

Učivo ŠVP – tématické celky, témata	Ročníkové výstupy ze ŠVP	Mezipředmětové vztahy a průřezová témata
Příprava organismu ke sportovnímu výkonu, zdravotně zaměřené činnosti. Tělocvičné pojmy – komunikace v TV Bezpečnost při sportování Sportovní hry: Přihrávky, chytání míče, střelba, uvolňování, driblíng v pohybu, obranné činnosti, herní cvičení, průpravné hry, hra s upravenými pravidly. Blok, smeč. Nadhoz, odpal, vedení míče, tlumení přihrávky, Pravidla her, organizace sport. činností	Zvládá základní přípravu organismu před pohybovou aktivitou Zná protahovací a uvolňovací cviky před a po pohybové aktivitě Podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu a chápe potřebu vyrovnávacích cvičení při svalových oslabeních. Používá základní tělocvičné pojmy: názvy činností, tělocvičného náradí i náčiní, pojmy z pravidel sportů. Dodržuje pravidla bezpečnosti, adekvátně reaguje v situaci úrazu spolužáka. Reaguje na smluvené povely, gesta a signály pro organizaci činnosti. Používá vhodné oblečení a obuv. Jedná v duchu fair-play Spolupracuje při týmových činnostech, vytváří varianty pohybových her, umí zorganizovat soutěž na úrovni třídy. Zhodnotí kvalitu pohybové činnosti spolužáka a reaguje na pokyny k vlastnímu provedení pohybové činnosti. Ovládá přihrávku jednoruč, obouruč a o zem v pohybu, driblíng bez vizuální kontroly v pohybu, dvojtakt trojtakt. Ovládá hru s upravenými pravidly, nacvičuje střelbu na koš po dvojtaktu. Obranné a útočné systémy. Zvládá střelba na branku, trojtakty a rozehrávky v házené, přihrávky, vedení míče, střelbu atd. v kopané a florbalu. Nacvičuje herní činnosti, ovládá pravidla hry.	EV- vztah člověka k prostředí a zdraví OSV- Ochrana člověka za mimořádných událostí. Úkolová hra v přírodním terénu přírodní pohromy, úniky nebezpečných látek, záchranný systém, táboření, přežití v přírodě, orientace, ukrytí, nouzový přístřešek, zajištění vody, potravy, tepla První pomoc- praktické cvičení MDV- fungování a vliv médií ve společnosti

Lehká atletika: Základy techniky atletických disciplín, rozvoj rychlosti, vytrvalosti, síly a obratnosti Základy gymnastiky: Cvičení na nářadí a s náčiním, průpravná cvičení. Základní cvičební polohy, postoje, obraty, skoky, poskoky Základní záchrana a pomoc	Seznamuje se s hrou podle upravených pravidel. Seznamuje se s průpravnými hrami dalších sportovních her- altimit, intercross, softbal a dalších. Je schopen soutěžit v družstvu, domluvit se na jednoduché taktice hry a dodržovat ji. Je si vědom následků při porušení pravidel. Pozná přestupky proti pravidlům a adekvátně na ně reaguje. techniku hodů míčkem z rozběhu. Zvládá předávku štafetového kolíku v klusu, taktiku běhu vytrvalostního a sprintu a ovládá nízký a polovysoký start, techniku skoku dalekého, základy techniky skoku vysokého (flop). Používá prvky atletické abecedy a její důležitost ve sportovní přípravě. Zvládá upravit doskočiště, připravit startovní bloky a vydat povely pro start zapisovat výkony Zvládá zpevňovací a posilovací cvičení i průpravu kotoulů a stoje na rukou s přechodem do kotoulu. Zvládá cvičení na žíněnce, kotouly, jejich modifikace, skoky, obraty, poskoky a váže jednotlivé prvky do sestavy. Provádí průpravná cvičení na hrazdě- přitahování, sešiny, vzpory, přešvihy, výmyk, seskoky, toče a další. Zvládne sestavu složenou ze zvládnutých prvků. Umí správnou techniku odrazu z můstku při nácviku přeskoku. Umí roznožku a zvládá nácvik skrčky. Provádí rovnovážná cvičení a provádí chůzi, váhu klek, sed, poskoky, skoky a obraty na kladině.	OSV- rozvoj schopnosti poznávání a sebepoznávání. Utváření mezilidských vztahů VDO- zásady slušnosti, odpovědnosti, tolerance, empatický přístup k druhým, odpovědnost za své skutky
--	--	--

Rytmické a kondiční formy cvičení, základy tance a estetického pohybu. Úpoly: Základy techniky, soutěže a hry Hry v přírodě, zimní sporty: Základy techniky běhu na lyžích, Základy techniky bruslení Hry v přírodním prostředí	Provádí kondiční cvičení, základy jógy. Seznámí se se základními kroky lidových tanců. Kontroluje správné držení těla a dýchání při prováděném cvičení. Zvládá cvičení s gymnastickým náčiním (míče, švihadla) Projevuje přiměřenou samostatnost a vůli při zvyšování úrovně své zdatnosti. Provádí základy úpolů- pády, postoje, kryty, kopy, údery a doplňkové úpolové hry. Projevuje přiměřenou radost z pohybové činnosti, samostatnost, odvahu, a vůli. Respektuje fyzické možnosti spolužáků a jejich handicap. Zná význam sportování pro zdraví a aktivně se zajímá o sportovní dění. Dokáže objektivně zhodnotit svůj výkon a porovnat ho s předchozími výsledky. Provádí základní lyžařské dovednosti, základy chůze, skluzu a běhu na lyžích, překonávání terénních nerovností, provádí hry a soutěže na běžkách. Účastní se her s dobrodružnou a ekologickou tematikou v přírodním prostředí	MKV- lidské vztahy, multikulturalita EV- vztah člověka k prostředí LVVZ- kurz v horském prostředí zaměřený na výuku lyžování, péči o lyžařskou výzbroj, první pomoc, bezpečnost v horách, horskou turistiku a ochranu přírody. EV-Zdravá Země
---	--	--