

**Předmět: TĚLESNÁ VÝCHOVA****Ročník: 6. – 9.**

Výstupy z RVP	Školní výstupy	Učivo	Mezipředm. vazby, PT
<ul style="list-style-type: none"><li>- aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem (TV-9-1-01)</li><li>- usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program (TV-9-1-02)</li><li>- odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etikou a zdravím; upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší (TV-9-1-04)</li><li>- uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost (TV-9-1-05)</li><li>- zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech (TV-9-2-01)</li><li>- posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny (TV-9-2-02)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- aktivně vykonává cviky vhodné pro své pohlaví a věk</li><li>- rozlišuje pohybové činnosti pro rekreační a výkonnostní sport</li><li>- zařazuje pohybové aktivity do svého volného času</li><li>- zařazuje do svých pohybových aktivit cviky zaměřené na zvyšování zdatnosti</li><li>- dokáže sestavit jednoduchý kondiční program dle svých potřeb</li><li>- snaží se žít dle zásad zdravého životního stylu</li><li>- upravuje pohybovou aktivitu v souvislosti s čistotou ovzduší</li><li>- dodržuje pravidla bezpečnosti</li><li>- poskytne první pomoc a přemístí raněného</li><li>- poskytne první pomoc v různých prostředích</li><li>- zvládá pohybové dovednosti potřebné k tělovýchovným aktivitám daným učivem</li><li>- využívá získané pohybové dovednosti ve hrách a soutěžích</li><li>- zapojuje pohybové aktivity do rekreačních činností</li><li>- dovede zhodnotit předvedené pohybové činnosti</li><li>- zvládá pohybové dovednosti potřebné k tělovýchovným aktivitám daným učivem</li></ul>	<p>Správné držení těla, zvyšování kloubních pohybů, preventivní pohybová činnost, správné dýchání Rekreační sport Výkonnostní sport Celkové posilování svalového aparátu Rozvoj vytrvalosti Kondiční programy Manipulace se zatížením Hygiena a bezpečnost při sportech Hygiena a bezpečnost při sportech a pohybových činnostech První pomoc při TV a sportu Improvizované ošetření poranění a odsun raněného. Přežití v přírodě. Pohybové hry - s různým zaměřením. Sportovní hry, herní kombinace, utkání podle pravidel žákovské kategorie Atletika - sprint, vytrvalostní běh, skok daleký a vysoký, hod míčkem (vrh koulí) Gymnastika - akrobacie, přeskok, cvičení s náčiním a na nářadí Cvičení s hudbou</p>	<p>Vz - 6. roč. OSV-rozvoj schopností poznávání OSV-sebepoznání a sebepojetí OSV- seberegulace a sebeorganizace OSV- psychohygiena OSV-kreativita OSV- řešení problémů a rozhodovací dovednosti OSV- hodnoty, postoje, praktická etika OSV- poznávání lidí OSV- mezilidské vztahy OSV- komunikace OSV- kooperace a kompetice Vz- 6. roč. EV- vztah člověka k prostředí Př 8.roč.  MKV- lidské vztahy MKV- etnický původ MKV- multikulturalita MKV- princip sociálního smíru a solidarity VMEGS- Evropa a svět nás zajímá</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu <b>(TV-9-3-01)</b></li> <li>- naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky - čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu <b>(TV-9-3-02)</b></li> <li>- rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora <b>(TV-9-3-04)</b></li> <li>- samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností - zatěžovanými svaly <b>(TV-9-1-03)</b></li> <li>- dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji <b>(TV-9-3-03)</b></li> <li>- sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí <b>(TV-9-3-5)</b></li> <li>- zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy; spolurozhoduje osvojované hry a soutěže <b>(TV-9-3-06)</b></li> <li>- zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci <b>(TV-9-3-07)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dokáže popsat různé cviky s využitím tělocvičného názvosloví</li> <li>- dokáže cvičit podle tělocvičného názvosloví</li> <li>- orientuje se ve významných sportovních soutěžích, zná některé úspěšné české sportovce</li> <li>- soutěží v duchu fair play</li> <li>- pomáhá handicapovaným spolužákům</li> <li>- rozliší činnosti všech aktérů podílejících se na sportovní hře</li> <li>- rozlišuje práva a povinnosti hráčů a rozhodčích</li> <li>- odliší práva a povinnosti diváků a organizátorů</li> <li>- dovede se samostatně rozcvičit vzhledem k následující pohybové činnosti</li> <li>- navrhne samostatně jednoduchou rozcvičku vzhledem k následující pohybové činnosti</li> <li>- v rámci družstva se domluví na vhodné taktice</li> <li>- dodržuje pravidla a taktiku hry</li> <li>- změří a zapíše výkony dle disciplíny</li> <li>- dovede vyhodnotit výkony v jednotlivých pohybových činnostech</li> <li>- používá pravidla sportovních her</li> <li>- dovede zorganizovat sportovní utkání</li> <li>- navrhne organizaci turistické akce</li> <li>- zpracuje informace o pohybových aktivitách</li> <li>- dovede vyhodnotit zápisy sportovních utkání</li> <li>- eviduje výkony a prezentuje je</li> </ul>	<p>Komunikace v TV - názvosloví, povely, signály, gesta, značky  Historie a současnost sportu  Významné soutěže a sportovci  Olympismus – olympijská charta  Pravidla osvojovaných pohybových činností  Zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých činnostech  Prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí  Průpravná a kompenzační cvičení  Vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení  Vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných pohybových činnostech  Měření výkonů  Posuzování pohybových dovedností</p> <p>Organizace prostoru a pohybových činností  Výstroj a výzbroj - výběr a ošetřování  Pravidla her a soutěží  Měření výkonů a posuzování pohybových dovedností  Evidence výkonů a jejich vyhodnocování</p>	<p>VMEGS- objevujeme Evropu a Svět  VMEGS- jsme Evropané  MV- kritické čtení a vnímání mediálních sdělení  MV- interpretace vztahu mediálních sdělení a reality  MV- tvorba mediálních sdělení  MV- vnímání autora mediálních sdělení  MV- fungování a vliv médií ve společnosti  MV- práce v realizačním týmu  Hv - 6.-7.roč.</p> <p>D - 6. roč.</p> <p>Př - 8.roč.</p> <p>M - 8.roč.</p>
--	---	---	--