Tělesná výchova 1

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **RVP VÝSTUPY** | **ŠVP VÝSTUPY** | **UČIVO** |
| TV-3-1-01 spojuje pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívá nabízené příležitosti | Dbá na správné držení těla, dýchání, kompenzuje cviky, zaujímá správné základní cvičební polohy | Cvičení během dne, jednoduché tanečky, rytmická cvičení na hudbu, taneční prvky |
| TV-3-1-02 zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině; usiluje o jejich zlepšení | Před pohybovou aktivitou protahuje, zahřívá a uvolňuje organismus, usiluje o zlepšení výkonu, zdokonalení dovedností | Příprava a relaxace organismu, rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly, pohyblivosti a koordinace pohybu |
| TV-3-1-02 zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině; usiluje o jejich zlepšení | Zvládá průpravné cviky pro základní prvky gymnastiky | Základy gymnastiky |
| TV-3-1-02 zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině; usiluje o jejich zlepšení | Zvládá průpravné cviky pro základní prvky atletiky | Základy atletiky |
| TV-3-1-03 spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích | Snaží se hrát fair play, dodržuje pravidla her a soutěží, spolupracuje během hry | Základy míčových her, organizace při tělesné výchově, pravidla her a soutěží, zásady jednání |
| TV-3-1-04 uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorech školy | Dodržuje pravidla bezpečnosti při sportování, upevňuje si hygienické návyky před, během i po sportování v různých cvičištích | Správná hygiena – vhodné sportovní oblečení a obuv |
| TV-3-1-05 reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci | Akceptuje povely, signály, názvosloví činností, nářadí a náčiní | Průpravná cvičení, pohybové hry, základy sportovních her |
| TV-3-1-05 reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci | Ví, jak se chovat v přírodě, pozná některé dopravní a turistické značky | Turistika a pobyt v přírodě  Chování v dopravních prostředcích při přesunu |
| ZTV-3-1-01 uplatňuje správné způsoby držení těla v různých polohách a pracovních činnostech; zaujímá správné základní cvičební polohy | Uplatňuje správné způsoby držení těla | Správné základní cvičební polohy |

|  |
| --- |
| **Průřezová témata, přesahy, souvislosti** |
| OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA  Kooperace a kompetice |
| OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA  Mezilidské vztahy |
| OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA  Seberegulace a sebeorganizace |
| OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA  Rozvoj schopností poznávání |