

## **Směrnice vedoucího katedry tělesné výchovy a sportu č. 1/2016**

### **Část I.**

#### **Obecná ustanovení**

##### **Čl. 1**

(1) Tuto směrnici vydává vedoucí katedry tělesné výchovy a sportu (dále jen „vedoucí katedry“) na základě čl. 18 opatření děkana č. 5/2016 o studiu (dále jen „opatření děkana“).

(2) Tato směrnice konkretizuje pravidla obsažená v opatření děkana týkající se státní závěrečné zkoušky (dále jen „SZZ“) nebo její části garantované katedrou. Dále ukládat povinnosti jednotlivým členům katedry, a to za účelem realizace postupů stanovených opatřením děkana.

### **Část II.**

#### **Oborová část SZZ**

##### **Čl. 2**

#### **Zkouška z předmětu SZZ**

(1) Oborová část SZZ zpravidla zahrnuje několik samostatně hodnocených zkoušek z jednotlivých předmětů SZZ (dále jen "zkouška z předmětu SZZ"). Zkouška z předmětu SZZ se může členit na dílčí součásti; ty jsou však hodnoceny souhrnně známkou za zkoušku z předmětu SZZ.

(2) Katedra garantuje tyto zkoušky z předmětu SZZ

- a) bakalářská SZZ, jednooborový studijní obor Tělesná výchova a sport (jednooborové),  
KTS/QZBC1 Biomedicínské disciplíny  
KTS/QZBC2 Společensko vědní disciplíny  
KTS/QZBC3 Kinantropologické disciplíny
- b) bakalářská SZZ, dvouoborový studijní obor Tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání,  
KTS/QBZ Tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání
- c) bakalářská SZZ, dvouoborový studijní obor Tělesná výchova a sport (dvouoborové),  
KTS/ QZBS Tělesná výchova a sport (dvouoborové)
- d) magisterská SZZ, jednooborový studijní obor Učitelství tělesné výchovy pro střední školy (jednooborové),  
KTS/QZMS1 Učitelství tělesné výchovy pro střední školy (jednooborové)
- e) magisterská SZZ, dvouoborový studijní obor Učitelství tělesné výchovy pro střední školy,  
KTS/QZMS Učitelství tělesné výchovy pro střední školy

- f) magisterská SZZ, dvouoborový studijní obor Učitelství tělesné výchovy pro základní školy,  
KTS/QUZ Učitelství tělesné výchovy pro základní školy

### Čl. 3

#### **Zkouška z předmětů SZZ studijní obor Tělesná výchova a sport (jednooborové)**

**KTS/QZBC1 Biomedicínské disciplíny,  
KTS/QZBC2 Společensko vědní disciplíny,  
KTS/QZBC3 Kinantropologické disciplíny**

Podmínkou pro vykonání SZZ je získání 180 kreditů (povinné předměty: 135 kreditů, povinně volitelné předměty: 28 kreditů, výběrové předměty: 17 kreditů) a odevzdání bakalářské práce v termínu stanoveném harmonogramem.

(1) **KTS/QZBC1 Biomedicínské disciplíny.** Do zkoušky ústí tyto povinné předměty

- a) KBI/ANA1 Anatomie člověka 1
- b) KBI/FYČBS Fyziologie člověka
- c) KBI/ANA2 Anatomie člověka 2
- d) KTS/FTCBS Fyziologie tělesných cvičení
- e) KTS/ZTV1B Zdravotní tělesná výchova 1
- f) KTS/REG1 Komplexní regenerace 1
- g) KTS/ATVB Aplikovaná tělesná výchova
- h) KTS/ZTV2B Zdravotní tělesná výchova 2
- i) KTS/REG2 Komplexní regenerace 2
- j) KTS/VŽVS Výživa ve sportu
- k) KTS/TVLBS Tělovýchovné lékařství
- l) KBI/HPPBS Hygiena tělesné výchovy a první pomoc

(2) Do zkoušky ústí tyto povinně volitelné předměty

- a) KTS/REG3 Komplexní regenerace 3

(3) Zkouška má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

(4) Tematické okruhy zkoušky jsou

**1. Anatomie člověka.** Kostra osová, kostra lebky, kostra horních a dolních končetin. Obecná myologie. Trávicí soustava. Respirační soustava - horní a dolní cesty dýchací, mezihrudí, obaly plic. Kardiovaskulární systém: srdce, přehled tepen a žil, lymfatická soustava, slezina. Vylučovací soustava: ledvina, tvorba moči, vývodné cesty močové. Pohlavní soustava mužská, ženská, svalové dno pánevní. Centrální nervová soustava: mícha hřbetní, mozek, mozkové komory a obaly. Periferní nervová soustava: hlavové nervy, míšní a vegetativní nervy. Zrakové a sluchové - rovnovážné ústrojí.

2. **Fyziologie tělesných cvičení.** Biochemické základy zátěžové fyziologie. (Metabolismus cukrů, tuků, bílkovin. Zdroje energie pro fyzické zatížení. Energetický metabolismus při různých denních a sportovních aktivitách.)
3. **Fyziologie tělesných cvičení.** Transportní mechanismy. (Dýchací systém, ukazatele dechových funkcí při fyzickém zatížení, reaktivní změny dechových funkcí při fyzickém zatížení, adaptační změny dechových funkcí. Oběhový systém, ukazatele oběhových funkcí při fyzickém zatížení, bezprostřední oběhové změny při fyzickém zatížení, adaptační oběhové změny.)
4. **Fyziologie tělesných cvičení.** Pohybový systém a jeho řízení. (Struktura a funkce kosterního svalu, chemické podklady svalové kontrakce, typologie a funkce svalových vláken, svalová inervace, projevy svalové činnosti, reaktivní změny a svalový metabolismus při zatížení, adaptační změny, řízení motoriky, pasivní komponenty pohybového systému.)
5. **Fyziologie tělesných cvičení.** Termoregulace. (Mechanismy termoregulace, termoregulační mechanismy při pohybovém zatížení, pohybové aktivity při vysoké teplotě prostředí, pohybové aktivity při nízké teplotě prostředí.)
6. **Fyziologie tělesných cvičení.** Funkce ledvin a pitný režim při zátěži. (Základní funkce ledvin, změny renálních funkcí při fyzické zátěži, změny množství a složení moče, vliv dlouhodobého tréninku na činnost ledvin, vodní bilance.)
7. **Fyziologie tělesných cvičení.** Regulační systémy. (Propojenost řídicích systémů, centrální nervový systém a fyzická zátěž, principy neuroendokrinních regulací, adaptace neurohumorálních regulací v závislosti na tréninku, reprodukční systém v náročném tréninku, imunitní systém při fyzické zátěži.)
8. **Fyziologie tělesných cvičení.** Únava a její formy. (Akutní únava. Chronická únava. Regenerace.)
9. **Fyziologie tělesných cvičení.** Specifika dětského, ženského a stárnoucího organismu. (Odlišnosti dětského organismu - principy zatěžování dětí, žena a pohybová aktivita - principy zatěžování žen, involuční změny ve stáří - principy zatěžování ve stáří.)
10. **Tělovýchovné lékařství.** Testování zdatnosti v laboratoři a v terénu, jejich hodnocení a význam. (Fyzická zdatnost a výkonnost, klasifikace zátěžové diagnostiky, metody stanovení energetické náročnosti pohybové zátěže.)
11. **Tělovýchovné lékařství.** Pohybová aktivita v primární a sekundární prevenci. (Cíl primární prevence, civilizační onemocnění, primární a sekundární prevence civilizačních onemocnění.)
12. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení pohybového systému. Funkční poruchy pohybového systému. Držení těla. Diagnostika pohybového systému. Kompenzační cvičení.
13. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení dýchacího systému. Oslabení kardiovaskulárního systému. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání)

pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)

**14. Zdravotní tělesná výchova.** Metabolické poruchy. Oslabení zažívacího ústrojí. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)

**15. Zdravotní tělesná výchova.** Gynekologická oslabení. Nervová a neuropsychická oslabení. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)

**16. Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení smyslů. ZTV seniorů. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)

**17. Výživa ve sportu.** Makroživiny, rozdělení, struktura, použití, zastoupení v dietě při pohybové aktivitě, zdroje, aminokyseliny a jejich význam při pohybové aktivitě. Vitamíny a jejich význam ve výživě sportovce. Energetická bilance organismu, celkový energetický výdej a jeho variabilita.

**18. Výživa ve sportu.** Úloha vody a tekutin ve výživě člověka, pitný režim, kvantitativní a kvalitativní hledisko, metody monitoringu ztráty tekutin při pohybové aktivitě, zásady kompenzace ztráty tekutin. Minerální látky a jejich význam ve výživě sportovce. Speciální doplňky stravy, argumenty a pravidla použití.

**19. Hygiena tělesných cvičení a první pomoc.** Naléhavé stavy dětského věku. Naléhavé stavy při venkovních (rekreačních) aktivitách, výbava lékárničky pro pobyty v přírodě a zotavovací akce.

**20. Hygiena tělesných cvičení a první pomoc.** Aktivace ZZS, úroveň bdělosti (AVPU), život zachraňující úkony (ABC), kardio-pulmonální resuscitace. Ochrana při mimořádných událostech.

**21. Aplikovaná tělesná výchova.** Definice a klasifikace zdravotního postižení dle WHO.

**22. Aplikovaná tělesná výchova.** Charakteristika jednotlivých typů zdravotního postižení dle WHO.

**23. Aplikovaná tělesná výchova.** Vrcholné sportovní soutěže pro jednotlivé druhy zdravotního postižení na národní i mezinárodní úrovni.

**24. Aplikovaná tělesná výchova.** Integrace a vzdělávání osob se zdravotním postižením.

**25. Aplikovaná tělesná výchova.** Kompenzační pomůcky pro osoby se zdravotním postižením.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

(5) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.

(6) Popis průběhu zkoušky z předmětu. Student si z výše uvedených tematických okruhů (1.-25.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

(7) **KTS/QZBC2 Společensko vědní disciplíny.** Do zkoušky ústí tyto povinné předměty

- a) KTS/HTV Dějiny tělesné výchovy a sportu
- b) KTS/BM Biomechanika
- c) KTS/PSTBS Základy psychologie tělesné výchovy a sportu
- d) KTS/AM Antropomotorika
- e) KTS/STR Teorie a didaktika sportovního tréninku

(8) Zkouška má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

(9) Tematické okruhy zkoušky jsou

26. **Psychologie sportu.** Psychologická příprava ve sportu.

27. **Psychologie sportu.** Poznávací procesy ve sportu. Pocity, vnímání, představy a myšlení.

28. **Psychologie sportu.** Pozornost a její význam v TV a ve sportu. Emotivně-motivační procesy. Volní procesy.

29. **Psychologie sportu.** Psychologická analýza tělovýchovné a sportovní činnosti - všeobecná charakteristika, teoretické východiska psychologické analýzy, přístupy a příklady psychologické analýzy.

30. **Psychologie sportu.** Regulace a autoregulace, motivace při sportovní činnosti. Spolupráce psychologa, trenéra a sportovce. Vědomí a vrcholový sport, výzkum psychiky sportovce.

31. **Historie tělesné kultury.** Antická tělesná kultura. Spartský a Athénský výchovný systém, starověké olympijské hry a ostatní všeřecké hry. Základní reálie tělesné kultury ve starověkém Římě.

32. **Historie tělesné kultury.** Tělovýchovné systémy 19. a počátku 20. století. Německý turnerský systém, švédský (severský) gymnastický systém. Francouzská přirozená metoda. Novorakouská metoda.

33. **Historie tělesné kultury.** Anglický insulární systém sportů a her. Kořeny hlavních sportovních odvětví. Vznik skautingu. Vznik organizace YMCA a její podíl na rozvoji TVS.

34. **Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj mezinárodního sportovního a olympijského hnutí. Vznik mezinárodního sportu, první mezinárodní sportovní federace. Obnovení olympijských her, vznik MOV, základní reálie novodobých OH do 1. světové války.
35. **Historie tělesné kultury.** Vývoj mezinárodního olympijského hnutí v meziválečném období. Základní reálie jednotlivých OH a ZOH, včetně her plánovaných na roky 1940 a 1944.
36. **Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj tělesné výchovy, sportu v Českých zemích do roku 1918. Vznik prvních soukromých tělocvičných ústavů v Českých zemích, základní reálie vzniku a vývoje sokolského hnutí, příčiny vzniku Orla a DTJ.
37. **Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj českého sportu do roku 1918. Naše účast na OH do 1. světové války. Vznik a vývoj školní tělesné výchovy a vznik a vývoj turistiky v Českých zemích do 1. světové války. Založení našeho skautského hnutí.
38. **Historie tělesné kultury.** Systém tělesné výchovy a sportu v meziválečném Československu. Role státu a státních institucí v tomto systému Základní reálie sokolského a orelského hnutí. DTJ, FDTJ a jinonárodnostní tělovýchovné organizace v Československu.
39. **Historie tělesné kultury.** Základní reálie československého sportu v meziválečném Československu. Mezinárodní úspěchy našeho sportu v tomto období. Školní tělesná výchova a vzdělávání učitelů TV v tomto období. Rozvoj turistiky a role KČST. Skautské hnutí a fenomén českého trampingu. Podíl organizace YMCA na vývoji TVS v meziválečném Československu.
40. **Antropomotorika.** Teorie tělesných cvičení (strukturální, procesuální a finální stránka).
41. **Antropomotorika.** Struktura komplexu silových schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
42. **Antropomotorika.** Struktura komplexu rychlostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
43. **Antropomotorika.** Struktura komplexu vytrvalostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
44. **Antropomotorika.** Struktura komplexu obratnostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
45. **Antropomotorika.** Zjišťování morfologického předpokladu tělocvičné a sportovní motoriky (historie lidské typologie, somatotyp).
46. **Antropomotorika.** Biologický věk (metody určení biologického věku, význam určování biologického věku).
47. **Antropomotorika.** Tělesné složení (metody měření tělesného složení, význam z hlediska sportovního a společenského).

48. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Obecná charakteristika sportu, charakteristika sportovního tréninku a klasifikace sportovních výkonů. Cíl a úkoly sportovního tréninku, systém sportovního tréninku.

49. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Zákony a principy sportovního tréninku.

50. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje silových schopností.

51. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje rychlostních schopností.

52. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje vytrvalostních schopností.

53. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a obecné zásady rozvoje obratnosti.

54. **Teorie a didaktiky sportovního tréninku.** Sportovní trénink jako proces biopsychosociální adaptace (principy zatížení a zotavení, Seleyův adaptační syndrom, princip superkomezace).

55. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Stavba a řízení sportovního tréninku (etapy a cykly sportovního tréninku, tréninková jednotka, sestavování tréninkového plánu).

56. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Technická, taktická a psychologická příprava ve sportovním tréninku.

57. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Doping (druhy zakázaných látek, průběh dopingové kontroly, nejznámější případy dopingu).

58. **Biomechanika.** Vlastnosti těla člověka (složení, hmota, hmotnost, objem těla, hustota těla, těžiště těla, segmentální těžiště).

59. **Biomechanika.** Kinematika, předmět zkoumání, kinematické charakteristiky, druhy pohybů.

60. **Biomechanika.** Dynamika pohybu člověka (vnitřní a vnější síly a jejich aplikace při pohybu).

61. **Biomechanika.** Hybnost tělesa, impuls síly, moment síly, pákový mechanismus a jeho využití.

62. **Biomechanika.** Biomechanická analýza chůze a běhu.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

(10) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.

(11) Popis průběhu zkoušky z předmětu. Student si z výše uvedených tematických okruhů (26.-62.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na

problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

(12) **KTS/QZBC3 Kinantropologické disciplíny.** Do zkoušky ústí tyto povinné předměty

- a) KTS/NÁZ Názvosloví
- b) KTS/LTV1B Teorie a didaktika lyžování 1
- c) KTS/ZPSTV Praktické základy tělesné výchovy a sportu
- d) KTS/ZMRBS Základy marketingu
- e) KTS/TDTSP Teorie a didaktika sportů v přírodě
- f) KTS/TDC Teorie a didaktika cykloturistiky
- g) KTS/ZDSV Základy didaktiky Tv a sportovní výchovy
- h) KTS/TDHA Teorie a didaktika házené
- i) KTS/TDVO Teorie a didaktika volejbalu
- j) KTS/FLB Teorie a didaktika florbalu
- k) KTS/PLA3B Teorie a didaktika plavání 3
- l) KTS/SG3BS Teorie a didaktika sportovní gymnastiky 3
- m) KTS/LTV2B Teorie a didaktika lyžování 2
- n) KTS/TBLH Teorie a didaktika bruslení na LH
- o) KTS/SQ Seminář squash
- p) KTS/ST Seminář tenis
- q) KTS/TDA3B Teorie a didaktika atletiky 3
- r) KTS/SAEB Aerobik
- s) KTS/VTWS Teorie a didaktika vodní turistiky a windsurfingu
- t) KTS/TDBA Teorie a didaktika basketbalu
- u) KTS/TDKO Teorie a didaktika fotbalu
- v) KTS/SG Gymnastika
- w) KTS/PL Plavání
- x) KTS/AT Atletika
- y) KTS/KOKBS Základy kondiční kulturistiky
- z) KTS/PHS Seminář pálkovacích her
- aa) KTS/SNOBS Kurz snowboardingu
- bb) KTS/SPHBS Teorie a didaktika sport. a pohyb. her
- cc) KTS/SJOG Seminář jógových cvičení
- dd) KTS/SST Seminář stolního tenisu
- ee) KTS/DNH Teorie a didaktika nových her
- ff) KTS/ZUPBS Základy sportovních úpolů
- gg) KTS/OP Odborná praxe

(13) Do zkoušky ústí tyto povinně volitelné předměty

- a) KIN/ITT Informační technologie – test
- b) KTS/TVO1 Teorie a didaktika volejbalu I
- c) KTS/TDB1 Teorie a didaktika basketbalu I
- d) KTS/PLA1 Teorie a didaktika plavání I
- e) KTS/SG1 Teorie a didaktika sportovní gymnastiky I
- f) KTS/TDA1 Teorie a didaktika atletiky I
- g) KTS/TDA2 Teorie a didaktika atletiky II



- h) KTS/THÁ1 Teorie a didaktika házené I
- i) KTS/TKO1 Teorie a didaktika fotbalu I
- j) KTS/PLA2 Teorie a didaktika plavání II
- k) KTS/SG2 Teorie a didaktika sportovní gymnastiky II
- l) KTS/SKV1 Sportovní kvalifikace
- m) KTS/CPR1 Cvičitel'ská praxe I
- n) KTS/ZÚP Základní úpoly
- o) KTS/ZAER Základy aerobiku
- p) KTS/RML Teorie a didaktika rytmické a moderní gymnastiky, lidových a společenských tanců
- q) KTS/SKV2 Sportovní kvalifikace II
- r) KTS/CPR2 Cvičitel'ská praxe II
- s) KTS/ZAER2 Základy aerobiku II
- t) KTS/REG3B Komplexní regenerace III
- u) KTS/SKV3 Sportovní kvalifikace III
- v) KTS/CPR3 Cvičitel'ská praxe III

student je povinen splnit nejméně 28 kreditů.

(14) Zkouška má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

(15) Tematické okruhy zkoušky jsou

**63. Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Obecné zásady bezpečnosti při pohybových aktivitách. (trenér a jeho odpovědnost za sportovce, maximální počty sportovců při různých činnostech, poučení o bezpečnosti, zajištění první pomoci, školní hřiště, tělocvična, posilovna, akce v cizině, právní předpisy)

**64. Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Sportovec - Motorické učení (Charakteristika dovednosti, Prvky učení, Fáze procesu osvojování dovedností).

**65. Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Role a činnost trenéra (Typologie trenérů, Nároky kladené na trenéra, Role, Systémový model, Postoje, Činnost trenéra teoretická, Činnost trenéra interakce, Sdělování, Naslouchání, Neverbální komunikace, Konflikty a konfrontace).

**66. Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Sport jako prostředek výchovy. (Trenér jako vychovatel, Tři oblasti sportovního života, Hodnocení a posuzování, Diagnostické prostředky, Poklesky sportovců, Metody výchovného působení, Perspektivy trenérské profese).

**67. Teorie a didaktika gymnastiky.** (Prostná a přeskok u mužů a žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika náradí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, dopomoc, organizační formy).

**68. Teorie a didaktika gymnastiky.** (Bradla u mužů a žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika náradí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, dopomoc, organizační formy).

69. **Teorie a didaktika gymnastiky.** (Hrazda a kruhy u mužů, kladina u žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika náradí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, dopomoc, organizační formy).
70. **Teorie a didaktika aerobiku.** Vznik, vývoj a charakteristika kondičních forem cvičení s hudbou, nízký aerobik, vysoký aerobik, skladba lekce, základní hudebně pohybové vztahy v aerobiku.
71. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika sprintů a běhů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla startů a měření časů, trénink).
72. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika skoků (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
73. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika vrhů a hodů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
74. **Teorie a didaktika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů kraul a znak, startovní skoky a obrátky. - charakteristika daných disciplín, metodická řada nácviku vybraného způsobu nebo prvku, pravidla, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti.
75. **Teorie a didaktika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů prsa a motýlek, startovní skoky a obrátky. - charakteristika daných disciplín, metodická řada nácviku vybraného způsobu nebo prvku, pravidla, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti.
76. **Teorie a didaktika plavání.** Komplex záchrany tonoucích, základy teorie plaveckého tréninku, základní reálie z historie plavání.
77. **Teorie a didaktika fotbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
78. **Teorie a didaktika florbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
79. **Teorie a didaktika basketbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
80. **Teorie a didaktika házené.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
81. **Teorie a didaktika volejbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
82. **Teorie a didaktika bruslení a ledního hokeje.** (Metodika bruslení, charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)

**83. Teorie a didaktika pálkovacích her.** Stolní tenis a squash (charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů)

**84. Teorie a didaktika snowboardingu.** Metodický postup při nácviku smýkaných a řezaných oblouků, snowboardingové disciplíny na ZOH.

**85. Teorie a didaktika lyžování.** Technika a metodika sjíždění a zatáčení na lyžích - charakteristika snožné techniky a carvingu, metodická řada nácviku vybrané techniky nebo prvku, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti, základní reálie z historie lyžování.

**86. Teorie a didaktika lyžování.** Technika a metodika běhu na lyžích - charakteristika klasické techniky běhu na lyžích a charakteristika bruslení na lyžích, metodická řada nácviku vybrané techniky nebo prvku, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti, základní reálie z historie lyžování.

**87. Teorie a didaktika vodní turistiky.** Metodický postup při nácviku jízdy v proudící vodě na C1, C2 a K1, vodácké disciplíny na LOH.

**88. Teorie a didaktika úpolů.** Systematika, základní charakteristika a význam cvičení základních a sportovních úpolů. Metodika pádové techniky, rozdělení základních úpolů. Sportovní úpoly a BÚ, příklady (aikido, karate, judo, zápas, šerm...), obsahová a pohybová charakteristika, druhy soutěží a základní pravidla. Metodická pravidla výuky, tréninku a bezpečnost.

**89. Teorie a didaktika cykloturistiky a pobytu v přírodě.** Systematika turistiky, charakteristika a význam turistických aktivit pro člověka, základní dovednosti, výzbroj a výstroj, plánování a bezpečnost při turistických akcích.

**90. Teorie a didaktika cykloturistiky a pobytu v přírodě.** Systematika a charakteristika cykloturistiky a její význam pro člověka, složky cykloturistiky a základní dovednosti, technologie kola, plánování a bezpečnost při cykloturistických akcích.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

(16) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.

(17) Popis průběhu zkoušky z předmětu. Student si z výše uvedených tematických okruhů (63.-90.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

## Čl. 4

### **Zkouška z předmětu SZZ, bakalářský dvouoborový studijní obor** **Tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání,** **KTS/QBZ Tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání**

Podmínkou pro vykonání SZZ je získání 64 kreditů (povinné předměty: 59 kreditů, povinně volitelné předměty: 5 kreditů).

(1) Do zkoušky ústí tyto povinné předměty doporučené ke splnění v semestrech studia dle studijního plánu uvedeného ve Studijní agendě databáze STAG

- a) KTS/NÁZ Názvosloví
- b) KTS/HTVBS Dějiny tělesné výchovy a sportu
- c) KTS/LTV1B Teorie a didaktika lyžování I
- d) KBI/ANA1 Anatomie člověka I
- e) KBI/ANA2 Anatomie člověka II
- f) KTS/BM Biomechanika
- g) KTS/TDTSP Teorie a didaktika turistiky a sportů v přírodě
- h) KTS/TDC Teorie a didaktika cykloturistiky
- i) KBI/FYČBS Fyziologie člověka
- j) KTS/ZDSV Základy didaktiky TV a sportovní výchovy
- k) KTS/PSTBS Základy psychologie TV a sportu
- l) KTS/TDHA Teorie a didaktika házené
- m) KTS/TDVO Teorie a didaktika volejbalu
- n) KTS/FLB Teorie a didaktika florbalu
- o) KTS/PLA3B Teorie a didaktika plavání III
- p) KTS/SG3BS Teorie a didaktika sportovní gymnastiky III
- q) KTS/TDA3B Teorie a didaktika atletiky III
- r) KTS/SAEB Aerobik
- s) KTS/LTV2B Teorie a didaktika lyžování II
- t) KTS/TBLH Teorie a didaktika bruslení a LH
- u) KTS/FTCBS Fyziologie tělesných cvičení
- v) KTS/AM Antropomotorika
- w) KTS/TDBA Teorie a didaktika basketbalu
- x) KTS/TDKO Teorie a didaktika fotbalu
- y) KTS/VTWS Teorie a didaktika vodní turistiky a windsurfingu
- z) KTS/STR Teorie a didaktika sportovního tréninku
- aa) KTS/TVLBS Tělovýchovné lékařství
- bb) KTS/LTV3B Teorie a didaktika lyžování III
- cc) KTS/DNH Teorie a didaktika nových her
- dd) KTS/ZUPBS Základy sportovních úpolů

(2) Do zkoušky ústí tyto povinně volitelné předměty

- a) KTS/TVO1 Teorie a didaktika volejbalu I
- b) KTS/TDB1 Teorie a didaktika basketbalu I
- c) KTS/PLA1 Teorie a didaktika plavání I
- d) KTS/TDA1 Teorie a didaktika atletiky I
- e) KTS/ZGY Základní gymnastika

- f) KTS/SG1 Teorie a didaktika sportovní gymnastiky I
- g) KTS/TDA2 Teorie a didaktika atletiky II
- h) KTS/THÁ1 Teorie a didaktika házené I
- i) KTS/TKO1 Teorie a didaktika fotbalu I
- j) KTS/PLA2 Teorie a didaktika plavání II
- k) KTS/SG2 Teorie a didaktika sportovní gymnastiky II
- l) KTS/REG1 Komplexní regenerace I
- m) KTS/SJOG Seminář jógových cvičení
- n) KTS/REG2 Komplexní regenerace II
- o) KTS/ZÚP Základní úpoly
- p) KTS/ZAER Základy aerobiku
- q) KTS/KOKBS Základy kondiční kulturistiky
- r) KTS/RML Teorie a didaktika rytmické a moderní gymnastiky, lidových tanců a společenských tanců
- s) KTS/STMK Statistické metody v Kinantropologii

student je povinen splnit nejméně 5 kreditů.

(3) Zkouška se člení na tyto dílčí součásti

- a) **Biomedicínské disciplíny.**
- b) **Společensko vědní disciplíny.**

(4) O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

(5) Pro dílčí součást **Biomedicínské disciplíny** platí, že

- a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

b) tematické okruhy jsou

1. **Anatomie člověka.** Kostra osová, kostra lebky, kostra horních a dolních končetin. Obecná myologie. Trávicí soustava. Respirační soustava - horní a dolní cesty dýchací, mezihrudí, obaly plic. Kardiovaskulární systém: srdce, přehled tepen a žil, lymfatická soustava, slezina. Vylučovací soustava: ledvina, tvorba moči, vývodné cesty močové. Pohlavní soustava mužská, ženská, svalové dno pánevní. Centrální nervová soustava: mícha hřbetní, mozek, mozkové komory a obaly. Periferní nervová soustava: hlavové nervy, míšní a vegetativní nervy. Zrakové a sluchově - rovnovážné ústrojí.

2. **Fyziologie tělesných cvičení.** Biochemické základy zátěžové fyziologie. (Metabolismus cukrů, tuků, bílkovin. Zdroje energie pro fyzické zatížení. Energetický metabolismus při různých denních a sportovních aktivitách.)

3. **Fyziologie tělesných cvičení.** Transportní mechanismy. (Dýchací systém, ukazatele dechových funkcí při fyzickém zatížení, reaktivní změny dechových funkcí při fyzickém zatížení, adaptační změny dechových funkcí. Oběhový systém, ukazatele oběhových

funkcí při fyzickém zatížení, bezprostřední oběhové změny při fyzickém zatížení, adaptační oběhové změny.)

4. **Fyziologie tělesných cvičení.** Pohybový systém a jeho řízení. (Struktura a funkce kosterního svalu, chemické podklady svalové kontrakce, typologie a funkce svalových vláken, svalová inervace, projevy svalové činnosti, reaktivní změny a svalový metabolismus při zatížení, adaptační změny, řízení motoriky, pasivní komponenty pohybového systému.)

5. **Fyziologie tělesných cvičení.** Termoregulace. (Mechanismy termoregulace, termoregulační mechanismy při pohybovém zatížení, pohybové aktivity při vysoké teplotě prostředí, pohybové aktivity při nízké teplotě prostředí.)

6. **Fyziologie tělesných cvičení.** Funkce ledvin a pitný režim při zátěži. (Základní funkce ledvin, změny renálních funkcí při fyzické zátěži, změny množství a složení moče, vliv dlouhodobého tréninku na činnost ledvin, vodní bilance.)

7. **Fyziologie tělesných cvičení.** Regulační systémy. (Propojenost řídicích systémů, centrální nervový systém a fyzická zátěž, principy neuroendokrinních regulací, adaptace neurohumorálních regulací v závislosti na tréninku, reprodukční systém v náročném tréninku, imunitní systém při fyzické zátěži.)

8. **Fyziologie tělesných cvičení.** Únava a její formy. (Akutní únava. Chronická únava. Regenerace.)

9. **Fyziologie tělesných cvičení.** Specifika dětského, ženského a stárnoucího organismu. (Odlišnosti dětského organismu - principy zatěžování dětí, žena a pohybová aktivita - principy zatěžování žen, involuční změny ve stáří - principy zatěžování ve stáří.)

10. **Tělovýchovné lékařství.** Testování zdatnosti v laboratoři a v terénu, jejich hodnocení a význam. (Fyzická zdatnost a výkonnost, klasifikace zátěžové diagnostiky, metody stanovení energetické náročnosti pohybové zátěže.)

11. **Tělovýchovné lékařství.** Pohybová aktivita v primární a sekundární prevenci. (Cíl primární prevence, civilizační onemocnění, primární a sekundární prevence civilizačních onemocnění.)

12. **Aplikovaná tělesná výchova.** Definice a klasifikace zdravotního postižení dle WHO.

13. **Aplikovaná tělesná výchova.** Charakteristika jednotlivých typů zdravotního postižení dle WHO.

14. **Aplikovaná tělesná výchova.** Vrcholné sportovní soutěže pro jednotlivé druhy zdravotního postižení na národní i mezinárodní úrovni.

15. **Aplikovaná tělesná výchova.** Integrace a vzdělávání osob se zdravotním postižením.

16. **Aplikovaná tělesná výchova.** Kompenzační pomůcky pro osoby se zdravotním postižením.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

- c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.
- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (1.-16.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

(6) Pro dílčí součást **Společensko vědní disciplíny** platí, že

- a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.
- b) tematické okruhy jsou

**17. Historie tělesné kultury.** Antická tělesná kultura. Spartský a Athénský výchovný systém, starověké olympijské hry a ostatní všeřecké hry. Základní reálie tělesné kultury ve starověkém Římě.

**18. Historie tělesné kultury.** Tělovýchovné systémy 19. a počátku 20. století. Německý turnerský systém, švédský (severský) gymnastický systém. Francouzská přirozená metoda. Novorakouská metoda.

**19. Historie tělesné kultury.** Anglický insulární systém sportů a her. Kořeny hlavních sportovních odvětví. Vznik skautingu. Vznik organizace YMCA a její podíl na rozvoji TVS.

**20. Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj mezinárodního sportovního a olympijského hnutí. Vznik mezinárodního sportu, první mezinárodní sportovní federace. Obnovení olympijských her, vznik MOV, základní reálie novodobých OH do 1. světové války.

**21. Historie tělesné kultury.** Vývoj mezinárodního olympijského hnutí v meziválečném období. Základní reálie jednotlivých OH a ZOH, včetně her plánovaných na roky 1940 a 1944.

**22. Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj tělesné výchovy, sportu v Českých zemích do roku 1918. Vznik prvních soukromých tělocvičných ústavů v Českých zemích, základní reálie vzniku a vývoje sokolského hnutí, příčiny vzniku Orla a DTJ.

**23. Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj českého sportu do roku 1918. Naše účast na OH do 1. světové války. Vznik a vývoj školní tělesné výchovy a vznik a vývoj turistiky v Českých zemích do 1. světové války. Založení našeho skautského hnutí.

**24. Historie tělesné kultury.** Systém tělesné výchovy a sportu v meziválečném Československu. Role státu a státních institucí v tomto systému. Základní reálie sokolského a orelského hnutí. DTJ, FDTJ a jinonárodnostní tělovýchovné organizace v Československu.

25. **Historie tělesné kultury.** Základní reálie československého sportu v meziválečném Československu. Mezinárodní úspěchy našeho sportu v tomto období. Školní tělesná výchova a vzdělávání učitelů TV v tomto období. Rozvoj turistiky a role KČST. Skautské hnutí a fenomén českého trampingu. Podíl organizace YMCA na vývoji TVS v meziválečném Československu.
26. **Antropomotorika.** Teorie tělesných cvičení (strukturální, procesuální a finální stránka).
27. **Antropomotorika.** Struktura komplexu silových schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
28. **Antropomotorika.** Struktura komplexu rychlostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
29. **Antropomotorika.** Struktura komplexu vytrvalostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
30. **Antropomotorika.** Struktura komplexu obratnostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
31. **Antropomotorika.** Zjišťování morfologického předpokladu tělocvičné a sportovní motoriky (historie lidské typologie, somatotyp).
32. **Antropomotorika.** Biologický věk (metody určení biologického věku, význam určování biologického věku).
33. **Antropomotorika.** Tělesné složení (metody měření tělesného složení, význam z hlediska sportovního a společenského).
34. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Obecná charakteristika sportu, charakteristika sportovního tréninku a klasifikace sportovních výkonů. Cíl a úkoly sportovního tréninku, systém sportovního tréninku.
35. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Zákony a principy sportovního tréninku.
36. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje silových schopností.
37. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje rychlostních schopností.
38. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje vytrvalostních schopností.
39. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a obecné zásady rozvoje obratnosti.



40. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Sportovní trénink jako proces biopsychosociální adaptace (principy zatížení a zotavení, Seleyův adaptační syndrom, princip superkomezace).
41. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Stavba a řízení sportovního tréninku (etapy a cykly sportovního tréninku, tréninková jednotka, sestavování tréninkového plánu).
42. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Technická, taktická a psychologická příprava ve sportovním tréninku.
43. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Doping (druhy zakázaných látek, průběh dopingové kontroly, nejznámější případy dopingu).
44. **Biomechanika.** Vlastnosti těla člověka (složení, hmota, hmotnost, objem těla, hustota těla, těžiště těla, segmentální těžiště)
45. **Biomechanika.** Kinematika, předmět zkoumání, kinematické charakteristiky, druhy pohybů.
46. **Biomechanika.** Dynamika pohybu člověka (vnitřní a vnější síly a jejich aplikace při pohybu).
47. **Biomechanika.** Hybnost tělesa, impuls síly, moment síly, pákový mechanismus a jeho využití.
48. **Biomechanika.** Biomechanická analýza chůze a běhu.
49. **Psychologie sportu.** Psychologická příprava ve sportu
50. **Psychologie sportu.** Poznávací procesy ve sportu. Pocity, vnímání, představy a myšlení.
51. **Psychologie sportu.** Pozornost a její význam v TV a ve sportu. Emotivně-motivační procesy. Volní procesy.
52. **Psychologie sportu.** Psychologická analýza tělovýchovné a sportovní činnosti - všeobecná charakteristika, teoretické východiska psychologické analýzy, přístupy a příklady psychologické analýzy.
53. **Psychologie sportu.** Regulace a autoregulace, motivace při sportovní činnosti. Spolupráce psychologa, trenéra a sportovce. Vědomí a vrcholový sport, výzkum psychiky sportovce.
54. **Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Obecné zásady bezpečnosti při pohybových aktivitách. (trenér a jeho odpovědnost za sportovce, maximální počty sportovců při různých činnostech, poučení o bezpečnosti, zajištění první pomoci, školní hřiště, tělocvična, posilovna, akce v cizině, právní předpisy)

55. **Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Sportovec - Motorické učení (Charakteristika dovednosti, Prvky učení, Fáze procesu osvojování dovedností).

56. **Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Role a činnost trenéra (Typologie trenérů, Nároky kladené na trenéra, Role, Systémový model, Postoje, Činnost trenéra teoretická, Činnost trenéra interakce, Sdělování, Naslouchání, Neverbální komunikace, Konflikty a konfrontace).

57. **Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Sport jako prostředek výchovy. (Trenér jako vychovatel, Tři oblasti sportovního života, Hodnocení a posuzování, Diagnostické prostředky, Poklesky sportovců, Metody výchovného působení, Perspektivy trenérské profese).

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

- c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.
- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (17.-57.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

## Čl. 5

### **Zkouška z předmětu SZZ, bakalářský dvouoborový studijní obor** **Tělesná výchova a sport (dvouoborové),** **KTS/ QZBS Tělesná výchova a sport (dvouoborové)**

Podmínkou pro vykonání SZZ je získání 75 kreditů (povinné předměty: 65 kreditů, povinně volitelné předměty: 7 kreditů, výběrové předměty: 3 kredity).

(1) Do zkoušky ústí tyto povinné předměty doporučené ke splnění v semestrech studia dle studijního plánu uvedeného ve Studijní agendě databáze STAG

- a) KTS/NÁZ Názvosloví
- b) KTS/HTVBS Dějiny tělesné výchovy a sportu
- c) KTS/LTV1B Teorie a didaktika lyžování I
- d) KBI/ANA1 Anatomie člověka I
- e) KBI/ANA2 Anatomie člověka II
- f) KTS/BIO Biomechanika
- g) KTS/TDTSP Teorie a didaktika turistiky a sportů v přírodě
- h) KTS/TDC Teorie a didaktika cykloturistiky
- i) KBI/FYČBS Fyziologie člověka
- j) KTS/ZDSV Základy didaktiky TV a sportovní výchovy
- k) KTS/PSTBS Základy psychologie TV a sportu
- l) KTS/TDHA Teorie a didaktika házené
- m) KTS/TDVO Teorie a didaktika volejbalu

- n) KTS/FLB Teorie a didaktika florbalu
- o) KTS/PLA3B Teorie a didaktika plavání III
- p) KTS/SG3BS Teorie a didaktika sportovní gymnastiky III
- q) KTS/TDA3 Teorie a didaktika atletiky III
- r) KTS/SAEB Aerobik
- s) KTS/LTV2B Teorie a didaktika lyžování II
- t) KTS/TBLH Teorie a didaktika bruslení a LH
- u) KTS/REG1 Komplexní regenerace I
- v) KTS/FTCBS Fyziologie tělesných cvičení
- w) KTS/ANTBS Antropomotorika
- x) KTS/TDBA Teorie a didaktika basketbalu
- y) KTS/TDKO Teorie a didaktika fotbalu
- z) KTS/VTWS Teorie a didaktika vodní turistiky a windsurfingu
- aa) KTS/REG2 Komplexní regenerace II
- bb) KTS/SPTBS Teorie a didaktika sportovního tréninku
- cc) KTS/TVLBS Tělovýchovné lékařství
- dd) KTS/LTV3B Teorie a didaktika lyžování III
- ee) KTS/SPHBS Teorie a didaktika sport. a pohyb. her
- ff) KBI/HPPBS Hygiena Tv a první pomoc
- gg) KTS/DNH Teorie a didaktika nových her
- hh) KTS/ZUPBS Základy sportovních úpolů

(2) Do zkoušky ústí tyto povinně volitelné předměty

- a) KTS/TVO1 Teorie a didaktika volejbalu I
- b) KTS/TDB1 Teorie a didaktika basketbalu I
- c) KTS/PLA1 Teorie a didaktika plavání I
- d) KTS/TDA1 Teorie a didaktika atletiky I
- e) KTS/ZGY Základní gymnastika
- f) KTS/SG1 Teorie a didaktika sportovní gymnastiky I
- g) KTS/TDA2 Teorie a didaktika atletiky II
- h) KTS/THÁ1 Teorie a didaktika házené I
- i) KTS/TKO1 Teorie a didaktika fotbalu I
- j) KTS/PLA2 Teorie a didaktika plavání II
- k) KTS/SG2 Teorie a didaktika sportovní gymnastiky II
- l) KTS/SJOG Seminář jógových cvičení
- m) KTS/ZÚP Základní úpoly
- n) KTS/ZAER Základy aerobiku
- o) KTS/KOKBS Základy kondiční kulturistiky
- p) KTS/RML Teorie a didaktika rytmické a moderní gymnastiky, lidových tanců a společenských tanců

student je povinen splnit nejméně 7 kreditů.

(3) Zkouška se člení na tyto dílčí součásti

- a) **Biomedicínské disciplíny.**
- b) **Společensko vědní disciplíny.**

(4) O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

(5) Pro dílčí součást **Biomedicínské disciplíny** platí, že

a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

b) tematické okruhy jsou

1. **Anatomie člověka.** Kostra osová, kostra lebky, kostra horních a dolních končetin. Obecná myologie. Trávicí soustava. Respirační soustava - horní a dolní cesty dýchací, mezihrudí, obaly plic. Kardiovaskulární systém: srdce, přehled tepen a žil, lymfatická soustava, slezina. Vylučovací soustava: ledvina, tvorba moči, vývodné cesty močové. Pohlavní soustava mužská, ženská, svalové dno pánevní. Centrální nervová soustava: mícha hřbetní, mozek, mozkové komory a obaly. Periferní nervová soustava: hlavové nervy, míšní a vegetativní nervy. Zrakové a sluchové - rovnovážné ústrojí.

2. **Fyziologie tělesných cvičení.** Biochemické základy zátěžové fyziologie. (Metabolismus cukrů, tuků, bílkovin. Zdroje energie pro fyzické zatížení. Energetický metabolismus při různých denních a sportovních aktivitách.)

3. **Fyziologie tělesných cvičení.** Transportní mechanismy. (Dýchací systém, ukazatele dechových funkcí při fyzickém zatížení, reaktivní změny dechových funkcí při fyzickém zatížení, adaptační změny dechových funkcí. Oběhový systém, ukazatele oběhových funkcí při fyzickém zatížení, bezprostřední oběhové změny při fyzickém zatížení, adaptační oběhové změny.)

4. **Fyziologie tělesných cvičení.** Pohybový systém a jeho řízení. (Struktura a funkce kosterního svalu, chemické podklady svalové kontrakce, typologie a funkce svalových vláken, svalová inervace, projevy svalové činnosti, reaktivní změny a svalový metabolismus při zatížení, adaptační změny, řízení motoriky, pasivní komponenty pohybového systému.)

5. **Fyziologie tělesných cvičení.** Termoregulace. (Mechanismy termoregulace, termoregulační mechanismy při pohybovém zatížení, pohybové aktivity při vysoké teplotě prostředí, pohybové aktivity při nízké teplotě prostředí.)

6. **Fyziologie tělesných cvičení.** Funkce ledvin a pitný režim při zátěži. (Základní funkce ledvin, změny renálních funkcí při fyzické zátěži, změny množství a složení moče, vliv dlouhodobého tréninku na činnost ledvin, vodní bilance.)

7. **Fyziologie tělesných cvičení.** Regulační systémy. (Propojenost řídicích systémů, centrální nervový systém a fyzická zátěž, principy neuroendokrinních regulací, adaptace neurohumorálních regulací v závislosti na tréninku, reprodukční systém v náročném tréninku, imunitní systém při fyzické zátěži.)

8. **Fyziologie tělesných cvičení.** Únava a její formy. (Akutní únava. Chronická únava. Regenerace.)

9. **Fyziologie tělesných cvičení.** Specifika dětského, ženského a stárnoucího organismu. (Odlišnosti dětského organismu - principy zatěžování dětí, žena a pohybová aktivita - principy zatěžování žen, involuční změny ve stáří - principy zatěžování ve stáří.)

10. **Tělovýchovné lékařství.** Testování zdatnosti v laboratoři a v terénu, jejich hodnocení a význam. (Fyzická zdatnost a výkonnost, klasifikace zátěžové diagnostiky, metody stanovení energetické náročnosti pohybové zátěže.)

11. **Tělovýchovné lékařství.** Pohybová aktivita v primární a sekundární prevenci. (Cíl primární prevence, civilizační onemocnění, primární a sekundární prevence civilizačních onemocnění.)

12. **Aplikovaná tělesná výchova.** Definice a klasifikace zdravotního postižení dle WHO.

13. **Aplikovaná tělesná výchova.** Charakteristika jednotlivých typů zdravotního postižení dle WHO.

14. **Aplikovaná tělesná výchova.** Vrcholné sportovní soutěže pro jednotlivé druhy zdravotního postižení na národní i mezinárodní úrovni.

15. **Aplikovaná tělesná výchova.** Integrace a vzdělávání osob se zdravotním postižením.

16. **Aplikovaná tělesná výchova.** Kompenzační pomůcky pro osoby se zdravotním postižením.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

- c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.
- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (1.-16.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

(6) Pro dílčí součást **Společensko vědní disciplíny** platí, že

- a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.
- b) tematické okruhy jsou

17. **Historie tělesné kultury.** Antická tělesná kultura. Spartský a Athénský výchovný systém, starověké olympijské hry a ostatní všeřecké hry. Základní reálie tělesné kultury ve starověkém Římě.

18. **Historie tělesné kultury.** Tělovýchovné systémy 19. a počátku 20. století. Německý turnerský systém, švédský (severský) gymnastický systém. Francouzská přirozená metoda. Novorakouská metoda.

19. **Historie tělesné kultury.** Anglický insulární systém sportů a her. Kořeny hlavních sportovních odvětví. Vznik skautingu. Vznik organizace YMCA a její podíl na rozvoji TVS.
20. **Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj mezinárodního sportovního a olympijského hnutí. Vznik mezinárodního sportu, první mezinárodní sportovní federace. Obnovení olympijských her, vznik MOV, základní reálie novodobých OH do 1. světové války.
21. **Historie tělesné kultury.** Vývoj mezinárodního olympijského hnutí v meziválečném období. Základní reálie jednotlivých OH a ZOH, včetně her plánovaných na roky 1940 a 1944.
22. **Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj tělesné výchovy, sportu v Českých zemích do roku 1918. Vznik prvních soukromých tělocvičných ústavů v Českých zemích, základní reálie vzniku a vývoje sokolského hnutí, příčiny vzniku Orla a DTJ.
23. **Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj českého sportu do roku 1918. Naše účast na OH do 1. světové války. Vznik a vývoj školní tělesné výchovy a vznik a vývoj turistiky v Českých zemích do 1. světové války. Založení našeho skautského hnutí.
24. **Historie tělesné kultury.** Systém tělesné výchovy a sportu v meziválečném Československu. Role státu a státních institucí v tomto systému. Základní reálie sokolského a orelského hnutí. DTJ, FDTJ a jinonárodnostní tělovýchovné organizace v Československu.
25. **Historie tělesné kultury.** Základní reálie československého sportu v meziválečném Československu. Mezinárodní úspěchy našeho sportu v tomto období. Školní tělesná výchova a vzdělávání učitelů TV v tomto období. Rozvoj turistiky a role KČST. Skautské hnutí a fenomén českého trampingu. Podíl organizace YMCA na vývoji TVS v meziválečném Československu.
26. **Antropomotorika.** Teorie tělesných cvičení (strukturální, procesuální a finální stránka).
27. **Antropomotorika.** Struktura komplexu silových schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
28. **Antropomotorika.** Struktura komplexu rychlostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
29. **Antropomotorika.** Struktura komplexu vytrvalostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
30. **Antropomotorika.** Struktura komplexu obratnostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
31. **Antropomotorika.** Zjišťování morfologického předpokladu tělocvičné a sportovní motoriky (historie lidské typologie, somatotyp).

32. **Antropomotorika.** Biologický věk (metody určení biologického věku, význam určování biologického věku).
33. **Antropomotorika.** Tělesné složení (metody měření tělesného složení, význam z hlediska sportovního a společenského).
34. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Obecná charakteristika sportu, charakteristika sportovního tréninku a klasifikace sportovních výkonů. Cíl a úkoly sportovního tréninku, systém sportovního tréninku.
35. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Zákony a principy sportovního tréninku.
36. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje silových schopností.
37. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje rychlostních schopností.
38. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje vytrvalostních schopností.
39. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a obecné zásady rozvoje obratnosti.
40. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Sportovní trénink jako proces biopsychosociální adaptace (principy zatížení a zotavení, Seleyův adaptační syndrom, princip superkomezace).
41. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Stavba a řízení sportovního tréninku (etapy a cykly sportovního tréninku, tréninková jednotka, sestavování tréninkového plánu).
42. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Technická, taktická a psychologická příprava ve sportovním tréninku.
43. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Doping (druhy zakázaných látek, průběh dopingové kontroly, nejznámější případy dopingu).
44. **Biomechanika.** Vlastnosti těla člověka (složení, hmota, hmotnost, objem těla, hustota těla, těžiště těla, segmentální těžiště)
45. **Biomechanika.** Kinematika, předmět zkoumání, kinematické charakteristiky, druhy pohybů.
46. **Biomechanika.** Dynamika pohybu člověka (vnitřní a vnější síly a jejich aplikace při pohybu).
47. **Biomechanika.** Hybnost tělesa, impuls síly, moment síly, pákový mechanismus a jeho využití.

48. **Biomechanika.** Biomechanická analýza chůze a běhu.
49. **Psychologie sportu.** Psychologická příprava ve sportu
50. **Psychologie sportu.** Poznávací procesy ve sportu. Pocity, vnímání, představy a myšlení.
51. **Psychologie sportu.** Pozornost a její význam v TV a ve sportu. Emotivně-motivační procesy. Volní procesy.
52. **Psychologie sportu.** Psychologická analýza tělovýchovné a sportovní činnosti - všeobecná charakteristika, teoretické východiska psychologické analýzy, přístupy a příklady psychologické analýzy.
53. **Psychologie sportu.** Regulace a autoregulace, motivace při sportovní činnosti. Spolupráce psychologa, trenéra a sportovce. Vědomí a vrcholový sport, výzkum psychiky sportovce.
54. **Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Obecné zásady bezpečnosti při pohybových aktivitách. (trenér a jeho odpovědnost za sportovce, maximální počty sportovců při různých činnostech, poučení o bezpečnosti, zajištění první pomoci, školní hřiště, tělocvična, posilovna, akce v cizině, právní předpisy)
55. **Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Sportovec - Motorické učení (Charakteristika dovednosti, Prvky učení, Fáze procesu osvojování dovedností).
56. **Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Role a činnost trenéra (Typologie trenérů, Nároky kladené na trenéra, Role, Systémový model, Postoje, Činnost trenéra teoretická, Činnost trenéra interakce, Sdělování, Naslouchání, Neverbální komunikace, Konflikty a konfrontace).
57. **Základy didaktiky TV a sportovní výchovy.** Sport jako prostředek výchovy. (Trenér jako vychovatel, Tři oblasti sportovního života, Hodnocení a posuzování, Diagnostické prostředky, Poklesky sportovců, Metody výchovného působení, Perspektivy trenérské profese).

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

- c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.
- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (17.-57.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.



## Čl. 6

### **Zkouška z předmětu SZZ, jednooborový studijní obor** **Učitelství tělesné výchovy pro střední školy (jednooborové),** **KTS/QZMS1 Učitelství tělesné výchovy pro střední školy (jednooborové)**

Podmínkou pro vykonání SZZ je získání 96 kreditů (povinné předměty: 60 kreditů, povinně volitelné předměty: 20 kreditů, výběrové předměty: 16 kredity).

(1) Do zkoušky ústí tyto povinné předměty doporučené ke splnění v semestrech studia dle studijního plánu uvedeného ve Studijní agendě databáze STAG

- a) KTS/DTVSM Didaktika TV pro SŠ
- b) KTS/ZTV1M Zdravotní tělesná výchova I
- c) KTS/KZ Kineziologie
- d) KTS/DVZ Vybrané kapitoly z didaktiky výchova ke zdraví
- e) KTS/PZ Psychologie zdraví
- f) KTS/ZTV2M Zdravotní tělesná výchova II
- g) KTS/SG Gymnastika
- h) KTS/AT Atletika
- i) KTS/PL Plavání
- j) KTS/SH Sportovní hry
- k) KTS/NPPŠ Průběžná pedagogická praxe
- l) KTS/STMK Statistické metody v Kinantropologii
- m) KTS/TDJ Teorie a didaktika jógy
- n) KTS/NMP1 Diplomová práce I
- o) KTS/NSPS Souvislá pedagogická praxe
- p) KTS/NMP2 Diplomová práce II

(2) Do zkoušky ústí tyto povinně volitelné předměty

- a) KTS/LTV1B Teorie a didaktika lyžování I
- b) KTS/LTV2B Teorie a didaktika lyžování II
- c) KTS/LTV3B Teorie a didaktika lyžování III
- d) KTS/SNOBS Kurz snowboardingu
- e) KTS/KCVH Kurz carvingu a vysokohorského lyžování
- f) KTS/TCH Zdravotní cvičení východu - tai chi chuan
- g) KTS/SEBV Sebeobrana
- h) KTS/PTLV Pilates
- i) KTS/REG3B Komplexní regenerace III
- j) KTS/ZAER2 Základy aerobiku II
- k) KTS/BMAV Biomechanická analýza pohybu
- l) KTS/BDV Badminton
- m) KTS/L1 Lezení I
- n) KTS/BOSV BOSU
- o) KTS/TDTSP Teorie a didaktika turistiky a sportů v přírodě
- p) KTS/TDC Teorie a didaktika cykloturistiky
- q) KTS/VTWS Teorie a didaktika vodní turistiky a windsurfingu
- r) KTS/VKW Výběrový kurz windsurfingu
- s) KTS/KWEL Wellness kurz

- t) KTS/PHV Plážové hry
- u) KTS/KTAI Kurz regenerace a psychorelaxace metodou východních cvičení a masáží
- v) KTS/VTUV Letní výcvikový kurz vodní turistiky
- w) KTS/ZAER Základy aerobiku I
- x) KTS/AKOBS Atletika kondiční
- y) KTS/SPGV Spinning
- z) KTS/INS Inline – skating
- aa) KTS/SOFV Softball, baseball
- bb) KTS/ZPL Záchrané plavání
- cc) KTS/BSTV Body styling

student je povinen splnit nejméně 20 kreditů.

(3) Zkouška se člení na tyto dílčí součásti

- a) **Biomedicínské disciplíny.**
- b) **Kinantropologické disciplíny.**
- c) **Didaktika tělesné výchovy a sportu.**

(4) O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

(5) Pro dílčí součást **Biomedicínské disciplíny** platí, že

a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

b) tematické okruhy jsou

1. **Kineziologie.** Funkce pohybové soustavy a řízení motoriky (všeobecně a na jednotlivých úrovních).

2. **Kineziologie.** Posturální a lokomoční motorika (hrubá motorika).

3. **Kineziologie.** Obratné pohyby - jemná motorika.

4. **Kineziologie.** Axiální motorika a její hodnocení.

5. **Kineziologie.** Kineziologická analýza horní a dolní končetiny (svaly, klouby, pohyby, deformity, vyšetřování rozsahu pohybů).

6. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení pohybového systému. Funkční poruchy pohybového systému. Držení těla. Diagnostika pohybového systému. Kompenzační cvičení.

7. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení dýchacího systému. Oslabení kardiovaskulárního systému. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků,

didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)

**8. Zdravotní tělesná výchova.** Metabolické poruchy. Oslabení zažívacího ústrojí. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)

**9. Zdravotní tělesná výchova.** Gynekologická oslabení. Nervová a neuropsychická oslabení. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)

**10. Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení smyslů. ZTV seniorů. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)

**11. Hygiena tělesných cvičení a první pomoc.** Naléhavé stavy dětského věku. Naléhavé stavy při venkovních (rekreačních) aktivitách, výbava lékárničky pro pobyty v přírodě a zotavovací akce.

**12. Hygiena tělesných cvičení a první pomoc.** Aktivace ZZS, úroveň bdělosti (AVPU), život zachraňující úkony (ABC), kardio-pulmonální resuscitace. Ochrana při mimořádných událostech.

**13. Výchova ke zdraví.**

**14. Psychologie zdraví.**

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.

d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (1.-14.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

(6) Pro dílčí součást **Kinantropologické disciplíny** platí, že

a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

b) tematické okruhy jsou

**15. Biomechanika.** Biomechanická analýza chůze. Kinematické a dynamické parametry chůze (délka kroku, šířka kroku, výška těžiště, časové trvání kroku, časové chování

chodeckého cyklu, fáze kroku a jejich trvání, rychlost a zrychlení centrálního těžiště těla a ostatních segmentů těla, silové působení při chůzi)

16. **Biomechanika.** Silové působení ve vybraných pohybových aktivitách a sportech. Vnitřní (svalové) a vnější (síla tíhová, třecí, odstředivá, setrvačnosti, ... ) síly a jejich působení v jednotlivých mikrofázích pohybu těla člověka.

17. **Psychologie sportu.** Sportovní chování, charakter, respekt, kuráž, sebedisciplína, sebekontrola, rituály, zvyky, gesta. Příklady.

18. **Psychologie sportu.** Emoce a jejich dělení, úzkost, koncentrace, motivace, euforie, satisfakce, anticipace, empatie, týmová kultura, týmový duch (spirit). Příklady ze sportovní a tělovýchovné praxe.

19. **Antropomotorika.** Struktura jednotlivých pohybových schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.

20. **Antropomotorika.** Tělesné složení a tělesná typologie (metody, význam z hlediska sportovního a společenského).

21. **Sportovní trénink.** Metody rozvoje jednotlivých pohybových schopností.

22. **Sportovní trénink.** Plánování a řízení sportovního tréninku (etapy a cykly sportovního tréninku, tréninková jednotka, sestavování tréninkového plánu).

23. **Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj tělesné výchovy a sportu v Českých zemích do roku 1938.

24. **Historie tělesné kultury.** Nejvýznamnější fragmenty tělesné výchovy a sportu ve světě.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

- c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.
- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (15.-24.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

(7) Pro dílčí součást **Didaktika tělesné výchovy a sportu** platí, že

- a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.
- b) tematické okruhy jsou

25. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Podmínky vzdělávání a výchovy ve školní TV (Institucionální a sociální podmínky, personální podmínky, materiální podmínky, právní podmínky, bezpečnost ve školní TV.)

25. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Projekty vzdělávání a výchovy ve školní tělesné výchově. (Učební plán, RVP, vzdělávací, výchovné a zdravotní cíle v tělesné výchově, učivo - výběr, strukturace, osnování, celoroční plán.)

27. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Organizační formy vzdělávání a výchovy ve školní TV. (Vyučovací jednotka tělesné výchovy, struktura vyučovací jednotky, efektivita vyučovací jednotky, specifické didaktické formy ve vyučovací jednotce.)

28. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Žák ve výchovně vzdělávacím procesu tělesné výchovy. (Ontogenetický vývoj, periodizace vývoje, mladší, střední a starší školní věk - somatický vývoj, pohybová výkonnost, motorická docilita, psychický vývoj.)

29. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Učitel tělesné výchovy. (Osobnost učitele tělesné výchovy, profesiografická analýza činností učitele TV, rozvoj osobnosti učitele tělesné výchovy, typologie osobnosti učitele tělesné výchovy.)

30. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Vyučovací a výchovné činnosti učitele tělesné výchovy. (Klasifikace vyučovacích činností učitele tělesné výchovy, vyučovací činnosti v přípravné fázi didaktického procesu, realizace vyučování, spektrum didaktických stylů, vyučovací postupy a metody, výchovné činnosti a metody.)

31. **Teorie a didaktika gymnastiky.** (Prostná a přeskok u mužů a žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika náradí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, dopomoc, organizační formy).

32. **Teorie a didaktika gymnastiky.** (Bradla u mužů a žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika náradí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, dopomoc, organizační formy).

33. **Teorie a didaktika gymnastiky.** (Hrazda a kruhy u mužů, kladina u žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika náradí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, dopomoc, organizační formy).

34. **Teorie a didaktika aerobiku.** Vznik, vývoj a charakteristika kondičních forem cvičení s hudbou, nízký aerobik, vysoký aerobik, skladba lekce, základní hudebně pohybové vztahy v aerobiku.

35. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika sprintů a běhů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla startů a měření časů, trénink).

36. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika skoků (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
37. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika vrhů a hodů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
38. **Teorie a didaktiky plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů kraul a znak, startovní skoky a obrátky. - charakteristika daných disciplín, metodická řada nácviku vybraného způsobu nebo prvku, pravidla, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti.
39. **Teorie a didaktika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů prsa a motýlek, startovní skoky a obrátky. - charakteristika daných disciplín, metodická řada nácviku vybraného způsobu nebo prvku, pravidla, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti.
40. **Teorie a didaktika plavání.** Komplex záchrany tonoucích, základy teorie plaveckého tréninku, základní realie z historie plavání.
41. **Teorie a didaktika fotbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
42. **Teorie a didaktika florbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
43. **Teorie a didaktika basketbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
44. **Teorie a didaktika házené.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
45. **Teorie a didaktika volejbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
46. **Teorie a didaktika bruslení a ledního hokeje.** (Metodika bruslení, charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
47. **Teorie a didaktika pálkovacích her.** Stolní tenis a squash (charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů)
48. **Teorie a didaktika snowboardingu.** Metodický postup při nácviku smýkaných a řezaných oblouků, snowboardíngové disciplíny na ZOH.
49. **Teorie a didaktika lyžování.** Technika a metodika sjíždění a zatáčení na lyžích - charakteristika snožné techniky a carvingu, metodická řada nácviku vybrané techniky

nebo prvku, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti, základní reálie z historie lyžování.

**50. Teorie a didaktika lyžování.** Technika a metodika běhu na lyžích - charakteristika klasické techniky běhu na lyžích a charakteristika bruslení na lyžích, metodická řada nácviku vybrané techniky nebo prvku, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti, základní reálie z historie lyžování.

**51. Teorie a didaktika vodní turistiky.** Metodický postup při nácviku jízdy v proudící vodě na C1, C2 a K1, vodácké disciplíny na LOH.

**52. Teorie a didaktika úpolů.** Systematika, základní charakteristika a význam cvičení základních a sportovních úpolů. Metodika pádové techniky, rozdělení základních úpolů. Sportovní úpoly a BÚ, příklady (aikido, karate, judo, zápas, šerm...), obsahová a pohybová charakteristika, druhy soutěží a základní pravidla. Metodická pravidla výuky, tréninku a bezpečnost.

**53. Teorie a didaktika cykloturistiky a pobytu v přírodě.** Systematika turistiky, charakteristika a význam turistických aktivit pro člověka, základní dovednosti, výzbroj a výstroj, plánování a bezpečnost při turistických akcích.

**54. Teorie a didaktika cykloturistiky a pobytu v přírodě.** Systematika a charakteristika cykloturistiky a její význam pro člověka, složky cykloturistiky a základní dovednosti, technologie kola, plánování a bezpečnost při cykloturistických akcích.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

- c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.
- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (25.-54.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

## Čl. 7

### **Zkouška z předmětu SZZ, magisterský dvouoborový studijní obor**

#### **Učitelství tělesné výchovy pro střední školy,**

#### **KTS/QZMS Učitelství tělesné výchovy pro střední školy**

Podmínkou pro vykonání SZZ je získání 36 kreditů (povinné předměty: 30 kreditů, povinně volitelné předměty: 6 kreditů).

(1) Do zkoušky ústí tyto povinné předměty doporučené ke splnění v semestrech studia dle studijního plánu uvedeného ve Studijní agendě databáze STAG

- a) KTS/DTVSM Didaktika TV pro SŠ
- b) KTS/ZTVIM Zdravotní tělesná výchova I
- c) KTS/KZ Kineziologie

- d) KTS/ZTV2M Zdravotní tělesná výchova II
- e) KTS/SG Gymnastika
- f) KTS/AT Atletika
- g) KTS/PL Plavání
- h) KTS/SH Sportovní hry
- i) KTS/VŽVS Výživa ve sportu
- j) KTS/STMK Statistické metody v Kinantropologii

(2) Do zkoušky ústí tyto povinně volitelné předměty

- a) KTS/LTV1B Teorie a didaktika lyžování I
- b) KTS/LTV2B Teorie a didaktika lyžování II
- c) KTS/LTV3B Teorie a didaktika lyžování III
- d) KTS/SNOBS Kurz snowboardingu
- e) KTS/KCVH Kurz carvingu a vysokohorského lyžování
- f) KTS/DVZ Vybrané kapitoly z didaktiky výchova ke zdraví
- g) KTS/TDTSP Teorie a didaktika turistiky a sportů v přírodě
- h) KTS/TDC Teorie a didaktika cykloturistiky
- i) KTS/VTWS Teorie a didaktika vodní turistiky a windsurfingu
- j) KTS/VKW Výběrový kurz windsurfingu \*\*)
- k) KTS/KWEL Wellness kurz \*\*)
- l) KTS/PHV Plážové hry \*\*)
- m) KTS/KTAI Kurz regenerace a psychorelaxace metodou východních cvičení a masáží
- n) KTS/PSZ Psychologie zdraví
- o) KTS/AKOBS Atletika kondiční
- p) KTS/TDJ Teorie a didaktika jógy
- q) KTS/REG3B Komplexní regenerace III
- r) KTS/BMAV Biomechanická analýza pohybu
- s) KTS/SJOG Seminář jógových cvičení
- t) KTS/ZAER2 Základy aerobiku II
- u) KTS/ZMRBS Základy marketingu

student je povinen splnit nejméně 6 kreditů.

(3) Zkouška se člení na tyto dílčí součásti

- a) **Biomedicínské disciplíny.**
- b) **Kinantropologické disciplíny.**
- c) **Didaktika tělesné výchovy a sportu.**

(4) O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

(5) Pro dílčí součást **Biomedicínské disciplíny** platí, že

- a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.



b) tematické okruhy jsou

1. **Kineziologie.** Funkce pohybové soustavy a řízení motoriky (všeobecně a na jednotlivých úrovních).
2. **Kineziologie.** Posturální a lokomoční motorika (hrubá motorika).
3. **Kineziologie.** Obratné pohyby - jemná motorika.
4. **Kineziologie.** Axiální motorika a její hodnocení.
5. **Kineziologie.** Kineziologická analýza horní a dolní končetiny (svaly, klouby, pohyby, deformity, vyšetřování rozsahu pohybů).
6. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení pohybového systému. Funkční poruchy pohybového systému. Držení těla. Diagnostika pohybového systému. Kompenzační cvičení.
7. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení dýchacího systému. Oslabení kardiovaskulárního systému. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)
8. **Zdravotní tělesná výchova.** Metabolické poruchy. Oslabení zažívacího ústrojí. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)
9. **Zdravotní tělesná výchova.** Gynekologická oslabení. Nervová a neuropsychická oslabení. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)
10. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení smyslů. ZTV seniorů. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)
11. **Hygiena tělesných cvičení a první pomoc.** Naléhavé stavy dětského věku. Naléhavé stavy při venkovních (rekreačních) aktivitách, výbava lékárničky pro pobyty v přírodě a zotavovací akce.
12. **Hygiena tělesných cvičení a první pomoc.** Aktivace ZZS, úroveň bdělosti (AVPU), život zachraňující úkony (ABC), kardio-pulmonální resuscitace. Ochrana při mimořádných událostech.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.

- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (1.-12.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

(6) Pro dílčí součást **Kinantropologické disciplíny** platí, že

- a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

b) tematické okruhy jsou

13. **Biomechanika.** Biomechanická analýza chůze. Kinematické a dynamické parametry chůze (délka kroku, šířka kroku, výška těžiště, časové trvání kroku, časové chování chodeckého cyklu, fáze kroku a jejich trvání, rychlost a zrychlení centrálního těžiště těla a ostatních segmentů těla, silové působení při chůzi)

14. **Biomechanika.** Silové působení ve vybraných pohybových aktivitách a sportech. Vnitřní (svalové) a vnější (síla tíhová, třecí, odstředivá, setrvačnosti, ... ) síly a jejich působení v jednotlivých mikrofázích pohybu těla člověka.

15. **Psychologie sportu.** Sportovní chování, charakter, respekt, kuráž, sebedisciplína, sebekontrola, rituály, zvyky, gesta. Příklady.

16. **Psychologie sportu.** Emoce a jejich dělení, úzkost, koncentrace, motivace, euforie, satisfakce, anticipace, empatie, týmová kultura, týmový duch (spirit). Příklady ze sportovní a tělovýchovné praxe.

17. **Antropomotorika.** Struktura jednotlivých pohybových schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.

18. **Antropomotorika.** Tělesné složení a tělesná typologie (metody, význam z hlediska sportovního a společenského).

19. **Sportovní trénink.** Metody rozvoje jednotlivých pohybových schopností.

20. **Sportovní trénink.** Plánování a řízení sportovního tréninku (etapy a cykly sportovního tréninku, tréninková jednotka, sestavování tréninkového plánu).

21. **Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj tělesné výchovy a sportu v Českých zemích do roku 1938.

22. **Historie tělesné kultury.** Nejvýznamnější fragmenty tělesné výchovy a sportu ve světě.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

- c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.

- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (13.-22.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

(7) Pro dílčí součást **Didaktika tělesné výchovy a sportu** platí, že

- a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

b) tematické okruhy jsou

23. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Podmínky vzdělávání a výchovy ve školní TV (Institucionální a sociální podmínky, personální podmínky, materiální podmínky, právní podmínky, bezpečnost ve školní TV.)

24. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Projekty vzdělávání a výchovy ve školní tělesné výchově. (Učební plán, RVP, vzdělávací, výchovné a zdravotní cíle v tělesné výchově, učivo - výběr, strukturace, osnování, celoroční plán.)

25. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Organizační formy vzdělávání a výchovy ve školní TV. (Vyučovací jednotka tělesné výchovy, struktura vyučovací jednotky, efektivita vyučovací jednotky, specifické didaktické formy ve vyučovací jednotce.)

26. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Žák ve výchovně vzdělávacím procesu tělesné výchovy. (Ontogenetický vývoj, periodizace vývoje, mladší, střední a starší školní věk - somatický vývoj, pohybová výkonnost, motorická docilita, psychický vývoj.)

27. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Učitel tělesné výchovy. (Osobnost učitele tělesné výchovy, profesiografická analýza činností učitele TV, rozvoj osobnosti učitele tělesné výchovy, typologie osobnosti učitele tělesné výchovy.)

28. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Vyučovací a výchovné činnosti učitele tělesné výchovy. (Klasifikace vyučovacích činností učitele tělesné výchovy, vyučovací činnosti v přípravné fázi didaktického procesu, realizace vyučování, spektrum didaktických stylů, vyučovací postupy a metody, výchovné činnosti a metody.)

29. **Teorie a didaktika gymnastiky.** (Prostná a přeskok u mužů a žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika náradí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, pomoc, organizační formy).

30. **Teorie a didaktika gymnastiky.** (Bradla u mužů a žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika náradí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, pomoc, organizační formy).

31. **Teorie a didaktika gymnastiky.** (Hrazda a kruhy u mužů, kladina u žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika nářadí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, dopomoc, organizační formy).
32. **Teorie a didaktika aerobiku.** Vznik, vývoj a charakteristika kondičních forem cvičení s hudbou, nízký aerobik, vysoký aerobik, skladba lekce, základní hudebně pohybové vztahy v aerobiku.
33. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika sprintů a běhů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla startů a měření časů, trénink).
34. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika skoků (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
35. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika vrhů a hodů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
36. **Teorie a didaktika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů kraul a znak, startovní skoky a obrátky. - charakteristika daných disciplín, metodická řada nácviku vybraného způsobu nebo prvku, pravidla, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti.
37. **Teorie a didaktika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů prsa a motýlek, startovní skoky a obrátky. - charakteristika daných disciplín, metodická řada nácviku vybraného způsobu nebo prvku, pravidla, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti.
38. **Teorie a didaktika plavání.** Komplex záchrany tonoucích, základy teorie plaveckého tréninku, základní reálie z historie plavání.
39. **Teorie a didaktika fotbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
40. **Teorie a didaktika florbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
41. **Teorie a didaktika basketbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
42. **Teorie a didaktika házené.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
43. **Teorie a didaktika volejbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)

44. **Teorie a didaktika bruslení a ledního hokeje.** (Metodika bruslení, charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)

45. **Teorie a didaktika pálkovacích her.** Stolní tenis a squash (charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů)

46. **Teorie a didaktika snowboardingu.** Metodický postup při nácviku smýkaných a řezaných oblouků, snowboardingu disciplíny na ZOH.

47. **Teorie a didaktika lyžování.** Technika a metodika sjíždění a zatáčení na lyžích - charakteristika snožné techniky a carvingu, metodická řada nácviku vybrané techniky nebo prvku, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti, základní reálie z historie lyžování.

48. **Teorie a didaktika lyžování.** Technika a metodika běhu na lyžích - charakteristika klasické techniky běhu na lyžích a charakteristika bruslení na lyžích, metodická řada nácviku vybrané techniky nebo prvku, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti, základní reálie z historie lyžování.

49. **Teorie a didaktika vodní turistiky.** Metodický postup při nácviku jízdy v proudící vodě na C1, C2 a K1, vodácké disciplíny na LOH.

50. **Teorie a didaktika úpolů.** Systematika, základní charakteristika a význam cvičení základních a sportovních úpolů. Metodika pádové techniky, rozdělení základních úpolů. Sportovní úpoly a BÚ, příklady (aikido, karate, judo, zápas, šerm...), obsahová a pohybová charakteristika, druhy soutěží a základní pravidla. Metodická pravidla výuky, tréninku a bezpečnost.

51. **Teorie a didaktika cykloturistiky a pobytu v přírodě.** Systematika turistiky, charakteristika a význam turistických aktivit pro člověka, základní dovednosti, výzbroj a výstroj, plánování a bezpečnost při turistických akcích.

52. **Teorie a didaktika cykloturistiky a pobytu v přírodě.** Systematika a charakteristika cykloturistiky a její význam pro člověka, složky cykloturistiky a základní dovednosti, technologie kola, plánování a bezpečnost při cykloturistických akcích.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

- c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.
- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (23.-52.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

## Čl. 8

### **Zkouška z předmětu SZZ, magisterský dvouoborový studijní obor** **Učitelství tělesné výchovy pro základní školy,** **KTS/QUZ Učitelství tělesné výchovy pro základní školy**

Podmínkou pro vykonání SZZ je získání 36 kreditů (povinné předměty: 30 kreditů, povinně volitelné předměty: 6 kreditů).

(1) Do zkoušky ústí tyto povinné předměty doporučené ke splnění v semestrech studia dle studijního plánu uvedeného ve Studijní agendě databáze STAG

- a) KTS/DTVM Didaktika TV pro SŠ
- b) KTS/ZTV1M Zdravotní tělesná výchova I
- c) KTS/KZ Kineziologie
- d) KTS/ZTV2M Zdravotní tělesná výchova II
- e) KTS/SG Gymnastika
- f) KTS/AT Atletika
- g) KTS/PL Plavání
- h) KTS/SH Sportovní hry
- i) KTS/HPPBS Hygiena Tv a první pomoc
- j) KTS/STMK Statistické metody v Kinantropologii

(2) Do zkoušky ústí tyto povinně volitelné předměty

- a) KTS/LTV1B Teorie a didaktika lyžování I
- b) KTS/LTV2B Teorie a didaktika lyžování II
- c) KTS/LTV3B Teorie a didaktika lyžování III
- d) KTS/SNOBS Kurz snowboardingu
- e) KTS/KCVH Kurz carvingu a vysokohorského lyžování
- f) KTS/DVZ Vybrané kapitoly z didaktiky výchova ke zdraví
- g) KTS/TDTSP Teorie a didaktika turistiky a sportů v přírodě
- h) KTS/TDC Teorie a didaktika cykloturistiky
- i) KTS/VTWS Teorie a didaktika vodní turistiky a windsurfingu
- j) KTS/VKW Výběrový kurz windsurfingu \*\*)
- k) KTS/KWEL Wellness kurz \*\*)
- l) KTS/PHV Plážové hry \*\*)
- m) KTS/KTAI Kurz regenerace a psychorelaxace metodou východních cvičení a masáží
- n) KTS/ZÚP Základní úpoly
- o) KTS/VŽVS Výživa ve sportu
- p) KTS/PHS Seminář pálkovacích her
- q) KTS/AKOBS Atletika kondiční
- r) KTS/PSZ Psychologie zdraví
- s) KTS/ZMRBS Základy marketingu
- t) KTS/ZAER2 Základy aerobiku 2
- u) KTS/TDJ Teorie a didaktika jógy
- v) KTS/ST Seminář tenisu
- w) KTS/SQ Seminář squash
- x) KTS/SST Seminář stolního tenisu

- y) KTS/SJOG Seminář jógových cvičení
- z) KTS/REG3B Komplexní regenerace III
- aa) KTS/BMAV Biomechanická analýza pohybu

student je povinen splnit nejméně 6 kreditů.

(3) Zkouška se člení na tyto dílčí součásti

- a) **Biomedicínské disciplíny.**
- b) **Kinantropologické disciplíny.**
- c) **Didaktika tělesné výchovy a sportu.**

(4) O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

(5) Pro dílčí součást **Biomedicínské disciplíny** platí, že

- a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.

b) tematické okruhy jsou

1. **Kineziologie.** Funkce pohybové soustavy a řízení motoriky (všeobecně a na jednotlivých úrovních).
2. **Kineziologie.** Posturální a lokomoční motorika (hrubá motorika).
3. **Kineziologie.** Obratné pohyby - jemná motorika.
4. **Kineziologie.** Axiální motorika a její hodnocení.
5. **Kineziologie.** Kineziologická analýza horní a dolní končetiny (svaly, klouby, pohyby, deformity, vyšetřování rozsahu pohybů).
6. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení pohybového systému. Funkční poruchy pohybového systému. Držení těla. Diagnostika pohybového systému. Kompenzační cvičení.
7. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení dýchacího systému. Oslabení kardiovaskulárního systému. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)
8. **Zdravotní tělesná výchova.** Metabolické poruchy. Oslabení zažívacího ústrojí. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)

**9. Zdravotní tělesná výchova.** Gynekologická oslabení. Nervová a neuropsychická oslabení. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)

**10. Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení smyslů. ZTV seniorů. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)

**11. Hygiena tělesných cvičení a první pomoc.** Naléhavé stavy dětského věku. Naléhavé stavy při venkovních (rekreačních) aktivitách, výbava lékárničky pro pobyty v přírodě a zotavovací akce.

**12. Hygiena tělesných cvičení a první pomoc.** Aktivace ZZS, úrovně bdělosti (AVPU), život zachraňující úkony (ABC), kardio-pulmonální resuscitace. Ochrana při mimořádných událostech.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

- c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.
- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (1.-12.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

(6) Pro dílčí součást **Kinantropologické disciplíny** platí, že

- a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.
- b) tematické okruhy jsou

**13. Biomechanika.** Biomechanická analýza chůze. Kinematické a dynamické parametry chůze (délka kroku, šířka kroku, výška těžiště, časové trvání kroku, časové chování chodeckého cyklu, fáze kroku a jejich trvání, rychlost a zrychlení centrálního těžiště těla a ostatních segmentů těla, silové působení při chůzi)

**14. Biomechanika.** Silové působení ve vybraných pohybových aktivitách a sportech. Vnitřní (svalové) a vnější (síla tíhová, třecí, odstředivá, setrvačnosti, ... ) síly a jejich působení v jednotlivých mikrofázích pohybu těla člověka.

**15. Psychologie sportu.** Sportovní chování, charakter, respekt, kuráž, sebedisciplína, sebekontrola, rituály, zvyky, gesta. Příklady.

**16. Psychologie sportu.** Emoce a jejich dělení, úzkost, koncentrace, motivace, euforie, satisfakce, anticipace, empatie, týmová kultura, týmový duch (spirit). Příklady ze sportovní a tělovýchovné praxe.



17. **Antropomotorika.** Struktura jednotlivých pohybových schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
18. **Antropomotorika.** Tělesné složení a tělesná typologie (metody, význam z hlediska sportovního a společenského).
19. **Sportovní trénink.** Metody rozvoje jednotlivých pohybových schopností.
20. **Sportovní trénink.** Plánování a řízení sportovního tréninku (etapy a cykly sportovního tréninku, tréninková jednotka, sestavování tréninkového plánu).
21. **Historie tělesné kultury.** Vznik a vývoj tělesné výchovy a sportu v Českých zemích do roku 1938.
22. **Historie tělesné kultury.** Nejvýznamnější fragmenty tělesné výchovy a sportu ve světě.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

- c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.
- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (13.-22.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

(7) Pro dílčí součást **Didaktika tělesné výchovy a sportu** platí, že

- a) má ústní formu. Čas určený na přípravu je přibližně 10 minut. O výsledku zkoušky rozhoduje komise na základě shody hodnocení, pokud zkoušející nejsou ve shodě, dojde k hlasování. V případě rovnosti hlasů rozhoduje hlas předsedy komise.
- b) tematické okruhy jsou

23. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Podmínky vzdělávání a výchovy ve školní TV (Institucionální a sociální podmínky, personální podmínky, materiální podmínky, právní podmínky, bezpečnost ve školní TV.)

24. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Projekty vzdělávání a výchovy ve školní tělesné výchově. (Učební plán, RVP, vzdělávací, výchovné a zdravotní cíle v tělesné výchově, učivo - výběr, strukturace, osnování, celoroční plán.)

25. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Organizační formy vzdělávání a výchovy ve školní TV. (Vyučovací jednotka tělesné výchovy, struktura vyučovací jednotky, efektivita vyučovací jednotky, specifické didaktické formy ve vyučovací jednotce.)

26. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Žák ve výchovně vzdělávacím procesu tělesné výchovy. (Ontogenetický vývoj, periodizace vývoje, mladší, střední a starší školní věk - somatický vývoj, pohybová výkonnost, motorická docilita, psychický vývoj.)

27. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Učitel tělesné výchovy. (Osobnost učitele tělesné výchovy, profesiografická analýza činností učitele TV, rozvoj osobnosti učitele tělesné výchovy, typologie osobnosti učitele tělesné výchovy.)

38. **Didaktika školní tělesné výchovy.** Vyučovací a výchovné činnosti učitele tělesné výchovy. (Klasifikace vyučovacích činností učitele tělesné výchovy, vyučovací činnosti v přípravné fázi didaktického procesu, realizace vyučování, spektrum didaktických stylů, vyučovací postupy a metody, výchovné činnosti a metody.)

29. **Teorie a didaktika gymnastiky.** (Prostná a přeskok u mužů a žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika nářadí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, dopomoc, organizační formy).

30. **Teorie a didaktika gymnastiky.** (Bradla u mužů a žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika nářadí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, dopomoc, organizační formy).

31. **Teorie a didaktika gymnastiky.** (Hrazda a kruhy u mužů, kladina u žen - charakteristika dané disciplíny, metodická řada nácviku vybraného prvku, charakteristika nářadí z hlediska norem, pravidla hodnocení cvičení - panely rozhodčích, záchrana, dopomoc, organizační formy).

32. **Teorie a didaktika aerobiku.** Vznik, vývoj a charakteristika kondičních forem cvičení s hudbou, nízký aerobik, vysoký aerobik, skladba lekce, základní hudebně pohybové vztahy v aerobiku.

33. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika sprintů a běhů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla startů a měření časů, trénink).

34. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika skoků (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).

35. **Teorie a didaktika atletiky.** Teorie a didaktika vrhů a hodů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).

36. **Teorie a didaktika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů kraul a znak, startovní skoky a obrátky. - charakteristika daných disciplín, metodická řada nácviku vybraného způsobu nebo prvku, pravidla, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti.

37. **Teorie a didaktika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů prsa a motýlek, startovní skoky a obrátky. - charakteristika daných disciplín, metodická řada nácviku vybraného způsobu nebo prvku, pravidla, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti.

38. **Teorie a didaktika plavání.** Komplex záchrany tonoucích, základy teorie plaveckého tréninku, základní reálie z historie plavání.
39. **Teorie a didaktika fotbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
40. **Teorie a didaktika florbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
41. **Teorie a didaktika basketbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
42. **Teorie a didaktika házené.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
43. **Teorie a didaktika volejbalu.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
44. **Teorie a didaktika bruslení a ledního hokeje.** (Metodika bruslení, charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
45. **Teorie a didaktika pálkovacích her.** Stolní tenis a squash (charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů)
46. **Teorie a didaktika snowboardingu.** Metodický postup při nácviku smýkaných a řezaných oblouků, snowboardingové disciplíny na ZOH.
47. **Teorie a didaktika lyžování.** Technika a metodika sjíždění a zatačení na lyžích - charakteristika snožné techniky a carvingu, metodická řada nácviku vybrané techniky nebo prvku, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti, základní reálie z historie lyžování.
48. **Teorie a didaktika lyžování.** Technika a metodika běhu na lyžích - charakteristika klasické techniky běhu na lyžích a charakteristika bruslení na lyžích, metodická řada nácviku vybrané techniky nebo prvku, organizační formy nácviku, zásady bezpečnosti, základní reálie z historie lyžování.
49. **Teorie a didaktika vodní turistiky.** Metodický postup při nácviku jízdy v proudící vodě na C1, C2 a K1, vodácké disciplíny na LOH.
50. **Teorie a didaktika úpolů.** Systematika, základní charakteristika a význam cvičení základních a sportovních úpolů. Metodika pádové techniky, rozdělení základních úpolů. Sportovní úpoly a BÚ, příklady (aikido, karate, judo, zápas, šerm...), obsahová a pohybová charakteristika, druhy soutěží a základní pravidla. Metodická pravidla výuky, tréninku a bezpečnost.

**51. Teorie a didaktika cykloturistiky a pobytu v přírodě.** Systematika turistiky, charakteristika a význam turistických aktivit pro člověka, základní dovednosti, výzbroj a výstroj, plánování a bezpečnost při turistických akcích.

**52. Teorie a didaktika cykloturistiky a pobytu v přírodě.** Systematika a charakteristika cykloturistiky a její význam pro člověka, složky cykloturistiky a základní dovednosti, technologie kola, plánování a bezpečnost při cykloturistických akcích.

tematické okruhy jsou shodné s otázkami, na které student odpovídá.

- c) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.
- d) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů (23.-52.) vylosuje jeden. Poté má přibližně 10 minut na písemnou přípravu odpovědi na problematiku vylosovaného tematického okruhu, podle které následně odpovídá. Student prezentuje své znalosti daného tématu i v širších souvislostech. V průběhu zkoušky zkoušející pokládají doplňující otázky.

### **Část III.**

#### **Kvalifikační práce**

#### **Čl. 9**

#### **Obsahové a formální požadavky**

(1) Minimální rozsah bakalářské práce činí 50 stran, kde vlastní text práce (kapitola Úvod až kapitola Závěr) představuje minimální rozsah 40 normostran, minimální rozsah bakalářské práce v počtu znaků (včetně mezer) je 80 000. Jedné normostraně odpovídá 1800-2100 znaků včetně mezer, což je zhruba 250-300 slov (písmo Calibri velikosti 12, rozložení strany okraj vlevo 3,5cm, okraj vpravo, dole a nahoře 2,5 cm, zarovnání do bloku). Minimální rozsah diplomové práce činí 60 stran, kde vlastní text práce (kapitola Úvod až kapitola Závěr) představuje minimální rozsah 50 normostran, minimální rozsah diplomové práce v počtu znaků (včetně mezer) je 100 000. Jedné normostraně odpovídá 1800-2100 znaků včetně mezer, což je zhruba 250-300 slov (písmo Calibri velikosti 12, rozložení strany okraj vlevo 3,5cm, okraj vpravo, dole a nahoře 2,5 cm, zarovnání do bloku). Maximální rozsah není stanoven.

(2) Formální požadavky na zpracování titulní strany a úvodních stran kvalifikační práce jsou uvedeny v příloze 2 a 3 této směrnice. Student je povinen tyto strany upravit podle skutečnosti.

(3) Požadavky na citace a způsob uvedení bibliografických údajů s uvedením příkladů. Primárním zdrojem citační metody je manuál vydaný organizací APA: Publication manual of the American Psychological Association. 6th ed. Washington, DC: American Psychological Association, 2010. 272 s. ISBN 9781433805615. Jedná se o publikační manuál APA (6. vydání, 2010).

## Pravidla bibliografické citace:

### Autor:

- V případě 1 až 7 autorů uvádíme všechny, posledního a předposledního autora spojíme symbolem &.   
Příklad:   
Kvapilík, J., Čamek, R., Hošek, V. & Pavlů, D. (1992). *Teorie a praxe sportovní masáže*. Praha: Karolinum.
- Je-li autorů 8 a více, uvádíme prvních 6, poté uvedeme tři tečky a jméno posledního autora.   
Příklad:   
Kolář, P., Bitnar, P., Dyrhonová, O., Horáček, O., Kříž, J., Adámková, M., ... Zumrová, I. (2009). *Rehabilitace v klinické praxi*. Praha: Galén.
- Rok vydání: Uvádíme za jménem posledního autora v oblých závorkách.   
Příklad:   
Flandera, S. (2008). *Sportovní masáže*. Olomouc: Poznání.
- Literatura se uvádí pouze ta, která byla skutečným podkladem pro napsání kvalifikační práce. Musí odpovídat publikačnímu manuálu APA (6. vydání, 2010).
- Citace se řadí abecedně podle jména prvních autorů.
- Schématické znázornění hlavních citací:
  - periodika (pravidelně vydávané žurnály, časopisy, sborníky apod.) ⇒ Autor, A., Autor, B., & Autor, C. (1998). Název článku. *Název časopisu*, ročník(číslo), stránky.
  - neperiodika (knihy, monografie, sborníky, skripta, brožury, manuály, audio-vizuální média apod.) ⇒ Autor, A. (1998). *Název díla*. Místo vydání: vydavatel.
  - část z neperiodika (kapitoly ve sborníku, knize apod.) ⇒ Autor, A., & Autor, B. (1998). Název kapitoly. In A. Editor, B. Editor, & C. Editor, (Ed.), *Název knihy* (pp. xx–xx). Místo vydání: Vydavatel.
  - webová stránka ⇒ Titulek stránky. (1998). Dostupné 9. říjen 2015, z <http://...>
- Je-li dokumentu přiděleno DOI (Digital Object Identifier), vždy je uvedeme namísto webové adresy
- V textu se odkaz na literaturu uvádí příjmením autora a rokem vydání Př.: (Novák, 2009), (Novák, 2009; Petr & Pavel, 2011; Kříž et al., 2015), Novák (2009), přímá citace (Novák, 2009, s. 40).
- Do seznamu se zařazují všechny práce citované v textu, na práce uvedené v seznamu literatury musí být v textu odkaz (viz. výše). Pro citaci se používá plných názvů. U historických textů je požadována přesná citace (př.: poznámka pod čarou).

(4) Obsahové a formální požadavky na kvalifikační práci vycházející ze specifik oboru.

Struktura kvalifikační práce musí odpovídat jedné z uvedených tří variant a to dle povahy zadání kvalifikační práce (viz. tabulka 1).

Tabulka 1. Základní struktury kvalifikačních prací:

Základní struktura kvalifikační práce <b>experimentální povahy:</b>	Základní struktura kvalifikační práce <b>teoretické povahy:</b>
Úvodní identifikační strana Bibliografická identifikace v Čj Bibliografická identifikace v Aj Prohlášení autora Poděkování Obsah 1 Úvod 2 Přehled poznatků (podrobná rešerše literatury a pramenů) 3 Cíle (úkoly práce) a hypotézy (hypotézy lze alternovat: Vědecká otázka) 4 Metodologie (použité metody, metodika výzkumu, charakteristika souboru, organizace práce) 5 Výsledky (akceptovatelná kapitola 5 spojená s kapitolou 6 – pak je kapitola - 5 Výsledky a diskuse, následně se kapitola 6 vynechá) 6 Diskuse 7 Závěr Referenční seznam literatury Seznam příloh	Úvodní identifikační strana Bibliografická identifikace v Čj Bibliografická identifikace v Aj Prohlášení autora Poděkování Obsah 1 Úvod 2 Metodologie 2.1 Cíle, úkoly, předmět práce (předmět práce stanoven - z hlediska obsahového nebo z hlediska územního nebo z hlediska časového) 2.2 Použité metody práce 3 Analytická část práce 4 Syntetická část práce 5 Závěr Referenční seznam literatury Poznámkový aparát (např. zkratky) Seznam příloh
Základní struktura kvalifikační práce <b>historické povahy:</b> Úvodní identifikační strana Bibliografická identifikace v Čj Bibliografická identifikace v Aj Prohlášení autora Poděkování Obsah 1 Úvod 2 Metodologie 2.1 Cíle, úkoly, předmět práce 2.2 Použité metody práce 2.3 Rozbor literatury (historické práce - kritika pramenů) 3 Historická analýza předmětu práce v jednotlivých obdobích (podkapitoly 3.1, 3.2 atd.) 4 Závěr Referenční seznam literatury Poznámkový aparát (např. zkratky) Seznam příloh	

Základní charakteristiky jednotlivých kapitol kvalifikační práce.

V kapitole 1 Úvod se jedná o základní identifikaci a vymezení problému, eventuálně uvedení jeho společenského dopadu a vztahu diplomanta k němu. Úvod má být vzhledem k jeho poslání stručný. Má v něm být zdůvodněna volba tématu. Úvod obsahuje stručné, jasné a výstižné uvedení do řešené problematiky se zřejmým důvodem a cílem zpracování zadaného kvalifikačního úkolu. Obvyklý rozsah je 1 až 2 strany.

Dále v kapitole 2 Přehled poznatků se jedná o podrobnou rešerši literatury a pramenů ke zvolenému tématu kvalifikační práce. Postupujeme od obecnější oblasti ke specifitějším problémům, které úzce souvisí s cílem řešeného zadání práce. Očekává se utřídění poznatků, kritické zhodnocení, prezentace rozporných názorů a rozdílných přístupů a rozlišení hodnotových a méně hodnotových faktů a názorů. Z analýzy a syntézy poznatků by měl vyplynout i názor autora a jeho stanovisko – případné vlastní názory na daný problém či nesouhlasy musí být podloženy důkladným teoretickým studiem a zkušenostmi. V této části student musí prokázat schopnost účinné práce se všemi informačními zdroji.

Kapitola 3 Cíle práce a hypotézy (nebo vědecké otázky). Zde je velmi stručně uvedena a zdůvodněn cíl práce a to i přes to, že zdůvodnění řešení zadání (tématu) kvalifikační práce je zpravidla uvedeno již v úvodu práce. U složitějších řešení je vhodné stanovit hlavní cíl a pak utříděné dílčí úkoly. Ty by se měly vyznačovat reálností, časovou podmíněností, dosažitelností. Hypotéza je vždy tvrzení o jevu. Oprávněnost tohoto tvrzení se verifikuje nebo falzifikuje pomocí informací, které byly získány výzkumem na vzorku populace. Pro formulaci vědecké otázky bychom měli vycházet z níže uvedených zásad:

- 1) Výzkumná otázka by měla být zodpověditelná kýmkoli, kdo bude mít k dispozici stejné zdroje jako vy.
- 2) Výzkumná otázka je konkrétní, zacílená na určitý ohraničený problém (předmět).
- 3) Výzkumná otázka je otázkou typu „proč“ nebo „jak“.

Kapitola 4 Metodologie jasně charakterizujeme:

- výzkumný soubor, způsob výběru probandů (popř. dělení do skupin, další důležité skupinové charakteristiky, zejména způsob sestavení kontrolní skupiny, nutno uvést jakým způsobem byl zajištěn souhlas probandů s výzkumem a jakým způsobem bylo zajištěno utajení výsledků nebo anonymita probandů)

- použité metody (uveden přehled všech výzkumných technik a metod i s mírou jejich standardizace, u přístrojů uvedeme přesnou charakteristiku, typ přístroje, výrobce), uvedeme i způsob statistického zpracování, včetně použitého statistického programu

- metodiku výzkumu - organizaci práce daného výzkumu.

Metodika musí být popsána tak, aby bylo možné výzkum kdykoli a co nejpřesněji opakovat.

Kapitola 5 Výsledky. Zde se jedná o prezentaci dosažených výsledků. Předkládáme nejzávažnější fakta a teorie, nejvhodnějšími prezentačními prostředky jsou tabulky, grafy, schémata. V textu pouze konstatujeme, upozorňujeme či zdůrazňujeme vybrané aspekty předložených výsledků.

Kapitola 6 Diskuse. Jedná se o diskusi k prezentovaným výsledkům, zde je prostor pro komparaci, vyjádření vlastního názoru na základě studia literatury. Uvedeme hlavní výsledky v širších souvislostech. Popř. objasníme přístup k doplňujícím výsledkům a objasníme jejich význam. Analyzujeme vztahy a různé aspekty předložených výsledků. Provedeme komparace s obdobnými výsledky a dostupnou odbornou literaturou.

Kapitola 7 Závěr. Závěry stručně, konkrétně a přehledně shrnují dosažené výsledky, neobsahují odkazy, diskusi či nové otázky. Mělo by být zřejmé, zda byly splněny cíle. Mohou být také otevřené pro další výzkum. Mělo by zde být také uvedeno, co se nepodařilo.

(5) Kritéria hodnocení kvalifikační práce jsou uvedena ve formuláři pro posudek, který je přílohou této směrnice (viz. Příloha 1).

## Čl. 10

### Obhajoba kvalifikační práce

Obhajoba kvalifikační práce probíhá před komisí pro SZZ. Student nejprve v časovém limitu cca 10 minut obvykle v PowerPointové prezentaci představí členům komise svou práci, její téma, cíl, vědecké otázky či hypotézy, zvolenou metodiku výzkumu výsledky a závěry. Poté jsou přečteny posudky vedoucího a oponenta práce. Následně se student vyjádří k posudkům a zodpoví dotazy a připomínky.

## Část IV.

### Portfolio studenta

Osobní portfolio je dokument ilustrující míru a rozsah různých činností a aktivit studenta. Portfolio předkládané u Státní závěrečné zkoušky a Obhajoby kvalifikační práce na Katedře tělesné výchovy a sportu Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity by mělo být reprezentativním důkazem o profesní, respektive pedagogické a tvůrčí činnosti studenta v průběhu studia.

Důležité součásti portfolia:

#### 1. Základní identifikační a studijní údaje (možno vycházet ze strukturovaného životopisu):

- Jméno, Příjmení, titul/-y
- Studijní číslo, studijní program a obor
- Předchozí studia (od-do, název školy)

#### 2. Pedagogická činnost a její výstupy:

- Pedagogická praxe (kdy, kde). Přípravy na hodiny.
- Vlastní pedagogická činnost (vedení různých zájmových skupin, praxe ve školním či kulturním zařízení, sportovních oddílech, klubech apod.). Přípravy na hodiny.
- Praktická pedagogická účast na projektech KTVS PF JU (kdy, název akce, název aktivity).

#### 3. Odborná a publikační činnost:

- Zvyšování odborné kvalifikace v oblasti tělovýchovy a sportu.
- Aktivní účast na pedagogických a tělovýchovných workshopech (kdy, kde, název).
- Aktivní účast na odborných workshopech a konferencích a sympoziích (kdy, kde, název, popis příspěvku).
- Citace v literatuře (názvy článků či publikací, kde je student citován).
- Vlastní publikační činnost (příspěvky, recenze, články – uveďte kompletní citaci dle normy).
- Zahraniční studijní pobyty (kdy, kde).
- Stipendijní pobyty (kdy, kde).

#### 4. Vlastní sportovní kariéra:

- Aktivní účast na soutěžích, utkáních, turnajích (tuzemské či mezinárodní).
- Reprezentace ČR.



- Reprezentace KTVS PF JU.

#### 5. Různé:

- Další činnosti nespádající do výše uvedených kategorií.

### **Část V.**

#### **Závěrečná ustanovení**

#### **Čl. 11**

##### **Závaznost, aplikovatelnost a výklad opatření**

(1) Pravidla obsažená v opatření jsou závazná pro všechny, jichž se týkají, a to i pro vedoucího katedry. Změna v osobě vedoucího nemá na pravidla uvedená v tomto opatření vliv.

(2) Změny v pravidlech lze činit jen vydáním nového opatření, a to postupem podle čl. 18 odst. 3 a 4 opatření děkana.

(3) Vyjde-li najevo rozpor směrnice vedoucího katedry s některým opatřením děkana, proděkana, rektora, prorektora, vnitřním předpisem JU nebo PF nebo se zákonem, použije se přednostně ustanovení, které není obsaženo v opatření vedoucího katedry.

(4) Výkladem směrnice je pověřen proděkan pro studium. Je-li to vhodné či nezbytné, vyžádá si před provedením výkladu stanovisko vedoucího katedry.

#### **Čl. 13**

##### **Účinnost**

Toto opatření nabývá účinnosti 13. 4. 2017.

V Českých Budějovicích 12. 4. 2017

Doc. PaedDr. Jan Štumbauer, CSc.  
vedoucí katedry tělesné výchovy a sportu

Příloha 1. Vzor posudku kvalifikační práce.

Příloha k protokolu o SZZ č.	Student:
Vysoká škola: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta	Studijní obor:
Katedra: tělesné výchovy a sportu	Vedoucí/ Oponent kvalifikační práce:

## NÁZEV KVALIFIKAČNÍ PRÁCE

**Cíl práce:** doplnit

### ČÁST 1 - HODNOCENÍ ZÁKLADNÍCH POŽADAVKŮ DIPLOMOVÉ /BAKALÁŘSKÉ/ RIGORÓZNÍ PRÁCE

*Instrukce k vyplnění:*

1. První část posudku se zaměřuje na základní problematiku zpracování práce, bez jejichž splnění ji nelze doporučit k obhajobě. Hodnotit tyto aspekty lze pouze odpověďmi ANO-NE.

1.	Shoduje se zadání, název, cíl a obsah kvalifikační práce?	ANO	NE
2.	Splňuje kvalifikační práce formální požadavky kladené na daný typ kvalifikační práce? <i>Úprava dle Směrnice vedoucího KTVS 1/2016, výskyt opakovaných pravopisných chyb (zde se považuje za max. hranici 10 chyb), u obrázků a tabulek nesmí chybět číslování, název a popis, atd.</i>	ANO	NE
3.	Jsou citace, seznam použité literatury a pramenů v souladu s požadovanou normou (APA, 6. vydání 2010) a jsou použité internetové zdroje pouze z databází vědeckých a odborných časopisů, oficiálních stránek státních organizací (sportovní svazy, MŠMT, český statistický úřad...)?	ANO	NE
4.	Obsahuje kvalifikační práce přesný popis cíle (úkolů popř. předmětu) a použité metodiky práce a jsou použité metody vhodné ke splnění cíle práce?	ANO	NE
5.	Splňuje kvalifikační práce minimální požadavky na její rozsah (viz. <i>Směrnice vedoucího KTVS 1/2016</i> )?	ANO	NE

**POKUD NENÍ SPLNĚNO JEDNO Z KRITERIÍ (viz výše), KVALIFIKAČNÍ PRÁCE NEMŮŽE BÝT DOPORUČENA K OBHAJOBĚ.**

V případě zamítnutí kvalifikační práce z výše uvedeného důvodu je třeba vypracovat k tomuto konkrétní zdůvodnění, nebo uvést potřebné připomínky či vysvětlení:

## ČÁST 2 – HODNOCENÍ KVALITY KVALIFIKAČNÍ PRÁCE

### Instrukce k vyplnění:

1. Druhá část posudku se věnuje zhodnocení kvality vybraných aspektů práce. Hodnotí se pomocí kvalifikační stupnice 1-4.
2. Znamka 1 – splněno zcela bez výhrad vyčerpávajícím způsobem.  
Znamka 2 – splněno, nedostatky neovlivňují podstatně celou práci, zejména výsledky.  
Znamka 3 – splněno s výraznějšími, ale ne kritickými nedostatky.  
Znamka 4 – splněno pouze na úrovni základních požadavků uvedených v první části.
3. Celková známka bude vypočtena pomocí aritmetického průměru.

	Hodnocení kvalifikační práce – kritéria – klasifikace	Znamka (1,2,3,4)
1.	Hodnocení úrovně formulace cíle práce a jeho naplnění.	
2.	Hodnocení kvality a úrovně teoretických východisek práce.	
3.	Hodnocení úrovně způsobu členění a logické stavby práce.	
4.	Hodnocení metodické úrovně zpracování a adekvátnost výběru použitých metod.	
5.	Hodnocení úrovně interpretace výsledků, diskuze a formulace závěrů kvalifikační práce.	
6.	Míra dodržování bibliografických norem a citací.	
7.	Hodnocení aktuálnosti a reprezentativnosti použité literatury, pramenů a internetových zdrojů.	
8.	Hodnocení stylistické a jazykové úrovně práce.	
9.	Úroveň formální úpravy a zpracování kvalifikační práce (text, grafy, tabulky).	
	<b>Součet známek:</b>	

Vyhodnocení (součet známek): 9 až 15 = 1 16 až 22 = 2 23 až 28 = 3 29 a více – nevyhověl/a

### Otázky a připomínky k obhajobě práce:

Kvalifikační práce „je - není“ doporučena k obhajobě (nehodící se škrtněte).

#### Navržený klasifikační stupeň:

Do rámečku vypsát slovní hodnocení z této škály:

výborně, velmi dobře, dobře, nevyhověl/a

### Vedoucí/ Oponent kvalifikační práce:

Jméno, tituly:

Podpis:

V Českých Budějovicích dne:

**Poznámky a vysvětlivky k posudku kvalifikační práce (orientační kritéria pro posudek):**

1.	formulace cíle práce a jeho naplnění a) přesná a jasná formulace, která je naplněna b) srozumitelná formulace s částečnými nedostatky při jeho naplnění c) nesrozumitelná formulace a nevhodně stanovený cíl
2	kvalita a úroveň teoretických východisek práce a) hluboké teoretické poznatky zpracování zadané problematiky b) povrchnější pohledy se zastaralými informacemi ale řešící zadané téma c) odtažitá a nedostatečná teoretická východiska pro dané téma
3	členění a logická stavba práce a) zdařilá a logicky utříděná stavba b) přiměřená dle zadaného téma c) pro dané téma nevhodná
4	metodická úroveň zpracování adekvátnost a výběru použitých metod a) výborná, odpovídající formě a druhu práce b) přiměřená c) nedostatečná, nekorespondující s formou a druhem práce
5.	diskuze a interpretace výsledků a) jasná a srozumitelná diskuze s daty, informacemi, výsledky i závěry b) povrchní diskuze a stručně interpretované závěry k řešené problematice c) odtažitá nebo absentující diskuze vzhledem k cíli a závěrům práce
6	dodržování bibliografických norem a citací a) pregnantní použití příslušné normy v celém rozsahu práce b) nevhodně použitá norma či syntéza více norem společně
7.	aktuálnost, reprezentativnost použité literatury a) aktuální a odpovídající literatura pro zadanou a řešenou problematiku (i cizojazyčná) b) poněkud starší ale ještě vyhovující c) stará, nevyhovující a odtažitá od tématu
8.	stylistická a jazyková úroveň práce a) výborná čtivost textu s kvalitní úrovní pravopisu předkládaného textu b) zbytečně složité formulace textu s občasnými chybami (diakritika a apod.) c) srozumitelný text s pravopisnými chybami
9.	formální úprava práce (text, grafy, tabulky) a) vysoce kvalitní grafické zpracování, odpovídající popis obrázků, grafů i tabulek b) přijatelná, vyhovující forma vnější úpravy s drobnými nedostatky c) nedostatečné zpracování po grafické stránce, nevhodné či chybějící popisky

Příloha 2. Vzor titulní strany na vazbu.

**JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH**

**PEDAGOGICKÁ FAKULTA**

**KATEDRA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU**

**BAKALÁŘSKÁ/ DIPLOMOVÁ/ RIGORÓZNÍ  
PRÁCE**

**2016**

**Jan NOVÁK**

Příloha 3. Úvodních stránek nečíslovaných.



Pedagogická  
fakulta  
Faculty  
of Education

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

**Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích**

Pedagogická fakulta

Katedra tělesné výchovy a sportu

Druh kvalifikační/**bakalářská, diplomová, rigorózní/** práce

**Název práce**

Vypracoval: Jméno

Vedoucí práce: Jméno

České Budějovice, 2016



Pedagogická  
fakulta  
Faculty  
of Education

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

**University of South Bohemia in České Budějovice**

Faculty of Education

Department of Sports Studies

Druh kvalifikační práce **v angličtině**

**Anglický název práce**

Author: Name

Supervisor: Name

České Budějovice, 2016

## Bibliografická identifikace

Název **kvalifikační práce**:

Jméno a příjmení autora:

Studijní obor:

Pracoviště: Katedra tělesné výchovy a sportu PF JU

Vedoucí **kvalifikační práce**:

Rok obhajoby **kvalifikační práce**:

**Abstrakt:**

- nejdůležitější z hlediska informační hodnoty

- u výzkumných studií v rámci možností v jedné větě musí být vyjádřen řešený problém, dále z něj musí jednoznačně vyplývat cíl a smysl práce, způsob řešení problému, použité metody (způsob shromažďování dat) a nejzávažnější výsledky (včetně statistické významnosti) a závěr/y (a jejich využití)

- u teoretických studií v rámci možností v jedné větě musí být vyjádřené téma práce, hlavní záměry, teze nebo uspořádání, použité zdroje, závěry

- Jedná se de facto o resumé s úkolem vystihnout základní podstatu a informace obsažené v daném odborném textu. Abstrakt odpovídá stručnému, výstižnému, zhuštěnému vyjadřování, věty by neměly obsahovat nadbytečná slova, jimiž mohou být zájmena, přídavná jména nebo příslovce. Absolutně vynecháno musí být v abstraktu obrazné vyjadřování a subjektivita. Autor o sobě v abstraktu nehovoří jako „já“, ale jako „autor práce“ a je zásadně anonymizován. Používáme autorský/kolektivní plurál („my jsme udělali“...)

Doporučený rozsah abstraktu je 100-200 slov.

Klíčová slova: píšeme vedle sebe oddělené čárkou, 5-8 slov vymezena podle pravidel:

- slova co nejvíce odborně známá a jasně definovatelná
- slova frekventovaná v odborném tisku
- slova nevyskytující se v názvu písemné práce
- slova vystihující obecnou tematiku i specifikující problematiku
- slova zařazující problematiku do širších oborových i multioborových souvislostí



## **Bibliographical identification**

**Title of the graduation thesis:**

**Author's first name and surname:**

**Field of study:**

**Department:** Department of Sports studies

**Supervisor:**

**The year of presentation:**

**Abstract:**

**Keywords:** píšeme vedle sebe oddělené čárkou

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji **kvalifikační** práci jsem vypracoval/a samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své **kvalifikační** práce, a to v nezkrácené podobě - **v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí** archivovaných ... fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejich internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

Datum.

Podpis studenta  
(v písemné verzi vlastnoruční podpis ve všech kopiích!)

## **Poděkování**

Děkuji panu XXX za zapůjčení materiálů, literatury (poskytnutí informací, dat.....), dále studentům X. Základní školy, kteří se zúčastnili měření, experimentu, .... Dále děkuji také vedoucímu mé bakalářské práce, panu (paní).....