

Tematické okruhy pro závěrečnou zkoušku trenérské školy- B licence

Pozn. : Osvětlení otázek bude požadováno v širších souvislostech vyučovaných předmětů (t. j. také z pohledu pedagogiky, psychologie, fyziologie)

- Sport a jeho role v soudobé společnosti.
- Osobnost a činnost trenéra.
- Sportovní trénink: cíl úkoly, obsah, systém, proces.
- Sportovní výkon v bojových sportech a jeho struktura.
- Osobnost ve sportovní činnosti.
- Energetické zajištění sportovního výkonu
- Zatížení, zatěžování.
- Únava, zotavení, regenerační procedury.
- Kondiční příprava
- Taktická příprava
- Technická příprava
- Psychologická příprava
- Dlouhodobá koncepce sportovního tréninku.
- Trénovanost a sportovní forma.
- Řízení sportovního tréninku.
- Vývoj sportovce v ontogenezi, věkové zákonitosti (stadia vývoje).
- Zvláštnosti sportovní přípravy dětí.
- Výběr talentů.
- Zdravotní a výchovné otázky sportu a sportovního tréninku.
- Vývojové tendence v současném sportu a tréninku.
- Hygiena prostředí, hygiena sportovce, výživa a pitný režim
- První pomoc.