

Předmět: Tělesná výchova Ročník: prima Zaměření: živé jazyky a všeobecné Rozsah: 2 h týdně			
Školní výstupy – žák	Učivo	Průřezová témata, přesahy	Hodnocení, poznámky
<ul style="list-style-type: none"> • Reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci. • Zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti, usiluje o jejich zlepšení. 	Pořadová cvičení Pravidla bezpečnosti a ochrany zdraví Rozvoj pohybových schopností	OSV – poznávání a rozvoj vlastní osobnosti MKV – lidské vztahy V průběhu výuky: jednání v duchu fair play	Průběžně
<ul style="list-style-type: none"> • Předvede jednoduché gymnastické prvky na koberci a na náradí. 	GYMNASTIKA Základní gymnastika a průpravná cvičení, šplh Sportovní gymnastika (Cvičení prostná, přeskok, hrazda)		Průběžně 10 % Průběžně 20 % Kontrolní cviky, výkony
<ul style="list-style-type: none"> • Rozvíjí své rytmické cítění pohybu. • Reaguje na spojení s hudbou. 	Rytmická gymnastika	OSV – kreativita, sociální komunikace	Průběžně
<ul style="list-style-type: none"> • Průběžně zlepšuje svoji zdatnost a výkony v prováděných atletických disciplínách a dílčích dovednostech. 	ATLETIKA (60 m běh, 600 m běh, hod různými typy míčů)		Průběžně 2 měsíce 10 % Měřené disciplíny
<ul style="list-style-type: none"> • Dodržuje pravidla her a soutěží, pozná a označí zjevné přestupky proti pravidlům a adekvátně na ně reaguje, respektuje soupeře i opačné pohlaví. • Spolupracuje při jednotlivých týmových pohybových činnostech a soutěžích. • Zvládá s ohledem na své předpoklady HČJ a HK v procvičovaných sportovních hrách, dokáže tyto dovednosti uplatnit ve hře. • Má základní znalost pravidel sportovních i netradičních her. 	HRY Průpravné hry Iniciativní a kooperativní hry Sportovní hry: <ul style="list-style-type: none"> • kopaná • košíková • florbal Netradiční hry: <ul style="list-style-type: none"> • stolní tenis • ringo 		Průběžně 40 % Kontrolní cviky, herní výkony, slovní hodnocení

Školní výstupy – žák	Učivo	Průřezová témata, přesahy	Hodnocení, poznámky
	<ul style="list-style-type: none"> frisbee (HČJ + HK+HS jednotlivých her dle úrovně schopností a dovedností žáků)		
<ul style="list-style-type: none"> Ovládá základní plavecké dovednosti, rozliší plavecké styly a pracuje na jejich zvládnutí. 	PLAVÁNÍ <ul style="list-style-type: none"> prsa kraul znak záchrana tonoucího plavání pod hladinou startovní skok štafetové plavání vytrvalostní plavání 	Výchova ke zdraví	Kontrolní testy
<ul style="list-style-type: none"> Respektuje přijatá pravidla soužití mezi spolužáky i jinými vrstevníky. Respektuje sebe sama i druhé, přijímá názor druhého, chová se empaticky; preferuje chování podporující dobré vztahy, aktivní naslouchání, dialog, efektivní a asertivní komunikaci a kooperaci v různých situacích, uvědomuje si dopad vlastního jednání a chování. Uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost. 	ADAPTAČNÍ KURZ <ul style="list-style-type: none"> přesun do terénu uplatňování pravidel bezpečnosti silničního provozu v roli chodce a cyklisty chůze se zátěží i v mírně náročném terénu táboření ochrana přírody 		Kurz seznamovací, 3 dny
<ul style="list-style-type: none"> Vyhýbá se činnostem, které jsou kontraindikací jeho oslabení. Uplatňuje cvičení pro korekci svého oslabení za pomoci učitele. 	ZDRAVOTNÍ TĚLESNÁ VÝCHOVA Cvičení pro korekci oslabení		Kontrolní cviky, slovní hodnocení