

OTÁZKY KE ZKOUŠCE Z ATLETIKY

1. Technika a vývoj hladkého běhu a nízkého startu.
Didaktický postup při nácviku techniky trojskoku.
Pravidla a trénink sportovní chůze
2. Technika a vývoj běhů na střední a dlouhé tratě.
Plánování a evidence atletického tréninku
Pravidla a trénink hodů diskem.
3. Technika a vývoj štafetového běhu.
Didaktický postup při nácviku techniky hodů kladivem
Pravidla a trénink skoku do výšky.
4. Technika a vývoj překážkového běhu.
Didaktický postup při nácviku techniky skoku do dálky.
Pravidla a trénink hodů oštěpem.
5. Technika a vývoj sportovní chůze.
Didaktický postup při nácviku techniky skoku do výšky (flopem).
Pravidla a trénink hodů kladivem
6. Technika a vývoj skoku do dálky.
Didaktický postup při nácviku techniky překážek.
Rozvoj pohybových schopností v jednotlivých atletických disciplínách.
7. Technika a vývoj skoku do výšky (zádovým způsobem - Flop)
Didaktický postup při nácviku techniky hodů diskem.
Pravidla a trénink běhů na dlouhé tratě, silniční a přespolní.
8. Technika a vývoj skoku o tyči.
Didaktický postup při nácviku techniky vrhu koulí.
Pravidla a trénink běhů na krátké tratě.
9. Technika a vývoj trojskoku
Struktura atletického výkonu ve vybrané disciplíně.
Pravidla a trénink vrhu koulí.
10. Technika a vývoj vrhu koulí.
Didaktický postup při nácviku techniky skoku o tyči.
Pravidla a trénink běhů na střední tratě a 3km.překážek.
11. Technika a vývoj hodů diskem.
Didaktický postup při nácviku techniky běhů.
Pravidla a trénink trojskoku.

12. Technika a vývoj hodů oštěpem.
Didaktický postup při nácviku techniky sportovní chůze.
Pravidla a trénink štafetových běhů.
13. Technika a vývoj hodů kladivem
Didaktický postup při nácviku techniky startů.
Pravidla a trénink skoku do dálky.
14. Významné osobnosti české a československé atletiky.
Didaktický postup při nácviku techniky hodů oštěpem.
Pravidla a trénink překážkových běhů.
15. Organizační struktura Českého atletického svazu.
Didaktický postup při nácviku techniky štafetového běhu.
Pravidla a trénink skoku o tyči.