



Fakulta
tělesné kultury

STÁTNÍ ZÁVĚREČNÁ ZKOUŠKA (bakalářská)

| | |
|--------------------------------|--|
| Část státní závěrečné zkoušky: | Tělesná výchova |
| Vzdělávací oblast: | Tělesná výchova a sport, kinantropologie |
| Studijní programy: | Tělesná výchova a sport pro vzdělávání se specializacemi Tělesná výchova pro vzdělávání maior Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání a ochranu obyvatelstva Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání a speciální pedagogiku |

Cílem zkoušky je prokázat úroveň teoretických vědomostí a dovedností řešit problém v celé řadě souvislostí, prokázat úroveň odborné komunikace a vystupování. Student si vybere vždy jednu otázku z části A i z části B. Formálně bude státní zkouška probíhat jako odborný výklad studenta s následnou diskusí se členy zkušební komise.

Část A – Společenskovední

1) Významné dokumenty ovlivňující postavení a úlohu tělesné kultury v současné společnosti a v ČR.

Role těchto dokumentů, oblast jejich působení, podmínky jejich vzniku, uplatňování ve sportu, resp. tělesné kultuře. (Zákon o podpoře ve sportu, Olympijská charta, Evropská charta sportu, Světový antidopingový kodex, Bílá kniha sportu, Kodex sportovní etiky atd.).

2) Právo a tělesná kultura.

Právo a jeho role v současné společnosti. Terminologické problémy. Historické souvislosti vzájemných vztahů práva a tělesné kultury. Role státu ve vztazích práva a tělesné kultury, normotvorná činnost státu. Intervenční a liberální model státní politiky.

3) Systémové pojetí tělesné kultury, systém věd o tělesné kultuře a kinantropologie.

Instituce, organizace a řízení tělesné výchovy, tělocvičné rekreace a sportu v ČR, vazby na EU.

- 4) Vývoj jednotlivých druhů tělocvičné aktivity, jejich postavení v postindustriální společnosti.**
Smysl tělesné výchovy, tělocvičné rekreace a sportu, jejich funkce a odlišnosti.
- 5) Tělesná kultura, socializace a kultivace člověka.**
Tělesná kultura – životní způsob – pohybový režim, jako součást životního stylu a jejich optimalizace; tělesná kultura a pracovní výkonnost.
- 6) Tělesná kultura starověkého Řecka. Olympijské hry a olympijské hnutí**
Starověké olympijské hry, novodobé olympijské hry. Současné otázky a problémy olympijského hnutí.
- 7) Tělesná kultura v období středověku a novověku**
Základní rozdíly v přístupu k TK ve středověku a novověku. Pohybová kultura na šlechtickém dvoře (rytířská kultura středověku, změny v novověku). Lidová kultura a její vztah k pohybovým aktivitám. Osvícenství a filantropismus. Osobnosti: J. A. Komenský, D. Diderot, J. J. Rousseau, J. B. Basedow, J. Ch. GutsMuths apod.
- 8) Tělovýchovná hnutí 19. století**
Německý tělovýchovný systém. Švédský tělovýchovný systém. Francouzský tělovýchovný systém. Anglický tělovýchovný systém.
- 9) Tělesná kultura na českém území v 19. a 20. století**
Spolková činnost (s hlavním důrazem na TJ Sokol, dále Orel, DTJ, KČT, Junák, Turnverein, ...). Vznik a rozvoj ostatních tělovýchovných a sportovních organizací a forem (sportovní kluby, olympijské hnutí, ČOV). Podíl Čechů na rozvoji evropského i světového sportu.

Část B – Tělesná výchova a sport

1) Období mladšího školního věku (prepuberta)

Tělesný a motorický vývoj, motorická charakteristika, sociální vývoj, rozumový vývoj, motorické učení, výchovné působení, stavba pohybového, dýchacího, oběhového systému, funkční předpoklady a možnosti, projevy adaptace na pohybovou zátěž a jejich specifika.

2) Období staršího školního věku (puberta)

Tělesný a motorický vývoj, motorická charakteristika, sociální vývoj, rozumový vývoj, motorické učení, výchovné působení, stavba pohybového, dýchacího, oběhového systému, funkční předpoklady a možnosti, projevy adaptace na pohybovou zátěž a jejich specifika.

3) Období adolescence (15 -18, 20 let)

Tělesný a motorický vývoj, motorická charakteristika, sociální vývoj, rozumový vývoj, motorické učení, výchovné působení, stavba pohybového, dýchacího, oběhového systému, funkční předpoklady a možnosti, projevy adaptace na pohybovou zátěž a jejich specifika.

4) Období dospělosti (20 – 30 let)

Tělesný a motorický vývoj, motorická charakteristika, sociální vývoj, rozumový vývoj, motorické učení, výchovné působení, stavba pohybového, dýchacího, oběhového systému, funkční předpoklady a možnosti, projevy adaptace na pohybovou zátěž a jejich specifika.

5) Motorické učení v edukačním procesu ve všech obdobích vývoje

Pohybové dovednosti, činitele ovlivňující kvalitu a trvalost osvojování, strukturální aspekt osvojování pohybové činnosti. Charakteristika dobře osvojené pohybové činnosti. Druhy a fáze motorického učení.

6) Výkon, výkonnost a regenerace v edukačním procesu

Pohybová zdatnost, základní výkonnost a jejich diagnostika, výkonnost normální a sportovní populace, somatické předpoklady ke sportovnímu výkonu, anatomická stavba, tělesné rozměry a složení těla ovlivňující výkon a výkonnost, biologický věk. Význam regenerace sil, vztah mezi výkonem a regenerací.

7) Adaptace na zatížení a zatěžování v edukačním procesu

Fyziologie přeměny energií, energetické krytí, homeostáza, odlišnosti žen a dětí v odpovědi na pohybovou zátěž. Fyziologické aspekty sportovního výkonu. Výživová doporučení a výživové doplňky dle druhu sportovní zátěže.

8) Výživa a pitný režim ve sportu a rekreaci

Význam výživy ve sportu a rekreaci. Základní složky výživy z hlediska energetického obsahu a zajištění správné funkce organismu. Sacharidy, proteiny, lipidy ve výživě. Vitamíny, minerální látky a antioxidanty ve výživě. Základy racionálního stravování. Alternativní způsoby stravování.

9) Kinematické a dynamické charakteristiky pohybu

Kinematické a dynamické charakteristiky pohybu, rovnováha ve statických a dynamických situacích. Principy pohybu, momentová rovnice a pákový systém lidského těla. Interakce lidského těla s vnějším prostředím, princip odrazu.