

KRITÉRIA HODNOCENÍ PRAKTICKÉ MZ Z TĚLESNÉ VÝCHOVY PRO PEDAGOGICKÉ LYCEUM

1. Sportovní hry

- testy – florball - zpracování a vedení míčku, střelba na branku
- házená - zpracování míče, driblink, přihrávka, střelba na bránu
- basketbal – střelba na koš po dvojtaktu z pravé i levé strany
- volejbal – vrchní podání 5x; špetka, odbití obouruč spodem, odbití obouruč vrchem, útočný úder
- hra - hodnocení maturanta ve hře - odbíjená nebo košíková
poznámka: maturanti losují jeden z testů a jednu sportovní hru, test a hra se nesmí shodovat

2. Atletika

Maturant absolvuje 3 disciplíny - běh, skok, hod (vrh)

- běh - 50m překážky nebo 800m
- skok - do dálky nebo do výšky
- hod (vrh) - oštěpem nebo koulí

3. Sportovní gymnastika

- akrobacie - sestava musí obsahovat tyto prvky, jejich pořadí je libovolné: váha předklonmo, kotoul vpřed, kotoul vzad schylmo, stoj na ruce do kotoulu, přemet stranou, po přemetovém předskoku přemet vpřed, obraty, dálkový skok.
- hrazda - výmyk, přešvih úožmo, spád vzad závěsem v podkolení, vzepření závěsem v podkolení, toč vpřed jízdmo, přešvih úožmo do vzporu, toč vzad, podmet (možno provést s dopadem)

4. Plavání

- 100 m jedním plaveckým způsobem na čas
Styl nelze v průběhu tratě měnit. Kontakt se dnem a stěnou bazénu je povolen pouze při obrátce.
Součástí 100m úseku je i střemhlavý startovní skok.
- 25m druhým plaveckým způsobem
Hodnotí se technika plaveckého stylu, bez měření času.
- 25m třetím plaveckým způsobem
Hodnotí se technika plaveckého stylu, bez měření času.

Poznámka: maturant si vybírá z plaveckých způsobů prsa, kraul, znak

HODNOCENÍ

1. SPORTOVNÍ HRY

Florbal, házená ČAS do 20s do 25s do 30s do 35s více
(-3s při dosažení branky) **1 2 3 4 5**

Basketbal ČAS do 40s do 45s do 50s do 55s více
(-2s za každý vhozený koš) **1 2 3 4 5**

Nesplnění některé herní činnosti + 5s

2. ATLETIKA

DÍVKY disciplína/klasifikace	1	2	3	4	5
800m	3:00	3:15	3:30	3:45	více
50m překážek (4)	9,7	10,2	10,7	11,2	více
Vrh koulí 3kg	7,80	7,30	6,80	6,30	méně
Hod oštěpem 600g	20	17	14	11	méně
Hod diskem 1kg	19	16	13	10	méně
Skok do výšky	130	120	110	100	méně
Skok do dálky	410	380	350	320	méně

HOŠI disciplína/klasifikace	1	2	3	4	5
1500m	5:10	5:25	5:40	5:55	více
50m překážek (4)	8,9	9,4	9,9	10,4	více
Vrh koulí 5kg	9,20	8,50	7,80	7,00	méně
Hod oštěpem 800g	24	21	18	15	méně
Hod diskem 2kg	21	18	15	12	méně
Skok do výšky	155	145	135	125	méně
Skok do dálky	500	470	440	410	méně

3. GYMNASTIKA

hodnocení dle pravidel sportovní gymnastiky

4. PLAVÁNÍ

- 100m jedním plaveckým způsobem na čas

Klasifikace	1	2	3	4
DÍVKY	1:40	1:55	2:10	uplaval
HOŠI	1:30	1:45	2:00	uplaval

Hodnocení 5-student nenastoupí k disciplině