

**Okruhy štátnicových otázok pre študijný program telesná výchova
v kombinácii ku štátnicovému predmetu Telesná výchova - štátna skúška (1.
stupeň)**

1. Zásady bezpečnosti na lyžiarskych kurzoch
2. Výstroj a výzbroj pre zjazdové lyžovanie
3. Metodika nácviku lyžiarskych zručností
4. Úvod do problematiky turistických aktivít
5. Druhy, obsah a formy turistických aktivít
6. Výstroj a výzbroj pre pešiu a vysokohorskú turistiku
7. Pohybová zložka pešej a vysokohorskej turistiky
8. Výstroj a výzbroj pre korčuľovanie a ľadový hokej
9. Metodika nácviku korčuľarskych zručností
10. Gymnastická terminológia
11. Delenie gymnastiky
12. Základné pohyby a tanečné kroky
13. Druhy, formy a úlohy rozcvičenia
14. Strečing a jeho druhy
15. Cvičenia s náčiním, bez náčinia, na náradí
16. Metodické rady základných gymnastických prvkov
17. Úvod do teórie plávania, zdravotný význam plávania a pohybu vo vodnom prostredí.
18. Osvojovanie si pohybových činností v plávaní. Základné plávanie a hry vo vode.
19. Biomechanické základy plávania - kinematika.
20. Biomechanické základy plávania – dynamika.
21. Technika a didaktika nácviku plaveckých spôsobov (voľný – kraulová technika, prsia).
22. Technika nácviku plaveckých spôsobov (znak, motýlik).
23. Základné a športové plávanie.
24. Záchrana topiacich sa. Pomoc unavenému plavcovi.
25. Vodné pólo.
26. Synchronizované plávanie. Skoky do vody.
27. Potápanie.
28. Charakteristika atletiky, systematika atletických disciplín
29. Teória pohybovej činnosti: beh a skok do diaľky
30. Teória pohybovej činnosti: skok do výšky, hod kriketovou loptičkou a vrh guľou
31. Didaktika: šliapavý a švihový beh, skok do diaľky
32. Didaktika: skok do výšky, hod kriketovou loptičkou a vrh guľou
33. Charakteristika biomechaniky a biomechanické metódy poznávania telocvičného a športového pohybu.
34. Kinematika pohybu človeka (priestorové, časové a priestorovo časové charakteristiky pohybu).
35. Dynamika pohybu človeka (Sily a ich pôsobenie, vnútorné – svalové sily).
36. Plán tematického celku vybranej športovej hry v základnej škole.
37. Vyučovacia hodina ako základná organizačná forma výuky vybranej športovej hry v základnej škole.
38. Metodické formy uplatňované vo výuke vybranej športovej hry v základnej škole.

39. Sociálne – interakčné formy používané vo výuke vybranej športovej hry v základnej škole.
40. Herný výkon vybranej športovej hry žiakov v základnej škole.
41. Technika a taktika herných činností vybranej športovej hry.
42. Kondičná podmienenosť výuky vybranej športovej hry a herného výkonu žiakov základnej školy.
43. Nácvik útočných a obranných herných činností jednotlivca vybranej športovej hry základného školstva.
44. Herné kombinácie vybranej športovej hry vhodné pre žiakov 2. stupňa základnej školy.
45. Uplatňované herné systémy v hre vybranej športovej hry žiakov 2. stupňa základnej školy.
46. Hodnotenie obranných a útočných herných činností jednotlivca vybranej športovej hry v škole.
47. Organizovanie zápasu, medzitriednych a medziškolských súťaží vybranej športovej hry v základnej škole.
48. Rozhodovanie zápasu vybranej športovej hry v základnej škole.
49. Metódy športovej antropomotoriky, aplikované metódy z prírodných, spoločenských a technických vied.
50. Pohybové predpoklady. Vlohy (dispozície): genetický základ. Pohybové schopnosti, Pohybové zručnosti a pohybové návyky. Vedomosti
51. Schopnosti človeka, Senzorické: Pohybové, Intelektuálne, Kultúrno-umelecké.
52. Delenie pohybových schopností Kondičné, Koordinačné, Hybridné
53. Štruktúra pohybových zručností: zatvorené zručnosti, otvorené zručnosti, Hrubé zručnosti, Jemné zručnosti, pracovné, športové
54. Silové schopnosti, definícia, delenie, metódy rozvoj
55. Vytrvalostné schopnosti, definícia, delenie, metódy rozvoja
56. Aeróbná vytrvalosť, Anaeróbná vytrvalosť
57. Ohybnosť (pohyblivosť), definícia, delenie, metódy rozvoja
58. Základy rozvoja rýchlostných schopností, definícia, delenie, metódy rozvoja
59. Rozvoj koordinačných schopností – predchádzajúci pojem „obratnosť“, definícia, delenie, metódy rozvoja
60. Športová antropomotorika, vedný odbor, Predmet športovej antropomotoriky, definícia predmetu športová antropomotorika
61. SELEKCIA, Ciele selekcie
62. Základné testy a normy telesného rozvoja
63. Testovanie pohybových schopností, testy na jednotlivé pohybové schopnosti.
64. Pohybová aktivita v živote súčasného človeka, zdravie, aktívny vek, starnutie, rizikové faktory, celoživotná pohybová aktivita, starnutie organizmu, faktory zachovania zdravia,
65. Ciele, ktoré môže sledovať pohybová aktivita Faktory vplývajúce na zdravie jedinca, podiel jednotlivých aktivít,
66. Telesná výchova v zahraničí, Globálne odporúčania pre kvalitnejšiu TV,
67. Špecifický prínos vyučovania telesnej a športovej výchovy, zdravotné benefity
68. Didaktika – uvedomelé osvojovanie si vedomostí, zručností a návykov. Telovýchovný proces. Pohybové činnosti človeka

69. Všeobecné zákony učenia: psychologické, fyziologické, pedagogické
Pedagogické hľadiská: Učenie prebieha ako postupné približovanie sa k cieľu, regulačné a autoregulačné mechanizmy s využitím spätných informácií, Efektívnosť učenia
70. Druhy učenia: Učenie poznatkov, Motorické učenie, Učenie intelektuálnym činnostiam: rozumové, Uč. Sa sociálnemu správaniu,
71. Psychologicko – pedagogické prístupy k motorickému učeniu: Analyticko – syntetický prístup, Komplexný prístup
72. Proces motorického učenia (MU) a jeho fázy
73. Prvky v riadení motorického učenia: Učiteľ, Žiak, Projekt, Podmienky – *vonkajšie* (materiálne a priestorové vybavenie školy) a *vnútorné faktory*
74. Senzitívne (citlivé) obdobia pre rozvoj pohybových schopností
75. Organizačné formy vyučovania v školskej TV a didaktické formy hodín TV
Povinné (obligatórne) organizačné formy TV, Nepovinné (fakultatívne) organizačné formy TV
76. Typy vyučovacích hodín, nácvikové, zdokonaľovacie, diagnostické, kontrolné
77. Štruktúra vyučovacej hodiny: Úvodná časť, Prípravná časť, Hlavná časť, Záverečná časť
78. Didaktické formy telesnej výchovy, Hromadná x skupinová x individuálna didaktická forma, Špecifické didaktické formy, špecifické didaktické formy, doplnkové cvičení
79. Didaktické štýly učiteľa, príkazový, praktický recipročný, vyučovací štýl so sebahodnotením a s ponukou s riadeným a samostatným objavovaním.
80. Svetové dejiny telesnej kultúry
81. Olympizmus
82. Slovenské dejiny telesnej kultúry
83. Pohybový aparát
84. Sústava svalov
85. Anatómia a funkcia kĺbov
86. Svaly vzhľadom k pohybovej činnosti ľudského organizmu
87. Fyziológia nervovej sústavy
88. Fyziológia krvi
89. Fyziológia dýchania
90. Fyziológia srdcovo-cievneho systému
91. Fyziológia trávenia
92. Termoregulácia
93. Endokrinná sústava
94. Analyzátory a ich úloha v telesnom zaťažení
95. Zdroje energie pre svalovú prácu
96. Teórie adaptácie na zaťaženie
97. Úvod do metodológie vedy, formulácia vedeckého problému, typy výskumov v športe
98. Metodika práce, metódy zisťovania a spracovania empirických údajov.
99. Výsledky a ich interpretácia, závery.
100. Bibliografická a citačná norma ISO 690.

LITERATÚRA

- ADAMČÁK, Š., NOVOTNÁ, N. 2009. Hry v telocvični a základná gymnastika. Žilina : Žilinská univerzita, 2009. 204 s. ISBN 978-80-554-0125-6.
- ANTALA, B., LABUDOVÁ, J., DANČÍKOVÁ, V. a kol. 2013. Koedukované vyučovanie telesnej a športovej výchovy. Bratislava : UK FTVŠ. 2013. 163 s. ISBN 978-80-89257-63-8.
- ARGAJ, G. 2018. 100 pohybových hier pre mladých basketbalistov. Bratislava: Slovenská basketbalová asociácia. 108 s. ISBN 978-80-973081-4-8.
- BALÁŽ, J. a kol. 1995. Vybrané kapitoly z biomechaniky. Bratislava : PdF UK, 1995.
- BARAN I. 2006. Záchrana topiaceho, Bratislava : FO ART s.r.o., 2006. ISBN 80-88973-20-1.
- BARAN, I. 1983 : BŠBTČ – Športové potápanie, UK Bratislava 1983.
- BILOVESKÁ, M. 1994. Didaktika plávania. Banská Bystrica : Univerzita Mateja Bela, 1994. 67 s. ISBN 8085162768.
- BINOVSÝ, A. a kol.: Anatómia II. Bratislava : UK, 1998.
- BINOVSÝ, A. et al.: Anatómia I. Bratislava : UK, 1997.
- BINOVSÝ, A.: Anatómia pre športovcov I - pohybový systém. Bratislava: UK, 2010. 310 s. ISBN 80-223-2594-3.
- BINOVSÝ, A.: Funkčná anatómia pohybového systému. Bratislava: UK, 2009. 274 s. ISBN 978-80-223-2414-4.
- BLAHUTOVÁ, A. 2017. Technika a didaktika lyžovania .1. vyd.– Ružomberok: Verbum, 2017, 66 s. ISBN 978-80-561-0504-7.
- ČILLÍK, I. a kol. 2009. Atletika. Banská Bystrica : FHV UMB, 2009. 200 s. ISBN 978-80-8083-892-8.
- FILC, J. - KRIŠKOVÁ, E. - STARŠÍ, J. 1994. Teória a didaktika korčuľovania a základov hokeja. Bratislava: Univerzita Komenského, 1994. 109 s. ISBN 978-80-22304-740
- GREXA, J. 2011. Aké boli antické olympijské hry. Bratislava : SOV, 2011. 47 s. ISBN 978-80-89460-06-8. Dostupné z <http://www.olympic.sk/userfiles/files/publikacie/ak-boli-antickolympijsk-hry-60053.pdf>
- SOUČEK, Ľ. 2010. Naši olympijskí medailisti a olympionici. Bratislava : SOV, 2010. 150 s. ISBN 978-80-89460-045. Dostupné z <http://www.olympic.sk/userfiles/files/publikacie/nasiolympijskoolympionici-86561.pdf>
- GREXA, J. a kol. 1996. Olympijské hnutie na Slovensku. Od Atén po Atlantú. Bratislava : Q111, 1996. 212 s. ISBN 80 85401-56-8.
- HALMOVÁ, N. 2000. Rytmická gymnastika a aerobik. 1. Časť. Nitra : Univerzita Konštantína Filozofa, 2000. 66 s. ISBN 8080503729.
- HAMAR, D. – LIPKOVÁ, J.: Fyziológia telesných cvičení. Bratislava : UK, 1997.
- HOHMANN, A., LAMES, M., LETZELTER, M. 2010. Úvod do športovního tréningu. Prostějov : Sdružení sport a věda, 2010. ISBN 9788025492543.
- HOCH, M., ČERNUŠÁK, V. a kol. 1968. Plavání. Praha : SPN, 1968. 249 s. ISBN 83-08-09.
- HORIČKA, P. 2014. Basketbal. Teória a didaktika. Nitra: Pedagogická fakulta, Univerzita Konštantína Filozofa v Nitre. 158 s. ISBN 978-80-558-0673-0.
- CHRÁSKA, M. 1999. Didaktické testy. Brno : Paido, 1999. 91 s. ISBN 8085931680.
- CHRÁSKA, M. 2007. Metody pedagogického výzkumu. Praha : GRADA Publishing, 2007. 265 s. ISBN 978-80-247-1369-4.

- CHRÁSKA, M. 2007. Metody pedagogického výzkumu. Praha : GRADA Publishing, 2007. 265 s. ISBN 978-80-247-1369-4.
- IZÁKOVÁ, A., ARGAJ, G., TOMÁNEK, L., HŮLKA, K. 2019. Teória a didaktika športovej hry basketbal. Vysokoškolská učebnica. Banská Bystrica: Vydavateľstvo Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici – Belianum. 130 s. ISBN 978-80-557-1648-0.
- JUNGER, J., a kol. 2002. Turistika a športy v prírode. Prešov: FHaPV PU, 2002, 267 s. ISBN 80-8068-097-3.
- KALEČÍK, L. A kol. 1997. Teória a didaktika plaveckých športov. Bratislava : Univerzita Komenského, 1997. 200 s. ISBN 80-223-0959-1.
- KAMPMILLER, T. a kol. 2000. Teória a didaktika atletiky II. Bratislava : Univerzita Komenského 2000. 96 s. ISBN 80-223-1413-7.
- KAMPMILLER, T. a kol. 2002. Teória a didaktika atletiky I. 2. vydanie. Bratislava : Univerzita Komenského, 2002. 164 s. ISBN 80-223-1701-2.
- KASA, J. 2004. Športová antropomotorika. Bratislava : FTVŠ UK, 2004. 209 s. ISBN 80-968252-3-2.
- KIRKENDALL, D.T. 2013. Fotbalový tréning. Rozvoj sily, rychlosti a obratnosti na anatomických základech. Praha : GRADA, 2013. 220 s. ISBN 978-80-247-4491-9.
- KOMPÁN, J.- GORNER, K. 2007. Možnosti uplatnenia turistiky a pohybových aktivít v prírode. FHV UMB ISBN 80-8083-365-7.
- KOMPÁN, J., a kol. 2017. Outdoorové aktivity, športy a špecifiká pobytu v prírode. Banská Bystrica: Belianum, 2017, 210 s. ISBN 978-80-557-1342-7.
- KONIAR, M., LEŠKO, M. 1990. Biomechanika. Bratislava : Slovenské pedagogické
- KRAJČOVIČ, J. ROUČKOVÁ, M. 2014. Plávanie v školskej telesnej a športovej výchove. Bratislava : Metodicko-pedagogické centrum, 2014, 1 vydanie. 60 s. ISBN 978-80-8052-561-3.
- KRŠIAKOVÁ, S. 2000. Gymnastika hrou. Bratislava : Pedagogická fakulta UK, 2000. 112 s. ISBN 80-88868-52-1.
- LABUDOVÁ, J. 2011. Synchronizované plávanie. Bratislava: ABL Print Bratislava. 100. s ISBN 978-80 89257-40-9.
- MACEJKOVÁ, Y. a kol. 2005. Didaktika plávania. Bratislava : ICM AGENCY, 2005. 152 s. ISBN 80-969268-3-7.
- nakladateľstvo, 1990. 310 s. ISBN 80-08-00331-6.
- NEMEC, M. et al. (2014). Športové hry. 1. časť. Učebnica. Banská Bystrica: Vydavateľstvo Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici - Belianum. 228 s. ISBN 978-80-557-0809-6.
- <file:///C:/Users/UVATE~1/AppData/Local/Temp/hotov%C3%A1%20kniha%20%C5%A0H%201.pdf>.
- NEMEC, M., KOLLÁR, R. 2009. Teória a didaktika futbalu. Banská Bystrica : Janka Čižmárová – partner, 2009. 201 s. ISBN 978-80-89183-62-3.
- NOVOTNÁ, N., NOVOTNÁ, B., KRŠKA, P. Gymnastika. Ružomberok: VERBUM, 2011, 144 s. ISBN 978 – 80 – 8084 – 755 – 5.
- NOVOTNÁ, N. 2003. Gymnastika (Vybrané kapitoly). B. Bystrica : PF UMB, 2003. 121 s.
- OFICIÁLNE pravidlá basketbalu platné od 1. januára 2021. Oficiálny výklad. FIBA. <https://www.basketliga.sk/dokumenty/2020/FIBA-pravidla-basketbalu-verzia-2021.pdf>
- PAUGSCHOVÁ, B., a kol. 2004. Lyžovanie. Banská Bystrica: Bratia Sabovci, s.r.o. Zvolen, 2004, 237 s. ISBN 80-8055-880-9
- PELIKÁN, H. 2001. Terminológia gymnastiky. Bratislava : UK, 2001.
- PERÁČEK, P. – PAKUSZA, Zs. 2011. Futbal teória a didaktika. Vysokoškolská učebnica pre študentov FTVŠ UK v Bratislave. Bratislava : IRIS 2011. 217 s. ISBN 978-80-89238-55-2.

- PERÁČEK, P. 2018. Teória športových hier. Vysokoškolská učebnica. Bratislava: Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport. 435 s. ISBN 978-80-89075-74-4.
- PERÁČEK, P. 2018. Teória športových hier. Vysokoškolská učebnica. Bratislava: Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport. 435 s. ISBN 978-80-89075-74-4.
- PERÚTKA, J. a kol. 1988. Dejiny telesnej kultúry. Bratislava : Slovenské pedagogické nakladateľstvo, 1998. 287 s. 067-469-88 DTK.
- PERÚTKA, J., GREXA, J. 1999. Dejiny telesnej kultúry na Slovensku. Bratislava : Univerzita Komenského, 1999. 137 s. ISBN 80-223-1382-3.
- PETROVÍČ, P., BELÁS, M. 2012. Bežecké lyžovanie. Bratislava: ICM Agency, 2012, 111 s. ISBN 978-80-89257-51-5.
- PRAVIDLÁ futbalu platné od 1.7.2021. SFZ.
https://mediamanager.sportnet.online/media/pages/f/futbalsfz.sk/2021/06/pravidla-futbalu-2021-22_slovenska-verzia.pdf.
- Pravidlá volejbalu 2017-2020 platné pre všetky súťaže od 1. mája 2017. FIVB.
https://www.avr-sr.sk/administracia/prilohy/dokument/oficialne_pravidla_volejbalu_2017_2020.pdf.
- PŘIDAL, V., ZAPLETALOVÁ, L. 2018. Športová príprava vo volejbale. Vysokoškolská učebnica. 2. vyd. Bratislava: Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport. 398 s. ISBN 978-80-89075-72-0.
- PSALMAN, V. 2010. Hodnotenie športovej techniky z aspektu biomechaniky, Bratislava : ICM, 2010. 149 s. ISBN 978-80-89257-22-5.
- PSALMAN, V., ZVONAR, M., BALÁŽ, J. 2013. Biomechanické metódy ve sportu. Brno: FSpS MU, 2013.
- PYTLÍK, J. 2015. Hokejové bruslení. Trendy ve výuce techniky. Praha: Grada Publishing, a.s. Praha 2015, ISBN 978-80-247-5742-1
- RUŽBARSKÝ, P. 2018. Antropomotorika. Prešov: PU v Prešove. 79 s. ISBN 978-80-555-2042-1
- SEDLÁČEK, J. – CIHOVÁ, I. 2009. Športová metrológia. - 1. vyd. - Bratislava: ICM Agency, 2009. -124 s. ISBN 978-80-89257-15-7
- SEDLÁČEK, J., ANTALA, B. a kol. 2008. Hodnotenie telesného rozvoja a motorickej výkonnosti žiakov v procese kurikulárnej transformácie výchovy a vzdelávania, Bratislava : 2008, 138 s. ISBN.
- SEMAN, F. 2012. Mílniky světového športu. Bratislava : SOV, 2012. 95 s. ISBN 978-80-89460-09-0. Dostupné z <http://www.olympic.sk/userfiles/files/publikacie/milnikyweb-41339.pdf>
- SCHMIDT, R. A., LEE, T. D. 2005. Motor control and learning. A behavioral emphasis. Leeds : Human Kinetics, 2005. 536 s. ISBN 0-7360-4258-X.
- SIDWELLS, CH. Velká kniha o cyklistice. 1.vyd. Bratislava: Slovast, 2004. 239s. ISBN 80-7209-585-4
- SOUČEK, L. 2011. Novoveké olympijské hry. Bratislava : SOV, 2011. 171 s. ISBN 978-80-89460-06-9. Dostupné z <http://www.olympic.sk/userfiles/files/publikacie/novovekeolympijske-hry-21575.pdf>
- SOULEK, I., MARTINEK, K. Cyklistika. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, 2000. 112s. ISBN 80-7169-951
- STARŠÍ, J. 1992. Didaktika telesnej výchovy pre 1. stupeň ZŠ. Banská Bystrica : PF UMB, 1992. 114 s. ISBN 80-856162-33-4.
- ŠIMONEK, J. 2005. Didaktika telesnej výchovy. Nitra . Univerzita Konštantína Filozofa, 2005. 103 s. ISBN 8080508739.

- ŠIMONEK, J. a kol. 2004. Metodika telesnej výchovy pre stredné odborné školy. Bratislava : SPN, 2004. 285 s. ISBN 8010003808.
- THOMAS, D. G. 2005. Swimming. Steps to success. Leeds : Human Kinetics, 2005. 190 s. ISBN 0-7360-5436-7.
- TOMÁNEK, Ľ. 2010. Teória a didaktika basketbalu. Bratislava: ICM Agency. 212 s. ISBN 978-80-89257-25-6.
- TÓTH, I. a kol. Ľadový hokej. Bratislava: FiDAT s.r.o., 2010. 392 s. ISBN 978-80-970545-0-2.
- VIDUMANSKÝ, L. 2006. Teória a didaktika vodného póla. Bratislava : Univerzita Komenského. 2006. ISBN 9788022321693.
- VOJTÍK, J. 2010. Fotbalové cvičení a hry. Praha : GRADA Publishing, 2010. 152 s. ISBN 978-80-247-3576-4.
- ZAPLETALOVÁ, L., PŘIDAL, V. 2007. Volejbal - základy techniky, taktiky a výučby. Bratislava: UK, 2007. 158 s. ISBN 978-80-223-2280-5.
- ZDRAVIE a pohyb. In: Inovovaný ŠVP (Štátny vzdelávací program) pre 2. stupeň ZŠ.
<https://www.statpedu.sk/sk/svp/inovovany-statny-vzdelavaci-program/inovovany-svp-2.stupen-zs/>.
- ZVONAR, M., DUVAČ, I. a kol. 2011. Antropomotorika pro magisterský program tělesná výchova a sport.. Brno : Masarykova Univerzita, 2011. 231 s. ISBN 978-80-210-538-9.
- ŽIDEK, J.: Turistika a ochrana života a zdravia. Bratislava. FTVŠ UK 2013, 123 s. ISBN 9788022333986

Časopisy

- Športové hry (Slovenská republika)
Telesná výchova a sport mládeže (Česká republika)
Telesná výchova a šport (Slovenská republika)