

Obor: 78-42-M/03 Pedagogické lyceum

Tématické okruhy pro maturitní zkoušku ze specializace tělesná výchova

Organizační formy TC
Pedagogické zásady v TV
Osobnost učitele a vztah k TV
Činitelé ovlivňující efektivitu tělovýchovného procesu
Metody a hodnocení v TV
Svalová zdatnost, ortopedická oslabení, svalové disbalance.
Motorické schopnosti a dovednosti. Měření a rozvoj PS
Pohybový aparát – kostra.
Pohybový aparát – svaly.
Kardiovaskulární soustava.
Dýchací soustava
Nervová soustava.
Fyziologie TC – změny při pohybové činnosti, aerobní a anaerobní procesy.
Superkompensace, únava a zotavení
Předpoklady dětí pro TC
Turistika
Drobné pohybové hry
Zimní sezonní činnosti
Atletika – vrhy, hody, běhy, skoky, víceboje
Plavání
Bezpečnost při TV. Dopomoc a záchrana.
Základní názvosloví tělesných cvičení
Historie TC (PPS, starověk, středověk, renesance, humanismus, novodobý sport)
Historie TC (sport v českých zemích)
Olympijské hry
Etapy a cykly sportovního tréninku
Sportovní výkon a jeho složky
Hygiena TC (denní režim, životospráva, zásady správné výživa, výživa sportovců)
Sjezdové lyžování, běžecké lyžování. Organizace lyžařského výcviku

Sportovní hry – košíková, odbíjená