



Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Tělesná výchova
Ročník: 4. ročník

Tělesná výchova – 4.tř.					
Klíčové kompetence	Dílčí klíčové kompetence	Školní výstupy	Učivo	Přesahy, vazby, mezipředmětové vztahy	Průřezová témata
		žák	Činnosti ovlivňující zdraví		
učení	-zná hry a jejich pravidla -orientuje se v prostoru tělocvičny a školního hřiště	-žák ví, že pohyb je zdravý	<u>význam pohybu pro zdraví</u> -různé funkce pohybu pro zdraví (zdatnost, dovednost, regenerace) <u>příprava organismu</u> -průpravná, kompenzační, relaxační cvičení <u>zdravotně zaměřené činnosti</u> -cvičení pro správné držení těla, zvedání zátěže <u>rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly, koordinace pohybu</u> <u>hygiena při Tv</u> - vhodné a nevhodné prostředí pro Tv a sport, osobní hygiena při sportu, vhodné oblečení a obutí	Vv – zachycení pohybu VI – vycházka M – výsledkové listiny, tabulky Př – orientace v přírodě	Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech Člověk a zdraví probouzení zájmu o sport, chápání kořenů olympijských ideí, význam sportu pro přátelství mezi národy
komunikativní	-orientuje se v základní technice běhu, skoku a hodů -zná základní pojmy, základní cvičební polohy, postoje, názvy náčiní a náradí	-dodržuje hygienické návyky a zásady bezpečnosti i při pobytu v přírodě			



Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Tělesná výchova
Ročník: 4. ročník

Tělesná výchova – 4.tř.					
Klíčové kompetence	Dílčí klíčové kompetence	Školní výstupy	Učivo	Přesahy, vazby, mezipředmětové vztahy	Průřezová témata
		Žák			
sociální a personální	-zvládá chování při přesunu do Tv, při Tv a v terénu	-ovládá základní organizační názvosloví, reaguje na ně	<u>bezpečnost při pohybových činnostech</u> -organizace a bezpečnost cvičebního prostoru -bezpečnost v šatnách a umývárkách - bezpečná příprava a ukládání náradí, náčiní a pomůcek -první pomoc v podmínkách Tv	JČ – vyprávění, rozšiřování slovní zásoby	
řešení problému	-zná možná nebezpečí při Tv a snaží se jich vyvarovat				



Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Tělesná výchova
Ročník: 4. ročník

Tělesná výchova – 4.tř.					
Klíčové kompetence	Dílčí klíčové kompetence	Školní výstupy	Učivo	Přesahy, vazby, mezipředmětové vztahy	Průřezová témata
		Žák	Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností		
občanská a pracovní	<ul style="list-style-type: none"> -spolupracuje ve hře, snaží se o co nejlepší výkon svůj i svého týmu -dodržuje pravidla stanovená pro pobyt v Tv -zná zásady chování fair-play, olympijské ideály a symboly 	<ul style="list-style-type: none"> zvládne kotoul vpřed a vzad -zvládne odraz při cvičení na nářadí -pohybuje se v 2/4 a 3/4 taktu, zvládá cvičení s hudbou, rytmickým doprovodem 	<p><u>pohybové hry</u></p> <ul style="list-style-type: none"> -variace her jednoho druhu - využití netradičního náčiní -pohybová tvořivost <p><u>základy gymnastiky</u> (kotoul vpřed, vzad, stoj na rukou s dopomocí -přeskok – roznožky, -hrazda, kladinka -cvičení s náčiním</p> <p><u>rytmické a kondiční formy pro děti</u> -základní taneční krok 2/4, 3/4 -pohybové vyjádření rytmického a melodického doprovodu</p> <p><u>průpravné úpoly</u> -přetahy a přetlaky</p>		

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Tělesná výchova
Ročník: 4. ročník



Tělesná výchova – 4.tř.					
Klíčové kompetence	Dílčí klíčové kompetence	Školní výstupy	Učivo	Přesahy, vazby, mezipředmětové vztahy	Průřezová témata
		Žák	Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností		
		<ul style="list-style-type: none"> -ovládá skok do dálky z rozběhu, z břevna -spojuje hod kriketovým míčkem s rozběhem -ovládá manipulaci s míčem (přihrávky, pohyb s míčem) -zná a dodržuje pravidla jednoduchých míčových a pohybových her 	<u>základy atletiky</u> <ul style="list-style-type: none"> -60m -běh vytrvalý 15 min -800m -skok do dálky -hod <u>základy sportovních her</u> <ul style="list-style-type: none"> -manipulace s míčem, pálkou či jiným herním náčiním odpovídající velikosti a hmotnosti -pravidla her, herní činnosti jednotlivce -průpravné hry -spolupráce při hře -utkáni podle zjednodušených pravidel 	WP –netradiční disciplíny – olymp. hry	

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Tělesná výchova
Ročník: 4. ročník



Tělesná výchova – 4.tř.					
Klíčové kompetence	Dílčí klíčové kompetence	Školní výstupy	Učivo	Přesahy, vazby, mezipředmětové vztahy	Průřezová témata
		Žák	Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností		
		-orientuje se v prostoru a činnostech	<u>turistika a pobyt v přírodě</u> - přesun do terénu - chůze v terénu, -ochrana přírody <u>lyžování</u> -hry na sněhu -základní techniky pohybu na lyžích <u>plavání</u> - základní plavecká výuka -plavecká škola Bruntál		

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Tělesná výchova
Ročník: 4. ročník



Tělesná výchova – 4. tř.					
Klíčové kompetence	Dílčí klíčové kompetence	Školní výstupy	Učivo	Přesahy, vazby, mezipředmětové vztahy	Průřezová témata
		Žák	Činnosti podporující pohybové učení		
		-zná aktivně osvojované pojmy -zná základy fair-play -dodržuje pravidla her a soutěží -pozná a označí zjevné přestupky proti pravidlům a adekvátně na ně reaguje -umí zaznamenat základní údaje o pohybových výkonech	<u>komunikace v Tv</u> -názvosloví, smluvené povely, signály <u>organizace při Tv</u> -ve známém (běžném) prostředí <u>zásady jednání a chování</u> -fair – play -olympijské ideály a symboly <u>měření a posuzování pohybových dovedností</u> -výkony, testy, soutěže, závody <u>zdroje informací o pohybových činnostech</u> -časopisy, internet		