

2. atestácia – témy na atestačnú skúšku – tematický okruh b) – tréner športovej školy a tréner športovej triedy

Efektívnosť špeciálnej prípravy

Téma 1

Vysvetlite význam špeciálnej prípravy športovca. Vysvetlite, v čom spočíva efektívnosť špeciálnej prípravy.

Téma 2

Demonštrujte na konkrétnom príklade z praxe, akými metódami rozvoja pohybových schopností zvyšujete efektívnosť špeciálnej prípravy.

Aké testy alebo testovacie batérie používate na zistenie aktuálnej úrovne špeciálnej pohybovej výkonnosti.

Uveďte príklady monitorovania v špeciálnej príprave v rámci tréningovej jednotky.

Téma 3

Objasnite vplyv telesných predpokladov žiakov na efektívnosť špeciálnej prípravy.

Opíšte, ako v praxi zohľadňujete individuálny vývinový proces žiakov pri plánovaní špecializovaných tréningových aktivít.