

Vzdělávací oblast: člověk a zdraví, předmět: tělesná výchova, 3. věkové období, 6. ročník

Žákovské kompetence	Učivo - obsah	Průřezová témata	Mezipředmětové vztahy
<p>Aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu,některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem. Usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti;z nabídky zvolí vhodný rozvojový program Samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností - zatěžovanými svaly. Odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etikou a zdravím;upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší. Uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť,přírody,silničního provozu;předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost.</p>	<p>Význam pohybu pro zdraví Zdravotně orientovaná zdatnost Prevence a korekce jednostranného zatížení a svalových dysbalancí - průpravná,kompenzační,vyrovňovací,relaxační a jiná cvičení Hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech - první pomoc při Tv a sportu;improvizované ošetření poranění;odsun raněného</p>	<p>Osobnostní a sociální výchova (psychohygiena;sebepoznání a sebepečení;seberegulace a sebeorganizace;řešení problémů a rozhodovací dovednosti;mezilidské vztahy)</p>	<p>Výchova ke zdraví-8.r. zdravotně orientovaná zdatnost 6.r. hygiena Přírodopis-8.r. Zásady první pomoci, zdravý životní styl</p>
<p>Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře,soutěži,při rekreačních činnostech. Posoudí provedení osvojované pohybové činnosti,označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny Snaží se o fair play jednání při pohybových hrách. Chápe význam pohybových her pro navazování a upevňování mezilidských kontaktů.</p>	<p>POHYBOVÉ HRY - netradiční pohybové hry a aktivity - různé zaměření těchto aktivit</p>	<p>Osobnostní a sociální výchova (poznávání lidí;kooperace a kompetice;sebepoznání a sebepečení)</p>	
<p>Dokáže vnímat základní gymnastické dovednosti. Dovede z osvojených cviků připravit krátké sestavy a zacvičit je. Zvládá bezpečně záchranu a dopomoc při osvojovaných cvicích (s dopomocí učitele). Předvede s dopomocí základní gymnastické cviky.</p>	<p>GYMNASTIKA - kotoul vpřed a vzad,stož na rukou s dopomocí - roznožka přes kozu - cvičení na nářadí - kruhy - základy akrobacie</p>		
<p>Zvládá estetické držení těla. Dovede poznat estetický a neestetický pohyb. Vysvětlí význam kondičního cvičení pro rozvoj síly,rychlosti,vytrvalosti a obratnosti.</p>	<p>ESTETICKÉ A KONDIČNÍ FORMY CVIČENÍ S HUDBOU A RYTMICKÝM DOPROVODEM - základní estetické držení těla - kondiční cvičení (využití šplhu na tyči/laně,švihadel,medicimbalů atd.)</p>		

Vzdělávací oblast: člověk a zdraví, předmět: tělesná výchova, 3. věkové období, 6. ročník

<p>Posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny. Používá a chápe význam základních průpravných cvičení pro osvojení atletických činností. Vyjmenuje základní pravidla atletických soutěží.</p>	<p>ATLETIKA</p> <ul style="list-style-type: none"> - krátký sprinterský běh na 60 m - vytrvalý běh na 800 m - skok do dálky - skok do výšky - hod kriketovým míčkem - nácvik štafetového běhu 		
<p>Chápe herní činnosti jednotlivce, herní kombinace a základní pravidla jednotlivých sportovních her. Používá základní pojmy označující používané náčiní, části hřiště. Za pomoci spoluhráčů a učitele dodržuje zvolenou taktiku. Zvládá obranné i útočné činnosti uvedených sportovních her.</p>	<p>SPORTOVNÍ HRY</p> <ul style="list-style-type: none"> - fotbal - vybíjená - přehazovaná - florbal - košíková 	<p>Osobnostní a sociální výchova (mezilidské vztahy; poznávání lidí)</p>	
<p>Užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu. Sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí. Rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora.</p>	<p>ČINNOSTI PODPORUJÍCÍ POHYBOVÉ UČENÍ</p> <ul style="list-style-type: none"> - komunikace v Tv - tělocvičné názvosloví; smluvené povely, signály, gesta, značky; vzájemná komunikace a spolupráce při pohybových činnostech - organizace prostoru a pohybových činností - výstroj, výzbroj, ošetřování - pravidla osvojovaných pohybových činností - her, závodů, soutěží 	<p>Multikulturní výchova (kulturní diference)</p>	

Poznámky:

Laboratorní práce:

Vzdělávací oblast: člověk a zdraví, předmět: tělesná výchova, 3. věkové období, 6. ročník

Průřezová témata:

Osobnostní a sociální výchova - Osobnostní rozvoj (sebepoznání a sebepojetí;seberegulace a sebeorganizace;psychohygiena)

- Sociální rozvoj (poznávání lidí;kooperace a kompetice)

- Morální rozvoj (řešení problémů a rozhodovací dovednosti)

- Mezilidské vztahy (chování podporující dobré vztahy,respektování, podpora, pomoc,vztahy a naše třída)

Multikulturní výchova - Kulturní diference (jedinečnost každého člověka a jeho individuální zvláštnosti; člověk jako nedílná jednota tělesné i duševní stránky)

Ostatní:

--