

DODATEK KE ŠKOLNÍM VZDĚLÁVACÍM PROGRAMŮM

Informatika v ekonomice oboru 18–20–M/01 **Informační technologie**

Daně a finance oboru 63–41–M/02 **Obchodní akademie**

Neučíme se pro školu, ale pro život oboru 68–43–M/01 **Veřejnosprávní činnost**

Na návrh předmětové komise tělesné výchovy a po zvážení všech argumentů vedení školy přesunuje týdenní letní sportovní kurzy ze září třetího ročníku do května až června druhého ročníku. Hlavním důvodem je množství odborných praxí v předmaturitním ročníku školy.

Platnost od 1. 9. 2017

Mgr. Pavel Kubínek
ředitel

Název vyučovacího předmětu:	Tělesná výchova
Obor vzdělání:	18-20-M/01 Informační technologie
Forma vzdělání:	Denní
Celkový počet vyučovacích hodin za studium:	262
Platnost:	Od 1. 9. 2017

Realizace odborných kompetencí

Předmět: Tělesná výchova

Ročník: druhý

Hodin v ročníku: 68

Výsledky vzdělávání	Tematické celky	Mezipředmětové vztahy
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – rozumí a umí používat základní terminologické výrazy běžně používané při pohybových činnostech – rozlišuje pojmy rychlost, síla, vytrvalost, pohyblivost – dovede použít vhodné pohybové činnosti pro rozvoj jednotlivých pohybových dovedností – chápe význam průpravných cvičení u jednotlivých pohybových činností – dovede rozlišit zapojení svalových skupin při různých sportovních činnostech – chápe význam pojmů aktivní zdraví a zdravý životní styl – dokáže rozlišit pohybové činnosti prospěšné pro zdraví a činnosti zdraví škodlivé – rozumí významu hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech v různém prostředí a různých podmínkách – při vzniku mimořádné situace dovede rychle reagovat a poskytnout první pomoc při drobných i závažnějších poraněních 	<p>1. Teoretické poznatky</p> <ul style="list-style-type: none"> – terminologie pohybových činností – základní pohybové činnosti rozvíjející rychlostní, silové, vytrvalostní a pohybové předpoklady – svalové skupiny a jejich zapojení v průpravných cvičeních – aktivní zdraví – hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech – první pomoc 	<p>Základy přírodních věd Ochrana člověka za mimořádných situací Člověk jako občan Člověk a svět práce</p>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – chápe, že atletika je základním prostředkem tělesného rozvoje – uvědomuje pozitivní vliv na dýchací, cévní systém a na 	<p>2. Atletika</p> <ul style="list-style-type: none"> – zdokonalování techniky běhu – běh na krátkou vzdálenost z nízkého startu 	<p>Základy přírodních věd Ochrana člověka za mimořádných situací</p>

Platnost od 1. 9. 2017

<p>pohybový aparát</p> <ul style="list-style-type: none"> – zvládá správnou techniku běhů: správné dýchání, práce paží a nohou – zná zásady sportovního tréninku a umí je uplatnit při zlepšování svých výkonů v běhu, skoku do dálky, hod granátem – ovládá způsob předávání a přebírání štafetového kolíku – aplikuje znalost pravidel štafetového běhu v praxi – chápe svou roli ve štafetě a zodpovědnost za výsledek týmu – zvládá správnou techniku hodu, dokáže spojit rozběh s odhodem – chápe správnou dráhu letu předmětu – dovede odlišit hod a vrh – zvládne držení koule a základní postoj u vrhu kouli – dokáže provést vrh kouli ze základního postoje – dodržuje zásady bezpečnosti při všech atletických disciplínách s důrazem na hody 	<ul style="list-style-type: none"> – vytrvalostní běh z vysokého startu – štafetový běh – skoky – do dálky – vysoký – hod granátem – vrh kouli 	<p>Člověk jako občan Člověk a svět práce Fyzika</p>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – zná názvosloví pohybových činností při rozvíjení – umí využívat pohybové činnosti pro všestrannou pohybovou přípravu – zvládá základní akrobatické prvky, které si osvojil v prvním ročníku, dále je zdokonaluje a obměňuje – dokáže spojit tyto prvky do jednoduché akrobatické řady s využitím dalších cviků: obraty, skoky, poskoky, rovnovážné postoje – zvládá správnou techniku výmyku, přešvih únožmo a seskok odskokem – chápe význam dopomoci při cvičení na hrazdě a dokáže ji sám poskytnout – zvládá chůzi a obraty na kladině, 	<p>3. Gymnastika</p> <ul style="list-style-type: none"> – všeobecně rozvíjející, protahovací a posilovací cvičení – kompenzační cvičení – akrobatické prvky a akrobatické řady – kotoul vpřed a vzad a jejich obměny – stoj na rukou – přemet stranou – cvičení na hrazdě – cvičení na kladině (D) – chůze, obraty, výskok na kladinu – rovnovážné postoje – seskok – cvičení na kruzích (CH) – komíhání s odrazem střídmonož 	<p>Základy přírodních věd Estetická výchova</p>

<ul style="list-style-type: none"> rovnovážné postoje, poskoky – zvládá základní náskok a seskok – na kruzích zvládá odraz střídmonož, obraty v krajních bodech, seskok, na kruzích ve visu zvládá svis střemhlav, svis vznesmo, seskok – uplatňuje osvojené způsoby přeskoku přes zvýšené náradí – umí bezpečně překonat překážku roznožným a skrčným způsobem – dovede korigovat podmínky pro přeskok (výška náradí, vzdálenost odrazového můstku od náradí) ve shodě s úrovní svých schopností a dovedností – zvládá správnou techniku šplhu na tyči i na laně – prokáže úroveň svých silových schopností při šplhu bez přírazu (CH) – u tance dovede sladit pohyb s hudbou – rozezná základní hudební motivy <ul style="list-style-type: none"> – pochod, polka, valčík – zvládá základní taneční kroky a rytmické prvky – dále rozvíjí své koordinační schopnosti, udržuje dosaženou úroveň ohebnosti – v aerobicu je schopen cvičit podle ukázky, zvládá i složitější krokové sestavy 	<ul style="list-style-type: none"> – obraty – svis vznesmo – svis střemhlav – seskok – přeskok přes zvýšené náradí – šplh – cvičení s hudbou – tance – aerobic – pohybová skladba 	
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – v odbíjené technicky správně provede spodní a vrchní odbití míče – umí bezpečně spodní podání a zvládá základy vrchního podání – bezprostředně reaguje na míč, dokáže se rychle přemístit a vykrýt prostor – rozumí obrannému a útočnému systému hry – v kopané technicky správně ovládá míč nohou – dokáže se rychle uvolnit, přemístit a nalézt volný prostor 	<p>4. Sportovní hry</p> <ul style="list-style-type: none"> – odbíjená – zdokonalování herních činností jednotlivce – nácvik herních systémů – kopaná a sálová kopaná (CH) – zdokonalování herních činností jednotlivce – nácvik herních systémů – hra – košíková – zdokonalování herních činností jednotlivce 	<p>Základy přírodních věd Člověk v lidském společenství</p>

<p>pro hru</p> <ul style="list-style-type: none"> – ovládá různé techniky střelby na bránu – rozumí systému osobní a zónové obrany, zvládá systém „přihrej a běž“ – v košíkové ovládá technicky správně míč – dokáže použít dvojtakt při hře – dokáže se uvolnit bez míče i s míčem a nalézt si vhodný prostor pro hru – dokáže se rychle přemístit, ovládá systém „hod' a běž“ – rozumí obrannému systému hry (osobní a zónová obrana) i útočnému systému (postupný útok, rychlý protiútok) – ve všech hrách dokáže použít získané znalosti a dovednosti v herních situacích – rozpozná základní chyby a provinění proti pravidlům – dokáže použít získané dovednosti tak, aby hra byla plynulá, bez vážnějších rozporů s pravidly 	<ul style="list-style-type: none"> – nácvik herních systémů – netradiční sportovní hry – florbal – ringo – badminton – streetball – tenis 	
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – prokáže úroveň své tělesné zdatnosti pomocí standardizovaných testových baterií – dovede porovnat své výsledky s tabulkovými hodnotami, s výsledky jiných žáků i se svými výsledky z předchozího roku – je schopen stanovit úroveň své tělesné zdatnosti 	<p>5. Testování tělesné zdatnosti</p> <ul style="list-style-type: none"> – průběžné motorické testy 	
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – se dokáže orientovat v daném prostředí – je si vědom nástrah vyplývajících z charakteru tohoto prostředí (změny počasí, značení turistických tras, obtížnost terénu,...) – chápe význam ochrany životního prostředí, dokáže se chovat v přírodě ekologicky 	<p>6. Sportovně turistický</p> <ul style="list-style-type: none"> – chování při pobytu v přírodě – ochrana životního prostředí – výstroj a výzbroj pro letní sportovní aktivity – pěší turistika – cykloturistika – vodní turistika – základy lezení a slaňování 	<p>Člověk v lidském společenství Člověk a životní prostředí Ochrana člověka za mimořádných událostí Člověk jako občan Zeměpis Dějepis Občanská nauka</p>

<ul style="list-style-type: none"> – respektuje příkazy a značení ochránců přírody – je schopen rozlišit stupeň závažnosti poranění při pobytu v přírodě, v lehčích případech dokáže poskytnout první pomoc – je schopen posoudit nutnost přivolání rychlé zdravotnické pomoci – dovede posoudit technický stav používané výzbroje a pravidelně provádí základní údržbu – dokáže se orientovat pomocí mapy a buzoly v neznámém prostředí – zná pravidla silničního provozu, v každé situaci se podle nich chová, dbá na vlastní bezpečnost i na bezpečnost ostatních účastníků silničního provozu – chápe základní pravidla a techniku manipulace s lodí, pohybu na klidné i tekoucí vodě, umí předvídat nebezpečí – je schopen ochránit sám sebe v nebezpečných situacích – dovede spolupracovat s ostatními účastníky kurzu a aktivně se zapojuje do organizovaných činností – je obeznámen se zásadami střelby a manipulace se zbraněmi, spolehlivě provádí veškeré činnosti k dosažení stanoveného cíle – je seznámen s pravidly orientačního běhu – aplikuje získané znalosti a dovednosti při absolvování závodu v orientačním běhu v daném terénu 	<ul style="list-style-type: none"> – teambuildingové aktivity – první pomoc – základy sebeobrany – hry v terénu – základy branné výchovy (střelba, orientace na mapě a v terénu) – orientační běh – poznávání kulturního a přírodního dědictví ČR 	
--	--	--

Název vyučovacího předmětu:	Tělesná výchova
Obor vzdělání:	63-41-M/02 Obchodní akademie
Forma vzdělání:	denní
Celkový počet vyučovacích hodin za studium:	262
Platnost:	Od 1. 9. 2017

Realizace odborných kompetencí

Předmět: Tělesná výchova

Ročník: druhý

Hodin v ročníku: 68

Výsledky vzdělávání	Tematické celky	Mezipředmětové vztahy
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – rozumí a umí používat základní terminologické výrazy běžně používané při pohybových činnostech – rozlišuje pojmy rychlost, síla, vytrvalost, pohyblivost – dovede použít vhodné pohybové činnosti pro rozvoj jednotlivých pohybových dovedností – chápe význam průpravných cvičení u jednotlivých pohybových činností – dovede rozlišit zapojení svalových skupin při různých sportovních činnostech – chápe význam pojmů aktivní zdraví a zdravý životní styl – dokáže rozlišit pohybové činnosti prospěšné pro zdraví a činnosti zdraví škodlivé – rozumí významu hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech v různém prostředí a různých podmínkách – při vzniku mimořádné situace dovede rychle reagovat a poskytnout první pomoc při drobných i závažnějších poraněních 	<p>1. Teoretické poznatky</p> <ul style="list-style-type: none"> – terminologie pohybových činností – základní pohybové činnosti rozvíjející rychlostní, silové, vytrvalostní a pohybové předpoklady – svalové skupiny a jejich zapojení v průpravných cvičeních – aktivní zdraví – hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech – první pomoc 	<p>Základy přírodních věd Ochrana člověka za mimořádných situací Člověk jako občan Člověk a svět práce</p>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – chápe, že atletika je základním prostředkem tělesného rozvoje – uvědomuje pozitivní vliv na dýchací, cévní systém a na pohybový aparát 	<p>2. Atletika</p> <ul style="list-style-type: none"> – zdokonalování techniky běhu – běh na krátkou vzdálenost z nízkého startu – vytrvalostní běh z vysokého 	<p>Základy přírodních věd Ochrana člověka za mimořádných situací Člověk jako</p>

Platnost od 1. 9. 2017

<ul style="list-style-type: none"> – zvládá správnou techniku běhů: správné dýchání, práce paží a nohou – zná zásady sportovního tréninku a umí je uplatnit při zlepšování svých výkonů v běhu, skoku do dálky, hod granátem – ovládá způsob předávání a přebírání štafetového kolíku – aplikuje znalost pravidel štafetového běhu v praxi – chápe svou roli ve štafetě a zodpovědnost za výsledek týmu – zvládá správnou techniku hodu, dokáže spojit rozběh s odhodem – chápe správnou dráhu letu předmětu – dovede odlišit hod a vrh – zvládne držení koule a základní postoj u vrhu kouli – dokáže provést vrh kouli ze základního postoje – dodržuje zásady bezpečnosti při všech atletických disciplínách s důrazem na hody 	<p>startu</p> <ul style="list-style-type: none"> – štafetový běh – skoky – do dálky – vysoký – hod granátem – vrh kouli 	<p>občan Člověk a svět práce Fyzika</p>
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – zná názvosloví pohybových činností při rozcvičování – umí využívat pohybové činnosti pro všestrannou pohybovou přípravu – zvládá základní akrobatické prvky, které si osvojil v prvním ročníku, dále je zdokonaluje a obměňuje – dokáže spojit tyto prvky do jednoduché akrobatické řady s využitím dalších cviků: obraty, skoky, poskoky, rovnovážné postoje – zvládá správnou techniku výmyku, přešvih únožmo a seskok odskokem – chápe význam dopomoci při cvičení na hrazdě a dokáže ji sám poskytnout – zvládá chůzi a obraty na kladině, rovnovážné postoje, poskoky 	<p>3. Gymnastika</p> <ul style="list-style-type: none"> – všeobecně rozvíjející, protahovací a posilovací cvičení – kompenzační cvičení – akrobatické prvky a akrobatické řady – kotoul vpřed a vzad a jejich obměny – stoj na rukou – přemet stranou – cvičení na hrazdě – cvičení na kladině (D) – chůze, obraty, výskok na kladinu – rovnovážné postoje – seskok – cvičení na kruzích (CH) – komíhání s odrazem střídmonož – obraty 	<p>Základy přírodních věd Estetická výchova</p>

<ul style="list-style-type: none"> – zvládá základní náskok a seskok – na kruzích zvládá odraz střídmonož, obraty v krajních bodech, seskok, na kruzích ve visu zvládá svis střemhlav, svis vznesmo, seskok – uplatňuje osvojené způsoby přeskočení přes zvýšené nářadí – umí bezpečně překonat překážku roznožným a skrčným způsobem – dovede korigovat podmínky pro přeskok (výška nářadí, vzdálenost odrazového můstku od nářadí) ve shodě s úrovní svých schopností a dovedností – zvládá správnou techniku šplhu na tyči i na laně – prokáže úroveň svých silových schopností při šplhu bez přírazu (CH) – u tance dovede sladit pohyb s hudbou – rozezná základní hudební motivy – pochod, polka, valčík – zvládá základní taneční kroky a rytmické prvky – dále rozvíjí své koordinační schopnosti, udržuje dosaženou úroveň ohebnosti – v aerobiku je schopen cvičit podle ukázky, zvládá i složitější krokové sestavy 	<ul style="list-style-type: none"> – svis vznesmo – svis střemhlav – seskok – přeskok přes zvýšené nářadí – šplh – cvičení s hudbou – tance – aerobic – pohybová skladba 	
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – v odbíjené technicky správně provede spodní a vrchní odbití míče – umí bezpečně spodní podání a zvládá základy vrchního podání – bezprostředně reaguje na míč, dokáže se rychle přemístit a vykrýt prostor – rozumí obrannému a útočnému systému hry – v kopané technicky správně ovládá míč nohou – dokáže se rychle uvolnit, přemístit a nalézt volný prostor pro hru 	<p>4. Sportovní hry</p> <ul style="list-style-type: none"> – odbíjená – zdokonalování herních činností jednotlivce – nácvik herních systémů – kopaná a sálová kopaná (CH) – zdokonalování herních činností jednotlivce – nácvik herních systémů – hra – košíková – zdokonalování herních činností jednotlivce – nácvik herních systémů 	<p>Základy přírodních věd Člověk v lidském společenství</p>

<ul style="list-style-type: none"> – ovládá různé techniky střelby na bránu – rozumí systému osobní a zónové obrany, zvládá systém „přihrej a běž“ – v košíkové ovládá technicky správně míč – dokáže použít dvojtakt při hře – dokáže se uvolnit bez míče i s míčem a nalézt si vhodný prostor pro hru – dokáže se rychle přemístit, ovládá systém „hod’ a běž“ – rozumí obrannému systému hry (osobní a zónová obrana) i útočnému systému (postupný útok, rychlý protiútok) – ve všech hrách dokáže použít získané znalosti a dovednosti v herních situacích – rozpozná základní chyby a provinění proti pravidlům – dokáže použít získané dovednosti tak, aby hra byla plynulá, bez vážnějších rozporů s pravidly 	<ul style="list-style-type: none"> – netradiční sportovní hry – florbal – ringo – badminton – streetball – tenis 	
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – prokáže úroveň své tělesné zdatnosti pomocí standardizovaných testových baterií – dovede porovnat své výsledky s tabulkovými hodnotami, s výsledky jiných žáků i se svými výsledky z předchozího roku – je schopen stanovit úroveň své tělesné zdatnosti 	<p>5. Testování tělesné zdatnosti</p> <ul style="list-style-type: none"> – průběžné motorické testy 	
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> – se dokáže orientovat v daném prostředí – je si vědom nástrah vyplývajících z charakteru tohoto prostředí (změny počasí, značení turistických tras, obtížnost terénu,...) – chápe význam ochrany životního prostředí, dokáže se chovat v přírodě ekologicky – respektuje příkazy a značení 	<p>6. Sportovně turistický</p> <ul style="list-style-type: none"> – chování při pobytu v přírodě – ochrana životního prostředí – výstroj a výzbroj pro letní sportovní aktivity – pěší turistika – cykloturistika – vodní turistika – základy lezení a slaňování – teambuildingové aktivity 	<p>Člověk v lidském společenství Člověk a životní prostředí Ochrana člověka za mimořádných událostí Člověk jako občan Zeměpis Dějepis Občanská nauka</p>

<p>ochránců přírody</p> <ul style="list-style-type: none"> – je schopen rozlišit stupeň závažnosti poranění při pobytu v přírodě, v lehčích případech dokáže poskytnout první pomoc – je schopen posoudit nutnost přivolání rychlé zdravotnické pomoci – dovede posoudit technický stav používané výzbroje a pravidelně provádí základní údržbu – dokáže se orientovat pomocí mapy a buzoly v neznámém prostředí – zná pravidla silničního provozu, v každé situaci se podle nich chová, dbá na vlastní bezpečnost i na bezpečnost ostatních účastníků silničního provozu – chápe základní pravidla a techniku manipulace s lodí, pohybu na klidné i tekoucí vodě, umí předvídat nebezpečí – je schopen ochránit sám sebe v nebezpečných situacích – dovede spolupracovat s ostatními účastníky kurzu a aktivně se zapojuje do organizovaných činností – je obeznámen se zásadami střelby a manipulace se zbraněmi, spolehlivě provádí veškeré činnosti k dosažení stanoveného cíle – je seznámen s pravidly orientačního běhu – aplikuje získané znalosti a dovednosti při absolvování závodu v orientačním běhu v daném terénu 	<ul style="list-style-type: none"> – první pomoc – základy sebeobranu – hry v terénu – základy branné výchovy (střelba, orientace na mapě a v terénu) – orientační běh – poznávání kulturního a přírodního dědictví ČR 	
---	--	--

Název vyučovacího předmětu:	Tělesná výchova
Obor vzdělání:	68-43-M/01 Veřejnosprávní činnost
Forma vzdělání:	denní
Celkový počet vyučovacích hodin za studium:	262
Platnost:	Od 1. 9. 2017

Realizace odborných kompetencí

Předmět: Tělesná výchova

Ročník: druhý

Hodin v ročníku: 68

Zdravotně orientovaná zdatnost	
výsledky vzdělávání	učivo
<p>Žák dle svých schopností:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ podle svých individuálních možností rozvíjí pohybové schopnosti ➤ ověří testy zdravotně orientovanou zdatnost za pomoci učitele ➤ s pomocí učitele se orientuje v prováděných testech a naměřených hodnotách 	<p>Pohybové schopnosti a jejich rozvoj Zdravotně orientovaná zdatnost a její složky Testy zdravotně orientované zdatnosti</p>
<p>Průřezové téma: Občan v demokratické společnosti Přesah: Bi</p>	
Zásady přípravy organismu před pohybovou činností	
výsledky vzdělávání	učivo
<p>Žák dle svých schopností:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ s pomocí učitele připraví organismus na pohybovou činnost s ohledem na následné převažující pohybové zatížení ➤ dokáže vyhledat informace o vhodných hygienických a bezpečnostních podmínkách, které se týkají pohybových činností a cvičebního prostředí 	<p>Strečink, rušná cvičení a uvolňovací cvičení Hygiena a bezpečnost pohybových činností a cvičebního prostředí</p>
<p>Přesah: Bi</p>	

Pohybové dovednosti, výkon, odlišnosti, handicap	
výsledky vzdělávání	učivo
<p>Žák dle svých schopností:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ respektuje věkové, výkonnostní a jiné pohybové rozdíly, rozumí osvojovaným pojmům) 	<p>Pohybové odlišnosti a handicap</p>

Průpravná, kondiční, koordinační a tvořivá cvičení

Platnost od 1. 9. 2017

výsledky vzdělávání	učivo
<p>Žák dle svých schopností:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ zařazuje pohybové činnosti do svého režimu ➤ soustředí se na cvičení a uvědomuje si jeho význam pro tělesnou i duševní relaxaci ➤ vybere s pomocí učitele vyrovnávací cvičení na prevenci a korekci svalové nerovnováhy 	<p>Denní režim se zařazením pohybové činnosti Cvičení na posilovacích strojích Cvičení pro rozvoj kloubní pohyblivosti Cvičení pro správné držení těla Cvičení pro vyrovnání svalové nerovnováhy Dechová cvičení Význam cvičení pro zdravý životní styl</p>

Pohybové hry a netradiční pohybové činnosti	
výsledky vzdělávání	učivo
<p>Žák dle svých schopností:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ jedná fair-play ➤ chápe význam her pro navazování a upevňování mezilidských vztahů 	<p>Badminton, stolní tenis, ringo, florbal, nohejbal, softtenis, freesbee, softbal, spinning (dle podmínek školy a zájmu žáků)</p>

Sportovní hry	
výsledky vzdělávání	učivo
<p>Žák dle svých schopností:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ zvládne osvojované herní činnosti jednotlivce ➤ orientuje se v základních pravidlech a taktických variantách jednotlivých her ➤ jedná při hře v duchu fair-play ➤ zvládne roli hráče a diváka ➤ za pomoci učitele užívá názvosloví a gesta ➤ provádí základní údržbu náčiní a úpravu hřiště před utkáním a po utkání pod dohledem učitele ➤ uvědomuje si osvojení pohybových dovedností pro osobní rozvoj ➤ seznamuje se s přípravou a organizací školního turnaje 	<p>Basketbal Odbíjená Florbal Softbal Kopaná (hoši) (základy HČJ jednotlivých her dle úrovně, schopností a dovedností žáků)</p>

Gymnastika	
výsledky vzdělávání	učivo
<p>Žák dle svých schopností:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ zvládne podle svých předpokladů osvojované činnosti na jednotlivých náradích, které následně analyzuje a hodnotí 	<p>Test obratnosti Akrobacie Přeskok Hrazda Kruhy</p>

<ul style="list-style-type: none"> ➤ předvede volnou sestavu z několika prvků ➤ poskytne záchranu dle pokynů učitele a podílí se na dopomoci 	
--	--

Atletika

výsledky vzdělávání	učivo
<p>Žák dle svých schopností:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ stanoví si osobní cíle a snaží se jich dosáhnout, zaznamená si své výkony ➤ předvede prvky atletické abecedy ➤ zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti v atletice ➤ průběžně zlepšuje svoji zdatnost a výkony v prováděných atletických disciplínách a dílčích dovednostech 	<p>Testy Atletická abeceda Běhy Skoky Hody</p>

Komunikace

výsledky vzdělávání	učivo
<p>Žák dle svých schopností:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ užívá názvosloví (gesta, signály) na úrovni cvičence 	<p>Vzájemná komunikace a spolupráce při pohybových činnostech</p>

Kondiční a estetické formy cvičení

výsledky vzdělávání	učivo
<p>Žák dle svých schopností:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ vytvoří a zacvičí ve skupince sestavu pro step aerobik, cvičení s gumou, švihadlem, šátkem 	<p>Zdravotní aspekty aerobního cvičení Tvorba pohybových sestav</p>

Sportovně-turistický kurz (dle aktuálních klimatických podmínek, materiálních podmínek a zájmu žáků)

výsledky vzdělávání	učivo
<p>Žák dle svých schopností:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ respektuje pravidla soužití mezi vrstevníky a komunikací a kooperací přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů v širším společenství ➤ volí sportovní vybavení, dovede je udržovat a ošetřovat 	<p>Chování při pobytu v přírodě Ochrana životního prostředí Výstroj a výzbroj pro letní sportovní aktivity Pěší turistika Cykloturistika Vodní turistika Základy lezení a slaňování Teambuildingové aktivity První pomoc</p>

<ul style="list-style-type: none"> ➤ pozná chybně a správně prováděné činnosti na lodi ➤ řídí se zásadami bezpečného pohybu na vodním toku, respektuje pokyny instruktora ➤ komunikuje při pohybových činnostech, dodržuje smluvené signály, používá správnou terminologii při kolektivních sportech ➤ dokáže zhodnotit krizovou situaci a poskytnout první pomoc ➤ komunikuje při pohybových činnostech, dodržuje smluvené signály, používá správnou terminologii 	<p>Základy sebeobran Hry v terénu Základy branné výchovy (střelba, orientace na mapě a v terénu) Orientační běh Poznávání kulturního a přírodního dědictví ČR</p>
<p>Přesah: ZPV - Bi, Z</p>	