

# Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

Vyučovací předmět

## **5.25 TĚLESNÁ VÝCHOVA**

### **Charakteristika vyučovacího předmětu**

Vyučovací předmět *Tělesná výchova* vychází ze vzdělávací oblasti *Člověk a zdraví*. Hlavním cílem vyučovacího předmětu je komplexní vzdělávání žáků v problematice aktivního pohybu jako významného činitele působícího na zdravotní stav a harmonický rozvoj dítěte. Vede žáky k poznání vlastních pohybových možností a zájmů, současně i k poznání účinků konkrétních pohybových činností na tělesnou zdatnost, duševní a sociální pohodu. Žáci se učí uplatňovat osvojené pohybové dovednosti v různém prostředí a s různými účinky, kdy si zvykají na rozličné sociální role, které vyžadují spolupráci, tvořivost, překonávání zábran, objektivnost, rychlé rozhodování, organizační schopnosti, i nutnou míru odpovědnosti za zdraví své i svých spolužáků. Tělesná výchova umožňuje žákům poznat vlastní pohybové možnosti a přednosti i zdravotní a pohybová omezení, rozumět jim, respektovat je u sebe i jiných a aktivně je využívat nebo cíleně ovlivňovat. Vede žáky od spontánního pohybu k řízené pohybové činnosti a zpět k vlastní pravidelné seberealizaci v oblíbeném sportu nebo v jiné pohybové aktivitě. Takový vztah k pohybovým aktivitám lze rozvíjet jen v atmosféře důvěry, úzké spolupráce a radostného prožitku z pohybového výkonu.

### **Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu**

Vzdělávací obsah předmětu je rozdělen do tematických bloků, které se meziročníkově opakují a postupně rozšiřují. Výuka od 6. ročníku probíhá odděleně. V rámci školy může však výuka tělesné výchovy i na druhém stupni probíhat koedukovaně (6. tř.). V učebních plánech jsou samostatně zpracovány vyučovací jednotky tělesné výchovy dívek a chlapců vzhledem k jejich individuálním zvláštěm.

Tělesná výchova se vyučuje jako povinný předmět v základní 2 hodinové dotaci týdně (6. tř. – 3 hodiny týdně). ~~Žáci 6. – 9. ročníku mají možnost vybrat si volitelný předmět *Kolektivní sporty*, který je vyučován v 1 hodinové týdenní dotaci. Žáci 2. stupně tak mohou mít 3 – 4 hodiny pohybové výuky týdně. Vyučovací předměty *Tělesná výchova* a *Kolektivní sporty* jsou v souladu se vzdělávacími prioritami školy podporovány i v rámci různých školních projektů a mimoškolních akcí.~~

Výuka je organizována v tělocvičně v budově školy. Současně jsou využívána i jiná sportoviště: venkovní hřiště, které je součástí areálu školy a okolní přírodní terény.

# Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

## Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvoj klíčových kompetencí

### KOMPETENCE K UČENÍ

#### Učitel

- vede žáky k zodpovědnosti za své vzdělávání, umožní žákům osvojit si strategii učení a motivuje je pro celoživotní učení
  - vede žáky k zodpovědnosti za jejich zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty
  - učí žáky plánovat, organizovat a vyhodnocovat jejich činnosti a dovednosti
  - vede žáky k tomu, aby si osvojili nové pohybové dovednosti, kultivovali svůj pohybový projev i správné držení těla a postupně usilovali o optimální rozvoj zdravotně orientované zdatnosti
  - uplatňuje individuální přístup k žákovi
  - při hodnocení používá ve zřetelné převaze prvky pozitivní motivace
- jde příkladem - neustále si dalším vzděláváním v oblasti sportu a pohybové výchovy rozšiřuje svou kvalifikaci

### KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ

#### Učitel

- podněcuje žáky k tvořivému myšlení, logickému uvažování a k řešení problémů
- podporuje týmovou spolupráci při řešení problémů

#### Žák

- osvojuje si strategii učení a je motivován pro celoživotní učení
- učí se zodpovědnosti za své zdraví
- plánuje, organizuje a vyhodnocuje svou činnost a dovednosti
- osvojuje si nové pohybové dovednosti, kultivuje svůj pohybový projev a rozvíjí svou zdravotně orientovanou zdatnost

#### Žák

- rozvíjí své tvořivé myšlení a logické uvažování
- učí se týmové spolupráci

## **Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice**

- ve škole i při mimoškolních akcích průběžně monitoruje, jak žáci řešení problémů prakticky zvládají
- jde příkladem - učí se sám lépe, s rozumem a s nadhledem, řešit různé problémové situace

### **KOMPETENCE KOMUNIKATIVNÍ**

#### **Učitel**

- vede žáky k otevřené, všestranné a účinné komunikaci
- klade důraz na „kulturní úroveň“ komunikace
- netoleruje agresivní, hrubé, vulgární a nezdvořilé projevy v chování žáků
- podporuje přátelskou komunikaci mezi žáky z různých tříd, ročníků, věkových kategorií
- vede žáky k pozitivní prezentaci a reprezentaci své osoby a školy na veřejnosti
- připravujeme žáky na zvládnutí komunikace s jinými lidmi v obtížných a ohrožujících situacích
- vede žáky k čestnému jednání v duchu "fair play"
  
- jde příkladem – „profesionálním“ přístupem ke komunikaci s žáky, rodiči, zaměstnanci školy a s širší veřejností

### **KOMPETENCE SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ**

#### **Učitel**

- rozvíjí u žáků schopnost spolupracovat v týmu, respektovat a hodnotit práci vlastní i druhých

#### **Žák**

- učí se otevřené, všestranné a účinné komunikaci
- zvládá projevy svých negativních emocí ve svém chování
- příkladně reprezentuje svou školu na mimoškolních akcích
- ovládá komunikaci s jinými lidmi v obtížných a ohrožujících situacích

#### **Žák**

- rozvíjí své schopnosti spolupráce v týmu, respektuje a hodnotí práci vlastní i druhých

## **Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice**

- rozvíjí schopnost žáků zastávat v týmu různé role
- podporuje vzájemnou pomoc žáků, vytváří situace, kdy se žáci vzájemně potřebují
- netoleruje projevy rasismu, xenofobie a nacionalismu
- dodává žákům sebedůvěru a vede je k dodržování pravidel

- jde příkladem – podporuje spolupráci všech členů pedagogického sboru i spolupráci pedagogických a nepedagogických pracovníků školy (respektuje práci, roli, povinnosti i odpovědnost ostatních)

### **KOMPETENCE OBČANSKÉ**

#### **Učitel**

- vychovává žáky:
  - jako svobodné občany, plní si své povinnosti, uplatňující svá práva a respektující práva druhých,
  - jako osobnosti zodpovědné za svůj život, své zdraví a za své životní prostředí,
  - jako ohleduplné bytosti, schopné a ochotné účinně pomoci v různých situacích
- důsledně dbá na dodržování pravidel chování ve škole i při školních akcích mimo budovu školy
- vede žáky k aktivní ochraně jejich zdraví a k ochraně životního prostředí
- nabízí žákům vhodné pozitivní aktivity (kulturní, sportovní, rekreační apod.) jako protipól nežádoucím sociálně patologickým jevům
- jde příkladem – respektuje právní předpisy, vnitřní normy školy, plní příkladně své povinnosti

- zastává v týmu různé role
- pomáhá svým spolužákům a podílí se na utváření příjemné atmosféry v týmu
- věcně argumentuje

#### **Žák**

- učí se být svobodným občanem, osobností zodpovědnou za svůj život, ohleduplnou bytostí
- dodržuje pravidla chování ve škole i při školních akcích
- chrání své zdraví
- zapojuje se v rámci vlastních možností do vhodné mimoškolní aktivity

# **Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice**

## **KOMPETENCE PRACOVNÍ**

### **Učitel**

- vede žáky k pozitivnímu vztahu k práci, naučí žáky používat při práci vhodné materiály, nástroje a technologie, naučí žáky chránit své zdraví při práci
- vede žáky k pozitivnímu vztahu k práci
- při výuce vytváří podnětné a tvořivé pracovní prostředí
- důsledně učí žáky dodržovat organizační, hygienické a bezpečnostní zásady pro provádění zdravotně vhodných a sportovně bezpečných pohybových činností ve známém i méně známém prostředí.
  
- jde příkladem – příkladně si plní své pracovní povinnosti (nástupy do hodin, příprava na výuku ...), dodržuje dané slovo

### **Žák**

- učí se pozitivnímu vztahu k práci a vhodnému využívání pomůcek, materiálů a nástrojů
- dodržuje organizační, hygienické a bezpečnostní zásady

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (chlapci)</b>	<b>6.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>Zvládá podle svých schopností techniku a taktiku, rychlého i vytrvalého běhu, individuálně zlepšuje výkony v běžecké rychlosti i vytrvalosti. Reaguje na základní startovní povely. Zvládá techniku hodů míčkem z místa, rozvíjí explozivně-dynamickou sílu dolních končetin, aktivně využívá základní pravidla atletiky.</p> <p>Pochopí princip gymnastického rozcvičení, uvědomuje si změny polohy těla, je schopen orientace v prostoru při změnách polohy těla (hlavy), zvládá překonání pevné překážky s využitím odrazu, skáče snožmo (s meziskokem i bez meziskoku)</p>	<p><b>ATLETIKA</b> atletické rozcvičení, strečink, běžecká abeceda, rozvoj pohybových schopností, průpravná běžecká cvičení, starty, tratě 60m, 300m, běh v terénu, hod míčkem, skokanská průprava, skok daleký skrčný způsob</p> <p><b>GYMNASTIKA</b> Gymnastické rozcvičení, správné držení těla, rozvoj pohybových schopností, akrobacie – kotouly, stoj na hlavě, stoj na lopatkách, hrazda – vzpor, sešín vpřed, přeskok – náskok na můstek, odraz výskok na bednu, odbočka, moderní gymnastika – švihadla</p>	<p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p> <p>Mezipředm. vztahy – Fyzika, přírodopis</p> <p>VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – občanská společnost a škola</p> <p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p>	<p>PD, PP</p> <p>PÚ, KV</p>	<p>- venkovní hřiště - terén - tělocvična</p> <p>- „Tradiční vánoční běh do schodů“</p> <p>- tělocvična - využití audio techniky</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (chlapci)</b>	<b>6.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>B - dribluje silnější rukou na místě i v pohybu, přihraje a bezpečně přijme přihrávku, v - uplatňuje zásady kolektivního sportu, f - zvládá změny pohybu při vedení míče, dokáže střelou trefit branku, fl - zvládá změny pohybu při vedení míčku holí, používá základní pravidla florbalu</p> <p>Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti, tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech.</p>	<p><b>SPORTOVNÍ HRY</b> Basketbal – dribling, přihrávka, střelba, základní pravidla. Volejbal – rozcvičení s míčem, průpravná hra – přehrazovaná, pravidla. Fotbal – vedení míče, střelba, přihrávka, malá kopaná. Florbal – vedení míče, střelba, pravidla, zpracování míče, přihrávka</p> <p><b>Drobné hry a pohyb. aktivity</b> – štafetové soutěže s náradím a bez náradí, překážkové dráhy, netradiční hry, rimmgo, stolní tenis, pálkovaná</p>	<p>VMGS – Evropa a svět nás zajímá OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy MKV – lidské vztahy, kulturní diference</p> <p><u>Mezipředm. vztahy</u> – zeměpis, přírodopis, fyzika</p> <p>EV – vztah člověka k prostředí MKV – lidské vztahy</p>	<p>PS</p> <p>PS, PD</p>	<p>- tělocvična - venkovní hřiště</p> <p>- „Tradiční vánoční boj o kapra“</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (dívky)</b>	<b>6.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>Zvládá podle svých schopností techniku a taktiku, rychlého i vytrvalého běhu, individuálně zlepšuje výkony v běžecké rychlosti i vytrvalosti. Reaguje na základní startovní povely. Zvládá techniku hodů míčkem z místa, rozvíjí explozivně-dynamickou sílu dolních končetin, aktivně využívá základní pravidla atletiky.</p> <p>Pochopí princip gymnastického rozcvičení, uvědomuje si změny polohy těla, je schopen orientace v prostoru při změnách polohy těla (hlavy), zvládá překonání pevné překážky s využitím odrazu, skáče snožmo (s meziskokem i bez meziskoku)</p>	<p><b>ATLETIKA</b> atletické rozcvičení, strečink, běžecká abeceda, rozvoj pohybových schopností, průpravná běžecká cvičení, starty, tratě 60m, 300m, běh v terénu, hod míčkem, skokanská průprava, skok daleký skrčný způsob</p> <p><b>GYMNASTIKA</b> Gymnastické rozcvičení, správné držení těla, rozvoj pohybových schopností, akrobacie – kotouly, stoj na hlavě, stoj na lopatkách, hrazda – vzpor, sešín vpřed, přeskok – náskok na můstek, odraz výskok na bednu, odbočka, moderní gymnastika – švihadla</p>	<p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p> <p>Mezipředm. vztahy – Fyzika, přírodopis VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – občanská společnost a škola</p> <p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p>	<p>PD, PP</p> <p>PÚ, KV</p>	<p>- venkovní hřiště - terén - tělocvična</p> <p>- „Tradiční vánoční běh do schodů“</p> <p>- tělocvična - využití audio techniky</p>



## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (dívky)</b>	<b>6.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>B - dribluje silnější rukou na místě i v pohybu, přihraje a bezpečně přijme přihrávku, v - uplatňuje zásady kolektivního sportu, f -zvládá změny pohybu při vedení míče, dokáže střelou trefit branku, fl - zvládá změny pohybu při vedení míčku holí, používá základní pravidla florbalu,</p> <p>Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti, tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech.</p>	<p><b>SPORTOVNÍ HRY</b> Basketbal – dribling, přihrávka, střelba, základní pravidla. Volejbal – rozcvičení s míčem, průpravná hra – přehrazovaná, pravidla. Fotbal – vedení míče, střelba, přihrávka, malá kopaná. Florbal – vedení míče, střelba, pravidla, zpracování míče, přihrávka</p> <p><b>Drobné hry a pohyb. aktivity</b> – štafetové soutěže s náradím a bez náradí, překážkové dráhy, netradiční hry, rimmgo, stolní tenis, pálkovaná</p>	<p>VMGS – Evropa a svět nás zajímá OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy MKV – lidské vztahy, kulturní diference</p> <p><u>Mezipředm. vztahy</u> – zeměpis, přírodopis, fyzika</p> <p>EV – vztah člověka k prostředí MKV – lidské vztahy</p>	<p>PS</p> <p>PS, PD</p>	<p>- tělocvična - venkovní hřiště</p> <p>- „Tradiční vánoční boj o kapra“</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (chlapci)</b>	<b>7.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

<b>Očekávané výstupy žáka</b>	<b>Obsah vzdělávání (učivo)</b>	<b>Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)</b>	<b>METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.</b>	<b>TERMÍN/ Poznámky</b>
<p>Zvládá podle svých schopností techniku a taktiku, rychlého i vytrvalého běhu, individuálně zlepšuje výkony v běžecké rychlosti i vytrvalosti. Provede nízký start. Zvládá techniku hodů míčkem s rozeběhem, rozvíjí explozivně-dynamickou sílu dolních končetin, aktivně využívá základní pravidla atletiky.</p> <p>Pochopí princip gymnastického rozcvičení, uvědomuje si změny polohy těla, provede naučené prvky ve vazbách, je schopen určit místo odrazu a dohmatu, skáče snožmo (s meziskokem i bez meziskoku)</p>	<p><b>ATLETIKA</b> atletické rozcvičení, strečink, běžecká abeceda, rozvoj pohybových schopností, technika běhu, nízký start, tratě 60m, 300m, 800m, běh v terénu, hod míčkem (rozběh), skokanská průprava, skok daleký skrčný způsob</p> <p><b>GYMNASTIKA</b> Gymnastické rozcvičení, správné držení těla, rozvoj pohybových schopností, akrobacie – kotouly, stoj na rukou s dopomocí, hrazda – přešvihy, podmet za stoje, přeskok – roznožka přes kozu, moderní gymnastika – švihadla</p>	<p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy Mezipředm. vztahy – Fyzika, přírodopis VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – občanská společnost a škola</p> <p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p>	<p>PD, PP</p> <p>PÚ</p>	<p>- venkovní hřiště - terén - tělocvična</p> <p>- „Tradiční vánoční běh do schodů“</p> <p>- tělocvična - využití audio techniky</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	vytvořil
Člověk a zdraví	Tělesná výchova (chlapci)	7.	Mgr. Jiří Jakeš

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>B - Dodržuje pravidla při cvičných hrách, předvede střelbu podle pravidel, v - osvojené herní činnosti jednotlivce, uplatňuje ve hře, f - - přesně přihraje spoluhráči, hraje florbal dle pravidel, naplňuje při hře smysl fair play</p> <p>Dodržuje pravidla, podílí se na taktice družstva, pomáhá slabším spoluhráčům v týmu, aktivně rozvíjí dovednosti a návyky</p>	<p><b>SPORTOVNÍ HRY</b> basketbal - hod' a běž, střelba z různých pozic, základní pravidla volejbal - technika odbití míče obouruč vrchem i spodem podání spodem, pravidla volejbalu fotbal – přihrávky, malá kopaná florbal - přihrávky, zpracování míčku, hra s brankářem</p> <p><b>Drobné hry a pohyb. aktivity</b> – štafetové soutěže s náradím a bez náradí, překážkové dráhy, netradiční hry, rimmgo, stolní tenis, pálkovaná</p>	<p>VMGS – Evropa a svět nás zajímá OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy MKV – lidské vztahy, kulturní diference</p> <p><u>Mezipředm. vztahy</u> – zeměpis, přírodopis, fyzika</p> <p>EV – vztah člověka k prostředí MKV – lidské vztahy</p>	<p>PS</p> <p>PS, PD</p>	<p>- tělocvična - venkovní hřiště</p> <p>- „Tradiční vánoční boj o kapra“</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (dívky)</b>	<b>7.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>Zvládá podle svých schopností techniku a taktiku, rychlého i vytrvalého běhu, individuálně zlepšuje výkony v běžecké rychlosti i vytrvalosti. Provede nízký start. Zvládá techniku hodů míčkem s rozeběhem, rozvíjí explozivně-dynamickou sílu dolních končetin, aktivně využívá základní pravidla atletiky.</p> <p>Pochopí princip gymnastického rozcvičení, uvědomuje si změny polohy těla, provede naučené prvky ve vazbách, je schopen určit místo odrazu a dohmatu, skáče snožmo (s meziskokem i bez meziskoku)</p>	<p><b>ATLETIKA</b> atletické rozcvičení, strečink, běžecká abeceda, rozvoj pohybových schopností, technika běhu, nízký start, tratě 60m, 300m, 600m, běh v terénu, hod míčkem (rozběh), skokanská průprava, skok daleký skrčný způsob</p> <p><b>GYMNASTIKA</b> Gymnastické rozcvičení, správné držení těla, rozvoj pohybových schopností, akrobacie – kotouly, stoj na rukou s dopomocí, hrazda – přešvihy, podmet za stoje, přeskok – roznožka přes kozu, moderní gymnastika – švihadla</p>	<p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p> <p>Mezipředm. vztahy – Fyzika, přírodopis VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – občanská společnost a škola</p> <p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p>	<p>PD, PP</p> <p>PÚ</p>	<p>- venkovní hřiště - terén - tělocvična</p> <p>- „Tradiční vánoční běh do schodů“</p> <p>- tělocvična - využití audio techniky</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (dívky)</b>	<b>7.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>B - Dodržuje pravidla při cvičných hrách, předvede střelbu podle pravidel, v - osvojené herní činnosti jednotlivce, uplatňuje ve hře, f - - přesně přihrává spoluhráči, hraje florbal dle pravidel, naplňuje při hře smysl fair play</p> <p>Dodržuje pravidla, podílí se na taktice družstva, pomáhá slabším spoluhráčům v týmu, aktivně rozvíjí dovednosti a návyky</p>	<p><b>SPORTOVNÍ HRY</b> basketbal - hod' a běž, střelba z různých pozic, základní pravidla volejbal - technika odbití míče obouruč vrchem i spodem podání spodem, pravidla volejbalu fotbal – přihrávky, malá kopaná florbal - přihrávky, zpracování míčku, hra s brankářem</p> <p><b>Drobné hry a pohyb. aktivity</b> – štafetové soutěže s náradím a bez náradí, překážkové dráhy, netradiční hry, rimmgo, stolní tenis, pálkovaná</p>	<p>VMGS – Evropa a svět nás zajímá OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy MKV – lidské vztahy, kulturní diference</p> <p><u>Mezipředm. vztahy</u> – zeměpis, přírodopis, fyzika</p> <p>EV – vztah člověka k prostředí MKV – lidské vztahy</p>	<p>PS</p> <p>PS, PD</p>	<p>- tělocvična - venkovní hřiště</p> <p>- „Tradiční vánoční boj o kapra“</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (chlapci)</b>	<b>8.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>Rozpozná a posoudí chybná provedení činnosti, cíleně zlepšuje své běžecké výkony, požívá startovní povely, ovládá techniku hodů granátem, rozpozná podstatné chyby, provede skoky dle pravidel atletiky</p> <p>Je schopen o problému diskutovat a vyvodit závěr, rozpozná chybné provedení cviku, rozpozná chyby v provedení, navrhne postup k odstranění zjištěných nedostatků, předvede požadované prvky v povinné sestavě, předvede požadovanou sestavu, Zapojí do</p>	<p><b>ATLETIKA</b> atletické rozcvičení – strečink, běžecká abeceda, rovinky, 60m, 300 m, 1500 m, běh v terénu, hod granátem - technika, rozběh, skok daleký, skok vysoký</p> <p><b>GYMNASTIKA</b> gymnastické rozcvičení, správné držení těla, posilování - tělo vlastní zátěž, akrobacie - kotoulové řady, přemet stranou, stoj na rukou, kruhy - změny visu, hrazda - závěs v podkolení, vzepření závěsem v podkolení, sestava: průvlek, vzepření závěsem v podkolení, vzpor jízdo, přešvih, seskok,</p>	<p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p> <p>Mezipředm. vztahy – Fyzika, přírodopis VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – občanská společnost a škola OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p>	<p>PD, PP</p> <p>PÚ</p>	<p>- venkovní hřiště - terén - tělocvična</p> <p>- „Tradiční vánoční běh do schodů“</p> <p>- tělocvična - využití audio techniky</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	vytvořil
Člověk a zdraví	Tělesná výchova (chlapci)	8.	Mgr. Jiří Jakeš

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>cviků požadované svalové skupiny, bezpečně přeskochí překážku, zlepšuje rovnovážné postavení</p> <p>B - zvládá základní pravidla a uplatňuje je ve hře, zakončí střelbu na koš dvojtaktem v - rozvíjí kolektivní myšlení (team spirit), předvede herní činnosti jednotlivce, fotbal - vnímá odlišnost herní činnosti v malé a sálové kopané, florbal-aktivně používá herní činnosti při hře</p>	<p>přeskok - skrčka přes bednu, kozu, kladina - výskok, váha předklonmo</p> <p><b>SPORTOVNÍ HRY</b> basketbal – obranná a útočná činnost jednotlivce, dvojtakt, herní posty, volejbal - technika odbití míče jednoruč, lobování, smeč, vrchní podání, fotbal – obranná a útočná činnost jednotlivce, herní posty, florbal – obranná a útočná činnost jednotlivce, herní posty</p>	<p>VMGS – Evropa a svět nás zajímá OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy MKV – lidské vztahy, kulturní diference</p> <p><u>Mezipředm. vztahy</u> – zeměpis, přírodopis</p>	<p>PS</p> <p>PS, PD</p>	<p>- tělocvična - venkovní hřiště</p> <p>- „Tradiční vánoční boj o kapra“</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (chlapci)</b>	<b>8.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

<b>Očekávané výstupy žáka</b>	<b>Obsah vzdělávání (učivo)</b>	<b>Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)</b>	<b>METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.</b>	<b>TERMÍN/ Poznámky</b>
Podílí se na výběru hry jako průpravy pro rozvoj požadovaných dovedností (rychlost, obratnost, síla, vytrvalost)	<b>Drobné hry a pohyb. aktivity</b> štafetové soutěže s náradím, bez náradí, překážkové dráhy – rychlost, obratnost stolní tenis, rimmgo	EV – vztah člověka k prostředí MKV – lidské vztahy		



## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	vytvořil
Člověk a zdraví	Tělesná výchova (dívky)	8.	Mgr. Jiří Jakeš

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>Rozpozná a posoudí chybná provedení činnosti, cíleně zlepšuje své běžecké výkony, požívá startovní povely, ovládá techniku hodů granátem, rozpozná podstatné chyby, provede skoky dle pravidel atletiky</p> <p>Je schopen o problému diskutovat a vyvodit závěr, rozpozná chybné provedení cviku, rozpozná chyby v provedení, navrhne postup k odstranění zjištěných nedostatků, předvede požadované prvky v povinné sestavě, předvede požadovanou sestavu, Zapojí do</p>	<p><b>ATLETIKA</b> atletické rozcvičení – strečink, běžecká abeceda, rovinky, 60m, 300 m, 1000 m, běh v terénu, hod granátem - technika, rozběh, skok daleký, skok vysoký</p> <p><b>GYMNASTIKA</b> gymnastické rozcvičení, správné držení těla, posilování - tělo vlastní zátěž, akrobacie - kotoulové řady, přemet stranou, stoj na rukou, hrazda - závěs v podkolení, vzepření závěsem v podkolení, sestava: průvlek, vzepření závěsem v podkolení, vzpor jízdmo, přešvih, seskok,</p>	<p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p> <p>Mezipředm. vztahy – Fyzika, přírodopis VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – občanská společnost a škola OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p>	<p>PD, PP</p> <p>PÚ</p>	<p>- venkovní hřiště - terén - tělocvična</p> <p>- „Tradiční vánoční běh do schodů“</p> <p>- tělocvična - využití audio techniky</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	vytvořil
Člověk a zdraví	Tělesná výchova (dívky)	8.	Mgr. Jiří Jakeš

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>cviků požadované svalové skupiny, bezpečně přeskochí překážku, zlepšuje rovnovážné postavení</p> <p>B - zvládá základní pravidla a uplatňuje je ve hře, zakončí střelbu na koš dvojtaktem v - rozvíjí kolektivní myšlení (team spirit), předvede herní činnosti jednotlivce, fotbal - vnímá odlišnost herní činnosti v malé a sálové kopané, florbal-aktivně používá herní činnosti při hře</p>	<p>přeskok - skrčka přes bednu, kozu, kladina - výskok, váha předklonmo, moderní gymnastika - švihadlo, míč, kužele</p> <p><b>SPORTOVNÍ HRY</b> basketbal – obranná a útočná činnost jednotlivce, dvojtakt, herní posty, volejbal - technika odbití míče jednoruč, lobování, smeč, vrchní podání, fotbal – obranná a útočná činnost jednotlivce, herní posty, florbal – obranná a útočná činnost jednotlivce, herní posty</p>	<p>VMGS – Evropa a svět nás zajímá OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy MKV – lidské vztahy, kulturní diference</p>	<p>PS</p> <p>PS, PD</p>	<p>- tělocvična - venkovní hřiště</p> <p>- „Tradiční vánoční boj o kapra“</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (dívky)</b>	<b>8.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

<b>Očekávané výstupy žáka</b>	<b>Obsah vzdělávání (učivo)</b>	<b>Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)</b>	<b>METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.</b>	<b>TERMÍN/ Poznámky</b>
Podílí se na výběru hry jako průpravy pro rozvoj požadovaných dovedností (rychlost, obratnost, síla, vytrvalost)	<b>Drobné hry a pohyb. aktivity</b> štafetové soutěže s náradím, bez náradí, překážkové dráhy – rychlost, obratnost stolní tenis, rimmgo	EV – vztah člověka k prostředí MKV – lidské vztahy		

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (chlapci)</b>	<b>9.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>Vede rozcvičení skupiny žáků, popíše prováděnou činnost, dohodne týmovou strategii štafetových běhů, rozpozná rozdíl mezi vrhem a hodem, ovládá specifické rozcvičení pro vrh koulí, provede organizaci skokanské soutěže, změří a vyhodnotí výkony</p> <p>samostatně provede rozcvičení a uvolnění, skupiny cvičenců, vytvoří vhodnou kombinaci vlastní sestavu z určených prvků, je schopen rozfázovat cvik na základní pohybové segmenty, odhalí chyby při přeskoku</p>	<p><b>ATLETIKA</b> atletické rozcvičení – strečink, běžecká abeceda, štafetové předávky, 100m, 300 m, 1500 m, překážky, vrh koulí – pravidla, technika vrhu, skok daleký, skok vysoký</p> <p><b>GYMNASTIKA</b> gymnastické rozcvičení, protahovací cviky, svalová dysbalance, správné držení těla, posilování - tělo vlastní zátěž akrobacie - stoj na rukou do kotoulu, sestava z osvojených prvků, kruhy v hupu - odraz, seskok, zášvih,</p>	<p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p> <p>Mezipředm. vztahy – Fyzika, přírodopis VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – občanská společnost a škola</p> <p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p>	<p>PD, PP</p> <p>PÚ</p>	<p>- venkovní hřiště - terén - tělocvična</p> <p>- „Tradiční vánoční běh do schodů“</p> <p>- tělocvična - využití audio techniky</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (chlapci)</b>	<b>9.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
Zorganizuje turnaj, vede zápis o utkání, zpracuje a vyhodnotí výsledky, ovládá základní činnosti rozhodčího, hraje v duchu fair play, přizpůsobuje individuální činnost potřebám kolektivu	<p>hrazda – výmyk, sestava: výmyk, přešvih, závěs, seskok, přeskok - roznožka přes kozu</p> <p><b>SPORTOVNÍ HRY</b> Basketbal - herní systémy - osobní, zónová obrana řízená hra volejbal - obranná a útočná činnost, posty při hře fotbal - herní systémy florbal - řízená hra s brankářem, bez brankáře</p>	<p>VMGS – Evropa a svět nás zajímá OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy MKV – lidské vztahy, kulturní diference</p>	<p>PS</p> <p>PS, PD</p>	<p>- tělocvična - venkovní hřiště</p> <p>- „Tradiční vánoční boj o kapra“</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (chlapci)</b>	<b>9.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

<b>Očekávané výstupy žáka</b>	<b>Obsah vzdělávání (učivo)</b>	<b>Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)</b>	<b>METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.</b>	<b>TERMÍN/ Poznámky</b>
Podílí se na výběru hry jako průpravy pro rozvoj požadovaných dovedností (rychlost, obratnost, síla, vytrvalost)	<b>Drobné hry a pohyb. aktivity</b> štafetové soutěže s náradím, bez náradí, překážkové dráhy – rychlost, obratnost stolní tenis, rimmgo	EV – vztah člověka k prostředí MKV – lidské vztahy		

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

<b>vzdělávací oblast</b>	<b>vyučovací předmět</b>	<b>ročník</b>	<b>vytvořil</b>
<b>Člověk a zdraví</b>	<b>Tělesná výchova (dívky)</b>	<b>9.</b>	<b>Mgr. Jiří Jakeš</b>

<b>Očekávané výstupy žáka</b>	<b>Obsah vzdělávání (učivo)</b>	<b>Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)</b>	<b>METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.</b>	<b>TERMÍN/ Poznámky</b>
<p>Vede rozcvičení skupiny žáků, popíše prováděnou činnost, dohodne týmovou strategii štafetových běhů, rozpozná rozdíl mezi vrhem a hodem, ovládá specifické rozcvičení pro vrh koulí, provede organizaci skokanské soutěže, změří a vyhodnotí výkony</p> <p>samostatně provede rozcvičení a uvolnění, skupiny cvičenců, vytvoří vhodnou kombinací vlastní sestavu z určených prvků, je schopen rozfázovat cvik na základní pohybové segmenty, odhalí chyby při přeskoku</p>	<p><b>ATLETIKA</b> atletické rozcvičení – strečink, běžecká abeceda, štafetové předávky, 100m, 300 m, 1500 m, překážky, vrh koulí – pravidla, technika vrhu, skok daleký, skok vysoký</p> <p><b>GYMNASTIKA</b> gymnastické rozcvičení, protahovací cviky, svalová dysbalance, správné držení těla, posilování - tělo vlastní zátěž akrobacie - stoj na rukou do kotoulu, sestava z osvojených prvků, kruhy v hupu - odraz, seskok, zášvih,</p>	<p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p> <p>Mezipředm. vztahy – Fyzika, přírodopis VDO – zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, angažovaný přístup k druhým – občanská společnost a škola</p> <p>OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy</p>	<p>PD, PP</p> <p>PÚ</p>	<p>- venkovní hřiště - terén - tělocvična</p> <p>- „Tradiční vánoční běh do schodů“</p> <p>- tělocvična - využití audio techniky</p>

## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	vytvořil
Člověk a zdraví	Tělesná výchova (dívky)	9.	Mgr. Jiří Jakeš

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
<p>Vytvoří vhodnou kombinací vlastní sestavu</p> <p>Zorganizuje turnaj, vede zápis o utkání, zpracuje a vyhodnotí výsledky, ovládá základní činnosti rozhodčího, hraje v duchu fair play, přizpůsobuje individuální činnost potřebám kolektivu</p>	<p>hrazda – výmyk, sestava: výmyk, přešvih, závěs, seskok, přeskok - roznožka přes kozu, kladina - sestava z osvojených prvků, moderní gymnastika - švihadla, stuha, vlastní výstup s hudbou</p> <p><b>SPORTOVNÍ HRY</b>                      Basketbal - herní systémy - osobní, zónová obrana řízená hra                      volejbal - obranná a útočná činnost, posty při hře                      fotbal - herní systémy                      florbale - řízená hra s brankářem, bez brankáře</p>	<p>VMGS – Evropa a svět nás zajímá</p> <p>VMGS – Evropa a svět nás zajímá                      OSV – rozvoj schopnosti poznávání, sebepoznání a sebepojetí, poznávání lidí, mezilidské vztahy                      MKV – lidské vztahy, kulturní diference</p>	<p>PS</p> <p>PS, PD</p>	<p>- tělocvična - venkovní hřiště</p> <p>- „Tradiční vánoční boj o kapra“</p>



## Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	vytvořil
Člověk a zdraví	Tělesná výchova (dívky)	9.	Mgr. Jiří Jakeš Mgr. Lucie Laschová

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	TERMÍN/ Poznámky
Podílí se na výběru hry jako průpravy pro rozvoj požadovaných dovedností (rychlost, obratnost, síla, Vytvrvalost)	<b>Drobné hry a pohyb. aktivity</b> štafetové soutěže s náradím, bez náradí, překážkové dráhy – rychlost, obratnost stolní tenis, rimmgo	EV – vztah člověka k prostředí MKV – lidské vztahy		

# **Základní škola Košťany, Komenského náměstí 351, okr. Teplice**