

TÉMATA K NEPOVINNÉ MATURITNÍ ZKOUŠCE Z TĚLESNÉ VÝCHOVY
PRO ŠKOLNÍ ROK 2026/2027

1.

a) Význam tělesné výchovy pro děti předškolního věku. Cíle TV, všestranný rozvoj dítěte, význam pravidelného pohybu.

b) Význam sportu pro člověka. Sport jako součást životního stylu, jeho zdravotní, psychologický a společenský význam.

2.

a) Anatomicko-fyziologická specifika dítěte předškolního věku a jejich zohlednění při pohybových činnostech.

b) Základní stavba a funkce pohybového aparátu. Kosti, klouby, svaly a jejich význam pro pohyb.

3.

a) Prevence úrazů při tělesné výchově. Nejčastější úrazy dětí, bezpečnost, prevence a zásady bezpečného cvičení.

b) První pomoc při sportu. Základní postup při úrazu, přivolání pomoci, základní životní funkce a zásady poskytování první pomoci.

4.

a) Organizační formy a didaktické zásady tělesné výchovy v mateřské škole.

b) Pohybové schopnosti – síla, rychlost, vytrvalost, obratnost a pohyblivost. Charakteristika a možnosti jejich rozvoje.

5.

a) První pomoc – základní postup, resuscitace, zotavovací poloha, protišoková opatření a transport raněného.

b) Základy sportovního tréninku. Tréninková zátěž, adaptace organismu, regenerace a odpočinek.

6.

a) První pomoc při vnějším a vnitřním krvácení. Druhy krvácení a základní zásady ošetření.

b) Základy anatomie a fyziologie při pohybové činnosti – oběhová, dýchací a pohybová soustava.

7.

a) Pohybové schopnosti – vytrvalost, síla, rychlost, obratnost a pohyblivost. Zásady jejich rozvoje u dětí předškolního věku.

b) Základní druhy sportů a jejich dělení – atletika, gymnastika, sportovní hry, plavání, zimní sporty, bojové sporty a další.

8.

a) Pohybové dovednosti dětí mladšího a předškolního věku. Nácvik běhu, skoku, házení, chytání, kotoulu a stojky.

b) Atletika – běžecké, skokanské a vrhačské disciplíny. Základní pravidla a nejvýznamnější atletické soutěže.

9.

a) Gymnastické názvosloví – základní polohy a pohyby těla, názvosloví cviků a grafické znázornění.

b) Sportovní gymnastika – disciplíny mužů a žen, základní nářadí a význam gymnastiky.

10.

a) Rozvoj hrubé motoriky – chůze, běh, skok, lezení, plazení a další lokomoční pohyby.

b) Sportovní hry – charakteristika, základní pravidla a příklady: fotbal, basketbal, volejbal, házená, tenis.

11.

a) Role pedagoga při tělesné výchově a motivace dítěte k pohybu. Organizace, komunikace, názorná ukázka a pozitivní motivace.

b) Psychologické aspekty sportu – motivace, výkon, soutěživost, spolupráce, fair play a zvládání neúspěchu.

12.

a) Psychologické a sociální přínosy tělesné výchovy pro děti předškolního věku. Pohyb, sebevědomí, spolupráce a socializace.

b) Fair play a olympijské hodnoty. Respekt, čestnost, přátelství, tolerance a význam sportu pro společnost.

13.

a) Navrhni, graficky znázorni a popiš překážkovou dráhu pro děti předškolního věku. Uveď její cíl, organizaci, bezpečnost a motivaci.

b) Olympijské hry – vznik antických olympijských her, jejich význam, obnovení novodobých OH a základní olympijské symboly.

14.

a) Využití nářadí a náčiní v MŠ – kloboučky, lana, lavičky, míče, padák. Navrhni a popiš pohybové hry.

b) Olympijské sporty a disciplíny. Rozdělení sportů na letní a zimní olympijské sporty, příklady disciplín a jejich základní pravidla.

15.

a) Využití netradičních pomůcek – noviny, víčka, houbičky, láhve. Navrhni a popiš pohybové hry.

b) Dějiny českého sportu. Vývoj sportu v českých zemích, významné sportovní organizace a významné osobnosti českého sportu.

16.

a) Bezpečnost při tělovýchovných činnostech. Bezpečnost prostoru, nářadí a náčiní, vhodné oblečení a obuv, organizace dětí a prevence úrazů.

b) Emil Zátopek – život, sportovní kariéra a význam pro český i světový sport. Olympijské úspěchy a jeho odkaz.

17.

a) Dopomoc a záchrana při cvičení. Zásady bezpečné dopomoci pedagoga při gymnastických a pohybových činnostech.

b) Významní čeští sportovci a sportovkyně. Příklady osobností a jejich nejvýznamnější sportovní úspěchy.

18.

a) Stavba jednotky tělesné výchovy. Úvodní část, průpravná část, hlavní část, závěrečná část, organizace a hodnocení.

b) Významné světové sportovní soutěže – olympijské hry, mistrovství světa, mistrovství Evropy a další významné soutěže.

19.

a) Pohybové činnosti v dalších vzdělávacích oblastech RVP PV. Propojování pohybu s hudbou, výtvarnou, jazykovou, přírodovědnou a poznávací činností.

b) Sportovní pravidla a sportovní terminologie. Základní pravidla vybraných sportů a orientace ve sportovních pojmech.

20.

a) Kompenzační cvičení – protahování, posilování, správné držení těla a prevence vadného držení těla u dětí předškolního věku.

b) Sport a zdravý životní styl. Pohybová aktivita, regenerace, spánek, výživa, pitný režim a prevence civilizačních onemocnění.

** kompletní otázku tvoří část označená a) + část označená b)*

za tělesnou výchovu s metodikou vypracovala: Mgr. Sára Kocourková