

Vzdělávací oblast:	ČLOVĚK A ZDRAVÍ	ZŠ Příbyslav
--------------------	------------------------	--------------

Předmět:	Tělesná výchova	podoblast: Činnosti ovlivňující zdraví	6. - 9. ročník	MOV
----------	------------------------	--	----------------	------------

kód výstupu:	TV-9-1-02 p	výstup RVP:	Žák usiluje o zlepšení a udržení úrovně pohybových schopností a o rozvoj pohybových dovedností základních sportovních odvětví včetně zdokonalování základních lokomocí.
--------------	--------------------	-------------	--

ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák se zapojuje se do organizovaných pohybových aktivit, má zájem zlepšovat se, rozvíjet své pohybové dovednosti.	chůze a běh na krátké vzdálenosti, vytrvalost dle individuálních možností žáka, pohyb v terénu; prvky basketbalu, fotbalu, tanec, turistika, atletika		Z	1
7.	Žák má zájem zlepšovat se, zdokonalovat své pohybové dovednosti.	chůze, běh - střídání tempa, pohyb v terénu, sporty - týmové, individuální dle aktuálních možností žáka a možností školy; základy basketbalu, fotbalu, atletika, turistika		Z	2
8.	Žák má zájem zlepšovat se, zdokonalovat a udržovat své pohybové dovednosti ve vybraných sportovních odvětvích.	chůze, běh - střídání tempa, pohyb v terénu, sporty - týmové, individuální dle aktuálních možností žáka a možností školy; základy basketbalu, fotbalu, atletika - běh, skok do dálky, hod - kriketovým míčkem, turistika		D	3

kód výstupu:	TV-9-1-03 p	výstup RVP:	Žák cíleně se připraví na pohybovou činnost a její ukončení; využívá základní kompenzační a relaxační techniky k překonání únavy.
--------------	--------------------	-------------	--

ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák si vštěpuje a osvojuje pohybové činnosti, které připravují organismus na pohybovou zátěž a uvolňují organismus po pohybové zátěži.	jednoduché cviky na protažení svalů krční páteře, zad, kyčlí, horních a dolních končetin, jednoduché cviky na posílení všech svalových skupin - nápodoba, správné a bezpečné provedení cviků; plazení, lezení po čtyřech, chůze a běh vpřed, vzad stranou, prvky jogy - pohyb a dech,		Z	1
7.	Žák ovládá základní cviky, zaměřené na přípravu a ukončení pohybové činnosti, kompenzační techniky pro uvolnění stresu a nahromaděné energie.	základy jogy, vytrvalostní běh, turistika	OSV	Z	1
8.	Žák ovládá základní cviky, zaměřené na přípravu a ukončení pohybové činnosti, kompenzační techniky pro uvolnění stresu a nahromaděné energi. ☒	jednoduché sestavy cviků z jogy, základy atletiky, turistika		D	2

9.	Žák se cíleně připraví na pohybovou činnost a její ukončení, využívá základní kompenzační techniky pro uvolnění nahromaděné energie a relaxační techniky pro překonávání únavy.	běh, joga, silové sporty dle možností žáka		P	3
----	---	--	--	---	---

kód výstupu:	TV-9-1-04 p	výstup RVP:	Žák odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportem. Žák vhodně reaguje na informace o znečištění ovzduší a tomu přizpůsobuje pohybové aktivity.		
--------------	-------------	-------------	---	--	--

ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák poznává základy zdravého stravování, jak se stravovat před a po pohybových aktivitách, diety s ohledem na vlastní zdravotní stav a omezení, pitný režim. Zdravé, nezdravé a zdraví škodlivé nápoje (energ. drinky, nealkoholické a alkohol. nápoje).	zdravý jídelníček, pravidelná strava, strava a pohybová zátěž, pitný režim, nápoje - zdravé, nezdravé, zdraví škodlivé		Z	1
7.	Žák se seznamuje s riziky legálních, tolerovaných drog a jejich vlivem na lidský organismus, na organismus dítěte a mladého člověka.	návykové látky, legální a tolerované drogy, vliv návykových látek na lidský organismus		D	2
8.	Žák odmítá drogy a jiné škodliviny neslučitelné se zdravím a sportem.	drogy, asertivní chování - proč a jak odmítat návykové látky		P	3
9.	Žák reflektuje nevhodné venkovní podmínky pro pohybové aktivity - znečištěné ovzduší.	pohyb na čerstvém ovzduší		P	

kód výstupu:	TV-9-1-05 p	výstup RVP:	Žák uplatňuje základní zásady poskytování první pomoci a zvládá zajištění odsunu raněného. Žák uplatňuje bezpečné chování v přírodě a v silničním provozu. Chápe zásady zatěžování; jednoduchými zadanými testy měří úroveň své tělesné zdatnosti.		
--------------	-------------	-------------	---	--	--

ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák nacvičuje bezpečný pohyb v přírodě a v silničním provozu, nacvičuje základní způsoby ošetření drobných poranění.	bezpečnost při turistice, pohybu v silničním provozu ve městě a blízkém okolí; ošetření drobných poranění, lékárnička.		Z	1
7.	Žák ovládá základní ošetření drobných poranění, nacvičuje přivolání pomoci a spolupráci se zdravotníkem na telefonu, učí se zajistit odsun raněného.	první pomoc a ošetření při drobném poranění, při úrazech - první pomoc, přivolání pomoci		D	2
8.	Žák chápe zásady postupného zatěžování organismu, od přípravy na fyzickou zátěž, přes vrchol fyzické zátěže, po sklidnění organismu a relaxaci.	příprava na fyzickou zátěž (protažení, aerobní aktivity, vrchol zátěže - individuální posouzení, postupné zklidnění, protažení, relaxace)		D	3
9.	Žák ve spolupráci s pedagogem měří úroveň své tělesné zdatnosti, porovnává své vlastní výkony.	měření tělesné zdatnosti ve sportovních odvětvích - turistika, atletika, základy gymnastiky		D	4

Vzdělávací oblast:		ČLOVĚK A ZDRAVÍ			ZŠ Příbryslav	
Předmět:		Tělesná výchova	podoblast: Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností	6. - 9. ročník	MOV	
kód výstupu:	TV-9-2-01	výstup RVP:	Žák zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech.			
ročník	školní výstupy		učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák dokáže v souladu se svými pohybovými předpoklady provádět pohybové dovednosti.		Pohybové hry s různým zaměřením v úvodní, hlavní i závěrečné části hodiny, využívání různých tradičních i netradičních pomůcek		D	2
			Gymnastika → zpevňovací cvičení - zpevňovací a podporová příprava → výskok, přeskok - přes překážku, lavička, nízká bedna, koza, bezpečnost provedení → trampolína (nejjednodušší přímé skoky) → kondiční formy cvičení (cvičení na stanovištích), využití náčiní a nářadí k posilování dle možností žáka → cvičení s náčiním (míče, švihadla, obruče), základní technika šplhu → akrobacie (kotoul vpřed, vzad)		D	2
			Atletika → běh (rychlý běh, vytrvalý běh dle možností žáka, v tělocvičně, na dráze, v terénu), startovní polohy, rozvoj rychlosti a vytrvalosti → skoky - skok do dálky, odrazová průprava → hod míčkem - základní technika, průpravná cvičení		D	2
			Sportovní hry → volejbal (průpravná hra přehazovaná, zjednodušené formy) → basketbal (driblink, přihrávka, uvolňování hráče, obrana, střelba na koš) → fotbal (vedení míče, přihrávky, střelba, hra) → vybrané netradiční sporty, soft tenis, stolní tenis		D	2

7.	Žák dokáže v souladu se svými pohybovými předpoklady provádět pohybové dovednosti.	Pohybové hry s různým zaměřením v úvodní, hlavní i závěrečné části hodiny, využívání různých tradičních i netradičních pomůcek		D	2
		Gymnastika příprava bedna, koza, bezpečnost provedení → trampolína (nejjednodušší přímé skoky) využití náčiní a nářadí k posilování dle možností žáka technika šplhu → akrobacie (kotoul vpřed, vzad)		D	2
		Atletika → běh (rychlý běh, vytrvalý běh dle možností žáka, v tělocvičně, na dráze, v terénu), startovní polohy, rozvoj rychlosti a vytrvalosti → skoky - skok do dálky, odrazová průprava → hod míčkem - základní technika, průpravná cvičení		D	2
		Sportovní hry → volejbal (průpravná hra přehazovaná, zjednodušené formy, odbití vrchem, spodem, podání spodem, průpravné hry) → basketbal (driblink, přihrávka, uvolňování hráče, obrana, střelba na koš) → fotbal (vedení míče, přihrávky, střelba, hra) → vybrané netradiční sporty, soft tenis, stolní tenis, florbal		D	2

8.	Žák dokáže v souladu se svými pohybovými předpoklady provádět pohybové dovednosti.	Pohybové hry s různým zaměřením v úvodní, hlavní i závěrečné části hodiny, využívání různých tradičních i netradičních pomůcek		D	2
		Gymnastika → zpevňovací cvičení - zpevňovací a podporová příprava → výskok, přeskok - přes překážku, lavička, nízká bedna, koza, bezpečnost provedení → trampolína (nejjednodušší přímé skoky) → kondiční formy cvičení (cvičení na stanovištích), využití náčiní a nářadí k posilování dle možností žáka → cvičení s náčiním (míče, švihadla, obruče), základní technika šplhu → akrobacie (kotoul vpřed, vzad)		D	2
		Atletika → běh (rychlý běh, vytrvalý běh dle možností žáka, v tělocvičně, na dráze, v terénu), startovní polohy, rozvoj rychlosti a vytrvalosti → skoky - skok do dálky, odrazová průprava → hod míčkem - základní technika, průpravná cvičení		D	2
		Sportovní hry → volejbal (průpravná hra přehazovaná, zjednodušené formy, odbití vrchem, spodem, podání spodem, průpravné hry) → basketbal (driblink, přihrávka, uvolňování hráče, obrana, střelba na koš) → fotbal (vedení míče, přihrávky, střelba, hra) → vybrané netradiční sporty, soft tenis, stolní tenis, florbal		D	2

9.	Žák dokáže v souladu se svými pohybovými předpoklady provádět pohybové dovednosti.	Gymnastika → zpevňovací cvičení - zpevňovací a podporová příprava → výskok, přeskok - přes překážku, lavička, nízká bedna, koza, bezpečnost provedení → trampolína (nejjednodušší přímé skoky) → kondiční formy cvičení (cvičení na stanovištích), využití náčiní a nářadí k posilování dle možností žáka → cvičení s náčiním (míče, švihadla, obruče), základní technika šplhu → akrobacie (kotoul vpřed, vzad)		D	2
		Atletika → běh (rychlý běh, vytrvalý běh dle možností žáka, v tělocvičně, na dráze, v terénu), startovní polohy, rozvoj rychlosti a vytrvalosti → skoky - skok do dálky, odrazová průprava → hod míčkem - základní technika, průpravná cvičení		D	2
		Sportovní hry → volejbal (průpravná hra přehazovaná, zjednodušené formy, odbití vrchem, spodem, podání spodem, průpravné hry) → basketbal (driblink, přihrávka, uvolňování hráče, obrana, střelba na koš) → fotbal (vedení míče, přihrávky, střelba, hra) → vybrané netradiční sporty, soft tenis, stolní tenis, florbal		D	2

kód výstupu:	TV-9-2-02 p	výstup RVP:	Žák posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí příčiny nedostatků.			
ročník	školní výstupy		učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák rozvíjí úroveň pohybové obratnosti, vytrvalosti, síly během pohybových činností posuzuje vlastní pokroky a zlepšování.				Z	1
7.	Žák posuzuje úroveň vlastních pohybových dovedností a pokroků překonáváním vlastních výkonů.				D	2
8.	Žák rozpozná sportovní oblast ve které se cítí dobře a daří se mu, je schopen pojmenovat příčiny nedostatků, zaměřit se na jejich překonání nebo kompenzaci.				D	3

Vzdělávací oblast:	ČLOVĚK A ZDRAVÍ	ZŠ Příbyslav
--------------------	-----------------	--------------

Předmět:	Tělesná výchova	podoblast: Činnosti podporující pohybové učení	6. - 9. ročník	MOV
----------	-----------------	--	----------------	-----

kód výstupu:	TV-9-3-01 p	výstup RVP:	Žák užívá osvojenou odbornou terminologii na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák napodobuje a učí se porozumět základním tělocvičným názvoslovím, smluveným signálům na úrovni cvičence, diváka v osvojených činnostech.	základní tělocvičná názvosloví osvojených činnostech, vzájemná komunikace a spolupráce žáka s učitelem, vrstevníky.		Z	1
7.	Žák užívá osvojenou terminologii na úrovni cvičence a diváka.	terminologie, smuvené signály, grafické znázornění sportovních aktivit		Z	2
8.	Žák užívá osvojenou terminologii na úrovni cvičence a diváka.	terminologie, smuvené signály, grafické znázornění sportovních aktivit		D	3
9.	Žák užívá osvojenou terminologii na úrovni cvičence, diváka a rozhodčího.	terminologie, smuvené signály, grafické znázornění sportovních aktivit		D	4

kód výstupu:	TV-9-3-02	výstup RVP:	Žák naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák dodržuje zásady fair-play - čestné soupeření, pomoc kamarádů, handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochrana přírody při sportu.	Fair-play zásady chování a jednání v různém prostředí a při různých činnostech, ochrana přírody při sportu.		Z	2
7.	Žák dodržuje zásady fair-play, rozlišuje základní olympijské myšlenky při pohybových činnostech.	Zásady chování a jednání v různém prostředí a při různých činnostech, významní sportovci, olympismus		D	2
8.	Žák dodržuje zásady fair-play a v osvojených pohybových aktivitách je aplikuje.	Zásady chování a jednání v různém prostředí a při různých činnostech, významní sportovci, olympismus		D	3
9.	Žák dodržuje zásady fair-play a aplikuje základní olympijské myšlenky do pohybových činností i mimo ně.	Zásady chování a jednání v různém prostředí a při různých činnostech, významní sportovci, olympismus		P	3

kód výstupu:	TV-9-3-03	výstup RVP:	Žák se dohodne na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák zažívá a učí se porozumět významu spolupráce při utkáních a soutěžích, dodržuje dohodnutá pravidla.	spolupráce ve sportu		Z	1
7.	Žák spolupracuje v týmu při utkáních a soutěžích, dodržuje dohodnutá pravidla.	spolupráce ve sportu		D	2
8.	Žák chápe význam spolupráce a taktiky při utkáních a soutěžích, dodržuje dohodnutá pravidla.	taktika a spolupráce ve sportu		D	2

9.	Žák chápe význam spolupráce a taktiky při utkáních a soutěžích, dodržuje dohodnutá pravidla.	taktika a spolupráce ve sportu		D	3
kód výstupu:	TV-9-3-04 p	výstup RVP:	Žák rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák se učí porozumět základním pravidlům sportovních aktivit a dokáže je uplatnit v roli hráče.	základní osvojovaných pravidla her		Z	1
7.	Žák ovládá základní pravidla sportovních aktivit a dokáže je uplatnit v roli hráče.	pravidla her, závodů a soutěží,		Z	2
8.	Žák ovládá základní pravidla sportovních aktivit a dokáže je uplatnit v roli hráče, rozhodčího a diváka.	pravidla her, závodů a soutěží, základní signalizace rozhodčího		D	2
9.	Žák ovládá základní pravidla sportovních aktivit a dokáže je uplatnit v roli hráče, rozhodčího a diváka.	pravidla her, závodů a soutěží, základní signalizace rozhodčího		D	3,4
kód výstupu:	TV-9-3-05 p	výstup RVP:	Žák sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony a vyhodnotí je.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák pozoruje určené prvky vlastní pohybové činnosti, učí se je vyhodnocovat.	pozorování a posuzování určených prvků výkonů vlastních pohybových činností		Z	1
7.	Žák sleduje určené prvky vlastních pohybových činností a výkonů, učí se je změřit, posoudit zlepšení výkonu.	pozorování a posuzování určených prvků výkonů vlastních pohybových činností		Z	2
8.	Žák sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, vyhodnocuje je.	měření výkonů a posuzování pohybových dovedností - měření, evidence, vyhodnocování		D	2,3
9.	Žák sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, vyhodnocuje je.	měření výkonů a posuzování pohybových dovedností - měření, evidence, vyhodnocování	OSV	D	3,4
kód výstupu:	TV-9-3-06 p	výstup RVP:	Žák spolurozhoduje osvojované hry a soutěže.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák se při hrách a týmových soutěžích zkouší aplikovat vhodné a účinné strategie.	účast na sportovních aktivitách dle možností žáka,		Z	1
7.	Žák se při hrách a týmových soutěžích zkouší aplikovat vhodné a účinné strategie.	účast na sportovních aktivitách dle možností žáka,	MV	Z	2
8.	Žák spolurozhoduje osvojované hry a soutěže.	účast na sportovních aktivitách dle možností žáka,		D	3