

Tv			
Tělesná výchova			
časová dotace: 2 hod / týden			
kód očekávaného výstupu RVP ZV	školní (dílčí) výstup žák:	učivo	průřezová témata
(TV-3-1-01)	<ul style="list-style-type: none"> učí se správnému držení těla při různých činnostech i při provádění cviků, správnému dýchání 	<p><u>Činnosti ovlivňující zdraví</u></p> <ul style="list-style-type: none"> tělovýchovné chvílky v průběhu vyučování správné držení těla, dýchání, průpravná, kompenzační a relaxační cvičení 	
(TV-3-1-02)	<ul style="list-style-type: none"> učí se jednoduchým pohybovým činnostem 	<p><u>Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností</u></p> <ul style="list-style-type: none"> pohybové hry s různým zaměřením základy sportovních her (manipulace s míčem, základní způsoby házení a chytání míče – přihrávky obouruč trčením, jednoruč, přihrávky nohou, průpravné hry) 	
(TV-3-1-02)	<ul style="list-style-type: none"> pokouší se zvládat spojení startu na signál a běhu, snaží se zvládnout základní techniku hodů míčkem z místa i chůze 	<ul style="list-style-type: none"> rychlý běh, motivovaný vytrvalý běh, skok daleký, hod míčkem) 	
(TV-3-1-02)	<ul style="list-style-type: none"> seznamuje se s gymnastickým nářadím a náčiním, učí se základům gymnastiky 	<ul style="list-style-type: none"> základy gymnastiky (průpravná gymnastická cvičení, akrobacie – kotoul vpřed, kotoul vzad, stoj na lopatkách; cvičení s náčiním a na nářadí odpovídající velikosti a hmotnosti) 	

„Škola pro Evropu“

kód očekávaného výstupu RVP ZV	školní (dílčí) výstup žák:	učivo	průřezová témata
(TV-3-1-03)	<ul style="list-style-type: none"> • pokouší se o průpravné úpoly • spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích 	<ul style="list-style-type: none"> • cvičení s lavičkami, se švihadlem – přeskoky, cvičení na žebřinách • přetahování, přetlačování • pohybové hry s různým zaměřením, soutěživé hry, základy sportovních her 	
(TV-3-1-04)	<ul style="list-style-type: none"> • učí se zásadám bezpečnosti a hygieny pobytu v přírodě, snaží se zvládat přesun • uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech • používá vhodné sportovní oblečení i obuv, umí se převléct do cvičebního úboru a umýt se, učí se pitnému režimu • učí se připravit organismus na pohybovou aktivitu (rozehřátí, rozcvička), zklidnit organismus po zátěži (strečink, relaxace) 	<ul style="list-style-type: none"> • zjednodušená pravidla osvojovaných pohybových činností (zásady jednání a chování v duchu fair – play) • pobyt na školním hřišti, školní zahradě • hygiena pohybových činností a cvičebního prostředí • vhodné oblečení a obutí pro pohybové aktivity, pitný režim • příprava před pohybovou činností, uklidnění po zátěži, napínací a protahovací cvičení • organizace a bezpečnost cvičebního prostoru, bezpečnost v šatnách a umývárkách, bezpečná příprava a ukládání náradí, náčiní a pomůcek <p><u>Činnosti podporující pohybové učení</u></p>	

„Škola pro Evropu“

Tv - 1. ročník - vzdělávací obsah

list 3 / 3

<i>kód očekávaného výstupu RVP ZV</i>	<i>školní (dílčí) výstup</i> <i>žák:</i>	<i>učivo</i>	<i>průřezová témata</i>
(TV-3-1-05)	<ul style="list-style-type: none">reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci	<ul style="list-style-type: none">základní tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály	