

## Vzdělávací oblast: člověk a zdraví, předmět: tělesná výchova, 1. věkové období, 2. ročník

Žákovské kompetence	Žákovské výstupy	Průřezová témata	Mezipředmětové vztahy
Dodržuje základní pravidla bezpečného chování při TV	Základní pravidla chování a jednání v prostředí sportoviště.	Osobnostní a sociální výchova	
Podle pokynů zaujme zákl. cvičební polohy.	Základní tělových. pojmy, smluvené signály, povely, organizace prostoru a činností.		
Bezpečně se pohybuje v terénu, odhaduje vzdálenosti.	Cvičení v přírodě.		
Rozvíjí pohybové schopnosti – rychl., vytrval.	A – Běh v terénu, překonávání přírodních překážek.		
Zvládne správný rozběh a odraz pro skok do dálky.	Nácvik skoku do dálky.		
Zvládne tech. nízkého startu.	Rychlý běh 50m (nízký start).		
Zdokonaluje rytmické citění.	G – Rytmická chůze, vyjádření hudebních pojmů (tiše, hlasitě, pomalu, .....) Krok přísuný, poskočný, cval stranou		Hv, 1. - 5. ročník, cvičení s hudbou
Napodobuje jednoduch. pohyby. Zlepšuje výkon ve šplhu.	Cvičení na nářadí ( lavičky, žebřiny, ...) Šplh.		
Zdokonaluje práci s míčem.	SH – Přihrávky jednoruč i obouruč(vrchní oblouk) - Obouruč trčením PH – Hry zaměřené na koulení a chytání.		
Zvládne techniku kotoulu vpřed. Seznámí se s kotoulem vzad.	G – Cvičení na koberci. Průpravné cviky ke kotoulu vzad a jeho nácvik s dopomocí.		
Provádí první bezpečné kroky na trampolíně.	CN – Malá trampolínka (výskoky s držením, seskoky)		
Rozvíjí obratnost a vytrvalost.	Zimní hry v přírodě na sněhu (sáňkování, bobování .....)	Enviromentální výchova	
Postupně zvládá techniku skákání přes švihadlo.	Cvičení se švihadly – přeskoky snožmo, jednoož.		
Rozvíjí zručnost a obratnost.	SH – přihrávky ringo kroužky, létajícím talířem Jednoduché hry se základními pravidly. CN – švédská bedna, žebřiky		
Rozvíjí rychlost a obratnost.	PH – závodivé hry – různé starty		
Plavecký výcvik – Osvojuje si plavecké dovednosti.	Potápění a orientace ve vodě, skoky do vody po nohou, splývání, dýchání do vody a zákl. osvojení jednoho plaveckého způsobu.		

**Vzdělávací oblast: člověk a zdraví, předmět: tělesná výchova, 1. věkové období, 2. ročník**

Poznámky:

--

Laboratorní práce:

--

Průřezová témata:

Osobnostní a sociální výchova, Enviromentální výchova

--

Ostatní:

--