

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví

Vyučovací předmět: Tělesná výchova - chlapci

Ročník: 7.

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy Projekty, Kurzy	Poznámky
<ul style="list-style-type: none">▪ 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 60m Běh vytrvalostní do 3000m Štafetový běh Skok daleký-zlepšování techniky Skok vysoký-zlepšování techniky flopu Hod granátem- na dálku	OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – projevovat se v jednání i v řešení problémů samostatně a odpovědně	terén stadion LA Září-říjen Duben-červen Březen tělocvičny, hřiště
<ul style="list-style-type: none">▪ 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

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy Projekty, Kurzy	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> ▪ zvládá stoj na rukou, cvičební prvky na hrazdě i kruzích ▪ dokáže zvládnout obtížný prvek s dopomocí ▪ při cvičení uplatní svůj fyzický fond 	Gymnastika Akrobacie-stoj na rukou, přemet stranou,kotoul letmo Hrazda-výmyk, přešvihy únožmo ve vzporu Kruhy- překot vzad Trampolínka-skoky prosté pohyby nohou, s obraty Koza našір, naděl – roznožka, skrčka Šplh- bez přírazu, s obměnami Rytmická a kondiční gymnastika-polkový krok	EGS – Evropa a svět nás zajímá MKV – lidské vztahy, kulturní difference EV – vztah člověka k prostředí	Listopad-březen Tělocvična
<ul style="list-style-type: none"> ▪ zvládá jednoduché taneční kroky, ▪ používá správnou techniku 	Úpoly - průpravná cvičení, úpolové hry		Listopad-prosinec
<ul style="list-style-type: none"> ▪ uplatňuje zkušenosti z míčových her v dalších sportech, dokáže řídit sportovní utkání svých vrstevníků 	Sportovní hry - kopaná, basketbal, florbal		Září-červen
	Plavání - zdokonalovací plavecká výuka, rozvoj plavecké vytrvalosti		Červen

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy Projekty, Kurzy	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu 	<p>Význam pohybu pro zdraví Hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech</p>		Září- červen
<ul style="list-style-type: none"> Užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu Naplnuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky- čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochrana přírody při sportu 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 	<p>Komunikace v TV – tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných činnostech</p> <p>Organizace prostoru a pohybových činností- sportovní výstroj a výzbroj- výběr, ošetřování</p> <p>Historie a současnost sportu- významné soutěže a sportovci, olympismus – olympijská charta</p> <p>Pravidla osvojovaných pohybových činností- her, závodů, soutěží</p> <p>Zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých činnostech</p> <p>Měření, evidence, vyhodnocování výkonů a posuzování pohybových dovedností</p>		Průběžně

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy Projekty, Kurzy	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> ▪ uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu, předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost 	Turistika a pobyt v přírodě- příprava turistické akce, přesun do terénu uplatňování pravidel bezpečnosti silničního provozu v roli chodce a cyklisty, chůze se zátěží i v mírně náročném terénu, táboření, ochrana přírody, základy orientačního běhu, dokumentace z turistické akce		Projektový den Červen

Projekty, kurzy: Lyžování-týdenní lyžařský výcvik