

ČLOVĚK A ZDRAVÍ

Tělesná výchova

Charakteristika vyučovacího předmětu:

Vzdělávací obor **Tělesná výchova** jako součást komplexnějšího vzdělávání žáků v problematice zdraví směřuje na jedné straně k poznání vlastních pohybových možností a zájmů, na druhé straně k poznávání účinků konkrétních pohybových činností na tělesnou zdatnost, duševní a sociální pohodu. Pohybové vzdělávání postupuje od spontánní pohybové činnosti žáků k činnosti řízené a výběrové, jejímž smyslem je schopnost samostatně ohodnotit úroveň své zdatnosti a řadit do denního režimu pohybové činnosti pro uspokojování vlastních pohybových potřeb i zájmů, pro optimální rozvoj zdatnosti a výkonnosti, pro regeneraci sil a kompenzaci různého zatížení, pro podporu zdraví a ochranu života. Předpokladem pro osvojování pohybových dovedností je v základním vzdělávání žákův prožitek z pohybu a z komunikace při pohybu, dobře zvládnutá dovednost pak zpětně kvalitu jeho prožitku umocňuje. V tělesné výchově je velmi důležité motivační hodnocení žáků, které vychází ze somatotypu žáka a je postaveno na posuzování osobních výkonů každého jednotlivce a jejich zlepšování – bez paušálního porovnávání žáků podle výkonových norem (tabulky, grafy aj.), které neberou v úvahu růstové a genetické předpoklady a aktuální zdravotní stav žáků.

Pro pohybové vzdělávání je charakteristické rozpoznávání a rozvíjení pohybového nadání, které předpokládá diferenciaci činností i hodnocení výkonů žáků. Neméně důležité je odhalování zdravotních oslabení žáků a jejich korekce v běžných i specifických formách pohybového učení – v povinné tělesné výchově, případně ve zdravotní tělesné výchově. Proto se nedílnou součástí tělesné výchovy stávají korektivní a speciální vyrovnávací cvičení, která jsou podle potřeby preventivně využívána v hodinách tělesné výchovy pro všechny žáky nebo jsou zadávána žákům se zdravotním oslabením místo činností, které jsou kontraindikací jejich oslabení.

časová dotace: 2 hodiny týdně (6. – 9. ročník)

předmět zahrnuje:

Činnosti ovlivňující zdraví, činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností a činnosti podporující pohybové učení

Vyučovací předmět směřuje k utváření a postupnému rozvíjení klíčových kompetencí:

| učitel | žák |
|---|--|
| kompetence k učení | |
| <ul style="list-style-type: none"> • používáme různé formy a metody práce • podněcujeme a využíváme aktivní přístup žáků ve výuce • Umožňujeme žákům pozorovat a porovnávat výsledky. • Využíváme sebekontrolu a sebehodnocení žáků. | <ul style="list-style-type: none"> • propojuje dříve získané vědomosti s novými • vyhledává informace • učí se pracovat samostatně |
| kompetence k řešení problémů | |
| <ul style="list-style-type: none"> • zapojujeme žáky do práce skupinové i ve dvojicích • učíme žáky kritickému hodnocení komunikačních dovedností ostatních i sebe sama • zařazujeme do výuky modelové příklady • vedeme žáky, aby dokázali spolurozhodovat o osvojených hrách. | <ul style="list-style-type: none"> • učí se formulovat problém • respektuje rozdílné způsoby řešení problému • nebojí se požádat o pomoc • spolupracuje se spolužáky |
| kompetence komunikativní | |
| <ul style="list-style-type: none"> • vedeme žáky k dodržování pravidel úspěšné komunikace s ostatními • rozvíjíme schopnost formulovat myšlenky a názory | <ul style="list-style-type: none"> • naslouchá ostatním • nestydí se za svůj názor • hodnotí sebe |
| kompetence sociální a personální | |
| <ul style="list-style-type: none"> • společně pracujeme na příjemné atmosféře ve třídě • nabízíme žákům skupinovou práci | <ul style="list-style-type: none"> • zná a dodržuje společenská pravidla • respektuje odlišnosti ostatních |

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • učíme je respektovat názor učitele a spolužáka • vedeme žáky k toleranci ke spolužákům jiné národnosti, tělesného nebo jiného znevýhodnění | |
| kompetence občanské | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Nabízíme žákům vhodné pozitivní aktivity jako protipól nežádoucím sociálně patologickým jevům. • Zapojujeme se v rámci možností do sportovních soutěží. | <ul style="list-style-type: none"> • zná svá práva a povinnosti • respektuje práva a názory ostatních |
| kompetence pracovní | |
| <ul style="list-style-type: none"> • rozvíjíme spoluprací ve skupině, zadáváním individuálních úkolů • pravidelnými úkoly vytváříme u žáků svědomitost a zodpovědnost • získané dovednosti žáků jsou využívány při konkrétních činnostech propojených praktickým životem. | <ul style="list-style-type: none"> • využívá pracovní návyky a dovednosti • postupuje podle instrukcí |
| kompetence digitální | |
| <ul style="list-style-type: none"> • učíme žáky vyhledávat a třídit doplňující informace na internetu • motivujeme žáky k získávání dalších informací | <ul style="list-style-type: none"> • využívá internet jako zdroj doplňujících informací • zapisuje své výkony do tabulek, umí své výkony prezentovat |

Tělesná výchova 6. ročník

| Výstupy RVP ZV | Ročníkové výstupy | Učivo | Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata, poznámky) |
|--|--|--|--|
| Činnosti ovlivňující zdraví | | | |
| <p>Žák: TV-9-1-01 aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem</p> <p>TV-9-1-02 usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program</p> <p>TV-9-1-03 samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly</p> <p>TV-9-1-04 odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etikou a zdravím; upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší</p> | <p>Žák: účastní se aktivně a pravidelně pohybového režimu na základě pochopení významu pohybu a sportu.</p> <p>zlepšuje svou tělesnou zdatnost formou koordinačních a rychlostních cvičení.</p> <p>se rozcvičí před hlavní pohybovou činností dle pokynů učitele. Po ukončení hlavní pohybové činnosti provede uvolňovací a protahovací cvičení podle pokynů učitele.</p> <p>se distancuje od drog a jiných návykových látek.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • význam pohybu pro zdraví – rekreační a výkonnostní sport, sport dívek a chlapců • zdravotně orientovaná zdatnost – rozvoj zdravotně orientované zdatnosti, kondiční programy, manipulace se zatížením • prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí – průpravná, kompenzační, vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení • drogy a posilující látky používané při sportu – negativní účinky | <p>Průřezová témata:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Osobnostní a sociální výchova (OSV) – rozvoj pohybových a sportovních dovedností a návyků, formulace a dodržování pravidel ve smyslu „fair-play“, týmové spolupráce, vzájemná spolupráce a soutěže, poznávání vlastní osobnosti, seberegulace atd. - Environmentální výchova (EV) – podpora ekologického myšlení (venkovní sportoviště), sportování ve volné přírodě atd. - Mediální výchova (MV) – používání mediálních prostředků při pohybových aktivitách |

| | | | |
|--|---|---|---|
| <p>TV-9-1-05 uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost</p> | <p>dodržuje zásady bezpečného chování ve škole i mimo ni s důrazem na omezení rizika úrazu. Poskytne předlékařskou první pomoc.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Školní řád, prevence úrazů – seznámení s pravidly chování • hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech – v nestandardním prostředí, první pomoc při TV a sportu v různém prostředí a klimatických podmínkách, improvizované ošetření poranění a odsun raněného | <p>Mezipředmětové vztahy:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zeměpis – např. orientace v okolí školy (venkovní sportoviště), orientace v přírodě (orientační běhy) apod. - Přírodopis – lidské tělo – svalová a kosterní soustava, rozcvičování, prevence úrazů apod. - Fyzika – těžiště, rovnováha, princip páky apod. - Matematika – jednotky (měření času, vzdálenosti atd.) - Občanská výchova – poznávání vlastní osobnosti - Český jazyk – sledování informací z oblasti sportu - IVT – získávání informací pomocí IT |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření):</p> <p>žák:</p> <p>TV-9-1-02p usiluje o zlepšení a udržení úrovně pohybových schopností a o rozvoj pohybových dovedností základních sportovních odvětví včetně zdokonalování základních lokomocí</p> <p>TV-9-1-03p cíleně se připraví na pohybovou činnost a její ukončení; využívá základní kompenzační a relaxační techniky k překonání únavy</p> <p>TV-9-1-04p odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportem</p> <p>TV-9-1-04p vhodně reaguje na informace o znečištění ovzduší a tomu přizpůsobuje pohybové aktivity</p> <p>TV-9-1-05p uplatňuje základní zásady poskytování první pomoci a zvládá zajištění odsunu raněného</p> <p>TV-9-1-05p uplatňuje bezpečné chování v přírodě a v silničním provozu - chápe zásady zatěžování; jednoduchými zadanými testy změří úroveň své tělesné zdatnosti</p> | | | |

Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností

| | | | |
|--|---|--|--|
| <p>Žák: TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech</p> <p>TV-9-2-02 posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny</p> | <p>Žák: rozvíjí dovednosti a znalosti z předchozích ročníků zvládá různé pohybové dovednosti dle svých individuálních dispozic.</p> <p>rozvíjí dle svých individuálních předpokladů základy akrobatického cvičení a cvičení na nářadí a s náčiním.</p> <p>rozvíjí dle svých předpokladů techniku i taktiku běhu. Skáče dle svých předpokladů do dálky a do výšky z individuálního rozběhu. Rozvíjí dle svých předpokladů techniku hodů míčkem.</p> | <ul style="list-style-type: none">• pohybové hry – s různým zaměřením; netradiční pohybové hry a aktivity• gymnastika – akrobacie (kotouly vpřed a vzad, rovnovážné polohy), cvičení s náčiním (švihadla, gymnastické míče) a na nářadí – koza, švédská bedna (přeskok roznožka, skrčka), kruhy (v hupu, vis vzesmo), hrazda (vzpor, výmyk s dopomocí), kladina (rovnováha), šplh na tyči• estetické a kondiční formy cvičení s hudbou a rytmičným doprovodem – základy rytmičké gymnastiky, cvičení s náčiním; kondiční formy cvičení• úpoly – základy sebeobrany• atletika – rychlý běh (60 m), vytrvalý běh na dráze (1000 m chlapci a 600 m dívky) a v terénu, základy překážkového běhu, štafetový běh, skok do dálky, skok do výšky, hod míčkem | |
|--|---|--|--|

| | | | |
|---|---|---|--|
| | <p>uplatňuje tvořivě herní činnosti jednotlivce s přihlédnutím k individuálním předpokladům. Zapojuje se do týmové taktiky.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • sportovní hry – fotbal, florbal, basketbal, házená - herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání podle pravidel žákovské kategorie • netradiční hry – freesbee, ringo, brännball, stolní tenis, nohejbal, softball aj. • bruslení | |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření): žák: TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech TV-9-2-02p posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí příčiny nedostatků</p> | | | |
| <p>Činnosti podporující pohybové učení</p> | | | |
| <p>Žák: TV-9-3-01 užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu</p> <p>TV-9-3-02 naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu</p> | <p>Žák: používá osvojované názvosloví na úrovni cvičence.</p> <p>soupeří čestně v souladu s pravidly fair play.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • komunikace v TV – tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných pohybových činnostech | |

| | | | |
|--|---|--|--|
| <p>TV-9-3-03 dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji</p> <p>TV-9-3-04 rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora</p> <p>TV-9-3-05 sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí</p> <p>TV-9-3-06 zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy; spouzdohoduje osvojované hry a soutěže</p> <p>TV-9-3-07 zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci</p> | <p>uplatňuje ve sportovním utkání práva a povinnosti hráče. Chápe zapojení do týmu, vnímá týmovou taktiku.</p> <p>zjišťuje různý pohled na hru podle role, kterou má určenou.</p> <p>posuzuje své výkony během školního roku.</p> <p>dokáže samostatně uspořádat jednoduchý zápas nebo turnaj.</p> <p>vyhodnocuje své výkony, porovnává zlepšení či zhoršení, určuje si další postup.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • organizace prostoru a pohybových činností – v nestandardních podmínkách; sportovní výstroj a výzbroj – výběr, ošetřování • historie a současnost sportu – významné soutěže a sportovci, olympismus – olympijská charta • pravidla osvojovaných pohybových činností – her, závodů, soutěží • zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých činnostech • měření, evidence, vyhodnocování – měření výkonů a posuzování pohybových dovedností | |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření):</p> <p>žák:</p> <p>TV-9-3-01p užívá osvojovanou odbornou terminologii na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka</p> <p>TV-9-3-02 naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu</p> <p>TV-9-3-03 dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji</p> <p>TV-9-3-04p rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka</p> <p>TV-9-3-05p sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony a vyhodnotí je</p> <p>TV-9-3-06p spouzdohoduje osvojované hry a soutěže</p> | | | |

Tělesná výchova 7. ročník

| Výstupy RVP ZV | Ročníkové výstupy | Učivo | Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata, poznámky) |
|--|--|--|--|
| Činnosti ovlivňující zdraví | | | |
| <p>Žák: TV-9-1-01 aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem</p> <p>TV-9-1-02 usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program</p> <p>TV-9-1-03 samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly</p> <p>TV-9-1-04 odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etikou a zdravím; upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší</p> | <p>Žák: účastní se aktivně a pravidelně pohybového režimu na základě pochopení významu pohybu a sportu.</p> <p>zlepšuje svou tělesnou zdatnost formou koordinačních a rychlostních cvičení.</p> <p>se rozcvičí před hlavní pohybovou činností dle pokynů učitele. Po ukončení hlavní pohybové činnosti provede uvolňovací a protahovací cvičení podle pokynů učitele.</p> <p>se distancuje od drog a jiných návykových látek.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • význam pohybu pro zdraví – rekreační a výkonnostní sport, sport dívek a chlapců • zdravotně orientovaná zdatnost – rozvoj zdravotně orientované zdatnosti, kondiční programy, manipulace se zatížením • prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí – průpravná, kompenzační, vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení • drogy a posilující látky používané při sportu – negativní účinky | <p>Průřezová témata:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Osobnostní a sociální výchova (OSV) – rozvoj pohybových a sportovních dovedností a návyků, formulace a dodržování pravidel ve smyslu „fair-play“, týmové spolupráce, vzájemná spolupráce a soutěže, poznávání vlastní osobnosti, seberegulace atd. - Environmentální výchova (EV) – podpora ekologického myšlení (venkovní sportoviště), sportování ve volné přírodě atd. - Mediální výchova (MV) – používání mediálních prostředků při pohybových aktivitách |

| | | | |
|--|---|---|---|
| <p>TV-9-1-05 uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost</p> | <p>dodržuje zásady bezpečného chování ve škole i mimo ni s důrazem na omezení rizika úrazu. Poskytne předlékařskou první pomoc.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Školní řád, prevence úrazů – seznámení s pravidly chování • hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech – v nestandardním prostředí, první pomoc při TV a sportu v různém prostředí a klimatických podmínkách, improvizované ošetření poranění a odsun raněného | <p>Mezipředmětové vztahy:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zeměpis – např. orientace v okolí školy (venkovní sportoviště), orientace v přírodě (orientační běhy) apod. - Přírodopis – lidské tělo – svalová a kosterní soustava, rozcvičování, prevence úrazů apod. - Fyzika – těžiště, rovnováha, princip páky apod. - Matematika – jednotky (měření času, vzdálenosti atd.) - Občanská výchova – poznávání vlastní osobnosti - Český jazyk – sledování informací z oblasti sportu - IVT – získávání informací pomocí IT |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření):</p> <p>žák:</p> <p>TV-9-1-02p usiluje o zlepšení a udržení úrovně pohybových schopností a o rozvoj pohybových dovedností základních sportovních odvětví včetně zdokonalování základních lokomocí</p> <p>TV-9-1-03p cíleně se připraví na pohybovou činnost a její ukončení; využívá základní kompenzační a relaxační techniky k překonání únavy</p> <p>TV-9-1-04p odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportem</p> <p>TV-9-1-04p vhodně reaguje na informace o znečištění ovzduší a tomu přizpůsobuje pohybové aktivity</p> <p>TV-9-1-05p uplatňuje základní zásady poskytování první pomoci a zvládá zajištění odsunu raněného</p> <p>TV-9-1-05p uplatňuje bezpečné chování v přírodě a v silničním provozu - chápe zásady zatěžování; jednoduchými zadanými testy změří úroveň své tělesné zdatnosti</p> | | | |

Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností

| | | | |
|--|--|---|--|
| <p>Žák: TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech</p> <p>TV-9-2-02 posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny</p> | <p>Žák: rozvíjí dovednosti a znalosti z předchozích ročníků</p> <p>zvládá různé pohybové dovednosti dle svých individuálních dispozic.</p> <p>rozvíjí dle svých individuálních předpokladů základy akrobatického cvičení a cvičení na nářadí a s náčiním.</p> <p>rozvíjí dle svých předpokladů techniku i taktiku běhu. Skáče dle svých předpokladů do dálky a do výšky z individuálního rozběhu. Rozvíjí dle svých předpokladů techniku hodů míčkem.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • pohybové hry – s různým zaměřením; netradiční pohybové hry a aktivity • gymnastika – akrobacie (kotouly, rovnovážné polohy, stoje na ruce s dopomocí), cvičení s náčiním (švihadla, gymnastické míče) a na nářadí – koza, švédská bedna (přeskok skrčka a roznožka), kruhy (vis vzhůru a střemhlav, cviky v hupu), hrazda (výmyk, toč vzad), kladina (rovnovážné polohy), šplh na tyči • estetické a kondiční formy cvičení s hudbou a rytmickým doprovodem – základy rytmické gymnastiky, cvičení s náčiním; kondiční formy cvičení • úpoly – základy sebeobran • atletika – rychlý běh (60 m), vytrvalý běh na dráze (1500 m chlapci, 1000 m dívky) a v terénu, základy překážkového běhu, štafetový běh, skok do dálky, skok do výšky, hod míčkem | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|---|---|---|--|
| | <p>uplatňuje tvořivě herní činnosti jednotlivce s přihlédnutím k individuálním předpokladům. Zapojuje se do týmové taktiky.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • sportovní hry – fotbal, florbal, basketbal, házená - herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání podle pravidel žákovské kategorie • netradiční hry – freesbee, ringo, brännball, stolní tenis, nohejbal, softball aj. • bruslení | |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření): žák: TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech TV-9-2-02p posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí příčiny nedostatků</p> | | | |
| <p>Činnosti podporující pohybové učení</p> | | | |
| <p>Žák: TV-9-3-01 užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu</p> <p>TV-9-3-02 naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu</p> | <p>Žák: používá osvojované názvosloví na úrovni cvičence.</p> <p>soupeří čestně v souladu s pravidly fair play.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • komunikace v TV – tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných pohybových činnostech | |

| | | | |
|---|---|--|--|
| <p>TV-9-3-03 dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji</p> <p>TV-9-3-04 rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora</p> <p>TV-9-3-05 sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí</p> <p>TV-9-3-06 zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy; spolurozhoduje osvojované hry a soutěže</p> <p>TV-9-3-07 zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci</p> | <p>uplatňuje ve sportovním utkání práva a povinnosti hráče. Chápe zapojení do týmu, vnímá týmovou taktiku.</p> <p>zjišťuje různý pohled na hru podle role, kterou má určenou.</p> <p>posuzuje své výkony během školního roku.</p> <p>dokáže samostatně uspořádat jednoduchý zápas nebo turnaj.</p> <p>vyhodnocuje své výkony, porovnává zlepšení či zhoršení, určuje si další postup.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • organizace prostoru a pohybových činností – v nestandardních podmínkách; sportovní výstroj a výzbroj – výběr, ošetřování • historie a současnost sportu – významné soutěže a sportovci, olympismus – olympijská charta • pravidla osvojovaných pohybových činností – her, závodů, soutěží • zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých činnostech • měření, evidence, vyhodnocování – měření výkonů a posuzování pohybových dovedností | |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření):</p> <p>žák:</p> <p>TV-9-3-01p užívá osvojovanou odbornou terminologii na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka</p> <p>TV-9-3-02 naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu</p> <p>TV-9-3-03 dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji</p> <p>TV-9-3-04p rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka</p> <p>TV-9-3-05p sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony a vyhodnotí je</p> <p>TV-9-3-06p spolurozhoduje osvojované hry a soutěže</p> | | | |

Tělesná výchova 8. ročník

| Výstupy RVP ZV | Ročníkové výstupy | Učivo | Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata, poznámky) |
|--|---|--|--|
| Činnosti ovlivňující zdraví | | | |
| <p>Žák: TV-9-1-01 aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem</p> <p>TV-9-1-02 usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program</p> <p>TV-9-1-03 samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly</p> <p>TV-9-1-04 odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etikou a zdravím; upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší</p> <p>TV-9-1-05 uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť,</p> | <p>Žák: účastní se aktivně a pravidelně pohybového režimu na základě pochopení významu pohybu a sportu.</p> <p>zlepšuje svou tělesnou zdatnost formou koordinačních a rychlostních cvičení.</p> <p>se rozcvičí před hlavní pohybovou činností dle pokynů učitele. Po ukončení hlavní pohybové činnosti provede uvolňovací a protahovací cvičení podle pokynů učitele.</p> <p>se distancuje od drog a jiných návykových látek.</p> <p>dodržuje zásady bezpečného chování ve škole i mimo ni s důrazem na omezení rizika úrazu.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • význam pohybu pro zdraví – rekreační a výkonnostní sport, sport dívek a chlapců • zdravotně orientovaná zdatnost – rozvoj zdravotně orientované zdatnosti, kondiční programy, manipulace se zatížením • prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí – průpravná, kompenzační, vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení • drogy a posilující látky používané při sportu – negativní účinky • Školní řád, prevence úrazů – seznámení s pravidly chování | <p>Průřezová témata:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Osobnostní a sociální výchova (OSV) – rozvoj pohybových a sportovních dovedností a návyků, formulace a dodržování pravidel ve smyslu „fair-play“, týmové spolupráce, vzájemná spolupráce a soutěže, poznávání vlastní osobnosti, seberegulace atd. - Environmentální výchova (EV) – podpora ekologického myšlení (venkovní sportoviště), sportování ve volné přírodě atd. - Mediální výchova (MV) – používání mediálních prostředků při pohybových aktivitách |

| | | | |
|--|--|---|---|
| <p>přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost</p> | <p>Poskytne předlékařskou první pomoc.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech – v nestandardním prostředí, první pomoc při TV a sportu v různém prostředí a klimatických podmínkách, improvizované ošetření poranění a odsun raněného | <p>Mezipředmětové vztahy:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zeměpis – např. orientace v okolí školy (venkovní sportoviště), orientace v přírodě (orientační běhy) apod. - Přírodopis – lidské tělo – svalová a kosterní soustava, rozcvičování, prevence úrazů apod. - Fyzika – těžiště, rovnováha, princip páky apod. - Matematika – jednotky (měření času, vzdálenosti atd.) - Občanská výchova – poznávání vlastní osobnosti - Český jazyk – sledování informací z oblasti sportu - IVT – získávání informací pomocí IT |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření):</p> <p>žák:</p> <p>TV-9-1-02p usiluje o zlepšení a udržení úrovně pohybových schopností a o rozvoj pohybových dovedností základních sportovních odvětví včetně zdokonalování základních lokomocí</p> <p>TV-9-1-03p cíleně se připraví na pohybovou činnost a její ukončení; využívá základní kompenzační a relaxační techniky k překonání únavy</p> <p>TV-9-1-04p odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportem</p> <p>TV-9-1-04p vhodně reaguje na informace o znečištění ovzduší a tomu přizpůsobuje pohybové aktivity</p> <p>TV-9-1-05p uplatňuje základní zásady poskytování první pomoci a zvládá zajištění odsunu raněného</p> <p>TV-9-1-05p uplatňuje bezpečné chování v přírodě a v silničním provozu - chápe zásady zatěžování; jednoduchými zadanými testy změří úroveň své tělesné zdatnosti</p> | | | |

Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností

| | | | |
|--|--|---|--|
| <p>Žák: TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech</p> <p>TV-9-2-02 posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny</p> | <p>Žák: rozvíjí dovednosti a znalosti z předchozích ročníků</p> <p>zvládá různé pohybové dovednosti dle svých individuálních dispozic.</p> <p>rozvíjí dle svých individuálních předpokladů základy akrobatického cvičení a cvičení na nářadí a s náčiním.</p> <p>rozvíjí dle svých předpokladů techniku i taktiku běhu. Skáče dle svých předpokladů do dálky a do výšky z individuálního rozběhu. Rozvíjí dle svých předpokladů techniku hodů míčkem a vrhu koulí</p> | <ul style="list-style-type: none"> • pohybové hry – s různým zaměřením; netradiční pohybové hry a aktivity • gymnastika – akrobacie (kotouly vpřed, vzad, letmo, rovnovážné polohy, stoje na rukou, přemet stranou), cvičení s náčiním (švihadla, gymnastické míče) a na nářadí – koza, švédská bedna (přeskok skrčka a roznožka), kruhy (vis vzesmo a střemhlav, v hupu obraty), hrazda (výmyk, toč vzad, přešvih), kladina (rovnovážné polohy), šplh na tyči • estetické a kondiční formy cvičení s hudbou a rytmickým doprovodem – základy rytmické gymnastiky, cvičení s náčiním; kondiční formy cvičení • úpoly – základy sebeobranu • atletika – rychlý běh (60 m), vytrvalý běh na dráze (1500 m chlapci, 1000 m dívky) a v terénu, základy překážkového běhu, štafetový běh, skok do dálky, skok do výšky, hod míčkem, vrh koulí (dívky 3 kg, chlapci | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p>uplatňuje tvořivě herní činnosti jednotlivce s přihlédnutím k individuálním předpokladům. Zapojuje se do týmové taktiky.</p> | <p>4 kg)</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportovní hry – fotbal, florbal, basketbal, házená, volejbal - herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání podle pravidel žákovské kategorie • netradiční hry – freesbee, ringo, brännball, stolní tenis, nohejbal, softball aj. • bruslení | |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření):</p> <p>žák:</p> <p>TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech</p> <p>TV-9-2-02p posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí příčiny nedostatků</p> | | | |
| <p>Činnosti podporující pohybové učení</p> | | | |
| <p>Žák:</p> <p>TV-9-3-01 užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu</p> <p>TV-9-3-02 naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu</p> | <p>Žák:</p> <p>používá osvojované názvosloví na úrovni cvičence.</p> <p>soupeří čestně v souladu s pravidly fair play.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • komunikace v TV – tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných pohybových činnostech | |

| | | | |
|--|---|--|--|
| <p>TV-9-3-03 dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji</p> <p>TV-9-3-04 rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora</p> <p>TV-9-3-05 sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí</p> <p>TV-9-3-06 zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy; spouzdohoduje osvojované hry a soutěže</p> <p>TV-9-3-07 zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci</p> | <p>uplatňuje ve sportovním utkání práva a povinnosti hráče. Chápe zapojení do týmu, vnímá týmovou taktiku.</p> <p>zjišťuje různý pohled na hru podle role, kterou má určenou.</p> <p>posuzuje své výkony během školního roku.</p> <p>dokáže samostatně uspořádat jednoduchý zápas nebo turnaj.</p> <p>vyhodnocuje své výkony, porovnává zlepšení či zhoršení, určuje si další postup.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • organizace prostoru a pohybových činností – v nestandardních podmínkách; sportovní výstroj a výzbroj – výběr, ošetřování • historie a současnost sportu – významné soutěže a sportovci, olympismus – olympijská charta • pravidla osvojovaných pohybových činností – her, závodů, soutěží • zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých činnostech • měření, evidence, vyhodnocování – měření výkonů a posuzování pohybových dovedností | |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření):</p> <p>žák:</p> <p>TV-9-3-01p užívá osvojovanou odbornou terminologii na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka</p> <p>TV-9-3-02 naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu</p> <p>TV-9-3-03 dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji</p> <p>TV-9-3-04p rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka</p> <p>TV-9-3-05p sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony a vyhodnotí je</p> <p>TV-9-3-06p spouzdohoduje osvojované hry a soutěže</p> | | | |

Tělesná výchova 9. ročník

| Výstupy RVP ZV | Ročníkové výstupy | Učivo | Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata, poznámky) |
|---|---|--|--|
| Činnosti ovlivňující zdraví | | | |
| <p>Žák: TV-9-1-01 aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem</p> <p>TV-9-1-02 usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program</p> <p>TV-9-1-03 samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly</p> <p>TV-9-1-04 odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etikou a zdravím; upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší</p> <p>TV-9-1-05 uplatňuje vhodné a</p> | <p>Žák: účastní se aktivně a pravidelně pohybového režimu na základě pochopení významu pohybu a sportu.</p> <p>zlepšuje svou tělesnou zdatnost formou koordinačních a rychlostních cvičení.</p> <p>se rozcvičí před hlavní pohybovou činností dle pokynů učitele. Po ukončení hlavní pohybové činnosti provede uvolňovací a protahovací cvičení podle pokynů učitele.</p> <p>se distancuje od drog a jiných návykových látek.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • význam pohybu pro zdraví – rekreační a výkonnostní sport, sport dívek a chlapců • zdravotně orientovaná zdatnost – rozvoj zdravotně orientované zdatnosti, kondiční programy, manipulace se zatížením • prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí – průpravná, kompenzační, vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení • drogy a posilující látky používané při sportu – negativní účinky | <p>Průřezová témata:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Osobnostní a sociální výchova (OSV) – rozvoj pohybových a sportovních dovedností a návyků, formulace a dodržování pravidel ve smyslu „fair-play“, týmové spolupráce, vzájemná spolupráce a soutěže, poznávání vlastní osobnosti, seberegulace atd. - Environmentální výchova (EV) – podpora ekologického myšlení (venkovní sportoviště), sportování ve volné přírodě atd. - Mediální výchova (MV) – používání mediálních prostředků při pohybových aktivitách |

| | | | |
|--|---|---|---|
| <p>bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost</p> | <p>dodržuje zásady bezpečného chování ve škole i mimo ni s důrazem na omezení rizika úrazu. Poskytne předlékařskou první pomoc.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Školní řád, prevence úrazů – seznámení s pravidly chování • hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech – v nestandardním prostředí, první pomoc při TV a sportu v různém prostředí a klimatických podmínkách, improvizované ošetření poranění a odsun raněného | <p>Mezipředmětové vztahy:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zeměpis – např. orientace v okolí školy (venkovní sportoviště), orientace v přírodě (orientační běhy) apod. - Přírodopis – lidské tělo – svalová a kosterní soustava, rozcvičování, prevence úrazů apod. - Fyzika – těžiště, rovnováha, princip páky apod. - Matematika – jednotky (měření času, vzdálenosti atd.) - Občanská výchova – poznávání vlastní osobnosti - Český jazyk – sledování informací z oblasti sportu - IVT – získávání informací pomocí IT |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření):</p> <p>žák:</p> <p>TV-9-1-02p usiluje o zlepšení a udržení úrovně pohybových schopností a o rozvoj pohybových dovedností základních sportovních odvětví včetně zdokonalování základních lokomocí</p> <p>TV-9-1-03p cíleně se připraví na pohybovou činnost a její ukončení; využívá základní kompenzační a relaxační techniky k překonání únavy</p> <p>TV-9-1-04p odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportem</p> <p>TV-9-1-04p vhodně reaguje na informace o znečištění ovzduší a tomu přizpůsobuje pohybové aktivity</p> <p>TV-9-1-05p uplatňuje základní zásady poskytování první pomoci a zvládá zajištění odsunu raněného</p> <p>TV-9-1-05p uplatňuje bezpečné chování v přírodě a v silničním provozu - chápe zásady zatěžování; jednoduchými zadanými testy změří úroveň své tělesné zdatnosti</p> | | | |

Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností

| | | | |
|--|--|---|--|
| <p>Žák: TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech</p> <p>TV-9-2-02 posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny</p> | <p>Žák: rozvíjí dovednosti a znalosti z předchozích ročníků</p> <p>zvládá různé pohybové dovednosti dle svých individuálních dispozic.</p> <p>rozvíjí dle svých individuálních předpokladů základy akrobatického cvičení a cvičení na nářadí a s náčiním.</p> <p>rozvíjí dle svých předpokladů techniku i taktiku běhu. Skáče dle svých předpokladů do dálky a do výšky z individuálního rozběhu. Rozvíjí dle svých předpokladů techniku hodů míčkem a techniku vrhu koulí.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • pohybové hry – s různým zaměřením; netradiční pohybové hry a aktivity • gymnastika – akrobacie (sestavy – kotouly, stoje na rukou, přemety stranou, rovnovážné polohy), cvičení s náčiním (švihadla, gymnastické míče) a na nářadí – koza, švédská bedna (přeskok roznožka, skrčka se zášvihem), kruhy (visy, v hupu s obraty), hrazda (výmyk, toč vzad, toč jízdmo vpřed), kladina (rovnovážné polohy) • estetické a kondiční formy cvičení s hudbou a rytmickým doprovodem – základy rytmické gymnastiky, cvičení s náčiním; kondiční formy cvičení • úpoly – základy sebeobrany • atletika – rychlý běh (60 m), vytrvalý běh na dráze (1500 m chlapci i dívky) a v terénu, základy překážkového běhu, štafetový běh, skok do dálky, skok do výšky, hod míčkem, hod granátem (chlapci), vrh koulí (dívky 3 a 4 kg, chlapci 4 a 5 kg) | |
|--|--|---|--|

| | | | |
|---|---|---|--|
| | <p>uplatňuje tvořivě herní činnosti jednotlivce s přihlédnutím k individuálním předpokladům. Zapojuje se do týmové taktiky.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • sportovní hry – fotbal, florbal, basketbal, házená, volejbal - herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání podle pravidel žákovské kategorie • netradiční hry – freesbee, ringo, brännball, stolní tenis, nohejbal, softball aj. • bruslení | |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření): žák: TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech TV-9-2-02p posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí příčiny nedostatků</p> | | | |
| <p>Činnosti podporující pohybové učení</p> | | | |
| <p>Žák: TV-9-3-01 užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu</p> <p>TV-9-3-02 naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu</p> | <p>Žák: používá osvojované názvosloví na úrovni cvičence.</p> <p>soupeří čestně v souladu s pravidly fair play.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • komunikace v TV – tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných pohybových činnostech | |

| | | | |
|---|---|--|--|
| <p>TV-9-3-03 dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji</p> <p>TV-9-3-04 rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora</p> <p>TV-9-3-05 sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí</p> <p>TV-9-3-06 zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy; spolurozhoduje osvojované hry a soutěže</p> <p>TV-9-3-07 zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci</p> | <p>uplatňuje ve sportovním utkání práva a povinnosti hráče. Chápe zapojení do týmu, vnímá týmovou taktiku.</p> <p>zjišťuje různý pohled na hru podle role, kterou má určenou.</p> <p>posuzuje své výkony během školního roku.</p> <p>dokáže samostatně uspořádat jednoduchý zápas nebo turnaj.</p> <p>vyhodnocuje své výkony, porovnává zlepšení či zhoršení, určuje si další postup.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • organizace prostoru a pohybových činností – v nestandardních podmínkách; sportovní výstroj a výzbroj – výběr, ošetřování • historie a současnost sportu – významné soutěže a sportovci, olympismus – olympijská charta • pravidla osvojovaných pohybových činností – her, závodů, soutěží • zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých činnostech • měření, evidence, vyhodnocování – měření výkonů a posuzování pohybových dovedností | |
| <p>Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (slouží jako vodítko pro případné úpravy výstupů v IVP žáka od třetího stupně podpůrných opatření):</p> <p>žák:</p> <p>TV-9-3-01p užívá osvojovanou odbornou terminologii na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka</p> <p>TV-9-3-02 naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu</p> <p>TV-9-3-03 dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji</p> <p>TV-9-3-04p rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka</p> <p>TV-9-3-05p sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony a vyhodnotí je</p> <p>TV-9-3-06p spolurozhoduje osvojované hry a soutěže</p> | | | |

