

Okruhy otázek – Zdravotní tělesná výchova

1. Oslabení pohybového aparátu (charakteristika oslabení, vyrovnávací proces, vhodná a nevhodná cvičení/ pohybové aktivity).
2. Oslabení kardiovaskulárního systému (charakteristika oslabení, vyrovnávací proces, vhodná a nevhodná cvičení/ pohybové aktivity).
3. Oslabení dýchacího systému (charakteristika oslabení, vyrovnávací proces, vhodná a nevhodná cvičení/ pohybové aktivity).
4. Metabolická oslabení - obezita, diabetes melitus 1. a 2. typu (charakteristika oslabení, vyrovnávací proces, vhodná a nevhodná cvičení/ pohybové aktivity).
5. Oslabení nervová (charakteristika oslabení, vyrovnávací proces, vhodná a nevhodná cvičení/ pohybové aktivity).
6. Neuropsychická oslabení (charakteristika oslabení, vyrovnávací proces, vhodná a nevhodná cvičení/ pohybové aktivity).
7. Oslabení smyslová (charakteristika oslabení, vyrovnávací proces, vhodná a nevhodná cvičení/ pohybové aktivity).
8. Stáří (charakteristika daného období, involuční změny v období stáří, zásady vyrovnávacího procesu, vhodné a nevhodné pohybové aktivity).

Upozorňuji, že se jedná pouze o okruhy otázek, nikoliv otázky!!!

Studijní literaturu máte uvedenou jednak v e-learningovém textu (Zdravotní tělesná výchova), případně v sylabu předmětu.

Přednášky viz. IS

<https://is.muni.cz/elportal/?id=990779>