



**Aktualizované požadavky a pokyny k praktické maturitní zkoušce z TVM – specializace 4. PMP, školní rok 2020/21**

Aby byli studenti připuštěni k praktické maturitní zkoušce, musí zvládnout učivo 4. ročníku, a musí mít splněný plavecký, lyžařský a sportovně-turistický kurz /potvrzeno v průkazu praxe/.

**1. Akrobacie**

- povinné prvky
- kombinace poskoků, skoků, obrátů
- kotoul vpřed do stoje rozkročného, upažit; kotoul vzad schylmo
- kotoul letmo do stoje na rukou
- z rozběhu dva přemety stranou
- z rozběhu přemet stranou s půlobratem

Hodnocení

- technické zvládnutí jednotlivých prvků, držení těla
- plynulé zvládnutí pohybu

**2. Cvičení na nářadí**

a/ hrazda

- povinné prvky na hrazdě dosažené
- z rozběhu náskok do vzporu
- ze vzporu sešín
- výmyk
- toč jízdmo

Hodnocení

- technické provedení jednotlivých prvků, držení těla
- plynulé zvládnutí pohybu

b/ přeskok

- z rozběhu přeskok- roznožka
- z rozběhu přeskok - skrčka

Hodnocení

- roznožka – propnuté nohy, špičky, technické provedení rozběhu, odrazu, jistý doskok, zakončení přeskoku
- skrčka – nohy rovně, u sebe, jistý doskok, zakončení přeskoku

**3. Sportovní hry**

a) odbíjená

- odbíjení o stěnu obouruč vrchem ze vzdálenosti 1,5m do výšky 200 cm po dobu 30sec
- odbíjení o stěnu obouruč spodem ze vzdálenosti 1,5 m do výšky 200cm po dobu 30sec.
- lze dvakrát přerušit, odbítí se přičítají /při třetím přerušení odbíjení nepokračuje/
- špatné technické odbítí se nepočítá jako platné odbítí

Hodnocení

	a)	b)
hodnocení známkou	odbití obouruč vrchem	odbití obouruč spodem
1	50 a více	23 a více
2	49 – 45	22 – 19
3	44– 40	18 – 15
4	39– 35	14 – 11
5	34 a méně	10 a méně

b) košíková

- komplexní test z košíkové – driblink, dvoutakt, střelba, doskok, přihrávka
- 1x z pravé strany, přihrávka doprava a 1x z levé strany, přihrávka doleva, to celé 3x
- měří se čas provedení
- za chybu se přičítají vteřiny k výslednému času

Hodnocení

- rychlost a přesnost provedení
- chyba driblinku +1s k cílovému času
- chyba přihrávky + 1s k cílovému času
- chyba dvoutaktu + 2s k cílovému času
- neúspěšný koš + 1s k cílovému času



hodnocení známkou	výsledný čas
1	méně - 50,0s
2	50,1 - 55,0
3	55,1 - 60,0
4	60,1 - 65,0
5	65,0 - více

#### 4. Metodické část - rozbor a obhajoba písemné přípravy na praktický výstup

- zadání metodického výstupu (losovaný z 18 témat)

##### Rozbor a hodnocení

- písemná příprava
- metodický postup činnosti
- využití zásad, metod, forem cvičení
- organizace a bezpečnost
- metodický zásobník

##### Seznam metodických výstupů

1. dynamické rozcvičení s rušnou částí bez náčiní
2. všestranné rozcvičení s rušnou částí s míčem
3. všestranné rozcvičení s rušnou částí s obručí, se švihadlem
4. zdravotní cvičení
5. protahovací cvičení, strečink
6. cvičení dětské jógy s příběhem, pohádkou
7. nácvik lidového tanečku
8. nácvik drobné pohybové hry na rozvoj běhu, skoku
9. nácvik drobné pohybové hry na rozvoj lezení, házení
10. nácvik drobné pohybové hry s říkadlem, se zpěvem
11. nácvik běžecké abecedy, běžecká cvičení
12. nácvik hodů míčkem
13. nácvik kotoulu vpřed, kotoulu vzad
14. průpravná cvičení pro přeskok – roznožka, skrčka
15. rovnovážná cvičení na nízké kladině
16. florbal – herní činnosti jednotlivce
17. cvičení pro nácvik odbití obouruč vrchem, odbití obouruč spodem
18. průpravná cvičení a hry pro nácvik driblinku a přihrávek v košíkové

#### **Hodnocení praktické maturitní zkoušky pro obory PMP: 7531M01, PL: 7842M03 ve školním roce 2019/2020**

Praktická maturitní zkouška z Tvms je rozdělena na 4 tematické části, které se dále skládají z dílčích částí. Každá z tematických částí i jednotlivé dílčí části se hodnotí klasifikačním stupněm 1 – 5.

##### Hodnocení tematické části

Pokud je tematická část složena z dílčích částí, hodnocení tematické části je aritmetickým průměrem hodnocení dílčích částí s případným matematickým zaokrouhlením za podmínky, že žádná dílčí část oné tematické části není hodnocena nedostatečně. Při hodnocení jedné dílčí části nedostatečně, je tematická část hodnocena nedostatečně.

##### Výsledné hodnocení:

Výsledné hodnocení je aritmetickým průměrem všech tematických částí s případným matematickým zaokrouhlením výsledku. Výjimku ve výsledném hodnocení tvoří případ, kdy ve dvou tematických částech je žák hodnocen stupněm nedostatečným. V tomto případě je i výsledně žák hodnocen nedostatečně.

**Jestliže je žák hodnocen nedostatečně, opakuje celou praktickou maturitní zkoušku v opravném termínu.**

Projednáno v předmetové komisi v Čáslavi 8.2. 2021

Předsedkyně předmetové komise: Mgr. Dagmar Hnátková