**ŠP TRÉNERSTVO Mgr. štúdium**

**Tézy na štátne skúšky zo špecializácie ŠPORTOVÁ GYMNASTIKA**

1. Vývoj a prognóza športovej gymnastiky a súťažných disciplín vo svete a v SR.

Vývoj, súčasný stav a prognóza vývoja v športovej gymnastike a jednotlivých športových disciplín.

 Významné osobnosti v športovej gymnastike.

2. Pravidlá rozhodovania v športovej gymnastike a organizácia súťaží v športovej gymnastike.

Inovácia pravidiel rozhodovania v športovej gymnastike a zmeny v organizácií súťaží vo svete a v SR. Vplyv pravidiel na prípravu pretekára v športovej gymnastike.

3. Štruktúra športového výkonu súťažných disciplín v športovej gymnastike.

Zmeny v štruktúre športového výkonu v jednotlivých disciplínach v športovej gymnastike vzhľadom na vekové osobitosti. Špecifiká jednotlivých disciplín.

4. Technika a biomechanika športových disciplín v športovej gymnastike.

Analýza pohybovej činnosti a zdokonaľovanie techniky pohybovej činnosti v jednotlivých disciplínach v športovej gymnastike vzhľadom na vekové osobitosti. Pohybové zručnosti v jednotlivých disciplínach v športovej gymnastike.

5. Výber talentov pre športovú gymnastiku.

 Aktuálne otázky výberu talentovanej mládeže pre športovú gymnastiku.

6. Dlhodobá športová príprava v športovej gymnastike.

 Osobitosti športovej prípravy detí, mládeže, dievčat, žien. Etapy v dlhodobej športovej

 príprave v športovej gymnastike.

7. Zložky športovej prípravy v športovej gymnastike.

Kondičná príprava, technická príprava, taktická príprava, psychologická príprava, teoretická príprava v športovej gymnastike. Ich pomer, vzájomná podmienenosť v jednotlivých súťažných disciplínach a etapách dlhodobej športovej prípravy.

8. Riadenie a modelovanie športového tréningu v športovej gymnastike.

Riadenie športového tréningu v športovej gymnastike – plánovanie, evidencia, diagnostika, vyhodnocovanie tréningového zaťaženia v športovej gymnastike. Modelovanie tréningovej jednotky, tréningového mikrocyklu, mezocyklu, ročného tréningového cyklu.

9. Osobitosti tréningového zaťažovania v jednotlivých disciplínach športovej gymnastiky.

 Optimalizácia tréningového zaťaženia, diagnostika, zotavenie a regenerácia.

10. Výskumná práca v športovej gymnastike.

Aktuálne problémy výskumu v športovej gymnastike. Výskum v športovej gymnastike. Tréningové a súťažné zaťaženie.

**LITERATÚRA**

1. FEČ, K. 1994. Teória didaktika gymnastiky. Prešov: Pdf v Prešove, 1994. 118 s.

2. FEČ, K. 2000. Športová príprava mladých gymnastov. Prešov: Fhv a Pv PU v Prešove, 2000. 182 s.

3. GAJDOŠ, A. 1980. Tréning v športovej gymnastike. Bratislava: 1980. Šport, 298 s.

4. HATIAR, B. a kol. 1993. Zvolený šport – rytmická, moderná a športová gymnastika. Bratislava: UK, 1993. 232 s.

5. KRIŠTOFIČ, J. 1996. Fyzikální aspekty sportovní techniky. Praha : FTVS UK, 1996.92 s.

6. KREMNICKÝ, J. Zmeny úrovne gymnastických zručností vplyvom špecializovaného programu v etape gymnastickej predprípravy. Ústí nad Labem : PF, Univerzita J.E. Purkyně v Ústí nad Labem. 2010. 156 s.

7. KREMNICKÝ, J. Vplyv špecializovaného programu na rozvoj pohybových schopností začínajúcich gymnastov. Hradec Králové : Gaudeamus, 2014. - 101 s.

8. NOVOTNÁ, N. Gymnastika. Banská Bystrica : PF UMB v B. Bystrici. 2003. 124 s.

9. STREŠKOVÁ, E. 2011. ŠPORTOVÁ GYMNASTIKA. Bratislava : PEEM, 2011. 230 s.

10. Časopisecká literatúra domácich, zahraničných, internetových zdrojov. **Ďalšie doporučené publikačné zdroje:** záverečné práce s problematikou športovej gymnastiky na KTVŠ FF UMB, FTVŠ Bratislava a FŠ v Prešove, materiály SGF.