

## Směrnice vedoucího katedry tělesné výchovy a sportu k SZZ č. 1/2023

### Část I.

#### Obecná ustanovení

##### Čl. 1

(1) Tuto směrnici vydává vedoucí katedry tělesné výchovy a sportu (dále jen „vedoucí katedry“) na základě opatření děkanky č. 11/2021 a opatření děkana č. 7/2017 o studiu v bakalářských a magisterských studijních programech, ve znění opatření č. 8/2019 (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 ukládá 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 program Tělesná výchova a sport,  
**KTS/7Q1J Biomedicínské disciplíny.**  
**KTS/7Q2J Tělovýchovné disciplíny.**  
**KTS/7Q3J Metodiky tělesné výchovy a sportu.**
- b) bakalářská SZZ, dvouspecializační studijní program Oborové studium se zaměřením na vzdělávání na 2. stupni základní školy se specializací Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání na 2. stupni ZŠ (TVs),  
**KTS/7QZ Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání na 2. stupni ZŠ**
- c) bakalářská SZZ, dvouoborový studijní program Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání pro střední školy (TVma/TVmi)  
**KTS/ 7QS Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání pro SŠ**
- d) magisterská SZZ, jednooborový studijní program Tělesná výchova a sport  
**KTS/0Q1J Tělesná výchova a zdraví.**  
**KTS/0Q2J Tělovýchovné disciplíny.**  
**KTS/0Q3J Pedagogika sportu.**

- e) magisterská SZZ, dvouspecializační studijní program Učitelství pro 2. stupeň základních škol se specializací tělesná výchova (TVsn)  
**KTS/0QZ Učitelství pro 2. stupeň ZŠ se specializací tělesná výchova**
- f) magisterská SZZ, dvouspecializační studijní program Učitelství pro střední školy se specializací Tělesná výchova (TVsš),  
**KTS/0QS Učitelství tělesné výchovy pro SŠ**

### Čl. 3

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

**KTS/7Q1J Biomedicínské disciplíny.**  
**KTS/7Q2J Tělovýchovné disciplíny.**  
**KTS/7Q3J Metodiky tělesné výchovy a sportu.**

- (1) Student je povinen absolvovat celkem 180 ECTS kreditů v následující struktuře předmětů:
- Povinné předměty (základní teoretické předměty profilujícího základu) – 59 kreditů (ZT).
  - Povinné předměty (další předměty profilujícího základu) – 50 kreditů (PZ).
  - Předměty související s vypracováním závěrečné práce – 12 kreditů.
  - Povinné kurzy sportů v přírodě – 16 kreditů.
  - Odborná praxe a její reflexe – 30 kreditů.
  - Povinně volitelné předměty – 13 kreditů.

Studenti skládají státní závěrečnou zkoušku z biomedicínských disciplín, z tělovýchovných disciplín a z metodik tělesné výchovy a sportu. Součástí státní závěrečné zkoušky je obhájení bakalářské práce.

#### (2) **KTS/7Q1J Biomedicínské disciplíny.**

Do zkoušky ústí tyto základní teoretické předměty (ZT)

- a) KTS/7ACJ Funkční anatomie člověka
- b) KTS/7FCJ Fyziologie tělesných cvičení
- c) KTS/0ZT2 Teorie a didaktika zdravotní tělesné výchovy II
- d) KTS/7R1J Komplexní regenerace ve sportu
- e) KTS/7VS Výživa ve sportu
- f) KTS/7TL Tělovýchovné lékařství

Do zkoušky ústí tyto další předměty profilujícího základu (PZ)

- a) KTS/7SM1J Sportovní masáž I
- b) KTS/7SM2J Sportovní masáž II
- c) KTS/0ZT1 Teorie a didaktika zdravotní tělesné výchovy I

(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. **Fyziologie tělesných cvičení.** Biochemické základy zátěžové fyziologie. (Metabolismus cukrů, tuků, bílkovin. Zdroje energie pro fyzické zatížení. Energetický metabolismus při různých denních a sportovních aktivitách.)
2. **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.)
3. **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.)
4. **Fyziologie tělesných cvičení.** Termoregulace. (Mechanismy termoregulace, termoregulační mechanismy při pohybovém zatížení, pohybové aktivity při vysoké teplotě prostředí, pohybové aktivity při nízké teplotě prostředí.)
5. **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.)
6. **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.)
7. **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.)
8. **Funkční anatomie člověka.** Funkční anatomie kostní tkáně. Lebka, axiální systém, kostra a spoje horních a dolních končetin. Funkční anatomie kosterního svalu. Hybné složky pohybového systému – svaly jednotlivých funkčních celků.
9. **Funkční anatomie člověka.** Dýchací systém, obecné principy funkční anatomie dýchacích cest, mechanika dýchání a řízení dýchání. Urogenitální systém muže a ženy.
10. **Funkční anatomie člověka.** Oběhový systém. Žlázy s vnitřní sekrecí.
11. **Funkční anatomie člověka.** Nervový systém, řízení motoriky. Kožní systém.
12. **Zdravotní tělesná výchova.** Pojem zdraví a nemoci. Charakteristika zdravotního oslabení, kategorie zdravotních oslabení a jejich stručná charakteristika, diagnostická činnost učitele zdravotní TV, struktura a obsah cvičební jednotky ve zdravotní TV.

13. **Zdravotní tělesná výchova. Oslabení pohybového systému.** Vliv civilizačních faktorů; poruchy hybných stereotypů, jejich hodnocení a způsob nácviku správných hybných stereotypů; význam vyrovnávacích cvičení; posturální funkce a její poruchy; podstata správného a nesprávného držení těla, metody hodnocení držení těla; odchylky v postavení kyčlí, kolen a nohou, poruchy klenby nožní.
14. **Zdravotní tělesná výchova. Oslabení orgánových soustav.** Oslabení dýchacího systému. Oslabení kardiovaskulárního systému. Metabolické poruchy. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)
15. **Zdravotní tělesná výchova. Oslabení orgánových soustav.** Oslabení zažívacího ústrojí. Gynekologická 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. Nervová a neuropsychická oslabení. 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. **Komplexní regenerace ve sportu.** Formy regenerace. Prostředky regenerace (biologické, pedagogické, psychologické, farmakologické) a jejich charakteristika.
18. **Komplexní regenerace ve sportu.** Aerobní, anaerobní typ únavy. Únava tělesná, rozdělení a charakteristika. Stresová reakce organismu. Problémy adaptace v souvislosti s regenerací a časový průběh regenerace. Přehled projevů adaptace organismu na zatížení a problémy malaadaptace.
19. **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.)
20. **Tělovýchovné lékařství.** Pohybová aktivita v primární a sekundární prevenci. (Cíl primární prevence, civilizační onemocnění, primární a sekundární prevence civilizačních onemocnění.)
21. **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.
22. **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.

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 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/7Q2J Tělovýchovné disciplíny.

Do zkoušky ústí tyto základní teoretické předměty (ZT)

- a) KTS/7DTSJ Dějiny tělesné výchovy a sportu
- b) KTS/7BM Biomechanika
- c) KTS/7PS Pedagogika sportu
- d) KTS/7AMJ Antropomotorika
- e) KTS/7STJ Sportovní trénink
- f) KTS/7NCJ Základy názvosloví tělesných cvičení
- g) KTS/7ZM Základy marketingu

(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

1. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Antická tělesná kultura. Spartský a Athénský výchovný systém, starověké olympijské hry a ostatní všeřecké hry. Základní reálie tělesné kultury ve starověkém Římě.
2. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Tělovýchovné systémy 19. a počátku 20. století. Německý turnerský systém, švédský (severský) gymnastický systém. Francouzská přirozená metoda. Novorakouská metoda.
3. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Anglický insulární systém sportů a her. Kořeny hlavních sportovních odvětví. Vznik skautingu. Vznik organizace YMCA a její podíl na rozvoji TVS.
4. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** 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.
5. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Vývoj mezinárodního olympijského hnutí v meziválečném období. Základní reálie jednotlivých OH a ZOH, včetně her plánovaných na roky 1940 a 1944.
6. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** 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. Vznik a vývoj českého sportu do roku 1918. Vznik a vývoj školní tělesné výchovy a vznik a vývoj turistiky v Českých zemích do 1. světové války
7. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** 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. Mezinárodní úspěchy našeho sportu v tomto období. Školní tělesná výchova a vzdělávání učitelů TV v tomto období. Rozvoj turistiky a role KČST.

8. **Pedagogika sportu.** Sport a výchova, sport jako socializační prostředí, cíle a úkoly sportovní výchovy, vývoj a výchova sportovce (dědičnost, prostředí, výchova).
9. **Pedagogika sportu.** Sportovec – motorické učení (charakteristika dovedností, fáze motorického učení).
10. **Pedagogika sportu.** Trenér – profese a osobnost trenéra (typologie trenérů, struktura a dynamika osobnosti trenéra, nároky kladené na trenéra).
11. **Pedagogika sportu.** Sportovec – motivace a aktivita sportovce (motivace a demotivace, vnitřní a vnější motivace, výkonová motivace, udržení aktivity, motivace a únava).
12. **Biomechanika.** Definice Biomechaniky, cíle Biomechaniky a tři oblasti hlavního cíle Biomechaniky, základní veličiny (skaláry a vektory), vektorové skládání sil, statická rovnováha, vnější a vnitřní síly.
13. **Biomechanika.** Kinematika pohybu, předmět zkoumání, základní charakteristiky, druhy pohybů a s tím spojené základní pojmy, základní kinematické vzorce – posuvný pohyb a otáčivý pohyb
14. **Biomechanika.** Dynamika (kinetika) pohybu, předmět zkoumání, tíhová síla, vnitřní a vnější síly, zákon setrvačnosti (zákon zachování hybnosti, vzorec), otáčivý pohyb – moment síly (co vyjadřuje, vzorec).
15. **Biomechanika.** Dynamika (kinetika) pohybu, zákon síly, co vyjadřuje, impuls síly a hybnost, vzorec vyjadřující jejich vztah, otáčivý pohyb – moment setrvačnosti (co vyjadřuje, vzorec).
16. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Základní osy a roviny používané k popisu tělesných cvičení, základní rozdělení postojů a jejich definice, definice obratu a jeho úhlová míra, definice převratů a jejich popis.
17. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Hlavní pravidla popisu tělesných cvičení, základní rozdělení kleků a jejich definice, definice vrutu a jeho úhlová míra, definice přechodů z poloh nižších do poloh vyšších a jejich popis.
18. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Definice pěti skupin základních poloh celého těla ve cvičení prostrná, základní rozdělení lehů a jejich definice, základní druhy chůze, definice visů (jako cvičení na náradí) a jejich popis.
19. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Definice čtyř základních pohybů celého těla po základně, základní rozdělení podporů a jejich definice, definuj rozdíl mezi ručkováním, lezením a šplháním, definice přechodů z poloh vyšších do poloh nižších a jejich popis.
20. **Antropomotorika.** Teorie tělesných cvičení (strukturální, procesuální a finální stránka).
21. **Antropomotorika.** Struktura komplexu silových a rychlostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.

22. **Antropomotorika.** Struktura komplexu vytrvalostních a obratnostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
23. **Antropomotorika.** Zjišťování morfologického předpokladu tělocvičné a sportovní motoriky (historie lidské typologie, somatotyp).
24. **Antropomotorika.** Biologický věk (metody určení biologického věku, význam určování biologického věku).
25. **Antropomotorika.** Tělesné složení (metody měření tělesného složení, význam z hlediska sportovního a společenského).
26. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Obecná charakteristika sportu, charakteristika sportovního tréninku a klasifikace sportovních výkonů. Cíl a úkoly sportovního tréninku, systém sportovního tréninku.
27. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Zákony a principy sportovního tréninku.
28. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje silových a rychlostních schopností.
29. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje vytrvalostních a obratnostních schopností.
30. **Teorie a didaktiky sportovního tréninku.** Sportovní trénink jako proces biopsychosociální adaptace (principy zatížení a zotavení, Seleyův adaptační syndrom, princip superkomezace).
31. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Stavba a řízení sportovního tréninku (etapy a cykly sportovního tréninku, tréninková jednotka, sestavování tréninkového plánu).
32. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Technická, taktická a psychologická příprava ve sportovním tréninku.
33. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Doping (druhy zakázaných látek, průběh dopingové kontroly, nejznámější případy dopingu).
34. **Základy marketingu.** Podstata marketingu a marketingové prostředí. Důvod vzniku marketingu a význam pro organizaci a společnost. Základní terminologie, definice marketingu. Vztah marketingu k poptávce. Charakteristika nástrojů marketingu 4C, 4S, 4P. Členění marketingového prostředí (makro, mikro; vnější, vnitřní). Vlivy, faktory, subjekty, prvky a nástroje, důvod a význam jejich analyzování.
35. **Základy marketingu.** Produkt a marketingová komunikace. Pojem, podstata, charakteristiky a vlastnosti produktu. Klasifikace – třídění, produktová politika a marketingové vrstvy produktu. Životní cyklus produktu. Nástroje marketingové komunikace, nebezpečí skryté reklamy. Cílené a masové marketingové kanály a nástroje. Nové směry v marketingové komunikaci, on-line marketing, viral-marketing, buzz-marketing.

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 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/7Q3J Metodiky tělesné výchovy a sportu.**

Do zkoušky ústí tyto další předměty profilujícího základu (PZ)

- a) KTS/7TM1G Teorie a metodika TV I – gymnastika
- b) KTS/7TM1A Teorie a metodika TV I – atletika
- c) KTS/7TM1P Teorie a metodika TV I – plavání
- d) KTS/7T1VJ Teorie a metodika sportovních her I – volejbal
- e) KTS/7T1BJ Teorie a metodika sportovních her I – basketbal
- f) KTS/7GTAJ Teorie a metodika gymnastiky, tanců a aerobiku
- g) KTS/7SNJ Spinning
- h) KTS/7TM2G Teorie a metodika TV II – gymnastika
- i) KTS/7TM2A Teorie a metodika TV II – atletika
- j) KTS/7TM2P Teorie a metodika TV II – plavání
- k) KTS/7T2HJ Teorie a metodika sportovních her II – házená
- l) KTS/7T2KJ Teorie a metodika sportovních her II – kopaná
- m) KTS/7TGPJ Teorie a metodika základní gymnastiky a posilování
- n) KTS/7TU Teorie a metodika základů sportovních úpolů
- o) KTS/7LSJ Lezení na umělé stěně I
- p) KTS/7T3GJ Teorie a metodika sportovní gymnastiky III
- q) KTS/7T3AJ Teorie a metodika atletiky III
- r) KTS/7T3PJ Teorie a metodika plavání III
- s) KTS/7T3FJ Teorie a metodika sportovních her III (florbal)
- t) KTS/0TBH Teorie a metodika bruslení a ledního hokeje
- u) KTS/7TH4J Teorie a metodika sportovních her IV (tradiční a nové hry)
- v) KTS/7STT Teorie a metodika stolního tenisu a tenisu
- w) KTS/7TNH Teorie a metodika pálkovacích her
- x) KTS/7AE Základy aerobiku II
- y) KTS/7TL3 Teorie a metodika lyžování III

(13) 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.

(14) Tematické okruhy zkoušky jsou

1. **Teorie a metodika sportovní gymnastiky.** Metodika nácviku základních gymnastických prvků – kotoul vpřed, vzad a letmo – popis prvků, průpravná cvičení pro nácvik prvků, záchrana a dopomoc.
2. **Teorie a metodika sportovní gymnastiky.** Metodika nácviku základních gymnastických prvků – stoj na rukou a přemet stranou – popis prvků, průpravná cvičení pro nácvik prvků, záchrana a dopomoc.



3. **Teorie a metodika atletiky.** Metodika skokanských a sprinterských disciplín (Základní metodika nácviku, charakteristika disciplín, pravidla startů a měření časů, trénink).
4. **Teorie a metodika atletiky.** Metodika vrhačských a běžeckých disciplín, trénink běhů (Základní metodika nácviku, charakteristika disciplín, pravidla startů a měření časů, trénink).
5. **Teorie a metodika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů kraul a znak, průpravná cvičení, technika a metodika startovních skoků.
6. **Teorie a metodika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů prsa, průpravná cvičení, technika a metodika plaveckých obrátek.
7. **Teorie a metodika sportovních her – volejbal.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
8. **Teorie a metodika sportovních her – basketbal.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
9. **Teorie a metodika sportovních her – házená.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
10. **Teorie a metodika sportovních her – kopaná.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
11. **Teorie a metodika sportovních her – florbal.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
12. **Teorie a metodika bruslení a ledního hokeje.** (Metodika bruslení, charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
13. **Teorie a metodika základní gymnastiky a posilování.** Metody rozvoje kloubní pohyblivosti (aktivní, pasivní, statické, dynamické, metoda PIR), tréninkové principy v posilování, stavba tréninkové jednotky, frekvence tréninku v týdnu (trénink celého těla, dělený trénink), sestavování tréninkových plánů (začátečníci, pokročilí – silový, objemový, rýsovací tréninkový plán).
14. **Základy aerobiku.** Vznik, vývoj a charakteristika kondičních forem cvičení s hudbou, nízký aerobik, vysoký aerobik, skladba lekce, základní hudebně pohybové vztahy v aerobiku.
15. **Teorie a metodika gymnastiky, tanců a aerobiku.** Náčiní v moderní gymnastice a jejich charakteristika. Základní hudební pojmy a jejich charakteristika. Charakteristika skupinových aerobních forem cvičení s hudbou. Nízký, vysoký aerobik – rozdíl, využití. Skladba skupinové aerobní lekce.
16. **Teorie a metodika základů sportovních úpolů.** Systematika, rozdělení a základní charakteristika úpolů. Význam úpolových disciplín. Metodika nácviku pádové techniky. Příklady sportovních úpolů. Obsahová a pohybová charakteristika, druhy

soutěží, základní pravidla vybraných úpolových sportů. Didaktické zásady a metodika úpolů ve školní tělesné a sportovní výchově.

17. **Teorie a metodika 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, vývoj metodiky lyžování v podobě lyžařských škol (do roku 1945).

18. **Teorie a metodika 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, vývoj metodiky lyžování v podobě lyžařských škol (od roku 1945 do současnosti).

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

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

(16) Popis průběhu zkoušky z předmětu. Student si z výše uvedených tematických okruhů 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 dvouspecializační studijní program Oborové studium se zaměřením na vzdělávání na 2. stupni základní školy se specializací Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání na 2. stupni ZŠ (TVs)**

#### **KTS/7QZ Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání na 2. stupni ZŠ**

Pedagogicko-psychologický základ	26 kreditů
Reflektovaná praxe	16 kreditů
Specializace I. a její oborová didaktika a metodika	60 kreditů (45 kreditů specializace, 15 kreditů oborová didaktika)
Specializace II. a její oborová didaktika a metodika	60 kreditů (45 kreditů specializace, 15 kreditů oborová didaktika)
Příprava kvalifikační práce ped. psych. základu)	12 kreditů (v rámci jedné zvolené specializace či
Doplňující předměty v rámci učitelské propedeutiky	4 kredity
Volitelné předměty	2 kredity
Celkem kreditů	180

(1) Do zkoušky ústí tyto základní teoretické předměty (ZT)

- a) KTS/7NCZ Základy názvosloví tělesných cvičení
- b) KTS/7DTSZ Dějiny tělesné výchovy a sportu
- c) KTS/7ACZ Funkční anatomie člověka

- d) KTS/7FCZ Fyziologie tělesných cvičení
- e) KTS/7BMZ Biomechanika
- f) KTS/7AMZ Antropomotorika
- g) KTS/7DTVZ Úvod do didaktiky tělesné výchovy

(2) Do zkoušky ústí tyto další předměty profilujícího základu (PZ)

- a) KTS/7TM1G Teorie a metodika TV I – gymnastika
- b) KTS/7TM1A Teorie a metodika TV I – atletika
- c) KTS/7TM1P Teorie a metodika TV I – plavání
- d) KTS/7TM1V Teorie a metodika TV I – volejbal
- e) KTS/7TM1B Teorie a metodika TV I – basketbal
- f) KTS/7TM2G Teorie a metodika TV II – gymnastika
- g) KTS/7TM2A Teorie a metodika TV II – atletika
- h) KTS/7TM2P Teorie a metodika TV II – plavání
- i) KTS/7TM2H Teorie a metodika TV II – házená
- j) KTS/7TM2K Teorie a metodika TV II – kopaná
- k) KTS/7TM3G Teorie a metodika TV III – gymnastika
- l) KTS/7TM3A Teorie a metodika TV III – atletika
- m) KTS/7TM3P Teorie a metodika TV III – plavání
- n) KTS/7TM3F Teorie a metodika TV III – florbal
- o) KTS/7TH4 Teorie a metodika sportovních her (tradiční a nové hry)
- p) KTS/7TGP Teorie a metodika základní gymnastiky a kondičního posilování
- q) KTS/7R1 Komplexní regenerace I
- r) KTS/7GTA Teorie a metodika rytmické gymnastiky, tanců a základů aerobiku
- s) KTS/7TL3Z Teorie a metodika lyžování III
- t) KTS/7TU Teorie a metodika základů sportovních úpolů
- u) KTS/7STZ Sportovní trénink

(3) Zkouška se člení na tyto dílčí součásti

- a) **Biomedicínské disciplíny.**
- b) **Tělovýchovné disciplíny.**
- c) **Metodiky tělesné výchovy.**

(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. **Fyziologie tělesných cvičení.** Biochemické základy zátěžové fyziologie. (Metabolismus cukrů, tuků, bílkovin. Zdroje energie pro fyzické zatížení. Energetický metabolismus při různých denních a sportovních aktivitách.)
2. **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.)
3. **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.)
4. **Fyziologie tělesných cvičení.** Termoregulace. (Mechanismy termoregulace, termoregulační mechanismy při pohybovém zatížení, pohybové aktivity při vysoké teplotě prostředí, pohybové aktivity při nízké teplotě prostředí.)
5. **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.)
6. **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.)
7. **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.)
8. **Funkční anatomie člověka.** Funkční anatomie kostní tkáně. Lebka, axiální systém, kostra a spoje horních a dolních končetin. Funkční anatomie kosterního svalu. Hybné složky pohybového systému – svaly jednotlivých funkčních celků.
9. **Funkční anatomie člověka.** Dýchací systém, obecné principy funkční anatomie dýchacích cest, mechanika dýchání a řízení dýchání. Urogenitální systém muže a ženy.
10. **Funkční anatomie člověka.** Oběhový systém. Žlázy s vnitřní sekrecí.
11. **Funkční anatomie člověka.** Nervový systém, řízení motoriky. Kožní systém.
12. **Komplexní regenerace ve sportu.** Formy regenerace. Prostředky regenerace (biologické, pedagogické, psychologické, farmakologické) a jejich charakteristika.
13. **Komplexní regenerace ve sportu.** Aerobní, anaerobní typ únavy. Únava tělesná, rozdělení a charakteristika. Stresová reakce organismu. Problémy adaptace v souvislosti s regenerací a časový průběh regenerace. Přehled projevů adaptace organismu na zatížení a problémy malaadaptace.

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 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 **Tělovýchovné 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. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Antická tělesná kultura. Spartský a Athénský výchovný systém, starověké olympijské hry a ostatní všeřecké hry. Základní reálie tělesné kultury ve starověkém Římě.
  2. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Tělovýchovné systémy 19. a počátku 20. století. Německý turnerský systém, švédský (severský) gymnastický systém. Francouzská přirozená metoda. Novorakouská metoda.
  3. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Anglický insulární systém sportů a her. Kořeny hlavních sportovních odvětví. Vznik skautingu. Vznik organizace YMCA a její podíl na rozvoji TVS.
  4. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** 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.
  5. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Vývoj mezinárodního olympijského hnutí v meziválečném období. Základní reálie jednotlivých OH a ZOH, včetně her plánovaných na roky 1940 a 1944.
  6. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** 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. Vznik a vývoj českého sportu do roku 1918. Vznik a vývoj školní tělesné výchovy a vznik a vývoj turistiky v Českých zemích do 1. světové války
  7. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** 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. Mezinárodní úspěchy našeho sportu v tomto období. Školní tělesná výchova a vzdělávání učitelů TV v tomto období. Rozvoj turistiky a role KČST.
  8. **Úvod do didaktiky tělesné výchovy.** Sport a výchova, sport jako socializační prostředí, cíle a úkoly sportovní výchovy, vývoj a výchova sportovce (dědičnost, prostředí, výchova).

9. **Úvod do didaktiky tělesné výchovy.** Sportovec – motorické učení (charakteristika dovedností, fáze motorického učení).
10. **Úvod do didaktiky tělesné výchovy.** Trenér – profese a osobnost trenéra (typologie trenérů, struktura a dynamika osobnosti trenéra, nároky kladené na trenéra).
11. **Úvod do didaktiky tělesné výchovy.** Sportovec – motivace a aktivita sportovce (motivace a demotivace, vnitřní a vnější motivace, výkonová motivace, udržení aktivity, motivace a únava).
12. **Biomechanika.** Definice Biomechaniky, cíle Biomechaniky a tři oblasti hlavního cíle Biomechaniky, základní veličiny (skaláry a vektory), vektorové skládání sil, statická rovnováha, vnější a vnitřní síly.
13. **Biomechanika.** Kinematika pohybu, předmět zkoumání, základní charakteristiky, druhy pohybů a s tím spojené základní pojmy, základní kinematické vzorce – posuvný pohyb a otáčivý pohyb
14. **Biomechanika.** Dynamika (kinetika) pohybu, předmět zkoumání, tíhová síla, vnitřní a vnější síly, zákon setrvačnosti (zákon zachování hybnosti, vzorec), otáčivý pohyb – moment síly (co vyjadřuje, vzorec).
15. **Biomechanika.** Dynamika (kinetika) pohybu, zákon síly, co vyjadřuje, impuls síly a hybnost, vzorec vyjadřující jejich vztah, otáčivý pohyb – moment setrvačnosti (co vyjadřuje, vzorec).
16. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Základní osy a roviny používané k popisu tělesných cvičení, základní rozdělení postojů a jejich definice, definice obratu a jeho úhlová míra, definice převratů a jejich popis.
17. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Hlavní pravidla popisu tělesných cvičení, základní rozdělení kleků a jejich definice, definice vrutu a jeho úhlová míra, definice přechodů z poloh nižších do poloh vyšších a jejich popis.
18. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Definice pěti skupin základních poloh celého těla ve cvičení prostrná, základní rozdělení lehů a jejich definice, základní druhy chůze, definice visů (jako cvičení na nářadí) a jejich popis.
19. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Definice čtyř základních pohybů celého těla po základně, základní rozdělení podporů a jejich definice, definuj rozdíl mezi ručkováním, lezením a šplháním, definice přechodů z poloh vyšších do poloh nižších a jejich popis.
20. **Antropomotorika.** Teorie tělesných cvičení (strukturální, procesuální a finální stránka).
21. **Antropomotorika.** Struktura komplexu silových a rychlostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
22. **Antropomotorika.** Struktura komplexu vytrvalostních a obratnostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
23. **Antropomotorika.** Zjišťování morfologického předpokladu tělocvičné a sportovní motoriky (historie lidské typologie, somatotyp).
24. **Antropomotorika.** Biologický věk (metody určení biologického věku, význam určování biologického věku).

25. **Antropomotorika.** Tělesné složení (metody měření tělesného složení, význam z hlediska sportovního a společenského).
26. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Obecná charakteristika sportu, charakteristika sportovního tréninku a klasifikace sportovních výkonů. Cíl a úkoly sportovního tréninku, systém sportovního tréninku.
27. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Zákony a principy sportovního tréninku.
28. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje silových a rychlostních schopností.
29. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje vytrvalostních a obratnostních schopností.
30. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Sportovní trénink jako proces biopsychosociální adaptace (principy zatížení a zotavení, Seleyův adaptační syndrom, princip superkomezace).
31. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Stavba a řízení sportovního tréninku (etapy a cykly sportovního tréninku, tréninková jednotka, sestavování tréninkového plánu).
32. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Technická, taktická a psychologická příprava ve sportovním tréninku.
33. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Doping (druhy zakázaných látek, průběh dopingové kontroly, nejznámější případy dopingu).

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 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 **Metodiky 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
  1. **Teorie a metodika TV – gymnastika.** Metodika nácviku základních gymnastických prvků – kotoul vpřed, vzad a letmo – popis prvků, průpravná cvičení pro nácvik prvků, záchrana a dopomoc.

2. **Teorie a metodika TV – gymnastika.** Metodika nácviku základních gymnastických prvků – stoj na rukou a přemet stranou – popis prvků, průpravná cvičení pro nácvik prvků, záchrana a pomoc.
3. **Teorie a metodika TV – atletika.** Metodika skokanských a sprinterských disciplín (Základní metodika nácviku, charakteristika disciplín, pravidla startů a měření časů, trénink).
4. **Teorie a metodika TV – atletika.** Metodika vrhačských a běžeckých disciplín, trénink běhů (Základní metodika nácviku, charakteristika disciplín, pravidla startů a měření časů, trénink).
5. **Teorie a metodika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů kraul a znak, průpravná cvičení, technika a metodika startovních skoků.
6. **Teorie a metodika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů prsa, průpravná cvičení, technika a metodika plaveckých obrátek.
7. **Teorie a metodika TV – volejbal.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
8. **Teorie a metodika TV – basketbal.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
9. **Teorie a metodika TV – házená.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
10. **Teorie a metodika TV – kopaná.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
11. **Teorie a metodika TV – florbal.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
12. **Teorie a metodika základní gymnastiky a kondičního posilování.** Metody rozvoje kloubní pohyblivosti (aktivní, pasivní, statické, dynamické, metoda PIR), tréninkové principy v posilování, stavba tréninkové jednotky, frekvence tréninku v týdnu (trénink celého těla, dělený trénink), sestavování tréninkových plánů (začátečníci, pokročilí – silový, objemový, rýsovací tréninkový plán).
13. **Teorie a metodika základů sportovních úpolů.** Systematika, rozdělení a základní charakteristika úpolů. Význam úpolových disciplín. Metodika nácviku pádové techniky. Příklady sportovních úpolů. Obsahová a pohybová charakteristika, druhy soutěží, základní pravidla vybraných úpolových sportů. Didaktické zásady a metodika úpolů ve školní tělesné a sportovní výchově.
14. **Teorie a metodika rytmické gymnastiky, tanců a základů aerobiku.** Náčiní v moderní gymnastice a jejich charakteristika. Základní hudební pojmy a jejich charakteristika. Charakteristika skupinových aerobních forem cvičení s hudbou. Nízký, vysoký aerobik – rozdíl, využití. Skladba skupinové aerobní lekce.
15. **Teorie a metodika 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, vývoj metodiky lyžování v podobě lyžařských škol (do roku 1945).



16. **Teorie a metodika 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, vývoj metodiky lyžování v podobě lyžařských škol (od roku 1945 do současnosti).

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 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 program Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání pro střední školy (TVma/TVmi)**

#### **KTS/7QS Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání pro SŠ**

Bakalářský studijní program je tvořen takto:

##### Studijní plán maior

Obor	68 kreditů
Oborová didaktická část praxe)	9 (6 kreditů + 3 kredity asistentská oborově didaktická
Pedagogicko psychologický základ praxe)	11 (8 kreditů + 3 kredity asistentská pedagog. psychologická
Příprava závěrečné práce	12 kreditů
Doplňující předměty	3 kredity
Celkem kreditů:	103 kreditů

##### Studijní plán minor

Obor	68 kreditů
Oborová didaktika	6 kreditů + 3 kredity asistentská oborově didaktická praxe
Celkem kreditů:	77 kreditů

(1) Do zkoušky ústí tyto základní teoretické předměty (ZT)

- a) KTS/7NC Základy názvosloví tělesných cvičení
- b) KTS/7DTS Dějiny tělesné výchovy a sportu
- c) KTS/7AC Funkční anatomie člověka
- d) KTS/7FC Fyziologie tělesných cvičení
- e) KTS/7BM Biomechanika
- f) KTS/7AM Antropomotorika
- g) KTS/7DTV Úvod do didaktiky tělesné výchovy

(2) Do zkoušky ústí tyto další předměty profilujícího základu (PZ)

- a) KTS/7TM1G Teorie a metodika TV I – gymnastika
- b) KTS/7TM1A Teorie a metodika TV I – atletika
- c) KTS/7TM1P Teorie a metodika TV I – plavání
- d) KTS/7TM1V Teorie a metodika TV I – volejbal
- e) KTS/7TM1B Teorie a metodika TV I – basketbal
- f) KTS/7TM2G Teorie a metodika TV II – gymnastika
- g) KTS/7TM2A Teorie a metodika TV II – atletika
- h) KTS/7TM2P Teorie a metodika TV II – plavání
- i) KTS/7TM2H Teorie a metodika TV II – házená
- j) KTS/7TM2K Teorie a metodika TV II – kopaná
- k) KTS/7TM3G Teorie a metodika TV III – gymnastika
- l) KTS/7TM3A Teorie a metodika TV III – atletika
- m) KTS/7TM3P Teorie a metodika TV III – plavání
- n) KTS/7TM3F Teorie a metodika TV III – florbal
- o) KTS/7TH4 Teorie a metodika sportovních her (tradiční a nové hry)
- p) KTS/7TGP Teorie a metodika základní gymnastiky a kondičního posilování
- q) KTS/7R1 Komplexní regenerace I
- r) KTS/7GTA Teorie a metodika rytmické gymnastiky, tanců a základů aerobiku
- s) KTS/7TL3Z Teorie a metodika lyžování III
- t) KTS/7TU Teorie a metodika základů sportovních úpolů
- u) KTS/7STZ Sportovní trénink

(3) Zkouška se člení na tyto dílčí součásti

- a) **Biomedicínské disciplíny.**
- b) **Tělovýchovné disciplíny.**
- c) **Metodiky tělesné výchovy.**

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

3. **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.)
4. **Fyziologie tělesných cvičení.** Termoregulace. (Mechanismy termoregulace, termoregulační mechanismy při pohybovém zatížení, pohybové aktivity při vysoké teplotě prostředí, pohybové aktivity při nízké teplotě prostředí.)
5. **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.)
6. **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.)
7. **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.)
8. **Funkční anatomie člověka.** Funkční anatomie kostní tkáně. Lebka, axiální systém, kostra a spoje horních a dolních končetin. Funkční anatomie kosterního svalu. Hybné složky pohybového systému – svaly jednotlivých funkčních celků.
9. **Funkční anatomie člověka.** Dýchací systém, obecné principy funkční anatomie dýchacích cest, mechanika dýchání a řízení dýchání. Urogenitální systém muže a ženy.
10. **Funkční anatomie člověka.** Oběhový systém. Žlázy s vnitřní sekrecí.
11. **Funkční anatomie člověka.** Nervový systém, řízení motoriky. Kožní systém.
12. **Komplexní regenerace ve sportu.** Formy regenerace. Prostředky regenerace (biologické, pedagogické, psychologické, farmakologické) a jejich charakteristika.
13. **Komplexní regenerace ve sportu.** Aerobní, anaerobní typ únavy. Únava tělesná, rozdělení a charakteristika. Stresová reakce organismu. Problémy adaptace v souvislosti s regenerací a časový průběh regenerace. Přehled projevů adaptace organismu na zatížení a problémy malaadaptace.

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 **Tělovýchovné 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. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Antická tělesná kultura. Spartský a Athénský výchovný systém, starověké olympijské hry a ostatní všeřecké hry. Základní reálie tělesné kultury ve starověkém Římě.
  2. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Tělovýchovné systémy 19. a počátku 20. století. Německý turnerský systém, švédský (severský) gymnastický systém. Francouzská přirozená metoda. Novorakouská metoda.
  3. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Anglický insulární systém sportů a her. Kořeny hlavních sportovních odvětví. Vznik skautingu. Vznik organizace YMCA a její podíl na rozvoji TVS.
  4. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** 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.
  5. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** Vývoj mezinárodního olympijského hnutí v meziválečném období. Základní reálie jednotlivých OH a ZOH, včetně her plánovaných na roky 1940 a 1944.
  6. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** 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. Vznik a vývoj českého sportu do roku 1918. Vznik a vývoj školní tělesné výchovy a vznik a vývoj turistiky v Českých zemích do 1. světové války
  7. **Dějiny tělesné výchovy a sportu.** 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. Mezinárodní úspěchy našeho sportu v tomto období. Školní tělesná výchova a vzdělávání učitelů TV v tomto období. Rozvoj turistiky a role KČST.
  8. **Úvod do didaktiky tělesné výchovy.** Sport a výchova, sport jako socializační prostředí, cíle a úkoly sportovní výchovy, vývoj a výchova sportovce (dědičnost, prostředí, výchova).
  9. **Úvod do didaktiky tělesné výchovy.** Sportovec – motorické učení (charakteristika dovedností, fáze motorického učení).
  10. **Úvod do didaktiky tělesné výchovy.** Trenér – profese a osobnost trenéra (typologie trenérů, struktura a dynamika osobnosti trenéra, nároky kladené na trenéra).

11. **Úvod do didaktiky tělesné výchovy.** Sportovec – motivace a aktivita sportovce (motivace a demotivace, vnitřní a vnější motivace, výkonová motivace, udržení aktivity, motivace a únava).
12. **Biomechanika.** Definice Biomechaniky, cíle Biomechaniky a tři oblasti hlavního cíle Biomechaniky, základní veličiny (skaláry a vektory), vektorové skládání sil, statická rovnováha, vnější a vnitřní síly.
13. **Biomechanika.** Kinematika pohybu, předmět zkoumání, základní charakteristiky, druhy pohybů a s tím spojené základní pojmy, základní kinematické vzorce – posuvný pohyb a otáčivý pohyb
14. **Biomechanika.** Dynamika (kinetika) pohybu, předmět zkoumání, tíhová síla, vnitřní a vnější síly, zákon setrvačnosti (zákon zachování hybnosti, vzorec), otáčivý pohyb – moment síly (co vyjadřuje, vzorec).
15. **Biomechanika.** Dynamika (kinetika) pohybu, zákon síly, co vyjadřuje, impuls síly a hybnost, vzorec vyjadřující jejich vztah, otáčivý pohyb – moment setrvačnosti (co vyjadřuje, vzorec).
16. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Základní osy a roviny používané k popisu tělesných cvičení, základní rozdělení postojů a jejich definice, definice obratu a jeho úhlová míra, definice převratů a jejich popis.
17. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Hlavní pravidla popisu tělesných cvičení, základní rozdělení kleků a jejich definice, definice vrutu a jeho úhlová míra, definice přechodů z poloh nižších do poloh vyšších a jejich popis.
18. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Definice pěti skupin základních poloh celého těla ve cvičení prostrná, základní rozdělení lehů a jejich definice, základní druhy chůze, definice visů (jako cvičení na náradí) a jejich popis.
19. **Základy názvosloví tělesných cvičení.** Definice čtyř základních pohybů celého těla po základně, základní rozdělení podporů a jejich definice, definuj rozdíl mezi ručkováním, lezením a šplháním, definice přechodů z poloh vyšších do poloh nižších a jejich popis.
20. **Antropomotorika.** Teorie tělesných cvičení (strukturální, procesuální a finální stránka).
21. **Antropomotorika.** Struktura komplexu silových a rychlostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
22. **Antropomotorika.** Struktura komplexu vytrvalostních a obratnostních schopností. Biologický základ, diagnostika, věkové a pohlavní zvláštnosti.
23. **Antropomotorika.** Zjišťování morfologického předpokladu tělocvičné a sportovní motoriky (historie lidské typologie, somatotyp).
24. **Antropomotorika.** Biologický věk (metody určení biologického věku, význam určování biologického věku).
25. **Antropomotorika.** Tělesné složení (metody měření tělesného složení, význam z hlediska sportovního a společenského).

26. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Obecná charakteristika sportu, charakteristika sportovního tréninku a klasifikace sportovních výkonů. Cíl a úkoly sportovního tréninku, systém sportovního tréninku.
27. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Zákony a principy sportovního tréninku.
28. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje silových a rychlostních schopností.
29. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Struktura a metody rozvoje vytrvalostních a obratnostních schopností.
30. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Sportovní trénink jako proces biopsychosociální adaptace (principy zatížení a zotavení, Seleyův adaptační syndrom, princip superkomezace).
31. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Stavba a řízení sportovního tréninku (etapy a cykly sportovního tréninku, tréninková jednotka, sestavování tréninkového plánu).
32. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Technická, taktická a psychologická příprava ve sportovním tréninku.
33. **Teorie a didaktika sportovního tréninku.** Doping (druhy zakázaných látek, průběh dopingové kontroly, nejznámější případy dopingu).

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 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 **Metodiky tělesné výchovy** 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. **Teorie a metodika TV – gymnastika.** Metodika nácviu základních gymnastických prvků – kotoul vpřed, vzad a letmo – popis prvků, průpravná cvičení pro nácvik prvků, záchrana a dopomoc.
  2. **Teorie a metodika TV – gymnastika.** Metodika nácviu základních gymnastických prvků – stoj na rukou a přemet stranou – popis prvků, průpravná cvičení pro nácvik prvků, záchrana a dopomoc.

3. **Teorie a metodika TV – atletika.** Metodika skokanských a sprinterských disciplín (Základní metodika nácviku, charakteristika disciplín, pravidla startů a měření časů, trénink).
4. **Teorie a metodika TV – atletika.** Metodika vrhačských a běžeckých disciplín, trénink běhů (Základní metodika nácviku, charakteristika disciplín, pravidla startů a měření časů, trénink).
5. **Teorie a metodika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů kraul a znak, průpravná cvičení, technika a metodika startovních skoků.
6. **Teorie a metodika plavání.** Technika a metodika plaveckých způsobů prsa, průpravná cvičení, technika a metodika plaveckých obrátek.
7. **Teorie a metodika TV – volejbal.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
8. **Teorie a metodika TV – basketbal.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
9. **Teorie a metodika TV – házená.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
10. **Teorie a metodika TV – kopaná.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
11. **Teorie a metodika TV – florbal.** (Charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)
12. **Teorie a metodika základní gymnastiky a kondičního posilování.** Metody rozvoje kloubní pohyblivosti (aktivní, pasivní, statické, dynamické, metoda PIR), tréninkové principy v posilování, stavba tréninkové jednotky, frekvence tréninku v týdnu (trénink celého těla, dělený trénink), sestavování tréninkových plánů (začátečníci, pokročilí – silový, objemový, rýsovací tréninkový plán).
13. **Teorie a metodika základů sportovních úpolů.** Systematika, rozdělení a základní charakteristika úpolů. Význam úpolových disciplín. Metodika nácviku pádové techniky. Příklady sportovních úpolů. Obsahová a pohybová charakteristika, druhy soutěží, základní pravidla vybraných úpolových sportů. Didaktické zásady a metodika úpolů ve školní tělesné a sportovní výchově.
14. **Teorie a metodika rytmické gymnastiky, tanců a základů aerobiku.** Náčiní v moderní gymnastice a jejich charakteristika. Základní hudební pojmy a jejich charakteristika. Charakteristika skupinových aerobních forem cvičení s hudbou. Nízký, vysoký aerobik – rozdíl, využití. Skladba skupinové aerobní lekce.
15. **Teorie a metodika 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, vývoj metodiky lyžování v podobě lyžařských škol (do roku 1945).
16. **Teorie a metodika 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, vývoj metodiky lyžování v podobě lyžařských škol (od roku 1945 do současnosti).

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 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, magisterský jednooborový studijní program Tělesná výchova a sport**

**KTS/0Q1J Tělesná výchova a zdraví.  
KTS/0Q2J Tělovýchovné disciplíny.  
KTS/0Q3J Pedagogika sportu.**

Student je povinen absolvovat celkem 120 ECTS kreditů v následující struktuře předmětů:

- Povinné předměty (základní teoretické předměty profilujícího základu) – 43 kreditů (ZT).
- Povinné předměty (profilující základ studijního programu) – 20 kreditů (PZ).
- Předměty související s vypracováním závěrečné práce – 12 kreditů.
- Odborná praxe a její reflexe – 30 kreditů.
- Povinně volitelné předměty – 15 kreditů.

Studenti skládají státní závěrečnou zkoušku z oblasti tělesná výchova a zdraví, tělovýchovných disciplín a z didaktiky tělesné výchovy a sportu. Součástí í státní závěrečné zkoušky je obhajoba diplomové práce a také obhajoba profesního portfolia.

#### **(1) KTS/0Q1J Tělesná výchova a zdraví.**

Do zkoušky ústí tyto základní teoretické předměty (ZT)

- a) KTS/0HPJ Hygiena TV a první pomoc
- b) KTS/0VZJ Výchova ke zdraví
- c) KTS/0KZ Kineziologie
- d) KTS/0PSZ Psychologie zdraví
- e) KTS/0TJJ Teorie a didaktika jógy

(2) 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.



(3) Tematické okruhy zkoušky 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. **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.
7. **Hygiena tělesných cvičení a první pomoc.** Aktivace ZZS, úrovně bdělosti (AVPU), život zachraňující úkony (ABC), kardio-pulmonální resuscitace. Ochrana při mimořádných událostech.
8. **Výchova ke zdraví.** Zdraví, nemoc a imunita, imunitní trénink, psychosomatická a celostní medicína.
9. **Výchova ke zdraví.** Faktory determinující zdraví, udržitelnost zdraví a aktivní životní styl.
10. **Psychologie zdraví.** Zdravý životní styl, kvalita života, psychohygiena a sociální opora.
11. **Psychologie zdraví.** Negativní návyky, závislosti a zdraví, alkohol, drogy, kouření, vliv emocí a stresu na zdraví.
12. **Teorie a didaktika jógy.** Osm stupňů hatha a rádža jógy.
13. **Teorie a didaktika jógy.** Principy zdravého pohybu. Jógová terapie.

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

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

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

(6) **KTS/0Q2J Tělovýchovné disciplíny.**

Do zkoušky ústí tyto základní teoretické předměty (ZT)

- a) KTS/0PSTJ Psychologie tělesné výchovy a sportu

- b) KTS/OSMK Statistické metody v kinantropologii
- c) KTS/ODTVS Didaktika tělesné výchovy a sportu
- d) KTS/0ATV Aplikovaná tělesná výchova

(7) 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.

(8) Tematické okruhy zkoušky jsou

1. **Didaktika tělesné výchovy a sportu.** Didaktika tělesné výchovy (čím se zabývá), projekty výchovy (centrální a liberální, učební plán, učební osnovy, učivo), cíle tělesné výchovy (vzdělávací, výchovné, zdravotní).
2. **Didaktika tělesné výchovy a sportu.** Proces vzdělávání a výchovy v tělesné výchově (druhy učení, motorické učení, pohybové dovednosti, druhy senzomotorického učení, činitelé v motorickém učení)
3. **Didaktika tělesné výchovy a sportu.** Tělesná zdatnost ve školním pojetí. Klasifikace pohybových schopností (fyziologický základ pohybových schopností, senzitivní periody, rozvoj pohybových schopností, síla, rychlost, vytrvalost, obratnost, pohyblivost).
4. **Didaktika tělesné výchovy a sportu.** 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.)
5. **Didaktika tělesné výchovy a sportu.** Učitel tělesné výchovy. (Osobnost učitele tělesné výchovy, profesiografická analýza činností učitele TV, rozvoj osobnosti učitele tělesné výchovy, typologie osobnosti učitele tělesné výchovy.)
6. **Didaktika tělesné výchovy a sportu.** 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.)
7. **Psychologie tělesné výchovy a sportu.** Psychologické aspekty pohybové aktivity a sportu. Vliv různých druhů PA na psychiku jedince, vliv psychiky jedince na provádění PA v soutěžní, popř. tréninkové činnosti. Konkrétní faktory působící na bio-psycho-sociální podstatu jedince, formování osobnosti. Aktuální psychický stav, event. možnosti jeho regulace, aktivace, zvládání psychické zátěže v soutěžní činnosti.
8. **Psychologie tělesné výchovy a sportu.** Kognitivní procesy a jejich vztah k pohybovým aktivitám. Smyslové vnímání, myšlení, pozornost a koncentrace, paměť a učení (motorické), představivost.
9. **Psychologie tělesné výchovy a sportu.** Motivační a volní procesy a jejich vztah k pohybovým aktivitám. Druhy motivace, rozdíly mezi motivací a vůlí, selfkoncept osobnosti.
10. **Psychologie tělesné výchovy a sportu.** Emoční procesy a jejich vztah k pohybovým aktivitám. Druhy emocí a jejich vlastnosti, vliv pohybové aktivity na emoční prožívání jedince, vliv emocí na kvalitu pohybového projevu jedince.

11. **Psychologie tělesné výchovy a sportu.** Požadavky na osobnost tělovýchovného pedagoga, vedení sportovce – týmu v soutěži. Aktuální psychický stav, event. možnosti jeho regulace, aktivace, zvládnání psychické zátěže v soutěžní činnosti.
12. **Aplikovaná tělesná výchova.** Definice a klasifikace zdravotního postižení dle WHO. Charakteristika jednotlivých typů zdravotního postižení dle WHO.
13. **Aplikovaná tělesná výchova.** Pojem aplikované pohybové aktivity a jejich využití v praxi v souvislosti s integrací v rámci sportovních aktivit. Vrcholné sportovní soutěže pro osoby se zdravotním postižením.
14. **Statistické metody v kinantropologii.** Charakteristiky centrální tendence (aritmetický průměr, modus, medián). Charakteristiky rozložení (směrodatné odchylky, kvartilové odchylky atd.). Metody porovnání sportovních výkonů z různých disciplín.

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

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

(10) Popis průběhu zkoušky z předmětu. Student si z výše uvedených tematických okruhů 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.

#### (11) KTS/0Q3J Pedagogika sportu.

Do zkoušky ústí tyto další předměty profilujícího základu (PZ)

- |            |                                    |
|------------|------------------------------------|
| a) KTS/OG  | Gymnastika – teorie a didaktika    |
| b) KTS/OSH | Sportovní hry – teorie a didaktika |
| c) KTS/OA  | Atletika – teorie a didaktika      |
| d) KTS/OP  | Plavání – teorie a didaktika       |

(12) 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.

(13) Tematické okruhy zkoušky jsou

1. **Gymnastika – teorie a didaktika.** Prostná a přeskok u mužů a žen (charakteristika nářadí z hlediska norem a pravidel), pravidla sportovní gymnastiky (panely rozhodčích), bezpečnost ve výuce (záchrana, pomoc a sebezáchrana).
2. **Gymnastika – teorie a didaktika.** Bradla u mužů a žen (charakteristika nářadí z hlediska norem a pravidel), pravidla sportovní gymnastiky (panely rozhodčích), bezpečnost ve výuce (záchrana, pomoc a sebezáchrana).

3. **Gymnastika – teorie a didaktika.** Hrazda u mužů a žen (charakteristika nářadí z hlediska norem a pravidel), pravidla sportovní gymnastiky (panely rozhodčích), bezpečnost ve výuce (záchrana, dopomoc a sebezáchrana).
4. **Atletika – teorie a didaktika.** Teorie a didaktika sprintů a běhů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla startů a měření časů, trénink).
5. **Atletika – teorie a didaktika.** Teorie a didaktika skoků (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
6. **Atletika – teorie a didaktika.** Teorie a didaktika vrhů a hodů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
7. **Plavání – teorie a didaktika.** Technika a didaktika 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.
8. **Plavání – teorie a didaktika.** Technika a didaktika 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.
9. **Plavání – teorie a didaktika.** Základní reálie z historie plavání, teorie a didaktika plaveckého tréninku, příčiny tonutí a utonutí, komplex záchrany tonoucích.
10. **Sportovní hry – teorie a didaktika.** (Charakteristika SH – vznik a vývoj, základní dělení, systematika SH – HČJ, HK, HS.)
11. **Sportovní hry – teorie a didaktika.** (Charakteristika a význam drobných her, postup při výběru a nácviku pohybové hry, vliv pohybových her na žáky, přínos her k nácviku tělovýchovných a sportovních činností)
12. **Sportovní hry – teorie a didaktika.** (Individuální a týmový herní výkon, děj utkání a jeho členění, herní situace a vztahy, grafický záznam, testovací techniky)

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

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

(15) Popis průběhu zkoušky z předmětu. Student si z výše uvedených tematických okruhů 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 dvouspecializační studijní program Učitelství pro střední školy se specializací Tělesná výchova (TVsš)

#### KTS/0QS Učitelství tělesné výchovy pro SŠ

Magisterský studijní program je tvořen takto:

Obecná pedagogika/ psychologie	20 kreditů
Oborová didaktika	20 kreditů (10+10)
Praxe	16 kreditů [(3+3) + (3+3) + 4]
První obor	22 kreditů
Druhý obor	22 kreditů
Příprava závěrečné práce	18 kreditů
Volitelný předmět	2 kredity
Celkem kreditů	120

(1) Do zkoušky ústí tyto základní teoretické předměty (ZT)

- a) KTS/0DSS Hygiena TV a první pomoc
- b) KTS/0VZ Výchova ke zdraví
- c) KTS/0ZT1 Teorie a didaktika zdravotní tělesné výchovy I
- d) KTS/0PSZ Psychologie tělesné výchovy
- e) KTS/0ZT2 Teorie a didaktika zdravotní tělesné výchovy II

(2) Do zkoušky ústí tyto další předměty profilujícího základu (PZ)

- a) KTS/0DS Didaktika tělesné výchovy pro střední školy
- b) KTS/0TDG Teorie a didaktika TV – gymnastika
- c) KTS/0TDH Teorie a didaktika TV – sportovní hry
- d) KTS/0TDA Teorie a didaktika TV – atletika
- e) KTS/0TDP Teorie a didaktika TV – plavání
- f) KTS/0TBH Teorie a metodika bruslení a ledního hokeje

(3) Zkouška se člení na tyto dílčí součásti

- a) **Tělesná výchova a zdraví.**
- b) **Didaktiky tělesné výchovy**

(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 **Tělesná výchova a zdraví** 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. **Psychologie tělesné výchovy.** Psychologické aspekty pohybové aktivity a sportu. Vliv různých druhů PA na psychiku jedince, vliv psychiky jedince na provádění PA v soutěžní, popř. tréninkové činnosti. Konkrétní faktory působící na bio-psycho-sociální podstatu jedince, formování osobnosti. Aktuální psychický stav, event. možnosti jeho regulace, aktivace, zvládnání psychické zátěže v soutěžní činnosti.
2. **Psychologie tělesné výchovy.** Kognitivní procesy a jejich vztah k pohybovým aktivitám. Smyslové vnímání, myšlení, pozornost a koncentrace, paměť a učení (motorické), představivost.
3. **Psychologie tělesné výchovy.** Motivační a volní procesy a jejich vztah k pohybovým aktivitám. Druhy motivace, rozdíly mezi motivací a vůlí, selfkoncept osobnosti.
4. **Psychologie tělesné výchovy.** Emoční procesy a jejich vztah k pohybovým aktivitám. Druhy emocí a jejich vlastnosti, vliv pohybové aktivity na emoční prožívání jedince, vliv emocí na kvalitu pohybového projevu jedince.
5. **Psychologie tělesné výchovy.** Požadavky na osobnost tělovýchovného pedagoga, vedení sportovce – týmu v soutěži. Aktuální psychický stav, event. možnosti jeho regulace, aktivace, zvládnání psychické zátěže v soutěžní činnosti.
6. **Zdravotní tělesná výchova.** Pojem zdraví a nemoci. Charakteristika zdravotního oslabení, kategorie zdravotních oslabení a jejich stručná charakteristika, diagnostická činnost učitele zdravotní TV, struktura a obsah cvičební jednotky ve zdravotní TV.
7. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení pohybového systému. Vliv civilizačních faktorů; poruchy hybných stereotypů, jejich hodnocení a způsob nácviku správných hybných stereotypů; význam vyrovnávacích cvičení; posturální funkce a její poruchy; podstata správného a nesprávného držení těla, metody hodnocení držení těla; odchylky v postavení kyčlí, kolen a nohou, poruchy klenby nožní.
8. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení orgánových soustav. Oslabení dýchacího systému. Oslabení kardiovaskulárního systému. Metabolické poruchy. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)
9. **Zdravotní tělesná výchova.** Oslabení orgánových soustav. Oslabení zažívacího ústrojí. Gynekologická 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.** Nervová a neuropsychická oslabení. 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. **Výchova ke zdraví.** Zdraví, nemoc a imunita, imunitní trénink, psychosomatická a celostní medicína.
12. **Výchova ke zdraví.** Faktory determinující zdraví, udržitelnost zdraví a aktivní životní styl.

13. **Hygiena tělesných cvičení a první pomoc.** Naléhavé stavy dětského věku. Naléhavé stavy při venkovních (rekreačních) aktivitách, výbava lékárníčky pro pobyty v přírodě a zotavovací akce.
14. **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 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 **Didaktiky tělesné výchovy** 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. **Didaktika tělesné výchovy pro střední školy.** Didaktika tělesné výchovy (čím se zabývá), projekty výchovy (centrální a liberální, učební plán, učební osnovy, učivo), cíle tělesné výchovy (vzdělávací, výchovné, zdravotní).
  2. **Didaktika tělesné výchovy pro střední školy.** Proces vzdělávání a výchovy v tělesné výchově (druhy učení, motorické učení, pohybové dovednosti, druhy senzomotorického učení, činitelé v motorickém učení)
  3. **Didaktika tělesné výchovy pro střední školy.** Tělesná zdatnost ve školním pojetí. Klasifikace pohybových schopností (fyziologický základ pohybových schopností, senzitivní periody, rozvoj pohybových schopností, síla, rychlost, vytrvalost, obratnost, pohyblivost).
  4. **Didaktika tělesné výchovy pro střední školy.** 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.)
  5. **Didaktika tělesné výchovy pro střední školy.** Učitel tělesné výchovy. (Osobnost učitele tělesné výchovy, profesiografická analýza činností učitele TV, rozvoj osobnosti učitele tělesné výchovy, typologie osobnosti učitele tělesné výchovy.)
  6. **Didaktika tělesné výchovy pro střední školy.** 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.)

7. **Teorie a didaktika TV – gymnastika.** Prosná a přeskok u mužů a žen (charakteristika náradí z hlediska norem a pravidel), pravidla sportovní gymnastiky (panely rozhodčích), bezpečnost ve výuce (záchrana, pomoc a sebezáchrana).
8. **Teorie a didaktika TV – gymnastika.** Bradla u mužů a žen (charakteristika náradí z hlediska norem a pravidel), pravidla sportovní gymnastiky (panely rozhodčích), bezpečnost ve výuce (záchrana, pomoc a sebezáchrana).
9. **Teorie a didaktika TV – gymnastika.** Hrazda u mužů a žen (charakteristika náradí z hlediska norem a pravidel), pravidla sportovní gymnastiky (panely rozhodčích), bezpečnost ve výuce (záchrana, pomoc a sebezáchrana).
10. **Teorie a didaktika TV – atletika.** Teorie a didaktika sprintů a běhů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla startů a měření časů, trénink).
11. **Teorie a didaktika TV – atletika.** Teorie a didaktika skoků (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
12. **Teorie a didaktika TV – atletika.** Teorie a didaktika vrhů a hodů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
13. **Teorie a didaktika TV – plavání.** Technika a didaktika 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.
14. **Teorie a didaktika TV – plavání.** Technika a didaktika 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.
15. **Teorie a didaktika TV – plavání.** Základní reálie z historie plavání, teorie a didaktika plaveckého tréninku, příčiny tonutí a utonutí, komplex záchrany tonoucích.
16. **Teorie a didaktika TV – sportovní hry.** (Charakteristika SH – vznik a vývoj, základní dělení, systematika SH – HČJ, HK, HS.)
17. **Teorie a didaktika TV – sportovní hry.** (Charakteristika a význam drobných her, postup při výběru a nácviku pohybové hry, vliv pohybových her na žáky, přínos her k nácviku tělovýchovných a sportovních činností)
18. **Teorie a didaktika TV – sportovní hry.** (Individuální a týmový herní výkon, děj utkání a jeho členění, herní situace a vztahy, grafický záznam, testovací techniky)
19. **Teorie a metodika bruslení a ledního hokeje.** (Metodika bruslení, charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)

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 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 dvouspecializační studijní program Učitelství pro 2. stupeň základních škol se specializací tělesná výchova (TVsn)

#### KTS/0QZ Učitelství pro 2. stupeň ZŠ se specializací tělesná výchova

Magisterský studijní program je tvořen takto:

Pedagogicko-psychologický základ	24 kreditů
Reflektovaná praxe	14 kreditů
Specializace I. a její oborová didaktika	30 kreditů
Specializace II. a její oborová didaktika	30 kreditů
Příprava kvalifikační práce ped. psych. základu)	18 kreditů (v rámci jedné zvolené specializace či
Doplňující předměty v rámci učitelské propedeutiky	2 kredity
Volitelné předměty	2 kredity
Celkem kreditů	120

(1) Do zkoušky ústí tyto základní teoretické předměty (ZT)

- a) KTS/0HP Hygiena TV a první pomoc
- b) KTS/0ZT1 Teorie a didaktika zdravotní tělesné výchovy I
- c) KTS/0PST Psychologie tělesné výchovy
- d) KTS/0ZT2Z Teorie a didaktika zdravotní tělesné výchovy II

(2) Do zkoušky ústí tyto další předměty profilujícího základu (PZ)

- a) KTS/0DZ Didaktika tělesné výchovy pro základní školy
- b) KTS/0TDG Teorie a didaktika TV – gymnastika
- c) KTS/0TDH Teorie a didaktika TV – sportovní hry
- d) KTS/0TDA Teorie a didaktika TV – atletika
- e) KTS/0TDP Teorie a didaktika TV – plavání
- f) KTS/0TDV Teorie a didaktika výchovy ke zdraví
- g) KTS/0TBH Teorie a metodika bruslení a ledního hokeje

(3) Zkouška se člení na tyto dílčí součásti

- a) **Tělesná výchova a zdraví.**
- b) **Didaktiky tělesné výchovy**

(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 **Tělesná výchova a zdraví** 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. **Psychologie tělesné výchovy.** Psychologické aspekty pohybové aktivity a sportu. Vliv různých druhů PA na psychiku jedince, vliv psychiky jedince na provádění PA v soutěžní, popř. tréninkové činnosti. Konkrétní faktory působící na bio-psycho-sociální podstatu jedince, formování osobnosti. Aktuální psychický stav, event. možnosti jeho regulace, aktivace, zvládání psychické zátěže v soutěžní činnosti.
  2. **Psychologie tělesné výchovy.** Kognitivní procesy a jejich vztah k pohybovým aktivitám. Smyslové vnímání, myšlení, pozornost a koncentrace, paměť a učení (motorické), představivost.
  3. **Psychologie tělesné výchovy.** Motivační a volní procesy a jejich vztah k pohybovým aktivitám. Druhy motivace, rozdíly mezi motivací a vůlí, selfkoncept osobnosti.
  4. **Psychologie tělesné výchovy.** Emoční procesy a jejich vztah k pohybovým aktivitám. Druhy emocí a jejich vlastnosti, vliv pohybové aktivity na emoční prožívání jedince, vliv emocí na kvalitu pohybového projevu jedince.
  5. **Psychologie tělesné výchovy.** Požadavky na osobnost tělovýchovného pedagoga, vedení sportovce – týmu v soutěži. Aktuální psychický stav, event. možnosti jeho regulace, aktivace, zvládání psychické zátěže v soutěžní činnosti.
  6. **Zdravotní tělesná výchova. Pojem zdraví a nemoci.** Charakteristika zdravotního oslabení, kategorie zdravotních oslabení a jejich stručná charakteristika, diagnostická činnost učitele zdravotní TV, struktura a obsah cvičební jednotky ve zdravotní TV.
  7. **Zdravotní tělesná výchova. Oslabení pohybového systému.** Vliv civilizačních faktorů; poruchy hybných stereotypů, jejich hodnocení a způsob nácviku správných hybných stereotypů; význam vyrovnávacích cvičení; posturální funkce a její poruchy; podstata správného a nesprávného držení těla, metody hodnocení držení těla; odchylky v postavení kyčlí, kolen a nohou, poruchy klenby nožní.
  8. **Zdravotní tělesná výchova. Oslabení orgánových soustav.** Oslabení dýchacího systému. Oslabení kardiiovaskulárního systému. Metabolické poruchy. (Podrobná charakteristika oslabení, postup vyrovnávání pohybových nedostatků, didaktické zásady pro kompenzaci daného oslabení, stanovení nevhodných cvičení pro daný druh oslabení.)
  9. **Zdravotní tělesná výchova. Oslabení orgánových soustav.** Oslabení zažívacího ústrojí. Gynekologická 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.** Nervová a neuropsychická oslabení. 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. **Výchova ke zdraví.** Zdraví, nemoc a imunita, imunitní trénink, psychosomatická a celostní medicína.
12. **Výchova ke zdraví.** Faktory determinující zdraví, udržitelnost zdraví a aktivní životní styl.
13. **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.
14. **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 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 **Didaktiky tělesné výchovy** 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. **Didaktika tělesné výchovy pro základní školy.** Didaktika tělesné výchovy (čím se zabývá), projekty výchovy (centrální a liberální, učební plán, učební osnovy, učivo), cíle tělesné výchovy (vzdělávací, výchovné, zdravotní).
  2. **Didaktika tělesné výchovy pro základní školy.** Proces vzdělávání a výchovy v tělesné výchově (druhy učení, motorické učení, pohybové dovednosti, druhy senzomotorického učení, činitelé v motorickém učení)
  3. **Didaktika tělesné výchovy pro základní školy.** Tělesná zdatnost ve školním pojetí. Klasifikace pohybových schopností (fyziologický základ pohybových schopností, senzitivní periody, rozvoj pohybových schopností, síla, rychlost, vytrvalost, obratnost, pohyblivost).

4. **Didaktika tělesné výchovy pro základní školy.** 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.)
5. **Didaktika tělesné výchovy pro základní školy.** Učitel tělesné výchovy. (Osobnost učitele tělesné výchovy, profesiografická analýza činností učitele TV, rozvoj osobnosti učitele tělesné výchovy, typologie osobnosti učitele tělesné výchovy.)
6. **Didaktika tělesné výchovy pro základní školy.** 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.)
7. **Teorie a didaktika TV – gymnastika.** Prostná a přeskok u mužů a žen (charakteristika nářadí z hlediska norem a pravidel), pravidla sportovní gymnastiky (panely rozhodčích), bezpečnost ve výuce (záchrana, dopomoc a sebezáchrana).
8. **Teorie a didaktika TV – gymnastika.** Bradla u mužů a žen (charakteristika nářadí z hlediska norem a pravidel), pravidla sportovní gymnastiky (panely rozhodčích), bezpečnost ve výuce (záchrana, dopomoc a sebezáchrana).
9. **Teorie a didaktika TV – gymnastika.** Hrazda u mužů a žen (charakteristika nářadí z hlediska norem a pravidel), pravidla sportovní gymnastiky (panely rozhodčích), bezpečnost ve výuce (záchrana, dopomoc a sebezáchrana).
10. **Teorie a didaktika TV – atletika.** Teorie a didaktika sprintů a běhů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla startů a měření časů, trénink).
11. **Teorie a didaktika TV – atletika.** Teorie a didaktika skoků (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
12. **Teorie a didaktika TV – atletika.** Teorie a didaktika vrhů a hodů (systematika a charakteristika disciplín, základní metodika nácviku, systém soutěží, pravidla disciplína a měření výkonů, trénink).
13. **Teorie a didaktika TV – plavání.** Technika a didaktika 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.
14. **Teorie a didaktika TV – plavání.** Technika a didaktika 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.
15. **Teorie a didaktika TV – plavání.** Základní reálie z historie plavání, teorie a didaktika plaveckého tréninku, příčiny tonutí a utonutí, komplex záchrany tonoucích.
16. **Teorie a didaktika TV – sportovní hry.** (Charakteristika SH – vznik a vývoj, základní dělení, systematika SH – HČJ, HK, HS.)

17. **Teorie a didaktika TV – sportovní hry.** (Charakteristika a význam drobných her, postup při výběru a nácviku pohybové hry, vliv pohybových her na žáky, přínos her k nácviku tělovýchovných a sportovních činností)
18. **Teorie a didaktika TV – sportovní hry.** (Individuální a týmový herní výkon, děj utkání a jeho členění, herní situace a vztahy, grafický záznam, testovací techniky)
19. **Teorie a metodika bruslení a ledního hokeje.** (Metodika bruslení, charakteristika, nácvik a trénink herních činností jednotlivce, nácvik a trénink herních kombinací, nácvik a trénink herních systémů.)

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

- a) Počet otázek a způsob jejich zadávání. Student si vylosuje jeden tematický okruh.
- b) Popis průběhu dílčí součásti zkoušky. Student si z výše uvedených tematických okruhů 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) Obsahové a formální požadavky na kvalifikační práci vycházející ze specifík jednotlivých oblastí vědního oboru kinatropologie.
- (2) Detailní požadavky na rozsah kvalifikační práce, na její formální zpracování, na uspořádání její titulní strany i dalších úvodních stran, dále požadavky na citace a způsob uvedení bibliografických údajů s uvedením příkladů jsou detailně popsány ve vzorech kvalifikačních prací zveřejněných na webových stránkách KTVS:  
<https://www.pf.jcu.cz/cz/fakulta/katedry/katedra-telesne-vychovy-a-sportu/pro-studenty/kvalifikacni-prace>
- (3) Na stránce, která obvykle následuje za titulním listem, student uvede toto prohlášení: *„Prohlašuji, že jsem autorem této kvalifikační práce a že jsem ji vypracoval(a) pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu použitých zdrojů.“* Pokud je kvalifikační práce vypracována v jiném jazyce než v češtině, uvede student odpovídající formulaci prohlášení v příslušném jazyce. K uvedenému prohlášení student připojí datum, své jméno a příjmení. Ve všech tištěných kopiích kvalifikační práce, které student předkládá k obhajobě, ke jménu a příjmení připojí rovněž vlastnoruční podpis. V elektronické verzi kvalifikační práce student namísto vlastnoručního podpisu připojí za své jméno a příjmení dovětek „v.r.“.

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

(5) Všechny práce budou kromě dvou vytištěných a svázaných exemplářů odevzdány i v elektronické podobě ve formě CD v PDF a také jako dokument Word, ze kterého bude převzat údaj o počtu slov a způsobu vkládání obrázků (bez vnitřního obsahu tabulek a příloh). Tabulky a přílohy tedy musí být v práci začleněny jako samostatné obrázky.

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

## Čl. 10

### Obhajoba kvalifikační práce

(1) Kvalifikační práce je na PF JU samostatnou a zvlášť hodnocenou částí SZZ ve všech akreditovaných studijních programech. Není-li v tomto opatření stanoveno jinak, student si ji zadává na katedře garantující SZZ, respektive na jedné ze dvou kateder garantujících SZZ, v jím studovaném studiu, kdykoliv v průběhu studia tak, aby mohl ve zbývajících částech studia získat zápočty za předměty seminářů závěrečné práce.

(2) Vedoucím kvalifikační práce může být jen akademický pracovník, který je absolventem studia v doktorském studijním programu nebo jemu na roveň postaveného, anebo odborník působící v praxi, který je absolventem magisterského studijního programu; vedoucím bakalářské práce může být výjimečně i student doktorského studijního programu. Vedoucím kvalifikační práce, který je zaměstnancem PF JU, může vést nejvýše 10 kvalifikačních prací.

(3) Je-li vedoucím kvalifikační práce odborník působící v praxi anebo student doktorského studia, je součástí zadání též vedoucím katedry provedené a podepsané odůvodnění jeho kvalifikace, způsobilosti a spolehlivosti být vedoucím kvalifikační práce.

(4) Vedoucí práce kromě metodického vedení práce průběžně dohlíží, zda nedochází k plagiátorství v jakékoli formě. K tomu mohou využívat elektronické systémy (např. Theses). V případě zjištění plagiátorství, a to i v dokončené práci, nedoporučí práci k obhajobě s uvedením zjištěné skutečnosti, a zároveň dá děkanovi podnět k zahájení disciplinárního řízení. Práci, která byla posouzena jako plagiovaná, musí autor přepracovat, resp. doplnit. Přitom termín obhajoby, k němuž byl autor kvalifikační práce přihlášen nebo v němž proběhla obhajoba s negativním výsledkem, je jedním z platných termínů ve smyslu příslušného článku SZŘ JU v platném znění.“

(5) Obhajoba kvalifikační práce probíhá před komisí pro SZZ. Student nejprve v časovém limitu 8-10 minut představí členům komise svou práci (prezentace v elektronické podobě), její téma, cíle a hypotézy, zvolenou metodiku výzkumu a výsledky. Poté jsou přečteny posudky vedoucího a oponenta práce. Následně se student vyjádří k posudkům a zodpoví dotazy a připomínky. V další diskusi reaguje na otázky vznesené členy komise. Práce je poté hodnocena komisí neveřejně. Výsledná známka z obhajoby je oficiálně vyhlášena za přítomnosti všech studentů a členů komise.

## Část IV.

### Portfolio studenta

(1) Studenti magisterských studijních programů, jejichž absolvováním se získává kvalifikace učitele, jsou povinni předložit před konáním oborově zaměřené části své portfolium zpracované dle pokynů stanovených ve směrnici vedoucího katedry.

(2) 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. Podrobně na webových stránkách KTVS

<https://www.pf.jcu.cz/cz/fakulta/katedry/katedra-telesne-vychovy-a-sportu/pro-studenty/szz>

(3) 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.

(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 1. 4. 2023.

V Českých Budějovicích 8. 4. 2023

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