



Témata závěrečných prací pro frekventanty trenérských licencí ÚBD SLČR

1. kondiční, technická, taktická, psychologická příprava v běžeckém lyžování
2. řízení, plánování a evidence tréninkového procesu v běžeckém lyžování
3. dysbalance a vadné držení těla v běhu na lyžích
4. analýza a hodnocení dlouhodobé výkonnosti
5. analýza techniky a biomechaniky a pohybu
6. diagnostika funkční a sportovní výkonnosti
7. mediální prezentace sportovců se zaměřením na běh na lyžích
8. vývoj a technologie výstroje a výbroje
9. lyžařské běžecké areály + možnosti přípravy (analýza)
10. historie lyžování
11. retrospektivní analýza přípravy
12. využití vyšší nadmořské výšky v přípravě běžců na lyžích
13. výběr, příprava a mazání lyží
14. specifika tréninku dětí a mládeže
15. výběr a výchova talentů
16. běžecké lyžování v tělesné výchově
17. specifika tréninku vytrvalostních sportů
18. problematika limitní výkonnosti v běžeckém lyžování
19. letní příprava (kolečkové lyže)
20. využití běžeckého lyžování jako volnočasové aktivity
21. specifické posilování pro běh na lyžích
22. běh na lyžích jako součást přípravy v jiných sportovních odvětvích

Nabízená témata jsou jen rámcová (vč. výběru věku a výkonnostní úrovně), budou upřesněna na základě konzultací, případně výběru dílčí oblasti.

Metodická komise ÚBD SLČR vítá vlastní témata a náměty, protože pro kvalitní zpracování závěrečné práce je vždy nutný entuziasmus, znalosti a "správné" kontakty.

Schváleno MK a Radou ÚBD SLČR 26.10.2023.