto športu a rastúci záujem o jeho vykonávanie. Samotného vyučovania snowboardingu sa zúčastnilo 19,70 % chlapcov a 17,71 % dievčat a vyučovania oboch zimných športov sa zúčastnilo 15,15 % chlapcov a 19,79 % dievčat.

Keďže až 63,64 % chlapcov a 53,13 % dievčat uviedlo, že na kurze, ktorého sa zúčastnili, sa vyučovalo aj zjazdové lyžovanie, aj snowboarding, predpokladali sme vyššie percento žiakov, ktorí sa vyučovania snowboardingu reálne zúčastnili. Tieto výsledky však môžu súvisieť aj s finančnou náročnosťou tohto športu, prípadne s rozhodnutím žiakov venovať sa na kurze len jednému zimnému športu, pričom zrejme uprednostnili zjazdové lyžovanie.

Podobný výskum realizoval aj Zemanovič (2011), ktorý uvádza, že 85 % žiakov stredných škôl uprednostnilo na kurze pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy zjazdové lyžovanie pred snowboardom.

ZÁVER

Výsledky zverejnené v našom príspevku prezentujú analýzu organizácie kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy na stredných školách v okresoch Martin a Stará Ľubovňa.

Pomocou dotazníka sme zistili, že kurz pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy sa realizuje na všetkých stredných školách v okrese Stará Ľubovňa a na ôsmich stredných školách v okrese Martin. Stredné školy v okresoch Martin a Stará Ľubovňa realizujú kurz pravidelne alebo podľa záujmu žiakov. Pri spôsobe organizácie kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy sme zaznamenali štatisticky významné rozdiely v odpovediach chlapcov a dievčat na hladine významnosti $p < 0,05$ ($\chi^2=6,801$). Školy realizujú vyučovanie zimných športov buď len ako lyžiarsky kurz, alebo spojený lyžiarsky kurz s kurzom snowboardingu. Kurzu pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy sa aktívne zúčastnilo 53,44 % chlapcov a 51,06 % dievčat.

Najčastejšími dôvodmi účasti na tomto kurze boli pozitívny vzťah žiakov k zimným športom (40,15 % chlapcov a 30,21 % dievčat) a záujem žiakov o zlepšenie lyžiarskych zručností (20,45 % chlapcov a 26,04 % dievčat). Prevažná väčšina žiakov sa zúčastnila kurzu realizovaného formou zájazdu. Až 63,64 % chlapcov

a 53,13 % dievčat uviedlo, že na kurze, ktorého sa zúčastnili, sa vyučovalo aj zjazdové lyžovanie, aj snowboarding, pričom väčšina žiakov sa rozhodla len pre vyučovanie zjazdového lyžovania.

Najčastejšie uvádzanými dôvodmi neúčasti na kurze pohybových aktivít v prírode so zameraním na zimné športy boli: nízky záujem žiakov o tento kurz, nechť každodenne dochádzať do lyžiarskeho strediska či zdravotné problémy a finančná náročnosť kurzu. Pri zvyšných otázkach sme nezaznamenali štatisticky významné rozdiely v odpovediach chlapcov a dievčat.

Na základe zistených výsledkov odporúčame v rámci zvýšenia záujmu žiakov o vyučovanie zimných športov organizovať zimný kurz zájazdovou formou, zaradiť snowboarding ako pevnú súčasť realizácie vyučovania zimných športov a zabezpečiť finančnú alebo materiálnu podporu pre organizovanie kurzu.

LITERATÚRA

- Adamčák, Š., & Nemec, M. (2010). *Pohybové hry a školská telesná a športová výchova*. Banská Bystrica, Slovakia: Fakulta humanitných vied UMB, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici.
- Beťák, B. (2012). The attitude of students at secondary schools towards snowboarding and the way of teaching it. *Acta Universitatis Matthiae Belii physical education and sport*, 4 (2), 16-26. Retrieved from <http://www.fhv.umb.sk/katedry/katedra-tesnej-vychovy-a-sportu/veda-a-vyskum/acta-universitatis-matthiae-belii-physical-education-and-sport-vedecky-casopis.html>.
- Binter, L., Binter, A., & Černík, M. (2012). *Snowboarding* (4th ed.). Praha, Czechia: Grada.
- Král, L. (2007). Súčasný stav a zmeny vo vyučovaní zjazdového lyžovania na základných školách v Banskej Bystrici a v Brezne. In K. Krnová (Ed.), *Mladá veda 2007: zborník vedeckých štúdií doktorandov FHV UMB v Banskej Bystrici*. (pp. 360-371). Banská Bystrica, Slovakia: Fakulta humanitných vied UMB, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici.
- Mazal, Z. (2011). *Výuka snowboardingu na základných a stredných školách v Olomouci a okolí* (master's thesis, Masaryk University, Brno, Czechia). Retrieved from http://is.muni.cz/th/364579/fsps_m/?lang=en;id=170751.
- Michal, J. (2001). *Teória a didaktika lyžovania*. Banská Bystrica, Slovakia: Pedagogická fakulta, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici.
- Michal, J. (2006). Analýza stavu lyžovania na základných školách. In J. Michal & P. Bartík (Eds.), *Súčasnosť a perspektívy telovýchovného procesu na školách: recenzovaný zborník vedecko-výskumných prác - Vedy o športe*. (pp. 186-196). Banská Bystrica, Slovakia: Pedagogická fakulta, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici.
- Michal, J. (2007). *Lyžovanie na druhom stupni základnej školy*. Banská Bystrica, Slovakia: Pedagogická fakulta, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici.
- Michal, J. (2009). Názory žiakov na realizáciu snowboardového výcviku na školách. *Studia sportiva*, 3 (2), 99 – 106.
- Michal, J. (2010). Snowboarding ako súčasť telesnej výchovy. In K. Baisová & M. Kružliak (Eds.), *Telesná výchova - prostriedok vytvárania vzťahu mladej generácie k pohybu a športu: 1. ročník vedeckej konferencie*. (pp. 89-103). Zvolen, Slovakia: Technická univerzita.
- Michal, J. (2012a). Vyučovanie lyžovania v intencii štátneho vzdelávacieho programu na stredných školách. In K. Baisová & M. Kružliak (Eds.), *Telesná výchova a šport - prostriedok vytvárania vzťahu mladej generácie k pohybu a športu: 3. ročník vedeckej konferencie s medzinárodnou účasťou*. (pp. 166-177). Zvolen, Slovakia: Technická Univerzita.
- Michal, J. (2012b). Snowboarding a štátny vzdelávací program na školách. In K. Baisová & M. Kružliak (Eds.), *Telesná výchova a šport - prostriedok vytvárania vzťahu mladej generácie k pohybu a športu: 3. ročník vedeckej konferencie*. (pp. 178-186), Zvolen, Slovakia: Technická Univerzita.
- Modrák, M., & Nemčík, R. (2006). O potrebe zaradenia nácviku aj snowboardingu do učebných osnov pre žiakov ZŠ a SŠ. In J. Jakubíková & M. Modrák (Eds.), *Zborník prác z 11. vedecko-pedagogickej konferencie Zdravá škola*. (pp. 98-100). Prešov, Slovakia: Metodicko-pedagogické centrum.
- Modrák, M., Pavlov, I., Roučková, M., & Povrazník, K. (2008). Návrh realizácie prípravy lektorov zjazdového lyžovania. In V. Bečáková & M. Modrák (Eds.), *Telesná výchova a šport, zdravie a pohyb: zborník referátov z 2. ročníka vedecko-pedagogickej konferencie učiteľov telesnej výchovy*. (pp. 169-175). Prešov, Slovakia: Prešovská univerzita, Metodicko-pedagogické centrum.
- Nevolná, T. (2013). Záujmovo rekreačná telesná výchova ako účinný prostriedok k zdravému životnému štýlu. In M. Zvonař et al. (Eds.), *Spolupráce v kinantropologii I*. (pp. 358-371). Brno, Czechia: Masarykova univerzita Brno.

- Paugschová, B., & Kubaščík, R. (2002). *Monitorovanie stavu lyžovania na základných školách Stredoslovenského regiónu*. Banská Bystrica, Slovakia: Fakulta humanitných vied UMB, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici.
- Paugschová, B. (2004). Predhovor. In B. Paugschová et. al. (Eds.), *Lyžovanie: Učebné texty pre študentov telesnej výchovy*. (pp. 5). Banská Bystrica, Slovakia: Fakulta humanitných vied, Univerzita Mateja Bela v Banskej Bystrici.
- Štátny vzdelávací program, Telesná a športová výchovy, Príloha ISCED 3. (2009). Retrieved from<http://www.statpedu.sk/files/documents/svp/gymnazia/vzdelavacie_oblasti/telesna_vychova_isced3.pdf>.
- Veisová, M. (2006). Monitorovanie záujmu o lyžovanie a snowbording u absolventov SŠ – záujemcov o štúdium telesnej výchovy na KTVŠ PF UKF v Nitre. In J. Šimonek (Ed.), *Sport and globalization*. (pp. 280-284). Nitra, Slovakia: Univerzita Konštantína Filozofa.
- Zemanovič, M. (2011). *Vyučovanie zjazdového lyžovania na stredných školách* (Unpublished bachelor thesis). Matej Bel University, Banská Bystrica, Slovakia.