



**Základní škola DOBŘÍV, okres Rokycany
příspěvková organizace**

Předmět: **Tělesná výchova**

Ročník: **2.**

Očekávané výstupy z RVP ZV	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata)
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> - uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech - reaguje na základní pokyny a povely k osvojované činnosti a její organizaci - spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech - spojuje pravidelnou každodenní pohybovou činnost se zdravím a využívá nabízené příležitosti 	<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dodržuje základní hygienické požadavky - zbytečně neriskuje při pohybových činnostech - vhodně reaguje na pokyny, gesta a signály - zvládá základní činnosti s míčem - ovládá různé náčiní a předměty a využívá je při pohybových hrách - vyjádří slovo, rytmus, hudbu či pocity pohybem(se snahou o estetické provedení pohybu) - zvládá projev přirozené radosti z pohybu - posiluje organismus 	<p><u>Bezpečnost a pořadová cvičení</u> Hygienické požadavky – převlékání, mytí Seznámení s tělocvičnou a bezpečností Nástup – základní povely vlevo, vpravo bok</p> <p><u>Pohybové hry</u> Pohybové hry s míči Hry pro rozvoj obratnosti, rychlosti a síly Pohybové hry soutěživé a bojové Pohybové hry s netradičními pomůckami</p> <p><u>Rytmická a kondiční cvičení</u> Rytmizovaná chůze, běh Krok poskočný, přísunný, cval stranou Cvičení s hudbou Kondiční hry, plné míče, švihadla, slalomová dráha</p>	<p>MV - Člověk a jeho svět – zdravá výživa Výchova ke zdraví: zařazovat pohybové aktivity (tělovýchovné chvílky)</p> <p>průřezová témata: OSV – uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci</p> <p>MV – Hv. – nácvik správného rytmu</p>



**Základní škola DOBŘÍV, okres Rokycany
příspěvková organizace**

Očekávané výstupy z RVP ZV	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata)
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce nebo činnosti prováděné ve skupině; usiluje o jejich zlepšení - zvládá v souladu s individuálními předpoklady jednoduché pohybové činnosti jednotlivce 	<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zvládá podle svých předpokladů základy techniky rychlého běhu (zrychlování z klidu do maxima) a vytrvalého běhu – střídaného s chůzí - zvládá spojení startu na signál - zvládá základní techniku skoku do dálky z krátkého rozběhu - zvládá základní techniku hodů míčkem z místa a chůze - zvládá správné držení těla - rozvíjí pohybové dovednosti - ovládá zpevňování a uvolňování těla a jeho částí - zvládá základní gymnastický odraz z trampolínky a můstku - zvládá základní akrobatické prvky a přeskoky náradí 	<p><u>Lehká atletika</u></p> <p>Průpravná běžecká cvičení Pohybové hry pro rozvoj běžecké rychlosti a startovní reakce Rychlý běh na 50 m Nízký start (s oporou) Výběhy na signál z různých poloh Skok do dálky s krátkého rozběhu Hod kriketovým míčkem – z místa a z rozběhu</p> <p><u>Gymnastika</u></p> <p>Akrobacie – průpravná cvičení pro kotoul vpřed a vzad Cvičení rovnováhy Přeskok, nácvik odrazu – trampolínka a můstek Žebřiny – výstup, sestup Lavičky – běh, chůze, přeběhy Šplh na tyči</p>	<p>průřezová témata: OSV – stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení</p> <p>Výchova ke zdraví – význam pohybu pro zdraví</p>



**Základní škola DOBŘÍV, okres Rokycany
příspěvková organizace**

Očekávané výstupy z RVP ZV	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby (mezipředmětové vztahy, průřezová témata)
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> - spolupracuje při jednoduchých týmových pohybových činnostech a soutěžích - uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech mimo prostory školy - uplatňuje hlavní zásady hygieny a bezpečnosti při pohybových činnostech v terénu 	<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> - pozná a označí drobné přestupky proti pravidlům - rozvíjí přirozenou zvědavost, tvořivost a soutěživost - uvědomuje si nebezpečí při zimních sportech - dodržuje základní bezpečnostní pravidla - orientuje se v krajině podle výrazných orientačních bodů - dovede se orientovat v přírodě - uvědomuje si nebezpečí při pobytu v přírodě - ochraňuje přírodu 	<p><u>Sportovní hry</u> Pochopení významu kolektivní spolupráce Míčová technika Míčové hry – pravidla her</p> <p><u>Pobyt v zimní přírodě</u> Sáňkování a bobování – jízda vpřed, zatáčení Bruslení – bezpečnost, chování na ledě Hry na sněhu a ledu</p> <p><u>Turistika a pobyt v přírodě</u> Chůze v terénu- ve skupině Chůze a běh po vyznačené trase Orientace v přírodě Aplikace pohybových her v přírodním prostředí Ochrana přírody</p>	<p>průřezová témata: OSV – cvičit zvládnutí vlastního chování (adekvátní reakce na výhru a prohru)</p> <p>Výchova ke zdraví – ochrana zdraví při zimních činnostech</p> <p><u>průřezová témata:</u> EV – rozmanitost vlivu prostředí na zdraví</p>