

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví

Vyučovací předmět: Tělesná výchova - chlapci

Ročník: 9.

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
▪ Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech ▪ Posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny	Atletika Rychlý běh do 100m Běh vytrvalostní do 3000m Štafetový běh Skok daleký-zlepšování techniky Skok vysoký-zlepšování techniky flopu Hod granátem-na dálku Vrh koulí-zlepšování techniky	Přírodopis, fyzika	terén stadion LA překážky Září- říjen Duben-červen Březen tělocvičny, hřiště
▪ Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech	Pohybové hry s různým zaměřením		Listopad-březen
▪ zvládá přemet vpřed, cvičební prvky na hrazdě i kruzích)podle svých možností) ▪ dokáže zvládnout obtížný prvek s dopomocí ▪ při cvičení uplatní svůj fyzický fond	Gymnastika Akrobacie-přemet vpřed Hrazda-toč vzad Kruhy- překot vzad Trampolínka-salto vpřed s dopomocí Švédská bedna nadél-kotoul, roznožka	Hudební výchova	Listopad-březen

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
▪ zvládá jednoduché taneční kroky, tančí se žákem opačného pohlaví ▪ používá správnou techniku	Šplh- bez přírazu, s obměnami Rytmická a kondiční gymnastika-polkový krok	Dějepis,přírodopis,zeměpis, matematika, fyzika, chemie	
	Úpoly-střehové postoje, pády kotoulem přes rameno vzad,skulením do kolébky		Listopad-prosinec
▪ uplatňuje zkušenosti z míčových her v dalších sportech, dokáže řídit sportovní utkání svých vrstevníků	Sportovní hry-kopaná, basketbal, florbal, volejbal	OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy	Září- červen

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
▪ aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu ▪ usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti ▪ samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly ▪ odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportem ▪ uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu ▪ předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost	Význam pohybu pro zdraví Prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí Hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech- první pomoc při TV a sportu, improvizované ošetření poranění a odsun raněného	VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – projevovat se v jednání i v řešení problémů samostatně a odpovědně EGS – Evropa a svět nás zajímá MKV – lidské vztahy, kulturní difference EV – vztah člověka k prostředí	Průběžně
▪ Užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu ▪ Naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky- čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochrana přírody při sportu	Komunikace v TV – tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných činnostech Organizace prostoru a pohybových činností- sportovní výstroj a výzbroj- výběr, ošetřování Historie a současnost sportu- významné soutěže a sportovci, olympismus – olympijská charta		Průběžně

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
▪ Dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji ▪ Rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora ▪ Sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony eviduje je a vyhodnotí ▪ Zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy – spolurozhoduje osvojované hry a soutěže ▪ Zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci	Pravidla osvojovaných pohybových činností- her, závodů, soutěží Zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých činnostech Měření, evidence, vyhodnocování výkonů a posuzování pohybových dovedností		Průběžně