



## **Témata pro profilovou část maturitní zkoušky ze specializace pohybové výchovy pro denní a dálkový obor předškolní a mimoškolní pedagogika pro školní rok 2023/2024**

Vyučující: Mgr. Kateřina Pavelková, Nikol Sedláčková

### **1. Tělesná výchova a sport v předškolní výchově, školní výchově a mimo vyučování.**

#### **Osobnost pedagoga tělesné výchovy. Názvosloví.**

charakteristika, cíle, úkoly, RVP

složky osobnosti pedagoga TV, vlastnosti, funkce, typologie pedagogů podle Caselmanna a podle stylu řízení, syndrom vyhoření

### **2. Didaktické formy tělesné výchovy, tělovýchovná jednotka. Názvosloví.**

organizační, sociálně interakční, metodicko-organizační formy, struktura TV jednotky

### **3. Obsah tělesné výchovy dětí předškolního a školního věku. Organizační formy v režimu MŠ. Názvosloví.**

obsah TV v MŠ, lokomoční, nelokomoční a manipulační dovednosti, tělesná zdatnost, kognitivní a afektivní oblast, organizační formy v MŠ

### **4. Strečink a posilování. Kruhový trénink. Názvosloví.**

pojem strečink a posilování, zásady strečinku a posilování, fázické a posturální svalstvo, příklady strečinku a posilování pro různé svalové skupiny, pojem kruhový trénink, pravidla, způsoby organizace, příklad kruhového tréninku

### **5. Základy fyziologie tělesných cvičení. Názvosloví.**

reakce organismu na zátěž, kardio-vaskulární systém, dýchací systém, nervosvalový systém, metabolismus a energetické zabezpečení pohybové činnosti

### **6. Základní pohybové dovednosti, manipulační, lokomoční a nelokomoční pohyby. Názvosloví.**

pojem pohybová dovednost, motorické učení, druhy a fáze motorického učení, lokomoční, nelokomoční a manipulační pohyby, lezení, chůze, běh, skok, příklady procvičování

### **7. Didaktické styly, postupy a metody v tělesné výchově. Názvosloví.**

metody TV dle Berdychové, metody dle Maňáka, didaktické styly vedení hodiny TV - příklady, výhody a nevýhody; didaktické postupy

### **8. Bezpečnost v tělesné výchově a první pomoc.**

#### **Hygiena tělesné výchovy a sportu. Názvosloví.**

nečastější příčiny úrazů v TV, prevence úrazů, opatření při úrazu, základní pravidla a postupy při poskytování první pomoci

pojem hygiena, dělení hygieny TV, hygiena prostředí TV, příslušenství tělovýchovných objektů, venkovní plochy; osobní hygiena

### **9. Pohybové schopnosti. Názvosloví.**

síla, vytrvalost (rozvoj, charakteristika, struktura, testování, příklady činností)

rychlost, koordinace (rozvoj charakteristika, struktura, testování; příklady činností)

flexibilita (rozvoj charakteristika, struktura, testování; příklady činností)

### **10. Zdravotní tělesná výchova. Názvosloví.**

zdravotní skupiny, různé typy oslabení, vady v držení těla, příčiny vadného držení těla, správné držení těla



**11. Hudebně pohybová výchova. Pohybové hry. Názvosloví.**

cíl a význam hudebně pohybové výchovy, metodický postup, tvorba choreografie, taneční hry, pojem pohybová hra, funkce hry, vliv hry na dítě, výběr a organizace, typy pohybových her

**12. Sport a volný čas. Pohybové programy, pohybový režim. Názvosloví.**

sport, znaky a význam sportu, tělesná zdatnost, testové baterie, pohybová rekreace, volný čas a jeho funkce, cíle a tvorba pohybového programu, aerobní a anaerobní programy, pohybový režim a jeho parametry

**13. Hodnocení a písemná dokumentace. Zařízení a pomůcky pro tělesnou výchovu. Názvosloví.**

typy hodnocení, způsoby písemné dokumentace a její vedení, tělovýchovné nářadí a náčiní, vybavenost

**14. Tělesná kultura v dějinách lidstva (pravěk, středověk, antika, renesance, humanismus). Názvosloví.**

vývoj tělesné kultury (Mezopotámie, Řecko, Egypt, Čína, Indie, Kréta, Japonsko), vztah křesťanství a rytířství k tělesné výchově; řecký systém tělesné kultury, Panhellenické hry, Římské hry, tělesná výchova v renesanci a humanismu

**15. Tělesná výchova a sport v Evropě v 19. a 20. století. Názvosloví.**

filantropismus, tělovýchovné systémy v 19. a 20. století (Turnerský systém, Švédský systém, Francouzská systém, Anglický systém)

**16. Tělesná výchova a sport v českých zemích v 19. a 20. století. Názvosloví.**

vývoj a vznik sokolského hnutí, další tělovýchovné organizace (DTJ, Orel, Junák, Woodcraft, tramping)

**17. Starověké a novodobé olympijské hry. Názvosloví.**

vznik a program starověkých olympijských her, novodobé olympijské hry (vznik, symboly, program zimních a letních OH)

**18. Štafetové soutěže a překážkové dráhy. Kompenzace, relaxace a dechová cvičení. Názvosloví.**

organizace a pravidla štafetových soutěží a překážkových drah, využití nářadí a náčiní, rozvoj schopností a dovedností, pojem kompenzace a relaxace, příklady kompenzačních a relaxačních cvičení, metody relaxace, dýchání a dechová cvičení,

**19. Gymnastika, atletika. Názvosloví.**

metodika akrobatických cvičení, metodika a pravidla atletických disciplín (běhy, skoky, hody, vrhy)

**20. Sportovní hry. Metodika plaveckých způsobů. Názvosloví.**

pravidla sportovních her (basketbal, volejbal, florbál), metodika plaveckých způsobů (prsa, kraul, znak, startovní skok)

Zpracovala dne 28. 6. 2023

Mgr. Kateřina Pavelková