

RVP ZV Obsah	RVP ZV Kód	RVP ZV Očekávané výstupy	ŠVP Školní očekávané výstupy	ŠVP Učivo
	TV-3-1-01	spojuje pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívá nabízené příležitosti	<ul style="list-style-type: none"> - zařazuje průběžně relaxační a vyrovnávací cvičení - seznamuje se se správným držením těla 	<ul style="list-style-type: none"> - příprava na pohybovou činnost - základní cvičební postoje a polohy - správné držení těla - průběžně tělovýchovné chvílky - kompenzační, relaxační a vyrovnávací cvičení
	TV-3-1-02	zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině; usiluje o jejich zlepšení	<ul style="list-style-type: none"> - učí se zvládat techniku běhu, skoku dalekého a hodů míčkem - osvojuje si pravidla jednoduchých her - spolupracuje při soutěžích - seznamuje se s významem pohybu pro zdraví a vývoj organismu - provádí atletickou přípravu - učí se reagovat při běžných i vypjatých situacích - učí se základním způsobům házení a chytání míče - učí se základním plaveckým dovednostem 	<ul style="list-style-type: none"> - atletika: příprava běhu, skoku, hodů - jednoduché pohybové hry - základy atletiky: přípravná cvičení zaměřená na běžeckou rychlost, vytrvalost, odrazovou sílu a obratnost - základy plavání
	TV-3-1-03	spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích	<ul style="list-style-type: none"> - učí se základním způsobům házení a chytání míče - seznamuje se s dalšími sportovními hrami - zvládá jednoduché akrobatické cviky - spolupracuje při hrách - učí se jednoduchým tanečním pohybům, provádí rytmizovaný pohyb - získává základy estetického pohybu 	<ul style="list-style-type: none"> - sportovní hry, pohybové hry - gymnastika - rytmická cvičení

Základní škola Fr. Kupky, ul. Fr. Kupky 350, 518 01 Dobruška
 5.8 ČLOVĚK A ZDRAVÍ - 5.8.2 TĚLESNÁ VÝCHOVA – Tělesná výchova- 1. období – 1. ročník

	TV-3-1-04	uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech ve známých prostorech školy	<ul style="list-style-type: none"> - převlékne se sám do cvičebního úboru - dovede se samostatně umýt 	- hygiena při tělesné výchově, oblečení a obutí
	TV-3-1-05	reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci	<ul style="list-style-type: none"> - učí se základním organizačním činnostem na smluvené povely a signály 	- komunikace v tělesné výchově

PRŮŘEZOVÁ TÉMATA	OSV	- uvědomuje si význam zdraví, poznává své tělo	- člověk a jeho zdraví
	VDO		-
	VMEGS		-
	MKV		-
	EV		-
	MV		-

Mezipředmětové vztahy – vztahy mezi předměty, mezi ročníky daných předmětů, jednosměrné závislosti mezi různými **ŠVP výstupy** předmětů v jednotlivých ročnících

Učivo RVP ZV

ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ZDRAVÍ

- význam pohybu pro zdraví – pohybový režim žáků, délka a intenzita pohybu
- příprava organismu – příprava před pohybovou činností, uklidnění po zátěži, napínací a protahovací cvičení
- zdravotně zaměřené činnosti – správné držení těla, správné zvedání zátěže; průpravná, kompenzační, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení a jejich praktické využití
- rozvoj různých forem rychlosti, vytrvalosti, síly, pohyblivosti, koordinace pohybu
- hygiena při TV – hygiena pohybových činností a cvičebního prostředí, vhodné oblečení a obutí pro pohybové aktivity
- bezpečnost při pohybových činnostech – organizace a bezpečnost cvičebního prostoru, bezpečnost v šatnách a umyvárnách, bezpečná příprava a ukládání náradí, náčiní a pomůcek, první pomoc v podmínkách TV

ČINNOSTI OVLIVŇUJÍCÍ ÚROVEŇ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ

- pohybové hry – s různým zaměřením; netradiční pohybové hry a aktivity; využití hraček a netradičního náčiní při cvičení; pohybová tvořivost
- základy gymnastiky – průpravná cvičení, akrobacie, cvičení s náčiním a na náradí odpovídající velikosti a hmotnosti
- rytmické a kondiční formy cvičení pro děti – kondiční cvičení s hudbou nebo rytmickým doprovodem, základy estetického pohybu, vyjádření melodie a rytmu pohybem, jednoduché tance
- průpravné úpoly – přetahy a přetlaky
- základy atletiky – rychlý běh, motivovaný vytrvalý běh, skok do dálky nebo do výšky, hod míčkem
- základy sportovních her – manipulace s míčem, pálkou či jiným herním náčiním odpovídající velikosti a hmotnosti, herní činnosti jednotlivce, spolupráce ve hře, průpravné hry, utkání podle zjednodušených pravidel minisportů
- turistika a pobyt v přírodě – přesun do terénu a chování v dopravních prostředcích při přesunu, chůze v terénu, táboření, ochrana přírody
- plavání – (základní plavecká výuka) hygiena plavání, adaptace na vodní prostředí, základní plavecké dovednosti, jeden plavecký způsob (plavecká technika), prvky sebezáchrany a dopomoci tonoucímu
- lyžování, bruslení (podle podmínek školy) – hry na sněhu a na ledě, základní techniky pohybu na lyžích a bruslích
- další pohybové činnosti (podle podmínek školy a zájmu žáků)

ČINNOSTI PODPORUJÍCÍ POHYBOVÉ UČENÍ

- komunikace v TV – základní tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály
- organizace při TV – základní organizace prostoru a činností ve známém (běžném) prostředí
- zásady jednání a chování – fair play, olympijské ideály a symboly
- pravidla zjednodušených osvojovaných pohybových činností – her, závodů, soutěží
- měření a posuzování pohybových dovedností – měření výkonů, základní pohybové testy
- zdroje informací o pohybových činnostech

Poznámky

-