

Okruhy otázok z predmetu štátnej skúšky

Teória a didaktika športovej špecializácie

Magisterské štúdium

Teória a didaktika modernej gymnastiky

1. a) Vznik a historický vývoj rytmickej a umeleckej gymnastiky.

b) Zaradenie modernej gymnastiky do olympijských súťaží. Trendy vývoja modernej gymnastiky v súčasnosti vzhľadom na zvyšovanie športovej výkonnosti.
.....
2. a) Etapy športovej prípravy v modernej gymnastike.

b) Osobitosti výberu detí a kritériá viacstupňového výberu vzhľadom na výkonnosť.
.....
3. a) Zložky športového tréningu v modernej gymnastike.

b) Osobitosti v rôznych etapách športovej prípravy v modernej gymnastike.
.....
4. a) Technika obratov rôznej obťažnosti a ich diferencované hodnotenie v súťažných zostavách moderných gymnastiek.

b) Didaktika obratov rôznej obťažnosti a ich diferencované hodnotenie v súťažných zostavách moderných gymnastiek.
.....
5. a) Technika skokov rôznej obťažnosti a ich diferencované hodnotenie v súťažných zostavách moderných gymnastiek.

b) Didaktika skokov rôznej obťažnosti a ich diferencované hodnotenie v súťažných zostavách moderných gymnastiek.
.....

6. a) Technika cvičebných tvarov v kategórii „rovnováhy“ a ich diferencované hodnotenie v súťažných zostavách moderných gymnastiek podľa obtiažnosti.

b) Didaktika cvičebných tvarov v kategórii „rovnováhy“ a ich diferencované hodnotenie v súťažných zostavách moderných gymnastiek podľa obtiažnosti.

.....

7. a) Rozvoj pohyblivosti dolných končatín v modernej gymnastike.

b) Rozvoj pohyblivosti chrbtice v modernej gymnastike.

.....

8. a) Osobitosti cvičenia s náčiním v súťažných zostavách modernej gymnastiky.

b) Zjednocujúci faktor hudby a tvorba choreografie v spoločných skladbách moderných gymnastiek.

.....

9. a) Periodizácia fáz a mikrofáz športového tréningu v celoročnom cykle a ich variabilita.

b) Etapy športovej prípravy v modernej gymnastike.

.....

10. a) Osobitosti kondičnej prípravy moderných gymnastiek v seniorskej kategórii.

b) Testovanie pohybových schopností limitujúcich športovú výkonnosť v modernej gymnastike.

.....

11. a) História vývoja rôznych gymnastických a tanečných smerov a ich vplyv na rozvoj modernej gymnastiky.

b) Osobitosti pohybovej prípravy moderných gymnastiek.

12. a) Osobitosti tvorby choreografie súťažných zostáv jednotlivkýň.

b) Význam laterality v športovom výkone v modernej gymnastike.

.....

13. a) Stratégia rozvoja koordinačných schopností a využitie senzitívnych období v tréningovom procese modernej gymnastiky.

b) Metódy rozvoja a testovania priestorovej a kinesteticko – diferenciačnej schopnosti.

.....

14. a) Systém súťaží v modernej gymnastike , ich organizácia a súťažné programy na Slovensku (majstrovstvá Slovenska).

b) Systém súťaží v modernej gymnastike , ich organizácia a súťažné programy vo svete (majstrovstvá Európy, majstrovstvá sveta a olympijské hry).

.....

15. a) Osobitosti didaktiky cvičenia s náčiním (balansovanie) v modernej gymnastike.

b) Metódy rozvoja a testovania rovnováhových a rytmických schopností.

.....

16. a) Sledovanie a vyhodnocovanie kvality a kvantity motorického učenia v modernej gymnastike.

b) Transfer v motorickom učení v modernej gymnastike.

.....

17. a) Zmeny hodnotenia športového výkonu v modernej gymnastike za posledné olympijské cykly.

b) Vplyv nových pravidiel na tvorbu súťažných zostáv jednotlivkýň.

18. a) Osobitosti tréningového zaťaženia v modernej gymnastike (objem, intenzita, obťažnosť) so zameraním na seniorskú kategóriu.

b) Regenerácia, výživa a pitný režim v športovej príprave v modernej gymnastike.

.....

19. a) Využitie klasickej tanečnej techniky a iných tanečných techník v modernej gymnastike.

b) Transformácia pohybového obsahu modernej gymnastiky do nových gymnastických športov.

.....

20. a) Biomechanické zákonitosti uplatňované v modernej gymnastike.

b) Využitie psychologickej prípravy v modernej gymnastike.

.....

Študijná literatúra:

FIALOVÁ, E. – KESZÖCZE, E., 1982. Teória a didaktika modernej gymnastiky. Bratislava: Univerzita Komenského, 1982.

HATIAR, B. et al., 1993. Zvolený šport – rytmická a moderná gymnastika. Bratislava: Univerzita Komenského, 1993, s. 200.

HATIAR, B. et al., 1998. Rytmická, moderná a športová gymnastika. Bratislava: Univerzita Komenského, 1998, s. 235.

STREŠKOVÁ, E., 2008. Motorické učenie v športovej gymnastike. - 1. vyd. - Bratislava : Peter Mačura - PEEM, 2008. 82 s. ISBN 978-80-8113-000-7.

STREŠKOVÁ, E., 2008. Gymnastika vo fylogénéze a ontogenéze človeka. - 1. vyd. - Bratislava : ICM Agency, 2008. 135 s. ISBN 978-80-89257-09-6.

STREŠKOVÁ, E., 2005. Stratégia rozvoja koordinačných schopností u mládeže. In: Rozvoj koordinačných schopností v športovej príprave. Bratislava: Telovýchovná škola SZTK, 2005, s. 8 – 24.

ŠTULRAJTER, V. – JÁNOŠDEÁK, J. a kol., 2003. Regenerácia a masáž. Bratislava: Mačura – PEEM, s. 221.

ZRUBÁK, A. – ŠTULRAJTER, V. a kol., 2002. Fitnis. Bratislava: Univerzita Komenského. 145 s. ISBN 80-223-1713-6.

FIG: Pravidlá modernej gymnastiky (aktualizované v olympijskom cykle).