

# Antropmotorika bp010a

## ( témata ke zkoušce )

1. Pohyb, těles. pohyb, základní termíny v oblasti pohybové činnosti, dělení pohybů z hlediska řízení a regulace
2. Předpoklady lidské motoriky, znaky lidské motoriky, dělení motoriky člověka
3. Vnitřní uspořádání pohybových aktů, mechanická a strukturální podstata tělocvičných pohybů
4. Vznik a vývoj tělesných cvičení v historii, vývoj různých forem TC
5. Procesuální stránka tělesných cvičení, problematika motorického učení
6. Finální stránka tělesných cvičení, výkon, výkonnost, zdatnost - výklad
7. Pohybové schopnosti - výklad, teorie o pohybových schopnostech, vývoj PS
8. Schopnost ke statické síle, vysvětlení pojmu, testy, metody rozvoje
9. Schopnost k dynamické síle, vysvětlení pojmu, testy, metody rozvoje
10. Reakční rychlost, výklad pojmu, testy, rozvoj reakční rychlosti
11. Realizační rychlost, výklad pojmu, testy, rozvoj realizační rychlosti
12. Vytrvalostní schopnosti, výklad pojmu, dělení, testy, metody rozvoje
13. Koordinační schopnosti, výklad pojmu, dělení, testování obratnosti
14. Kloubní pohyblivost - výklad, testování, rozvoj kloubní pohyblivosti
15. Význam testování, základní stupnice pro vyjádření výkonů, jednotky měření v antropomotorice
16. Základní statistické charakteristiky ( $M_o$ ,  $M_e$ ,  $X$ ,  $s$ , korelace) a jejich využití při zpracování testů
17. Standardizace testů, vlastnosti motorických testů
18. Výkonnost a zdatnost - výklad, výkonnostní normy, věkové, klasifikační normy
19. Výkonnost a věk - změny, vývojové křivky, motorická výkonnost vrcholových sportovců, rozdíly ve výkonnosti mužů a žen
20. Pohybová dovednost, výklad pojmu, dělení, příklady testů
21. Produkce dovedností a teorie pohybových programů dle Schmidta
22. Dělení motorických testů, stručná historie testování, příklady známých testových baterií
23. Motorický vývoj v 1. roce dítěte
24. Motorický vývoj v období 1 - 6 roků

25. Motorický vývoj v prepubescenci a pubescenci
26. Motorický vývoj v postpubescenci a v dospělosti
27. Lateralita v motorice
28. Poruchy motoriky a nápravy poruch
29. Sheldonova a Heath-Carterova typologie. Význam jednotlivých komponent v somatotypu
30. Somatotypy sportovců a nespportovců. Vztah jednotlivých komponent k výkonnosti
31. Vysvětlení a využití standardních stupnic (procentily, z-body, T-body, ...)