



MATURITNÍ TÉMATA Z TĚLESNÉ VÝCHOVY

S METODIKOU - praktická zkouška

Třída: 4.A, 4.B

Školní rok 2026/2027

Maturitní zkouška z tělesné výchovy s metodikou konaná formou praktické zkoušky je složena ze tří povinných částí:

a) Metodický výstup

Předvedení metodického výstupu s kolektivem na základě vylosovaného tématu dle zpracované přípravy – viz přiložený formulář (Programově řízená činnost zaměřená na pohybové kompetence) s reflexí

b) Test obecné zdatnosti a pohyblivosti s daným hudebním doprovodem – z paměti provedená sestava daných, plynule na sebe navazujících prvků

c) Výběr jedné části z:

1. Test pohybových schopností - přeskoky snožmo přes švihadlo (1 min.), trojskok snožmo z místa, Jacíkův test (2 min.), hod medicinbalem (3 kg), šplh na tyči (4,5 m)

2. Test pohybových dovedností - akrobacie s daným hudebním doprovodem:
stoj spojný, upažit – výkrokem P (L) čertík, paže čelné kruhy dolů – výkrokem P (L) nůžky – výkrokem stoj na ruku – kotoul vpřed do stoje spojného - výkrokem váha předklonmo, vzpažit zevnitř – výpon, vzpažit – ze stoje kotoul vzad o napjatých nohou do roznožení – kotoul vzad o napjatých nohou do stoje spojného – výskokem dvojný obrat – dřep, předpažit – kotoul vpřed – naskočený kotoul vpřed do stoje spojného – výkrokem obrat na P (L) – výkrokem přemet stranou - stoj spojný, upažit

3. Volná sestava s vlastním hudebním doprovodem (min. 2 min., plocha 8 x 8 m)

Schváleno v předmětové komisi tělesné výchovy 26. 8. 2026


Mgr. Ilona Helisová
vedoucí PK TV


Mgr. Jana Vítková
ředitel školy



Programově řízená činnost zaměřená na pohybové kompetence

Téma:

Cíl:

Jméno:

šk. rok:

Obsah	Metodický postup	Organizace	Pomůcky	Poznámky