

**Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví**  
**Vyučovací předmět: Tělesná výchova - chlapci**  
 Ročník: 9.

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech</li> <li>▪ Posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny</li> </ul>	<b>Atletika</b> 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
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech</li> </ul>	<b>Pohybové hry</b> s různým zaměřením		Listopad-březen
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ zvládá přemet vpřed, cvičební prvky na hrazdě i kruzích)podle svých možností)</li> <li>▪ dokáže zvládnout obtížný prvek s dopomocí</li> <li>▪ při cvičení uplatní svůj fyzický fond</li> </ul>	<b>Gymnastika</b> 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
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ zvládá jednoduché taneční kroky, tančí se žákem opačného pohlaví</li> <li>▪ používá správnou techniku</li> </ul>	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
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uplatňuje zkušenosti z míčových her v dalších sportech, dokáže řídit sportovní utkání svých vrstevníků</li> </ul>	Sportovní hry-kopaná, basketbal, florbal,volejbal	OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy	Září- červen
	Plavání- zdokonalovací plavecká výuka, rozvoj plavecké vytrvalosti		Červen

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu</b></li> <li>▪ <b>usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti</b></li> <li>▪ <b>samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly</b></li> <li>▪ <b>odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportem</b></li> <li>▪ <b>uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu</b></li> <li>▪ <b>předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost</b></li> </ul>	<p><b>Význam pohybu pro zdraví</b>  <b>Prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí</b>  <b>Hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech- první pomoc při TV a sportu, improvizované ošetření poranění a odsun raněného</b></p>	<p>VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – projevovat se v jednání i v řešení problémů samostatně a odpovědně</p> <p>EGS – Evropa a svět nás zajímá</p> <p>MKV – lidské vztahy, kulturní difference</p> <p>EV – vztah člověka k prostředí</p>	Průběžně
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu</b></li> <li>▪ <b>Naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky- čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochrana přírody při sportu</b></li> </ul>	<p><b>Komunikace v TV</b> – tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných činnostech</p> <p><b>Organizace prostoru</b> a pohybových činností- sportovní výstroj a výzbroj- výběr, ošetřování</p> <p><b>Historie a současnost sportu</b>- významné soutěže a sportovci, olympismus – olympijská charta</p>		Průběžně

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji</li> <li>▪ Rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora</li> <li>▪ Sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony eviduje je a vyhodnotí</li> <li>▪ Zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy – spolurozhoduje osvojované hry a soutěže</li> <li>▪ Zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci</li> </ul>	<p><b>Pravidla osvojovaných pohybových činností-</b> her, závodů, soutěží</p> <p><b>Zásady jednání a chování</b> v různém prostředí a při různých činnostech</p> <p><b>Měření, evidence, vyhodnocování výkonů a posuzování pohybových dovedností</b></p>		Průběžně