

Rozpracované výstupy v předmětu	Učivo	Přesahy a vazby: mezipředmětové vztahy, průřezová témata	Poznámky
<p><i>Žák</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – uplatňuje vhodné a bezpečné chování při tělesné výchově i sportu, předvídá nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost – dokáže sobě i jiným poskytnout 1. pomoc při drobnějších poraněních. 	<p>Bezpečnost a hygiena cvičení</p>	<p><i>Člověk a zdraví</i> – pohybová soustava člověka, dýchání a krevní oběh, 1. pomoc při úrazech</p>	
<p><i>Žák</i> zná pravidla softbalu, dodržuje je a jejich znalost dokáže využít i při rozhodování utkání, ovládá základní technické prvky a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži i při rekreačních činnostech</p> <ul style="list-style-type: none"> – chápe taktickou stránku softbalu a dokáže svůj výkon zapojit do hry družstva, dodržuje podmínky fair play – čestného soupeření. – aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, zapojuje se do školních i mimoškolních tělocvičných aktivit. <p><i>Žák</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – chápe význam rozcvičení (zahřátí a protažení svalů) před sportovním výkonem, usiluje o zlepšování své tělesné zdatnosti, v souladu s individuálními předpoklady zvládá osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je v podmínkách soutěže i při rekreačních činnostech, zná základní pravidla a techniky jednotlivých sportovních her <p><i>Žák</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – získává základní herní florbalové návyky, je schopen rozpoznat porušení základních pravidel hry. 	<p>Softbal</p> <ul style="list-style-type: none"> – přihrávání a chytání míče – nadhazování, odpalování, autování – řízená hra <p>Sportovní hry</p> <p><i>Vybíjená</i> – různé varianty</p> <p><i>Přehazovaná</i> – chytání a házení, hra podle upravených pravidel odbíjené</p> <p><i>Pohybové hry s míčem, průpravná cvičení na horní odbítí obouruč</i></p> <p><i>Ringo</i> – pravidla a hra</p> <p><i>Badminton</i> – rekreační hra</p> <p><i>Frisbee</i> – rekreační hra</p> <p>Florbal</p> <ul style="list-style-type: none"> – vedení míčku, driblík s míčkem, krytí míčku před 	<p>PT: Osobnostní a sociální výchova (osobnostní rozvoj)</p> <ul style="list-style-type: none"> – sebepoznání, sebepojetí, seberegulace, psychohygiena <p>(morální rozvoj)</p> <ul style="list-style-type: none"> – hodnoty, postoje, praktická etika, řešení problémů, rozhodovací dovednosti <p>PT: Osobnostní a sociální výchova (sociální rozvoj)</p> <ul style="list-style-type: none"> – poznávání lidí, mezilidské vztahy, komunikace, kooperace, kompetice <p>(osobnostní rozvoj)</p> <ul style="list-style-type: none"> – kreativita <p>PT: Osobnostní a sociální výchova (osobnostní rozvoj)</p>	<ul style="list-style-type: none"> – postupné teoretické i praktické seznamování s pravidly softbalu a jejich aplikací ve hře – seznamování se s pravidly jednotlivých her. – seznamování se s pravidly florbalu

Rozpracované výstupy v předmětu	Učivo	Přesahy a vazby: mezipředmětové vztahy, průřezová témata	Poznámky
<p>– zlepšuje individuální techniku jednotlivých herních činností i provedení jednoduchých herních kombinací</p> <p>– se dohodne na spolupráci a jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji kontroluje své emoce ve hře</p> <p><i>Žák</i></p> <p>– získává základní herní basketbalové návyky</p> <p>– je schopen rozpoznat porušení základních pravidel hry.</p> <p>– usiluje o zlepšování individuální techniky jednotlivých herních činností i provedení jednoduchých herních kombinací</p> <p>– se dohodne na spolupráci a jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji, ovládá emoce ve hře.</p> <p>– je schopen rozhodovat a řídit hru v pozici rozhodčího</p> <p>– tvořivě uplatňuje znalost základních pravidel hry.</p>	<p>soupeřem, střelba na branku, přihrávky na místě a v pohybu, činnosti brankáře</p> <p>– útočné herní systémy (rychlý protiútok, postupný protiútok, přesilová hra)</p> <p>– obranné herní systémy (aktivní obrana, územní obrana, osobní obrana)</p> <p>– rozhodování utkání</p> <p>Basketbal</p> <p>–herní činnosti jednotlivce (driblink, přihrávky, uvolnění se s míčem na místě a za pohybu.</p> <p>– střelecká cvičení, dvojtakt, obranné a útočné doskakování</p> <p>– krytí hráče bez míče a s míčem (obranný postoj)</p> <p>– osobní obrana</p> <p>– obrana při početní převaze soupeře</p> <p>– rozhodování utkání</p> <p>– herní kombinace (hod' a běž, křížení, clonění, rychlý protiútok)</p> <p>Doplňkové sporty (např. bruslení, běžecké lyžování, snowboarding, sjezdové lyžování, ...).</p>	<p>– sebezpoznání, sebepojetí, seberegulace, psychohygienu (morální rozvoj)</p> <p>– hodnoty, postoje, praktická etika, řešení problémů, rozhodovací dovednosti</p> <p>PT:osobnostní a sociální výchova (osobnostní rozvoj)</p> <p>– sebezpoznání, sebepojetí, seberegulace, psychohygienu (morální rozvoj)</p> <p>– hodnoty, postoje, praktická etika, řešení problémů, rozhodovací dovednosti (sociální rozvoj)</p> <p>– poznávání lidí, mezilidské vztahy, komunikace, kooperace, kompetice</p>	<p>– detailnější rozbor s výklady pravidel florbalu</p> <p>– seznamování se s pravidly basketbalu</p> <p>– detailnější rozbor s výklady pravidel basketbalu</p> <p>- Zařazení dle stávajících přírodních a organizačních podmínek</p>
<p><i>Žák</i></p> <p>– získává základní házenkářské a volejbalové herní dovednosti a návyky</p> <p>– je schopen rozpoznat porušení základních pravidel hry.</p> <p>– zlepšuje individuální techniku jednotlivých herních činností</p>	<p>Házená – herní činnosti jednotlivce</p> <p>– driblink, přihrávky, uvolnění hráče s míčem na místě a za pohybu</p>	<p>PT: Osobnostní a sociální výchova (osobnostní rozvoj)</p> <p>– sebezpoznání, sebepojetí, seberegulace, psychohygienu (morální rozvoj)</p>	<p>– seznamování se s pravidly házené</p>

Rozpracované výstupy v předmětu	Učivo	Přesahy a vazby: mezipředmětové vztahy, průřezová témata	Poznámky
<p>i provedení jednoduchých herních kombinací</p> <ul style="list-style-type: none"> – dohodne se na spolupráci a jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji – ovládá emoce ve hře. – je schopen rozhodovat a řídit hru z pozice rozhodčího. – tvořivě uplatňuje znalost základních pravidel hry. 	<ul style="list-style-type: none"> – střelba – různé druhy – pravidla a taktika hry – herní kombinace útočné a obranné – rychlý protiútok, postupný protiútok – pravidla a taktika hry Odbíjená <ul style="list-style-type: none"> - HČJ - Přihrávka - Nahrávka - Servis - VOO - SOO - Pravidla 	<ul style="list-style-type: none"> – hodnoty, postoje, praktická etika, řešení problémů, rozhodovací dovednosti (sociální rozvoj) – poznávání lidí, mezilidské vztahy, komunikace, kooperace, kompetice 	<ul style="list-style-type: none"> – detailnější rozbor s výkladem pravidel házené