

VZDĚLÁVACÍ OBLAST:
VZDĚLÁVACÍ OBOR:
ZÁJMOVÉ VZDĚLÁVÁNÍ:

ČLOVĚK A ZDRAVÍ
TĚLESNÁ VÝCHOVA
SPORTOVNÍ

Téma	Rozvíjené kompetence, očekávané výstupy	Zájmově vzdělávací aktivita	Poznámky Tradiční akce
Sport	• rozvíjí obratnost, ohebnost, pružnost, sílu, rychlost, odraz • rozvíjí ladnost, taneční prvky • utváří si morálně volní vlastnosti • zdokonaluje cvičení na nářadí • připravuje se k závodní činnosti	Gymnastika	Oddílové závody Okresní přebory Krajské přebory Celostátní přebory Školní akademie
	• rozvíjí techniku základních disciplín:běh, hod, skok • osvojuje si zásady fair play • utváří si morálně volní vlastnosti • připravuje se k závodní činnosti	Lehká atletika	Závody školních družin -obvodní,okresní Okresní, krajské, republikové závody ČA SPV Krajský přebor ČAS
	• osvojuje si zásady fair play • utváří si morálně volní vlastnosti • rozvíjí obratnost, ohebnost, pružnost, sílu, rychlost	Korfbal Vybíjená, přehazovaná	Celostátní soutěž ČKS Okresní soutěž ŠD

	• rozvíjí spolupráci a komunikaci hráčů • připravuje se k závodní činnosti • získává herní taktiku • rozumí pravidlům a dodržuje je		
	• objevuje vlastní pohybové schopnosti a rozvíjí je • trénuje obratnost, ohebnost, pružnost, sílu, rychlost, odraz • cvičí na nářadí • osvojuje si zásady fairplay • vytváří si správné pohybové návyky • manipuluje s náčiním a náradím • připravuje se k závodní činnosti • raduje se z pohybu	Sportovní aktivity	Čertovská olympiáda Čertí hrátky Zimní pětiboj ČA SPV Pololetky na svahu – spolupráce s SK Plhov – Náchod Orientační běh za velikonočním zajícem Okresní, krajské, republikové závody ČA SPV Cyklovýlet, turistický výlet Léto na řece – spolupráce s SK Plhov - Náchod

Hygiena	• vedeme ke zdravému životnímu stylu, pohybu a otužování, péči o zdraví • vedeme ke správným stravovacím a hygienickým návykům • vedeme k dodržování obecných zásad bezpečnosti a hygieny při činnosti	Sportovní aktivity Gymnastika Hry	Vhodné sportovní oblečení Hygienická osvěta
Výživa	• vedeme ke správným stravovacím a hygienickým návykům • učíme základům stolování, stolničení • vedeme k dodržování obecných zásad bezpečnosti a hygieny při činnosti	Vaření Sportovní aktivity Gymnastika Hry	Sebeobslužné činnosti -oběd -svačina -pitný režim

Školní družina při Základní škole Náchod – Plhov: ŠVP „Klíče k životu“
