

# Kritéria hodnocení a požadavky v předmětu

- ✦ **Předmět:** Tělesná výchova
- ✦ **Školní rok:** 2024/2025
- ✦ **Obor:** Lesní mechanizátor
- ✦ **Ročník:** 3.
- ✦ **Forma studia:** denní

- Splnění tematických celků
- Splnění rozvíčky a strečinku
- Splnění docházky na hodiny tělesné výchovy
- Požadované pomůcky:
  - Cvičební úbor
  - Sportovní obuv
  - Deodorant/antiperspirant



# Požadavky pro účast na hodinách tělesné výchovy

- ❖ Cvičební úbor – sportovní tričko (bavlna, kombinace polyesteru a elastanu), sportovní kraťasy či tepláky, ponožky určené pro hodiny tělesné výchovy, obuv vhodná především do tělocvičny.
- ❖ Zdravotní stav – fyzická, duševní a sociální hodnota. Usilování o udržení zdraví jednotlivce a skupiny.
- ❖ Znalost základních pohybových aktivit.
- ❖ Rozvoj základních pohybových aktivit.
- ❖ Znalost základních sportovních termínů.



## Tematické celky k hodinám tělesné výchovy

1. Základní pohybové aktivity
2. Kondiční cvičení
3. Gymnastika
4. Atletika
5. Míčové hry
6. Sportovní hry
7. Úpoly
8. Lyžování/snowboarding
9. Posilování s vlastní vahou
10. Posilování s činkami
11. Šplh
12. Strečink a prevence před zraněním
13. Základní principy zdravého stravování
14. Bruslení



## Hodnocení v předmětu

**Žáci budou hodnoceni v škále váhy známky 0,1 - 1,0**

- ✦ Aktivita v hodině a vedení hráčského týmu při sportovních hrách váha 0,1 - 0,3;
- ✦ Znalost pravidel daného sportu a předání těchto pravidel ostatním váha 0,3 - 0,4;
- ✦ Rozcvička a strečink váha 0,5 - 0,7;
- ✦ Splnění tematického celku (sportovní hry) váha 0,5 - 1,0;
- ✦ Splnění tematického celku (ostatní) váha 1,0.

### Hodnocení tematických celků

Hodnocení	Úspěšnost (v %)
1	100 – 90%
2	89 -80%
3	79 - 60%
4	59 - 40%
5	39 - 0%

### Hodnocení ostatní

Hodnocení	Úspěšnost (v %)
1	100 – 81%
2	80 - 71%
3	70 - 61%
4	60 - 52%
5	51 - 0%

