

Základní škola Prachatice, Zlatá stezka 240



Jan Pasák

IX. C

TAEKWONDO

Ročníková práce

Prachatice 2019/2020

Vedoucí ročníkové práce: Mgr. Ondřej Půbal

**Titulní strana
bez číslování**

Times New Roman 16

**Obsah vkládat
AUTOMATICKY!!!**

Obsah

Obsah.....	2
Úvod.....	3
1 Historie.....	4
2 Techniky kopů	4
2.1 Ap čcha.....	4
2.1.1 Ap čcha pušigi.....	4
Závěr.....	9
Zdroje	10
Přílohy.....	11

**Strany číslujeme od obsahu,
číslovat začínáme od strany 2**

Úvod

Úvod na samostatné straně,
bez číslování

Toto téma jsem si vybral ...

- ✓ Typ písma Times New Roman, černá barva – pozor u nadpisů!
- ✓ Velikost písma
 - nadpis 16
 - podnadpis 14
 - druhý podnadpis 14
 - text práce 12
- ✓ V celé práci barva písma černá – **pozor** na nadpisy, podnadpisy a titulky obrázků – automaticky naskakuje modrá barva písma a typ písma Calibri
- ✓ **Žádné** nadpisy nezvýrazňovat tučně
- ✓ Možnosti řádkování 1,5
- ✓ Zarovnání do bloku
- ✓ Okraje – nahoře, dole, vpravo i vlevo 2,5 cm

- ✓ Pořadí a počet stran
 - Úvodní stránka (1 stránka)
 - Obsah (1 – 2 stránky)
 - Úvod (1 stránka)
 - Vlastní práce (minimálně 6 stránek)
 - Závěr (1 stránka)
 - Zdroje (1 – 2 stránky)
 - Přílohy (nemusí být, počet stránek dle potřeby)

- ✓ Součástí ročníkové práce **MUSÍ** být vlastní práce – vlastní pozorování, rozhovor, obraz, divadelní monolog, tabulka, graf, ...

1 Historie

**Nadpis
Times New Roman 16**

Taekwondo bylo založeno v dubnu 1955 korejským generálem Choi Hong-hi. Smyslem taekwonda bylo vytvořit ...

2 Techniky kopů

**Podnadpis
Times New Roman 14**

2.1 Ap čcha

Kop, kterým přerážíme desky ploškou nohy, ale také je to rychlý kop kterým můžeme zaútočit. Je to rychlý kop spíše na útok, kterým více ublížíte. Kop je mířený na břicho ale také může být použitý na hlavu ale provedení útoku na hlavu je složitější.



Obrázek 1: Ap čcha

2.1.1 Ap čcha pušigi Kop, kterým ...

**Podnadpis
Times New Roman 14**

**Titulek obrázku
Times New Roman 10 kurzíva**

**Maximální velikost delší strany
obrázku 7 cm
Zalamování obrázku - obdélník nebo
nahore a dole**

4 Vlastní práce

Jako vlastní práci jsem si vybral názorné ukázky techniky kopů. Veškeré ukázky kopů jsem nejprve předváděl v tělocvičně, kde vznikly také přiložené fotografie, a při obhajobě bych rád tyto kopy předvedl přímo ve škole.

Závěr

**Závěr na samostatné straně,
bez číslování**

Vypracování této ročníkové práce ...

ZDROJE

Zdroje na samostatné straně, bez číslování

Elektronické zdroje

Min 4 elektronické zdroje bez hypertextových odkazů

<http://taekwondo.cz/uvodni-informace>

<http://www.silla.taekwondo.cz/index.php?id=tuly-sestavy-na-zkousky>

http://general.choi.cz/general_choi_hong_hi.htm

<http://old.taekwondo.cz/repre/mmichl.htm>

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Taekwondo>

Literární zdroje

**Min 2 literární zdroje
www.citace.com**

LEWIS, Peter. *Bojová umění*. Praha: Cesty, 1996. ISBN 80-718-1

KOLEKTIV AUTORŮ. *Taekwon-do ITF - Příručka pro tréninky a zkoušky*. Český svaz Taekwon-Do ITF, 2015, 2. vydání

Zdroje obrázků

1, 2: <http://taekwondo.cz/propagacni-materialy.php>

3 – 8: vlastní foto

9: <https://www.tkdbno.cz/taekwondo-oslavilo-63-narozeniny/>

10: <http://old.taekwondo.cz/repre/mmichl.htm>

11: <https://cs.wikipedia.org/wiki/Taekwondo>

Celá stránka Times New Roman 12

**Přílohy na samostatné
straně, bez číslování**

PŘÍLOHY

- Dotazníky
- Výzkumy
- Fotodokumentace výrobku

PSANÍ ODSTAVCŮ

Při psaní odstavců máme dvě varianty:

1. Posunutí textu prvního řádku, bez mezer mezi odstavci

Tělo kytary se skládá z několika různých částí, ale základní částí kytary je tělo, krk a hlava.

Existuje typ kytary, který se jmenuje “headles”. Odlišuje se tím, že nemá hlavu. Znamená to tedy, že mechaniku nemá umístěnou na hlavě, ale na bridge. Ladí se přitahováním pružin na zadní straně bridge.

2. Bez posunutí textu prvního řádku, s mezerami mezi odstavci

Tělo kytary se skládá z několika různých částí, ale základní částí kytary je tělo, krk a hlava.

Existuje typ kytary, který se jmenuje “headles”. Odlišuje se tím, že nemá hlavu. Znamená to tedy, že mechaniku nemá umístěnou na hlavě, ale na bridge. Ladí se přitahováním pružin na zadní straně bridge.

Je třeba držet se pouze jedné z variant. Obě varianty psaní odstavců NELZE kombinovat.

