

	A	B	C	D	E	F
1	Vzdělávací oblast:		Člověk a zdraví			
2	Vzdělávací obor:		Tělesná výchova			
3	Ročník:		5.			
4	Klíčové kompetence (Dílčí kompetence)	Výstupy	Učivo	Průřezová témata mezipředmětové vztahy	Evaluace žáka	Poznámky
Pohybové hry						
5	Viz charakteristika	<ul style="list-style-type: none"> zná základní taneční kroky, respektuje rytmus a tempo dovede pohybem vyjádřit rytmický a melodický doprovod zná základy valčíkového a polkového kroku chápe význam tělesné zdatnosti pro zdraví a snaží se začleňovat pohyb do denního režimu zařazuje do pohybového režimu korektivní cvičení v souvislosti s vlastním svalovým oslabením zdokonaluje základní pohybové dovednosti podle svých pohybových možností a schopností uplatňuje hygienické a bezpečnostní zásady 	<ul style="list-style-type: none"> bezpečnost hygiena povely pravidla hry hry soutěživé hry kontaktní hry bojové hry relaxační hry pro osvojování různých způsobů lokomoce hry pro manipulaci s různým náčiním variace her jednoho druhu rytmická cvičení, základní taneční krok 2/4, 3/4, krok poskočný, přísunný, přeměnný, cval cvičení s prvky zdravotní TV, vyrovnávací cvičení 	Osobnostní a sociální výchova Morální rozvoj, sociální rozvoj, osobnostní rozvoj Matematika Český jazyk Hudební výchova Přírodověda	<ul style="list-style-type: none"> praktické činnosti žáků 	

		<p>pro provádění zdravotně vhodné a bezpečné pohybové činnosti</p> <ul style="list-style-type: none"> • reaguje na pokyny k provádění vlastní pohybové činnosti • dodržuje pravidla her a jedná v duchu fair play • zlepšuje svou tělesnou kondici, pohybový projev a správné držení těla • zvládá podle pokynu základní přípravu organismu před pohybovou činností i uklidnění organismu po ukončení činnosti a umí využívat cviky na odstranění únavy 				
Gymnastika						
6	Viz charakteristika	<ul style="list-style-type: none"> • umí kotoul vpřed a vzad • zná techniku šplhu na tyči a na laně • zná průpravná cvičení pro nácvik odrazu z trampolínky • ovládá základní cvičební polohy, 	<p>- základní pojmy a základní bezpečnostní pravidla při gymnastickém cvičení</p> <p>- průpravná cvičení pro ovlivňování pohyblivosti, obratnosti, síly, rychlosti a koordinace pohybů</p> <p>- přeskoky přes švihadlo</p>	Osobnostní a sociální výchova Morální rozvoj, sociální rozvoj, osobnostní rozvoj	<ul style="list-style-type: none"> • praktické činnosti žáků 	

		<p>postoje, pohyby paží, nohou, trupu</p> <ul style="list-style-type: none"> • umí poskytnou základní záchranu a pomoc • umí stoj na rukou • ovládá chůzi na kladince bez dopomoci • ovládá odraz z můstku • ovládá roznožku přes kozu a skrčku přes kozu • ovládá kombinaci základních cviků na hrazdě 	<p>Akrobacie</p> <ul style="list-style-type: none"> - kotoul vpřed a jeho modifikace - kotoul vzad - průpravná cvičení pro zvládnutí stoje na rukou - svíčka - akrobatické kombinace <p>Přeskok</p> <ul style="list-style-type: none"> - průpravná cvičení pro nácvik gymnastického odrazu z můstku - přeskok 2 - 4 dílů švédské bedny odrazem z trampolínky - nácvik roznožky přes kozu naším odrazem z můstku, trampolínky - nácvik skrčky přes kozu naším odpovídající výšky odrazem z můstku, trampolínky (průvlek) <p>Hrazda</p> <ul style="list-style-type: none"> - vis - shyb stojmo <p>Rozšiřující učivo (s pomocí učitele)</p> <ul style="list-style-type: none"> - shyb stojmo – odrazem 			
--	--	---	--	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none"> • přejde bez dopomoci po kladince • dle svých možností ovládá techniku šplhu na tyči s přírazem 	<p>přešvih do vzporu vzad stojmo – stoj - shyb stojmo – svis závěsem v podkoleni – stoj</p> <p>Kladinka - chůze bez dopomoci</p> <p>Šplh -nácvik a šplh s přírazem na tyči a na laně</p>			
Lehká atletika						
7	Viz charakteristika	<ul style="list-style-type: none"> • zná základy běžecké abecedy • ovládá nízký a vysoký start • rozvíjí zdatnost při vytrvalostním běhu v rámci svých možností • rozvíjí techniku rychlého běhu • zdatnost a techniku běhu aplikuje v terénu • zná techniku skoku do výšky 	<p>- základní pojmy</p> <p>Běh - běžecká abeceda - nízký start (na povel i z bloků), polovysoký start - startovní povely, základní způsoby měření a zaznamenávání výkonů - rychlý běh do 60 m - vytrvalý běh (přiměřený schopnostem dětí do 600 m) - běh v terénu</p> <p>Skok - skok do dálky z místa - skok do výšky – nácvik</p>	<p>Osobnostní a sociální výchova Morální rozvoj, sociální rozvoj, osobnostní rozvoj</p> <p>Matematika</p> <p>Český jazyk</p>	<ul style="list-style-type: none"> • praktické činnosti žáků 	

		<ul style="list-style-type: none"> • ovládá hod míčkem z rozběhu • zná techniku skoku z místa 	<p>techniky skoku do výšky (skrčného, střížného) z krátkého rozběhu</p> <p>Hod</p> <ul style="list-style-type: none"> - hod míčkem z rozběhu - spojení rozběhu s odhodem 			
Sportovní hry						
8	Viz charakteristika	<ul style="list-style-type: none"> • ovládá přihrávky, chytání míče, střelbu a driblink • dokáže spolupracovat v kolektivní hře • zná základní herní pravidla mini basketbalu, mini kopané, ringa, mini florbalu, přehazované, mini volejbalu, mini házené 	<ul style="list-style-type: none"> - základní pojmy osvojovaných činností, základní označení a vybavení hřišť - základní organizace utkání - základní spolupráce ve hře - průpravné sportovní hry - utkání podle zjednodušených pravidel - minifotbal, florbal, minibasketbal, miniházená, přehazovaná, ringo - chytání míče jednoruč, obouruč - střelba jednoruč, obouruč na koš a na branku (z místa i z pohybu) - přihrávka jednoruč a obouruč (vrchní, trčením, o zem) 	<p>Osobnostní a sociální výchova Morální rozvoj, sociální rozvoj, osobnostní rozvoj</p> <p>Matematika</p> <p>Český jazyk</p>	<ul style="list-style-type: none"> • praktické činnosti žáků 	

			<ul style="list-style-type: none"> - pohyb s míčem a bez míče, zastavení - vedení míče (driblinkem, nohou) - přihrávka vnitřním nártem, střelba vnitřním nártem na branku(z místa i z pohybu) - střelba na koš, na branku 			
Turistika						
9	Viz charakteristika	<ul style="list-style-type: none"> • zvládne chůzi v terénu do 15 km, orientuje se v krajině podle mapy • dovede spojit turistiku s další pohybovou a poznávací činností • zná základy první pomoci, ošetří drobná poranění • zvládá základní pohyb v mírně náročném terénu se zátěží 	<ul style="list-style-type: none"> - pojmy spojené s pěší turistikou, s orientací podle mapy - první pomoc, ošetření lehčího poranění - osobní lékárníčka a KPZ - využití znalostí z jiných předmětů - chůze a běh v terénu po vyznačené trase i podle mapy, orientace podle mapy - základní dovednosti spojené s tábořením - přeprava v různých dopravních prostředcích - aplikace pohybových dovedností s využitím přírodních překážek - příprava pochodové trasy 	<p>Environmentální výchova Lidské aktivity a problémy životního prostředí, základní podmínky života, vztah člověka k prostředí, ekosystémy</p> <p>Výtvarná výchova</p> <p>Přírodověda</p> <p>Vlastivěda</p>	<ul style="list-style-type: none"> • praktické činnosti žáků 	

Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (tvorba IVP, 3. PO).