**Prezenční forma: Tělesná výchova I a TV II + TV volitelná – zimní semestr.**

Zůstává možnost zápočtu prezenční formou, ke splnění zápočtu je potřeba získat 7 účastí. Účasti lze plnit až do 24. 9. 2021. O možnostech sportování vás budeme informovat hned, jak to bude možné.

**Kombinovaná forma prezenční + distanční: Tělesná výchova I a TV II + TV volitelná – zimní semestr.**

Nově také můžete jednotlivé účasti přidat i distančně. Zapnete si některou z aplikací, která je schopná zaznamenávat Vaši trasu (např. [mapy.cz](http://mapy.cz/) – funkce stopař, sport tracker, strava, runkeeper apod.) a zdoláte: během 5 km nebo 15 km na koloběžce či inline bruslích nebo 15 km pěší turistikou nebo 20 km na kole či běžkách. Výsledek sportování posíláte svému vyučujícímu (minimálně v podobě - datum, čas + mapa trasy + alespoň 1 foto z trasy). Vyučující vám přizná docházku. **Pro uznání zápočtu je potřeba mít minimálně 3 účasti prezenčně.**

**Čistě distanční forma:** **Tělesná výchova I a TV II + TV volitelná – zimní semestr.**

Pro splnění zápočtu je do 14. 2. 2021 potřeba zdolat níže uvedené aktivity ve stanovených parametrech. Aktivity budou monitorovány pomocí aplikace strava.com. Stačí mít v telefonu staženou aplikaci (trasování probíhá offline pomocí GPS) a trasu poté ihned nahrát. Detailní informace vám pošle váš vyučující emailem a vy budete komunikovat výhradně s ním. Sportovní aktivity a jejich parametry:

**běh:** celkem 100 km, minimální délka každého běhu je 3 km.

**turistika**: celkem 120 km, minimální délka každého výletu je 5 km.

**cyklo + běžky**: celkem 250 km, minimální délka každého výletu je 10 km.

Pro uznání aktivity je potřeba nahrát k trase i jedno (selfie)foto z jejího průběhu.

**Pro TV I. jsou vytvořeny kluby s názvem v následujícím formátu**:

PřF TV I. jméno vyučujícího - čísla skupin a typ aktivity (turistika nebo běh nebo cyklo + běžky)

**Svůj klub si vyhledejte a požádejte o vaše zařazení do něj.**

**O vytvoření klubů pro TV II.** Vás informuje konkrétní vyučující. Některé paralelky TV II mohou využívat jiné formy distanční výuky např. video lekce apod. dle instrukcí vyučujících.