



PREŠOVSKÁ UNIVERZITA V PREŠOVE

FAKULTA ŠPORTU

Oddelenie pre vzdelávanie

Okruhy tém na bakalárske štátne skúšky

Študijný odbor: **vedy o športe**

Študijný program: **špeciálna pohybová príprava v bezpečnostných zložkách**

Stupeň štúdia: **bakalársky**

Predmet štátnej skúšky: **Teória a didaktika úpolov**

Didaktika športu

- charakteristika športu
- dlhodobá športová príprava
- športový tréning a tréningové cykly
- tréningové zaťaženie a regenerácia

Bojové umenia a systémy

- historický vývoj – rozdelenie bojových umení, klasifikácia, zaradenie, rozšírenie a filozofia
- definovanie jednotlivých bojových umení a systémov – etika a etiketa, využitie, terminológia, postavenie v ozbrojených zložkách



PREŠOVSKÁ UNIVERZITA V PREŠOVE

FAKULTA ŠPORTU

Oddelenie pre vzdelávanie

Legislatíva bezpečnostných zložiek

- bezpečnostné zložky SR
- práva a povinnosti bezpečnostných zložiek

Pádová technika

- systematika pádovej techniky – definovanie, rozdelenie a využitie
- fyzikálne východiská pádovej techniky – biomechanika, vplyv pohybových schopností a zručností
- využívanie pádovej techniky – prípravné cvičenia, školstvo, výcvik
- technické a taktické kurikulum – metodika výcviku, rozvoj (ontogenéza a fylogenéza)

Prípravné úpoly

- história, taxonómia, prax, základné úpoly, úpolové cvičenia
- štruktúra prípravných cvičení – aspekty, biomechanické zložky, kontakt
- využitie prípravných úpolov – bojové zručnosti, sebaobrana
- vývoj prípravných cvičení vo fylogenéze a ontogenéze – vekové charakteristiky, technická vyspelosť



PREŠOVSKÁ UNIVERZITA V PREŠOVE

FAKULTA ŠPORTU

Oddelenie pre vzdelávanie

Karate

- história karate – zaradenie do systematiky, delenie, vývoj, charakteristika
- právny a organizačný rámec – SR, svet, zaradenie vo výcviku, technická výkonnosť, skúšky
- pokročilé technické prostriedky rozvoja v karate – princípy, kata, kihon, osobnosť trénera, bunkai a aplikácie, riadenie tréningového procesu, zložky tréningovej jednotky
- štruktúra výkonu – šport, bojové umenie, bojová forma, definovanie

Teória a didaktika úpolových športov a bojových umení

- systematika úpolov – znaky, vzťahy v taxonómii
- zaťaženie v príprave profesijného charakteru – aplikácie
- motorické učenie
- tréningový proces – modelové TJ (bojové umenia, športové úpoly, sebaobrana – boj zblízka, pohybové návyky, pohybové zručnosti, zložky TJ,...)
- fyzická a mentálna príprava

Sebaobrana

- definovanie, konflikt, zložky prípravy, psychologický aspekt
- druhy, princípy, právny rámec
- technické činnosti (stratégia a taktika), hmaty a chvaty
- osobná obrana a ochrana osôb, typy útokov
- stresový aspekt, posttraumatická stresová porucha (PTSD)



PREŠOVSKÁ UNIVERZITA V PREŠOVE

FAKULTA ŠPORTU

Oddelenie pre vzdelávanie

Úpolové športy

- definovanie úpolových športov, rozdelenie (geografické a iné)
- druhy a charakteristiky, vplyvy
- využitie, osvojovanie, rozvoj, vývoj
- pravidlá, štruktúry výkonu

Kondičná príprava

- delenie a využitie pohybových hier v kondičnej príprave príslušníkov bezpečnostných zložiek
- rozvoj pohybových schopností v príprave príslušníkov bezpečnostných zložiek

Antropomotorika

- pohybové predpoklady: definície, klasifikácie a možnosti diagnostiky
- pohybová lateralita: definícia, klasifikácia a možnosti diagnostiky

V Prešove 17. 02. 2023

doc. PaedDr. Pavel Ružbarský, PhD., univer. prof.
osoba zodpovedná za študijný program