Tělesná výchova 3

| **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, kvalitní předvedení cviků, kompenzuje cviky, rytmus vyjádří pohybem | 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 | Zvládá přípravu organismu před sportovní aktivitou, zná cviky protahovací, napínací, uvolňovací a k zahřátí | Příprava a relaxace organismu |
| TV-3-1-03 spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích | Jedná fair play, dodržuje pravidla her a soutěží, rozlišuje druhy míčů, přihrává jedno i obouruč i přes síť, chápe sounáležitost, postihy za nedodržení pravidel | Organizace při tělesné výchově, pravidla her a soutěží, zásady jednání, základy míčových her |
| TV-3-1-04 uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorech školy | I při pohybových činnostech ve známých prostorách 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, gesta, zná názvosloví činností, nářadí, náčiní, pravidla her | Organizace při tělesné výchově, pravidla her a soutěží, zásady jednání, základy míčových her |
| TV-3-1-05 reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci | Projevuje radost z dobrého výkonu, samostatně se rozhoduje, touží po zlepšení výkonu, zdokonalení dovedností | Základy atletiky a gymnastiky základní plavecké dovednosti turistika a pobyt v přírodě |
| TV-3-1-05 reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci | Zná techniku her a soutěží, princip štafetových závodů | Organizace při tělesné výchově, pravidla her a soutěží, zásady jednání, základy míčových her základy atletiky a gymnastiky |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **RVP VÝSTUPY** | **ŠVP VÝSTUPY** | **UČIVO** |
| TV-3-1-05 reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci | Zvládne techniku dvou plaveckých stylů, provádí skoky do vody | Základní plavecké dovednosti  Základní plavecké dovednosti, bezpečnost a sebezáchrana |
| TV-5-1-11 adaptuje se na vodní prostředí, dodržuje hygienu plavání, zvládá v souladu s individuálními předpoklady základní plavecké dovednosti |
| TV-5-1-12 zvládá v souladu s individuálními předpoklady vybranou plaveckou techniku, prvky sebezáchrany a bezpečnosti |
| TV-3-1-05 reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci | Umí se chovat v přírodě, pozná některé dopravní a turistické značky, připraví se na turistickou akci (zvolí sportovní oblečení, obuv, sbalí si batoh, umí dát první pomoc při odřeninách) | Turistika a pobyt v přírodě |
| 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 |
| ZTV-3-1-02 zvládá jednoduchá speciální cvičení související s vlastním oslabením | Zvládá jednoduchá speciální cvičení související s vlastním oslabením | Vnímání pocitů vlastního těla při cvičení |
| **Průřezová témata, přesahy, souvislosti** | | |
| OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA  Seberegulace a sebeorganizace | | |
| OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA  Rozvoj schopností poznávání | | |
| OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA  Mezilidské vztahy | | |
| OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA  Kooperace a kompetice | | |