

5.9.2. Vzdělávací obsah vyučovacího předmětu

Předmět: Tělesná výchova			Ročník: 1.
Očekávané výstupy z RVP ZV	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata)
Žák:	Žák:		
- spojuje pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívá nabízené příležitosti	-	-	-
- zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině – usiluje o jejich zlepšení	- učí se užívat základní tělocvičné pojmy - je seznámen s názvy tělocvičných náradí a náčiní - seznamuje se s měřením výkonnosti některých sportovních výkonů - ovládá techniky skoků, hodů míčem - a seznámen a rozumí druhům běhů a skoků	- základní tělocvičné pojmy - základy gymnastických a akrobatických prvků - průpravná a relaxační cvičení - jednoduchá rytmická cvičení - atletika: rychlý běh, skoky, hody	- OSV/1 – sebeovládání Matematika – využití slovních úloh
- spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích	- pojmenuje míčové hry, ovládá zjednodušená pravidla některých míčových her - nacvičuje odhod míčem - spolupracuje při týmových hrách - respektuje pravidla her i soutěží v družstvech	- míčové hry - pohybové hry: soutěže s dostupným náradím a pomůckami	- OSV/2 – spolupráce se spolužáky
- uplatňuje hlavní zásady hygieny	- je veden ke správnému držení	- správné sezení	- OSV/1

<p>a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorách školy</p>	<p>těla, dýchání</p> <ul style="list-style-type: none"> - dodržuje základní hygienické návyky, zejména hygienu při sportování - používá sportovní obuv a oblečení - dodržuje pravidla bezpečnosti - respektuje zdravotní handicap - ví o významu sportu pro život - seznamuje se s přípravou na sportovní činnost - ví o bezpečnosti na silnici 	<ul style="list-style-type: none"> - bezpečnost při pohybových aktivitách ve třídě a škole - cvičení během dne - význam pohybu v přírodě - hygienické návyky - bezpečnost při přesunu na cvičení v přírodě - bezpečné hry na sněhu - bezpečnost na silnici - pohyb v přírodě 	<ul style="list-style-type: none"> - EV/4 – opatrnost při cvičení v přírodě <p>Projekt – dopravní olympiáda – jízda zručnosti na koloběžkách</p>
<ul style="list-style-type: none"> - reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci 	<ul style="list-style-type: none"> - reaguje na smluvené povely - spolupracuje při týmových soutěžích - je veden k fair play - ví o prostorách ve škole vhodných ke sportování a bezpečnosti v nich 	<ul style="list-style-type: none"> - smluvené povely - organizace TV ve škole - pravidla soutěží - slušné a ohleduplné chování 	<ul style="list-style-type: none"> -

Předmět: Tělesná výchova			Ročník: 2.
Očekávané výstupy z RVP ZV	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata)
Žák:	Žák:		
<ul style="list-style-type: none"> - spojuje pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívá nabízené příležitosti 	<ul style="list-style-type: none"> - využívá techniky jógy i během dne, uvolňovací cviky kdykoliv 	<ul style="list-style-type: none"> - jóga, svalové napětí i uvolnění těla i během dne 	-
<ul style="list-style-type: none"> - zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině – usiluje o jejich zlepšení 	<ul style="list-style-type: none"> - využívá možností školního zařízení - zvládá průpravná cvičení k atletickým, gymnastickým a akrobatickým cvičením - je seznámen s technikou běhů - umí kotoul vpřed - zvládá poskoky, přísuný krok - chápe význam silových, relaxačních cvičení - je veden k toleranci u méně nadaných spolužáků a chápání pravidel při týmových hrách a soutěží - reaguje na pokyny a povely - je seznámen s hygienou, potřebami a bezpečností při plaveckém výcviku - v rámci dopravní olympiády ovládá jízdu na koloběžce 	<ul style="list-style-type: none"> - atletika: šplh, štafetové závody, vytrvalost, technika běhu a startu, přeskoky, hod kriketovým míčkem, sprint, skok z místa, měření - akrobacie: průprava pro zvládnutí kotoulů, cvičení na gymnastickém koberci, stoj na lopatkách... - gymnastika: prosté skoky z trampolíny, obraty těla, výskok do vzporu, ručkování na hrazdě - rytmika: chůze, běh, poskoky, pohyby různých částí těla, přísuný a poskočný krok, vyjádření melodie a rytmu - úpolová a relaxační cvičení - základní cviky s dostupným náčiním a náradím (kruhy, švihadla, kladinka, žebřiny,...) - základy bruslení - kurz plavání 	<ul style="list-style-type: none"> - . <p>Pě – úklid hřiště Projekt – Dopravní olympiáda</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - dopravní olympiáda, jízda zručnosti na koloběžce 	
<ul style="list-style-type: none"> - spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích 	<ul style="list-style-type: none"> - ovládá pravidla vybíjené - trénuje přihrávky, dribling 	<ul style="list-style-type: none"> - míčové hry: pravidla vybíjené, průpravná cvičení na přihrávky, dribling 	<ul style="list-style-type: none"> - OSV/2 – dobré vztahy při hrách - VDO/1 – kamarádství ve škole i v tělocvičně
<ul style="list-style-type: none"> - uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorách školy 	<ul style="list-style-type: none"> - zná správné obutí a oblečení na Tv - ví, kde je bezpečné místo pro sportovní aktivity ve škole i mimo ni - chápe význam přípravy těla na zátěž - je seznámen s 1. pomocí u jednodušších zranění - je seznámen s přípravou na plavecký výcvik 	<ul style="list-style-type: none"> - bezpečnost a hygiena při Tv, vhodné obutí a oblečení - 1. pomoc - převlékání a ohleduplnost - bezpečnost při přípravě tělocvičného prostoru - rozcvička jako příprava na zatížení organismu - bezpečnost při plaveckém výcviku - zátěž: příprava a uvolnění - relaxace 	<ul style="list-style-type: none"> - OSV/1 - EV/4 – neničím přírodu, když se mi v ní dobře sportuje <p>Kurz plavání v Lovosicích Cvičení v přírodě</p>
<ul style="list-style-type: none"> - reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci 	<ul style="list-style-type: none"> - chápe smluvené povely a názvosloví - chápe organizaci Tv - jedná fair play - snaží se podat informace o sportu, které se dozvěděl mimo školu 	<ul style="list-style-type: none"> - spolupráce při měření výkonů - názvosloví a smluvené signály - odchod na sportoviště - sport ve světě 	<ul style="list-style-type: none"> - MEV/1 - kde se dozvím o sportu

Předmět: Tělesná výchova			Ročník: 3.
Očekávané výstupy z RVP ZV	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata)
Žák:	Žák:		
- spojuje pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívá nabízené příležitosti	-	- cvičení během dne	-
- zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině – usiluje o jejich zlepšení	- dbá na správné držení těla a dýchání při provádění cviků i dalších činnostech - užívá základní tělocvičné pojmy - umí základní startovní pozice - ví o taktice při vytrvalostním běhu v přírodním terénu - projevuje vůli zlepšovat své výkony - zajímá se o cvičení s hudbou - nebojí se vody, zvládá jeden plavecký způsob -	- atletika: překážkový běh, skok daleký, chůze, běh, nízký a polovysoký start, běh na 50 m, individuální tempo na 1 min, hod míčkem - akrobacie: průprava na seskoky, kotouly, rovnováhu, přeskoky, stoje na rukou - gymnastika: cvičení s dostupným náradím a náčiním (švihadla, kruhy, lavičky, žebřiny, žíněnky, tyč,...) - rytmika: základní taneční kroky, cvičení při hudbě - úpolová a relaxační cvičení - turistika, ohleduplnost k přírodě - kurz plavání - základy zimních sportů - OH	- Prvouka – měření látek, ochrana přírody, zdraví Matematika – převody jednotek délky, slovní úlohy o sportu HV – 2/4 a 3/4 takt Plavecký kurz v Lovosicích
- spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích	zná zjednodušená pravidla sportů a soutěží - spolupracuje v týmu a jedná	- Zjednodušená pravidla některých míčových her, nácvik přihrávek, driblingu,	- OSV/2 – poznávání ve skupině

	<p>fair play</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozlišuje míče na různé míčové hry, snaží se dohodnout na spolupráci - 	<p>hodu na koš</p> <ul style="list-style-type: none"> - dopravní olympiáda – jízda zručnosti na kole 	<ul style="list-style-type: none"> - VDO/1 – partnerství ve škole - MV/2 – tolerantní vztahy a spolupráce
<ul style="list-style-type: none"> - uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorách školy 	<ul style="list-style-type: none"> - užívá zásady pohybové hygieny - je si vědom důležitosti přípravy a pomáhá ostatním - dbá pokynů učitele a instruktora při plaveckém výcviku - ví, jak se bezpečně chovat při přesunu na sportoviště - chápe důležitost dopravních předpisů - dodržuje pravidla bezpečnosti na všech sportovištích - je seznámen s prvky sebezáchrany a pomoci tonoucím - respektuje zdravotní indispozice a handicap spolužáků i ostatních - ví, kde bezpečně jezdit na kole 	<ul style="list-style-type: none"> - hygiena a bezpečnost při Tv a plaveckém výcviku, - bezpečnost při dopravě - vhodná místa ke sportování v místě školy i domova - pohybový režim - neohrozím ostatní - obnovení zásad bezpečnosti při cestě do školy a zpět domů - bezpečnost při jízdě na kole, vhodný terén 	<ul style="list-style-type: none"> - OSV/1, OSV/2
<ul style="list-style-type: none"> - reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci 	<ul style="list-style-type: none"> - Reaguje na povely pořadových cvičení - pozná porušení pravidel a jejich následků - zná a respektuje pokyny 	<ul style="list-style-type: none"> - Základní názvosloví a smlouené signály - tělocvična a hřiště ve škole, protory pro hygienu - porušení pravidel 	<ul style="list-style-type: none"> - MEV/1 – sportovní časopisy

	<p>instruktorů při plaveckém výcviku</p> <ul style="list-style-type: none">- reaguje na smluvené signály a povely- ví, co jsou OH, chápe jednání fair play, učí se vyhledávat sportovní události v médiích	<ul style="list-style-type: none">- pokyny plaveckých instruktorů- co to jsou OH, ideály- sportovní časopisy	
--	---	--	--

Předmět: Tělesná výchova			Ročník: 4.
Očekávané výstupy z RVP ZV	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata)
Žák:	Žák:		
- podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu , uplatňuje kondičně zaměřené činnosti: projevuje přiměřenou samostatnost a vůli po zlepšení úrovně své zdatnosti	- chápe význam každodenního cvičení - uplatňuje kondičně zaměřené činnosti	- každodenní cvičení a kondice - účinky cviků	-
- zařazuje do pohybového režimu kolektivní cvičení , především v souvislosti s jednostrannou zátěží, nebo vlastním svalovým oslabením	- ví o organizaci utkání – snaží se o hod na koš (branku), o držení míče pod kontrolou mužstva, tlumení, zastavení míče nohou, dribling, nahrávky	- pravidla vybíjené - zjednodušená pravidla kopané, odbíjené, házené, košíkové, přihrávky, hody, střelba - nebezpečí jednostranné zátěže	- OSV/2 – spolupráce se spolužáky - MV/2 – vzájemné obohacování ve sportu
- Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti , vytváří varianty osvojených pohybových her	- je seznámen s technikou odrazů skoků a taktikou při bězích a ostatních atletických disciplín, - postupně zvládá pohybové dovednosti - pokusí se už - Seznamuje se s významem a účinností vyrovnávacích, kompenzačních, relaxačních a dechových cvičení - pokusí se užít správných tanečních kroků na reprodukovanou hudbu	- atletika: skok do výšky a dálky, hod míčkem, šplh, rychlostní cvičení, vytrvalostní a sprintový běh, nácvik startů, běh a překážky v přírodě, turistika - akrobacie: cvičení na kladince, modifikace kotoulů, příprava na zvládnutí stoje na ruce, roznožka a skrčka přes kozu, švédská bedna, trampolínka, hrazda, žebřiny, švihadla - rytmika: rozcvička na určené takty, poskos, přísun, nácvik	- OSV/1 – zvyšování vlastní výkonnosti Projekt – Dopravní olympiáda – testy a jízda zručnosti na kole

	<ul style="list-style-type: none"> - ví o náčiních a náradích (plný míč, lano na přetahování, žebřiny, hrazda,...) 	<ul style="list-style-type: none"> při hudbě - úpolové a relaxační cvičení, cviky s dostupným a netradičním náradím - dle možností: jízda na kole, bruslení a jiné zimní sporty, turistika 	
<ul style="list-style-type: none"> - uplatňuje pravidla hygieny a bezpečného chování v běžném sportovním prostředí, adekvátně reaguje v situaci úrazu spolužáka 	<ul style="list-style-type: none"> - Dbá na správné držení těla - chápe význam přípravy organismu na zátěž - Ví o bezpečnosti a hygieně, škodlivosti návykových látek - zvládá ošetření menších poranění - chápe důležitost čistoty a bezpečnosti sportovišť - zná telefonní číslo záchranné služby - je seznámen s bezpečností při zakládání ohniště a tábořiště 	<ul style="list-style-type: none"> - bezpečnost při organizaci Tv a případných tělocvičných soutěžích - bezpečnost a hygiena vhodné podmínky - příprava organismu a správné držení těla - bezpečný pohyb v méně známém prostředí - záchrana při sportovních úkonech - škodlivé vlivy (kouření) - 1. pomoc, osobní lékárnička 	<ul style="list-style-type: none"> - OSV/1, OSV/2 - EV/4 – ochrana přírody při sportovních aktivitách <p>Př – ochrana přírody Pč – úklid hřiště</p>
<ul style="list-style-type: none"> - jednoduše zhodnotí kvalitu pohybu spolužáka a reaguje na pokyny k vlastnímu provedení pohybové činnosti 	<ul style="list-style-type: none"> - je schopen reagovat pohybem na pokyny 	<ul style="list-style-type: none"> - Reagování na pokyny 	-
<ul style="list-style-type: none"> - jedná v duchu fair play: dodržuje pravidla her a soutěží, pozná a označí zjevné přestupky proti pravidlům a adekvátně reaguje: respektuje při pohybových činnostech opačné pohlaví 	<ul style="list-style-type: none"> - Soutěží a využívá spolupráce s ostatními - spolupracuje s týmem - je si vědom porušení pravidel a jejich následků - toleruje handicap, výkonnost a 	<ul style="list-style-type: none"> - Fair play - spolupráce s týmem a ostatními - porušení pravidel a jejich následky - tolerance vůči handicapu, 	<ul style="list-style-type: none"> - MV/2 – tolerance vůči handicapu

	odlišnosti spolužáků	odlišné výkonnosti	
- užívá při pohybových činnostech tělocvičné názvosloví , cvičí podle jednoduchého nákresu, popisu cvičení	- jedná fair play - rozumí povelům a názvosloví a smluveným signálům - cvičí podle jednoduchého popisu	- Upevňování tělocvičného názvosloví - povely a signály - cvičení podle popisu	-
- zorganizuje nenáročné pohybové činnosti a soutěže na úrovni třídy	- Spolupracuje při soutěžích a variantách cvičení	- Spolupráce na organizaci soutěží	- OSV/2 -
- změří základní pohybové výkony a porovná je s předchozími výsledky	- Je schopen změřit a vyhodnotit rychlostní a délková sportovní odvětví	- Měření a hodnocení sportovních výkonů	- Mat – převádění jednotek Př. - měření délky a času
- orientuje se v informačních zdrojích o pohybových aktivitách a sportovních akcích ve škole i v místě bydliště: samostatně získá potřebné informace	- Ví, co jsou olympijské hry a jejich význam - jeví zájem o sportovní dění v okolí, Evropě i světě	- OH a jejich význam - využití médií k vyhledávání výsledků a zajímavostí ze světa sportu	- MEV/1 – sledování zpravodajství - VMEGS/1 – sportovní dění u nás i v Evropě

Předmět: Tělesná výchova			Ročník: 5.
Očekávané výstupy z RVP ZV	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata)
Žák:	Žák:		
- podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu , uplatňuje kondičně zaměřené činnosti: projevuje přiměřenou samostatnost a vůli po zlepšení úrovně své zdatnosti	- Snaží se o zlepšování svých výkonů	- Zlepšování výkonů	- OSV/1 – cvičení sebeovládání
- zařazuje do pohybového režimu kolektivní cvičení , především v souvislosti s jednostrannou zátěží, nebo vlastním svalovým oslabením	- Ovládá základní míčové hry - Je si vědom významu protahovacích, napínacích, korektivních a uvolňovacích cviků pro správné držení těla i v souvislosti s jednostrannou zátěží	- Míčové hry: základní pravidla vybíjené, kopané, házené, košíkové, hody, přihrávky, střelba na branku (koš) - Svalové napětí a uvolňování	- OSV/2 – spolupráce se spolužáky - MV/2 – vzájemné obohacování ve sportu
- Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti , vytváří varianty osvojených pohybových her	- zná techniku startů, taktiku vytrvalého běhu i sprintu - dbá na správné dýchání a uvolňovací cviky - ví o metodách odrazu při skocích - zná průpravná cvičení pro některá odvětví sportu - zvládá techniku odrazů při přeskočích - ví o významu průpravných cvičení pro organismus - zvládá hody jedno a obouruč,	- <u>atletika</u> : nízký start, překážková dráha a běh, vytrvalostní běh a běh na výkon, hod míčkem nebo granátem, skok daleký a vysoký, rychlý běh k metě, běh v přírodě - <u>akrobacie</u> : cvičení s lavičkami, cvičení na stanovištích, přemet stranou – nácvik stoje na rukou s dopomocí, kotoul letmo - <u>gymnastika</u> : kotoul vpřed a vzad, roznožka a skrčka přes	- . Projekt – Dopravní olympiáda – teorie a jízda zručnosti na kole

	<p>techniku střelby na branku a koš, stopáž a přihrávky nohou</p> <ul style="list-style-type: none"> - ovládá pravidla některých atletických a týmových sportovních odvětví - 	<p>kozu, odrazový můstek, cvičení na kruzích, cvičení s tyčí, na žebřinách, se švihadly</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>rytmika</u>: rozcvičky při hudbě, taneční kroky, nácvik choreografie na lidovou píseň ve známých taktech - úpolová, relaxační, kondiční, kompenzační, aerobická cvičení, cviky s dostupným náčiním - jízda na kole, turistika, dle možností zimní sporty, bezpečnost při koupání v přírodě, dopravní olympiáda 	
<ul style="list-style-type: none"> - uplatňuje pravidla hygieny a bezpečného chování v běžném sportovním prostředí, adekvátně reaguje v situaci úrazu spolužáka 	<ul style="list-style-type: none"> - zná dopravní a bezpečnostní pravidla při jízdě na kole a jeho základní vybavení - ví o správném chování v přírodě, zná a ctí pravidla pobytu v CHKO a na značených turistických stezkách - ví, kde bezpečně sportovat v zimě - zná bezpečnostní a hygienická pravidla na sportovištích - ví, jak se správně oblékat na různé sporty - zná nejčastější úrazy při různých sportech 	<ul style="list-style-type: none"> - bezpečnost a hygiena při Tv - správné držení těla - cvičební úbory - pravidla pobytu v CHKO - úrazy při sportu - 1. pomoc - doprava na sportoviště - špatné vlivy na zdraví a sport 	<ul style="list-style-type: none"> - EV/2 – prostředí a zdraví - EV/4 – ochrana životního prostředí při sportování a vycházkách <p>Čj – vyprávění o nebezpečném sportovním zážitku, jak takovému předejít</p> <p>Př. - ochrana přírody, 1. pomoc, důležitá telefonní čísla</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - zvládá základy 1. pomoci - přivolá lékařskou pomoc - ví o nebezpečí návykových látek při sportu i v dopravě 		
<ul style="list-style-type: none"> - jednoduše zhodnotí kvalitu pohybu spolužáka a reaguje na pokyny k vlastnímu provedení pohybové činnosti 	<ul style="list-style-type: none"> - taktně vyhodnotí výkony své i ostatních 	<ul style="list-style-type: none"> - vyhodnocení výkonů svých i ostatních 	<ul style="list-style-type: none"> -
<ul style="list-style-type: none"> - jedná v duchu fair play: dodržuje pravidla her a soutěží, pozná a označí zjevné přestupky proti pravidlům a adekvátně reaguje: respektuje při pohybových činnostech opačné pohlaví 	<ul style="list-style-type: none"> - toleruje případné nedostatky svých spolužáků - ctí a respektuje různost pohlaví - je si vědom porušení pravidel a jejich následků - je si vědom práce v týmu i v náhodně určených družstvech - je veden k jednání fair play 	<ul style="list-style-type: none"> - tolerance vůči pohlaví, odlišné výkonnosti, handicapu spolužáků - porušení pravidel a jejich následky - týmová práce a spolupráce - fair play 	<ul style="list-style-type: none"> - OSV/2 – spolupráce s ostatními spolužáky - MV/2 – tolerance vůči handicapu, odlišné výkonnosti
<ul style="list-style-type: none"> - užívá při pohybových činnostech tělocvičné názvosloví, cvičí podle jednoduchého nákresu, popisu cvičení 	<ul style="list-style-type: none"> - cvičí podle jednoduchých nákresů - chápe význam povelů a signálů při sportovních činnostech 	<ul style="list-style-type: none"> - názvosloví, povely a signály - cvičení podle nákresů 	<ul style="list-style-type: none"> -
<ul style="list-style-type: none"> - zorganizuje nenáročnou pohybovou činnost a soutěž na úrovni třídy 	<ul style="list-style-type: none"> - pomáhá při organizaci hodiny - dokáže sám vést rozcvičku - snaží se přispět svými nápady k realizaci společné činnosti 	<ul style="list-style-type: none"> - pomoc při organizaci hodiny - vedení rozcvičky žákem 	<ul style="list-style-type: none"> - OSV/1
<ul style="list-style-type: none"> - změří základní pohybové výkony a porovná je s předchozími výsledky 	<ul style="list-style-type: none"> - 	<ul style="list-style-type: none"> - 	<ul style="list-style-type: none"> - <p>Mat. - Převody jednotek délky, času</p>

<ul style="list-style-type: none"> - orientuje se v informačních zdrojích o pohybových aktivitách a sportovních akcích ve škole i v místě bydliště: samostatně získá potřebné informace 	<ul style="list-style-type: none"> - vyzná se v organizaci Tv ve škole - se seznamován se sportovními soutěžemi ve škole - ví o historii, ideálech a symbolech OH - ví, kde si vyhledat sportovní informace, které ho zajímají 	<ul style="list-style-type: none"> - organizace Tv ve škole - seznámení se sportovními hrami, soutěžemi, závody - ideály a symboly OH - informace o sportovním dění v Evropě i ve světě 	<ul style="list-style-type: none"> - MEV/1 – sportovní časopisy, internet, televize - VMEGS/1 – sportovní dění u nás i v Evropě <p>VI – evropské státy</p>
---	--	---	--

OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA

Osobnostní rozvoj

Rozvoj schopností poznávání

Rozvoj pohybových reakcí na sluchové a zrakové podněty, rozvoj pozornosti při získávání nových poznatků, cvičení soustředění při sportovních výkonech a hrách, rozvoj pohybové paměti, procvičování co nejspřávnějšího a nejrychlejšího řešení herních situací.

Sebepoznání a sebepojetí

Při nácviu pohybových dovedností poznávání svých pohybových možností.

Seberegulace a sebeorganizace

Cvičení sebekontroly při rozcvičkách a při relaxačních cvičeních, sebeovládání při hrách a soutěžích v duchu fair play, cvičení vůle při běhání a při zdokonalování se v dalších pohybových dovednostech. Plánování osobních cílů při plnění atletických disciplin vzhledem k minulým výkonům žáka. Možnost využití volného času ke zlepšování pohybových dovedností žáka.

Psychohygienu

Vedení k pozitivnímu naladění mysli a dobrému vztahu k sobě samému. Chápání pohybu jako radosti a pozitivní věci pro zdraví a mé tělo. Vyrovnání se s problémy při malých nebo velkých pohybových vlohách v rámci třídního kolektivu.

Kreativita

Rozvoj herní kreativity, vyjádření hudby pohybem při rytmické gymnastice a v 5. ročníku samostatná příprava a vedení rozcvičky.

Sociální rozvoj

Poznávání lidí

Vzájemné poznávání se ve třídním kolektivu, rozvoj pozornosti vůči odlišnostem a hledání výhod v odlišnostech například při výběru spoluhráčů k různým druhům pohybových her zaměřených na sílu, rychlost, vytrvalost, obratnost, rozumovou bystrost a znalosti.

Mezilidské vztahy

Péče o dobré vztahy ve třídě, oslovování spolužáků a spolužaček křestními jmény, při řešení konfliktů při TV se dívat na vše i očima druhého, učit se povzbuzovat ostatní k dosažení lepších výkonů, fandit jim a přát jim zlepšení. Umět uznat porážku například podáním ruky soupeři. Nesvalovat vinu za neúspěch na někoho jiného, spíše hledat co jsem měl udělat lépe já. Učit se své spoluhráče spíše chválit a hecovat než kárat. Snažit se udržovat týmový duch při hrách a soutěžích. Naučit se uznávat autoritu rozhodčích při hrách a na soutěžích.

Komunikace

Zdokonalování se ve verbální i neverbální komunikaci. Slušná omluva, procvičování rychlé a účinné komunikace se spoluhráči při hrách a soutěžích., rozvoj slovní zásoby při komunikaci ve sportovní terminologii, chápání gest učitele jako rozhodčího.

Kooperace a kompetice

Naučit se spolupracovat při hrách, neprosazovat jen sebe, umět posoudit a udělat to, co je nejlepší pro družstvo.

Morální rozvoj

Řešení problémů a rozhodovací dovednosti

Rozvoj dovedností pro řešení problémů a rozhodování v různých herních situacích v duchu fair play.

Hodnoty, postoje, praktická etika

Žáci se učí uznávat zdraví jako nejvyšší hodnotu, proto se učí opatřovat své zdraví i zdraví všech okolo i za cenu ztráty vítězství. Učí se přiznat podle pravdy, odsuzovat nefair chování a hru. Při soutěžích a hrách se rozvíjí cit pro spravedlnost a umění respektovat soupeře i rozhodčího. Žáci se učí nezištně pomáhat spolužákům i učitelům, například při nošení pomůcek...

VÝCHOVA DEMOKRATICKÉHO OBČANA

Občanská společnost a škola

Občan, občanská společnost a stát

Formy participace občanů v politickém životě

Principy demokracie jako formy vlády a způsobu rozhodování

Dodržování demokratického způsobu řešení problémů a konfliktů při tělesné výchově – „Když se mi něco nelíbí mohu se ozvat, ale slušně.“

VÝCHOVA K MYŠLENÍ V EVROPSKÝCH A GLOBÁLNÍCH SOUVISLOSTECH

Evropa a svět nás zajímá

Objevujeme Evropu a svět

Rozvoj zájmu žáků o sport v Evropě i ve světě. Příklady našich úspěšných sportovců začleněných do týmů v různých zemích. Setkávání sportovců na mezinárodních soutěžích – ME, MS a OH.

Jsme Evropané

MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA

Kulturní diference

Respektování cizinců a příslušníků různých etnických skupin i při tělesné výchově.

Lidské vztahy

Dodržování pravidel slušného chování vůči všem spolužákům i učitelům, využití tělesné výchovy při zapojení žáků z odlišného kulturního prostředí do kolektivu třídy.

Etnický původ

Multikulturalita

Princip sociálního smíru a solidarity

Vedení k nekonfliktnímu životu ve třídě jejíž součástí jsou i cizí státní příslušníci nebo členové jiných etnických skupin a to i při tělesné výchově a

sportu.

ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA

Ekosystémy

Využívání kterých ekosystémů k aktivnímu odpočinku člověka. Význam těchto ekosystémů pro relaxaci člověka žijícího v ekosystému města

Využívání některých ekosystémů při výuce v tělesné výchově. (les – vycházky, cyklistické výlety, pole a louky – hry a přespolní běh)

Základní podmínky života

Voda jako jedna ze základních podmínek života – význam dodržování pitného režimu, hlavně při sportovních aktivitách. Žáci se učí nacházet pro sport a rekreaci vhodné prostředí – v zeleni, v lese, tam kde je čisté ovzduší.

Lidské aktivity a problémy životního prostředí

Dbáme na to abychom při našich sportovních akcích (turistické výlety do hor, cyklistické výlety, vycházky, branná cvičení, dny první pomoci, přespolní běhy,...) neničily přírodu.

Vztah člověka k prostředí

MEDIÁLNÍ VÝCHOVA

Tematické okruhy receptivních činností:

kritické čtení a vnímání mediálních sdělení

interpretace vztahu mediálních sdělení a reality

stavba mediálních sdělení

vnímání autora mediálních sdělení

fungování a vliv médií ve společnosti

Tematické okruhy produktivních činností:

tvorba mediálního sdělení

práce v realizačním týmu