

**Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví**

**Vyučovací předmět: Tělesná výchova - chlapci**

Ročník: 8.

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 60m Běh vytrvalostní do 3000m Štafetový běh Skok daleký-další techniky Skok vysoký-zlepšování techniky flopu Hod granátem- na dálku Vrh koulí-nácvik techniky	Přírodopis-TF  Fyzika	terén, stadion LA 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 stoj na rukou(podle svých pohybových předpokladů), cvičební prvky na hrazdě i kruzích</li></ul>	<b>Gymnastika</b> Akrobacie-stoj na rukou i s výdrží, přemet stranou,kotoul vzad do zášvihu Hrazda-toč vzad	Fyzika	Listopad- březen

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> <li>dokáže zvládnout obtížný prvek s dopomocí při cvičení uplatní svůj fyzický fond</li> <li>zvládá jednoduché taneční kroky, používá správnou techniku</li> </ul>	<p>Kruhy- překot vzad Trampolínka-salto vpřed s dopomocí Švédská bedna nadél-kotoul, roznožka Šplh- bez přírazu, s obměnami Rytmická a kondiční gymnastika-polkový krok</p>		
	<p><b>Úpoly</b>-střehové postoje, pády kotoulem přes rameno,skulením se do kolébky</p>		Listopad-prosinec
<ul style="list-style-type: none"> <li>uplatňuje zkušenosti z míčových her v dalších sportech, dokáže řídit sportovní utkání svých vrstevníků</li> <li>uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v jiném prostředí (silniční provoz)</li> </ul>	<p><b>Sportovní hry</b>-kopaná, basketbal, florbal, volejbal</p>	<p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p>	Září-červen
	<p><b>Plavání</b>- zdokonalovací plavecká výuka, rozvoj plavecké vytrvalosti</p>		Červen

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu, předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost</li> </ul>	<b>Turistika a pobyt v přírodě-</b> 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	VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – projevovat se v jednání i v řešení problémů samostatně a odpovědně	Červen
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu</li> <li>▪ usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti</li> <li>▪ samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly</li> <li>▪ uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu</li> <li>▪ předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost</li> </ul>	<b>Význam pohybu pro zdraví</b> <b>Prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí</b> <b>Hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech</b>	EGS – Evropa a svět nás zajímá  MKV – lidské vztahy, kulturní difference  EV – vztah člověka k prostředí	Průběžně
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu</li> <li>▪ Naplňuje ve školních podmínkách</li> </ul>	<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		Průběžně

Výstup	Učivo	Průřezová témata Mezipředm. vztahy Projekty Kurzy	Poznámky
<p>základní olympijské myšlenky- čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochrana přírody při sportu</p> <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>Organizace prostoru a pohybových činností-</b> sportovní výstroj a výzbroj- výběr, ošetřování <b>Historie a současnost sportu-</b> významné soutěže a sportovci, olympismus – olympijská charta <b>Pravidla osvojovaných pohybových činností-</b> her, závodů, soutěží <b>Zásady jednání a chování v různém prostředí a při různých činnostech</b> <b>Měření, evidence, vyhodnocování výkonů a posuzování pohybových dovedností</b></p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu, předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost</li> </ul>	<p><b>Turistika a pobyt v přírodě-</b> 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</p>		Projektový den Červen

