TVM 2. ročník požadavky

1. Pololetí
- základní plavecké dovednosti (plavecké dýchání, splývání, pád do vody, skoky do vody, orientace pod vodou)
- plavání –25 m prsa, 25 m kraul, 25m znak
- plavání – vytrvalost 20 min.
- doplnění portfolia – 5 her do vody

2. Pololetí
   - Vedení rozcvičení (hra na zahřátí cca 2-3 minuty, dynamické rozcvičení 2 – 4 minuty- vede 1 žákyně.
   - Vedení závěrečného statického strečinku (výběr cviků vzhledem k obsahu, předvést správné provedení, cílová svalová oblast/část/sval/skupina svalů, 3 – 5 minut, minimálně 3 – 4 cviky) - vede 1 žákyně.
   - U každého sportu znát základní pravidla a charakteristiku.

Dovednostní požadavky

Volejbal
- prsty – přihrávka ve dvojici přes síť
- spodní podání 6 x z normální vzdálenosti

Basketbal
- driblink – slalom (hodnotí se hlavně správná technika)
- dvojtakt – slalom s driblingem+ dvojtakt – správný krokový rytmus, správná technika provedení, práce paží.

Florbal
- hodnotí se hra

Fotbal
- hodnotí se hra

Gymnastika
- Sestava akrobacie (minimálně 8 prvků, hodnotíme návaznost prvků a správnost jejich provedení) kotoul vpřed, kotoul vzad, stoj na lopatkách, kolébka, váha předklonmo, skoky – dálkový, nůžkový, „ čertík“, stoj na rukách. Prvky musí vyjít minimálně na dvě délky koberce.

Portfolio
- všechny věci z prvního ročníku + 5 her do vody.