

**Témata pro ústní zkoušku profilové části maturitní zkoušky z
předmětu
TEORIE SPORTU
školní rok 2025/2026**

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, managerské 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