



TÉMATA K ÚSTNÍ MATURITNÍ ZKOUŠCE

Předmět	Anglický jazyk
Obor	Masér sportovní a rekondiční
Školní rok	2020/2021

1. Human body
2. Going to the doctor's
3. Different types of massages
4. The Czech Spas – healthy lifestyle
5. Massage therapy – health benefits, effects on body
6. Healthy way of living, keeping fit
7. The United Kingdom
8. Ireland
9. The USA
10. Australia
11. Holidays and festivals in English speaking countries
12. Holidays and festivals in the CR
13. The Czech Republic
14. My journey abroad
15. My favourite city or country
16. A person I admire/ a thing I value
17. A book, a film I would recommend
18. Future plans and career choices for a masseur
19. Communication with a client
20. First aid

	Datum	Podpis
Vypracoval(a): Mgr. Martina Dračková, Mgr. Aracelly Ramirez Vila	30. 9. 2020	
Projednáno předmětovou / oborovou komisí PhDr. Andrea Lukšová	12. 10. 2020	
Schválila: PhDr. Marcela Křiváková, Ph.D.	26. 10. 2020	



TÉMATA K ÚSTNÍ MATURITNÍ ZKOUŠCE

Předmět	Morfologie a vyšetřování pohybového systému
Obor	Masér sportovní a rekondiční
Školní rok	2020/2021

1. hodnocení postavy (aspekce, palpce, měření, vyšetření zepředu, zezadu, z boku)
2. somatometrie (základní body na těle, zásady při postupu měření, pomůcky, přípustné chyby, čeho využíváme při vyšetření), hmotnost těla (zásady vážení, rozdíl dospělí a děti), BMI index
3. metoda SFTR, základní pravidla pro goniometrii (postavení, zápis pomůcky, základní pohyby v jednotlivých rovinách)
4. typologie (somatotypy) kaliperace, držení těla (výtečné, dobré, chabé, špatné)
5. výškové a délkové rozměry (základní postoj, tělesná výška) šířkové a obvodové rozměry hlavy, trupu a pánve
6. délkové, obvodové rozměry horní a dolní končetiny
7. základní anatomické postavení těla, označení rovin těla, označení směrů na trupu a končetinách, terminologie kloubních pohybů, horní a dolní zkřížený syndrom, vrstvý syndrom
8. goniometrie horní končetiny (poloha, fixace, rozsah pohybu, přiložení úhloměru); anatomický popis kloubů: rameno
9. goniometrie horní končetiny (poloha, fixace, rozsah pohybu, přiložení úhloměru); anatomický popis kloubů: kloub loketní, zápěstí
10. goniometrie dolní končetiny (poloha, fixace, rozsah pohybu, přiložení úhloměru); anatomický popis kloubů: kloub kyčelní, kloub kolenní, kloub hlezenní
11. anatomický popis páteře; goniometrie páteře (Schoberova, Stiborova a Thomayerova zkouška, Ottova inklinální a reklinální vzdálenost, zkouška lateroflexe)
12. anatomický popis páteře; goniometrie páteře (Čepojova a Lenochova zkouška, Forestierova fleche, zkouška lateroflexe a rotace Cp)
13. hodnocení postavy a držení těla – dynamické vyšetření, vyšetřování pohybových stereotypů (správný stereotyp, poloha vyšetřované osoby, nejčastější chyby); abdukce v kyčelním kloubu, klik
14. vyšetřování pohybových stereotypů (správný stereotyp, poloha vyšetřované osoby, nejčastější chyby); extenze v kyčelním kloubu, flexe trupu, flexe hlavy, abdukce v ramenním kloubu
15. vyšetření hypermobility (co je hypermobilita, jak vzniká hypermobilita, vyšetření hypermobility)



16. vyšetření nejčastěji zkrácených svalových skupin (pojem svalové zkrácení, patofyziologie; m. sternocleidomastoideus, m. levator scapulae, m. trapezius - horní část, m. pectoralis major, m. erector spinae, m. quadratus lumborum, flexory prstů a ruky; vyšetření; poloha vyšetřovaného; nejčastější chyby)

17. vyšetření nejčastěji zkrácených svalových skupin (pojem svalové zkrácení, patofyziologie; m. iliopsoas, m. piriformis, adduktory kyčle, m. rectus femoris, ischiokrurální svaly, m. gastrocnemius, m. soleus; vyšetření; poloha vyšetřovaného; nejčastější chyby)

18. svalový test obecně (využití, význam, základní stupně)

svalový test obličeje (funkce jednotlivých svalů, obrna n. facialis)

19. svalový test – krku: flexe (obloukovitá flexe, předsun), extenze – hlavní svaly (začátek, úpon), poloha u jednotlivých stupňů, fixace, pohyb, odpor

20. svalový test – trup: flexe, flexe s rotací, extenze – hlavní svaly (začátek, úpon), poloha u jednotlivých stupňů, fixace, pohyb, odpor

21. svalový test – lopatka: addukce, kaudální posunutí a addukce, elevace, abdukce s rotací – hlavní svaly (začátek, úpon), poloha u jednotlivých stupňů, fixace, pohyb, odpor

22. svalový test - kloub ramenní: flexe, extenze, abdukce, zevní rotace, vnitřní rotace, extenze v abdukci, flexe v abdukci – hlavní svaly (začátek, úpon), poloha u jednotlivých stupňů, fixace, pohyb, odpor

23. svalový test – předloktí: supinace, pronace, flexe s addukcí, flexe s abdukci, extenze s addukci, extenze s abdukci – hlavní svaly (začátek, úpon), poloha u jednotlivých stupňů, fixace, pohyb, odpor

24. svalový test - kloub kyčelní: flexe, extenze, zevní rotace, vnitřní rotace – hlavní svaly (začátek, úpon), poloha u jednotlivých stupňů, fixace, pohyb, odpor

svalový test – pánev: elevace – hlavní svaly (začátek, úpon), poloha u jednotlivých stupňů, fixace, pohyb, odpor

25. svalový test – kloub kolenní: flexe, extenze – hlavní svaly (začátek, úpon), poloha u jednotlivých stupňů, fixace, pohyb, odpor

svalový test - kloub loketní: flexe, extenze – hlavní svaly (začátek, úpon), poloha u jednotlivých stupňů, fixace, pohyb, odpor

	Datum	Podpis
Vypracoval(a): Mgr. et Mgr. Jan Šplouchal	30. 9. 2020	
Projednáno předmětovou / oborovou komisí: Mgr. Lucie Daňková	2. 10. 2020	
Schválila: PhDr. Marcela Křiváková, Ph.D.	5. 10. 2020	



TÉMATA K ÚSTNÍ MATURITNÍ ZKOUŠCE

Předmět	Rekondice
Obor	Masér sportovní a rekondiční
Školní rok	2020/2021

1. Rekondice a regenerace, zdravý životní styl
2. Dělení pohybu podle způsobu zisku energie, podle typu svalové kontrakce, podle časového průběhu, podle vyvolávající síly
3. Dělení pohybu podle převládající charakteristiky, podle možnosti ovlivnění svalové síly, rozsahu pohybu, koordinace
4. Kondiční cvičení, cvičební jednotka, volnočasové pohybové aktivity
5. Relaxace
6. Dechová rehabilitace
7. Dechová gymnastika
8. Léčebná tělesná výchova, obecné zásady dávkování zátěže
9. LTV u vertebrogenních pacientů, škola zad
10. LTV u pacientů s kardiovaskulárním onemocněním, hypertenzí, diabetem a obezitou
11. LTV u dětí a seniorů
12. Fyzikální terapie, obecné kontraindikace
13. Termoterapie
14. Hydroterapie
15. Fototerapie
16. Elektroterapie
17. Balneologie
18. Mechanoterapie
19. Doplňkové metody fyzikální terapie
20. Rekondiční a regenerační programy



	Datum	Podpis
Vypracoval(a): Bc. Martina Bobrovská	30. 9. 2020	
Projednáno předmětovou / oborovou komisí: Mgr. Lucie Daňková	2. 10. 2020	
Schválila: PhDr. Marcela Křiváková, Ph.D.	5. 10. 2020	



TÉMATA K PRAKTICKÉ MATURITNÍ ZKOUŠCE

Předmět	Masáže
Obor	Masér sportovní a rekondiční
Školní rok	2020/2021

1. kosmetická masáž
2. klasická masáž zad
3. klasická masáž šíje
4. klasická masáž hrudníku a břicha
5. klasická masáž dolní končetiny zepředu
6. klasická masáž dolní končetiny zezadu
7. klasická masáž horní končetiny
8. sportovní masáž zad
9. sportovní masáž dolní končetiny zepředu
10. sportovní masáž dolní končetiny zezadu
11. sportovní masáž horní končetiny
12. reflexní masáž – sestava zádová
13. reflexní masáž – sestava pro šíji a hlavu
14. reflexní masáž – sestava hrudní
15. reflexní masáž – sestava pánevní
16. manuální lymfodrenáž – základní hmaty a postupy, bazální ošetření, antifibrotické hmaty
17. manuální lymfodrenáž zad
18. manuální lymfodrenáž dolní končetiny (ventrálně)
19. manuální lymfodrenáž horní končetiny



- 20. míčková facilitace, základní tahy, sestava pro hrudník i obličej
- 21. masáž lávovými kameny
- 22. jemné techniky – ošetření kůže, podkoží a fascií
- 23. ošetření zkrácených svalů technikou postizometrické relaxace v oblasti krku, šíje a horního trupu včetně autoterapie
- 24. ošetření zkrácených svalů technikou postizometrické relaxace v oblasti dolní končetiny a dolního trupu včetně autoterapie
- 25. trakce pohybového aparátu – osového orgánu, kyčelního kloubu a ramenního kloubu

	Datum	Podpis
Vypracoval(a): Mgr. et Mgr. Jan Šplouchal, Mgr. et Mgr. Jana Zelená	30. 9. 2020	
Projednáno předmětovou / oborovou komisí: Mgr. Lucie Daňková	2. 10. 2020	
Schválila: PhDr. Marcela Křiváková, Ph.D.	5. 10. 2020	