

Základní škola, Komenského náměstí 351, 417 23 Košťany, okr. Teplice

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	vytvořil
Člověk a zdraví	Tělesná výchova	2.	upravila- Mgr. Walterová

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	Poznámky
- Spojuje pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívá nabízené příležitosti - Uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorech školy	<u>Činnosti ovlivňující zdraví</u> Zvládá základní přípravu organismu před pohybovou aktivitou: - osvojuje si protahovací a napínací cviky, cviky pro zahřátí a uvolnění - procvičuje kompenzační a relaxační cviky - příprava ke sportovnímu výkonu - příprava organismu ke zdravotně zaměřené činnosti - cvičení během dne, rytmické a kondiční formy cvičení pro děti - zkouší vyjádřit melodii rytmem pohybu - jednoduché tanečky, základy estetického pohybu	VDO – Občanská společnost a škola - rozvíjíme smysl pro spravedlnost a odpovědnost EV - Vztah člověka k prostředí Hudební výchova		DK- využití kompenzačního cvičení snižující zdravotní rizika spojená s používáním DT Využití DT pro sledování základních pohybových činností

Základní škola, Komenského náměstí 351, 417 23 Košťany, okr. Teplice

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	vytvořil
Člověk a zdraví	Tělesná výchova	2.	upravila- Mgr. Walterová

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	Poznámky
- Spolupracuje při jednoduchých týmových a pohybových činnostech a soutěžích - Reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci	<u>Pohybové dovednosti</u> Základy sportovních her - míčové hry a pohybové hry, pohybová tvořivost a využití netradičního náčiní při cvičení, organizace při TV, pravidla zjednodušených osvojovaných pohybových činností - her a soutěží, zásady jednání a chování - nacvičuje přihrávku jednoruč, obouruč - nacvičuje vybíjenou - dodržuje základní pravidla her	OSV - mezilidské vztahy, komunikační schopnosti, dovednost pro spolupráci OSV - kooperace a kompetice, zvládání situací soutěže, konkurence		

Základní škola, Komenského náměstí 351, 417 23 Košťany, okr. Teplice

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	upravila
Člověk a zdraví	Tělesná výchova	2.	Mgr. Walterová

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	Poznámky
- Zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině; usiluje o jejich zlepšení. - Reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci	Základy atletiky - rychlý běh, skok do dálky, hod míčkem, rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly a pohyblivosti a koordinace pohybu - procvičuje techniku hodu kriketovým míčkem - procvičuje nízký start - osvojuje si princip štafetového běhu, vytrvalostního běhu - zdokonaluje skok do dálky Základy gymnastiky - cvičení na nářadí a s náčiním odpovídající velikosti a hmotnosti, průpravná cvičení a úpoly - nacvičuje šplh na tyči - zvládne kotoul vpřed, stoj na lopatkách apod. - jednoduchá cvičení na žebřinách - skáče přes švihadlo - dokáže podbíhat dlouhé lano	Matematika OSV - osobnostní rozvoj - sebepoznání a sebepojetí, cvičení smyslového vnímání, pozornosti a soustředění		

Základní škola, Komenského náměstí 351, 417 23 Košťany, okr. Teplice

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	upravila
Člověk a zdraví	Tělesná výchova	2.	Mgr. Walterová

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	Poznámky
- Zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině; usiluje o jejich zlepšení. - Reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci	- provádí cvičení na lavičkách - provádí přetahy s dlouhým lanem - prohlubuje význam sportování pro zdraví - plavání - osvojuje si základní plavecké styly, skoky do vody <u>Činnosti podporující pohybové učení</u> osvojuje si a užívá základní tělocvičné pojmy – názvy pohybových činností, tělocvičného nářadí a náčiní - tělocvičné pojmy	OSV - osobnostní rozvoj - psychohygiena, rozvoj odpovědnosti za naplnění volného času, organizace času Prvouka		

Základní škola, Komenského náměstí 351, 417 23 Košťany, okr. Teplice

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	upravila
Člověk a zdraví	Tělesná výchova	2.	Mgr. Walterová

Očekávané výstupy žáka	Obsah vzdělávání (učivo)	Průřezová témata (mezipředmětové vztahy)	METODY a FORMY práce, projekty, exkurze atd.	Poznámky
- Reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci - Uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech	- poznává pojmy z pravidel sportů a soutěží - osvojuje si povely pořadových cvič. - dodržuje pravidla bezpečnosti při sportování v tělocvičně, na hřišti, v přírodě - reaguje na smluvené povely, gesta, signály pro organizaci činnosti - jedná v duchu fair-play - komunikace v TV - bezpečnost při sportování	OSV - rozvoj dovedností: dovednost zapamatování, dovednost smyslového vnímání, pozornosti a soustředění, dovednost řešení problému		