|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Systematika úpolů** | **Průpravné úpoly** | **Úpolové sporty** | **Sebeobrana** |
| **Determinanty didaktiky úpolů** | **Fyzický kontakt v úpolech** | **Nácvik úpolových dovedností** | **Výkon úpolových dovedností** |
| **Bezpečnost cvičení úpolů** | **Úpolové aktivity ve vodě** | **Kondiční příprava v úpolech** | **Technická příprava v úpolech** |
| **Psychologická příprava v úpolech** | **Taktická příprava v úpolech** | **Teoretická příprava v úpolech** | **Regenerace v úpolech** |
| **Tréninkové cykly a plánování v úpolech** | **Výuka úpolů ve školním vzdělávání** |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| **Aikidó** | **Box AIBA** | **Šerm** | **Džúdžucu JJIF** |
| **Džúdó** | **Karate WKF** | **Kendó** | **Kickbox** |
| **Muaithai** | **Sambo** | **Savate** | **Přetahování lanem** |
| **Přetláčení rukou** | **Sumo** | **Taekwondo WTF** | **Zápas** |
| **Wušu** | **Taekwon-do ITF** | **Box profi** | **Sanda** |
| **Brazilské džúdžucu** | **MMA** | **Capoeira** | **Eskrima/arnis /kali** |
|  |  |  |  |