

**Témata pro ústní zkoušku profilové části maturitní zkoušky z  
předmětu  
TEORIE SPORTU  
školní rok 2024/2025**

---

Třída:	EP4
Obor:	63-41-M/01 Ekonomika a podnikání - řízení sportu
Zkouška:	Povinná
Sestavil:	Mgr. Marie Blafková
Vedoucí úseku:	Mgr. Jana Brcková
Schválil:	doc. PhDr. Lenka Hrušková, Ph.D.

---

1.
  - A. **Dějiny tělesné výchovy a sportu**
    - Tělesná cvičení starověku, středověku a období renesance a humanismu
    - Tělovýchovné a sportovní systémy 19. století
  - B. **Základy sportovního tréninku**
    - Pohybové schopnosti a dovednosti
    - Zátěž, zotavení, dopady na organismus sportovce
2.
  - A. **Dějiny tělesné výchovy a sportu**
    - Tělesná kultura v ČR (historie i současnost), úspěchy našeho sportu
    - Olympijské hry (historie i současnost)
  - B. **Základy sportovního tréninku**
    - Systém sportovní přípravy
    - Znaky a faktory vývoje
3.
  - A. **Základy pedagogiky sportu**
    - Věkové zákonitosti vývoje
    - Individuální zvláštnosti
  - B. **Sportovní příprava dětí a mládeže**
    - Složky sportovního tréninku dětí a mládeže
    - Senzitivní období
4.
  - A. **Základy pedagogiky sportu**
    - Pedagogika, výchova a sport
    - Motorické učení
  - B. **Sportovní příprava dětí a mládeže**
    - Rozdíly v tréninku dětí a dospělých
    - Ranná specializace x trénink odpovídající vývoji

5.
  - A. **Základy psychologie sportu**
    - Charakteristika osobnosti sportovce
    - Emoce a motivace ve sportu
  - B. **Sportovní výkon**
    - Struktura sportovního výkonu
    - Faktory sportovního výkonu, sportovní výkonnost
6.
  - A. **Základy psychologie sportu**
    - Sociálně psychologické aspekty ve sportu
    - Sociální role ve sportu
    - Psychologická příprava ve sportu
  - B. **Sportovní výkon**
    - Vnější faktory ovlivňující sportovní výkon
    - Faktory týmového výkonu a herního výkonu
7.
  - A. **Etika sportu**
    - Problematika výchovného působení ve sportu
    - Výchovné úkoly ve sportu
    - První pomoc
  - B. **Dlouhodobá koncepce tréninku**
    - Dlouhodobá koncepce sportovního tréninku (charakter a obsah)
    - Etapy sportovního tréninku
8.
  - A. **Etika sportu**
    - Sport a doping
    - Rozdělení a přehled zakázaných látek a metod
  - B. **Dlouhodobá koncepce tréninku**
    - Cykly sportovního tréninku
    - Plánování
9.
  - A. **Fyziologie sportu**
    - Fyziologická charakteristika zatížení, energetický metabolismus kosterního svalu
    - Mrtvý bod, druhý dech, zapracování, rovnovážný stav
  - B. **Teorie a základy didaktiky koučování**
    - Psychologie koučování, modelovaný trénink
    - Práce kouče a trenéra, asertivita v práci kouče
10.
  - A. **Fyziologie sportu**
    - Funkční změny při pohybové činnosti
    - Únava a zotavení
  - B. **Teorie a základy didaktiky koučování**
    - Předstartovní, startovní, soutěžní a posoutěžní stavy

- Psychologické selhání při sportovní činnosti
- 11.
- A. Anatomie člověka**
    - Kosterní soustava a její poruchy, klouby lidského těla
    - Soustava svalová, poruchy svalové soustavy
  - B. Vliv zevního prostředí na sportovce**
    - Tělesná aktivita v horku, zásady tréninku v horku a klimatizace
    - Tělesná aktivita v chladu, pohybová aktivita ve vysokohorském prostředí
- 12.
- A. Anatomie člověka**
    - Ostatní orgánové soustavy
  - B. Vliv zevního prostředí na sportovce**
    - Trénink pro výkon ve výšce
    - Fyziologické a zdravotní aspekty pohybu ve výškách
- 13.
- A. Zdravotní tělesná výchova**
    - Komplexní hodnocení pohybového systému
    - Centrální regulace a pohybové stereotypy
  - B. Výběr sportovních talentů**
    - Věkové zvláštnosti, somatotyp
    - Talent, výběr talentů
- 14.
- A. Zdravotní tělesná výchova**
    - Svalové dysbalance, kloubní pohyblivost a její poruchy
    - Poruchy zdraví specifické pro sport
  - B. Výběr sportovních talentů**
    - Etapy výběru talentů
    - Metody výběru talentů
- 15.
- A. Základy hygieny, regenerace, rehabilitace a sportovní masáže**
    - Základy hygieny, životosprávy a výživy
    - Regenerační postupy a procedury ve sportu
  - B. Didaktika sportovních her**
    - Herní výkon, strategie a taktika ve sportovních hrách
    - Příprava týmu na utkání
- 16.
- A. Základy hygieny, regenerace, rehabilitace a sportovní masáže**
    - Masáže
    - Výživa jako regenerační prostředek
  - B. Didaktika sportovních her**
    - Týmový herní výkon, biomechanické a psychologické determinanty
    - Moderní technologie v tréninku sportovních her
- 17.

- A. Výživa sportovců**
- Potravinová pyramida
  - Základy výživy sportovců
- B. Sportovní management**
- Management
  - Základní úrovně a funkce managementu
- 18.
- A. Výživa sportovců**
- Potravinové doplňky
  - Vitamíny, minerály, pitný režim
- B. Sportovní management**
- Management tělesné výchovy a sportu, řídicí okruhy
  - Rozdělení managerů podle stupně řízení, manažerské role
- 19.
- A. Pohybové aktivity a prevence civilizačních onemocnění**
- Druhy civilizačních chorob
  - Doporučené pohybové aktivity
- B. Složky sportovního tréninku**
- Dělení složek sportovního tréninku
  - Zařazení složek sportovního tréninku do ročního tréninkového cyklu
- 20.
- A. Pohybové aktivity a prevence civilizačních onemocnění**
- Reakce organismu na akutní fyzickou zátěž
  - Adaptace organismu na pravidelnou fyzickou zátěž
- B. Složky sportovního tréninku**
- Složky sportovního tréninku v tréninku dětí
  - Tréninková jednotka (kondiční příprava, stanovení parametrů cvičení, analýza energetických zdrojů v průběhu tréninku)
- 21.
- A. Didaktika tělesné výchovy**
- Výuka TV ve škole
  - Klíčové kompetence
  - Řídící dokumenty
- B. Práce trenéra – příprava týmu**
- Komunikace kouče a sportovců (barevné spektrum rozdělení charakteru hráčů)
  - Motorické učení
- 22.
- A. Didaktika tělesné výchovy**
- Organizace a plánování hodiny TV na škole
  - Šikana a nekázeň
- B. Práce trenéra – příprava týmu**
- Superkompenzace, prostředek ke zvyšování výkonnosti

- Operativní plán, tréninková dokumentace

V Sezimově Ústí 2. září 2024

doc. PhDr. Mgr. L. Hrušková, Ph.D.  
ředitelka školy