

	<p>Bezpečnostně právní akademie Ostrava, s. r. o., střední škola Sládečkova 393/90 715 00 Ostrava - Michálkovice</p>	
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Pravidla pro výuku TV a STV

Číslo jednací	BPA-0220/2019
Schválil	Mgr. Ctirad Skopal
Platnost ode dne	11. 03. 2019
Účinnost ode dne	01. 04. 2019
Zrušuje předešlou směrnici	---

1 OBSAH

1	OBSAH	2
2	DOCHÁZKA	3
2.1	Pozdní příchody.....	3
2.2	Status Cvičící žák	3
2.3	Status Necvičící žák řádně omluvený	3
2.4	Žák vyloučený z výuky	3
2.5	Zdravotní omezení.....	3
3	PRŮBĚH A OBSAH HODIN	3
3.1	Záznam průběhu výuky	3
3.2	Šatny a klíče	3
3.3	Úrazy	3
3.4	Mobilní telefony	3
3.5	Chování	3
3.6	Odchody	4
4	USTROJENÍ.....	4
4.1	Oděv	4
4.2	Vlasy.....	4
4.3	Ozdoby	4
4.4	Nehty	4
5	HODNOCENÍ A ZNÁMKOVÁNÍ.....	4
5.1	Tělesná výchova	4
5.2	Speciální tělesná výchova	4
5.3	Hodnocení jednotlivých disciplín v TV – obor BPČ (Tabulka č. 1).....	5
5.4	Hodnocení jednotlivých disciplín v TV – obor VSČ (Tabulka č. 2).....	6
6	SPECIÁLNÍ TĚLESNÁ VÝCHOVA.....	7
6.1	Klasifikace.....	7
6.2	Pololetní klasifikace	7
6.3	Doklasifikace z důvodu absence	7
6.4	Opravná zkouška	7
7	POSTUPOVÉ FYZICKÉ TESTY – TESTOVÁ BATERIE	7
7.1	Kdy a kde?.....	7
7.2	Jaké jsou disciplíny testové baterie?	8
7.3	Způsob hodnocení	8
7.4	Zelená karta	8
7.5	Bodové hodnocení testové baterie (Tabulka č. 3).....	9
7.6	Převedení bodů testové baterie na známky (Tabulka č. 4).....	10
8	OSVOBOZENÍ Z VÝUKY TV A STV.....	10
8.1	Studijní obor bezpečnostně právní činnost.....	10
8.2	Studijní obor veřejnosprávní činnost.....	10

Z hlediska gender problematiky se v tomto dokumentu slovem žák myslí zároveň žákyně, slovem učitel zároveň učitelka atp.

2 DOCHÁZKA

2.1 Pozdní příchody

Pro pozdní příchody platí ustanovení Školního řádu. Pozdní příchody se zapisují do třídní knihy.

2.2 Status Cvičící žák

Žák, který má řádný cvičební úbor a je na hodině včas.

2.3 Status Necvičící žák řádně omluvený

Žák, který je v hodině přítomen a necvičí z důvodů nemoci, zdravotních obtíží, úrazu nebo stavu po nich. Do dvou vyučovacích hodin může žáka omluvit rodič, pro delší absenci je nutné předložit lékařské doporučení nebo lékařskou zprávu. **Takovémuto žákovi není i přes uvedená omezení zaznamenána absence.**

2.4 Žák vyloučený z výuky

Žák, který:

- nemá vhodné ustrojení (viz kapitola 3.3.1, odst. b) Školního řádu), nebo
- nedodržuje dané bezpečnostní pokyny, nebo
- neplní úkoly stanovené vyučujícím, nebo
- je při činnostech záměrně pasivní, nebo
- jeho chování ve výuce je jinak nevhodné (vulgarity, násilí apod.),

bude učitelem z výuky vyloučen a následně kázeňsky potrestán dle pravidel stanovených školou. I přes vyloučení z výuky zůstává žák pod dohledem učitele.

2.5 Zdravotní omezení

Pokud je žák lokálně zdravotně omezen (např. drobný úraz horní končetiny apod.), neznamená to, že nemůže cvičit vůbec. Bude vykonávat takové cviky, které s jeho zdravotním stavem přímo nesouvisí.

3 PRŮBĚH A OBSAH HODIN

Průběh, pojetí a obsah předmětu TV a STV je dán akreditovaným školním vzdělávacím programem pro příslušný obor vzdělání.

3.1 Záznam průběhu výuky

Bez svolení trenéra nebo učitele a ostatních přítomných je pořizování jakéhokoli audio, foto či video záznamu během hodin a o přestávkách přísně zakázáno.

3.2 Šatny a klíče

Žáci jsou povinni si své věci uložit do modrých plechových skříní uvnitř šaten. Klíče má k dispozici vždy trenér nebo učitel.

3.3 Úrazy

Jakýkoli úraz je žák povinen okamžitě hlásit trenérovi, učiteli nebo kterémukoli zaměstnanci školy. Úraz je beuodkladně zapsán do knihy úrazů.

3.4 Mobilní telefony

Mobilní telefon umístí žák na dobu výuky TV a STV ke svým dalším osobním věcem do uzamykatelné skříně v šatně nebo jej předá do úschovy vyučujícímu. Nosit si mobilní telefon do výuky a jakkoli s ním manipulovat je žákům přísně zakázáno.

3.5 Chování

Během výuky TV a STV jsou žáci povinni dodržovat veškerá pravidla chování stanovená platným Školním řádem BPA Ostrava i tímto dokumentem.

3.6 Odchody

V případě svévolného opuštění nebo neúčasti bude hodina považována za neomluvenou.

4 USTROJENÍ

4.1 Oděv

TV triko, kraťasy (tepláky, legíny), vhodná sportovní obuv

STV kompletní kimono (vrchní a spodní díl, pásek)

Žák, který nebude řádně ustrojen, bude z výuky vyloučen.

4.2 Vlasy

Pokud má žák dlouhé vlasy, musí je mít při výuce vždy upravené (sepnuté, bez kovových spon).

4.3 Ozdoby

Při hodinách je zakázáno nosit jakékoli ozdoby a doplňky, které by mohly způsobit zranění - náramky, řetízky, piercing, výrazné náušnice apod.

4.4 Nehty

Z důvodů bezpečnosti musí mít žák nehty vždy upravené a krátce zastřižené.

5 HODNOCENÍ A ZNÁMKOVÁNÍ

Disciplíny, které jsou v rámci TV a STV hodnoceny:

5.1 Tělesná výchova

Průběžné
Šplh na laně
Šplh na tyči
Kruhy
Hrazda
Přeskok
Běh 100 m
Běh 1500 m
Skok vysoký
Skok daleký
Vrh koulí
Basketbal
Rugby
Volejbal
Fotbal
Házená
Plavání
Cooperův test
Sed - leh
Jacíkův test
Shyby/výdrž ve shybu
Člunkový běh
Skok z místa
Kliky

Jednorázové
Rozcevička + strečink
Příprava hodiny
Mimořádný sportovní výkon MSV
Reprezentace školy

Postupové – Testová baterie
Cooperův test
Sed - leh
Jacíkův test
Shyby/výdrž ve shybu
Člunkový běh
Skok z místa
Kliky

5.2 Speciální tělesná výchova

Hodnoceno je učivo stanovené platným školním vzdělávacím programem.

5.3 Hodnocení jednotlivých disciplín v TV – obor BPC (Tabulka č. 1)

Cooperův test (m)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 2900	≥ 2450
2	2700	2200
3	2500	2050
4	2400	2000
5	< 2400	< 2000
Časový limit 12 minut		

Kliky		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 36	≥ 24
2	30	18
3	24	12
4	18	6
5	≤ 17	≤ 5
Časový limit 12 minut		

Sed - leh		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 90	≥ 80
2	80	70
3	70	60
4	65	55
5	≤ 64	≤ 54
Časový limit 2 minuty		

Skok z místa (cm)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 250	≥ 205
2	220	190
3	205	170
4	200	160
5	< 200	< 160
Časový limit 12 minut		

Jacíkův test		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 53	≥ 48
2	48	43
3	42	37
4	39	34
5	≤ 38	≤ 33
Časový limit 12 minut		

Člunkový běh (s)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≤ 9,8	≤ 10,7
2	10,6	11,6
3	11,4	12,8
4	12,0	13,0
5	> 12,0	> 13,0
Časový limit 12 minut		

Shyby Výdrž ve shybu (dívky s)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 16	≥ 55p/40n
2	12	42p/30n
3	8	36p/20n
4	5	30p/10n
5	≤ 4	< 30p/10n
p – podhmat, n - nadhmat		

Běh 100m (s)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≤ 12,5	≤ 13,5
2	13,5	15,5
3	14,5	17,5
4	15,5	19,5
5	> 15,5	> 19,5
Časový limit 12 minut		

Běh 1500m (m:s)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≤ 6:30	≤ 7:00
2	7:00	7:30
3	7:40	8:10
4	8:10	9:10
5	> 8:10	> 9:10
Časový limit 12 minut		

Skok vysoký (cm)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 150	≥ 140
2	140	130
3	130	120
4	120	110
5	< 120	< 110

Skok daleký (cm)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 420	≥ 360
2	380	330
3	350	310
4	330	295
5	< 330	< 295

Vrh koulí (m)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 9	≥ 8
2	8	7
3	7	6
4	6	5
5	< 6	< 5

5.4 Hodnocení jednotlivých disciplín v TV – obor VŠČ (Tabulka č. 2)

Cooperův test (m)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 2400	≥ 2050
2	2250	1900
3	2100	1800
4	2000	1650
5	< 2000	< 1650
Časový limit 12 minut		

Kliky		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 29	≥ 24
2	23	18
3	17	12
4	11	6
5	≤ 10	≤ 5

Sed - leh		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 58	≥ 50
2	46	38
3	38	29
4	31	18
5	≤ 30	≤ 17
Časový limit 2 minuty		

Skok z místa (cm)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 240	≥ 180
2	215	165
3	200	150
4	170	130
5	≤ 169	≤ 129

Jacík		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 91	≥ 78
2	82	70
3	75	64
4	58	50
5	≤ 57	≤ 49
Časový limit 12 minut		

Člunkový běh (s)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	$\leq 10,8$	$\leq 11,6$
2	11,4	12,8
3	12,4	14,4
4	15,0	16,5
5	$> 15,0$	$> 16,5$

Shyby Výdrž ve shybu (dívky s)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 10	≥ 30
2	8	25
3	5	15
4	1	5
5	0	< 5

Běh 100m (s)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	$\leq 13,5$	$\leq 16,5$
2	15,5	18,5
3	17,5	20,5
4	19,5	22,5
5	$> 19,5$	$> 22,5$

Běh 1500m (m:s)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	$\leq 7:00$	$\leq 7:30$
2	7:40	8:10
3	8:10	9:00
4	8:20	9:20
5	$> 8:20$	$> 9:20$

Skok vysoký (cm)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 130	≥ 120
2	120	110
3	110	100
4	100	90
5	< 100	< 90

Skok daleký (cm)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 380	≥ 330
2	350	310
3	330	295
4	320	270
5	< 320	< 270

Vrh koulí (m)		
ZNÁMKA	Hoši	Dívky
1	≥ 7	≥ 6
2	6	5
3	5	4
4	4	3
5	< 4	< 3

6 SPECIÁLNÍ TĚLESNÁ VÝCHOVA

Speciální tělesná výchova se skládá ze dvou částí, které zpravidla vyučují dva vyučující. Každý z nich se zaměřuje na specifickou část sebeobrany.

6.1 Klasifikace

Výuka se skládá z jednotlivých témat, z nichž mohou být žáci zkoušeni. Formu zkoušení určí vyučující. Žák je průběžně známkován u obou vyučujících. Žáci jsou klasifikováni z jednotlivých probraných témat dle rozhodnutí vyučujících. Vyučující při zkoušce bere na zřetel individuální schopnosti žáka a jeho přístup k nácvičku probrané látky. Žák ke každé zkoušce přichází v určeném sportovním oděvu a má s sebou svého sparingpartnera (ukeho).

Možnost oprav známek je na rozhodnutí trenéra (učitele). Poslední týden před uzavřením známek již nelze známky opravovat.

6.2 Pololetní klasifikace

Jestliže je v jedné z obou částí výuky žák klasifikován stupněm nedostatečný, je stejné i celkové hodnocení. O výsledné známce nerozhoduje pouhý aritmetický průměr vycházející z váženého průměru známek, ale je zohledněn také přístup k výuce. Je možno zohlednit i aktivitu v rámci propagačních akcí školy. Při neshodě vyučujících rozhodne o konečné známce na vysvědčení předseda předmětové komise.

6.3 Doklasifikace z důvodu absence

V případě, že absence v předmětu přesáhne 30 %, bude žák doklasifikován v termínu stanoveném ředitelem školy. Při doklasifikaci může být žák zkoušen ze všech témat, které byly v daném pololetí probrány. Z každého celku je klasifikován zvlášť jednou známku. Vzhledem k nepřítomnosti v praktické výuce je vysoká pravděpodobnost, že žák nemá zažity motorické dovednosti, které s výukou souvisí. Proto může být zkoušen i z témat, ze kterých v pololetí již klasifikován byl.

6.4 Opravná zkouška

Při opravné zkoušce může být žák zkoušen ze všech témat, která byla v daném pololetí vyučujícími probrána. Pokud byl žák hodnocen nedostatečně i v 1. pololetí, bude zkoušen z témat probíraných v celém ročníku. Žák se dostaví ke zkoušce v určeném sportovním oděvu a má s sebou svého sparingpartnera.

7 POSTUPOVÉ FYZICKÉ TESTY – TESTOVÁ BATERIE

Postupové fyzické testy platí pouze pro obor bezpečnostně právní činnost.

Cíl postupových fyzických testů leží ve dvou rovinách. První je každoroční zvyšování motorických, vytrvalostních a silových schopností a dovedností žáků. Druhou rovinou je připravenost absolventů školy pro splnění přijímacích kritérií k bezpečnostním sborům. Tomu je podřízen výběr disciplín, který kopíruje přijímací fyzické testy k výše uvedeným složkám.

Postupové fyzické testy jsou součástí výuky předmětu **tělesná výchova**.

7.1 Kdy a kde?

Testová baterie se plní 2 x ročně (kromě 4. ročníku, kdy žáci konají jen testy postupové v termínu dle harmonogramu školního roku).

Testování probíhá pokud možno v jeden den.

1. pololetní testy	leden	1 x řádný, opravný	I. pololetí
2. postupové testy	červen, srpen	1 x řádný, opravný	II. pololetí

Testy žáci vykonávají na školním hřišti, v tělocvičnách a v parku u školy.

Termíny:

Každý žák má v daném pololetí právo na jeden řádný termín a jeden opravný.

Na fyzické testy se žák připravuje sám, učitel není povinen tyto disciplíny s žáky trénovat v hodině TV nebo STV.

Učitel vypíše nejpozději měsíc před koncem pololetí jeden řádný a jeden opravný termín.

7.2 Jaké jsou disciplíny testové baterie?

1. Cooperův test
2. Sed-leh
3. Jacíkův test
4. Shyby/výdrž ve shybu
5. Člunkový běh
6. Skok z místa
7. Kliky

7.3 Způsob hodnocení

Testová baterie se hodnotí jednou známkou nejvyšší váhy jako celek. Každá disciplína testové baterie má k rozmezí fyzických výkonů přiřazeny body (Tabulka č. 3). Ty začínají na nejnižší nepodstoupitelné úrovni. Pokud žák v libovolné ze 7 disciplín nedosáhne na minimální body, je za celý test hodnocen stupněm NEDOSTATEČNÝ. Stejně je žák hodnocen i v případě, kdy nedosáhne celkového minimálního počtu bodů v součtu za všechny disciplíny.

Pololetní testy nejsou limitní, jejich hodnocení vstupuje do běžné klasifikace a připočítává se k ostatním známkám.

V případě neúspěšného řádného i opravného termínu ve **2. pololetí** je žák z tělesné výchovy hodnocen stupněm NEDOSTATEČNÝ. Podle pravidel stanovených v Klasifikačním řádu školy je mu dána možnost opravné zkoušky.

V případě dlouhodobé nemoci či zdravotního omezení se žák domluví na termínu s vyučujícím individuálně. Pokud v takovémto případě žák neabsolvuje fyzické testy ani v náhradním termínu, není z předmětu tělesná výchova hodnocen. Dále se postupuje dle pravidel stanovených v Klasifikačním řádu školy.

Ve výjimečných závažných případech rozhoduje o podmínkách klasifikace ředitel školy

7.4 Zelená karta

Žák může jednou během studia využít tzv. zelenou kartu, která mu umožňuje projít libovolnou postupovou disciplínu bez jejího splnění. Tuto možnost lze aplikovat kdykoli a z jakýchkoli důvodů.

7.5 Bodové hodnocení testové baterie (Tabulka č. 3)

Cooper test (m)		
Body	Hoši	Dívky
10	3100	2650
9	3000	2550
8	2900	2450
7	2800	2400
6	2750	2300
5	2700	2200
4	2650	2150
3	2600	2100
2	2500	2050
1	2400	2000

Sed - leh		
Body	Hoši	Dívky
10	100	90
9	95	85
8	90	80
7	85	75
6	83	73
5	80	70
4	78	68
3	75	65
2	70	60
1	65	55

Skok z místa (cm)		
Body	Hoši	Dívky
10	280	225
9	265	215
8	250	205
7	240	200
6	230	195
5	220	190
4	215	185
3	210	180
2	205	170
1	200	160

Jacík		
Body	Hoši	Dívky
10	60	55
9	55	50
8	53	48
7	50	45
6	49	44
5	48	43
4	47	42
3	45	40
2	42	37
1	39	34

Kliky		
Body	Hoši	Dívky
10	36	24
9	34	22
8	32	20
7	30	18
6	28	16
5	26	14
4	24	12
3	22	10
2	20	8
1	18	6

Člunkový běh (s)		
Body	Hoši	Dívky
10	8,7	9,7
9	9,3	10,1
8	9,8	10,7
7	10,0	11,0
6	10,4	11,3
5	10,6	11,6
4	10,8	12,0
3	11,1	12,4
2	11,4	12,8
1	12,0	13,0

Body	Shyby	Výdrž ve shybu	
	Hoši	Dívky	
10	20	50 n	70 p
9	18	40 n	60 p
8	16	35 n	55 p
7	14	30 n	50 p
6	13	25 n	45 p
5	12	22 n	42 p
4	11	18 n	38 p
3	9	15 n	35 p
2	7	13 n	33 p
1	5	10 n	30 p

n – nadhmat, p – podhmat

7.6 Převedení bodů testové baterie na známky (Tabulka č. 4)

Hodnocení fyzických testů není postaveno jen v rovině vyhověl – nevyhověl, zohledňuje také individuální schopnosti a úroveň zdatnosti jednotlivých žáků. Proto jsou dosažené výsledky převedeny i na pětistupňovou klasifikační škálu.

1. ročník	
Počet bodů	Známka
19 a méně	5
20 – 30	4
31 – 40	3
41 – 48	2
49 a více	1

2. ročník	
Počet bodů	Známka
21 a méně	5
22 – 32	4
33 – 42	3
43 – 50	2
51 a více	1

3. ročník	
Počet bodů	Známka
23 a méně	5
24 – 34	4
35 – 44	3
45 – 52	2
53 a více	1

4. ročník	
Počet bodů	Známka
24 a méně	5
25 – 35	4
36 – 45	3
46 – 53	2
54 a více	1

Pro alespoň dostatečné hodnocení z testu fyzické zdatnosti musí žák splnit minimální bodovou hranici pro každou jednotlivou disciplínu i pro všechny disciplíny v celkovém součtu.

8 OSVOBOZENÍ Z VÝUKY TV A STV

8.1 Studijní obor bezpečnostně právní činnost

V rámci studia tohoto oboru nelze žáka z výuky TV a STV osvobodit.

8.2 Studijní obor veřejnosprávní činnost

Osvobození z TV je povoleno na základě posudku lékaře, jehož formulář je přístupný na webových stránkách školy.

POUČENÍ O BEZPEČNOSTI A PRAVIDLECH PŘI VÝUCE TV A STV

Níže uvedení žáci potvrzují svým podpisem, že byli řádně a v plném rozsahu seznámeni se Školním řádem BPA Ostrava, vnitřními řády učeben, bezpečnostními pokyny a Pravidly pro výuku TV a STV.

Třída:

Školní rok:

Svým podpisem stvrzuji, že jsem dostatečně pochopil obsah Školního řádu BPA Ostrava, vnitřních řádů, bezpečnostní zásady a pravidla při výuce TV a STV.

	Příjmení a jméno	Podpis		Příjmení a jméno	Podpis
1.			19.		
2.			20.		
3.			21.		
4.			22.		
5.			23.		
6.			24.		
7.			25.		
8.			26.		
9.			27.		
10.			28.		
11.			29.		
12.			30.		
13.			31.		
14.			32.		
15.			33.		
16.			34.		
17.			35.		
18.			36.		

Školení proběhlo dne:

Školení provedl: