



## Témata pro profilovou část maturitní zkoušky – praktická zkouška

Školní rok: 2024/2025  
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 45 sekund. Je-li sestava kratší než 35 sekund, je zkouška považována za nedostatečnou.

Sestava ze **sportovní gymnastiky** musí obsahovat následující povinné prvky: Kotoul vpřed i vzad v různých provedeních, stoj na rukou, stoj na lopatkách bez opory, váha předklonmo, přemet stranou, 2 přemety stranou vázaně nebo rondat, skoky (nůžky, čertík, dálkový skok, kadet), obraty, poskoky, nízké polohy, to vše doplněno pohyby paží, trupu a hlavy. Cvičí se s hudbou (chlapci cvičí bez hudebního doprovodu).

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

#### **Atletika**

Žáci absolvují **atletický víceboj**, který se skládá z běhu na 60 m, skoku dalekého, vrhu koulí, hodu granátem a běhu na 1000 m. Žáci si volí čtyři z pěti disciplín a jsou hodnoceni prostřednictvím bodové škály 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 – ženy

Body	Sprint 60 m (s)	Skok daleký (cm)	Hod granátem (m)	Vrh koulí 4 kg (m)	Běh 1 000 m (min)
0	nad 13:05	pod 249	pod 13,0	pod 3,49	nad 8:00
1	13:04 – 12:55	250 - 269	13,1 - 15,0	3,50 - 3,99	7:59 - 7:30
2	12:54 – 12:05	270 - 289	15,1 - 17,0	4,00 - 4,49	7:29 - 7:00
3	12:04 – 11:55	290 - 309	17,1 - 19,0	4,50 - 4,99	6:59 - 6:30
4	11:54 – 11:05	310 - 329	19,1 - 21,0	5,00 - 5,49	6:29 - 6:00
5	11:04 – 10:55	330 - 349	21,1 - 23,0	5,50 - 5,99	5:59 - 5:30
6	10:54 – 10:05	350 - 369	23,1 - 25,0	6,00 - 6,49	5:29 - 5:00
7	10:04 – 9:55	370 - 379	25,1 - 27,0	6,50 - 6,99	4:59 - 4:30
8	9:54 – 9:05	380 - 389	27,1 - 29,0	7,00 - 7,49	4:29 - 4:15
9	9:04 – 8:54	390 - 399	29,1 - 31,0	7,50 - 7,99	4:14 - 4:00
10	8:53 a méně	nad 400	nad 31,1	nad 8,00	pod 4:00

### Atletika – muži

Body	Sprint 60 m (s)	Skok daleký (cm)	Hod granátem (m)	Vrh koulí 5 kg (m)	Běh 1 000 m (min)
0	nad 12:50	pod 299	pod 23,9	pod 5,49	nad 7:30
1	12:49 – 12:00	300 - 329	24 - 26,9	5,50 - 5,99	7:29 - 7:00
2	11:99 – 11:50	330 - 359	27 - 29,9	6,00 - 6,49	6:59 - 6:30
3	11:49 – 11:00	360 - 389	30 - 32,9	6,50 - 6,99	6:29 - 6:00
4	10:99 – 10:50	390 - 409	33 - 35,9	7,00 - 7,49	5:59 - 5:30
5	10:49 – 10:00	410 - 429	36 - 37,9	7,50 - 7,99	5:29 - 5:00
6	9:99 – 9:50	430 - 449	38 - 39,9	8,00 - 8,49	4:59 - 4:30
7	9:49 – 9:00	450 - 469	40 - 41,9	8,50 - 8,99	4:29 - 4:00
8	8:99 – 8:50	470 - 489	42 - 43,9	9,00 - 9,49	3:59 - 3:45
9	8:49 – 8:00	490 - 509	44 - 45,9	9,50 - 9,99	3:44 - 3:30
10	7:99 a méně	nad 510	nad 46	nad 10	pod 3:29

**Hodnocení:** 18 a více bodů - výborně  
17 - 14 bodů - chvalitebně  
13 - 10 bodů - dobře  
9 - 5 body - dostatečně  
4 a méně bodů - nedostatečně