**Státní závěrečná zkouška oboru RVS probíhá ze 4 předmětů.**

* Základy sportovního tréninku – vytažena otázka ( viz otázky ke státnicím)
* Základy společenských věd - – vytažena otázka ( viz otázky ke státnicím)
* Lékařsko- biologické vědy – z okruhů vytvořena kasuistika
* Regenerace a výživa ve sportu - z okruhů vytvořena kasuistika

**Příklad kasuistik z oblasti Lékařsko- biologických věd**

1. **Příklad**

**Okruh č 10:** Zásady cvičení a sportu při zdravotním oslabení – při onemocnění krevního oběhu (srdce, krevní hypertenzi), dýchacího systému (průduškové astma), metabolizmu (obezita, diabetes mellitus I. typu) a jiných onemocněních (epilepsie, migréna, motorické poruchy). Cvičení žen gravidních a po porodu. Svalová dysbalance – příčiny, projevy, prevence, kompenzační cvičení. Zdravotní TV.

**Vytvořena kasuistika:**

**Gravidní žena 25 let ( 5 měsíc těhotenství)- atletka skok do výšky ( Zásady cvičení gravidních žen a po porodu. Rizika pohybové aktivity pro matku a plod).**

1. **Příklad**

**Okruh č.1:** Reakce lidského organizmu na zátěž při cvičení a sportu – odezva soustavy nervové, endokrinní, muskuloskeletální, metabolismu, oběhové, dýchací, termoregulační, ledvin, kůže. Odlišnosti u osob různého věku a pohlaví.

**Vytvořena kasuistika:**

**Muž 32 let – silniční cyklistika- typ lokomoce, typ pohybové činnosti, energetické krytí, reaktivní změny na zatížení, možné svalové dysbalance**

**Regenerace a výživa ve sportu – kazuistika z okruhů, například:**

**Muž 40 let, BMI 29, připravuje se na půlmaraton. % tuku 28. Vytrvalostní trénink denně, uběhne cca 10 km. Nepravidelnost ve stravování, nestíhá. Bez dalších onemocnění.**

Doporučte mu, jak by měl postupovat, aby se mohl připravit na půlmaraton. Potřebuje snížit hmotnosti? Upravit stravu? Doporučíte mu doplňky stravy?

**Co se týká předmětu regenerace a výživa ve sportu – kazusitiky vycházejí z okruhů – obezita, kardiovaskulární nemoci, diabetes mellitus, onkologické onemocnění, poruchy příjmu potravy, snižování a zvyšování hmotnosti ve sportu, nutriční timing, doplňky stravy ve sportu, doping, regenerace a kompenzační cvičení. Výživa a sport u seniorů, těhotných děti.**