

VZDĚLÁVACÍ OBLAST:
VZDĚLÁVACÍ OBOR:
ZÁJMOVÉ VZDĚLÁVÁNÍ:

ČLOVĚK A ZDRAVÍ
TĚLESNÁ VÝCHOVA
SPORTOVNÍ

Téma	Rozvíjené kompetence, očekávané výstupy	Zájmově vzdělávací aktivita	Poznámky
Sport	- rozvíjí obratnost, ohebnost, pružnost, sílu, rychlost, odraz - rozvíjí ladnost, taneční prvky - utváří si morálně volní vlastnosti - zdokonaluje cvičení na náradí - provozuje 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 - provozuje se k závodní činnosti	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,	Korfbal Vybíjená, přehazovaná	Celostátní soutěž ČKS Okresní soutěž ŠD

	rychlost • 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 fair play • vytváří si správné pohybové návyky • manipuluje s náčiním a nářadím • připravuje se k závodní činnosti • raduje se z pohybu	Sportovní aktivity	Zimní pětiboj ČA SPV Okresní, krajské, republikové závody ČA SPV
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