



Témata pro profilovou část maturitní zkoušky – praktická zkouška

Školní rok: 2021/2022
Studijní obor: 75-31-M/01 Předškolní a mimoškolní pedagogika
Předmět: Tělesná výchova – specializace

Praktická maturitní zkouška pro obor Předškolní a mimoškolní pedagogika se skládá ze dvou povinných částí: z gymnastiky (atletiky) a metodického výstupu.

1. Gymnastika (sportovní nebo moderní) nebo atletika

Žáci si volí mezi gymnastikou (sportovní nebo moderní) a atletikou.

Sportovní a moderní gymnastika

Cvičí se v prostoru o rozměrech 12 x 12m, popř. gymnastických pásech. Sestava trvá jednu minutu. Je-li sestava kratší než 45 sekund, je zkouška považována za nedostatečnou.

Sestava ze **sportovní gymnastiky** (dívky) musí obsahovat následující povinné prvky: Kotoul vpřed i vzad v různých provedeních, stoj na rukou, váha předklonmo, přemet stranou, přemet vpřed, rondát, skoky (nůžky, čertík, dálkový skok, kadet), obraty, poskoky, nízké polohy, to vše doplněno pohyby paží, trupu a hlavy. Cvičí se s hudbou.

Sestava ze **sportovní gymnastiky** (chlapci) musí obsahovat následující povinné prvky: Kotoul vpřed i vzad v různých provedeních, stoj na rukou, váha předklonmo, přemet stranou, přemet vpřed, rondát, skoky (nůžky, čertík, dálkový skok), silový prvek, obraty, poskoky, nízké polohy, to vše doplněno pohyby paží, trupu a hlavy. Cvičí se bez hudebního doprovodu.

Sestava z **moderní gymnastiky** (dívky) musí obsahovat statické prvky (váha předklonmo), skoky (nůžky, čertík, dálkový skok, kadet), nízké polohy, obraty, poskoky, taneční kroky, to vše doplněno pohyby paží, trupu a hlavy. Cvičí se s typizovaným náčiním (míček, švihadlo, obruč, kužely, stuha) na danou hudební předlohu.

Atletika

Žáci absolvují **atletický čtyřboj**, který se skládá z běhu na 100m, skoku dalekého, vrhu koulí a běhu na 1 500 m. Jsou hodnoceni bodovou škálou od 1 – 10 bodů.

2. Metodický výstup

Žák si losuje jeden z 20 metodických výstupů z předškolní a mimoškolní pedagogiky. Zkouška je vykonávána v tělocvičně SPgŠ Přerov. Žák metodický výstup realizuje na skupině probandů. Žák má k dispozici sborník metodických listů. Příprava na metodický výstup trvá nejdéle 15 minut. Metodický výstup trvá nejdéle 15 minut. Zveřejněná témata se zachovávají i pro opravnou zkoušku a náhradní zkoušku.

Při hodnocení je zohledněn zejména: výběr způsobu organizace a pomůcek, použité metody, věková přiměřenost, správnost zvolených postupů a výkladu, motivace, zohlednění klíčových kompetencí, naplnění očekávaných výstupů, důraz na bezpečnost a podmínky pro danou aktivitu, jazykový projev a celkový způsob řízení činnosti.



Předškolní a mimoškolní pedagogika

1. Zdravotní cviky bez náčiní pro děti 5-6 leté.
2. Zdravotní cviky s náčiním pro děti 5-6 leté.
3. Zdravotní cviky s hudbou.
4. Nácvik pohybové hry s obsahem chůze pro děti 3-4 leté.
5. Nácvik pohybové hry s obsahem běhu pro děti 5-6 leté.
6. Nácvik pohybové hry s obsahem skoků.
7. Nácvik pohybové hry s obsahem manipulace s předměty.
8. Nácvik pohybové hry s dopravními prvky pro děti 5-6 leté.
9. Nácvik pohybové hry s orientací v prostoru pro děti 5-6 leté.
10. Cvičení na stanovištích.
11. Nácvik vylézání a slézání (způsob organizace).
12. Průpravná část bez náčiní.
13. Průpravná část s tyčemi nebo se švihadly.
14. Průpravná část s míči.
15. Průpravná část s hudbou.
16. Průpravná část s využitím laviček.
17. Průpravná část s obručí.
18. Kruhový provoz.
19. Pohybová hra pro rušnou část cvičební jednotky (srovnání MŠ a ZŠ).
20. Štafetová hra.



Atletika - bodovací tabulky

Atletika - dívky

Body	Sprint 100 m (s)	Skok daleký (cm)	Vrh koulí (m)	Běh 1 500 m (min)
0	nad 17,60	pod 299	pod 4,99	nad 9:01
1	17,59 - 17,00	300 - 329	5,00 - 5,49	9:00 - 8:00
2	16,99 - 16,50	330 - 349	5,50 - 5,99	7:59 - 7:00
3	16,49 - 16,00	350 - 369	6,00 - 6,49	6:59 - 6:30
4	15,99 - 15,60	370 - 385	6,50 - 6,99	6:29 - 6:15
5	15,59 - 15,20	386 - 400	7,00 - 7,49	6:14 - 6:00
6	15,19 - 14,80	401 - 415	7,50 - 7,99	5:59 - 5:45
7	14,79 - 14,40	416 - 425	8,00 - 8,49	5:44 - 5:31
8	14,39 - 14,00	426 - 435	8,50 - 8,99	5:30 - 5:20
9	13,99 - 13,60	436 - 445	9,00 - 9,49	5:19 - 5:10
10	13,59 a méně	nad 446	Nad 9,50	pod 5:09

Atletika - hoši

Body	Sprint 100 m (s)	Skok daleký (cm)	Vrh koulí (m)	Běh 1 500 m (min)
0	nad 15,30	pod 349	pod 5,99	nad 7:30
1	15,29 - 14,70	350 - 379	6,00 - 6,49	7:29 - 6:40
2	14,69 - 14,20	380 - 399	6,50 - 6,99	6:39 - 6:10
3	14,19 - 13,70	400 - 419	7,00 - 7,49	6:09 - 5:40
4	13,69 - 13,30	420 - 434	7,50 - 7,99	5:39 - 5:20
5	13,29 - 13,00	435 - 444	8,00 - 8,49	5:19 - 5:00
6	12,99 - 12,70	445 - 454	8,50 - 8,99	4:59 - 4:40
7	12,69 - 12,40	455 - 464	9,00 - 9,49	4:39 - 4:30
8	12,39 - 12,20	465 - 474	9,50 - 9,99	4:29 - 4:20
9	12,19 - 12,00	475 - 484	10,00 - 10,49	4:19 - 4:10
10	11,99 a méně	nad 485	nad 10,50	pod 4:09

Hodnocení: 15 a více bodů - výborně
14 - 11 bodů - chvalitebně
10 - 7 bodů - dobře
6 - 4 body - dostatečně
3 a méně bodů - nedostatečně