

Kalokagathia II – hudbou a pohybem k duševní a tělesné harmonii a dokonalosti – **doplnění volných míst**

bude otevřen při minimálním počtu 20 účastníků (maximální počet - 30 účastníků). Po naplnění tohoto počtu obdrží účastníci informace o zahájení programu. Po ukončení všech čtyř programů (2 akademické roky) získají účastníci certifikát.

Navázání a rozvinutí KALOKAGATHIA I

Zimní semestr 2022/2023

KALOKAGATHIA II

Garant: doc. PhDr. Jiří Kusák, Ph.D., Katedra hudební výchovy

1. **Hlasová a pěvecká příprava II** (Mgr. Daniela Střílková, Ph.D.)
2. **Sborový zpěv a dirigování III** (doc. Mgr. Jan Spisar, Ph.D.)
3. **Práce s partiturou** (PhDr. David Kozel, Ph.D.)
4. **Instrumentální činnosti I** (doc. PhDr. Jiří Kusák, Ph.D.)
5. **Instrumentální činnosti II** (doc. PhDr. Jiří Kusák, Ph.D.)
6. **Dějiny a poslech hudby II – romantismus** (doc. PhDr. Veronika Ševčíková, Ph.D.)
7. **Dějiny a poslech hudby III – hudba 20. století** (doc. PhDr. Veronika Ševčíková, Ph.D.)
8. **„Hrajeme si s hudbou“ aneb zábavné formy Hv (hudební hry, kvízy...)** (Mgr. Daniela Střílková, Ph.D.)

Letní semestr 2022/2023

KALOKAGATHIA II

Garant: Mgr. Markéta Rygelová, Katedra studií lidského pohybu

Program je zaměřen na teoretické i praktické pohybové činnosti, individuálně přizpůsobené účastníkům programu. Teoretická část výuky navazuje na první blok a seznamuje posluchače s praktickým využitím moderních metod analýzy lidského pohybu

a tělesného složení. Posluchači se seznámí s vlivem pohybové aktivity na zdravotní stav a zdravý životní styl. V rámci praktické výuky se posluchači aktivně zapojí do pohybových činností přizpůsobených individuálním potřebám posluchače.

1. **Biomechanická analýza lidského pohybu II** (Mgr. Jaroslav Uchytíl, Ph.D.)
2. **Pohybová aktivita ve stáří jako klíč k duševnímu zdraví a kvalitě života** (doc. Mgr. Steriani Elavsky, Ph.D.)
3. **Sportovní trénink II** (Mgr. Adam Motyka)
4. **Badminton II** (Mgr. Miroslav Pacut)
5. **Metody tělesné složení – měkké tkáně, tělesná voda, kostní parametry** (doc. PhDr. Petr Kutáč, Ph.D.)
6. **Pohybová cvičení – jóga** (Mgr. Barbora Kaštovská)
7. **Netradiční hry pro všechny věkové kategorie** (Mgr. Markéta Rygelová)
8. **Rekreační aktivity – aktivní trávení volného času** (Mgr. Barbora Kaštovská)

Místo výuky:

- [budova SC](#) (ul. Fr. Šrámka 3, Ostrava Mariánské Hory).
- [budova V](#) (ul. Varenská 40a, Moravská Ostrava)
Místo i učebna budou upřesněny (informace budou uchazečům zaslány emailem - na adresu uvedenou v elektronické přihlášce).

Termíny výuky:

- Čtvrtek - lichý (1x za 14 dní) -14.10 - 16.35 hod.;

Začátek akademického roku = polovina září, konec akademického roku = polovina června (celkem 16 přednášek)

Kontakt:

V případě jakýchkoliv dotazů nás neváhejte kontaktovat:

- [Mgr. Jitka Sršňová](#)
telefon: +420 553 46 2519

e-mail: jitka.srsnova@osu.cz

- [Ing. Anna Dobošová](#)
telefon: +420 553 46 2698
e-mail: anna.dobosova@osu.cz

[Centrum dalšího vzdělávání](#), ul. Fráni Šrámka 3 ([budova SA](#)), Ostrava - Mariánské Hory,
709 00