

Maturitní témata z předmětu:

Teorie sportovní přípravy

Schváleno: 17. září 2020

1. Biologické základy pohybu
2. Funkce dýchání a oběhu krve při pohybové činnosti
3. Fyziologické aspekty svalové práce
4. Charakteristika sportovního tréninku a jeho systém
5. Etapy a zatížení tréninkového procesu
6. Periodizace ročního tréninkového cyklu
7. Hlavní organizační a didaktické formy sportovního tréninku
8. Metody a prostředky sportovního tréninku
9. Tělesná příprava a charakteristika silových a obratnostních schopností
10. Charakteristika rychlostních a vytrvalostních schopností a metody jejich rozvoje
11. Technicko-taktická příprava sportovce
12. Odlišnosti sportovního tréninku dětí a mládeže, dívek a žen
13. Sportovní talent, dopink
14. Plánování, evidence a kontrola sportovního tréninku
15. Vývoj a výchova jedince
16. Sportovní management a marketing
17. Sociální skupina
18. Psychologická příprava sportovce
19. Zásady první pomoci
20. Výživa
21. Regenerace sil sportovce
22. Olympijské hry
23. Tělovýchovné systémy 19. století a jejich vliv na rozvoj tělesné výchovy a sportu ve 20. století
24. Charakteristika tělovýchovného hnutí v Čechách od počátku 19. století

do současnosti

25. Vyučovací hodina v tělesné výchově