|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Předmět: Tělesná výchova** | | **Ročník 6.** | | |
| Výstup podle RVP | Výstup podle ŠVP | Téma | Učivo | Přesahy, vazby, průřezová témata, poznámky |
| **Činnosti ovlivňující zdraví** |  |  |  |  |
| Aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem. | Uplatňuje správné držení těla v různých polohách a pracovních činnostech. | Správné provedení cvičebních poloh v závislosti na druhu vykovávaného pohybu | cvičební polohy | VKZ 6. Tělesné a duševní zdraví |
| Usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti. | Chápe, že různá cvičení mají různé účinky.  Ví o svých pohybových přednostech a nedostatcích a s pomocí učitele je ovlivňuje. | Správné a přesné provedení pohybů | průpravná, koordinační, kompenzační, kondiční a tvořivá cvičení | VKZ 6. Rozvoj osobnosti |
| Samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností. | Chápe význam přípravy organismu před cvičením. | Rozcvičení zatěžovaných svalů | rozcvičky – společné, s vyučujícím, individuální |  |
| Uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost | Předvídá možná nebezpečí úrazu.  Plní zodpovědně pokyny učitele.  Při Tv předchází možným poraněním a úrazům vhodným oblečením a obuví. | Zásady bezpečnosti při Tv a sportu | bezpečnost na sportovištích  bezpečnost v tělocvičně  zásady první pomoci  bezpečnost při činnosti s nářadím a náčiním | Př8. Člověk, první pomoc |
| Odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportem, upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší | Zná rizika a nebezpečí drog, cigaret a jiných škodlivin na organismus. Uvědomuje si důležitost sportovního vyžití pro zdraví člověka. | Zdravý životní styl | Vhodná místa pro sportování  Vliv cigaret a drog na sportovní výkon | Ch9. Chemie a společnost  VKZ 6. Osobní bezpečí |
| **Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností** |  |  |  |  |
| Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojené pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech. | Používá aktivně základní osvojované pojmy.  Používá základní průpravná cvičení pro osvojení atletických činností.  Připraví startovací bloky.  Předvede základní techniku hodu míčkem, nízkého startu, běhu, štafetového běhu (převezme a předá kolík). | Atletika | sprint 60m  běh 400,800m  běh 1500m na dráze  skok daleký  hod míčkem  štafetová předávka |  |
| Posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny | Předvede roznožku přes kozu našíř.  Předvede kotoul vpřed a vzad.  Předvede výmyk odrazem jednonož s dopomocí.  Předvede základní skoky na trampolínce. | Gymnastika | přeskoky přes kozu  kotouly  trampolínka |  |
|  | Předvede šplh na tyči.  Používá při cvičení švihadlo, plný míč. | Kondiční cvičení | kondiční testy  švihadlo |  |
|  | Zvládá některé úpolové hry  Chová se v duchu fair play. | Úpoly | úpolové hry |  |
|  | Seznámí se s netradičními pohybovými hrami | Pohybové hry | pohybové hry  netradiční pohybové hry  pohybové hry s různým náčiním | Hv 6.,7.,8 Tanec |
|  | Uplatňuje základní pravidla sportovních her.  Rozpozná základní pojmy označující používané náčiní, části hřiště.  Zvládá základní herní činnosti jednotlivce. | Sportovní hry  Fotbal (chlapci)  Florbal  Basketbal | výběr místa, vhazování míče, střelba z místa, střelba po vedení míče, zpracování míče, přihrávka  fotbalová abeceda  přihrávka, střelba, vedení míče  driblink, uvolňování, přihrávka, střelba, rozskok |  |
|  | Zvládá základní pravidla pro vybíjenou, hraje vybíjenou.  Zvládá základní pravidla, hraje přehazovanou | Další doplňkové hry  Vybíjená  Přehazovaná | vybíjená, hod, chytání, nahrávka, pravidla  podání, nahrávka |  |
|  | Zvládá pohyb a přesun v terénu, chůze běh. | Turistika a pobyt v přírodě | běh terénem |  |
| **Činnosti ovlivňující pohybové učení** |  |  |  |  |
| Užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu | Plní pokyny učitele  Rozumí základnímu názvosloví, povelům, gestům. | Názvosloví pro cvičence k jednotlivým cvičením | názvosloví |  |
| Naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu | Vyznává ducha fair play.  Sportuje čestně.  Je ochoten pomoci slabším.  Respektuje opačné pohlaví. | Olympijské myšlenky | Fair play | Sportovní den |
| Dohodne se na spolupráci i jednotlivé taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji | Za pomoci učitele se dohodne na spolupráci a taktice.  Dodržuje ji. | Taktika a spolupráce jednotlivců a družstva | taktika jednotlivce v závislosti na vykonávaném sportu  spolupráce v družstvu |  |
| Rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora | Respektuje spoluhráče.  Zná a plní pokyny učitele, rozhodčího. Zná základní pravidla provozovaných her. | Role hráče, rozhodčího | pravidla provozovaných her  pokyny a signály rozhodčích |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Předmět: Tělesná výchova** | | **Ročník 7.** | | |
| Výstup podle RVP | Výstup podle ŠVP | Téma | Učivo | Přesahy, vazby, průřezová témata, poznámky |
| **Činnosti ovlivňující zdraví** |  |  |  |  |
| Aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem. | Uplatňuje správné držení těla v různých polohách a pracovních činnostech. | Správné provedení cvičebních poloh v závislosti na druhu vykovávaného pohybu | cvičební polohy |  |
| Usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program | Chápe, že různá cvičení mají různé účinky.  Ví o svých pohybových přednostech a nedostatcích a s pomocí učitele je ovlivňuje. | Správné a přesné provedení pohybů | průpravná, koordinační, kompenzační, kondiční a tvořivá cvičení |  |
| Samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly | Chápe význam přípravy organismu před cvičením. | Rozcvičení zatěžovaných svalů | rozcvičky – společné, s vyučujícím, individuální |  |
| Uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost | Předvídá možná nebezpečí úrazu.  Plní zodpovědně pokyny učitele.  Při Tv předchází možným poraněním a úrazům vhodným oblečením a obuví. | Zásady bezpečnosti při Tv a sportu | bezpečnost na sportovištích  bezpečnost v tělocvičně  zásady první pomoci  bezpečnost při činnosti s nářadím a náčiním | Př8. Člověk, první pomoc |
| **Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností** |  |  |  |  |
| Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojené pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech | Používá aktivně základní osvojované pojmy.  Používá základní průpravná cvičení pro osvojení atletických činností.  Předvede základní techniku hodu míčkem, nízkého startu, běhu, štafetového běhu. | Atletika | běžecká abeceda  sprint 60m  běh 400,800m  běh 1500m na dráze  skok daleký  hod míčkem  štafetová předávka |  |
| Posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny | Předvede roznožku přes kozu našíř s oddáleným můstkem.  Ve spolupráci s učitelem zvládá záchranu a dopomoc při osvojovaných cvicích.  Předvede kotoul vpřed a vzad ve vazbách.  Provede stoj na hlavě, na rukou s dopomocí. | Gymnastika | přeskoky přes kozu a přes bednu  kotouly  hrazda  kruhy  stoj na rukou s dopomocí | F7. Těžiště. Síla |
|  | Předvede šplh na tyči.  Používá při cvičení švihadlo, plný míč. | Kondiční cvičení | kondiční testy  švihadlo | Hv 6.,7.,8 Tanec |
|  | Předvede jednoduché cviky zpevňování a uvolňování těla.  Zvládá základní úchopy, postoje, odpory a pády.  Chová se v duchu fair play. | Úpoly | přetlaky, přetahy,odpory, pády  úpolové hry |  |
|  | Seznámí se s netradičními pohybovými hrami | Pohybové hry | pohybové hry  netradiční pohybové hry  pohybové hry s různým náčiním |  |
|  | Uplatňuje základní pravidla sportovních her.  Rozpozná základní pojmy označující používané náčiní, části hřiště.  Zvládá základní herní činnosti jednotlivce.  Zvolí taktiku a dodržuje ji (za pomoci učitele). | Sportovní hry  Fotbal (chlapci)  Florbal  Basketbal  Volejbal | výběr místa, vhazování míče, střelba z místa, střelba po vedení míče, zpracování míče, přihrávka, odebrání míče  předvede základní činnosti brankáře (chytání, výkop)  fotbalová abeceda  přihrávka, střelba, vedení míče  uvolňování, přihrávka jednoruč, obouruč, střelba, rozskok, krytí  Odbití obouruč vrchem, spodem, přihrávka, podání spodem |  |
|  | Zvládá základní dovednosti na běžeckých a sjezdových lyžích.  Dodržuje zásady bezpečnosti ve volné přírodě, na horách.  Přihraje a chytí míč  Odpálí míček, zašlápne metu. | Další doplňkové sporty  Lyžování  Pálkovaná (Softbal) | sjezdové lyžování  běžecké lyžování  chytání kroužků jednoruč, přihrávka  odpaly, práce s pálkou, chytání míčku, příhra, mety | LVVZ |
|  | Zvládá pohyb a přesun v terénu, chůze běh. | Turistika a pobyt v přírodě | běh terénem |  |
| **Činnosti ovlivňující pohybové učení** |  |  |  |  |
| Užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu. | Plní pokyny učitele.  Rozumí základnímu názvosloví, povelům, gestům. | Názvosloví pro cvičence k jednotlivým cvičením | názvosloví |  |
| Naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu. | Vyznává ducha fair play.  Sportuje čestně.  Je ochoten pomoci slabším.  Respektuje opačné pohlaví. | Olympijské myšlenky | fair play | Sportovní den |
| Dohodne se na spolupráci i jednotlivé taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji | Dohodne se na spolupráci a taktice vedoucí k úspěchu.  Dodržuje ji. | Taktika a spolupráce jednotlivců a družstva | taktika jednotlivce v závislosti na vykonávaném sportu  spolupráce v družstvu |  |
| Rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora. | Respektuje spoluhráče.  Zná a plní pokyny učitele, rozhodčího.  Zná základní pravidla provozovaných her. | Role hráče, rozhodčího | pravidla provozovaných her  pokyny a signály rozhodčích |  |
| Sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí. | Dokáže změřit a zapsat výkony v osvojovaných disciplínách. | Sledování výkonů | měření výkonu (čas, délka) |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Předmět: Tělesná výchova** | | **Ročník 8.** | | |
| Výstup podle RVP | Výstup podle ŠVP | Téma | Učivo | Přesahy, vazby, průřezová témata, poznámky |
| **Činnosti ovlivňující zdraví** |  |  |  |  |
| Aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem. | Uplatňuje správné držení těla v různých polohách a pracovních činnostech. | Správné provedení cvičebních poloh v závislosti na druhu vykovávaného pohybu | cvičební polohy |  |
| Usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program | Usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti pravidelnou pohybovou aktivitou.  Ví o svých pohybových přednostech a nedostatcích a s pomocí učitele je ovlivňuje. | Správné a přesné provedení pohybů | průpravná, koordinační, kompenzační, kondiční a tvořivá cvičení |  |
| Samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly | Chápe význam přípravy organismu před cvičením. | Rozcvičení zatěžovaných svalů | rozcvičky – společné, s vyučujícím, individuální |  |
| Uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost. | Předvídá možná nebezpečí úrazu.  Plní zodpovědně pokyny učitele.  Při Tv předchází možným poraněním a úrazům vhodným oblečením a obuví.  Rozliší vhodné a nevhodné pohybové aktivity. | Zásady bezpečnosti při Tv a sportu | bezpečnost na sportovištích  bezpečnost v tělocvičně  zásady první pomoci  bezpečnost při činnosti s nářadím a náčiním | Př 8. Člověk, první pomoc |
| **Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností** |  |  |  |  |
| Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojené pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech. | Používá aktivně základní osvojované pojmy.  Používá základní průpravná cvičení pro osvojení atletických činností.  Předvede základní techniku hodu míčkem, vrhu koulí, běhu, štafetového běhu.  Snaží se o zlepšení svých osobních výkonů. | Atletika | běžecká abeceda  sprint 60m  běh 400,800m  běh 1500m na dráze  skok daleký  hod míčkem  vrh koulí : D:3kg,CH:4kg  štafetový běh |  |
| Posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny | Předvede roznožku přes kozu našíř. Skrčku přes kozu našíř.  Ve spolupráci s učitelem zvládá záchranu a dopomoc při osvojovaných cvicích.  Předvede kotoul vpřed a vzad ve vazbách, kotoul letmo.  Provede stoj na rukou s výdrží 2s.  Předvede na hrazdě výmyk | Gymnastika | přeskoky přes kozu a bednu  kotouly  hrazda  kruhy  stoj na rukou s dopomocí |  |
|  | Předvede šplh na tyči a na laně.  Používá při cvičení švihadlo, plný míč. | Kondiční cvičení | kondiční testy | Hv 6.,7.,8 Tanec |
|  | Předvede jednoduché cviky zpevňování a uvolňování těla.  .  Chová se v duchu fair play. | Úpoly | úpolové hry |  |
|  | Uplatňuje základní pravidla sportovních her.  Rozpozná základní pojmy označující používané náčiní, části hřiště.  Zvládá základní herní činnosti jednotlivce.  Zvolí taktiku a dodržuje ji (za pomoci učitele).  Dovede zaznamenat výsledek utkání a pomáhat při rozhodování. | Sportovní hry  Fotbal (chlapci)  Florbal  Basketbal  Volejbal | výběr místa, vhazování míče, střelba z místa, střelba po vedení míče, zpracování míče, přihrávka, odebrání míče  herní systémy (postupný útok, rychlý protiútok)  fotbalová abeceda  přihrávka, střelba, vedení míče  uvolňování, přihrávka jednoruč, obouruč, střelba, blok, krytí, dvojtakt  herní kombinace  odbití obouruč vrchem, spodem, přihrávka, nahrávka, podání spodem a vrchem |  |
|  | Přihraje a chytí míč.  Nadhodí míček pálkaři.  Odpálí míček, zašlápne metu. | Další doplňkové sporty  Pálkovaná (Softbal) | odpaly, práce s pálkou, chytání míčku, příhra, mety  pravidla, přihrávka, podání |  |
|  | Zvládá pohyb a přesun v terénu, chůze běh. | Turistika a pobyt v přírodě | běh terénem | F7. Pohyb těles (měření dráhy, rychlosti |
| **Činnosti ovlivňující pohybové učení** |  |  |  |  |
| Užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu | Plní pokyny učitele.  Rozumí základnímu názvosloví, povelům, gestům. | Názvosloví pro cvičence k jednotlivým cvičením | názvosloví |  |
| Naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu | Vyznává ducha fair play.  Sportuje čestně.  Je ochoten pomoci slabším.  Respektuje opačné pohlaví. | Olympijské myšlenky | fair play | Sportovní den |
| Dohodne se na spolupráci i jednotlivé taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji | Dohodne se na spolupráci a taktice vedoucí k úspěchu.  Dodržuje ji. | Taktika a spolupráce jednotlivců a družstva | taktika jednotlivce v závislosti na sportu  spolupráce v družstvu |  |
| Rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora | Respektuje spoluhráče.  Zná a plní pokyny učitele, rozhodčího.  Zná základní pravidla provozovaných her.  Dokáže aplikovat pravidla v roli rozhodčího. | Role hráče, rozhodčího | pravidla provozovaných her  pokyny a signály rozhodčích |  |
| Sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí. | Dokáže změřit a zapsat výkony v osvojovaných disciplínách. | Sledování výkonů | měření výkonu (čas, délka) |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Předmět: Tělesná výchova** | | **Ročník 9.** | | |
| Výstup podle RVP | Výstup podle ŠVP | Téma | Učivo | Přesahy, vazby, průřezová témata, poznámky |
| **Činnosti ovlivňující zdraví** |  |  |  |  |
| Aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem. | Uplatňuje správné držení těla v různých polohách a pracovních činnostech. | Správné provedení cvičebních poloh v závislosti na druhu vykovávaného pohybu | cvičební polohy |  |
| Usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program | Usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti pravidelnou pohybovou aktivitou.  Ví o svých pohybových přednostech a nedostatcích a s pomocí učitele je ovlivňuje.  Dovede prožívat cvičení a soustředit se na správné provedení. | Správné a přesné provedení pohybů | průpravná, koordinační, kompenzační, kondiční a tvořivá cvičení |  |
| Samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zátěžovými svaly | Chápe význam přípravy organismu před cvičením. | Rozcvičení zatěžovaných svalů | rozcvičky – společné, s vyučujícím, individuální |  |
| Uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost. | Předvídá možná nebezpečí úrazu.  Plní zodpovědně pokyny učitele.  Při Tv předchází možným poraněním a úrazům vhodným oblečením a obuví.  Rozliší vhodné a nevhodné pohybové aktivity.  Používá nářadí a náčiní určeným způsobem. | Zásady bezpečnosti při Tv a sportu | bezpečnost na sportovištích  bezpečnost v tělocvičně  zásady první pomoci  bezpečnost při činnosti s nářadím a náčiním |  |
| Odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportem, upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší | Zná rizika a nebezpečí drog, cigaret a jiných škodlivin na organismus. Uvědomuje si důležitost sportovního vyžití pro zdraví člověka. | Zdravý životní styl | Vhodná místa pro sportování  Vliv cigaret a drog na sportovní výkon | Ch9. Chemie a společnost  Vých. ke zdraví 6. Osobní bezpečí |
| **Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností** |  |  |  |  |
| Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojené pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech. | Používá aktivně základní osvojované pojmy.  Používá základní průpravná cvičení pro osvojení atletických činností.  Předvede základní techniku hodu míčkem, vrhu koulí, běhu, štafetového běhu , skoku dalekém a vysokém.  Snaží se o zlepšení svých osobních výkonů. | Atletika | běžecká abeceda  sprint 60m  běh 400,800m  běh 1500m na dráze  skok daleký  hod míčkem  vrh koulí : D:3kg,CH:4kg  štafetový běh  skok vysoký (flop) |  |
| Posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny | Předvede roznožku přes kozu našíř. Skrčku přes kozu našíř.  Ve spolupráci s učitelem zvládá záchranu a dopomoc při osvojovaných cvicích.  Provede stoj na rukou s výdrží 2s.  V sestavě předvede kotoul vpřed, vzad, obraty, rovnovážné postoje. | Gymnastika | přeskoky koza, bedna  kotouly  hrazda  kruhy  stoj na rukou s dopomocí  trampolínka |  |
|  | Předvede šplh na tyči a na laně.  Používá při cvičení švihadlo, plný míč. | Kondiční cvičení | Šplh  švihadlo  kondiční testy |  |
|  | Předvede jednoduché cviky zpevňování a uvolňování těla.  Chová se v duchu fair play. | Úpoly | úpolové hry |  |
| Zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci. | Uplatňuje základní pravidla sportovních her..  Rozpozná základní pojmy označující používané náčiní, části hřiště.  Zvládá základní herní činnosti jednotlivce.  Zvolí taktiku a dodržuje ji (za pomoci učitele).  Dovede zaznamenat výsledek utkání a pomáhat při rozhodování. | Sportovní hry  Fotbal (chlapci)  Florbal  Basketbal  Volejbal | výběr místa, vhazování míče, střelba z místa, střelba po vedení míče, zpracování míče, přihrávka, odebrání míče  herní systémy (postupný útok, rychlý protiútok)  fotbalová abeceda  přihrávka, střelba, vedení míče  uvolňování, přihrávka jednoruč, obouruč, střelba, blok, krytí, střelba po dvojtaktu  herní kombinace, herní systémy  odbití obouruč vrchem, spodem, přihrávka, nahrávka, podání spodem a vrchem |  |
|  | Přihraje a chytí míč.  Nadhodí míček pálkaři.  Odpálí míček, zašlápne metu. | Další doplňkové sporty  Pálkovaná (softbal) | chytání kroužků jednoruč, přihrávka  odpaly, práce s pálkou, chytání míčku, příhra, mety |  |
|  | Zvládá pohyb a přesun v terénu, chůze běh. | Turistika a pobyt v přírodě | běh terénem |  |
| **Činnosti ovlivňující pohybové učení** |  |  |  |  |
| Užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu | Plní pokyny učitele.  Rozumí základnímu názvosloví, povelům, gestům. | Názvosloví pro cvičence k jednotlivým cvičením | názvosloví |  |
| Naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu | Vyznává ducha fair play.  Sportuje čestně.  Je ochoten pomoci slabším.  Respektuje opačné pohlaví. | Olympijské myšlenky | fair play | Sportovní den |
| Dohodne se na spolupráci i jednotlivé taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji | Dohodne se na spolupráci a taktice vedoucí k úspěchu.  Dodržuje ji. | Taktika a spolupráce jednotlivců a družstva | taktika jednotlivce v závislosti na vykonávaném sportu  spolupráce v družstvu |  |
| Rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka a organizátora | Respektuje spoluhráče.  Zná a plní pokyny učitele, rozhodčího.  Zná základní pravidla provozovaných her.  Dokáže aplikovat pravidla v roli rozhodčího. | Role hráče, rozhodčího | pravidla provozovaných her  pokyny a signály rozhodčích |  |
| Sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí. | Dokáže změřit a zapsat výkony v osvojovaných disciplínách. | Sledování výkonů | měření výkonu (čas, délka) |  |
| Zorganizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy; spolurozhoduje osvojované hry a soutěže | Spolupracuje při organizaci tělovýchovné činnosti ve škole.  Dokáže změřit a napsat výkony, skóre zápasů. Určit vítěze, pořadí. | Organizace  Měření výkonů, výsledky her | sestavení družstva  pořadí zápasů, rozpis  tabulka, pořadí |  |