

Okruhy otázek k závěrečným zkouškám ze Specializace – Fotbal

1. Charakteristika současného fotbalu (definice, herní zatížení)
2. Vývoj systémů hry a základního rozestavení hráčů
3. Herní výkon (definice, druhy)
4. Herní situace (definice)
5. Herní činnosti jednotlivce – definice, dělení
6. Herní kombinace – definice, dělení
7. Herní systémy – definice , dělení
8. Hra bez míče (definice, příklady PC, HC, PH)
9. Přihrávání (definice, dělení, příklady PC, HC, PH)
10. Zpracování míče (definice , dělení , příklady PC , HC , PH)
11. Vedení míče (definice , dělení , příklady PC , HC , PH)
12. Obcházení soupeře (definice , dělení , příklady PC , HC , PH)
13. Střelba (definice , dělení , příklady PC , HC , PH)
14. Obranné herní činnosti jednotlivce (definice , dělení)
15. Herní kombinace (definice , dělení)
16. Herní systémy (definice , dělení)
17. Standardní situace (definice , dělení)
18. Hra brankáře

19. Organizační formy tréninkového procesu (charakteristika , dělení)
20. Sociálně – interakční formy TP (dělení, charakteristika)
21. Metodicko – organizační formy TP (dělení , charakteristika)
22. Druhy tréninkového procesu
23. Vyjmenuj a charakterizuj 4 fáze motorického učení
24. Charakterizuj herní trénink, co při něm rozvíjíme a jaké jsou současné tendence ?
25. Jak dělíme metody sportovního tréninku ve fotbale a které metody znáš ?
26. Co je to kondiční trénink , charakterizuj
27. Vyjmenuj manipulace se zatížením
28. Vyjmenuj a charakterizuj principy sportovního tréninku
29. Jak dělíme kompenzační cvičení a stručně charakterizuj
30. Strečink - definice , charakteristika , dělení
31. Co je svalová dysbalance a jaké jsou její příčiny ?
32. Charakterizuj co je průpravné cvičení a uveď příklad
33. Charakterizuj co je herní cvičení a uveď příklad
34. Charakterizuj co je průpravná hra a uveď příklad
35. Trénink rychlosti v kondičním a herním tréninku u mládeže (charakteristika , didaktické zásady)
36. Metody rozvoje silových schopností
37. Rozvoj vytrvalostních schopností ve fotbale (aerobní a anaerobní zatížení)

38. Rozvoj koordinačních schopností (charakteristika , didaktické zásady)
39. Význam, principy, prostředky regenerace hráče fotbalu
40. Zásady správné výživy a pitného režimu hráče fotbalu
41. Zásady psychologické přípravy v tréninkovém procesu a při utkání
42. Základní principy sportovního tréninku – dělení a charakteristika
43. Základní metody sportovního tréninku – dělení a charakteristika
44. Dělení tréninkových cyklů a jejich stručná charakteristika

45. Obsah přípravy na utkání
46. Základní principy budování fotbalového týmu
47. Co je to sportovní výchova a které stránky tohoto procesu rozlišujeme ?
48. Osobnost trenéra, vyjmenuj a stručně charakterizuj typy trenérů
49. Zvláštnosti sportovní přípravy dětí a mládeže (hlavní úkoly jednotlivých etap sportovního tréninku)
50. Zvláštnosti a rozdíly v tréninkovém procesu ve fotbale dívek