

## **Dodatek k ŠVP ZV č. 4**

### **Název školního vzdělávacího programu: Škola hrou**

#### **– Školní vzdělávací program pro základní vzdělávání**

**Škola:** Základní škola a Mateřská škola Žichlínek

**Ředitel školy:** Mgr. Miloš Krejčí

**Koordinátor ŠVP ZV:** Mgr. Miloš Krejčí

**Platnost dokumentu:** od 1. 9. 2017

V Žichlínce dne 29. 8. 2017

**razítko školy**

.....  
Mgr. Miloš Krejčí, ředitel školy

Tímto dodatkem se upravuje školní vzdělávací program Základní školy a Mateřské školy Žichlínek ve znění platných dodatků od 1. 9. 2017 takto:

1. Doplnují se učební osnovy ve vyučovacím předmětu tělesná výchova.

## 5.5 Vzdělávací oblast: ČLOVĚK A ZDRAVÍ

### 5.5.1 Vzdělávací obor: Tělesná výchova

#### 5.5.1.1 Vyučovací předmět: Tělesná výchova

##### 5.5.1.1.1 1. stupeň

##### 5.5.1.1.1.1 Název vyučovacího předmětu: Tělesná výchova

##### 5.5.1.1.1.2 Charakteristika vyučovacích předmětů – 1. stupeň

- Obsahové vymezení vyučovacího předmětu:

- je realizována v 1. - 5. ročníku  
- v každém ročníku jsou 2 hodiny týdně

**Vzdělávací obsah** je rozdělen na 3 tematické okruhy:

**a) činnosti ovlivňující zdraví** - význam pohybu pro zdraví, příprava organismu, zdravotně zaměřené činnosti, rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly, pohyblivosti, koordinace pohybu, hygiena při TV, bezpečnost při pohybových činnostech

**b) činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností** - pohybové hry, základy gymnastiky, rytmické a kondiční formy cvičení pro děti, průpravné úpoly, základy atletiky, základy sportovních her, turistika a pobyt v přírodě, plavání, lyžování a bruslení, další pohybové činnosti

**c) činnosti podporující pohybové učení** - komunikace v TV, organizace při TV, zásady jednání a chování, pravidla zjednodušených osvojovaných pohybových činností, měření a posuzování pohybových dovedností, zdroje informací o pohybových činnostech

**Organizace** - žáci s přihlédnutím k určité sportovní aktivitě cvičí v tělocvičně, na hřišti, na stadionu, ve volné přírodě nebo v plaveckém bazénu. V úvodu hodiny všichni absolvují nástup, rozvíčku a dále se věnují v hlavní části hodiny danému typu sportování. Ke konci dochází k závěrečnému zklidnění - relaxaci. Žáci cvičí ve vhodném sportovním oblečení a obuvi. Učitel v hodinách využívá různé metody a formy práce. Spolu s dětmi používá veškeré dostupné náčiní a náradí.

**Průřezová témata** – v tomto předmětu jsou realizována : **MKV, ENV, MDV a VDO**

- **VÝCHOVNÉ A VZDĚLÁVACÍ STRATEGIE PRO ROZVOJ KLÍČOVÝCH KOMPETENCÍ ŽÁKŮ**

**Kompetence k učení** - žáci jsou vedeni k osvojení si základního tělocvičného názvosloví, učí se cvičit podle jednoduchého nákresu nebo popisu cvičení, změří základní pohybové výkony a porovnají je s předchozími, orientují se v informačních zdrojích o aktivitách a sportovních akcích. Učitel umožňuje žákům, aby se naučili na základě jasných kritérií hodnotit své činnosti nebo výsledky.

**Kompetence k řešení problémů** - uplatňují zásady bezpečného chování ve sportovním prostředí a adekvátně reagují v situaci úrazu spolužáka, řeší problémy v souvislosti s nespornovním chováním, nevhodným sportovním prostředím a nevhodným sportovním náčiním a nářadím. Učitel dodává žákům sebedůvěru, podle potřeby žákům v činnostech pomáhá.

**Kompetence komunikativní** - žáci jsou vedeni ke spolupráci při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích, učí se reagovat na základní povely a pokyny a sami je i vydávají, zorganizují jednoduché pohybové soutěže, činnosti a jejich varianty. Učitel vede žáky k vzájemnému naslouchání a oceňování přínosu druhých, vytváří příležitosti pro relevantní komunikaci.

**Kompetence sociální a personální** - žáci jsou vedeni k jednání v duchu fair - play - dodržují pravidla, označí přestupky, respektují opačné pohlaví, zvládají pohybové činnosti ve skupině. Učitel zadává úkoly při kterých žáci mohou spolupracovat, umožňuje každému žákovi zažít úspěch.

**Kompetence občanská** - podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu a projevují přiměřenou samostatnost a vůli po zlepšení své zdatnosti, spojují svou pohybovou činnost se zdravím, zařazují si do vlastního pohybového režimu korektivní cvičení, jsou vedeni ke kritickému myšlení, hodnotí cvičení, učí se být ohleduplní a taktní. Učitel žákům umožňuje, aby se podíleli na utváření kritérií hodnocení činností nebo jejich výsledků.

**Kompetence pracovní** - žáci jsou vedeni učitelem k uplatňování hlavních zásad hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech v běžném životě, učí se užívat jednotlivé tělocvičné nářadí a náčiní.

### 5.5.1.1.3 **Vzdělávací obsah vyučovacích předmětů**

#### **Tělesná výchova**

**ročník: 1.-5.**

<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>Průřezová témata, mezipředm. vztahy, projekty, exkurze</b>	<b>Poznámky</b>
Spojuje pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívá nabízené příležitosti.	Znalost základních zdravích prospěšných cvičení a vhodného prostředí pro pohybovou činnost.	<b>OSV</b> – osobnostní rozvoj-psychohygiena.	<b>1.-3.</b>
Zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo	Činnost napomáhající ke splnění očekávaných výstupů, vzdělávací	<b>OSV</b> -osobnostní rozvoj-sebepoznání a sebepojetí.	<b>1.-3.</b>

<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>Průřezová témata, mezipředm. vztahy, projekty, exkurze</b>	<b>Poznámky</b>
činnosti prováděné ve skupině, usiluje o jejich zlepšení.	obsah se prolíná všemi výstupy. Gymnastika- základy akrobacie (kotoul vpřed, přeskok, cvičení na žebřinách). Atletika-vytrvalostní běh, rychlý běh, skok daleký, hod míčkem). - Plavání (základní plavecká výuka) – hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob (plavecká technika),		
Spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích.	Pohybové hry různého zaměření, sportovní hry (kopaná, vybíjená).	<b>OSV</b> -sociální rozvoj-kooperace a kompetice.	<b>1.-3.</b>
Uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorách školy.	Základní hygiena po TV a při jiných pohybových aktivitách		<b>1.-3.</b>
Reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci.	Znalost smluvených gest a signálů při pohybových činnostech.		<b>1.-3.</b>
Uplatňuje správné způsoby držení těla v různých polohách a pracovních činnostech, zaujímá správné základní cvičební polohy.	Cvičení se sportovním náčiním ( švihadla, míče), správné držení těla.		<b>1.-3.</b>
Zvládá jednoduchá speciální cvičení související s vlastním oslabením.	Zdravotní TV, vyrovnávací a relaxační cvičení.		<b>1.-3.</b>
Podílí se na realizaci pravidelného pohybového režimu. Uplatňuje kondičně zaměřené činnosti. Projevuje přiměřenou samostatnost a vůli po zlepšení úrovně své zdatnosti.	Význam pohybu pro zdraví.	<b>OSV</b> -osobnostní rozvoj-psychohygiena.	<b>4.-5.</b>
Zařazuje do pohybového režimu korektivní cvičení, především v souvislosti s jednostrannou zátěží nebo vlastním svalovým oslabením.			
Zařazuje pravidelně do svého pohybového režimu speciální vyrovnávací cvičení související s vlastním oslabením v optimálním počtu opakování.			

Zvládá základní techniku speciálních cvičení. Koriguje techniku cvičení podle pokynů učitele.	Příprava organismu (příprava před pohybovou činností, uklidnění po zátěži, napínací a protahovací cvičení)	<b>ENV</b> – vztah člověka k prostředí.	<b>4.-5.</b>
Upozorní samostatně na činnost (prostředí) které jsou v rozporu s jeho oslabením.			
Zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti. Vytváří varianty osvojených pohybových her.	Organizace při TV, pravidla zjednodušených osvojovaných pohybových činností (her, soutěží).  Plavání (základní plavecká výuka) – hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob (plavecká technika), prvky sebezáchrany a dopomoci tonoucímu	<b>OSV</b> -osobnostní rozvoj-kreativita.	<b>4.-5.</b>

<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>Průřezová témata, mezipředm. vztahy, projekty, exkurze</b>	<b>Poznámky</b>
Zorganizuje nenáročnou pohybovou činnost a soutěže na úrovni třídy.			
Uplatňuje pravidla hygieny a bezpečného chování v běžném sportovním prostředí. Adekvátně reaguje na úraz spolužáka.	Hygiena při TV (vhodné oblečení a obuv), bezpečnost při pohybových činnostech (organizace a bezpečnost cvičebního prostoru, bezpečná příprava a ukládání náradí, náčiní a pomůcek, první pomoc v podmínkách TV).		<b>4.-5.</b>
Jednoduše zhodnotí kvalitu pohybové činnosti spolužáka a reaguje na pokyny k vlastnímu provedení pohybové činnosti.			
Jedná v duchu fair play, dodržuje pravidla her a soutěží, pozná a označí zjevné přestupky proti pravidlům a adekvátně na ně reaguje. Respektuje při pohybových činnostech opačné pohlaví.	Zásady jednání a chování (fair play, olympijské ideály a symboly)		<b>4.-5.</b>
Užívá při pohybové činnosti základní osvojované tělocvičné názvosloví. Cvičí podle jednoduchého nákresu, popisu cvičení.	Komunikace v TV (základní tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály).		<b>4.-5.</b>
Změří základní pohybové výkony a porovná je s předchozími výsledky.	Měření a posuzování pohybových dovedností.		<b>5.</b>

- lyžování, bruslení (podle podmínek školy) - hry na sněhu a na ledě, základní techniky pohybu na lyžích a bruslení
- další pohybové činnosti (podle podmínek školy a zájmu žáků)