

VOLEJBAL

Okruhy otázok na štátnu skúšku pre magisterské štúdium 2024/2025

Názov predmetu:

Športová špecializácia (kolektívne športy)

Študijné programy:

Trénerstvo, Trénerstvo a učiteľstvo telesnej výchovy

1 a) Individuálny herný výkon (pojem, faktorová štruktúra individuálneho herného výkonu, herná spôsobilosť)

1 b) Vývojové tendencie v súčasnom vrcholovom volejbale mužov (všeobecné tendencie, HČJ, HK a HS, tréningový proces)

2 a) Charakteristika kondičného tréningu vo volejbale (ciele a úlohy, súvislosti medzi kondičnou a hernou pripravenosťou, požiadavky kladené na herný výkon z kondičného aspektu, zameranie v etape vrcholového tréningu)

2 b) Organizácia hry družstva po vlastnom podaní (charakteristika herného komplexu, stratégie a taktiky obrany na sieti a v poli, organizácia následného protiútoku)

3 a) Charakteristika hernej (technicko-taktickej) prípravy vo volejbale (ciele a úlohy, charakteristika fáz nácviku, zdokonaľovania a stabilizácie, metodické postupy a rady)

3 b) Organizácia hry družstva po prijíme podania (charakteristika herného komplexu, stratégie a taktiky postavenie družstva pri prijíme podania a pri následnom útoku)

4 a) Osobnosť trénera a jeho riadiaca činnosť (požiadavky kladené na jeho osobnostné vlastnosti, vedomosti a didaktické schopnosti, riadenie ako rozhodovací, ovplyvňovací a kontrolný proces, štýly riadiacej činnosti trénera, oblasti riadiacej činnosti)

4 b) Charakteristika prípravného obdobia (ciele a úlohy, dynamika tréningového zaťaženia, proporционаlnosť zložiek tréningového procesu, obsahové zameranie, charakteristika jednotlivých mezocyklov a mikrocyclov v PO)

5 a) Riadenie realizačného tímu (štruktúra realizačných tímov, kompetencie, výhody a nevýhody tímovej práce)

5 b) Charakteristika psychologickej prípravy vo volejbale (úlohy PP, časové členenie, zameranie v jednotlivých etapách RTC, metódy a formy, spolupráca trénera a psychológa)

6 a) Plánovanie tréningového procesu (charakteristika, druhy plánov a ich obsah, všeobecné a špeciálne tréningové ukazovatele, evidencia, vyhodnocovanie)

6 b) Riadenie družstva v zápase vo vrcholovom volejbale (požiadavky na trénera z pohľadu úspešnosti kaučingu, možnosti trénera vstupovať do zápasu v jeho priebehu, úlohy jednotlivých členov realizačného tímu v priebehu zápasu, hodnotenie družstva a hráčov po zápase)

7 a) Motorické učenie vo volejbale (charakteristika motorického učenia ako teoretického základu technicko-taktickej prípravy, fázy motorického učenia, plató, transfer, preučanie)

7.b) Plážový volejbal (vonkajšie a vnútorné zaťaženie, špecifiká pravidiel a techník HČJ, základná stratégia organizácie hry v herných komplexoch)

8 a) Výber talentov vo volejbale (talent, teoretický koncept výberu talentov)

8 b) Herné systémy vo vrcholovom volejbale (pojem HS, druhy HS vo vrcholovom volejbale, zloženie družstva a základnej zostavy z pohľadu hráčskych funkcií, obsah herných systémov, stratégia tvorby HS)

9 a) Nové tendencie v rozvoji koordinácie vo volejbale (charakteristika a ich význam, metódy, prostriedky rozvoja koordinácie)

9 b) Vývojové tendencie v súčasnom vrcholovom volejbale žien (celková charakteristika, HČJ, HK a HS, tréningový proces)

10 a) Formovanie hráčskeho kolektívu (charakteristika družstva ako sociálnej skupiny, základné pravidlá fungovania družstva, faktory vplyvajúce na efektivitu družstva, etapy budovania hráčskeho kolektívu, kritériá doplňovania kádra)

10 b) Organizačné formy tréningového procesu (tréningová jednotka a jej štruktúra, tréningové sústredenia a kempy, ďalšie organizačné formy)

11.a) Typy výskumných projektov v športe a ich charakteristika (ex post facto výskum, experiment, závislé a nezávislé premenné, myšlienkové výskumné metódy, vedecký problém, hypotéza, metódy získavania a spracovania údajov)

11.b) Súťaženie vo volejbale (charakteristika súťaženia, druhy súťaží, štruktúra medzinárodných súťaží, organizácia turnaja)

12.a) Hodnotenie herného výkonu vo volejbale (význam a využitie, metódy získavania údajov, spôsob registrácie skúmaných dát, metódy spracovania dát, zameranie výstupov, modelové charakteristiky v sledovaných ukazovateľoch)

12.b) Osobitosti športovej prípravy žien vo volejbale (anatomické, fyziologické rozdiely, špecifiká rozvoja jednotlivých pohybových schopností, špecifiká v technickej a taktickej, psychologickej príprave)

13.a) Charakteristika teoretickej prípravy (ciele a úlohy, vzťah poznatkov hráča a motivačnej štruktúry, poznatky o výžive a pitnom režime ako súčasti teoretickej prípravy)

13.b) Využitie metodických a sociálno-interakčných foriem v tréningovom procese (charakteristika jednotlivých foriem, smer pôsobenia, uplatnenie v jednotlivých vekových kategóriách)

14.a) Program športového tréningu vo volejbale (charakteristika programu ako prvku systému športového tréningu, ciele a inštrumentálne prvky)

14.b) Funkcie hráčov vo vrcholovom volejbale a ich špecializovaná príprava (profily jednotlivých hráčskych špecializácií, príčiny zavádzania špecializovaných tréningových jednotiek vo vrcholovom volejbale, špecifiká v kondičnej a hernej príprave)

15.a) Herný výkon družstva (pojem, štruktúra herného výkonu družstva, vzťah k individuálnemu hernému výkonu)

15.b) Etapy športovej prípravy detí a mládeže (charakteristika, ciele, úlohy, objem a proporционаlita v jednotlivých zložkách športového tréningu)

16.a) Tréningové zaťaženie vo volejbale (adaptácia, druh, intenzita, dĺžka trvania podnetu, frekvencia opakovania podnetu, komponenty tréningového zaťaženia, vlnovitost' dynamiky a efekty tréningového zaťaženia)

16.b) Osobnosť hráča (charakteristika hráča ako objektu tréningového procesu, skupinové role)

17.a) Nové tendencie v rozvoji vytrvalosti vo volejbale (charakteristika aeróbnej a anaeróbnej vytrvalosti a ich význam, metódy, prostriedky rozvoja, diagnostika)

17.b) Osobitosti kondičnej a hernej prípravy detí a mládeže (hlavné charakteristiky, zameranie prípravy v jednotlivých etapách z pohľadu rozvoja pohybových schopností, uplatnenie metód, metodických a sociálno-interakčných foriem)

18a) Diagnostika somatických a motorických parametrov hráča (merané somatické parametre z hľadiska štruktúry herného výkonu, testy všeobecnej a špeciálnej kondičnej pripravenosti, laboratórne vyšetrenia, validita a reliabilita testov)

18b) Význam a systém regenerácie vo vrcholovom volejbale (charakteristika jednotlivých prostriedkov, organizácia a systém ich využívania, pasívna a aktívna forma odpočinku z hľadiska regenerácie)

19.a) Charakteristika súťažného a prechodného obdobia vo volejbale (ciele a úlohy, dynamika tréningového zaťaženia, proporcionalita zložiek tréningového procesu, obsahové zameranie, charakteristika jednotlivých mezocyklov a mikrocyclov v SO a PRO)

19.b) Nové tendencie v rozvoji sily vo volejbale (charakteristika sily a jej význam, metódy, prostriedky, periodizácia rozvoja sily)

20.a) Príprava družstva na zápas vo vrcholovom volejbale (skauting, plán, prezentácia plánu, praktická realizácia plánu v tréningu, predzápasová príprava, rozcvičenie)

20.b) Nové tendencie v rozvoji rýchlosti vo volejbale (charakteristika rýchlosti a jej význam, fyziologická podmienenosť rýchlostných schopností, metódy, prostriedky rozvoja rýchlosti)

Odporúčaná literatúra:

Buchtel, J. a kol., 2005. *Teorie a didaktika volejbalu*. Univerzita Karlova Praha : Karolinum, s. 194. ISBN 80-246-1011-6

Peráček, P. 2018. *Teória športových hier*. Bratislava : Slovenská vedecká spoločnosť pre telesnú výchovu a šport. 1. vyd. s. 435. ISBN 978-80-89075-4

Přidal, V a L. Zapletalová, 2018. *Športová príprava vo volejbale*. 2. vyd. Bratislava : VSTVŠ A SVF s. 398. ISBN 978-80-89075-72-0

Zapletalová, L. a V. Přidal a T. Laurenčík, 2007. *Volejbal. Základy techniky, taktiky a výučby*. Univerzita Komenského Bratislava, s. 210. ISBN 978-80-223-2280-5

doc. PaedDr. Vladimír Přidal, PhD.

