|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Výstupy žáka ZŠ LENEŠICE | Učivo – obsah | Mezipředmětové vztahy | Metody,kompetenceformy práce | PT |
| * Sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí * dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice   vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji | bezpečnost a organizace tv  Atletika  - SBC (speciální běžecká cvičení)  - běh 60 metrů  - běh 100 metrů  Kopaná ,vybíjená,přehazovaná  - Střelba  - Přihrávky na dlouhou vzdálenost  - hra | OV,RV,Př | Září  Kompetence komunikativní – Komunikuje na odpovídající úrovni  Kompetence k učení – směřuje ke vzájemné spolupráci, pomoci a hodnocení svých výsledků  Kompetence komunikativní – předkládá konkrétní argumenty i proti většině | OSV – Sebepoznání a sebepojetí (sebekontrola a zdokonalování)  Komparace a kooperace |
| * Zpracuje naměřené data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci * Sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí | Atletika  -Štafety 4x 60 metrů  - 1500 metrů, vytrvalý běh  - vrh koulí  Kopaná,vybíjená  - Standardní situace  - Hra | M,F | Říjen  Kompetence pracovní- efektivně organizuje svou vlastní práci  Kompetence sociální a personální – při realizaci sportovních činností vyhodnocuje případná rizika poškození zdraví a eliminuje je |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Výstupy žáka ZŠ LENEŠICE | Učivo – obsah | Mezipředmětové vztahy | Metody,kopmetenceformy práce | PT |
| * posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny * samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností- zatěžovanými svaly * dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice   vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji | Atletika  - Skok daleký  - Běh v terénu, 20 minut  Gymnastika  - Akrobacie- kotoul letmo  - Akrobacie- přemet vpřed      Netradiční míčové hry | OV,RV | Listopad  Kompetence pracovní – dodržuje instrukce vyučujících, pravidla jednotlivých sportovních disciplín, dbá na bezpečnost při tělovýchovných aktivitách  Kompetence k učení – používá vhodné postupy při cvičení a užívá správného názvosloví | EV – Vztah člověka k prostředí- naše obec  EGS – Evropa a svět nás zajímají (olympijské ideje, význam sportu pro vzájemné porozumění,přátelství mezi lidmi různých národů a národností) |
| * samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností- zatěžovanými svaly * dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice   vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji. | Gymnastika  - Trampolína- skoky  - Hrazda- podmet  Florbal  - Hra  - Turnaj  Pohybové hry s náčiním 1(švihadla, gymbaly) |  | Prosinec  Kompetence občanské – zodpovědně se rozhoduje podle dané situace  Kompetence k řešení problémů – uvědomuje si zodpovědnost svých rozhodnutí a výsledky svých činů zhodnotí | MV – Lidské vztahy- právo všech lidí žít společně a podílet se na spolupráci: udržovat tolerantní vztahy a rozvíjet spolupráci, vztahy mezi kulturami, základní morální normy  OSV – Osobnostní rozvoj, Kreativity |
| Výstupy žáka ZŠ LENEŠICE | Učivo – obsah | Mezipředmětové vztahy | Metody,kopmetenceformy práce | PT |
| * samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností- zatěžovanými svaly * dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji. * zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech | - Gymnastika  Kruhy  - Košíková  hra  -netradiční míčové hry  LVK,SVK | OV,RV | Leden  Kompetence sociální a personální – vytváří drobné sestavy z předepsaných probíraných prvků (například v gymnastice)  Kompetence komunikativní – při práci ve dvojicích či skupinách řídí činnost skupiny a vzájemně si koriguje případné nedostatky  Kompetence pracovní – ovládá základní postupy první pomoci | VDO – Občanská společnost a škola  OSV - Psychohygiena |
| * Zpracuje naměřené data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci * odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etikou a zdravím: upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům k znečištění ovzduší * posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny | * Atletika   Skok vysoký   * aerobní gymnastika bez náčiní a nářadí * Pohybové hry   Kontaktní pohybové hry |  | Únor  Kompetence k řešení problémů – používá vhodné postupy při cvičení a užívá správného názvosloví  Kompetence sociální a personální – připraví po dohodě s vyučujícím speciální hodiny nebo části hodin pro své spolužáky  Kompetence komunikativní – účelně komunikuje při realizaci pohybové činnosti ( například při míčových hrách) |  |
| Výstupy žáka ZŠ LENEŠICE | Učivo – obsah | Mezipředmětové vztahy | Metody,kopmetence  formy práce | PT |
|  |  |  |  |  |
| * zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech * uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu: předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jím svou činnost * dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji. | * Netradiční pohybové hry * Atletika   Hod plným míčem  Překážkový běh  60 metrů  Komunikace TV  Názvosloví,povely,signály,gesta,značky   * Florbal   Turnaj   * Volejbal   hra |  | Březen  Kompetence občanské – aktivně se zapojí do sportovních aktivit  Kompetence pracovní – dodržuje obecná pravidla bezpečnosti  Kompetence občanské- na základě jasných kritérií hodnotí své činnosti nebo výsledky  Kompetence pracovní – spoluorganizuje svůj pohybový režim  Kompetence komunikativní – předkládá konkrétní argumenty proti většině |  |
| * Sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí * Rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora * naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky- čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochrana přírody při sportu   Výstupy žáka ZŠ LENEŠICE | * Atletika   Štafetové běhy 4x 60 m  Skok daleký  Běhy do 1500 metrů, vytrvalý běh  vrh koulí  - Kopaná  Hra  Učivo – obsah | D  Mezipředmětové vztahy | Duben  Kompetence k řešení problémů – různým způsobem zpracuje informace o pohybových aktivitách ve škole  Kompetence občanské – rozhoduje se v zájmu podpory a ochrany zdraví  Kompetence občanské – při sportovních disciplínách vytváří rovnocenná družstva a fair play soutěžení  Metody,kompetence  formy práce | MV – Etnický původ  PT |
| * Zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy: spolurozhoduje osvojované hry a soutěže * Rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora | * Softball   Hra   * Atletika   Pohár rozhlasu   * Kopaná,vybíjená   Hra   * Netradiční pohybové hry, freesbe |  | Květen  Kompetence sociální a personální – vytváří si pozitivní představu o sobě samém, která podporuje sebedůvěru a samostatný rozvoj  Kompetence k učení – dle svých schopností, možností a zájmů neúčastní tělovýchovných a sportovních soutěží  Kompetence k řešení problémů – je schopen obhájit svá rozhodnutí  Kompetence sociální a personální – v případě potřeby poskytne pomoc nebo o ní požádá | MV – Princip sociálního smíru a solidarity  MV- Princip sociálního smíru |
| * Zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy: spolurozhoduje osvojované hry a soutěže * dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji. * Rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora | netradiční míčové hry  * Nohejbal   Pravidla, nácvik  Hra   * softball   hra   * kopaná   turnaj |  | Červen  Kompetence komunikativní – účelně komunikuje při realizaci pohybové činnosti (např. při míčových hrách)  Kompetence sociální a personální – podílí se na vytváření pravidel práce v týmu  Kompetence občanské – Zapojuje se do organizace a řízení pohybových činností, prakticky přebírá dílčí odpovědnosti za své zdraví i za zdraví a bezpečnost spolužáků (vedení skupiny při cvičení, rozhodování v míčových hrách…)  Kompetence občanské - při sportovních disciplínách vytváří rovnocenná družstva a fair play soutěžení |  |
| * Usiluje o zlepšené své tělesné zdatnosti * uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu: předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jím svou činnost | OVOV-plnění jednotlivých disciplín  Turistika a pobyt v přírodě-přesun do terénu a uplatňování pravidel bezpečnosti silničního provozu v roli chodce a cyklisty,chůze se zátěží i v mírně náročném terénu,ochrana přírody,orientace v terénu |  | průběžně |  |
|  |  |  |  |  |