

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	zodpovídá
ČLOVĚK A ZDRAVÍ	TĚLESNÁ VÝCHOVA	4.	PROKOP

Výstupy žáka ZŠ Chrudim, U Stadionu	Učivo – obsah	Mezipředmětové vztahy	Metody + formy práce, projekty, pomůcky a učební materiály ad.	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> • Dodržuje pravidla bezpečného chování při přechodu do tělocvičny nebo na hřiště, stadion, v šatnách, tělocvičně • Dodržuje zásady hygieny • Dbá pohyb. přípravy před pohyb. aktivitou • Hodnotí kvalitu poh. činnosti • Reaguje na pokyn k chybám • Neposmívá se spolužákům • Dohodne se pro spolupráci v družstvu • Méně šikovné povzbudí, respektuje, zapojí • Má radost z příroz. pohybu • Dodržuje pravidla her a soutěží • Udržuje pořádek v tělocvičně • Správně drží tělo • Ví, jak předcházet úrazům • Jedná v duchu fair play • Užívá osvoj. tělocvič. názvosloví, vede rozcvičku • Uklidní organ. po činnosti, upevňuje si vůli, je samostatný • Zkouší improvizovat na hudbu 	<ul style="list-style-type: none"> • Bezpečnost, převlékání hygiena • Nástup, pořadová cvičení • Kondiční a relaxační cvičení • Cvičení na stanovišti • Poh. hry, štafet. soutěže, athletic. cvičení • Běh na krátkou vzdálenost, abeceda • Vytrvalost. běh, běh přírodou, překážky • Skok daleký – rozběh, z místa • Hod kriket. míčkem na dálku, na cíl • Hry v přírodě, odhad vzdálenosti • Bruslení, lyžování –sjezdec., běžecké • Zdokonal. estetic. pohyb. projevu • Rytmizovaná chůze, běh, krok poskočný, přísuný, cval stranou • Jednoduchý tanec-polka, mazurka • Šplh na tyči, na laně • Kloubní pohyblivost, pružnost • Kotouly vzad, vpřed • Plné míče • Žebřiny, švihadla, trampolína(s pomocí) • Přeskok kozy, švédské bedny • Seskoky z vyšší podložky • Míčové hry – vybíjená, fotbal, florbal • Basketbal- základní pravidla • Běh přírodním prostředím, překážky 	<p>PŘ-Voda-půda-vzduch HV- rytmika, taneční hudba, poslechová VL-Česká republika</p> <p>OSV-XI.</p> <p>VMS- I. OSV- VIII.</p> <p>OSV-III</p>	<ul style="list-style-type: none"> • plné míče • volejbalové míče • žebřiny • lavičky • tyč na šplh • mety • koloběžky • švihadlo • lano • žíněnky • kriketové míčky • švédská bedna • koza • florbalové hokejky <p>Vánoce pro zvěř-aktivita</p> <p>Školní olympiáda – aktivita Škola v přírodě – Orlické hory – aktivita Lyžování Hlinsko-aktivita</p>	<p>OSV-XI.-pomoc v nouzi VMS-I. Šk. ol.-vzor zimních a let. OH, kdy se setkávají různé národnosti- ve škole různé věk. kategorie OSV- VIII.-postaráni se sám o sebe – komunikace OSV-III.-zdokonalení pohybových dovedností</p>

vzdělávací oblast	vyučovací předmět	ročník	zodpovídá
ČLOVĚK A ZDRAVÍ	TĚLESNÁ VÝCHOVA	4.	PROKOP

Výstupy žáka ZŠ Chrudim, U Stadionu	Učivo – obsah	Mezipředmětové vztahy	Metody + formy práce, projekty, pomůcky a učební materiály ad.	Poznámky
<ul style="list-style-type: none"> • Zvládá v souladu s individuálními předpoklady vybranou plaveckou techniku, prvky sebezáchrany a bezpečnosti • Dodržuje pravidla bezpečného chování při přechodu do tělocvičny nebo na hřiště, stadion, v šatnách, tělocvičně • Zná pravidla první pomoci 	<ul style="list-style-type: none"> • Hry ve vodě, opakování plaveckých stylů 			