



UNIVERZITA KOMENSKÉHO V BRATISLAVE

Fakulta telesnej výchovy a športu

Nábr. arm. gen. L. Svobodu č.9, 814 69 Bratislava

www.fsport.uniba.sk



**Okruhy otázok štátnej skúšky z predmetu
Športová špecializácia TANCE – tanečný šport
magisterský stupeň štúdia**

1.

- a) História spoločenských tancov, vznik súťažného tanca a medzinárodného tanečného športu.
- b) Technická príprava v tanečnom športe.

2.

- a) Charakteristika tanečného športu – latinskoamerické tance.
- b) Teoretická príprava vrcholových tanečných párov v tanečnom športe.

3.

- a) Systém a pravidlá súťaženia v tanečnom športe, skating systém, nový systém hodnotenia 2.1, hodnotenie výkonu v tanečnom športe.
- b) Charakteristika štandardných tancov.

4.

- a) Hudobná teória a terminológia v tanečnom športe – rytmus, takt, tempo, dynamika. Hudba v tanečnom športe.
- b) Výživa, stravovanie a pitný režim vrcholového tanečníka v súťaži a tréningu, doplnky výživy.

5.

- a) Pohybová a rytmická príprava – metódy rozvoja pohybových schopností pre tanečný šport adekvátne vekovým kategóriám a výkonnostným triedam.
- b) Psychologická príprava tanečných párov, pred štartové a štartové stavy, komunikácia muž-žena.



UNIVERZITA KOMENSKÉHO V BRATISLAVE

Fakulta telesnej výchovy a športu

Nábr. arm. gen. L. Svobodu č.9, 814 69 Bratislava

www.fsport.uniba.sk



6.

- a) Štruktúra športového výkonu v tanečnom športe.
- b) Kompenzačné a posilňovacie cvičenia pre vrcholové tanečné páry.

7.

- a) Kondičná príprava v tanečnom športe
- b) Riadenie a organizácia tréningového procesu v tanečnom športe, bezpečnosť pri tréningu.

8.

- a) Všeobecné zásady tvorby choreografie, kompozičné elementy, choreografická kresba, choreograf, tvorba choreografie v štandardných a latinskoamerických tancoch pre vrcholové tanečné páry.
- b) Koordinačné príprava tanečných párov.

9.

- a) Tanečný program dospelých párov, figúry vo výkonnostných triedach B-A-S, metodické zásady a špecifiká v tréningovom procese mládeže a dospelých.
- b) Osobitosti taktickej prípravy vrcholových tanečných párov.

10.

- a) Tréner v tanečnom športe – osobnosť, filozofia, ciele.
- b) Strečing v príprave tanečných párov, aktívna a pasívna regenerácia, masáž.

11.

- a) Tvorba formácii – zásady a metodika.
- b) Tréningová jednotka v tanečnom športe, hlavná organizačná forma, cieľ, úlohy, obsah, štruktúra, prostriedky, metódy, formy, športové (tanečné) sústredenia.



12.

- a)** Význam a uplatnenie rôznych druhov tanca v tréningovom procese v tanečnom športe, metodika a didaktika jednotlivých základných techník.
- b)** Nové trendy v tanečnom športe vzhľadom na zvyšovanie športovej výkonnosti.

13.

- a)** Periodizácia fáz a mikrofáz tanečného tréningu v celoročnom cykle a ich variabilita v etapách tanečno-športovej prípravy. Plánovanie mikrofáz vzhľadom na vrcholy v celoročnom cykle.
- b)** Limitujúce faktory športového výkonu tanečných párov.

14.

- a)** Estetika v tanečnom športe, estetika pohybu a výraz v tanečnom športe, estetika obliekania a celkový vzhľad tanečného páru.
- b)** Tréningové zaťaženie v tanečnom športe (objem, intenzita, psychická náročnosť, spôsob organizácie zaťaženia).

15.

- a)** Motorické učenie v tanečnom športe a osobitosti transferu v latinskoamerických a štandardných tancoch.
- b)** Etapa špecializovanej prípravy a vrcholového tréningu v tanečnom športe (cieľ, úlohy, objem, intenzita, prostriedky, obsah).

16.

- a)** Osobitosti špeciálnej kondičnej prípravy v tanečnom športe, zameranie kondičnej prípravy na špecifiká latinskoamerických a štandardných tancov.
- b)** Superkompenzácia, športová forma, prepätie a pretrénovanosť v tanečnom športe.



UNIVERZITA KOMENSKÉHO V BRATISLAVE

Fakulta telesnej výchovy a športu

Nábr. arm. gen. L. Svobodu č.9, 814 69 Bratislava

www.fsport.uniba.sk



17.

- a) Metódy zisťovania úrovne hudobno-pohybových a kondičných schopností v tanečnom športe – testovacie batérie.
- b) Obsahové zameranie tréningového procesu v jednotlivých obdobiach ročného tréningového cyklu v tanečnom športe (prípravné, hlavné, prechodné obdobie).

18.

- a) Fyziologické aspekty a zaťaženie v súťaži latinskoamerických a štandardných tancov.
- b) Diagnostika, kontrola súťažnej výkonnosti a trénovanosti v tanečnom športe. Všeobecné, špecifické, funkčné, laboratórne, zdravotné testy a testy technickej zdatnosti.

19.

- a) Metódy získavania a vyhodnocovania kvality a kvantity motorického učenia v tanečnom športe.
- b) Systém prípravy na vrcholné tanečné podujatia, vylad'ovanie športovej formy.

20.

- a) Doping a jeho zneužitie v tanečnom športe, antidopingové pravidlá, charta, klasifikácia zakázaných látok a ich negatívny účinok na tanečníkov, prevencia dopingu v tanečnom športe.
- b) Rozdelenie súťaží, tanečný šport v SR, Slovenský zväz tanečného športu a jeho nová štruktúra.



Študijná literatúra:

- CHREN, M.: Teória a didaktika tanečného športu. Bratislava, 2015. ICM Agency, ISBN 978-80-89257-68-3.
- CHREN, M.: Tanečný šport. Bratislava, 2015. ICM Agency, ISBN 978-80-89257-67-3.
- KOMORA, J.: Technika latinskoamerických tancov. Bratislava: Materiál SZTŠ, 2002.
- LAIRD, W.: Technique of latin dancing. London: 1994, ISBN 0-900326-21-2.
- LAVELLE, D.: Latin and American Dances. London, 1964.
- LOJA, P.: Technika štandardných tancov. Materiál SZTŠ. Bratislava, 1998
- MAXWELL, P.: Judging priorities latin american dancing. Bratislava: Kongres IDSF, 2003.
- MOORE, A.: The revised technique of Ballroom dancing, London, 1994.
- ODSTRČIL, P.: Sportovní tanec. Praha: Grada Publishing, 2004.
- SOURIAU, E.: Encyklopédia estetiky. Praha: Victoria Publishing, 1994.
- SÚŤAŽNÝ PORIADOK SZTŠ (Interný materiál). Bratislava: SZTŠ, 2000.
- ŠTIAVNICKÝ, M.: Zásady hodnotenia v tanečnom športe. Bratislava: SZTŠ 2004.
- ŠTIAVNICKÝ, M.: Populárne variácie a odporúčané väzby v latinskoamerických tancoch. Bratislava: Osvetový ústav, 1978.
- VITÁNYI, I.: O estetike v tanci. Bratislava: Osvetový ústav, 1965.
- WAINWRIGHT, L.: Tanečná horúčka. Štandardné a latinskoamerické tance krok za krokom. Bratislava: Ikar, a.s, 2006.
- ZBORNÍK DTV: Recht, Richtlinien, Ordnungen, 2000.
- ŽITŇANOVÁ, H. – PUOBIŠOVÁ, D.: Slovník klasického, džezového a moderného tanca. Bratislava: SPN, 1991.