

# **Didaktika tělesné výchovy – Tělesná výchova a sport**

## **5. semestr (podzimní)**

### **1. Historie tělesné výchovy**

- 1.1 Tělesná výchova v osnovách od roku 1869
- 1.2 Školní tělesná výchova po 2. světové válce

### **2. Motorické učení**

- 2.1 Učení a motorické učení
- 2.2 Pedagogické základy Motorického učení
- 2.3 Obsah učiva a jeho uspořádání v procesu motorického učení
- 2.4 Průběh motorického učení
- 2.5 Fáze motorického učení

### **3. Ontogeneze z tělesného, funkčního a psychického hlediska**

- 3.1 Mladší školní věk – prepubescence
- 3.2 Střední školní věk – pubescence
- 3.3 Starší školní věk – postpubescence (adolescence)
- 3.4 Dospělost – mecitma (20 – 30 let)
- 3.5 Střední věk – (30-59 let) ; senium (počínající, vlastní senium, dlouhověkost)

### **4. Pohybové schopnosti**

- 3.6 Klasifikace pohybových schopností (dělení podle Měkoty)
- 3.7 Rozvoj PS – síla a její rozvoj
- 3.8 Rychlost a její rozvoj
- 3.9 Vytrvalost a její rozvoj
- 3.10 Obratnost a její rozvoj
- 3.11 Ohebnost – pohyblivost a její rozvoj

4 Didaktické zásady

5 Didaktické metody

6 Didaktické postupy

8. Bezpečnost v tělesné výchově = při pohybových aktivitách

## Literatura

1. Hurychová, A., Vilímová, V. *Didaktika tělesné výchovy*. Brno: Masarykova univerzita 1997, 71 s.
2. Lochmanová, L., Mazal, F. *Učitel tělesné výchovy mezi paragrafy*. 1. vyd. Olomouc: Hanex, 1998, 112 s.
3. Příhoda, V. *Ontogeneze lidské psychiky I*. Praha: St. ped. nakl., 1963.
5. Příhoda, V. *Ontogeneze lidské psychiky II*. Praha: St. ped. nakl., 1967.
6. Rychtecký, A., Fialová, L. *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha: Karolinum 1998, 171 s.
7. Vilímová, V. *Didaktika tělesné výchovy*. Brno: Paido 2002, 103 s.