

<i>Vzdělávací oblast-</i>	<i>Předmět-</i>			
<i>Člověk a zdraví</i>	<i>Tělesná výchova</i>			
<i>Očekávané výstupy</i>	<i>Učivo</i>	<i>Ročník</i>	<i>Průřezová témata</i>	<i>Metody a formy práce, projekty, pomůcky, mezipředmětové vztahy</i>
<i>Žák</i>				
➤ <i>zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině; usiluje o jejich zlepšení</i> ➤ <i>zvládá základní prvky obratnosti</i> ➤ <i>rozlišuje základní dynamické stupně pohybu</i> ➤ <i>je schopen jednoduché krátké pohybové improvizace vedené pohybovým, hudebním nebo tematickým zadáním</i>	ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ZDRAVÍ • rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly, pohyblivosti, koordinace pohybu ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ÚROVEŇ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ • základy gymnastiky – průpravná cvičení, akrobacie, cvičení s náčiním a na nářadí odpovídající velikosti a hmotnosti • rytmické a kondiční formy cvičení pro děti – kondiční cvičení s hudbou nebo rytmickým doprovodem, základy estetického pohybu, vyjádření melodie a rytmu pohybem, jednoduché tance • základy atletiky – rychlý běh, motivovaný vytrvalý běh, skok do dálky nebo do výšky, hod míčkem • turistika a pobyt v přírodě – přesun do terénu a chování v dopravních prostředcích při přesunu, chůze v terénu, táboření, ochrana přírody • plavání (základní plavecká výuka) – hygiena plavání,	3. SV	OSV - sebepoznání a sebepojetí	M HV VV

<i>Vzdělávací oblast-</i>	<i>Předmět-</i>			
<i>Člověk a zdraví</i>	<i>Tělesná výchova</i>			
<i>Očekávané výstupy</i>	<i>Učivo</i>	<i>Ročník</i>	<i>Průřezová témata</i>	<i>Metody a formy práce, projekty, pomůcky, mezipředmětové vztahy</i>
<i>Žák</i>				
	adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob (plavecká technika), prvky sebezáchrany a bezpečnosti • princip techniky práce s náčiním (souhra těžiště těla s těžištěm předmětu) • improvizace v rámci průpravných cvičení • improvizace jako svět absolutní svobody • prostorové dráhy pohybu • prostorové cítění jako zážitek • hry učící senzomotorické koordinaci	3. SV		

<i>Vzdělávací oblast-</i>	<i>Předmět-</i>			
<i>Člověk a zdraví</i>	<i>Tělesná výchova</i>			
<i>Očekávané výstupy</i>	<i>Učivo</i>	<i>Ročník</i>	<i>Průřezová témata</i>	<i>Metody a formy práce, projekty, pomůcky, mezipředmětové vztahy</i>
<i>Žák</i>				
➤ <i>spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích</i> ➤ <i>si osvojí základní vědomosti a dovednosti pro vytvoření sebeúcty a úcty k druhým</i> ➤ <i>rozlišuje základní dynamické stupně pohybu</i> ➤ <i>přijímá a respektuje pravidla her</i>	ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ÚROVEŇ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ • průpravné úpoly – přetahy a přetlaky • základy sportovních her – manipulace s míčem, pálkou či jiným herním náčiním odpovídající velikosti a hmotnosti, herní činnosti jednotlivce, spolupráce ve hře, průpravné hry, utkání podle zjednodušených pravidel minisportů ČINNOSTI PODPORUJÍCÍ POHYBOVÉ UČENÍ • komunikace v TV – základní tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály • zásady jednání a chování – fair play, olympijské ideály a symboly • <i>předmět jako bezprostřední podnět k pohybu a ke hře</i> • <i>přístupné druhy náčiní pro argumentaci rozličných pohybových principů (míče, švihadla, obruče různých velikostí, stuhy, tyče apod.)</i>	3. SV	OSV - mezilidské vztahy - komunikace VMEaGS - Evropa a svět nás zajímá MkV - lidské vztahy	M

<i>Vzdělávací oblast-</i> <i>Člověk a zdraví</i>	<i>Předmět-</i> <i>Tělesná výchova</i>			
<i>Očekávané výstupy</i> <i>Žák</i>	<i>Učivo</i>	<i>Ročník</i>	<i>Průřezová témata</i>	<i>Metody a formy práce, projekty, pomůcky, mezipředmětové vztahy</i>
	hry přispívající k formování charakteru a mravní výchově			
➤ <i>uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorech školy</i> ➤ <i>dodržuje základní zásady bezpečnosti při pohybových činnostech a má osvojeny základní hygienické návyky při pohybových aktivitách</i> ➤ <i>zvládá prosociální chování: pomoc v běžných školních situacích, dělení se, vyjádření soucitu, zájem o spolužáky</i> ➤ <i>reflektuje situaci druhých a adekvátně poskytuje pomoc</i> ➤ <i>zvládá základy správného tvoření dechu, hlasu, artikulace a správného držení těla; dokáže hlasem a pohybem vyjadřovat základní emoce a rozpoznávat je v chování druhých</i>	ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ZDRAVÍ hygiena při TV – hygiena pohybových činností a cvičebního prostředí, vhodné oblečení a obutí pro pohybové aktivity bezpečnost při pohybových činnostech – organizace a bezpečnost cvičebního prostoru, bezpečnost v šatnách a umývárkách, bezpečná příprava a ukládání náradí, náčiní a pomůcek, první pomoc v podmínkách TV	3. SV	OSV - sebepoznání a sebepojetí - psychohygiena	PRV
➤ <i>reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci</i> ➤ <i>reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti</i> ➤ <i>projevuje kladný postoj k motorickému učení a pohybovým aktivitám</i> ➤ <i>zvládá základní způsoby lokomoce a prostorovou orientaci podle individuálních předpokladů</i>	ČINNOSTI PODPORUJÍCÍ POHYBOVÉ UČENÍ komunikace v TV – základní tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály pravidla zjednodušených osvojovaných pohybových činností – her, závodů, soutěží		OSV - rozvoj schopností poznávání - poznávání lidí	M HV