

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Tělesná výchova
Ročník: 8. – 9.



Učivo	Výstupy	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy
<p><u>Činnosti ovlivňující zdraví</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - příprava před pohybovou činností - rozcvičení - uklidnění po zátěži - napínací a protahovací cvičení <p>Význam pohybu pro zdraví</p> <ul style="list-style-type: none"> - rekreační a výkonnostní sport - pohybový režim žáků - délka a intenzita pohybu <p>Prevence a korekce jednostranného svalového zatížení</p> <ul style="list-style-type: none"> - průpravná a kompenzační cvičení - vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení <p>Hygiena při pohybových činnostech</p> <ul style="list-style-type: none"> - cvičební prostředí, vhodné obutí a oděv 	<ul style="list-style-type: none"> - rozcvičí se před pohybovou činností, zaměří se na hlavní zátěžové svalové partie - usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti z nabídky zvolí vhodný rozvojový program - aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem - odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportovní etikou 	

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Tělesná výchova
Ročník: 8. – 9.



Učivo	Výstupy	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy
<p>Bezpečnost při pohybových činnostech v nestandardním prostředí</p> <ul style="list-style-type: none"> - první pomoc při tělesné výchově a sportu - improvizované ošetření poranění - odsun raněného <p><u>Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností</u></p> <p>Pohybové hry a netradiční pohybové činnosti</p> <ul style="list-style-type: none"> - pohybové hry s různým zaměřením - netradiční pohybové hry a aktivity <p>Gymnastika</p> <ul style="list-style-type: none"> - akrobacie - přeskoky <p>Cvičení s hudbou</p> <ul style="list-style-type: none"> - aerobik <p>Úpoly</p> <ul style="list-style-type: none"> - přetahy a přetlaky - základy sebeobrany 	<ul style="list-style-type: none"> - uplatňuje pravidla bezpečného chování i v méně známém sportovním prostředí - předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost <ul style="list-style-type: none"> - osvojuje si v souladu s individuálními předpoklady pohybové dovednosti, které aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech - posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny 	<p><u>HV</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - sladění pohybu s hudbou, rytmus

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Tělesná výchova
Ročník: 8. – 9.



Učivo	Výstupy	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy
<p>Atletika</p> <ul style="list-style-type: none"> - běh na 60 m - vytrvalostní běh na hřišti a v terénu - skok do dálky - hod kriketovým míčkem a granátem - vrh koulí <p>Sportovní hry</p> <ul style="list-style-type: none"> - herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, - herní systémy, pravidla, ...(kopaná, sálová kopaná, nohejbal, košíková, přehazovaná, ...) <p>Turistika a pobyt v přírodě</p> <ul style="list-style-type: none"> - příprava turistické akce, přesun do terénu, - uplatňování pravidel bezpečnosti silničního provozu, základy táboření <p>Bruslení</p> <ul style="list-style-type: none"> - bruslení, lední hokej 	<ul style="list-style-type: none"> - zvládne techniku vybraných atletických disciplín, osvojuje si základní návyky a dovednosti - zaznamená výkon v jednotlivých disciplínách 	<p><u>VV</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - člověk a pohyb <p><u>Multikulturní výchova</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - lidské vztahy, komunikace <p><u>Enviromentální výchova</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - lidské aktivity, problémy životního prostředí

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Tělesná výchova
Ročník: 8. – 9.



Učivo	Výstupy	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy
<p>Netradiční pohybové činnosti</p> <ul style="list-style-type: none"> - florbal - ringo - freesbee <p><u>Činnosti podporující pohybové učení</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - komunikace v Tv – základní tělocvičné názvosloví, smluvené povely, signály, gesta,... - vzájemná komunikace a spolupráce učitele a žáka při pohybových činnostech - zásady jednání a chování při sportu, zásady fair play, olympijské ideály a symboly, významné soutěže, významní sportovci (sportovní vzory) - zásady chování při týmových sportovních soutěžích - pravidla osvojovaných pohybových činností, her, závodů, soutěží 	<ul style="list-style-type: none"> - užívá při pohybové činnosti základní osvojované tělocvičné názvosloví - naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky při sportu - čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu - spolupracuje v týmu, dodržuje taktiku vedoucí k úspěchu družstva - rozlišuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora 	<p><u>Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Evropa a svět nás zajímá <p><u>Osobnostní a sociální výchova</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - mezilidské vztahy - komunikace a spolupráce

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Tělesná výchova
Ročník: 8. – 9.



Učivo	Výstupy	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy
<ul style="list-style-type: none"> - měření výkonů - posuzování pohybových dovedností - evidence a vyhodnocování výsledků sportovních aktivit - organizace, materiální zajištění a rozhodování sportovních her a soutěží - prezentace pohybových činností žáků 	<ul style="list-style-type: none"> - sleduje různé pohybové činnosti, výkony eviduje a vyhodnocuje. - vnímá a interpretuje podněty z médií - podílí se na organizaci jednoduchých turnajů, závodů, sportovních a turistických akcí na úrovni školy - spolupracuje při hrách a soutěžích - zpracovává naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci 	<p><u>Mediální výchova</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - mediální sdělení a realita <p><u>Multikulturní výchova</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - lidské vztahy