

MATURITNÍ OKRUHY Z TSP PRO ROZŠÍŘENOU TEV

1. TĚLESNÁ KULTURA U STAROVĚKÝCH CIVILIZACÍ, V ANTICKÉ KULTUŘE, STAROVĚKÉ HRY
2. TĚLESNÁ KULTURA A SPORT VE STŘEDOVĚKU, TĚLOVÝCHOVNÉ SYSTÉMY NA PŘELOMU 18. A 19. STOLETÍ V EVROPĚ
3. HISTORIE TĚLESNÉ KULTURY A SPORTU V ČESKÝCH ZEMÍCH – 19. STOL., SOKOL, VZNIK TĚLOVÝCHOVNÝCH SPOLKŮ NA NAŠEM ÚZEMÍ, TURISTIKA, SKAUTING
4. VZNIK A VÝVOJ NOVODOBÉHO OLYMPIJSKÉHO HNUTÍ – HISTORIE, ZAKLADATELÉ, CEREMONIE, OSOBNOSTI SVĚTOVÉHO I ČESKÉHO OLYMPISMU
5. HYGIENA TĚLOVÝCHOVNÝCH ČINNOSTÍ (HYGIENA, DENNÍ REŽIM, PITNÝ REŽIM A STRAVOVÁNÍ V TRÉNINKOVÉM PROCESU, PŘI ZÁVODECH, UTKÁNÍ)
6. ZÁKLADNÍ ŽIVOTNÍ FUNKCE
7. DIAGNOSTIKA POHYBOVÉ VÝKONNOSTI, SPOTŘEBA KYSLÍKU, MRTVÝ BOD A DRUHÝ DECH
8. FYZIOLOGICKÉ VLASTNOSTI SVALSTVA
9. LIDSKÝ ORGANISMUS JAKO CELEK Z HLEDISKA STAVBY, KOSTRA OSOVÁ, KOSTRA HLAVY, KOSTRA VOLNÝCH KONČETIN
10. SVALY KMENE TĚLNÍHO, SVALY VOLNÝCH KONČETIN, ČASTÁ PORANĚNÍ SVALŮ VE SVÉM SPORTOVNÍM ODVĚTVÍ, PRVNÍ POMOC
11. SPORTOVNÍ PŘÍPRAVA JAKO VÝCHOVNĚ-VZDĚLÁVACÍ PROCES, SLOŽKY VÝCHOVY
12. FAKTORY VÝVOJE A VÝCHOVY – VLIV NA TĚLOVÝCHOVNou ČINNOST, ZVLÁŠTNOSTI RŮSTU DĚTSKÉHO ORGANISMU /NOVOROZENEC – ADOLESCENCE/, ZVLÁŠTNOSTI TRÉNINKU U DĚTÍ
13. DRUHY A FÁZE MOTORICKÉ UČENÍ
14. CHARAKTERISTIKA SPORTOVNÍHO TRÉNINKU, PLÁNOVÁNÍ SPORTOVNÍHO TRÉNINKU, ETAPY, CYKLY
15. HLAVNÍ ČINITELÉ SPORTOVNÍHO TRÉNINKU (SLOŽKY), ZÁSADY A CÍLE SPORTOVNÍHO TRÉNINKU A TĚLESNÉ VÝCHOVY, ORGANIZAČNÍ A DIDAKTICKÉ FORMY ST A TĚLESNÉ VÝCHOVY
16. ZÁKLADNÍ POHYBOVÉ SCHOPNOSTI (OBEČNÁ CHARAKTERISTIKA, METODY ROZVOJE VE ZVOLENÉM/SVÉM SPORTOVNÍM ODVĚTVÍ)
17. PŘEDPOKLADY SPORTOVNÍ VÝKONNOSTI – NÁBORY, VÝBĚR, TESTOVÁNÍ, FYZIOLOGICKÉ PŘEDPOKLADY
18. ZATÍŽENÍ, ZOTAVENÍ, ZATĚŽOVÁNÍ
19. ÚNAVA, ZOTAVENÍ, REGENERACE, POÚRAZOVÁ REHABILITACE, BEZPEČNOST PŘI TĚLOVÝCHOVNÝCH PROCESECH
20. TRAUMATOLOGIE – ŠOK, BEZVĚDOMÍ, ZLOMENINY, KRVÁCENÍ, TEPELNÁ POŠKOZENÍ
21. PSYCHOLOGICKÁ CHARAKTERISTIKA SPORTU, TYPOLOGIE SPORTŮ, OSOBNOST SPORTOVCE, OSOBNOST TRÉNÉRA
22. EMOCE A MOTIVACE VE SPORTU, VÝCHOVNÉ PŮSOBNÍ SPORTU /KLADY, POKLESKY/
23. HISTORIE, CHARAKTERISTIKA, PRAVIDLA – BADMINTON, ODBÍJENÁ, HÁZENÁ, KOPANÁ, KOŠÍKOVÁ, SOFTBAL, FLORBAL, AEROBIC, TENIS
24. VŠEOBECNÁ ATLETICKÁ PŘÍPRAVA V TV, KONDIČNÍ TRÉNINK – POSILOVACÍ STROJE, KRUHOVÝ TRÉNINK, DROBNÉ POHYBOVÉ A ZÁVODIVÉ HRY MLÁDEŽE
25. STAVBA VYUČOVACÍ HODINY SPORTOVNÍ GYMNASTIKY (PŘESKOK, AKROBACIE)
26. PRŮPRAVNÁ KOORDINAČNÍ, RELAXAČNÍ A KOMPENZAČNÍ CVIČENÍ, DOPLŇKOVÉ SPORTY, NETRADIČNÍ HRY
27. ATLETIKA – BĚHY, SKOKY, SPRINTY A PŘEKÁŽKOVÉ BĚHY, VRHY A HODY (ČLENĚNÍ A TRÉNINKOVÁ JEDNOTKA)