

## HODNOTÍCÍ TABULKA TĚLESNÁ VÝCHOVA

třída	jméno a příjmení							
hodnocené činnosti		datum	popis činnosti		body			
					1.pololetí		2.pololetí	
nástup					2	1	0	-1
rozcvička					2	1	0	-1
organizátor, pořadatel, rozhodčí					2	1	0	-1
aktivita, snaha					5	3	0	-5 -10 -15
teorie, referát					2	1	0	-1
chování					5	3	0	-5 -10 -15
zapomínání (cvičebního úboru)					0, každé zapomenutí -1		0, každé zapomenutí -1	
sportovní kroužek					1	0		
školní kolo soutěže					1	0		
okrskové kolo soutěže					1	0		
okresní kolo soutěže					1	0		
krajské kolo soutěže					2	0		
celostátní kolo soutěže					5	0		
disciplína:	datum:	výkon:		body podle výkonnostní tabulky:				
sprint 60 metrů				3	2	1	0 -1	
vytrvalost 1000 metrů				3	2	1	0 -1	
skok daleký				3	2	1	0 -1	
skok vysoký				3	2	1	0 -1	
hod kriketovým míčkem				3	2	1	0 -1	
hod granátem				3	2	1	0 -1	
šplh				3	2	1	0 -1	
hod medicinbalem vzad						1	0 -1	
shyby						1	0 -1	
švihadlo						1	0 -1	
trojskok						1	0 -1	
lehy-sedy						1	0 -1	
kliky						1	0 -1	
driblink						1	0 -1	
míčové hry						1	0 -1	
sportovní gymnastika						1	0 -1	
umělecká gymnastika						1	0 -1	
tanec						1	0 -1	
aerobik						1	0 -1	
posilovací aktivity						1	0 -1	
turistika						1	0 -1	
SOUČET BODŮ:		30	20	10	5			
ZNÁMKA:		1	2	3	4			

**0** = necvičil po nemoci, nachlazení, pro bolest, úraz; **-1** = odmítl splnit úkol

### Poznámky:

1. Před hodinou TV jsou žáci povinni odkládat cenné věci a mobilní telefony na určené místo.
2. Do hodin TV se žáci převlékají do sportovního oděvu. Obuv: cvičky, plátěné tenisky nebo botasky s podrážkou nezanechávající čáry, která neklouže, obuv na venkovní hřiště. Oděv: tričko určené jen pro TV s krátkým nebo dlouhým rukávem, šortky, krátké nebo dlouhé tepláky umožňující plný rozsah pohybu, sportovní bunda nebo mikina. Oděv volit s ohledem na okolní teplotu. Žáci si nosí úbor domů.
3. Disciplíny, které se bodují podle výkonnostní tabulky: sprint, vytrvalost, hod míčkem (nebo granátem), skok daleký, skok vysoký, šplh. Žák je ohodnocen 3, 2, 1 nebo 0 body. Pokud žák vědomě odmítne splnit disciplínu, je mu 1 bod odečten. Hodnocení probíhá s ohledem na zdravotní stav žáků.
4. Disciplíny školního desetiboje (přesný popis + video najdete na <http://www.sazkaolympijskyviceboj.cz/odznak-vestrannosti/discipliny>), gymnastika, tanec a aerobik, turistika, posilování jsou hodnoceny 1 bodem za splnění. Pokud žák chybí, nebo cvik nezvládne, je hodnocen 0 body. Pokud žák vědomě odmítne splnit disciplínu, je mu 1 bod odečten. Hodnocení probíhá s ohledem na zdravotní stav žáků.
5. Žák může získat plusové body za vedení nástupu, rozevčičky, pomoc při rozhodování a měření výkonů, za snahu, aktivitu a chování, teoretické znalosti, referát, účast ve sportovních kroužcích a soutěžích.
6. Body se odečítají za zapomínání cvičebního úboru, neaktivní přístup a nevhodné chování

7. Převod bodů na známku probíhá vždy jen k pololetí (30 a více = 1; 20 – 29 bodů = 2; 10 – 19 bodů = 3; 5 – 9 bodů = 4; méně než 5 bodů = 5). Žák může být hodnocen z TV nedostatečnou, postupuje však bez opravných zkoušek do vyššího ročníku.

Ve čtvrtletí bude zveřejněn aktuální součet bodů.

8. Bodový systém je po dobrých zkušenostech využíván ve 3. až 9. ročníku. V 1. a 2. ročníku je po dohodě se zákonnými zástupci zachována klasifikace známkou.

9. Pokud je žák částečně uvolněn z TV, předkládá doporučení od lékaře třídnímu učiteli nebo učiteli TV. Pokud je žák uvolněn z TV na dobu delší než 3 měsíce **úplně**, žádá zákonný zástupce o uvolnění z TV paní ředitelku na tiskopisu, rovněž s předložením lékařského doporučení.

10. Jakýkoliv dotaz nebo nejasnosti vysvětlíme telefonicky nebo osobně ve škole.

#### Bodové hodnocení atletika dívky

třída	body	60m	1000m	dálka	výška	míček	šplh
3.	3	11,6 a lépe	7:15 a lépe	220 a lépe	-	15 a lépe	16 a lépe
	2	11,7 – 12,5	7:16 – 8:30	219 – 190	-	14,9 – 12	16,1 – 18
	1	12,6 – 13,4	8:31 – 8:45	189 – 170	-	11,9 – 9	18,1 – vyšplhala
	0	13,5 a hůř	8:46 a hůř	169 a hůř	-	8,9 a hůř	nevyšplhala
4.	3	11,2 a lépe	7:00 a lépe	250 a lépe	75 a lépe	17 a lépe	14 a lépe
	2	11,3 – 12,1	7:01 – 8:15	249 – 210	70 - 65	16,9 – 13,0	14,1 – 16,0
	1	12,2 - 13,0	8:16 – 8:30	209 – 195	60 – 55	12,9 – 10	16,1 – vyšplhala
	0	13,1 a hůř	8:31 a hůř	194 a hůř	50 a hůř	9,9 a hůř	nevyšplhala
5.	3	10,8 a lépe	6:45 a lépe	270 a lépe	85 a lépe	19 a lépe	12 a lépe
	2	10,9 - 11,5	6:46 - 8:00	269 - 230	80 - 75	18,9 - 14,5	11,9-14
	1	11,6 - 12,4	8:01 – 8:15	231 - 219	70 - 65	14,4 - 11	14,1-vyšplhala
	0	12,5 a hůř	8:15 a hůř	218 a hůř	60 a hůř	10,9 a hůř	nevyšplhala
6.	3	10,4 a lépe	6:30 a lépe	300 a lépe	95 a lépe	21 a lépe	10 a lépe
	2	10,5 - 11,3	6:31 - 7:45	299 - 245	90 - 85	20,9 – 16,5	10,1-13
	1	11,4 - 12,1	7:46 - 8:00	244 - 229	80 - 75	16,4 – 12,5	13,1-vyšplhala
	0	12,2 a hůř	8:01 a hůř	228 a hůř	70 a hůř	12,4 a hůř	nevyšplhala
7.	3	10 a lépe	6:00 a lépe	310 a lépe	105 a lépe	24 a lépe	8 a lépe
	2	10,1- 10,8	6:01 - 7:15	309 - 270	100 - 95	23,9 – 18,5	8,1-11,5
	1	10,9 – 11,5	7:16 – 7:55	269 - 249	90 - 85	18,4 – 16	11,6-vyšplhala
	0	11,6 a hůř	7:56 a hůř	248 a hůř	80 a hůř	15,9 a hůř	nevyšplhala
8.	3	9,8 a lépe	5:50 a lépe	330 a lépe	110 a lépe	26 a lépe	7,5 a lépe
	2	9,9 - 10,7	5:51 - 6:45	329 - 290	105 - 95	25,9 - 20	7,6-10,6
	1	10,8 – 11,3	6:46 – 7:50	289 - 269	90 - 85	19,9 - 17	10,7 a hůř
	0	11,4 a hůř	7:51 a hůř	268 a hůř	80 a hůř	16,9 a hůř	nevyšplhala
9.	3	9,5 a lépe	5:35 a lépe	340 a lépe	115 a lépe	28 a lépe	7 a lépe
	2	9,6 - 10,5	5:36 - 6:30	339 - 300	110 - 105	27,9 - 22	7,1-10,1
	1	10,6 – 11,2	6:31 – 7:45	299 - 279	100 - 95	21,9 - 19	10,2-vyšplhala
	0	11,3 a hůř	7:46 a hůř	278 a hůř	90 a hůř	18,9 a hůř	nevyšplhala

#### Bodové hodnocení atletika hoši

třída	body	60m	1000m	dálka	výška	míček	šplh
3.	3	11,4 a lépe	7:00 a lépe	230 a lépe	-	18 a lépe	12 a lépe
	2	11,5 – 12,3	7:01 – 8:15	229 – 200	-	17,9 – 14,0	12,1 – 14
	1	12,4 – 13,2	8:16 – 8:30	199 – 180	-	13,9 – 11	14,1 – vyšplhal
	0	13,3 - hůř	8:31 a hůř	179 a hůř	-	10,9 a hůř	nevyšplhal
4.	3	11,0 a lépe	6:45 a lépe	260 a lépe	85 a lépe	20 a lépe	10 a lépe
	2	11,1 – 11,8	6:46 – 8:00	259 – 220	80 - 75	19,9 – 16	10,1 – 13
	1	11,9 – 12,6	8:01 – 8:15	219 – 200	70 – 65	15,9 – 13	13,1 – vyšplhal
	0	12,7 a hůř	8:16 a hůř	199 a hůř	60 a hůř	12,9 a hůř	nevyšplhal
5.	3	10,5 a lépe	6:30 a lépe	290 a lépe	95 a lépe	25 a lépe	8 a lépe
	2	10,6 - 11,1	6:31 - 7:45	289 - 245	90 - 85	24,9 - 19	8,1-12,0
	1	11,2 – 12,0	7:46 - 8:00	244 - 229	80 - 75	18,9 – 15,5	12,1-vyšplhal
	0	12,1 a hůř	8:01 a hůř	228 a hůř	70 a hůř	15,4 a hůř	nevyšplhal
6.	3	10,0 a lépe	6:00 a lépe	320 a lépe	105 a lépe	30 a lépe	7,5 a lépe
	2	10,1 - 11,2	6:01 - 7:30	319 - 275	100 - 95	29,9 - 23	7,6-11,1
	1	11,3 – 11,7	7:31 – 7:50	274 - 259	90 - 85	22,9 – 17,5	11,2-vyšplhal
	0	11,8 a hůř	7:50 a hůř	258 a hůř	80 a hůř	17,4 a hůř	nevyšplhal
7.	3	9,4 a lépe	5:45 a lépe	330 a lépe	110 a lépe	34 a lépe	6,8 a lépe
	2	9,5 - 10,5	5:46 - 6:40	329 - 300	105 - 100	33,9 - 25	6,9-10
	1	10,6 – 11,3	6:41 – 7:25	299 - 279	95 - 90	24,9 - 19	10,1-vyšplhal
	0	11,4 a hůř	7:26 a hůř	278 a hůř	85 a hůř	18,9 a hůř	nevyšplhal
8.	3	9,2 a lépe	5:20 a lépe	350 a lépe	120 a lépe	36 a lépe	7,0 a lépe
	2	9,3 - 10,1	5:21 - 6:25	349 - 325	115 - 110	35,9 - 28	7,1-9,0
	1	10,2 – 10,9	6:26 – 7:10	324 - 299	105 - 95	27,9 - 22	9,1 a hůř
	0	11,0 a hůř	7:11 a hůř	298 a hůř	90 a hůř	19,9 a hůř	nevyšplhal
9.	3	9,0 a lépe	5:05 a lépe	380 a lépe	130 a lépe	40 a lépe	6,2 a lépe
	2	9,1 - 10,0	5:06-6:15	379 - 325	125 - 120	39,9 - 29	6,3-7,5
	1	10,1 – 10,7	6:16 – 7:05	324 - 309	115 - 105	28,9 – 24,5	7,6-vyšplhal
	0	10,8 a hůř	7:06 a hůř	308 a hůř	100 a hůř	24,4 a hůř	nevyšplhal