

## bk4031\_Zdravotní tělesná výchova – rozpis metodických výstupů

24.11

### Oslabení dýchacího systému

**Problematika astma bronchiale** 1 student Pucher – ukázka vyrovnávací části

### Oslabení kardiovaskulárního systému

**Hypertenze** 1 student Labaštová – ukázka kondiční – vytrvalostní části

### Oslabení metabolická

**Diabetes mellitus 1. nebo 2. typu** 2 studenti Chlebková, Šmidrkal – jeden ukázka odporového tréninku pro diabetiky 1. typu, druhý ukázka posilovacího cvičení pro 2. typ diabetu – hýžďové svaly (velký, malý, střední...)

**Obezita dospělých** 1 student Pecháčková – ukázka kondiční části – v nízké stabilní poloze nebo velkém míči

**Obezita dětí** 1 student Labanz - ukázka her vhodných pro děti staršího školního věku

### Oslabení neuropsychická

**ADHD syndrom** 1 student Kotlařík - ukázka cvičení s psychomotorickým padákem

### Oslabení smyslová

**Zrak** 1 student Crhan – ukázka balančních cvičení – statická bez pomůcky

**Sluch** 1 student Kubíková – ukázka balančních cvičení – dynamická s pomůckou

### Stáří a stárnutí

#### **Problematika seniorů**

zaměřeno na rozvoj funkční zdatnosti 1 student- Kolárová

zaměřeno na rozvoj kognitivních funkcí 1 student- Stodůlka