

Maturitní okruhy TVM

Okruhy

- 1) Svaly a svalové skupiny: funkce, tendence ke zkrácení/oslabení
- 2) Adaptace – reakce organismu, sportovní trénink
- 3) Správné stravování ve sportu
- 4) První pomoc – postup a pomoc raněnému při úrazu
- 5) Historie sportu – pravěk až současnost, OH
- 6) Reakce organismu na zátěž v extrémních teplotních podmínkách
- 7) Reakce organismu na zátěž ve vysokohorských podmínkách
- 8) Sport a výuka TV u dětí předškolního věku
- 9) kardiovaskulární systém, cévní soustava
- 10) Stavba, parametry a reakce dýchací soustavy
- 11) Stres
- 12) Držení těla, kritická místa
- 13) Průběh hodiny TV – úvodní část, hlavní část, závěr
- 14) Základy názvosloví – příklady poloh/cviků
- 15) pohyby v kloubech kosterně svalového ústrojí
- 16) Protahování – druhy, bezpečnost, správné provedení
- 17) Správné zásady a postupy při vyučování v hodině tělesné výchovy
- 18) Metabolismus – souhrn dějů v těle sloužící k tvorbě energie
- 19) Motorika – vývoj a obsah učení
- 20) Pohybové aktivity dvou a více osob s pravidly