

Vzdělávací oblast	Vyučovací předmět	Ročník
Člověk a zdraví	Tělesná výchova	6. a 7. ročník hoši

Výstupy	Učivo	Průřezová témata	Poznámka
<ul style="list-style-type: none"> <li>- zvládá základní pokyny a činnosti na ně</li> <li>- chápe význam organizovanosti hodin Tv jako prostředku bezpečnosti</li> <li>- rozumí smluveným signálům a provádí dohodnutou činnost</li> <li>- komunikuje se spolužáky při plnění společných úkolů</li> </ul>	- základy komunikace	<b>PT – OSV - komunikace</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- umí vysvětlit základní pravidla soutěží a her</li> </ul>	- pravidla osvojovaných her a soutěží		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- dokáže vysvětlit možnost přenosu nakažlivých nemocí prostřednictvím sportovních aktivit</li> <li>- používá základní hygienické návyky při pobytu na sportovišti a po sportovních aktivitách</li> </ul>	- hygiena při tělesných cvičeních	přírodopis - viry, bakterie, houby VkZ - hygienické návyky	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- chápe nezbytnost dodržování zásad bezpečnosti, umí je popsat a vysvětlit, neohrožuje sebe ani ostatní, dokáže poskytnout záchranu a pomoc jinému cvičenci</li> </ul>	- bezpečnost při pohybových cvičeních		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- umí používat správnou techniku a taktiku běhu s ohledem na vlastní výkonnost</li> </ul>	- atletika - běh na 1000 m, běh na 60 m		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- zvládá základy techniky, umí stručně popsat provedení cviku</li> </ul>	- skok daleký, hod kriketovým míčkem		

	- gymnastika		
- zvládá základní cvičební prvky samostatně anebo s dopomocí - usiluje o zvýšení své tělesné zdatnosti	- akrobacie - kotoul vpřed a vzad, stoj na rukou - přeskoky - koza nadél (roznožka), koza našíf (skrčka) - hrazda - výmyk jednoož, odskok - kruhy - houpání jednoož, svis vnesmo - trampolínka – skoky prosté - šplh o tyči s přírazem		
- zvládá základy činnosti jednotlivce - chápe základy pravidel - komunikuje s ostatními při stanovení taktiky hry - zvládá různé role v družstvu	- míčové hry - basketbal - volejbal - kopaná		
- zvládá polkový krok	- rytmická cvičení		
- usiluje o pravidelnost pohybu mimo školu - vnímá své zdraví jako nejvyšší hodnotu - chápe pravidelný pohyb jako prostředek upevňování zdraví	- význam pohybu pro zdraví		
- vysvětlí základy techniky jednotlivých prvků - zvládá základy sjezdového lyžování - dodržuje bezpečnostní pravidla a pokyny při pobytu na horách - zvládá techniku jízdy na vleku - ovládá a umí popsat zásady poskytnutí první pomoci při úrazech na horách	- lyžování - chůze na lyžích, jednoduché obraty na místě - otevřené oblouky v přívratu - lyžařský závod		- plní pouze žáci 7. ročníku
- chápe nutnost zvyšování své zdatnosti jako prostředku pro realizaci své obrany	- úpoly - přetahování lanem, základy sebeobrany		

- chápe význam důkladné rozcvičky před pohybovou aktivitou jako základní prostředek dobrého výkonu a prevenci před zraněním	- průpravná cvičení		
- rozumí významu zvyšování své tělesné zdatnosti jako prostředku harmonického rozvoje svého organismu	- zdravotně orientovaná zdatnost		

Metody a formy práce, projekty, pomůcky a učební materiály apod.
Cvičení ve skupinách, proudech, kruhový trénink, cvičení na stanovištích. Sportovní nářadí a náčiní.